



AK Schulpastoral

am Erzbischöflichen Berufskolleg Köln

Gemeinsam den Glauben leben

Impuls Februar 2021

Probleme klar benennen

Zugegeben: Eigentlich sind Puppen etwas für Kinder – dennoch können sie auch für uns in diesen herausfordernden Zeiten etwas Tröstliches haben. Wenn die Sorgen einen in dieser Zeit übermäßig beschäftigen, können diese Sorgenpuppen eine effektive Technik sein, sich seine Probleme von der Seele zu reden.

LEGENDE

Die kleinen Püppchen stammen aus Guatemala, sind in der Regel zwischen einem und fünf Zentimeter groß und „leben“ zu sechst oder acht in einem bunten Stoffsäckchen. Jeder Puppe darf maximal eine Sorge erzählt werden.

Hat man sich alle Probleme von der Seele gesprochen, kommen die Figuren wieder zurück in ihr Säckchen und werden unter das Kopfkissen gelegt. Sie kümmern sich nun die ganze Nacht darum, dass am nächsten Tag alles wieder positiver scheint. Am Morgen sind die erzählten Probleme der Legende nach dann halb so schlimm oder sogar ganz verschwunden.

MITMACHEN



Die Sorgenpuppen können ganz einfach mit Wollresten selbstgestaltet werden:

<https://www.youtube.com/watch?v=EmknWmqiXdo&t=32s>

