

Antonio Alonso Andrade

Mit Illustrationen von Melina Pink

Das kleine Glücklichmachbuch

Ein pädagogisches Bilderbuch
über die Sinne

Copyright ©:

© 2022 Antonio Alonso Andrade

SINNESFIGUR VAKOG®

der psychologische gefährte®

Antonio Alonso Andrade

Immenhof 16, 22087 Hamburg

Verlag & Druck

tredition GmbH

Halenreie 40

22359 Hamburg



Illustriert von: Melina Pink

Druck und Distribution im Auftrag des Autors:

tredition GmbH, Halenreie 40-44, 22359 Hamburg, Germany

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt.

Für die Inhalte ist der Autor verantwortlich.

Jede Verwertung ist ohne seine Zustimmung unzulässig.

Die Publikation und Verbreitung erfolgen im Auftrag des Autors,

zu erreichen unter: tredition GmbH, Abteilung „Impressumservice“,

Halenreie 40-44, 22359 Hamburg, Deutschland

Bibliografische Information der Deutschen

Nationalbibliothek: Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese

Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische

Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN Hardcover: 978-3-7323-3305-9

EINLEITUNG/VORWORT

Liebe Vorleserin, lieber Vorleser,

dies ist ein Bilderbuch, das Kindern so wie Erwachsenen, die fünf Sinneskanäle (**SEHEN, HÖREN, FÜHLEN, RIECHEN, SCHMECKEN**) unbewusst bewusst machen kann. Bitte lesen Sie dem Kind so neutral wie möglich vor und lassen Sie insbesondere das Kind ohne persönliche Bewertung oder Manipulation frei entscheiden.

In diesem Buch werden Sie zuerst etwas von der **Figur VAKOG** negativ Empfundenes und danach etwas durch die Figur Lila positiv Motivierendes vorlesen. Bitte blättern sie unbedingt weiter auf die jeweils folgende leere Seite und folgen Sie dann der Aufforderung zurückzublättern, da dies beim Kind die gewünschte Wirkung einer achtsamen Unterbrechung (Separator) haben kann.

Danach sollte das Kind alleine entscheiden, was es selber toll findet.

Die Bilder werden jeweils von der negativen Betrachtungsweise zur positiven hin heller und freundlicher. Lila ist hier der Kindercoach (auf der Metaebene) und übernimmt die Begleitung.

Der Teddy (links im Bild) ist Co-Trainer und spiegelt im von VAKOG empfundenen Negativen oder Positiven jeweils dessen Haltung.

Die kleine Hummel und die Raupe sind in den Bildern mit verschiedenen Aufgaben unterwegs und wird von den Kindern gern selber entdeckt.

Das erlebnishafte Erarbeiten des Buches durch gemeinsames Lesen/Vorlesen und Entdecken kann zu einer fröhlicheren Wahrnehmung des Alltags und einer grundsätzlichen Offenheit dem Leben gegenüber beitragen.

Achten Sie darauf, wie Sie selber beim Vorlesen auf eine innere Entdeckungsreise gehen und Ihre Sinneskanäle erforschen. Erfreuen Sie sich an den Entdeckungen des Kindes, aber teilen Sie Ihre eigenen Eindrücke nicht mit, damit das Kind nicht beeinflusst wird.

Sobald Sie die fünf Sinne bis zum Ende erlesen haben, gehen Sie diese mit dem Kind kurz durch und fragen es was es sieht, hört, spürt, riecht und schmeckt.

Sollte das Kind dabei lächeln (und nur dann), halten Sie ihm in diesem Moment einen Spiegel vor (bitte bereit legen), sodass es sich selber sieht, wenn es glücklich ist.

Dies schafft eine Referenzerfahrung (um sich selber im späteren Leben reflektieren zu können) inwieweit man glücklich ist; das erleichtert es später, bessere Entscheidungen zu treffen.

VAKOG stellt sich vor

Hallo, ich bin VAKOG.

Mein Name ist eine Abkürzung und setzt sich aus folgenden Begriffen zusammen: **VISUELL** steht für das Sehen, **AUDITIV** für das Hören, **KINÄSTHETISCH** für das Fühlen, **OLFAKTORISCH** für das Riechen und **GUSTATORISCH** für das Schmecken.

