

MONA UND DIE MAGISCHE GEFÜHLSLEITER

Emotionsregulation und
körperliche Regulation
zauberhaft erklärt

2.
Auflage



Julia Schneider
Marlene Monzel

 reinhardt



Julia Schneider • Marlene Monzel

MONA UND DIE MAGISCHE GEFÜHLSLEITER

**Emotionsregulation und körperliche Regulation
zauberhaft erklärt**

Mit Mitmachseiten und Onlinematerial

2. Auflage

Ernst Reinhardt Verlag München

Im Ernst Reinhardt Verlag ebenfalls erschienen:

Bürigi Wirth, B., Kolb, S.: Mila spricht! Ein Bilderbuch zum selektiven Mutismus
(ISBN 978-3-497-02947-1)

Jäcklein-Kreis, E., Naumann, A.: Lass das! Toni, Ben und Ida sagen Nein
(ISBN 978-3-497-03140-5)

Kampschroer, A.: Emma schafft es! Schluss mit sexuellem Missbrauch
(ISBN 978-3-497-02987-7)

Kampschroer, A.: Erik schafft es! Schluss mit sexuellem Missbrauch
(ISBN 978-3-497-02986-0)

Lederle, S.: Lucky findet Freunde. Ein Bilderbuch über Mut und Freundschaft
(ISBN 978-3-497-02980-8)

Lederle, S.: Lucky und das Geheimnis. Wie man sich aus einer schwierigen Situation befreien kann (ISBN 978-3-497-02981-5)

Noppenberger, A.: Warum ich Rosen krieg. Ein Bilderbuch für Kinder und Eltern bei Trennung im Streit (ISBN 978-3-497-03106-1)

Schneider, F., Döbele, M.: Die Weltraum-Mission. Ein Bilderbuch mit Entspannungsgeschichten zum Lesen und Anhören (ISBN 978-3-497-03097-2)

Zoller, H.-U.: Mea und die Meeresschildkröten. Eine Mutmachgeschichte für Kinder mit Rechenschwierigkeiten (ISBN 978-3-497-03035-4)

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 978-3-497-03181-8 (Print)

ISBN 978-3-497-61724-1 (PDF-E-Book)

ISBN 978-3-497-61725-8 (EPUB)

2. Auflage

© 2024 by Ernst Reinhardt, GmbH & Co KG, Verlag, München

Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt.

Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung der Ernst Reinhardt GmbH & Co KG, München, unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen in andere Sprachen, Mikroverfilmungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen. Der Verlag Ernst Reinhardt GmbH & Co KG behält sich eine Nutzung seiner Inhalte für Text- und Data-Mining i.S.v. § 44b UrhG einschließlich Einspeisung/Nutzung in KI-Systemen ausdrücklich vor.

Printed in EU

Zeichnungen Cover und Innenteil: Marlene Monzel

Ernst Reinhardt Verlag, Kemnatenstr. 46, D-80639 München

Net: www.reinhardt-verlag.de E-Mail: info@reinhardt-verlag.de

Monas Zauberstab ist kaputt.



Mona hat versucht, Mama, Papa und Tavo wegzuzaubern.
Es hat nicht funktioniert. Verflixt!





Enttäuscht liegt sie in ihrer Kuschelhöhle.
Mit Mama, Papa und Tavo ist es manchmal ganz schön schwer.
Und heute ist es besonders schwer.



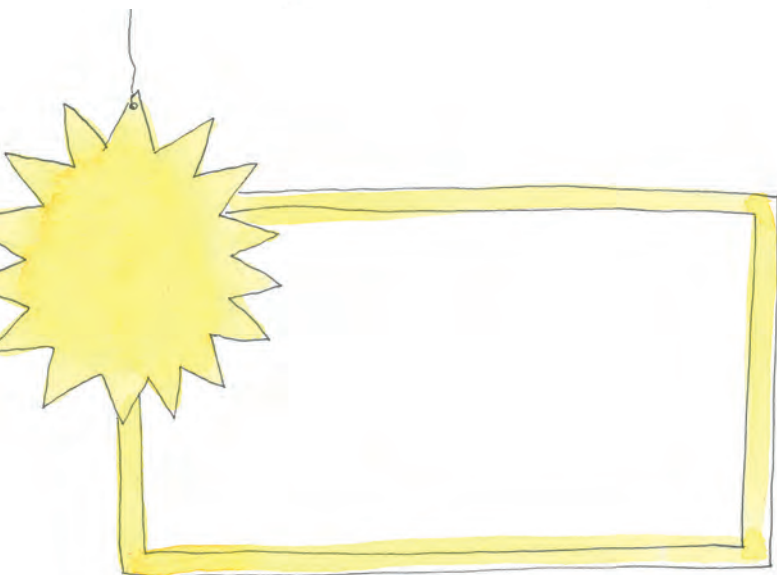
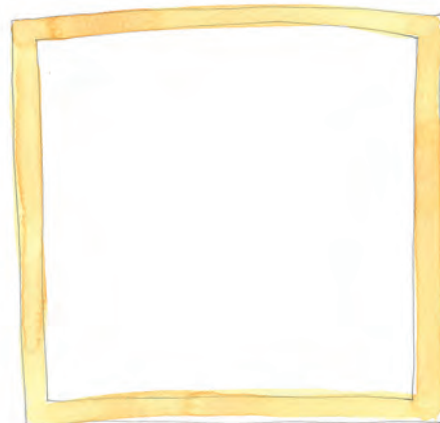
DEINE MITMACHSEITEN

Du und deine Familie

Du hast Mona und ihre Familie kennengelernt.

Wer gehört zu *deiner* Familie?

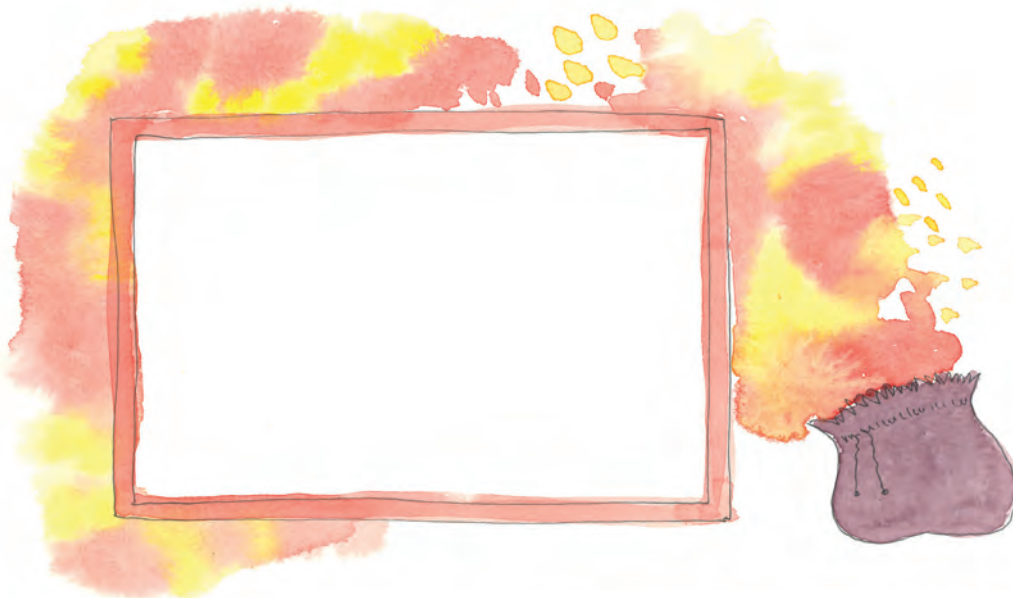
Du kannst deine Lieblingsmenschen in diesen Kasten malen, ihre Namen schreiben oder Fotos von ihnen einkleben.



Mona erlebt in der Geschichte schöne Momente mit Mama, Papa, Tavo und Kater Salbei – und auch schwierige Situationen.

An welche schönen Momente mit deiner Familie Erinnerst du dich gerne?

An welche Momente Erinnerst du dich, in denen es Krach gab?



Hintergrundinformationen zum Buch „Mona und die magische Gefühlsleiter“



Liebe Mamas, Papas und alle Lieblingsmenschen der Kinder,
liebe ErzieherInnen, Lehrkräfte, Therapeutinnen und Therapeuten
sowie andere Fachkräfte,

der Alltag von Kindern und Erwachsenen steckt voller Herausforderungen – in der Familie genauso wie in Kita-Gruppen oder Schulklassen. Es gilt, die alltäglichen Aufgaben zu bewältigen und dabei unterschiedliche Persönlichkeitsmerkmale, Erfahrungen und Meinungen zu berücksichtigen. Nirgendwo läuft „Miteinander“ immer fluffig-leicht ab. Wo Menschen zusammenkommen, gibt es auch Unstimmigkeiten und Krach. Dass wir mit gesellschaftspolitischen Hürden und mit Krisen umgehen müssen, die unseren ganzen Planeten ins Wanken bringen, stellt uns vor zusätzliche Herausforderungen.

Wir sprechen selten darüber, wie es eigentlich funktioniert, das Leben mit seinen kleinen und großen Herausforderungen zu bewältigen. Vor allem sprechen wir selten darüber, wie wir eines unserer wertvollsten Werkzeuge – den Körper, in dem wir wohnen – nutzen können, um das Zusammenleben zu meistern und einen lebenswerten Alltag zu gestalten.

Kinder kommen nicht mit fertigen Anleitungen für Sozialkompetenz auf die Welt. Gleichzeitig bringen sie die besten Voraussetzungen mit, zu richtigen Künstlern des (Zusammen-)Lebens zu werden, denn sie sind neugierig. Sie haben stets ein Interesse daran, ihre Kompetenzen weiterzuentwickeln. Dafür ist es gut, zunächst einmal im eigenen Körper ein zu Hause zu finden.

In jeder Familie gibt es neben den schönen Momenten auch Krach. Die Geschwister streiten, sie schubsen und treten sich. Und manchmal schimpfen die Erwachsenen und sagen Dinge, die sie gar nicht so meinen.

Dass doofe Momente zum Alltag dazugehören, erlebt auch Mona in der Geschichte im Buch. Nur: Wie viel Streit ist okay?

Viele Eltern fragen sich, wie ein Umgang mit Konflikten aussieht, von dem Kinder profitieren können. Was können Eltern und Fachleute tun, wenn Kinder leiden, weil es zu Hause mit den Geschwistern viel Streit gibt? Warum schimpfen Erwachsene, auch wenn sie es gar nicht wollen? Was können sie tun, damit sich Kinder trotzdem

