

VORWORT	4
METHODISCH-DIDAKTISCHER KOMMENTAR	5
1. KENNENLERNEN, EINSTIEGE UND FÜR ZWISCHENDURCH	9
Kennenlernen – Namensrätsel	9
Kennenlernen – Akronyme	10
Etwas Persönliches mitbringen	11
Gemeinsamer Tagesanfang	13
Check-in und Check-out	14
Für zwischendurch – Gummibärchen	23
Für zwischendurch – Perlenketten auffädeln.	24
Für zwischendurch – Der Ein-Minuten- König	25
Für zwischendurch – Achtsam essen.	26
Für zwischendurch – Den Körper nutzen ...	27
2. UMGANG MIT GEFÜHLEN	30
Gedanken – Ein Wegweiser zu den Gefühlen	30
Gefühle und Situationen	33
Gefühlsbild	35
Den Gefühlen auf der Spur	37
Gefühle können sich mischen	40
Eine Blumenwiese voller Gefühle	44
Mein Gefühlsgarten – Welche Pflanzen gieße ich?	50
Gefühlsball	55
Gefühle und Musik	57
Eine Gefühlsmusik erfinden	59
Malen zu Musik	61
3. ICH UND DU = WIR	63
Luftballonrennen	63
Finde deinen Luftballon	65
Eine Marmelbahn aus Papier	67
Seilspringen in wachsenden Gruppen	69
Meine warme Dusche	70
Gemeinsamkeiten und Unterschiede	72
Klassenpuzzle	76
Konflikte – Gefühle und Verhalten	79
Konflikte – Gefühle, Verhalten und Bedürfnisse	85
Geschichte vom schwarzen und weißen Wolf	87
Wolfsmandala	91
Die Stärken des schwarzen und weißen Wolfes	95
Was wir brauchen	97
4. REFLEKTIEREN UND KONSERVIEREN	101
Ein Elfchen schreiben	101
Eine Fenstercollage basteln	103
Glückstagebuch	106
Glück in der Streichholzschachtel	110
Wochenrückblick	113
Glücksgläser	115
Jahresabschluss	117
Glückskiste	120
Jahresfäden	126
Lieblingsmenschen auf dem Sofa	127