

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	5
<b>A Die Grundlagen von EPaN</b>	6
1 Warum gerade Empathie stärken?	6
2 Theoretische Hintergründe des EPaN-Programms	6
3 Der Aufbau des Programms	9
4 Die Wirksamkeit des EPaN-Programms	11
<b>B Das EPaN-Programm</b>	16
1 EPaN-Praxistipps	16
2 Die Tools und Module des EPaN-Programms	21
2.1 Einführungsveranstaltung	23
2.2 Überblick zu Toolbox 1: Emotionen erkennen	25
2.2.1 Toolbox 1 Modul 1: Meine Gefühle und deine Gefühle (Teile A bis D)	26
Teil A: Meine Gefühle – Spaziergang am Strand	26
Teil B: Meine und deine Gefühle – Zwei Seiten meiner Gefühlswelt	28
Teil B: Visualisierung	30
Teil C: Meine und deine Gefühle – „Nein“ und „Ja“	31
Teil C: Visualisierung	33
Teil D: Mir und dir ein gutes Gefühl geben – Short Message	34
2.2.2 Toolbox 1 Modul 2: Andere Gefühle erkennen (Teile A bis D)	35
Teil A: Andere Gefühle steuern – Bandleader	35
Teil B: Gefühle beim anderen im Gesicht erkennen – Bildtelefon	36
Teil B: Visualisierung	38
Teil C: Gefühlspantomime – Auf der Bühne	39
Teil D: Gefühlssprache – Gesten der Verabschiedung	41
2.3 Überblick zur Toolbox 2: Perspektiven einnehmen	42
2.3.1 Toolbox 2 Modul 1: Meine Sichtweise und deine Sichtweise (Teile A bis D)	43
Teil A: Meine Sichtweise einnehmen – Magic Box	43
Teil B: Meine und deine Sichtweise – Verstehst du mich?	44
Teil C: Meine und deine Sichtweise – Statuen formen	46
Teil D: Meine und deine Sichtweise– Talk about	48
2.3.2 Toolbox 2: Modul 2: Andere Sichtweisen einnehmen (Teile A bis D)	50
Teil A: Andere Sichtweisen erfassen – Matched Face	50
Teil B: Andere Sichtweisen einnehmen – False-Belief-Aufgabe	52
Teil C: Andere Sichtweisen verstehen – Rollen verstehen	54
Teil D: Positive Sichtweisen bestärken – (Postkarten-)Grüße	56
2.4 Überblick zur Toolbox 3: affektives Nach-Erleben	57
2.4.1 Modul 1: Mein Erleben und dein Erleben (Teile A bis D)	58
Teil A: Mein Erleben – Eine Wanderung mit vollem Gepäck	58
Teil B: Mein und dein Erleben – Spiegel oder Schatten	61

Teil C: Mein und dein Erleben zeigen – Gefühlspole .....	62
Teil D: Mein und dein Erleben– Gefühlspole in Bewegung .....	64
2.4.2 Modul 2: Anderes Erleben fühlen (Teile A bis D) .....	66
Teil A: Unser Erleben fühlen – Bild in Bewegung .....	66
Teil B: Anderes Erleben spüren – Was fühlt die Person? .....	68
Teil C: Anderes Erleben spüren – Wachsfiguren .....	70
Teil D: Gemeinsam Vertrauen spüren – Im Vertrauenskreis .....	72
2.5. Hinweise zur Gestaltung der Abschlussveranstaltung.....	74
<b>C Literatur .....</b>	<b>76</b>
<b>D Lehrplankonformität (Beispiel: Mittelschule Bayern).....</b>	<b>77</b>
<b>E EPaN-Materialteil.....</b>	<b>79</b>
1 Übersicht über die benötigte Anzahl an Kopien .....	79
2 Übersicht der Arbeitsblätter (AB) .....	82
3 Übersicht der Präsentationen (P).....	86
4 Übersicht der Symbolkarten (S) .....	90
5 Übersicht des Bildmaterials (B) .....	97
6 Übersicht der Wortkarten (WK) .....	112
<b>F Bildnachweis .....</b>	<b>116</b>