

Vorwort	6
Schluss mit dem GEFÜLchen-Chaos!	9
.....	
Eselles Welt	10
Feenzauber	12
Tante Rita und das WUTchen	14
Die Brücke und das ANGSTchen	16
Die anderen Einhörner und das SCHAMchen	19
Schneehorn und das TRAUERchen	22
Lol und das FREUDchen	25
Wiedersehen mit der Fee	27
Pädagogisches Begleitmaterial	31
.....	
Übungen: Gefühle erkennen und wahrnehmen	32
.....	
Gefühle-Poster (ab 3 Jahren)	32
Gefühle-Memory (ab 4 Jahren)	35
Gefühle erforschen (ab 3 Jahren)	36
Gefühle-Raten (ab 4 Jahren)	38
Mein Wolkenzauberland (ab 3 Jahren)	39
FREUDchen-Liste (ab 4 Jahren)	40

Rituale: Gefühle teilen	41
GEFÜHLchen-Kreis (ab 3 Jahren)	42
Erzähl-Runde (ab 6 Jahren)	43
Eselle-Ampel (ab 3 Jahren)	44
Mutmacher (ab 3 Jahren)	46
Abschiednehmen (ab 3 Jahren)	47
Eselle-Sprüche (ab 3 Jahren)	48
Eselle-Urkunde (ab 3 Jahren)	49
FREUDchen-Glas (ab 3 Jahren)	50
GEFÜHLchen-Kasten (ab 6 Jahren)	51
Anregungen zu den GEFÜHLchen-Geschichten	52
GEFÜHLchen kennenlernen (ab 3 Jahren)	52
WUTchen	53
ANGSTchen	54
SCHAMchen	55
TRAUERchen	56
FREUDchen	57
Vorlagen zu den Ritualen	58
Weitere Empfehlungen	101