

## **8 ZU DIESEM BUCH**

## **9 DIE BEDEUTUNG DER RESILIENZ FÜR DIE KINDLICHE ENTWICKLUNG**

## **12 RESILIENZ IN DER KITA FÖRDERN**

## **14 SELBSTWAHRNEHMUNG**

- 15** Ich sehe wen, den du auch siehst
- 15** Ochs am Berge – 1, 2, 3
- 16** Spiegelbild
- 17** Mäuschen, piep einmal
- 18** Sich selbst malen
- 19** Angsthase und mutiger Tiger
- 20** Gefühlspantomime
- 21** Stark wie ein Bär
- 22** Ich reise in meinem Körper
- 24** Wer hat mich gestreichelt?
- 25** Gefühle-Uhr basteln
- 26** Du bist einmalig
- 27** Einmalige Schatzkiste basteln
- 28** Dein Fingerabdruck ist einmalig

## **29 SELBSTSTEUERUNGSFÄHIGKEIT**

- 30** Mein rechter, rechter Platz ist frei
- 31** Wutkissen
- 32** Gefühlsgesichter malen
- 33** Häschchen in der Grube
- 34** Trostkiste

- 35** Mutsteine bemalen
- 36** Das Gefühlsmonster
- 37** Sich selbst umarmen
- 38** Gefühle-Würfel
- 39** Top-oder-Flop-Stab
- 40** Luftboxen

## **41 SELBSTWIRKSAMKEITSÜBERZEUGUNG**

- 42** Dirigent
- 43** Der Kessel platzt
- 44** Loberunde
- 45** Ein Streicheln weitergeben
- 46** Hase lauf, Hase sitz
- 46** Hast du eine Murmel?
- 47** Zielwerfen
- 48** Jeder fängt jeden
- 49** Das Ich-kann-gut-Spinnennetz
- 50** Murmelglas der Talente
- 51** Eine Tüte mit Komplimenten
- 52** König/Königin vom Hüpfeland

## **53 SOZIALE KOMPETENZEN**

- 54** Gemeinsam ein Bild malen
- 55** Blindenführer
- 56** Inselspiel
- 57** Sanitäterspiel
- 58** Gemeinsam puzzeln
- 59** Rangierbahnhof
- 60** Wer fehlt? Wer ist da?
- 61** Bausteinübung
- 62** Das wachsende Monster
- 63** Schiffe versenken
- 64** Blinde Schlange

- 65** Ich helfe dir – du hilfst mir
- 66** Patenschaft übernehmen
- 67** Wie gut kenne ich die anderen Kinder?
- 68** Führ mich
- 69** Schlachtruf mit den Kindern entwickeln
- 70** Gemeinsames Bild aus Naturmaterialien legen

## **71 ANGEMESSENER UMGANG MIT STRESS**

- 72** Kuscheltier-Entspannung
- 73** Hase Hannes – eine Massagegeschichte
- 75** Mandala ausmalen
- 76** Igelballmassage
- 77** Apfelmeditation
- 78** Hände eincremen

## **79 PROBLEMLÖSEKOMPETENZ**

- 80** Flussüberquerung
- 81** Reifenwanderung
- 82** Die Streitampel
- 83** Die Kinder kleben zusammen
- 84** Floßfahrt
- 85** Gordischer Knoten
- 86** Mit dem Farbwürfel einen Konflikt lösen
- 87** Gemeinsamer Transport
- 88** Morgenkreis leiten
- 88** Aus einem Bilderbuch lernen

## **90 KOPIERVORLAGEN**

- 90** Bildkarten Gefühle
- 91** Gefühle-Uhr
- 92** Schatzkiste
- 93** Gefühle-Würfel