

Vorwort	4
Gefühlskarten	6/7

In mir stecken viele Gefühle

1	Gefühle benennen	
	Geschichte: Im Erzählkreis.....	8
	Unterrichtsstunde I	9
	Unterrichtsstunde II	11
2	Gefühle erkennen	
	Geschichte: Ins Gesicht geschrieben	15
	Unterrichtsstunde I	16
	Unterrichtsstunde II	19
3	Große Gefühle fühlen	
	Geschichte: Am Abend vor Schulbeginn	26
	Unterrichtsstunde I	27
	Unterrichtsstunde II	29
4	Gefühle und Bedürfnisse	
	Geschichte: Was steckt dahinter?	32
	Unterrichtsstunde	33

Meine großen Gefühle

5	Angst	
	Geschichte: Milos Montag	36
	Unterrichtsstunde	37
6	Wut	
	Geschichte: Ein Sturm zieht auf	41
	Unterrichtsstunde I	42
	Unterrichtsstunde II	45
7	Traurigkeit	
	Geschichte: Dichter und Dichterinnen	49
	Unterrichtsstunde	50
8	Neid	
	Geschichte: Der Noggel	55
	Unterrichtsstunde I	56
	Unterrichtsstunde II	59

Spielesammlung.....	93
Literaturempfehlungen	96

9	Zufriedenheit	
	Geschichte: Mein Floppy	62
	Unterrichtsstunde	63
10	Glück und Glücklichkeit	
	Geschichte: Was ist Glück?	66
	Unterrichtsstunde	67

Ich und meine Mitmenschen

11	Meinungsverschiedenheiten	
	Geschichte: In der Savanne	69
	Unterrichtsstunde	70
12	Perspektivwechsel	
	Geschichte: Auf dem Tennisplatz	73
	Unterrichtsstunde	74

Ich bin ich - und das ist gut so!

13	Gefühle regulieren	
	Geschichte: Alles unter Kontrolle	78
	Unterrichtsstunde	79
14	Ich und meine Gefühle	
	Geschichte: Ich bin ich – mit all meinen Gefühlen.....	84
	Unterrichtsstunde I	85
	Unterrichtsstunde II	87
15	Ich kenne meine Gefühle	
	Abschlussstunde	89