

| | |
|---|-----|
| 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 Murmelbahn 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 |