

GEFÜHLSMONSTER-KARTEN

Oftmals fällt es uns schwer, unsere Gefühle zu zeigen, und wir sind uns unserer Gefühle nicht bewusst. Die Gefühlsmonster-Karten erleichtern Kindern und Jugendlichen das Sprechen über diese Gefühle, denn die Worte zu den Gefühlen lassen sich über das Bild viel leichter finden und dem Gegenüber vermitteln. Als Einstieg in den Tag, für den Morgenkreis oder bei der Videokonferenz lassen sich die Karten auf unterschiedliche Weise einsetzen. Viel Spaß!



Ihr benötigt:

- Gefühlsmonster-Karten oder Gefühlsmonster-Scan (Online-Version)

Beschreibung:

Die Gefühlsmonster-Karten werden im Raum ausgelegt oder in der Videokonferenz eingeblendet. Die Karten, die einen Blick auf sich ziehen, haben meist mit einer erlebten Situation und dem momentanen Gefühl zu tun.

Die Lehrperson stellt eine Frage und fordert die Schülerinnen und Schüler auf, über die Gefühlsmonster-Karten zu schauen.

1. „Wie geht es euch gerade?“
2. Fragen zu konkreten Situationen, wie z.B.:
„Wie geht es euch mit der Abstandsregel?“
„Wie geht es euch damit nicht zur Schule zu können?“
„Wie ist es für euch Gesichtsmasken zu tragen?“

Spricht jemand eine Karte an, merkt man sich diese.

Auf die Frage „Was bedeutet diese Karte für dich?“ haben die Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit, ihr Gefühl und die konkrete Situation zu beschreiben sowie sich Gedanken zu ihrer Karte zu machen.

Sind die Gefühle negativ, empfiehlt es sich, mit einem positiven Gefühl und einer angenehmen Situation zu enden.



Vorlage Gefühlsmonster-Scan



Gefühlsmonster

Teste deine Gefühlslage zu einer Frage oder Situation

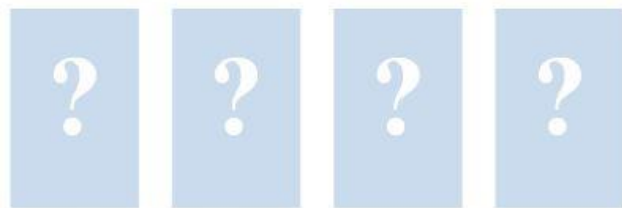
Wähle eine Situation für die du deine Gefühle klären möchtest.

Schau nun mit einem schweifenden Blick über die Karten. Ziehe die Karten die dich "ansprechen" auf die Auswahlfelder.

[Ausführliche Anleitung](#)



AUSWAHLFELDER - Diese Karten sprechen dich zu deiner Frage an.



So würde ich mich gerne fühlen.

Dieses Monster wäre hilfreich.



WEITER ▶

© Gefühlsmonster GmbH



Gefühlsmonster

Weitere Ideen und Anregung zu den Gefühlsmonster Karten unter www.gefuehlsmonster.de.