

Gefühlskarten

Alter:
ab ca. 4 Jahre

Zeit:
Ca. 20 Min., je nach
Gesprächsdauer

Materialien:
Gefühlsmonster
oder Fische-Karten

Quelle:
www.gefuehlsmonster.eu,
„Heute bin ich –
Kunstkarten-Set“
von Mies van Hout,
Beschreibung
abgeändert von PiK
gGmbH

Gefühlskarten (z.B. Gefühlsmonster oder Fische-Karten) erleichtern den Austausch über Gefühle. Auf die meisten Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen wirken sie ansprechend und es fällt viel leichter eine Karte auszuwählen als ein Gefühl zu benennen.

Im Gespräch kann man die Karten auf dem Tisch ausbreiten. Nun können Fragen gestellt werden z.B. Wie geht es Dir gerade? oder Wie ist die Stimmung zu Hause? Das Kind/der Jugendliche kann nun eine oder mehrere Karten auswählen. Nun kann gefragt werden, was die einzelnen Karten für das Kind/ den Jugendlichen bedeuten.

Dabei ist zu beachten:

- Wer die Bilder auswählt, entscheidet, was er/sie in den Bildern sieht
- Eigene Worte und Erklärungen zu den Karten sind hilfreicher als fremde Zuschreibungen
- Jede Karte/jedes Bild kann und soll unterschiedlich verstanden werden
- Bei Bedarf können Beschreibungen einer Karte durch Nachfragen oder Feedback ergänzt werden

