

Wie fühlst du dich?



Mehrsprachiges Bildkartenset
zur Förderung der differenzierten Wahrnehmung
und Benennung von Emotionen

Wie fühlst du dich?

Mehrsprachiges Bildkartenset

Das Bildkartenset **Wie fühlst du dich?** unterstützt Kinder ab fünf Jahren dabei, die Vielfalt der menschlichen Gefühlswelt kennenzulernen, ihre eigenen Gefühle differenziert wahrzunehmen und zu benennen.

Pädagog*innen und Therapeut*innen kommen anhand der Bildkarten mit den Kindern über die unterschiedlichen Emotionen ins Gespräch und können gemeinsam mit ihnen mögliche Lösungsansätze für den Umgang mit belastenden Gefühlen erarbeiten. Auf diese Weise erweitern die Kinder ihren emotionsbezogenen Wortschatz und werden in ihrer Empathiefähigkeit und ihrem prosozialen Verhalten gestärkt.

Damit die Karten für alle Kinder gleichermaßen Identifikationspotenzial entfalten, sind die Illustrationen der preisgekrönten Gestalterin Joanne Liu bewusst minimalistisch gehalten und zeigen je einen Buben (Jungen) und ein Mädchen in einem angenehmen oder unangenehmen emotionalen Zustand.

Um die Aussagekraft der insgesamt 38 Karten kongruent zu gestalten und ein möglichst hohes Maß an Praxistauglichkeit zu gewährleisten, wurden mehrere Kinder in Einzel- und Gruppensettings sowie erfahrene Expert*innen aus Pädagogik,

Psychologie und Psychotherapie in die Produktentwicklung eingebunden. Im Zuge dieses Prozesses forderten die Kinder – in Ergänzung zu den Basiskarten – die Sonderkarten „okay“ und „Stopp!“ ein. Die Expert*innen urgieren die Karten „beschämt“ und „schuldig“ sowie zweierlei Sonderkarten zum Thema „Unterstützung“.

Das Bildkartenset **Wie fühlst du dich?** ist in den Bereichen „Soziales Lernen“ und „Förderung im Kontext von Mehrsprachigkeit und DaZ“ im Kindergarten (in der KITA) und in der Volksschule (Grundschule) ebenso einsetzbar wie in der beratungspädagogischen und therapeutischen Arbeit.

Mit Bedacht auf die migrationsbedingte Sprachenvielfalt sind die dargestellten Gefühle auf den Vorderseiten in Deutsch (DE*), auf den Rückseiten zudem in jenen Sprachen schriftlich festgehalten, die im deutschsprachigen Raum stark vertreten sind. Das sind **Albanisch (SQ*)**, **Arabisch (AR*)**, **Bosnisch-Kroatisch-Serbisch (BKS*)**, **Englisch (EN*)**, **Farsi (FA*)**, **Französisch (FR*)**, **Italienisch (IT*)**, **Polnisch (PL*)**, **Rumänisch (RO*)**, **Tschechisch (CE*)** und **Türkisch (TR*)**.

*internationales Sprachenkürzel

Das Bildkartenset **Wie fühlst du dich?** nimmt Gefühle von Kindern ab 5 Jahren in den Blick. Es besteht aus insgesamt 38 Karten in 12 Sprachen (16 Basis- und 3 Sonderkarten in je 2 Ausführungen).

schüchtern



schuldig



stolz



angeekelt



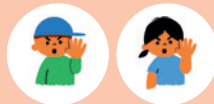
ängstlich



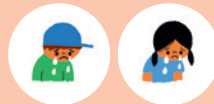
beschämt



Stopp!*



traurig



überrascht



geborgen



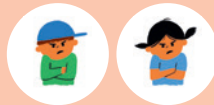
gestresst



glücklich



verärgert



verliebt



wütend



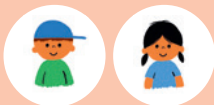
mutig



neidisch



okay*



Unterstützung*



Unterstützung*



*Sonderkarte

Ideen und Anregungen zur Arbeit mit den Bildkarten

Wie fühlst du dich? im Gruppen- oder Einzelsetting

- Die Bildkarten mit den Kindern betrachten und sie die dargestellten Gefühle beschreiben lassen.
- Die Kinder ermuntern, zu aktuell erlebten Gefühlen passende Bildkarten zu finden; sie anschließend dazu animieren, zu erzählen, wie sich diese Emotionen anfühlen und wo sie im Körper zu spüren sind.
- Die Karten der Reihe nach in die Höhe halten, dabei die Gefühlsbezeichnung auf der Vorderseite abdecken und die Kinder erraten lassen, welches Gefühl das dargestellte Kind erlebt.
- Bei einem Konflikt zwischen zwei oder mehreren Kindern mithilfe der Karten gemeinsam überlegen, welche Gefühle der Konflikt bei den einzelnen Beteiligten ausgelöst hat.
- Anhand der Sonderkarte „Unterstützung“, auf der ein buntes Herz zu sehen ist, mit den Kindern besprechen, wer ihnen dabei helfen könnte, unangenehme und belastende Gefühle zu lindern oder loszulassen; aber auch, mit wem sie angenehme Gefühle gerne teilen würden.

- Mithilfe der Sonderkarte „Unterstützung“, auf der Kuschieltiere, Malstifte, ein Fußball, ein Bilderbuch, die Sonne etc. dargestellt sind, die Kinder fragen, was ihnen in belastenden Situationen guttut.
- Die Kinder motivieren, zu erzählen, in welchem Kontext bei ihnen welche Gefühle auftauchen.
- Eine Geschichte vorlesen und die Kinder animieren, Bildkarten zu finden, die zur Gefühlslage der Protagonist*innen in bestimmten Szenen passen.

Fachliche Expertise

Dipl.-Päd.ⁱⁿ Birgit Gasteiger
MMag.^a Maria Schwärzler-Senitz
Mag. Philipp Schwärzler
philipp-schwaerzler.at

Illustrationen

Joanne Liu, BFA
allthings-brightandbeautiful.com

Art Direction

Katrin Smejkal, MA
katrinsmejkal.com

Konzept, Redaktion

Papperlapapp Medienverlag
Dr.ⁱⁿ Karin Hirschberger
papperlapapp.co.at/emotionskarten

1. Auflage 2021

© Papperlapapp Medienverlag, Wien

ISBN 978-3-903391-00-0

**Papper
lapapp**



papperlapapp.co.at/emotionskarten