

# Kinderbücher zum Thema Gefühle

---

## ERGÄNZUNG ZU

## „DIE AUTONOMIEPHASE IM KLEINKINDALTER“ VON RAMONA NOLL

Mein Bauch ist ein Vulkan

Kleiner Drache große Wut

Der Löwe in Dir

Das kleine Wir

Wut-Kitzelbuch: Für weniger Wut im Bauch

Warum tanzen wir vor Glück und kochen vor Wut

Ich und meine Gefühle

Jim ist mies drauf

Gefühle – So geht es mir!

Der achtsame Tiger

Wieso weshalb warum – Ängstlich, wütend, fröhlich sein

Das Neinhorn

Umarmst Du mich mal

Der stinksaure Braunbär

Der Dachs hat heute schlechte Laune

Heule Eule

Der Besuch

Frau Honig

Mutig, mutig

Du hast angefangen! Nein Du!

Heute bin ich

# Ideen für Spiele und Übungen in der Autonomiephase

## ERGÄNZUNG ZU

## „DIE AUTONOMIEPHASE IM KLEINKINDALTER“ VON RAMONA NOLL

### Körperbewusstsein:

- Achtsames Laufen, Barfußpfad
- Atemübungen, Yoga, Kinder Meditationen
- Körperbilder malen lassen
- Phantasiereise über den Körper
- Körperteile benennen, auch differenziert: Wimpern, Wangen, ...
- Spiegel einsetzen
- Blind andere ertasten
- Personen beschreiben
- alle Sinne ansprechen (Geräusch-Memory, Tastsäckchen, Blind verkosten ...)
- Luftballontreten in Teams
- Fangspiele
- Bewegungsparcours
- Spiele mit Handicap (Fangen auf einem Bein, Blinder Parcours, Lippenlesen, ...)

### Gefühle:

- Handpuppen können helfen in andere Perspektiven zu schlüpfen
- Gefühle nachspielen und fotografieren
- Bilderbücher zum Thema
- Wutsocken in einen Eimer werfen
- Wutkissen
- Gefühle skalieren
- Gefühlskärtchen
- Lebensgroße Körperzeichnung (Umriss zeichnen) und eintragen, wo man was spürt

### Tobespiele:

- Kissenschlacht
- Auf Pezibällen sitzen und versuchen sich gegenseitig umzuwerfen
- Möhrenziehen
- Wasserschlacht

### Zuwendung:

- Massagen
- Phantasiereisen
- Stille Post auf dem Rücken

### Kooperation:

- Helferfangen (nur wer alleine ist, darf gefangen werden, „Hilf mir mein Freund!“)
- Gemeinsam durch einen Parcours, auch blind
- Kooperative Gesellschaftsspiele

### Stereotype:

- Vater-Mutter-Kind mal anders
- Verkleidekiste, nur mit Materialien zum freien Verkleiden ohne Vorgaben
- Berufe spielen