



Inhalt

Themen:

- 5 Und jeder Tag ein Neubeginn** Grundsätzliches zum Nachdenken über Unterricht und Erziehung
- 11 Mein freundliches Klassenheft** Eine Art Tagebuch anlegen, in das wöchentlich Leitsätze, Sinnsprüche und eigene Gedanken eingetragen werden (kreativ-therapeutisches Schreiben)
- 13 Meine Gefühle** Auf Kritik gelassen reagieren lernen
In anderen einen Spiegel seines eigenen Verhaltens erkennen
Die eigenen Gefühle wahrnehmen können
- 21 Jeder fühlt anders** Menschen verbinden bestimmte Gefühle mit unterschiedlichen Episoden.
- 25 Was ich eigentlich sagen will** Kinder (und auch Erwachsene) senden verschlüsselte Botschaften aus. Wir lernen uns offen auszudrücken und zu verstehen.
- 29 Gelassenheit und Geduld** Ärger und Spannung abbauen, Sorgen loslassen, Geduld mit sich selbst und anderen haben
- 33 Geben und Nehmen** Man schenkt den Menschen seine Zeit und erhält selbst Zuwendung und Liebe.
- 35 Achtsamkeit** Der verständnisvolle Umgang miteinander: Die fünf Komplimente
- 39 Miteinander lernen** Wie wir erkennen, daß uns nutzen kann, was andere tun, auch wenn sie kritisieren.
- 43 Einander zuhören – miteinander arbeiten** „Nicht vollquatschen“, einander trösten; an gemeinsamen Projekten arbeiten
- 45 Gemeinsam lachen** Humor heilt. Lustige Spiele: Gewitterregen, ZIP-BOING-KABOIDELE, Elefant oder Palme