

---

Freude, Neid, Eifersucht und andere starke Gefühle

## Description

Glücklich, überrascht, traurig, enttäuscht, ängstlich oder wütend: Die ganze Bandbreite an Gefühlen ist nie wieder so deutlich ausgeprägt wie in der Kindheit. Abhängig vom individuellen Temperament, der Erziehung und dem kulturellen Hintergrund gehen Kinder ganz unterschiedlich mit diesen Gefühlen um. Gefühle sind für Kinder der Schlüssel zu Glück und Erfolg. Was das bedeutet und wie wichtig es ist, dass Kinder ihren Gefühlen Ausdruck verleihen können und wie wir sie darin unterstützen, wird in diesem Seminar auf humorvolle Weise dargestellt.

Seminarinhalte:

- Darstellung der großen Bandbreite an Gefühlen (Freude, Angst, Glück, Neid, Scham, Schuldgefühl, Gleichgültigkeit...)
- Wie entstehen Gefühle?
- Umgang mit Gefühlen (problemorientierte und emotionsorientierte Strategien)
- Wie können wir den kompetenten Umgang mit Gefühlen fördern?