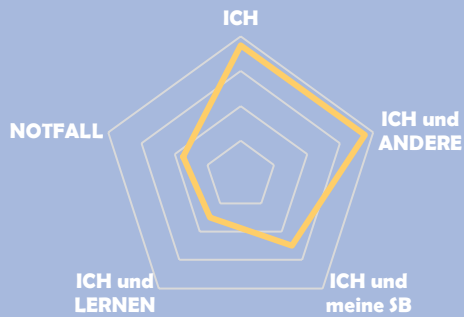


Emotionen erkennen

Welche Kompetenzen werden gestärkt?

1. Emotionsverständnis
2. Emotionswahrnehmung
3. Emotionsregulation
4. Selbst- und Fremdwahrnehmung



Wie hoch ist der Aufwand?



Kurzvorstellung

Anhand von abgebildeten Informationen, soll der Schützling lernen zu erkennen, wie er die Emotionen anderer und seine eigenen deuten kann

Ziele und Potenziale

Emotionen (Anderer & die Eigenen) richtig interpretieren und somit Einfluss auf die nachfolgende Handlung nehmen. Das Entstehen neuer Konflikte sowie Grenzüberschreitungen sollen verhindert werden

Wann kann diese Methode hilfreich sein?

Die Methode kann in jeder Alltagssituation angewendet werden, bei Schützlingen, denen die Interpretation von Emotionen schwerfällt.

Zeit

2-3 Minuten

Setting

In jeder Alltagssituation

Material

Karten mit Bildern der Emotionen

Erklärung der Methode, Ablauf, Hinweise, Hilfen beim Einsatz:

Steht der Schützling vor einer schwierigen Situation, in der er die Emotionen Anderer nicht richtig interpretieren kann, so kann er sich die Karte zur Hilfe nehmen. Er kann sich die passende Emotion durchlesen und somit interpretieren und sein Verhalten dahingehend anpassen.

Alternativ kann die Methode auch verwendet werden, um seine eigene Gefühlslage zu reflektieren und/oder diese seiner Schulbegleitung/Lehrkraft/Mitschüler:in gegenüber transparent zu machen, ohne diese in Worte fassen zu müssen. So können die anderen Beteiligten Rücksicht auf die Gefühlslage des Schützlings nehmen und potenzielle Konflikte oder Missverständnisse können womöglich vermieden werden.

Es empfiehlt sich, die Karte immer wieder anzuschauen, auch in Situationen, in welchen der Einsatz nicht erforderlich ist, um diese Emotion zu üben und zu lernen. So muss die Karte nicht mehr in jeder unsicheren Situation erneut genutzt werden, sondern kann im Schützling verinnerlicht werden.

Variationsmöglichkeiten:

- Nur Emotionen aufführen, die nicht richtig erkannt werden (nicht alle)
- Länge und Art der Beschreibung
- Variation der Abbilder

Was gehört noch mit dazu? (Arbeitsblätter, Stofftiere,...)

- Gefühlsbildkarten mit passender Emotion und einer Kurzbeschreibung der jeweiligen Emotion