

# RESILIENZ – ICH BIN STARK!

## Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	1	<b>B3 Ich und die anderen</b>	
<b>B1 Ich bin ich</b>		<b>Bildkarten</b>	
<b>Bastel-/Malvorlage</b>		Ich, du, wir I/II.....	27/28
Das bin ich!.....	2	<b>Rollenspielkarten</b>	
<b>Hilfswörter</b>		Miteinander klarkommen I/II.....	29–32
Das bin ich!.....	3	<b>Beobachtungsbogen</b>	
<b>Projekt</b>		Das habe ich diese Woche geschafft.....	33
Mein „Ich bin ich!“-Buch.....	4–6	<b>Reflexionshilfe</b>	
<b>Gedicht</b>		Was ist dein Problem?.....	34
Irgendwie anders und doch gleich.....	7	<b>B4 Ich tue mir gut</b>	
<b>Bastelvorlagen</b>		<b>Reflexionshilfe</b>	
Ein Lob-Kärtchen/Komplimente zum Mitnehmen .....	8	Mein Tagesablauf I/II.....	35/36
<b>Reflexionshilfen</b>		<b>Bildkarten</b>	
Stark wie ein Bär.....	9	Was mir gut tut und mich glücklich macht.....	37
Meine Stärken und Schwächen I/II.....	10/11	<b>Achtsamkeitsübung</b>	
Eine neue Fähigkeit.....	12	Was mich glücklich macht .....	38
<b>B2 Ich habe Gefühle</b>		<b>Gedicht</b>	
<b>Bildkarten</b>		Anleitung zum Unglücklichsein.....	39
So viele Gefühle I/II.....	13/14	<b>Achtsamkeitsübung</b>	
<b>Wortkarten</b>		D wie Dankbarkeit.....	40
So viele Gefühle III.....	15	<b>Entspannungsübungen</b>	
<b>Bastelvorlage/Spiel</b>		Die Stille sehen und fühlen/Pure Entspannung.....	41
Ein Gefühlswürfel.....	16	Fantasiereise „Die Seifenblase“ .....	42
<b>Übung „Gefühle“</b>		Male, wenn du malst .....	43
Glückliches Monster, trauriges Monster.....	17	<b>Reflexionshilfe</b>	
<b>Bildkarten</b>		Ich bin stark!.....	44
Nach Regen folgt Sonnenschein!.....	18	<b>Didaktisch-methodische Überlegungen</b> .....	45–52
<b>Gedicht</b>		<b>Quellennachweise/Impressum</b> .....	52
Wie ein Regenbogen.....	19	<b>Methodenbausteine</b> .....	hintere Umschlagseiten
<b>Reflexionshilfe</b>			
Wie fühlt es sich an? I/II.....	20/21		
<b>Geschichte zum Vorlesen</b>			
Nein heißt Nein!.....	22		
<b>Reflexionshilfe</b>			
Nein heißt Nein! I/II.....	23/24		
Wenn ich wütend bin, dann .....	25		
<b>Bastelanleitung</b>			
Meine Wutkugel.....	26		



Einige **Arbeitsblätter** werden **differenziert** angeboten. Sie können entweder aufbauend und als zusätzliche Übung und Vertiefung eingesetzt oder je nach Leistungsstand des Kindes ausgewählt werden. Diese Arbeitsblätter sind mit dem **Differenziert-Button** gekennzeichnet.