

# und über Gefühle philosophieren


**Setting:**

Kleingruppe (6-8 Kinder),  
Stuhlkreis


**Sprachimpuls:**

Nachdenken und philosophieren  
über Gefühle


**Zeit:**

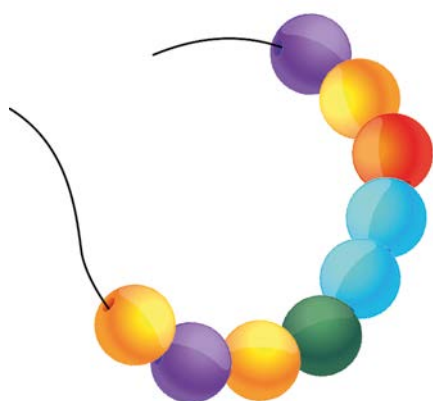
15 – 25 Minuten

Kinder benötigen Unterstützung und Begleitung, um ihre Gefühle zu erkennen, sie zu benennen und regulieren zu lernen. In dieser Sprachbegegnung wollen wir darauf eingehen, wie wir Kinder sprachlich in ihrer emotionalen Entwicklung unterstützen können – und zwar durch das gemeinsame Nachdenken und Philosophieren über Gefühle.

## SPRACHBEGEGNUNGEN

### Materialien

- leere Gläser
- farbige Papierstreifen
- Stifte
- bunte Perlen
- Schnur oder Gummiband
- Schere



Beim Philosophieren mit Kindern denken wir gemeinsam über Themen wie Gefühle oder Alltagssituationen nach, ohne richtige oder falsche Antworten. Kinder äußern frei ihre Gedanken und lernen, verschiedene Sichtweisen wahrzunehmen. Offene Fragen fördern den Dialog, verlangen aber sprachliche Sicherheit. Durch passende Synonyme und Gegensätze unterstützen Fachkräfte den Wortschatz der Kinder. Ihre Rolle ist die einer moderierenden Begleitung, die Impulse gibt, Fragen stellt, sprachliche Zugänge schafft und den Wortschatz gezielt unterstützt durch:

#### Geschlossene oder halboffene Fragen (zum Einstieg gut geeignet)

- ▶ Was glaubst du: Wie fühlt sich der Junge mit dem Teddy?
- ▶ Wenn ich nicht mit meinem Lieblingsspielzeug spielen darf, dann fühle ich mich ...

#### Satzanfänge zum Vervollständigen

- ▶ „Ich fühle mich ..., wenn ich spiele.“
- ▶ „Ich bin traurig, wenn ...“ „Ich freue mich, wenn ...“

#### Offene Fragen für sprachstärkere Kinder (regen längere Gespräche an)

- ▶ Warum fühlen Menschen manchmal unterschiedlich in derselben Situation?
- ▶ Was glaubst du, warum weint/lacht das Mädchen?
- ▶ Wie würdest du dich fühlen, wenn das dir passiert?

**Synonyme anbieten:** z. B. traurig – enttäuscht – bedrückt

**Gegensätze aufzeigen:** z. B. mutig ↔ ängstlich

#### Vergleiche anregen und Begründungen ermöglichen

- ▶ Fühlt sich Wut anders an als Traurigkeit? Wie?
- ▶ Welche Gefühle sind groß? Welche sind klein?
- ▶ Warum macht dich das fröhlich? Wieso hast du heute Mut gehabt?

## AKTIONSIDEEN

### Gefühlsgläser

Gestalten Sie „Gefühlsgläser“, um spielerisch den Wortschatz und das Bewusstsein für eigene Gefühle zu erweitern: Welche Gefühle kennen wir? Für jedes Gefühl entsteht ein eigenes Glas.

**Sammeln Sie gemeinsam passende Wörter oder kurze Beschreibungen:**

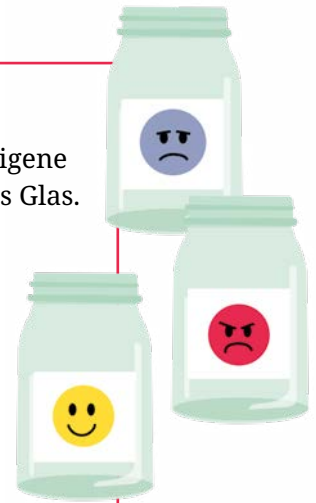
**Fröhlich-Glas:** „Ich bin ... glücklich, begeistert, stolz“, „Ich lache“, „Mein Bauch kribbelt“

**Traurig-Glas:** „Ich bin ... enttäuscht, bedrückt“, „Ich weine“

**Wütend-Glas:** Ich bin ... sauer, zornig, ärgerlich, „Ich stampfe“

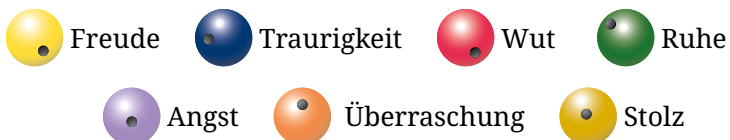
**Ängstlich-Glas:** „Ich bin ... unsicher, vorsichtig, „Ich verstecke mich“

Die Gläser eignen sich wunderbar, um über Gefühle ins Gespräch zu kommen.



### Gefühlsarmbänder

Eine Woche lang achten die Kinder bewusst auf ihre Gefühle. Jedes starke Gefühl wird mit einer Perle in einer bestimmten Farbe auf ein Armband gefädelt. Erstellen Sie zusammen eine Farb- oder Symbollegende:



Immer wenn ein Kind ein intensives Gefühl wahrnimmt, wählt es die passende Perle für sein Armband. Zum Wochenabschluss werden die Armbänder betrachtet: Wie war deine Woche? Was war besonders schön? Was hat dich geärgert? Kinder lernen Gefühle zu benennen, entwickeln ihre Selbstwahrnehmung und stärken ihre Empathie.



Gemeinsames Philosophieren kann sich aus Situationen ergeben, die ohnehin jeden Tag passieren. Entscheidend ist Ihre Haltung: interessiert nachfragen, Raum fürs Denken geben und Kinder ermutigen, ihre Perspektiven auszudrücken.



### Leseempfehlungen und Anregungen

- *Llenas, Anna (2025): Das Farbenmonster. Christophorus Verlag.*
- *Branković, Lidia (2023): Das Grand Hotel der Gefühle. Hatje Cantz Verlag.*
- *Brooks, Felicity; Allen, Frankie; Ferrero, Mar (2019): Gefühle – So geht es mir! Dtv.*
- Mut ausdrücken
- Kleiner Löwe, großer Mut
- Broschüre Die Welt der Gefühle entdecken

