

Praxisnahes Material für Kinder von 3 bis 6 Jahren

Bilder können Ausdruck und Orientierung erleichtern. Sie lösen Konflikte nicht allein, sondern unterstützen eine ruhige, faire Begleitung durch Erwachsene.

So wird das Material eingesetzt

- 1 Karten vor einer konkreten Situation ruhig kennenlernen; im Konflikt nur wenige passende Möglichkeiten zeigen.
- 2 Gefühle nicht als gut oder schlecht bewerten und sichtbare Körpersignale nie als sichere Diagnose behandeln.
- 3 Kinder dürfen sprechen, zeigen, legen, beobachten, Abstand nehmen oder nichts Persönliches erzählen.
- 4 Bei Gefahr zuerst schützen und begleiten. Das Material ersetzt weder Schutzklärung noch fachliche Einschätzung.

Wichtiger Rahmen

Keine Karte wird als Wahrheitsprüfung verwendet. Ein Kind muss weder ein Gefühl benennen noch Blickkontakt halten, sich entschuldigen oder ein Erlebnis vor der Gruppe erzählen.

Praxisnahes Material für Kinder von 3 bis 6 Jahren

Die Schwarz-Weiß-Fassung eignet sich für kontrastreichen Ausdruck und eigenes Kolorieren. Inhalt und Schutzrahmen bleiben gleich.

So wird das Material eingesetzt

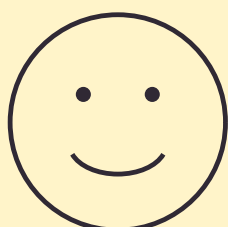
- 1 Karten vor einer konkreten Situation ruhig kennenlernen; im Konflikt nur wenige passende Möglichkeiten zeigen.
- 2 Gefühle nicht als gut oder schlecht bewerten und sichtbare Körpersignale nie als sichere Diagnose behandeln.
- 3 Kinder dürfen sprechen, zeigen, legen, beobachten, Abstand nehmen oder nichts Persönliches erzählen.
- 4 Bei Gefahr zuerst schützen und begleiten. Das Material ersetzt weder Schutzklärung noch fachliche Einschätzung.

Wichtiger Rahmen

Vor dem Einsatz eine Probeseite drucken. Schnittkanten abrunden; kleine Teile nur unter angemessener Aufsicht nutzen.

Gefühlskarten - Basisset

Eine Karte auswählen, zeigen oder liegen lassen



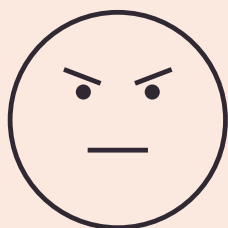
Freude

Ich freue mich - oder vielleicht fühlt es sich ähnlich an.



Traurigkeit

Ich bin traurig - oder etwas fehlt mir.



Wut

Ich bin wütend. Ich darf sicher Abstand nehmen.



Angst

Etwas macht mir Angst oder fühlt sich unsicher an.

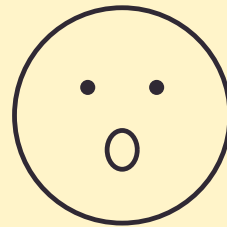
Gefühlskarten - Basisset

Eine Karte auswählen, zeigen oder liegen lassen



Unsicherheit

Ich weiß noch nicht, was ich tun möchte.



Überraschung

Damit habe ich nicht gerechnet.



Stolz

Ich habe etwas geschafft und freue mich darüber.



Enttäuschung

Ich hatte etwas anderes gehofft.

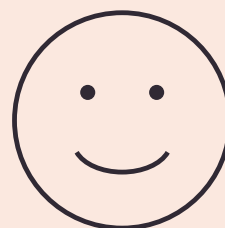
Gefühlskarten - Basisset

Eine Karte auswählen, zeigen oder liegen lassen



Ruhe

Ich fühle mich ruhig oder brauche Ruhe.



Aufregung

In mir ist viel Energie - angenehm oder anstrengend.



Müdigkeit

Ich bin müde oder brauche eine Pause.



Weiß nicht

Ich muss es gerade nicht benennen.

Gefühlskarten - S/W

Kontrastreiche Fassung zum Ausmalen



Freude

Ich freue mich - oder vielleicht fühlt es sich ähnlich an.



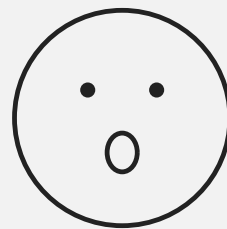
Traurigkeit

Ich bin traurig - oder etwas fehlt mir.



Wut

Ich bin wütend. Ich darf sicher Abstand nehmen.



Angst

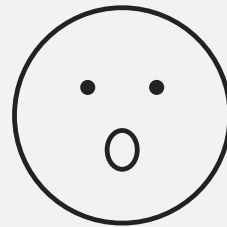
Etwas macht mir Angst oder fühlt sich unsicher an.

Kontrastreiche Fassung zum Ausmalen



Unsicherheit

Ich weiß noch nicht, was ich tun möchte.



Überraschung

Damit habe ich nicht gerechnet.



Stolz

Ich habe etwas geschafft und freue mich darüber.



Enttäuschung

Ich hatte etwas anderes gehofft.

Gefühlskarten - S/W

Kontrastreiche Fassung zum Ausmalen



Ruhe

Ich fühle mich ruhig oder brauche Ruhe.



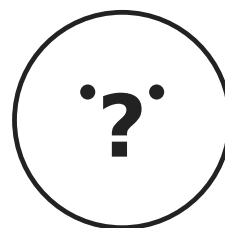
Aufregung

In mir ist viel Energie - angenehm oder anstrengend.



Müdigkeit

Ich bin müde oder brauche eine Pause.

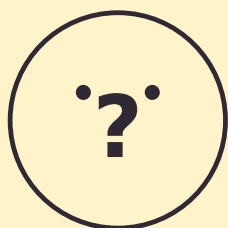


Weiß nicht

Ich muss es gerade nicht benennen.

Wenn kein Wort genau passt

Mehrdeutigkeit zulassen statt Gefühle festzulegen



Gemischt

Mehrere Gefühle können gleichzeitig da sein.



Anders

Keine Karte passt genau. Ich kann etwas Eigenes zeigen.



Keine Worte

Ich möchte gerade nicht sprechen.



Später

Ich möchte später noch einmal schauen.

Wenn kein Wort passt - S/W

Auch keine Auswahl ist eine gültige Möglichkeit



Gemischt

Mehrere Gefühle können gleichzeitig da sein.



Anders

Keine Karte passt genau. Ich kann etwas Eigenes zeigen.



Keine Worte

Ich möchte gerade nicht sprechen.

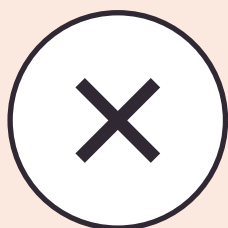


Später

Ich möchte später noch einmal schauen.

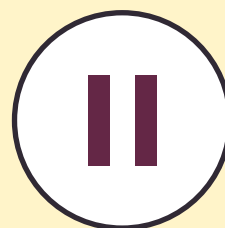
Stopp, Pause & Hilfe

Kurze, eindeutige Kommunikationskarten



STOPP

Bitte sofort aufhören.



PAUSE

Ich brauche eine Unterbrechung.



HILFE

Ich brauche eine erwachsene Person.

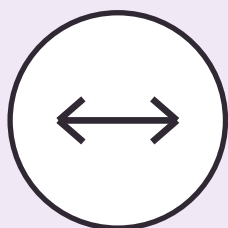


MEHR ZEIT

Ich antworte noch nicht.

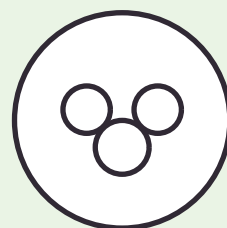
Stopp, Pause & Hilfe

Kurze, eindeutige Kommunikationskarten



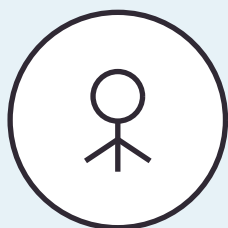
ABSTAND

Bitte weiter weg.



MITMACHEN

Ich möchte dabei sein.



ALLEIN

Ich möchte kurz allein sein.

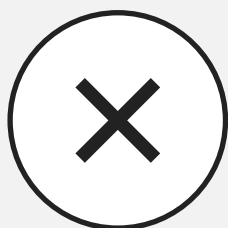


WEISS NICHT

Ich kann noch nicht wählen.

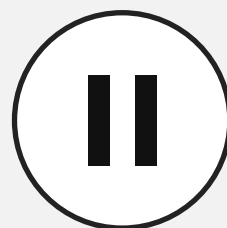
Stopp, Pause & Hilfe - S/W

Karten mit hohem Kontrast



STOPP

Bitte sofort aufhören.



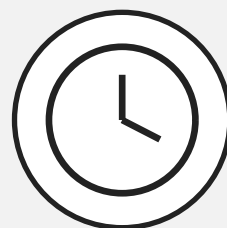
PAUSE

Ich brauche eine Unterbrechung.



HILFE

Ich brauche eine erwachsene Person.

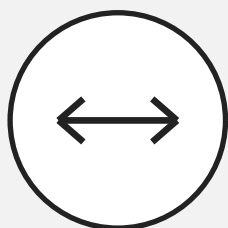


MEHR ZEIT

Ich antworte noch nicht.

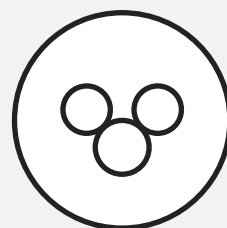
Stopp, Pause & Hilfe - S/W

Karten mit hohem Kontrast



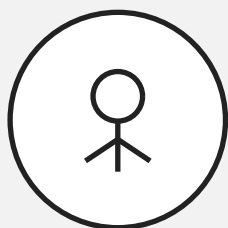
ABSTAND

Bitte weiter weg.



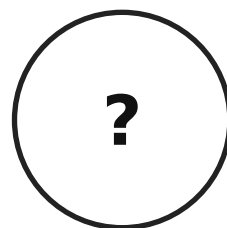
MITMACHEN

Ich möchte dabei sein.



ALLEIN

Ich möchte kurz allein sein.



WEISS NICHT

Ich kann noch nicht wählen.

Bedürfnisse auswählen

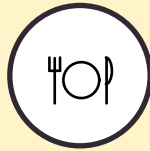
Was könnte jetzt helfen?

Was könnte jetzt helfen?



Trinken

Ich brauche etwas zu trinken.



Essen

Ich habe Hunger.



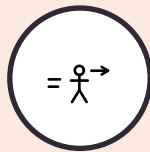
Toilette

Ich muss zur Toilette.



Ruhe

Ich brauche einen ruhigen Ort.



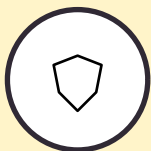
Bewegung

Mein Körper möchte sich bewegen.



Zuhören

Bitte hör mir zu.



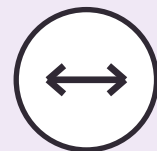
Sicherheit

Ich brauche Schutz oder Begleitung.



Nähe

Ich möchte eine vertraute Person in meiner Nähe.



Platz

Ich brauche mehr Platz.

Bedürfnisse auswählen - S/W

Was könnte jetzt helfen?

Was könnte jetzt helfen?



Trinken

Ich brauche etwas zu trinken.



Essen

Ich habe Hunger.



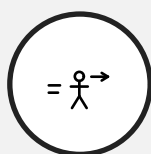
Toilette

Ich muss zur Toilette.



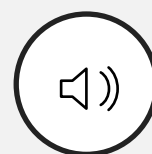
Ruhe

Ich brauche einen ruhigen Ort.



Bewegung

Mein Körper möchte sich bewegen.



Zuhören

Bitte hör mir zu.



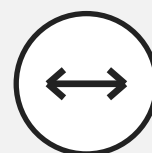
Sicherheit

Ich brauche Schutz oder Begleitung.



Nähe

Ich möchte eine vertraute Person in meiner Nähe.



Platz

Ich brauche mehr Platz.

Vier Schritte im Konflikt

Erst Sicherheit und Regulation, dann gemeinsam nach Lösungen suchen

Stopp & Sicherheit

1

Hände und Körper stoppen. Abstand schaffen. Erwachsene Hilfe holen, wenn Schutz nötig ist.

Ruhiger werden

2

Atmen, sitzen, trinken, bewegen oder pausieren. Niemand muss sofort reden oder sich entschuldigen.

Zeigen oder erzählen

3

Was ist passiert? Was brauchst du? Sprechen, zeigen, eine Karte wählen oder passen ist möglich.

Nächsten Schritt wählen

4

Abwechseln, tauschen, neu beginnen, Abstand, Hilfe oder später noch einmal versuchen.

Vier Schritte im Konflikt

Erst Sicherheit und Regulation, dann gemeinsam nach Lösungen suchen

Stopp & Sicherheit

1

Hände und Körper stoppen. Abstand schaffen. Erwachsene Hilfe holen, wenn Schutz nötig ist.

Ruhiger werden

2

Atmen, sitzen, trinken, bewegen oder pausieren. Niemand muss sofort reden oder sich entschuldigen.

Zeigen oder erzählen

3

Was ist passiert? Was brauchst du? Sprechen, zeigen, eine Karte wählen oder passen ist möglich.

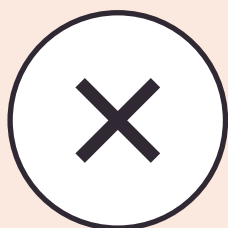
Nächsten Schritt wählen

4

Abwechseln, tauschen, neu beginnen, Abstand, Hilfe oder später noch einmal versuchen.

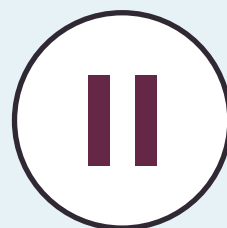
Konflikt-Schrittkarten

Für Tisch, Boden oder Gesprächsecke



1. Stopp

Sicherheit schaffen und Hände stoppen.



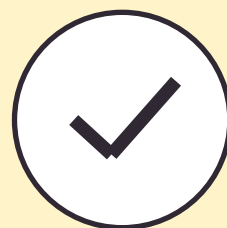
2. Ruhiger werden

Pause, Abstand, Atmen oder Bewegung.



3. Zeigen/erzählen

Was ist passiert? Was brauchst du?

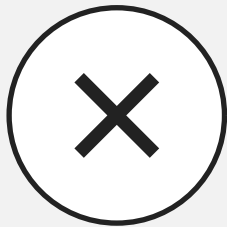


4. Lösung wählen

Eine sichere Möglichkeit auswählen.

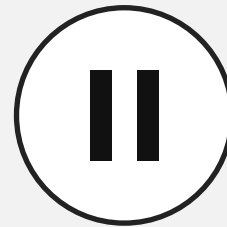
Konflikt-Schrittkarten - S/W

Kompakte Fassung mit klarer Reihenfolge



1. Stopp

Sicherheit schaffen und Hände stoppen.



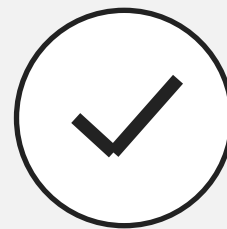
2. Ruhiger werden

Pause, Abstand, Atmen oder Bewegung.



3. Zeigen/erzählen

Was ist passiert? Was brauchst du?

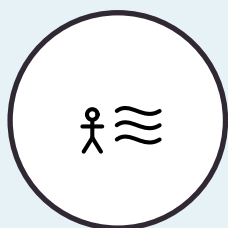


4. Lösung wählen

Eine sichere Möglichkeit auswählen.

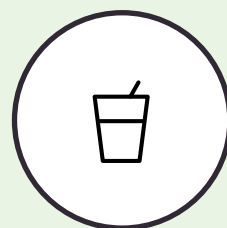
Ruhe-Wahlkarten

Keine Technik wird erzwungen



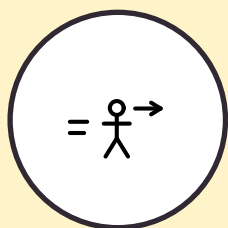
Ruhig atmen

Drei langsame Atemzüge - nur wenn es angenehm ist.



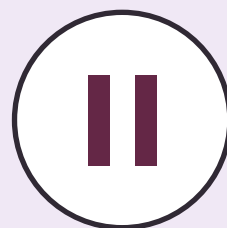
Wasser trinken

Einen kleinen Schluck trinken.



Leise bewegen

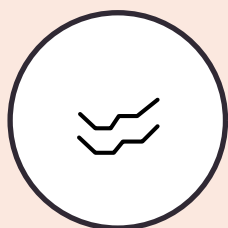
Gehen, strecken oder gegen eine Wand drücken.



Ruhiger Platz

Einen freiwilligen Rückzugsort wählen.

Keine Technik wird erzwungen



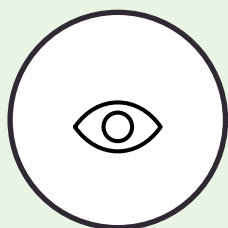
Etwas halten

Kissen oder sicheres Material in den Händen halten.



Erwachsene Nähe

Eine vertraute Person bleibt erreichbar.



Beobachten

Nur zuschauen und später entscheiden.

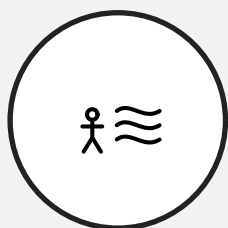


Noch nichts

Im Moment keine Karte wählen.

Ruhe-Wahlkarten - S/W

Freiwillige Möglichkeiten zum Ruhigerwerden



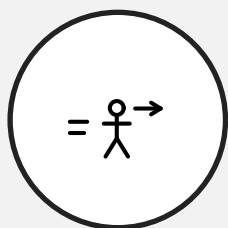
Ruhig atmen

Drei langsame Atemzüge - nur wenn es angenehm ist.



Wasser trinken

Einen kleinen Schluck trinken.



Leise bewegen

Gehen, strecken oder gegen eine Wand drücken.



Ruhiger Platz

Einen freiwilligen Rückzugsort wählen.

Ruhe-Wahlkarten - S/W

Freiwillige Möglichkeiten zum Ruhigerwerden



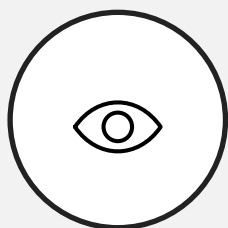
Etwas halten

Kissen oder sicheres Material in den Händen halten.



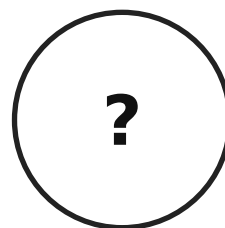
Erwachsene Nähe

Eine vertraute Person bleibt erreichbar.



Beobachten

Nur zuschauen und später entscheiden.

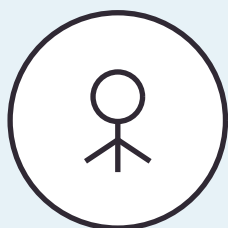


Noch nichts

Im Moment keine Karte wählen.

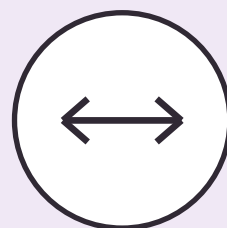
Alleinsein & Abstand

Rückzug ohne Strafe oder Ausschluss



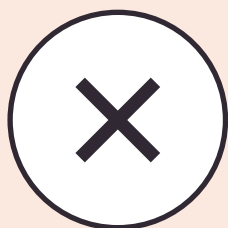
Ich möchte allein sein

Eine erwachsene Person bleibt erreichbar.



Bitte Abstand

Mein Körper braucht mehr Platz.



Nicht anfassen

Bitte keinen Körperkontakt.

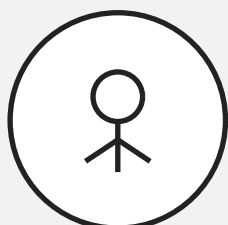


Später wieder

Ich komme zurück, wenn ich bereit bin.

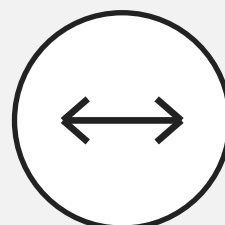
Alleinsein & Abstand - S/W

Klare Grenzen respektieren



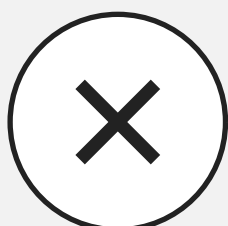
Ich möchte allein sein

Eine erwachsene Person bleibt erreichbar.



Bitte Abstand

Mein Körper braucht mehr Platz.



Nicht anfassen

Bitte keinen Körperkontakt.

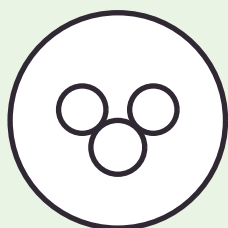


Später wieder

Ich komme zurück, wenn ich bereit bin.

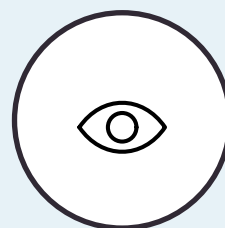
Bei einer Gruppe mitmachen

Fragen, beobachten und ein Nein respektieren



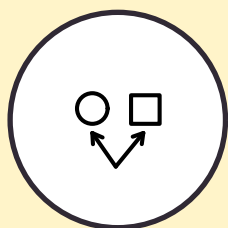
Darf ich mitmachen?

Ich frage mit Worten oder zeige die Karte.



Ich schaue erst zu

Beobachten ist eine gültige Beteiligung.



Welche Rolle ist frei?

Ich wähle eine passende Aufgabe.

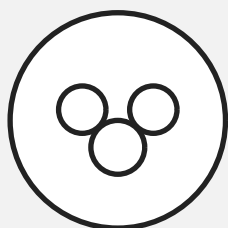


Später noch einmal

Ein Nein gilt jetzt; ich kann später neu fragen.

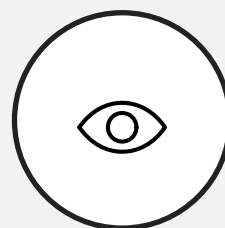
Bei einer Gruppe mitmachen - S/W

Beteiligung ohne Druck



Darf ich mitmachen?

Ich frage mit Worten oder zeige die Karte.



Ich schaue erst zu

Beobachten ist eine gültige Beteiligung.



Welche Rolle ist frei?

Ich wähle eine passende Aufgabe.



Später noch einmal

Ein Nein gilt jetzt; ich kann später neu fragen.

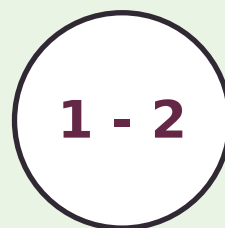
Warten & an der Reihe sein

Reihenfolge sichtbar statt nur mündlich erklären



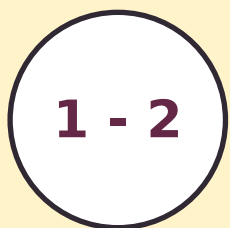
Ich warte

Ich sehe, wann ich an der Reihe bin.



Du bist dran

Die Reihenfolge ist sichtbar.



Danach bin ich dran

Eine Karte oder ein Timer kann helfen.



Warten ist zu schwer

Ich hole Hilfe oder wähle etwas anderes.

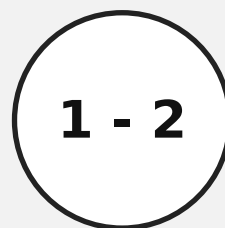
Warten & Reihenfolge - S/W

Kompakte Karten für den Alltag



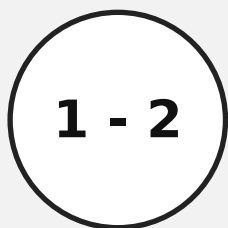
Ich warte

Ich sehe, wann ich an der Reihe bin.



Du bist dran

Die Reihenfolge ist sichtbar.



Danach bin ich dran

Eine Karte oder ein Timer kann helfen.



Warten ist zu schwer

Ich hole Hilfe oder wähle etwas anderes.

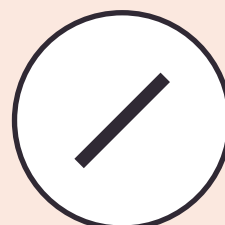
Teilen, Tauschen & Nein sagen

Keine erzwungene Abgabe und kein erzwungenes Zusammenspiel



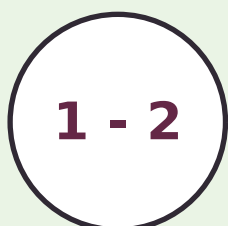
Darf ich es haben?

Ich frage und warte auf die Antwort.



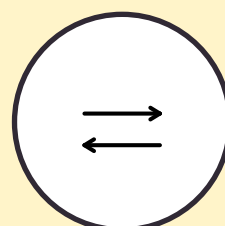
Nein, noch nicht

Ein Nein wird beachtet.



Wir wechseln uns ab

Die Reihenfolge wird vereinbart.

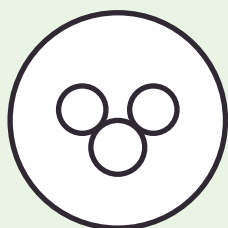


Wir tauschen

Beide stimmen dem Tausch zu.

Teilen, Tauschen & Nein sagen

Keine erzwungene Abgabe und kein erzwungenes Zusammenspiel



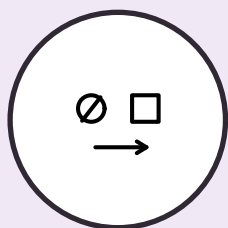
Zusammen spielen

Nur wenn beide das möchten.



Timer nutzen

Die Zeit wird sichtbar.



Anderes wählen

Eine Alternative ist möglich.



Hilfe holen

Eine erwachsene Person begleitet.

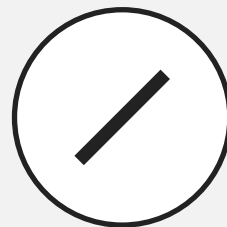
Teilen & Tauschen - S/W

Verhandeln mit klaren Grenzen



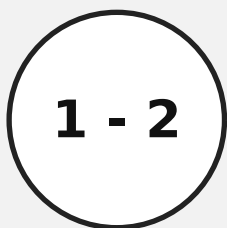
Darf ich es haben?

Ich frage und warte auf die Antwort.



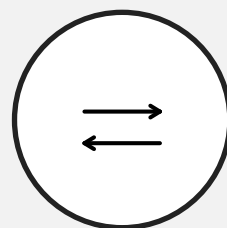
Nein, noch nicht

Ein Nein wird beachtet.



Wir wechseln uns ab

Die Reihenfolge wird vereinbart.

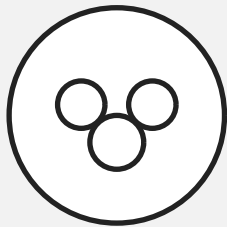


Wir tauschen

Beide stimmen dem Tausch zu.

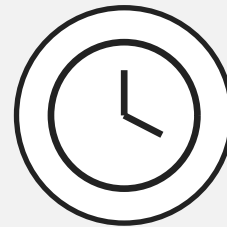
Teilen & Tauschen - S/W

Verhandeln mit klaren Grenzen



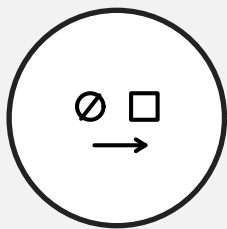
Zusammen spielen

Nur wenn beide das möchten.



Timer nutzen

Die Zeit wird sichtbar.



Anderes wählen

Eine Alternative ist möglich.



Hilfe holen

Eine erwachsene Person begleitet.

Wiedergutmachung wählen

Verantwortung unterstützen - Entschuldigung nicht erzwingen



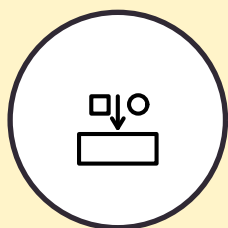
Nachfragen

Was brauchst du jetzt?



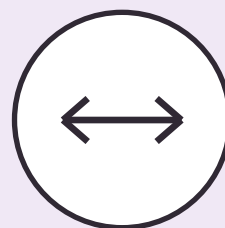
Helfen

Ich kann beim Aufräumen oder Reparieren helfen.



Neu aufbauen

Wir stellen etwas gemeinsam wieder her.

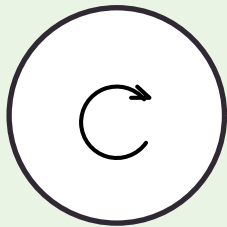


Abstand geben

Wiedergutmachung kann auch später passieren.

Wiedergutmachung wählen

Verantwortung unterstützen - Entschuldigung nicht erzwingen



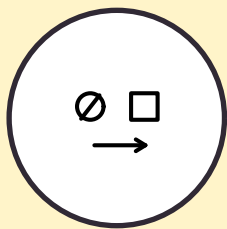
Etwas zurückgeben

Ich gebe zurück, was nicht mir gehört.



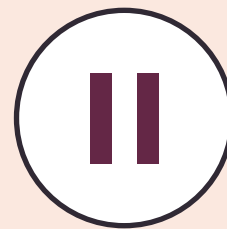
Ehrlich sagen

Ich sage kurz, was passiert ist.



Andere Idee

Die betroffene Person darf mitentscheiden.

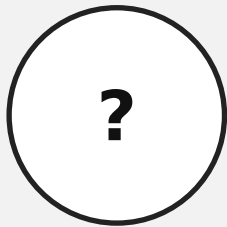


Noch nicht bereit

Eine Entschuldigung wird nicht erzwungen.

Wiedergutmachung - S/W

Erst beruhigen, dann fair weitergehen



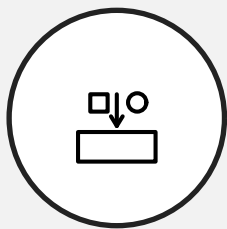
Nachfragen

Was brauchst du jetzt?



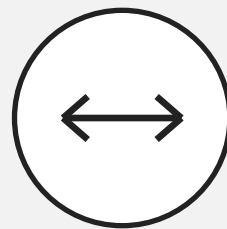
Helfen

Ich kann beim Aufräumen oder Reparieren helfen.



Neu aufbauen

Wir stellen etwas gemeinsam wieder her.

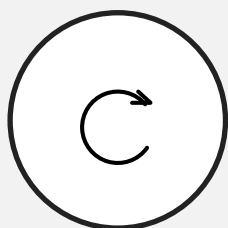


Abstand geben

Wiedergutmachung kann auch später passieren.

Wiedergutmachung - S/W

Erst beruhigen, dann fair weitergehen



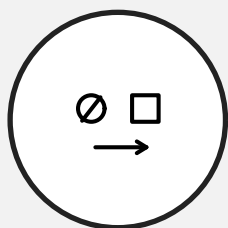
Etwas zurückgeben

Ich gebe zurück, was nicht mir gehört.



Ehrlich sagen

Ich sage kurz, was passiert ist.



Andere Idee

Die betroffene Person darf mitentscheiden.



Noch nicht bereit

Eine Entschuldigung wird nicht erzwungen.

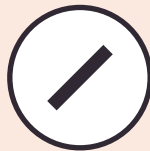
Nonverbale Auswahltafel

Ich kann zeigen statt sprechen

Ich kann zeigen statt sprechen

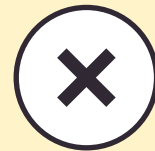


Das passt für mich.



NEIN

Das möchte ich nicht.



STOPP

Bitte sofort aufhören.



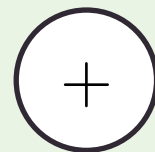
HILFE

Ich brauche Begleitung.



PAUSE

Ich brauche Zeit.



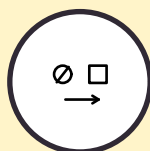
MEHR

Ich möchte mehr davon.



FERTIG

Ich möchte aufhören.



ANDERS

Ich brauche eine andere
Möglichkeit.



WEISS NICHT

Keine Auswahl ist auch
erlaubt.

Nonverbale Auswahltafel - S/W

Ich kann zeigen statt sprechen

Ich kann zeigen statt sprechen



Das passt für mich.



NEIN

Das möchte ich nicht.



STOPP

Bitte sofort aufhören.



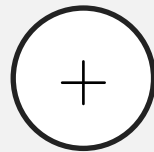
HILFE

Ich brauche Begleitung.



PAUSE

Ich brauche Zeit.



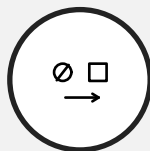
MEHR

Ich möchte mehr davon.



FERTIG

Ich möchte aufhören.



ANDERS

Ich brauche eine andere
Möglichkeit.



WEISS NICHT

Keine Auswahl ist auch
erlaubt.