

GESELLSCHAFTLICHE PROBLEME

Was uns bewegt:

- Zunahme psychischer Belastungen, bereits ab Kindesalter durch Klimawandel, Kriege, wirtschaftliche und politische Krisen
- Konflikte und Stress aufgrund von mangelnden sozialen und emotionalen Kompetenzen
- Mangelndes Wissen zur Selbstregulierung schwieriger Gefühle bei Kindern und Nachholbedarf bei Erwachsenen



IMPACT

Was wir erreichen wollen:

- Über den Einsatz der Gefühlsmonster und geschulte Fachkräfte werden emotionale Kompetenzen in unserer Gesellschaft gefördert.
- Das trägt zu mehr Lebenszufriedenheit und -qualität, Resilienz, weniger Konflikten und einer empathischeren und inklusiveren Gemeinschaft bei.



Gefühlsmonster 20 Jahre

INPUT

Was wir beitragen:

- Gefühlsmonster®-Karten (seit 2005)
- Bücher für Führungskräfte und zum Umgang mit Gefühlen
- Akademie mit Seminaren für alle Fachrichtungen und unterstützende Materialien
- Interdisziplinäres Team mit fachspezifischen Kompetenzen
- Pädagogisches Fachwissen und zeitnahe Reaktion auf relevante aktuelle Themen



OUTPUT

Was wir leisten/ermöglichen:

- Leichter Einstieg in das Thema Gefühle und Bedürfnisse durch Gefühlsmonster®-Karten
- Bilder dienen als Brücke, um Gefühle wahrzunehmen und zu benennen
- Leichtigkeit und Humor in der Kommunikation, auch zu schwierigen Gefühlen
- Förderung von gegenseitigem Verständnis
- Schulung von Fachkräften, die unser Wissen an Kinder und Erwachsene weitergeben



OUTCOME

Was wir mit unseren Karten weiterhin bewirken möchten:

- Durch den Einsatz der Gefühlsmonster entwickeln Kinder und Erwachsene ihre emotionale Ausdrucksfähigkeit, ihr Selbstbewusstsein, ihr Selbstmanagement und ihre soziale Kompetenz weiter
- Fachkräfte können die Gefühlsmonster kompetent und ideenreich als Teil ihres Werkzeugkoffers einsetzen

OUTCOME im Detail:

Was Kinder und Erwachsene durch die Gefühlsmonster®-Karten entwickeln:

- **Emotionale Ausdrucksfähigkeit:**
 - Gefühle wahrnehmen, benennen und gegenüber Anderen ausdrücken
- **Selbstmanagement / Selbstbewusstheit:**
 - Alle Gefühle sind gleich wichtig
 - Tools zum Umgang mit Gefühlen kennen
 - Verantwortung für die eigenen Gefühle übernehmen und für eigene Bedürfnisse sorgen
- **Soziale Kompetenz:**
 - Gefühle als Selbstverständlichkeit
 - Kompetenter Blick auf eigene und fremde Gefühle
 - Empathisch und wertschätzend sein, Konflikte als lösbar erleben und eigenständig bearbeiten können