

Rezension

Meißner, Luisa; Handke, Elisabeth. *Maxi und die Gefühle-Helfer. Gefühle wahrnehmen, benennen und mit ihnen umgehen – Ein Mitmach-Kinderbuch zur Entwicklung von Selbstfürsorge und sozialer Kompetenzen*. Luisa Meißner, Elisabeth Handke. Erfurt. 2022. 40 S. EUR 14,50

Gefühle wahrnehmen, benennen und damit umgehen – ein Heft für den pädagogisch-therapeutischen Kontext.

„Gefühle kommen und gehen und sind nicht gefährlich.“ Wie können Kinder Gefühle wahrnehmen, entdecken und damit umgehen? Im Normalfall durch Vorbild und Erfahrung. Eine weitere Möglichkeit ist durch Texte und Figuren in Geschichten. Luisa Meißner und Elisabeth Handke haben hier ein kleines dünnes Buch herausgegeben welches acht Hauptgefühlen nachgeht.

Das Buch ist mehr ein Heft und im Softcover im Eigenverlag herausgegeben. Es ist in 10 Kapitel unterteilt. Dazu gesellen sich kindgerechte Illustrationen und das Hervorheben von farbigem Text. Am Ende gibt es eine kurze Zusammenfassung.

Maxi ist die geschlechtsneutrale Hauptfigur, mit der sich Jungen und Mädchen gleichzeitig identifizieren können. Maxi begegnet ihren Gefühlen und benennt sie: Neugier, Ekel, Angst, Mut, Traurigkeit, Freude, Wut und Entspannung. Dabei begleiten sie Gefühle-Helfer, welche als Kugeln mit Umhang gemalt sind. Dazu werden kindgerechte Strategien vorgestellt, wie man die Gefühle besser einordnet und mit diesen umgeht. Dabei werden die Leser und Zuhörer direkt angesprochen und es werden Fragen gestellt.

Die Gefühle-Helfer sind wohl aus der Teilchenarbeit übernommen und stellen im außen die Gefühle dar. Dabei helfen sie Maxi und stellen positive Fragen, damit Maxi sich besser regulieren kann. Sehr gelungen sind die Wortkombinationen der Gefühle zum besseren Assoziieren: Der Abfallekel, die Ausflugsfreude, die Turmwut, Die Fragenneugier, die Schattenangst, der Sprungmut, die Tassentraurigkeit und die Wiesenentspannung, welche mit den Storys zu verstehen sind.

Leider stehen die Gefühle und deren Bearbeitung mehr im Vordergrund als eine Geschichte und somit ist dieses mehr ein Arbeits- und Methodenbuch mit kleinen Denkanstößen für Kinder. Es ist eher für pädagogisch-therapeutische Kontexte geeignet als für eine normale Lesegeschichte. Die Gefühle-Storys bauen nicht aufeinander auf und haben bis auf Maxi und die Methodik selbst keinen inneren Zusammenhang. Hier folgt der Inhalt mehr der Strategie als andersherum.

Für den professionellen Kontext ist dieses ein sehr schönes Arbeitsbuch, um mit Kindern an ihren Emotionen zu arbeiten. Für Eltern kann man hier über das ein oder andere Gefühl bei Bedarf ins Gespräch kommen. Zum reinen Vorlesen nicht geeignet. Mir ist es dafür zu „verkopft“.

Schön sind Ausmalbilder zum Download, mit denen sich die Kinder in die Gefühle-Welt vertiefen können.

„Jeder hat eigene Gefühle und darf diese auch zeigen.“

3 Freudensprünge für dieses voller Energie steckende Heft für eher professionelle Kräfte!

„All deine Gefühle sind wichtig. Sie bieten die Kraft und Schutz.“