

Für Eltern, pädagogische Fachkräfte, Lehrkräfte und alle anderen, die mit Kindern leben und arbeiten.

KAREN GLISTRUP ist Autorin, Sozialarbeiterin, Familien-, Paar- und Psychotherapeutin.

PIA OLSEN ist freiberufliche Illustratorin und Zeichnerin für Bücher, Web, Zeitschriften, Apps und Werbung.

ISBN 978-3-96304-608-7



9

Kinder, die ihre eigenen Gefühle entdecken und erkennen, verstehen auch leichter, was andere Menschen fühlen. Diese emphatische Fähigkeit ist die Grundlage für den Aufbau guter Beziehungen zwischen den Menschen.

Lasst uns also mit den Kindern darüber reden, was in ihnen vorgeht... und in anderen.

„Wenn Kinder die Möglichkeit haben, ihre Gefühle zu empfinden, auszudrücken und mit einem nahestehenden Erwachsenen zu reflektieren, werden ihr Selbstbewusstsein und ihr Einfühlungsvermögen gestärkt.“

Jesper Juul, Familientherapeut und Autor

„Emotionen öffnen die Welt, machen sie lebendig und präsent. Das ist die Botschaft des Buches. Es ist eine wahre Fundgrube für gute Gespräche mit Ihrem Kind über Gefühle - sowohl über die leichten als auch die schwierigen.“

Per Schultz Jørgensen, Psychologe und Prof. für Sozialpsychologie

OBERSTE BRINK



Karen Glistrup und Pia Olsen

In mir... und in den anderen

EIN BUCH ÜBER KINDER UND IHRE GEFÜHLE



OBERSTE**B**RINK

DANK

Unser herzlicher Dank geht an gute Freunde, unsere Familien und Kollegen
für ihre Hilfe und Unterstützung.

Wir danken dem Arts Council für seine Unterstützung und den Redakteurinnen von
Gyldendal, Louise Bylov und Johanne Katz, die die Idee zu unserem Buch unterstützt
haben. Wir danken Tine Madsen für Ihre Unterstützung beim Übersetzen ins Deutsche
und den MitarbeiterInnen von Oberstebrink für die deutsche Realisation des Buchs.

Karen Glistrup und Pia Olsen

In mir... und in den anderen

EIN BUCH ÜBER KINDER UND IHRE GEFÜHLE





ISBN: 978-3-96304-608-7

1. Auflage 2022

© Oberstebrink c/o Körner Medien UG
Wannerstraße 1, 79106 Freiburg
www.oberstebrink.de
Alle Rechte vorbehalten

Dieses Buch wurde durch das Projekt
Neustart Kultur gefördert

Originaltitel:

FAR, MOR ... OG BØRN

Copyright © Karen Glistrup, 2016

Illustrations © Pia Olsen, 2016

Published by agreement with Copenha-
gen Literary Agency ApS, Copenhagen

© Text Karen Glistrup

© Illustrationen Pia Olsen

Gestaltung: Oberstebrink.

Übersetzung/Redaktion: Oberstebrink

Produktion: impress, Mönchengladbach

Karen Glistrup und Pia Olsen

In mir... und in den anderen

EIN BUCH ÜBER KINDER UND IHRE GEFÜHLE



OBERSTE**B**RINK

In mir...

Nur du weißt, wie es in dir aussieht. In dir sind deine ganz eigenen Gefühle und Gedanken. Sie gehören dir ganz allein.

Sie sind in dir, in deinem Kopf und du kannst sie sicherlich im Körper und im Herzen spüren. Erinnere dich immer daran, dass dein ganzes ICH und alles in dir, dir allein gehört. Dein Körper, deine Gefühle und deine Gedanken. Alles ist deins!

Die ganze Zeit über geschehen Dinge in uns. Darüber weißt du sicherlich jede Menge. Du bist vielleicht fröhlich oder traurig. Und manchmal bist du ängstlich oder auch mutig. Dann fühlst du „Juchhu!“ und „Ja!“. Oder du kannst „Autsch!“ und „Nein!“ fühlen.



Im Inneren der anderen

Alle Menschen, sowohl Kinder als auch Erwachsene, haben Gedanken und Gefühle. Wir können gut oder schlecht gelaunt sein. Manchmal kannst du bestimmt sehr gut sehen, wie es anderen geht? Tatsächlich sind Kinder sehr gut darin, zu sehen wie sich andere Menschen innerlich fühlen! Wenn wir verstehen, wie es anderen geht, fällt es uns leichter, es uns mit ihnen gut gehen zu lassen. Vielleicht können wir dann Freunde werden.

In diesem Buch gibt es verschiedene Kinder. Sie erleben unterschiedliche Dinge. Was sie erleben, fühlen sie auch in sich selbst. Manche Menschen haben Spaß und sind fröhlich. Andere sind wütend und auch traurig. Manche spüren bedingungslose Liebe. Andere sind aufgeregt oder haben andere Gefühle.

Ihre Launen können wechseln. Genau wie das Wetter. Das ist gut zu wissen. In einem Moment regnet es noch und es gibt ein Gewitter, dann ganz plötzlich scheint wieder die Sonne. Kannst du es sehen, wie sich die Kinder in diesem Buch fühlen?



„Hallo! – Wo kommst du denn her?“

Wie geht es dem Jungen wohl?

– Und dem Hund?