

# EMOTIONSKARUSELL

Wie Kirche Kinder stark machen kann

Corinna Ullmann, Religionspädagogin i.K.  
wissenschaftliche Mitarbeiterin Comenius Institut



**FUTORUM**  
DER ENTWICKLUNGSRAUM  
EVANGELISCHER BILDUNG

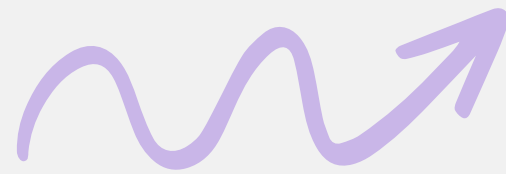


Kinder leben mitten im Gefühlswirbel:  
Freude · Wut · Scham · Angst · Trauer · Stolz...

**UNSERE AUFGABE IST NICHT, DAS KARUSSELL ANZUHALTEN –  
SONDERN KINDER DARIN ZU BEGLEITEN.**

# EMOTIONEN ALS WICHTIGER KOMPASS

1



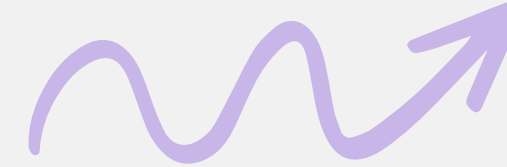
Emotionen zeigen,  
was wichtig ist.

2



Ohne Emotion keine  
Motivation.

3



Emotionen prägen Moral,  
Werte und Vernunft.

4

Angst hält  
uns am Leben.

Emotionen sind nicht verhinderbar.  
Im Umgang mit Emotionen kommt es darauf an, wie wir diesen begegnen.

# UMGANG MIT UNANGENEHMEN EMOTIONEN

Dismissing – „Du musst keine Angst haben!“

Disapproving – „Jetzt rei dich zusammen!“

Laissez-faire – „Dann sei halt wütend.“

Emotions-Coaching – „Ich sehe, du bist traurig, weil ...“

KINDER WERDEN STARK, WENN IHRE GEFÜHLE GESEHEN UND BENANNT WERDEN – NICHT BEWERTET.  
HERZENSBILDUNG BEGINNT MIT UNSERER HALTUNG.

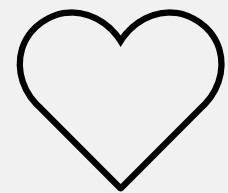
# EMOTIONS COACHING ALS HANDWERKSZEUG



Ich will dich wirklich verstehen.  
Alle Gefühle können akzeptiert werden.  
Ich nehme dein Problem ernst. Ich lasse dir Zeit.  
Ich traue dir zu, dein Problem selbst zu lösen.



Wenn mein Kind bedrückt,  
traurig, wütend ist...  
Volle Aufmerksamkeit schenken



Verständnis/ Anteilnahme zeigen  
und seine Gefühle/ Bedürfnissen in Worte fassen



Zeit lassen  
seine Wünsche in der Phantasie erfüllen  
Was wäre dir jetzt am liebsten?



Gefühle sind abgeflaut  
Kind helfen, selbst eine Lösung zu suchen.

# **KIRCHE EIN ORT MIT HERZ UND HALTUNG**

**„Ich darf kommen – mit allem, was in mir ist.“**

**Herzensbildung beginnt da, wo Emotion und Glaube sich begegnen.**

**Räume für Herzensbildung schaffen**

# BEI MIR ANFANGEN

**„Nur wer seine eigenen Gefühle kennt und regulieren kann,  
kann Kindern helfen, dasselbe zu lernen.“**

**Selbstfürsorge**

# RITUALE

„Öffnen Räume des Glaubens.“

Rituale geben Emotionen eine Form.

# **KINDER SIND THEOLOGEN:INNEN**

**In unserer Haltung zeigt sich, was wir glauben.  
Kinder spüren, ob wir echt sind. Ob wir zuhören. Ob wir mitfühlen.  
„Hat Gott auch Bauchweh, wenn ich traurig bin?“  
dann ist das Theologie – voller Herz, voller Leben.**

**Unsere Aufgabe ist nicht, schnell zu antworten. Unsere Aufgabe ist,  
Raum geben –für ihre Fragen, für ihre Gefühle, für ihre Deutungen.**

# **KIRCHE AUF AUGENHÖHE**

**„Kirche der Zukunft entsteht, in Begegnungen:  
wenn wir uns authentisch und auf Augenhöhe begegnen.“**

**Gemeinsam fragen, fühlen, hoffen.**

# LITERATURHINWEISE

Burkhardt, Susan C. A. (2025): Der gesunde Umgang mit (kindlichen) Emotionen. In: Wicki, Monika T. & Törmänen, Minna R. K. (Hrsg.): Bildung für alle stärken. Ein Handbuch für die evidenzbasierte Entwicklung inklusiver Schulen. Bad Heilbrunn, Verlag Julius Klinkhardt, 2025, S. 164–174.

Graf, Johanna (2005): Familienteam – das Miteinander stärken. Das Geheimnis glücklichen Zusammenlebens. Freiburg: Verlag Herder.

Gottman, John (1998): Kinder brauchen emotionale Intelligenz. Ein Praxisbuch für Eltern. Heyne Verlag.

Wollasch, Ursula (2023): Mit Kindern über Gott reden – auch in Krisen. In: Kita-Fachtexte, Nr. 4/2023.

[https://www.kita-fachtexte.de/fileadmin/Redaktion/Publikationen/4-2023\\_Kita-Fachtext Ursula Wollasch Mit Kindern ueber Gott reden.pdf](https://www.kita-fachtexte.de/fileadmin/Redaktion/Publikationen/4-2023_Kita-Fachtext_Ursula_Wollasch_Mit_Kindern_ueber_Gott_reden.pdf) , 06.11.25

FamilienTeam Elterntrainer, Präventionsprogramm zur Stärkung der Erziehungskompetenz und der Eltern-Kind-Beziehung. <https://www.institut-erziehungskompetenz.de/eltern/ueber-familienteam>

KlasseTeam – Trainingsprogramm zur Stärkung der Interaktions- und Beziehungskompetenz von Lehrkräften. Institut für Erziehungskompetenz. <https://www.institut-erziehungskompetenz.de/lehrkraefte/ueber-klaseteam>