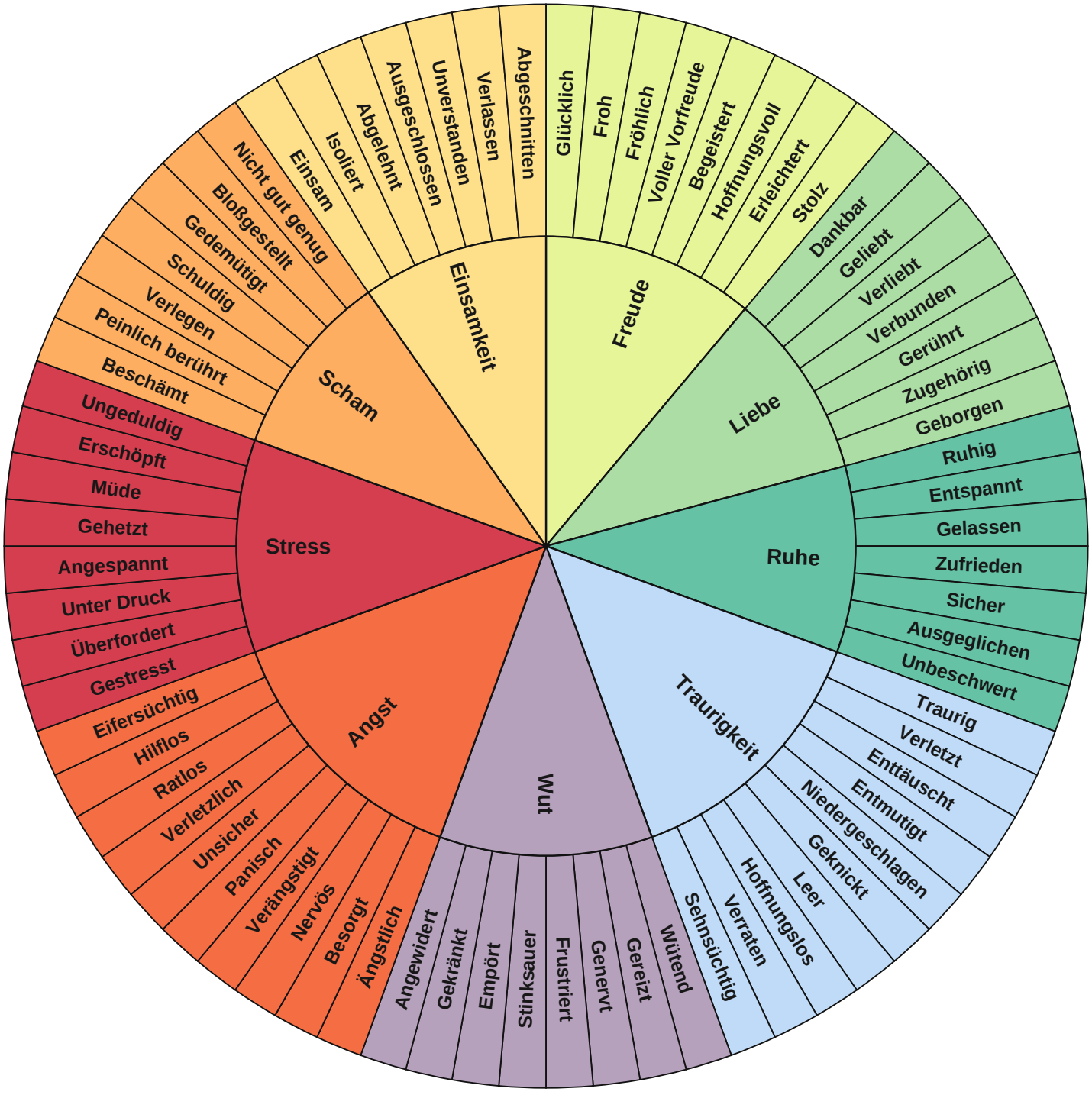
Das Gefühlsrad

Fang in der Mitte mit dem Gefühl an, das deinem am nächsten ist.
Geh dann nach außen, bis du das passende Wort findest.



Behalte deine Gefühle im Blick

Die kostenlose App Rad der Gefühle bringt dieses Rad auf dein Handy. Tippe auf die Wörter, die passen, füge eine Notiz hinzu und erkenne mit der Zeit deine Muster. Scanne den Code, um sie für iPhone oder Android zu laden.

feelingwheel.app

Kostenlos zum Ausdrucken und Teilen, für zu Hause, die Schule oder die Therapie. Die Bedeutung jedes Worts auf feelingwheel.app/de/gefuehle