

## Buchempfehlungen für Eltern von jüngeren Kindern zum Thema „Gefühle“

### Wie kann man mit Kindern über Gefühle sprechen?

Ihre Kinder verhalten sich ängstlich, verärgert, sind traurig oder fühlen sich sogar schuldig? Dann nutzen Sie unsere Buchempfehlungen und sprechen Sie mit Ihren Kindern über deren Gefühle. Diese Liste erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit, sondern stellt lediglich eine selektive Auswahl an beispielhaften Büchern zum Thema „Gefühle“ dar.

📅 aktualisiert am 16.06.25



### Was erwartet Sie in diesem PDF?

Hier erhalten Sie Informationen zu den folgenden Themen:

- › Bücher zu „Gefühlen allgemein“
- › Mitmachbücher zum Thema „Gefühle“
- › Bücher zum Thema „Angst“
- › Bücher zum Thema „Traurigkeit“
- › Bücher zum Thema „Wut“

## Bücher zu „Gefühlen allgemein“

Titel	Autor:in	Empfohlene Altersgruppe	ISBN
<b>Das Farbenmonster: Ein Pop-up Bilderbuch (2022)</b>	Llenas, A.	3-6 Jahre	978-3841101952
<b>Ich und meine Gefühle: Emotionale Entwicklung für Kinder ab 5 (2011)</b>	Kreul, H.	4-6 Jahre	978-3785572931
<b>Gefühle – So geht es mir! (2019)</b>	Brooks, F., Allen, F. & Ferrero, M.	4-7 Jahre	978-1789411386
<b>Das große Buch der Gefühle (2020)</b>	Piroddi, C.	7-9 Jahre	978-8863124163
<b>Das große Buch der Gefühle. 50 Emotionen von Angst bis Zuversicht. (2022)</b>	Galimberti, U. & Vivarelli, A.	ab 10 Jahren	978-3038762201
<b>Ein Dino zeigt Gefühle (1996)</b>	Manske, C. & Löffel, H.	ab 4 Jahren	978-3927796423
<b>Kleiner Großer Berg (2010)</b>	Gliemann, C. & Mayer, U.	4-99 Jahre	978-3942640008
<b>SOS Gefühlschaos (2018)</b>	Rossa, R. & Rossa, J.	12-16 Jahre	978-3621285827
<b>Ängstlich, wütend, fröhlich sein (2007)</b>	Rübel, D.	2-4 Jahre	978-3473328345
<b>Dornröschen fährt Achterbahn (2022)</b>	Gliemann, C. & Doefler, M.	ab 4 Jahren	978-3942640176

Gefördert vom:



# STARK

Streit und Trennung meistern  
Alltagshilfe, Rat & Konfliktlösung

[www.stark-familie.info](http://www.stark-familie.info)

## Mitmachbücher zum Thema „Gefühle“

Titel	Verlag	Empfohlene Altersgruppe	ISBN
<b>Fühl dich gut! Achtsamkeit für Kinder (2021)</b>	Bassermann Verlag	5-7 Jahre	978-3809443612
<b>Ein gutes Gefühl: Das Gefühlstagebuch für Kinder (2020)</b>	Ein guter Verlag / EGP Verlag	6-11 Jahre	EAN: 4260653841160
<b>Das Miese Laune-Malbuch (2022)</b>	Agave Verlag	ab 6 Jahren	978-3982333342
<b>Das 6-Minuten Tagebuch für Kinder (2021)</b>	Rowohlt Taschenbuch	ab 9 Jahren	978-3499007897
<b>Kopf hoch – das kleine Überlebensbuch (2011)</b>	Croos-Müller, C.	ab 4 Jahren	978-3466309153
<b>Hallo, wie geht es dir? (2013)</b>	Wolters, D. & Reichling, U.	5-10 Jahre	978-3834622396
<b>Wut-Kritzalbuch (2015)</b>	Dudenko, J.	ab 6 Jahren	978-3629141729
<b>Wut Workout (1999)</b>	Stewart, J.	Grundschul- und Jugendalter	978-3860727515

## Bücher zum Thema „Angst“

Titel	Autor:in	Empfohlene Altersgruppe	ISBN
<b>Wenn ich ängstlich bin (2022)</b>	Neßhöver, N.	3-6 Jahre	978-3551521385
<b>Das kleine Bauchweh (2019)</b>	Leibig, C.	3-6 Jahre	978-3863213480
<b>Mein Tabulu. Ein Kinderfachbuch über Angst und Angststörungen (2018)</b>	Kuitunen, P.	5-7 Jahre	978-3863214302
<b>Du bist also meine Angst? (2021)</b>	Eckartsberg, E.	ab 4 Jahren	978-3982264707
<b>Bammel: Wie man seine Angst erzieht (2021)</b>	Kettner, C.	ab 8 Jahren	978-3982260105
<b>Trau dich Koala (2017)</b>	Bright, R. & Field, J.	ab 3 Jahren	978-3734820281
<b>Der Orang-Utan fürchtet sich (2018)</b>	Homlqvist, S. & Stahlberg, A.-C.	ab 4 Jahren	ASIN: B08KS3Z24C Herausgeber: IKEA
<b>Der stille Ritter Tom (2016)</b>	Jesse, J.	ab 8 Jahren	978-3741207402
<b>Hey, kleiner Kämpfer: Ein Buch über Angst (2023)</b>	Young, K. & Dovidonyte, N.	5-7 Jahre	978-38949703288
<b>Das Wunder bist du (2021)</b>	Rosenthal, K.	5-11 Jahre	978-3982408804

Gefördert vom:



# STARK

Streit und Trennung meistern  
Alltagshilfe, Rat & Konfliktlösung

[www.stark-familie.info](http://www.stark-familie.info)

## Bücher zum Thema „Traurigkeit“

Titel	Autor:in	Empfohlene Altersgruppe	ISBN
Wenn ich traurig bin (2021)	Neßhöver, N.	3-6 Jahre	978-3551519160
Wie der kleine rosa Elefant einmal sehr traurig war und wie es ihm wieder gut ging (2018)	Weitze, M.	4-5 Jahre	978-3855813247
Sophias Sorgen (2021)	Percival, T.	ab 4 Jahren	978-3743211162
Gebrauchsanweisung gegen Traurigkeit (2019)	Eland, E.	3-99 Jahre	978-3446262102
Matthis & der Troststein (2007)	Von Keyserlingk, L.	ab 4 Jahre	978-3451707940

## Bücher zum Thema „Wut“

Titel	Autor:in	Empfohlene Altersgruppe	ISBN
Wenn ich wütend bin (2019)	Neßhöver, N.	2-5 Jahre	9 78-3551518385
Das kleine Wutmonster (2012)	Schwarz, B.	3-5 Jahre	978-3219115291
Wohin mit meiner Wut? Emotionale Entwicklung für Kinder ab 5 (2012)	Geisler, D.	3-6 Jahre	978-3785575789
Mein Gewittertag: Das Glück, Wut zu fühlen – ein Kinderbuch über Gefühle für wütende Jungen und Mädchen (2022)	Wellerdiek, J.	3-8 Jahre	978-3949946042
Kotzmotz der Zauberer (2008)	Werner, B. & Müller, B.	5-10 Jahre	978-3772520709
Die kleine Motzkuh (2000)	Langen, A. & Sönnichsen, I.	3-7 Jahre	978-3815720004
Der Grolltroll (2018)	van den Speulhof, B.	3-8 Jahre	978-3649637967
Torro sieht rot (2004)	Abedi, I.	ab Klasse 2	978-3760714257
Willi und sein Wüterich (2018)	Orinsky, E.	0-6 Jahre	978-3894033736
Wut-Kritzeltuch (2015)	Dudenko, J.	ab 6 Jahre	978-3629141729
Wut Workout (1999)	Stewart, J.	Grundschul- und Jugendalter	978-3860727515

Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Bildung, Familie, Senioren,  
Frauen und Jugend