

**C Mit den eigenen und den Gefühlen anderer umgehen****Mich macht wütend, wenn ...**

<b>Absicht:</b>	sich seiner Wutgefühle bewusst werden, diese benennen und Verhaltensmöglichkeiten entwickeln
<b>Altersgruppe:</b>	ab 4. Klasse
<b>Anzahl:</b>	Klassenstärke
<b>Zeitrahmen:</b>	45 Minuten
<b>Voraussetzungen:</b>	Kenntnisse über Ich-Botschaften, vertrauensvoller Umgang in der Klasse.
<b>Vorbereitung/Material:</b>	Arbeitsbogen „Wut-Sätze“

**Übungsablauf:**

Jedes Kind erhält die Aufgabe, die „Wut-Sätze“ in Einzelarbeit auf dem Arbeitsblatt zu vervollständigen. In kleinen Gruppen erhalten die Kinder die Gelegenheit ihre Ergebnisse vorzulesen, zu vergleichen und über ihre Erfahrungen zu sprechen sowie sich über Verhaltensmöglichkeiten auszutauschen. In der Großgruppe dürfen Kinder dann auf freiwilliger Basis Beispiele nennen und sich von der Gruppe Wege zur Veränderung vorschlagen lassen.

**Anmerkung:**

Die Satzanfänge dürfen sich auf den allgemeinen Konfliktbereich beziehen, können aber auch dazu dienen, aktuelle Konflikte einzubeziehen und aufzuarbeiten.

**Fundort/Idee:**

Kennen gelernt durch C. Meinke