

## BS29 Wutmerkmale

SK			SSV	ADHS+SSV
----	---	---	-----	----------

**Ziel:** Psychoedukation, Schulung von Emotionserkennung bei sich und anderen

**Materialien:** BS29, Kamera (zur Veranschaulichung unterschiedlicher Ausdrucksformen von Wut)

**Durchführung:** In einer kurzen Einleitung wird den Kindern vermittelt, dass es unterschiedliche Merkmale gibt, anhand derer man erkennen kann, ob man selbst oder auch andere wütend sind. Dies kann unter Verwendung eigener Beispiele der Kinder erfolgen. Manche Merkmale lassen sich dabei erkennen (roter Kopf, Verziehen der Augenbrauen etc.), andere sind äußerlich unsichtbar, jedoch spürbar (körperliche Anspannung, Magengrummeln, Schwitzen etc.). Es werden negative Folgen von körperlicher Wut besprochen (Wie reagieren die anderen? Was ist, wenn die Wut nicht kontrolliert wird? Welche Folgen hat Wut? - z. B. Verletzung, Zerstörung). Auch die langfristigen Konsequenzen von Wut werden thematisiert (z. B. Rückzug anderer oder Ausgrenzung durch andere). Anschließend stellen die Kinder im Rollenspiel Ausdrucksformen von Wut nach. Diese Übungen können fotografiert und besprochen werden.

**Besprechungsvorschläge:** Gab es während des VIA bereits erkennbare Wutsituationen, sollten diese thematisiert und alternative Ausdrucksformen erarbeitet werden. Einigen Kindern fällt es schwer, im Rollenspiel angemessen ihrer Wut Ausdruck zu verleihen (beispielsweise, weil sie dabei grinsen, lachen, körperlich keine Erregung signalisieren etc.). Sie sollten ermutigt werden, Wutmerkmale in angemessener Weise nachzuspielen, um die Stärke des Verhaltens nachzuempfinden und einschätzen zu lernen.