

Petra Stamer-Brandt

Wut weg Spiele

Für Kita, Hort und Schule



HERDER

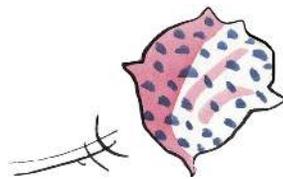
Petra Stamer-Brandt

**Wurde
weg
Spiele**

Für Kita, Hort und Schule

**Aggressionen abbauen - Entspannung
finden**

Mit Illustrationen von Klaus Puth





FREIBURG · BASEL · WIEN

Impressum

Überarbeitete Neuauflage von „Wut-weg-Spiele für Kita,
Hort und Schule“

© Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2015

Alle Rechte vorbehalten

www.herder.de

Umschlaggestaltung: SchwarzwaldMädel, Simonswald

Illustrationen innen und außen: Klaus Puth, Müllheim

E-Book-Konvertierung: le-tex publishing services GmbH,

Leipzig

ISBN (E-Book) 978-3-451-80432-8

ISBN (Buch) 978-3-451-32402-4

Erläuterung der Symbole:



Einzelbeschäftigung



Kleingruppe (2-3 Kinder)



Großgruppe (ab 4 Kinder)



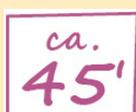
Mindestanzahl der Kinder



Team - Anzahl der Kinder pro Team



Altersangabe



Zeitangabe in Minuten



Zeit variabel

Im Interesse der besseren Lesbarkeit und weil Frauen in fröhpädagogischen Berufen prozentual stärker vertreten sind als Männer, wird in diesem Buch stets die Leserin angesprochen und auch meist die weibliche Form

verwendet, wenn von pädagogischen Fachkräften die Rede ist. Selbstverständlich sind damit aber immer Leser und Leserinnen bzw. männliche und weibliche Fachkräfte gleichermaßen gemeint.

Inhalt



Vorwort

Mit der Wut umgehen lernen

In der Gruppe Dampf ablassen

Wut-weg-Spiele in Kita, Hort und Schule

Wut abbauen, Ängste überwinden

Erste Hilfe für wütende Kinder

Selbstsicherheit gewinnen

Wilde Spiele und Selbsteinschätzung

Stärken und Grenzen entdecken

Abenteuerliches Kräfteressen

Spielerisch Konflikte lösen

Streiten will gelernt sein

Entspannen und neue Kräfte sammeln

Abschalten und Ruhe finden



Vorwort



Mit der Wut umgehen lernen

Fröhlich drehen Leon und Maike mit ihren Laufrädern ihre Runden auf dem Hof. Plötzlich ertönt ein lautes Geschrei. Leon hat Maike aus heiterem Himmel vom Laufrad gestoßen. Immer öfter kommt es bei ihm zurzeit zu solch aggressiven Gefühlsausbrüchen.

Das kann so nicht mehr hingenommen werden. In einem Elterngespräch spricht die Erzieherin mit Leons Eltern, die auch über das Verhalten ihres Sohnes besorgt sind, über mögliche Ursachen seiner Wutausbrüche. Sie versuchen zunächst einmal, Leons Verhalten zu verstehen. Sie wissen, dass das Gefühl der Wut zum Leben dazugehört, so wie andere Gefühle auch. Deswegen kann und soll er nicht lernen, das Gefühl der Wut abzuschalten. Aber Leon muss lernen, mit seiner Wut umzugehen, sie in andere Bahnen zu

lenken und gewisse Regeln einzuhalten. Dabei können sie ihn unterstützen.

Gemeinsam suchen sie nach Lösungen und entwickeln eine Art Krisenstrategie. In dieser werden die Bedürfnisse und Stärken des Jungen ebenso berücksichtigt wie die Notwendigkeit des Grenzsetzens vonseiten der Erwachsenen.



Es gibt viele Ursachen für Aggressionen

Die häufigsten Gründe für aggressives Verhalten sind Enttäuschungen über nicht erfüllte Wünsche, Wut über ein eigenes Missgeschick oder Verletzungen (z. B. Beleidigung oder Diskriminierung) durch eine andere Person. Auch Ablehnung, Bestrafung, Mangel an Beachtung und Zurechtweisung können zu Wutausbrüchen führen.

Forschungsergebnisse machen deutlich, dass vor allem Jungen im Vor- und Grundschulalter aggressives Verhalten zeigen. In den Medien wird Kindern vorgegaukelt, dass Anwendung von Gewalt ein Zeichen von Stärke ist. Ihre

Helden sind oft brutal, benutzen Waffen und lösen ihre Konflikte mit Gewalt. Kinder brauchen Bezugspersonen, die positive Vorbilder sind und ihnen zeigen, was eine wirklich starke Persönlichkeit ausmacht. Und sie brauchen Erwachsene, die sie mit ihren Bedürfnissen und Gefühlen annehmen, ihnen liebevoll Aufmerksamkeit und Anerkennung schenken.

Eine meist unterschätzte Ursache für wütendes, aggressives Verhalten kann auch schlicht und einfach Bewegungsmangel sein. Unsere Kinder wachsen heute in einer Welt auf, die wenig Raum und Zeit für reale Abenteuer und Bewegung bietet. Der Wunsch nach Spiel, Bewegung und Abenteuer ist aber ein Grundbedürfnis aller Kinder. In der Kindertageseinrichtung, dem Hort und der Schule ist es wichtig, dass den Kindern bei Spaziergängen, Ausflügen, im Freispiel und den Pausen die Möglichkeit zum Bewegen, Zeit zum Erleben und Toben gegeben wird. Kinder brauchen ein Ventil, um angestaute Wut und Energien herauszulassen. Sprechen Sie über diese Aspekte auch mit den Eltern, beispielsweise an einem speziellen Elternabend zum Thema.

Was ist zu tun?

Sie können viele attraktive und erlebnisreiche Bewegungsmöglichkeiten schaffen, um den Bewegungsmangel auszugleichen. Entdecken und entwickeln Sie gemeinsam neue Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten in ihrer Einrichtung, auf dem Hof sowie in der näheren Umgebung. Machen Sie Ausflüge, besuchen Sie den Tierpark und erobern Sie einen Sportplatz. Werden Sie mit den Kindern aktiv, bewegen Sie sich mit ihnen und fordern sie heraus. Das gefällt ihnen und motiviert sie. Auch ist es wichtig, den Kindern geeignete Rückzugsmöglichkeiten zu schaffen, in denen sie ihre Gefühle ausleben und zur Ruhe kommen können. Sehen Sie die Stärken und Fähigkeiten der Kinder – auch oder besonders bei Kindern, die zu Aggressionen neigen. Schenken Sie ihnen Wertschätzung, loben Sie sie und knüpfen an den Ressourcen der Kinder an. Regeln einhalten, Grenzen akzeptieren und Konflikte lösen muss dabei kontinuierlich mit den Kindern geübt werden. Zu all diesen Punkten können Sie die folgenden Spiele nutzen. In diesem Buch finden Sie eine Vielzahl von Spielanregungen, die den Kindern ein Ventil für ihre angestauten Gefühle und den positiven Umgang mit ihrer Wut bieten. Die jeweils angegebene Spieldauer ist hierbei lediglich als Orientierungswert zu sehen. Beobachten Sie die Kinder und entscheiden nach der Motivation und dem Bedürfnis der Gruppe, wie lange Sie ein Spiel durchführen.

Die Spiele können helfen, aggressivem Verhalten von Kindern vorzubeugen, Wut aufzufangen und dieser etwas entgegenzusetzen.

An wen richtet sich das Buch?

- Das Buch wendet sich an Erzieher/innen, Grundschullehrer/innen und Sozialpädagoge/innen, aber auch an Eltern
- Die Vorschläge sind für Vor- und Grundschulkindern (3-10 Jahre) geeignet. Es handelt sich um Klein- und Großgruppenspiele wie auch um Spiele für einzelne Kinder.

Das Stopp-Signal

Wenn sich Kinder bei einem „Wut-weg-Spiel“ nicht wohlfühlen, Ängste zeigen oder sich zu wild gegenüber anderen verhalten, ist es sinnvoll, mit dem Stopp-Signal zu arbeiten und die Szene anzuhalten (z. B. Stopp-Ruf/Schild oder Trillerpfeife). Danach wird das Spiel beendet oder so umgestaltet, dass es weniger unangenehm bzw. beängstigend ist.

Stopp-Übung vor dem Einsatz der Spiele:

Die Kinder bewegen sich im Raum. Sagen Sie dann plötzlich „Stopp“. Sofort sollen alle auf der Stelle stehenbleiben. Üben Sie so lange, bis alle Kinder das Signal verinnerlicht haben.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim gemeinsamen Spielen!
Freuen Sie sich darauf, gemeinsam mit den Kindern zu erleben, wie sich Wut in positive, kreative Energie verwandelt!

Petra Stamer-Brandt

In der Gruppe Dampf ablassen



Wut-weg-Spiele in Kita, Hort und Schule

Im Gruppen- oder Klassenzimmer, dem Bewegungsraum oder der Turnhalle, in kleinen Räumen und im Freien können Sie Kinder für Wut-

weg-Spiele begeistern. Da diese Spiele vielfältige Bewegungs- und Entfaltungsmöglichkeiten bieten, sind sie bei Kindern sehr beliebt und motivieren zum Mitmachen. Sie helfen, sich abzureagieren, mit Gefühlen umgehen zu lernen, miteinander in Kontakt zu kommen und als Team zu handeln. Aggressionen können abgebaut und Entspannung gefunden werden.