



Gute findet  
den  
**BEAT**  
MIT GEFÜHL

Seite

Seite  
für (N)eulinge

Der  
Tausend-  
füßler und  
die Ukulele

6

60

Die  
Eichhörnchen  
und die  
Liebe

10

61

DER IGEL  
UND  
DIE WUT

16

62

DIE AMEISEN  
UND DAS  
GEMEINSCHAFTS-  
GEFÜHL

22

63

Die  
Haselmaus  
und  
die Freude

29

64

Das  
Murmeltier  
und die  
Angst

35

65

Die Wolfen  
und die  
Traurigkeit

41

66

Der Pachs  
und  
der Mut

46

67

Material  
zu allen  
Gefühlen

53



# DER IGEL UND DIE WUT

Igel ist wütend: Die Menschen lassen all ihren Müll im Wald liegen! Plastikverpackungen, Pommesgabeln und Co. stecken in seinem Stachelpelz und treiben ihn zur Weißglut. So wie es Igel im Hörspiel geht, hat sich sicherlich schon jedes Grundschulkind einmal gefühlt. Wut ist eine sehr heftige Emotion, häufig eine impulsive und aggressive Reaktion, die durch eine als unangenehm empfundene Situation ausgelöst werden kann. In der Psychologie wird Wut von Zorn und Ärger abgegrenzt, indem von „höherem Erregungsniveau“ und „stärkerer Intensität“ bis hin zum „Kontrollverlust“ gesprochen wird.

In unserem Fall spielt diese Abgrenzung keine Rolle. Es geht vielmehr um Reaktion auf Frustration, um das Definieren von frustrierenden Situationen, das Verwandeln von Reaktion in Kunst- und Spielszenen und das Finden und Einbeziehen von Lösungen. Damit sollten die folgenden Unterrichtsvorschläge der pädagogischen Verantwortung der Lehrkraft gerecht werden. Jedes Kind kennt das Gefühl der Enttäuschung. Dessen Wutreaktionen gelten gemeinhin jedoch als verwerflich und gesellschaftlich unerwünscht und entsprechen nicht dem normativen Sozialverhalten. Die Stressbelastung ist bei jedem Kind vollkommen unterschiedlich und ebenso sein Umgang damit. Das fordert von der Lehrkraft ein hohes Maß an Sensibilität und Aufmerksamkeit.

Neben szenischen Übungen zum Thema Wut eignet sich die Handlung, um aus Müll selbst Instrumente zu basteln. Diese können ohne großen Aufwand im Klassenraum hergestellt und von den Schüler\*innen direkt eingesetzt werden. Während der Arbeit entwickeln die Kinder sicherlich auch eigene Instrument-Ideen, die einfach umzusetzen sind. Am Ende stellen die Kinder ihre selbst gebauten Instrumente vor und spielen in einem Spontan-Orchester gemeinsam darauf.



## WUT IN DER KINDLICHEN ENTWICKLUNG

4.–5. Lebensjahr: In dieser Phase beginnt die Entwicklung der Frustrationstoleranz und die Fähigkeit des Belohnungsaufschubs. Dies stellt eine große Herausforderung dar, weshalb Kinder oft Bezugspersonen brauchen, um ihre Emotionen zu regulieren. Erzieher\*innen und Lehrkräfte dienen bei Gefühlsausbrüchen als Orientierungshilfen und Begleiter\*innen.

6.–10. Lebensjahr: In dieser Phase findet der Übergang von interpersonaler, fremdbestimmter Regulation zu intrapersonaler, selbstständiger Regulation statt. Die Emotionsregulation wird durch Beobachtungslernen, soziale Referenzen und durch Reaktionen auf gezeigtes Verhalten weiterentwickelt. Im Laufe dieser Phase erwirbt das Kind die Fähigkeit, eigene emotionale Reaktionen in Bezug auf ihre Qualität (z. B. Abgrenzung Trauer vs. Wut), die Intensität und den Verlauf zu überwachen, zu bewerten und verändern zu können.

### Verdammter Schmutz! Szenisches Spiel

Im folgenden Spiel soll die Wut über den verschmutzten Wald spontan dargestellt werden: Die Spielfläche stellt einen Waldboden dar. Es werden möglichst viele verschiedene Müllgegenstände auf dem Boden verteilt. Das kann zusammengeknülltes Papier, eine leere Chipstüte, eine alte Flasche usw. sein. Aber auch Gegenstände, die als Sperrmüll definiert werden, zum Beispiel ein Stuhl, ein Fahrrad, ein Eimer o.Ä. verschmutzen den Waldboden bzw. die Spielfläche.

#### MATERIAL

Unterschiedlich großer Müll bzw. geeignete Gegenstände, die im Spiel als Müll verwendet werden können

Ein Kind spielt den Igel. Es geht durch den Raum und wird beim Anblick der Müllgegenstände wütend. Es geht von einem Teil zum nächsten und reagiert spontan verärgert auf das, was es sieht. Bei diesem Spiel geht es um Improvisation. Die Wut sollte sich von Gegenstand zu Gegenstand steigern. Danach wechselt das agierende Kind.

**VARIATION** Hinter dem Rücken eines Spielenden werden mehrere Gegenstände im Abstand von etwa ein bis zwei Metern in einer Reihe auf dem Boden angeordnet. Auf ein Zeichen geht der Spieler rückwärts. Erreicht er den ersten Gegenstand, hält er an, greift den Gegenstand, „rastet aus“ und entlädt seine ganze Wut. Natürlich gilt die Regel, dass nichts geworfen oder zerstört wird. Die Wut kann sowohl verbal als auch in Gestik ausgedrückt werden. Das Kind bestimmt selbst, wann es sich genug geärgert hat und weiterzieht. Dabei geht es weiter rückwärts und darf sich nicht umsehen, denn der Müll soll das Kind überraschen. Die Gefühle, die Gedanken, die Wut sollen spontan und unreflektiert ausgedrückt werden.

**VORSICHT** Die Gegenstände sollten für den Spielenden nicht zur Stolperfalle werden. Ein vorab bestimmtes Kind könnte den „Spaziergänger“ begleiten und achtgeben, dass dieser nirgendwo anstößt oder drauftritt.

Anschließend kann die Klasse gemeinsam eine Liste mit Aktionen erstellen, die gegen die Umweltverschmutzung helfen, und diese Sammlung im Klassenzimmer aufhängen.

### Beispiele

- Respektiere deine Umgebung
- Lass keinen Müll liegen
- Berichte über Umweltprobleme wie „Waldverschmutzung durch Müll“
- Nichts wegwerfen – stattdessen tauschen, reparieren, upcyclen
- Trinkflaschen zum Auffüllen benutzen (dann braucht man Plastikflaschen nicht zu „entsorgen“)
- Müll trennen, wiederverwerten, Recycling

## Die Wutmaschine

Eine Gruppe von vier oder fünf Kindern stellt eine Maschine dar. Es ist eine Wutmaschine und jedes Kind verkörpert einen Teil. Ein Kind beginnt mit einer Bewegung, die auf irgendeine Art und Weise Wut ausdrückt. Es sollte eine kurze, deutliche Bewegung sein, die wie bei einer Maschine auf immer die gleiche Weise wiederholt wird. Dann kommt ein weiteres Kind dazu und führt eine eigene Bewegung aus. Nacheinander ergänzen die Schüler\*innen die Maschine zu einer „wütenden Einheit“. Die Bewegungen sollten spannungsreich und impulsiv sein. Die Kinder stehen zwar dicht beieinander, sollten sich jedoch nicht berühren. Im Gleichtakt mit der Bewegung sollte ein typisches Geräusch gemacht werden, das den Wutfaktor unterstützt. Nach dieser Erarbeitung präsentieren die Gruppen ihre „Maschinen“. Anschließend tauschen sich die Schüler\*innen und Zuschauer\*innen über ihre Eindrücke aus.



## Streit zu zweit – Rollenspiel

Zwei Kinder stehen einander gegenüber. Sie streiten sich und beschimpfen sich gegenseitig. Hier gelten Regeln: Laut und deutlich werden ist erlaubt. Es wird jedoch nicht gleichzeitig gesprochen und das Gegenüber wird nicht berührt. Der Streitgrund sollte ein fiktiver sein und es sollte nicht um das Aussehen gehen. Bekannte und verletzend schimpfende Wörter dürfen nicht benutzt werden. Vorab einigen sich die Schüler\*innen auf ein Streitthema. Anstelle der beiden Kinder können sich auch zwei Igel streiten. Zwei Schüler\*innen spielen den Streit gestisch vor, während zwei weitere Mimik und Gestik in Sprache übersetzen. Hier kann auch über das Aussehen geschimpft werden.

## Streit zu zweit – Trommeltheater

MATERIAL eine Trommel pro Kind

Der „Streit zu zweit“ kann nachfolgend auch musikalisch umgesetzt werden. Jedes Kind erhält dazu ein Trommelinstrument (Conga, Djembe, Cajon, Darabouka, Rahmentrommel ...). Die Rahmenhandlung: Zwei Kontrahenten geraten in eine Auseinandersetzung, holen sich Verstärkung und agieren am Ende jeweils gemeinsam als Gruppe. Während der Aktionen wird auf keinen Fall gesprochen, es wird gehört. Die beiden Kontrahenten sollen sich energetisch verausgaben und sich nicht zurückhalten. Alle Aktionen können bei Bedarf wiederholt werden, z. B. wenn die Schüler\*innen noch weitere Ideen haben.

### Phase 1: Was ich dir schon immer sagen wollte

Die beiden streitenden Kinder sitzen sich in einem Abstand von etwa zwei Metern gegenüber. Kind A wählt eine Trommel und „sagt“ seinem Gegenüber damit kräftig die Meinung. Dafür stehen ihm sämtliche Anschlagstechniken, Lautstärken und ca. 30 Sekunden Zeit zur Verfügung. Es gibt keine weiteren Vorgaben. Schüler\*in B wählt anschließend eine Trommel und agiert wie Schüler\*in A mit gleicher Zeitvorgabe.

### Phase 2: Aktives Zuhören

Die Kinder treten miteinander in Beziehung, indem sie den anderen jeweils ungestört „ausreden“ lassen. Schüler\*in A spielt eine beliebige Schlagfolge. Schüler\*in B wiederholt die Schlagfolge so genau wie möglich. Anschließend wechseln die Rollen: B beginnt, A wiederholt. Erweiterung durch die Lehrkraft: „Spiele so, dass A/B deine Schlagfolge auf jeden Fall nachspielen kann!“ (aufeinander zugehen). Die Klasse gibt kurze Rückmeldung darüber, wie genau die Schlagfolgen jeweils nachgespielt wurden.

