

Liebe Schülerinnen und Schüler,

vielleicht kennst du auch das Buch von dem Fisch, der so viele Gefühle hat?

Ich liebe dieses Buch!

Viele von diesen Gefühlen kenne ich auch. Besonders in den letzten Wochen – da hatte ich schon viele verschiedene Gefühle. Gefühle sind nie gut oder schlecht, sie sind einfach so, wie sie sind. Deine Gefühle sind ein Teil von dir.

In den nächsten Wochen kannst du immer ein Gefühl mit einer Geschichte und einem Bastelvorschlag oder etwas anderem kennenlernen.

Heute geht es um das Gefühl, wenn man **wütend** ist.

Kannst du dir vorstellen, dass Jesus auch einmal wütend war? Nein? Oder doch? Pass mal auf, hier ist die Geschichte davon:



Jesus räumt auf

Es war kurz vor dem Passafest. Im Tempel von Jerusalem ging es hoch her. Viele Menschen drängten sich im Vorhof des Tempels. Dort hatten Händler Tische aufgestellt. Sie verkauften Opfertiere: Tauben und Schafe und sogar große Ochsen. Es war ein Lärm wie auf einem Rummelplatz. Die Tauben gurrten. Die Schafe blökten. Die Händler priesen ihre Waren an. Die Käufer klimpern mit dem Geld. Und immer mehr Menschen strömten durch das Tor in den Vorhof. Sie kauften und verkauften und erzählten sich Neuigkeiten: „Habt ihr schon gehört?“ riefen sie einander zu. „Jesus ist in der Stadt. Ob er auch in den Tempel kommt? Ob er uns endlich zeigt, was er kann und wer er ist?“

Da kam Jesus durch das Tor. Als er die lärmenden Händler sah, lief er auf sie zu und rief voll Zorn: „Was fällt euch ein? Dies hier ist das Haus Gottes. Hier soll man in Ruhe beten. Aber ihr habt daraus eine richtige Räuberhöhle gemacht!“ Und er warf die Tische um, so dass das Geld auf den Boden rollte und die Tauben ängstlich hochflatterten. Da ergriffen die Händler die Flucht.

Auf einmal war es ganz still. Die Leute sahen auf Jesus und wussten nicht, was sie sagen sollten, so erschrocken waren sie.

Oooooops – der war aber wirklich sehr wütend! Einfach die Tische umzuschmeißen! Ich kann mir gut vorstellen, dass die Leute damit nicht gerechnet hatten. Viele fanden das auch nicht in Ordnung. Aber verstanden haben es alle: Gott will nicht, was ihr da tut.

Was kannst du denn machen, wenn du so richtig wütend bist? An manchen Tagen hilft nur eines: Schreien, stampfen, Papier zerknüllen – das alles kann guttun. Hauptsache, du tust dir und keinem anderen weh. Wut ist nämlich nichts Böses. Aber man muss gut aufpassen, was man mit seiner Wut macht.

Hier sind unsere Vorschläge für dich:



Erste Hilfe bei Wut

1. Der Brüll-Eimer 	Der Brüll-Eimer darf in keiner Familie fehlen! Bei großer Wut steckst du deinen Kopf in einen großen Eimer und schreist so laut, wie du willst. Alles bleibt im Eimer und geht keinen etwas an. Manche setzen sich den Eimer auf den Kopf, andere beugen sich hinein. Egal! Wichtig: Den Eimer dann wieder wegräumen. Benutze den Wuteimer nur, wenn ein Erwachsener in deiner Nähe ist.
2. Wut-Wörter-Kette 	Dabei lernst du ganz viele neue Wutwörter! Bilde aus allen Wutwörtern, die du kennst, eine Wort-Kette. Das nachfolgende Wort muss dabei mit dem letzten Buchstaben des vorherigen Wortes beginnen. Z.B. "Wut" - "toben" - "Nervtöter" - "Rindvieh" -

3. Buchstützen-Kampf 	Du brauchst: 2 dicke Bücher, zusammengerolltes Zeitungspapier und einen Partner aus deiner Familie. Nehmt jeder eine Rolle Zeitungspapier in die Hand. Stellt euch gegenüber. Mit ausgestreckten Armen soll das Ende der Papierrolle den anderen gerade so berühren können. Stellt ein dickes Buch vor eure Füße. Nun versucht ihr, den anderen mit eurer Papierrolle zu treffen, aber nicht auf den Kopf! Fällt dein Buch als erstes um, hast du verloren.
4. Anti-Wut-Ball: 	Du brauchst einen Luftballon und eine Tube Zahnpasta. Fülle den Luftballon mit Sand oder Zahnpasta, knote ihn gut zu, male ihm ein Gesicht auf – dann kannst du ihn quetschen und drücken und deine Wut an ihm auslassen. Aber aufpassen – nur mit der Hand – auch er hat Grenzen, sonst werden deine Eltern auch noch wütend 😊 !
5. Für Jesus war ganz klar: Geschäfte machen gehört nicht in den Tempel! Jetzt bist du dran: Was gehört nicht hierher? Streiche in jeder Reihe das Wort durch, das nicht zu den anderen passt.	Apfel-Birne-Erbse-Kiwi-Mandarine Füller-Bleistift-Kuli-Lineal-Buntstift Hose-Jacke-Strümpfe-Pulli-Bikini Uno-Memory-Lego-Puzzle-Quartett Chips-Schokolade-Kekse-Gummibärchen Bett-Schrank-Tisch-Tasse-Regal-Stuhl