

## Leon schnaubt vor Wut. Hilf ihm!

### Ein Bilderbuch, in dem Kinder lernen Wut in sich wahrzunehmen und sich selbst zu beruhigen

**Kurzversion:** Dino Leon bastelt an einer Weltraum-Rakete, aber es klappt nicht gleich wie er will, und er wird furchtbar wütend. Anhand des «Wutmeters», einer mehrstufigen Farbskala, können die Kinder sehen, wie wütend Leon gerade ist. Interaktive Elemente bringen Leon dazu, sich zu beruhigen. Dabei helfen zum Beispiel die «Raketen-Atmung», etwas zu Essen oder positive Affirmationen. Am Ende gelingt es Leon, seine Rakete zu bauen, und er ist gelassen und zufrieden. Dieses Buch liefert Kindern und Eltern zeitgemässe Strategien zum Umgang mit dem schwierigen Gefühl Wut. Das Buch richtet sich an Kinder im Alter von 3 bis 6 Jahren.

**Wobei hilft das Buch:** Kleine Kinder sind häufig wütend, weil sie an die Grenzen ihrer Fähigkeiten stossen oder mit den Vorstellungen der Erwachsenen kollidieren. Der Umgang mit diesem starken Gefühl muss erlernt werden. Oft haben Eltern in ihrer eigenen Kindheit keine hilfreichen Strategien gelernt, um positiv mit ihrer Wut umzugehen. Dieses Buch springt hier in die Bresche und liefert anhand einer Geschichte über einen herzigen kleinen Dinosaurier verschiedene Strategien, die dem Kind helfen, sich selbst zu beruhigen.

**Handlung:** Dino Leon bastelt an einer Weltraum-Rakete, aber es klappt nicht gleich wie er will, und er wird furchtbar wütend. Anhand des «Wutmeters», einer mehrstufigen Farbskala, können die Kinder sehen, wie wütend Leon gerade ist. Interaktive Elemente bringen Leon dazu, sich zu beruhigen. Dabei helfen zum Beispiel die «Raketen-Atmung», etwas zu Essen oder positive Affirmationen. Am Ende gelingt es Leon, seine Rakete zu bauen, und er ist gelassen und zufrieden.

**Das Buch richtet sich an Kinder im Alter von 3 bis 6 Jahren und ihre Eltern.** Es adressiert die noch weitgehend ungezähmte Wut kleiner Kinder, mit der sowohl die Kinder selbst als auch deren Eltern adäquat umgehen lernen müssen.



„Leon schnaubt vor Wut. Hilf ihm!“, Esther Pia Cordova, Illustrationen von Maria Burobkina, Blaukreuz-Verlag Bern, ET: 3.9.2021, Hardcover mit Fadenheftung, ISBN 978-3-85580-558-7, 32 Seiten, CHF 19.–

Die Originalausgabe erschien am 27.8.2020 unter dem Titel „Help Hungry Henry Deal with Anger“ im Verlag Power of Yet.

Kontakt:

Valerie Vetsch, Blaukreuz-Verlag, Lindenrain 5, 3012 Bern, [verlag@blaukreuz.ch](mailto:verlag@blaukreuz.ch), 031 300 58 66

Weitere Informationen: <http://blaukreuzverlag.ch>