



Wenn dein Kind einen Wutanfall hat: bleib der sichere Anker.

1

Verstehen vor reagieren

Ein Wutanfall ist keine Absicht gegen dich.
Dein Kind ist emotional überflutet und braucht Halt.

2

Deine Ruhe überträgt sich

Kinder regulieren sich über dich.
Je stabiler du bleibst, desto schneller findet dein Kind zurück.

3

Weniger reden & klar da sein

Keine langen Erklärungen. Ein ruhiger Satz genügt:
„Ich sehe, wie wütend du bist. Ich bin hier.“

4

Gefühle erlauben & Grenzen halten

Wut darf sein. Verletzen nicht.
„Ich lasse nicht zu, dass jemand geschlagen wird.“

5

Erst beruhigen, dann besprechen

Im Wutanfall ist kein Lernen möglich.
Sicherheit geht vor Einsicht.

6

Nach dem Wutanfall beginnt Entwicklung

Später gemeinsam verstehen:
Was hat dich überfordert? Was hilft dir beim nächsten Mal?



**Dein Kind braucht in seiner Wut keinen lautereren Erwachsenen.
Es braucht dich – ruhig, klar und verlässlich.**