





### **Kap. 2.2.8: Pommes gegen Langeweile? Schokoriegel gegen Frust?**

*Lernziel: Raus aus dem Teufelskreis!*

*Themenbereich: Stimmungen, Gefühle, psychosoziale Einflussfaktoren*

Abb. 2.2.8a: Forschungsarbeitsblatt «Stimmungen und Gefühle»

**Zielgruppe:** Kinder ab der Grundschule und Jugendliche.

**Ziel:** Die Kinder bzw. Jugendlichen sollen über Stimmungen und Gefühle sprechen lernen und deren Zusammenhang mit dem Verhalten im Alltag erkennen, mit dem Ziel, Handlungsalternativen entwickeln zu können.

**Beschreibung/Durchführung/Nachbesprechung:** Das Arbeitsblatt wird im Dialog mit dem Adipositas-Therapeuten bearbeitet, Stimmungen und Gefühle werden markiert und mit den anderen Baustellen verbunden. Die Auslöser für die gefundenen Stimmungen und Gefühle werden erforscht und besprochen, und nach Handlungsalternativen wird gefahndet.



**BABELUGA**