



# Die Mutabenteurer – Gemeinsam mit der Angst mutig sein!

Manchmal klopft die Angst an: Vor Klassenarbeiten, vor dem Dunkeln, vor neuen Situationen oder auch einfach so.

In unserer Kindergruppe die Mutabenteurer machen wir uns zusammen auf den Weg mutiger mit den Ängsten umzugehen. Mit den Eltern findet vor dem Start und im Verlauf der Gruppe ein Elterngespräch statt.

## Was erwartet die Kinder:

- Spielerische Übungen, um die Ängste kennenzulernen.
- Kreative Methoden (Malen, Geschichten ...)
- Bewegungsspiele, Entspannung und kleine Abenteuer, die das Selbstvertrauen stärken.
- Austausch mit anderen Kindern:  
Ich bin nicht alleine mit meinen Gefühlen.

## Ziele der Gruppe:

- Stärkung des Selbstvertrauens
- Entwicklung eigener Mutstrategien
- Spaß und Abenteuer mit Anderen im sicheren Rahmen



[www.karlsruhe.de/pbst](http://www.karlsruhe.de/pbst)

## Rahmenbedingungen:

- **Kinder der 4. Klasse**
- Gruppengröße: **sechs bis acht Kinder**
- Dauer: **zehn Treffen jeweils 60 Minuten**
- Termine: **montags, 15 Uhr außerhalb der Ferien**
- Beginn: **Montag, 2. März 2026 um 15 Uhr**
- Abschluss: **Montag, 18. Mai 2025**
- Ort: **Psychologische Beratungsstelle**  
Otto-Sachs-Straße 6, 76133 Karlsruhe
- **Das ist Angebot ist kostenfrei.**
- Leitung: Jutta Abel, Diplom Sozialarbeiterin und  
Monika Spahl, Diplom Heilpädagogin

## Anmeldung und Kontakt:

**Sekretariat der Psychologischen Beratungsstelle**  
Telefon: 0721 133-5360  
E-Mail: [pbs@sjb.karlsruhe.de](mailto:pbs@sjb.karlsruhe.de)

