

# INHALTSÜBERSICHT

AutorInnen und KursleiterInnen 2

## **Gewalt 8**

Was ist Gewalt? 9

Warum übt ein Kind Gewalt aus? 9

Prügeln ist gefährlich 10

Bei einer Schlägerei gibt es nur VerliererInnen 12

## **Miteinander ohne Gewalt auskommen 14**

Den Streit abkühlen 15

Missverständnisse aus dem Weg räumen 16

Frieden schliessen 17

Keine Vorurteile anderen Menschen gegenüber haben 20

Mit allen auskommen 21

Mit «Ich-Botschaften» deine Meinung sagen 23

Gemeinsam einen Kompromiss finden 24

Die Friedensbrücke 25

## **Wie kannst du dich gegen Kinder wehren? 28**

Deine Körpersprache ist wichtig 29

Wie fest darfst du dich wehren? 31

Du wirst mit Worten geplatzt 34

Gruppendruck 40

Dir wird etwas weggenommen 41

Dir wird ein Gegenstand zerstört 42

Du wirst bedroht 43

Du wirst verprügelt 45

Ein anderes Kind wird geplatzt oder bedroht 46

Hilfe holen bei Erwachsenen 47

## **Wie kannst du dich gegen Kinder oder Erwachsene wehren? 50**

Jemand macht dir Angst 51

Jemand will dich überreden 52

Jemand berührt dich unangenehm 53

Jemand ist wütend auf dich 55