

# Inhalt

## **Vorwort**

Mit der Wut umgehen lernen ..... 6

## **In der Gruppe Dampf ablassen**

Wut-weg-Spiele in Kita, Hort und Schule ..... 9

## **Wut abbauen, Ängste überwinden**

Erste Hilfe für wütende Kinder ..... 24

## **Selbstsicherheit gewinnen**

Wilde Spiele und Selbsteinschätzung ..... 35

## **Stärken und Grenzen entdecken**

Abenteuerliches Kräfteressen ..... 48

## **Spielerisch Konflikte lösen**

Streiten will gelernt sein ..... 64

## **Entspannen und neue Kräfte sammeln**

Abschalten und Ruhe finden ..... 72