

# Inhalt

## **Vorwort:**

Mit der Wut umgehen lernen ..... 6

## **In der Gruppe Dampf ablassen**

Wut-weg-Spiele in Kita, Hort und Schule ..... 11

## **Wut abbauen, Ängste überwinden**

Erste Hilfe für wütende Kinder ..... 29

## **Selbstsicherheit gewinnen**

Wilde Spiele und Selbsteinschätzung ..... 43

## **Stärken und Grenzen entdecken**

Abenteuerliches Kräfteressen ..... 59

## **Gemeinsam zum Ziel**

Spiele ohne Sieger und Verlierer ..... 79

## **Spielerisch Konflikte lösen**

Streiten will gelernt sein ..... 87

## **Entspannen und neue Kräfte sammeln**

Abschalten und Ruhe finden ..... 97

Bücher zum Weiterlesen und nützliche Adressen ..... 109

Spielerregister ..... 111