

# Inhalt

Vorwort 7

## I. Geistig gesund 17

Sich seiner selbst bewusst werden 23

Aggression der Erwachsenen 29

## II. Wir wollen keine Gewalt! 41

Wie definieren wir Aggression, wie Gewalt? 43

»Und wenn du nicht, dann ...!« 51

Aggression zwischen Kindern 59

## III. Die Ursprünge der Aggression 64

Das Selbstwertgefühl 80

Wenn Aggression ausbricht 81

Wer ist verantwortlich? 85

Kinder sind »Opfer« 86

Wie Kinder kooperieren 91

Quellen der Provokation 96

#### **IV. Aggression integrieren 106**

**Konstruktive und destruktive Aggression 107**

**Die echten Rabauken 120**

**Eltern als »Rabauken« 123**

**Geschwisterrivalität 125**

#### **V. Moral oder Existenz? 129**

**Die fünf Schritte 139**

**Der Weg ist das Ziel 149**

**Das Netzwerk einbeziehen 151**

#### **VI. Empathie – das Gegengift gegen Gewalt 154**

#### **VII. Wenn dein Kind aggressiv ist 159**

#### **VIII. Schlusswort 166**

**Nachwort von Ingeborg Szöllösi 171**