

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort ..... 4

**Klasse**  
**3** ..... 5

1. Jeder ist anders, aber trotzdem sind wir ein Team ..... 6
2. Unterschiedliche Verhaltensweisen ..... 9
3. Stress beginnt im Kopf ..... 14
4. Stress bewältigen ..... 17
5. Positives Feedback geben ..... 23
6. Sich selbst lieben können ..... 26
7. Zufriedenheit ..... 30
8. Helfen, aber nicht aufdrängen ..... 33
9. Warum sind Regeln wichtig? ..... 38
10. Unsere Klassenregeln ..... 43
11. Was ist Kritik? ..... 47
12. Kritik üben und aushalten ..... 51
13. Wolfs- und Giraffensprache kennenlernen ..... 54
14. Die Welt durch Wolfs- und Giraffenaugen sehen ..... 59
15. Streitlösungen erfordern Kompromisse ..... 63

**Klasse**  
**4** ..... 65

16. Wir sind eine Klasse ..... 66
  17. Die etwas anderen Klassenämter ..... 71
  18. Der Augenblick ist kostbar ..... 76
  19. Resilienz-Förderung ..... 79
  20. Gruppenfeedback ..... 83
  21. Empathie für Tiere entwickeln ..... 86
  22. Empathie für die Umwelt entwickeln ..... 91
  23. Wir sind ehrlich ..... 93
  24. Wir sind gerecht ..... 95
  25. Wir geben nicht an ..... 98
  26. Mobbing ..... 101
  27. Zivilcourage ..... 108
  28. Streit erkennen und verstehen ..... 113
  29. Schimpfwörter und was dahinter steckt ..... 117
  30. Eine Streitschlichter-Konferenz gründen ..... 120
- Medientipps ..... 127