

# Schulprojekt „Kinder stark machen“



## Gewaltprävention im (Sport-) Unterricht

„Eine Kindheit sollte immer glücklich und unbeschwert sein. Um das zu erreichen, brauchen Kinder einen besonderen Schutz in der Familie ebenso wie in der Gesellschaft“, schreibt Veronica Ferres in ihrem Buch „Nein, mit Fremden gehe ich nicht!“. Zahlen und Berichte belegen aber, dass viele Kinder nicht gewaltlos aufwachsen. Gewaltpräventions-Modelle, wie das hier vorgestellte, sollen deshalb Eltern und Kindern eine Hilfe anbieten, um schwierigen Entwicklungen frühzeitig entgegenzutreten zu können.

► Die meisten Erwachsenen können sich an ihre Kindheit erinnern. Dabei bedarf es keiner langen und phantastischen Rückreisen in die Vergangenheit, um sich vergewissern zu können, ob man als Kind eher glücklich oder unglücklich gewesen war. So subjektiv auch Erfahrungen von Glück oder Unglück in der Kindheit sind, eins bleibt unumstößlich: eine glückliche Kindheit basiert vor allem auf der Erfahrung von Gewaltlosigkeit, so wie Gewalttätigkeit Kinder unglücklich sein lässt. Folgerichtig billigt die Verfassung der Bundesrepublik Deutschland den Kindern in § 6 GG den Schutz auf eine im o. a. Sinne unversehrte Kindheit zu und legt nach § 1631 Abs. 2 BGB fest: „Kinder haben ein Recht auf gewaltfreie Erziehung. Körperliche Bestrafung, seelische Verletzungen und andere entwürdigende Maßnahmen sind unzulässig.“

Nun belegen aber Zahlen und Berichte, dass es Erwachsenen nicht immer gelingt, Kinder gewaltlos zu begleiten. Gewaltpräventions-Modelle, wie das hier vorgestellte, sollen deshalb Eltern und Kindern eine Hilfe anbieten, um schwierigen Entwicklungen frühzeitig entgegenzutreten zu können.

### „Kinder stark machen“ – Praktische Inhalte des Konzept

Das Konzept „Kinder stark machen“ beinhaltet Aspekte und Ziele, wie

- » Körperhaltung (Mimik und Gestik),
- » Selbstbehauptung (Distanzschwellen, Einsatz der Stimme),
- » Prävention,
- » Deeskalation,
- » Effektive Selbstverteidigung (Techniken der Selbstverteidigung),
- » Soziales Lernen im Sport (Fantasiereisen).

Der Kurs sollte mindestens acht Einheiten über je 45 Minuten umfassen und kann an zwei Schulprojekttagen oder während der Ferienzeit durchgeführt werden. Dabei besteht die Möglichkeit, die Gestaltung der Inhalte so zu modifizieren, dass sie dem Leistungs- und Spielpotential der Gruppen Rechnung tragen.

Das Konzept zielt darauf ab, die Kinder zu einem selbstbewussten Handeln zu befähigen. Dazu gehört die Stärke, sich zu behaupten. Sie sollen lernen, Grenzen zu ziehen, die nötig sind, um ihre Persönlichkeit zu wahren und zu schützen. Dazu sollen sie u. a. die Körpersprache einsetzen, die mit dem Einsatz der Stimme markant unterstrichen wird.

Denn die Kinder entscheiden darüber, wer oder was sie beleidigt; sie bestimmen, wer sich ihnen nähern darf. Vor allem aber bestimmen sie, wer sich ihnen nicht nähern darf! Sie ziehen die Grenzen und äußern Wünsche und Bedürfnisse. Die Wirkung eines solchen selbstbewussten Auftretens wird durch Persönlichkeitsmerkmale verstärkt, die im Rahmen des Schulprojekts zu vermitteln sind:

- » Kraftvolles Auftreten.
- » Aufrichtigkeit.
- » Vertrauen in die eigene Stärke.
- » Mut, sich anderen anzuvertrauen.

### INFO Begriffserklärungen (Was sollten die Kinder wissen)

**Gewaltprävention:** Kinder in dieser Altersgruppe müssen wissen, dass sie sich nach und nach eine Art Sicherheitsradar aneignen müssen. Hierzu gehören die individuelle Wahrnehmung und das Erkennen von Gefahrensituationen. Sie sollen befähigt werden, eine gewaltfreie Kommunikation zu führen.

**Gewalt:** Unterschied zw. *psychischer* Gewalt – alles, was „im Herzen weh tut“, wie Beleidigungen, Mobbing, verbale Auseinandersetzungen und *physischer* Gewalt: Kräfte, die auf den Körper einwirken, wie Schläge, Tritte, kratzen, beißen, etc.

**Selbstverteidigung:** sich selbst oder andere verteidigen, mittels verschiedener Techniken: angefangen bei der selbstbewussten Körperhaltung und dem Einsatz der Stimme und seiner Gestik innerhalb eines Konflikts, bis hin zum Einsatz von körperlicher Gewalt, um gegenwärtige Angriffe von sich oder einem anderen abzuwehren ...

**Selbstbehauptung:** das Antrainieren einer gewissen Selbstsicherheit; sich vor Grenzverletzungen durch sein Gegenüber zu schützen; sich behaupten. Das Festlegen seiner persönlichen Distanzschwellen – inwieweit sich Verhaltensweisen des Gegenüber als Grenzverletzungen herausstellen, ist abhängig von persönlichen Erfahrungen und Empfindungen. Hierbei spielt die Sozialisation eine Rolle. Das Erarbeiten von Handlungsalternativen in schwierigen und unangenehmen Situationen überlegt und konsequent zu handeln, zählt ebenfalls hierzu.

**Notwehr:** § 32 StGB (1) Wer eine Tat begeht, die durch Notwehr geboten ist, handelt nicht rechtswidrig. (2) Notwehr ist die Verteidigung, die erforderlich ist, um einen gegenwärtigen rechtswidrigen Angriff von sich oder einem anderen abzuwenden.

**Mobbing:** aus dem englischen „to mob“: *angreifen, pöbeln, bedrängen...* Im weiteren Sinn bedeutet Mobbing, andere Menschen ständig bzw. wiederholt und regelmäßig zu schikanieren, zu quälen und seelisch zu verletzen, beispielsweise in der Schule, im Sportverein und im Internet (Cyber-Mobbing). Typische Mobbinghandlungen sind die Verbreitung falscher Tatsachen, Gewaltandrohung, soziale Isolation oder ständige Kritik.

### Themenschwerpunkte der Übungseinheiten (ÜB)

1. ÜB: Kennenlernen, Erarbeiten von Regeln des Miteinanders im Kurs.
2. ÜB: Stimme kennenlernen; sich mit seiner Körperhaltung beschäftigen, selbstbewusstes Auftreten signalisieren.
3. ÜB: Gewalt erleben, Gewalt ausüben; seine eigenen Kräfte kennenlernen und bündeln; der Faustschlag, der Fußtritt.
4. ÜB: das Erlernen von kindgerechten Verteidigungstechniken; Gleichgewicht und Körperhaltung in der Selbstverteidigung.
5. ÜB: das Erlernen von Lösetechniken bei körperlichen Übergriffen.
6. ÜB: wie verhalte ich mich, wenn ich von einem „Fremden“ angesprochen werde? Situatives Training am Fahrzeug.
7. ÜB: Gassenlauf; das Anwenden sämtlicher Techniken im Rahmen eines Situationstrainings. Nach dem Prinzip der Verhältnismäßigkeit (sich behaupten oder verteidigen so wenig wie möglich, so viel wie nötig) erlernen die Teilnehmer, sich entsprechend zur Wehr zu setzen.
8. ÜB: spielerischer Abschluss, Spiel: Wer hat Angst vorm schwarzen Mann?

### Theorievermittlung

Nach einem ersten Kennenlernen und der Erkundung des Veranstaltungsortes beginnt das Schulprojekt mit einem Theorieteil, in dem zu Beginn kurz der Ablauf des Programms skizziert wird (siehe Kasten Themenschwerpunkte der Übungseinheiten (ÜB)). Danach bestimmen die Kinder/Jugendlichen Regeln für den Umgang miteinander, die auf Flipcharts schriftlich festgehalten werden. Grundvoraussetzung ist ein respektvoller Umgang. Niemand darf beleidigt oder bewusst verletzt werden. Die erlernten Techniken kommen nur in Notsituationen zur Anwendung. Zu den wichtigen Regeln gehören das Zuhören sowie das genaue Umsetzen der Übungen, da durch Abwandlungen das Verletzungsrisiko steigt.



Schließlich werden alle Begriffe erklärt, die den Kindern entweder nicht geläufig, oder die in sich nicht eindeutig sind. Setzt doch schon der Begriff „Gewalt“ ein differenziertes Verständnis voraus, zumal er „weder in der Wissenschaft noch im Alltag klar definiert und abgegrenzt ist“, so Diplom-Pädagoge Günther Gugel vom Institut für Friedenspädagogik Tübingen e.V. Erfahrungsgemäß umreißen die Kinder allerdings den Begriff „Gewalt“ mit Wörtern wie Boxen, Hauen, Kneifen etc. Die Teilnehmer suchen Antworten zu den Fragen:

- Was ist Gewalt und wo tritt sie auf?
- Was ist Selbstverteidigung und wie unterscheidet sie sich von der Selbstbehauptung?
- Was ist Notwehr?
- Was ist Mobbing?

## Die Demonstration von Stärke

### „Möhren ziehen“

Das Spiel „Möhren ziehen“ ist weit verbreitet und bekannt. In Zusammenhang mit der Prävention soll es darstellen, dass Kinder/Jugendliche in ihrem Umfeld „Partner“ haben, mit denen sie schwierige Situationen meistern können.

**Spielbeschreibung:** Die Teilnehmer legen sich mit dem Gesicht zueinander Schulter an Schulter in einen Kreis (Abb. 2). Der Kreis ist geschlossen. Hierbei verhaken sich die Arme ineinander. Nun versucht der Übungsleiter die „Möhren“ aus seinem Acker herauszulösen und zieht dabei an den Beinen. Wenn die Kinder zusammenhalten und Stärke demonstrieren, hat der Übungsleiter kaum eine Chance, diesen Kreis zu zerstören. Der Kreis steht für Zusammenhalt und Stärke.

### „Alarmanlage“

**Spielbeschreibung:** Zwischen 2 Pfosten oder 2 Bäumen werden Wollschnüre kreuz und quer gespannt. Große und kleine Lücken entstehen. Die Schnüre werden so gespannt, dass die Teilnehmer durch sie durchklettern können.

Die Gruppe hat nun die Aufgabe von der einen Seite zur anderen durch die entstanden Lücken zu gelangen. Je schwieriger es wird, eine Lücke zu überwinden, umso mehr ist die Gruppe gefordert, allen Teilnehmern beim Überwinden zu helfen. Hinweis: Der Schwierigkeitsgrad ist hierbei durch die Größe und Höhe der Lücken leicht zu modifizieren. Weiterhin könnte man anweisen, dass jede Lücke nur 1x zu nutzen ist.

Gemeinsames Erarbeiten von Lösungen, Kommunikation, Geschick und Körperwahrnehmung werden trainiert.

## Aspekt der Körperhaltung

Ein wesentlicher Bestandteil des Konzepts besteht darin, den Kindern/Jugendlichen in spielerischer Form zu einer selbstbewussten und in Konfliktsituationen auch zu einer dominanten Körperhaltung zu verhelfen.

### „kleine graue Maus, großer starker Löwe“

Das Spiel soll den Kindern vermitteln, dass die Beobachtung der Umgebung mit einer entsprechenden selbstbe-



wussten Körperhaltung genauso im Verborgenen zur Selbstverteidigung gehört wie die dazu gehörende Gestik, die im zweiten Teil des Spiels zum Einsatz kommt.

**Spielbeschreibung:** Die Teilnehmer bewegen sich in einem begrenzten Raum durcheinander zur Musik. Sie gehen aufrecht und selbstbewusst, lassen ihre „Muskeln“ spielen. Selbstbewusst wie starke Löwen schleichen sie durch die Menge. Einige Kinder laufen mit bösem Gesicht. Wenn die Musik stoppt, sucht sich jeder einen Partner. Der Übungsleiter zählt „3, 2, 1“, runter. Auf Kommando „0“ wird die rechte Hand deutlich vor das Gesicht des Partners gehalten, gleichzeitig stampft das rechte Bein auf dem Boden und es ertönt ein lautes, kräftiges: „Stopp!“ (Abb. 3). Der Ausruf ist knapp und prägnant. Die vorgehaltene Hand soll weitere Aktionen des Gegenübers ausbremsen. Gestik und Körperhaltung stimmen überein. Animieren der Teilnehmer, laut zu sein.

### „Luftballon“

**Spielbeschreibung:** Alle Kinder haben einen Luftballon und tippen diesen in einem begrenzten Raum in die Luft. Ziel ist es, dass der Ballon nicht auf den Boden fällt. Sie müssen sich also im Raum orientieren, ihre Umgebung beobachten, die anderen Teilnehmer nicht aus den Augen verlieren....

## Aspekt der Selbstbehauptung

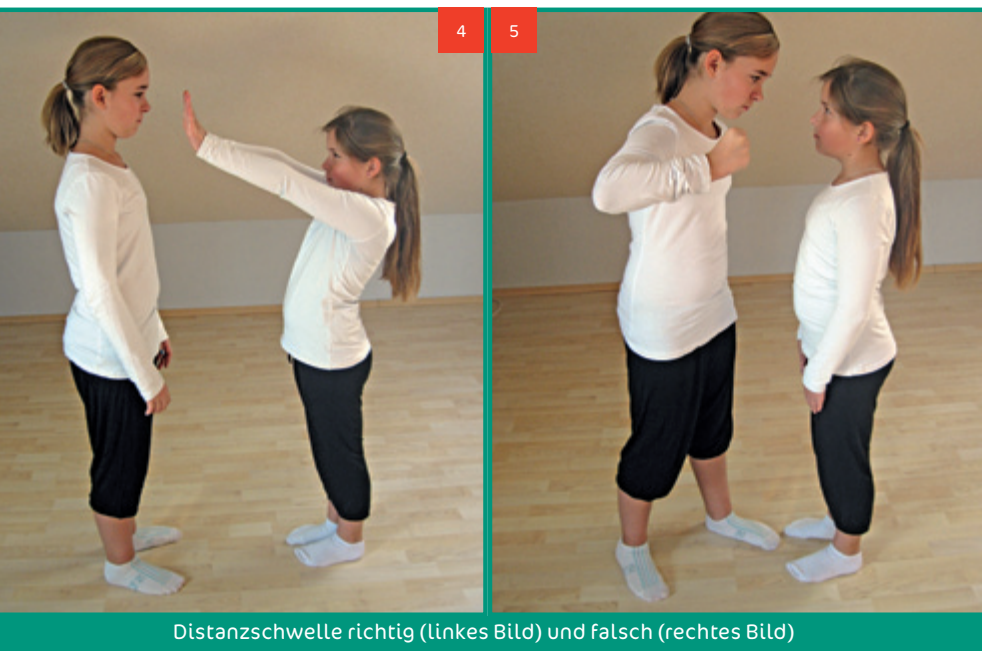
### Simulation von Distanzschwellen

Bei der Simulation von Distanzschwellen geht es darum, dass die Kinder ihre eigenen persönlichen Entfernungen kennenlernen, die in ihnen Behagen bzw. vor allem Unbehagen hervorrufen. Jeder Mensch hat seine ganz persönliche Distanz, inwieweit er Menschen an sich heranlässt.



Für Kinder ist es wichtig, diese Distanz kennenzulernen und zu verstehen, Chef seiner eigenen Nahdistanz zu werden und „nein“ sagen zu können. Um das den Kindern verständlich zu machen, kann man auch folgendes Beispiel benutzen: „Du bist der Boss in Deinem Geschäft. Mit wem oder was Du Dich in Deinem Geschäftsleben beschäftigst, entscheidest Du ganz allein.“

Die Distanzschwelle (Abb. 4, 5) können die Kinder wie folgt vermittelt bekommen:



Distanzschwelle richtig (linkes Bild) und falsch (rechtes Bild)

**Beschreibung:** 2 Kinder stehen sich gegenüber. Das eine geht auf das andere zu. In dem Augenblick, wo sich das Kind, welches stehen geblieben ist, bedrängt oder unwohl fühlt, sagt es „Stopp“. Hinweis: Das Eindringen in die sogenannte Intimdistanz soll verweigert werden. Die Entfernungen, die hierbei zwischen 2 Personen entstehen, sind individuell unterschiedlich und richten sich nach den Positionen der Kinder. Die Distanzschwellen verändern sich erheblich, wenn beispielsweise die Personen, die „angegangen“ wird, sitzt. Beträgt die Distanz zwischen 2 Personen weniger als eine Armlänge, kann man davon ausgehen, dass die Intimdistanz bereits überschritten wurde.

### Aspekt der Stimme

Für Kinder ist es wichtig mitzubekommen, dass sie mit ihrer Stimme etwas bewirken können, auch wenn sie als Kinder nur klein und unscheinbar sind. Denn Mittels der Stimme haben sie die Möglichkeit, andere Leute auf ihre (Not-) Situation aufmerksam zu machen. Das Spiel „Streckenlaufen“ macht Kindern, bewusst, welche Wirkung die Stimme haben kann:

**Spielbeschreibung:** Bei diesem Spiel erfahren die Kinder den absoluten Gegensatz zum Alltag. Hier schreien die Kinder mit aller Macht alles aus sich heraus, was in ihnen steckt. Mit einem einzigen Atemzug sollen sie eine möglichst weite Strecke zurücklegen. Der Lauf ist beendet, wenn das Lungenvolumen der Kinder durch den Schrei ausgereizt worden ist. Der Wettbewerb heizt die Kinder zusätzlich an. Gewinner ist der, der die weiteste Strecke

mit einem Atemzug zurücklegen und dabei so laut wie möglich schreien kann. Bestenfalls können die Kinder die Fenster der Turnhalle zum „Klirren“ bringen.

**Hinweis:** Der Aspekt der Stimme kann auch durch eine Wiederholung des Spiels „kleine graue Maus, großer starker Löwe“ vermittelt werden. Einsatz der Stimme und der Körperhaltung wird zudem auch bei allen Verteidigungstechniken trainiert.

## Aspekte der Selbstverteidigung

### Die richtige Balance mit dem Mattenrodeo

Balance und Körperhaltung (der stabile Stand) sind bei der Selbstverteidigung Grundvoraussetzung und werden mit diesem Spiel geschult.

**Spielbeschreibung:** 1 Teilnehmer befindet sich in der Mitte der Weichbodenmatte. Die anderen stehen gleichmäßig verteilt um die Matte herum. Nun fassen sie unter die Matte, heben diese an und bewegen die Matte in alle Richtungen (Abb. 6). Während der Teilnehmer auf der Matte versucht, durch geschickte Ausweichbewegungen seinen Stand zu behalten, rütteln die außen Stehenden so lange an der Matte, bis er fällt.



### Abwehr-Techniken der Selbstverteidigung

Beim Passivblock (Abb. 7) geht der Arm angewinkelt seitlich am Kopf entlang. Die Schläfe und der seitliche Teil vom Kopf sind geschützt. Die Ellenbogenspitzen zeigen nach vorne, der Blickkontakt zum Angreifer wird beibehalten. Die Füße stehen etwas mehr als schulterbreit auseinander, die Beine sind leicht angewinkelt. Die Energie des Angreifers wird durch leichtes Rotieren des Oberkörpers abgefangen.

### Übung zum Passivblock

8



**Durchführung:** Der Passivblock soll auf verschiedenen Untergründen, zuerst auf dem Fußboden, dann auf der Turnbank, von den Kindern erprobt werden. Hierfür finden sich immer 2 Kinder zusammen. Nach dem Startsignal vom Übungsleiter versucht das Kind mit dem Schlagpolster das andere aus dem Gleichgewicht zu bringen (Abb. 8).

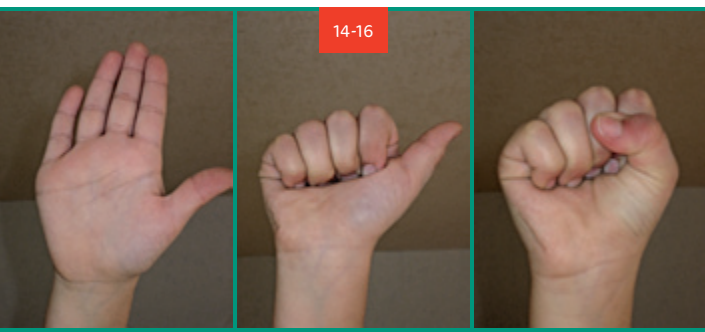
**Hinweis:** Neben dem Passivblock wird auch die Balance trainiert.

Gegen das ungewollte – einseitig, von vorne, von hinten, von der Seite, beidseitig von hinten und von vorne – Fassen des Handgelenks (Abb. 9 – 13) gibt es eine einfache Lösetechnik: Der Abwehrende dreht sich stets über die Daumenöffnung des Angreifers heraus.

**Hinweis:** Diese Techniken sollten nach Möglichkeit mit Kampfsport erfahrenen Übungsleitern durchgeführt werden!

### Gewalttätige Techniken der Selbstverteidigung

14-16



Bilden einer Faust

Beim **Hammerfaustschlag** sieht man die Faust (Abb. 14-16) als Verlängerung des Stiels eines Hammers an (Abb. 17). Sie ist eine sehr einfache, kindgerechte Technik. Die eigene Verletzungsgefahr ist dabei sehr gering, empfohlen auch im Bereich der Frauenselbstverteidigung.

17



11

9



10



11



12



13





Den **Faustschlag** setzt man zielgerichtet gegen den Kontrahenten ein (Abb. 18). Die Stellung des Handgelenks ist starr, da es sonst zu Verletzungen kommen kann. Der Ellenbogen ist leicht angewinkelt, damit die Energie des Schlags nicht das Gelenk belastet.



Der **Fußtritt** geht ebenfalls in Richtung des Kontrahenten. Die Zehen sind beim Tritt angewinkelt. Auftrefffläche ist der Fußballen (Abb. 19).



## Situationstraining

### Ansprechen, Angriff aus dem Auto heraus

**Durchführung:** Die Kinder erlernen, wie man sich richtig verhält, wenn sie aus einem Fahrzeug heraus von einem Fremden angesprochen werden. Die Distanz zum Fahrzeug ist davon abhängig, ob die Autotür geöffnet ist oder das Fenster. Der „Fahrer“ kann zwischen „nur Ansprechen“ oder „das Kind aggressiv zum Stehen bringen“ variieren.

**Variation:** 1 Kind wird von einem „Fremden“ (Trainer) in das Auto gezerrt (Abb. 20).

**Hinweis:** Bei diesem Rollenspiel finden die erlernten Verhaltensoptionen Anwendung: Distanz, Körperhaltung, Stimme und gegebenenfalls der Einsatz körperlicher Gewalt, bspw. Hammerfaustschlag.

### Ansprechen, Angriff gegen Kinder, wenn sie mit einem Fahrrad unterwegs sind

Werden die Kinder durch einen Fremden mittels Ansprechen gezwungen, von ihrem Fahrrad abzusteigen, weist der Übungsleiter darauf hin, dass sie das Fahrrad stets zwischen sich und dem Fremden bringen. Sollte sich aus dem Gespräch heraus ein Konflikt ergeben, ist das Kind in der Lage, das Fahrrad zur Gegenwehr einzusetzen, um sich Zeit zum Weglaufen zu verschaffen.



**Bemerkung:** Der Einsatz von Selbstbehauptungskursen ist in der Öffentlichkeit nicht unumstritten. Unter anderem wird kritisiert, dass die Kinder „das Gelernte in der Notsituation nicht umsetzen bzw. gegen einen erwachsenen Angreifer sich von vornherein nicht behaupten können“. Besonders der Einsatz von realitätsnahen Rollenspielen, wie das hier Vorgestellte „Ansprechen, Angriff aus dem Auto heraus“, wird kritisch betrachtet, da die Gefahr, dass Kinder Ängste entwickeln können, sehr groß sei.

Für uns Autoren ist der Einsatz dieses Situationstrainings im Bereich des Verträglichen, weil individuell auf richtiges, vor allem aber auf falsches Verhalten eingegangen wird. Unmittelbar nach dem Erleben der Situation werden mit den Kindern Handlungsalternativen besprochen. In vergangenen Kursen haben wir keinerlei unangenehme Erfahrungen gesammelt. Das Feedback der Eltern ist grundsätzlich positiv. So berichten sie, dass ihre Kinder mit Begeisterung von dem Situationstraining erzählen. Kommt es vor, dass ein Kind durch den Trainer in das Fahrzeug gezogen wird, wird diese „Schrecksekunde“ unmittelbar besprochen.

### Gassenlauf

**Durchführung:** Die Kinder werden aufgefordert, einzeln einen Weg/eine Gasse zu durchqueren. Sie begegnen dort einem „Fremden“ (Schauspieler: Übungsleiter). Dieser verwickelt das Kind in ein Gespräch oder pöbelt es an (Abb. 21). Nun kommen die Aspekte des Konzepts zum Tragen: Selbstbehauptung, Körperhaltung, Einsatz der Stimme, notfalls auch der Einsatz körperlicher Gewalt. Je nach dem können auch 2 Kinder gemeinsam die Gasse durchqueren. Gelegentlich trauen sich die Kinder das nicht zu und würden gerne zu zweit gehen. Diesem Wunsch sollte man entsprechen, damit sich das Kind nicht überfordert fühlt.





### Wer hat Angst vor dem schwarzen Mann?

**Durchführung:** Das Spiel ist den Kindern meistens bekannt. Die Kinder reihen sich an einer Seite des Übungsraums/Turnhalle auf; der Übungsleiter im Vollschutzanzug steht ihnen an der anderen Seite gegenüber. Der Übungsleiter fragt: „Wer hat Angst vor dem schwarzen Mann?“ Die Kinder antworten: „Niemand!“. ÜL: „Und wenn er kommt?“ Kinder: „Dann laufen wir...!“ Die Kinder versuchen, dem schwarzen Mann auszuweichen. Wenn er sie zu fassen bekommt, entscheidet sich unmittelbar, wie der Angriff mittels der erlernten Techniken abgewehrt werden kann (Abb. 22).

**Hinweis:** Für dieses Spiel ist eine Körperschutzausstattung notwendig.



### Abschluss: Vorlesung

In einem gemeinsamen Abschluss lauschen die Kinder der Geschichte aus dem Buch: „Nein, mit Fremden gehe ich nicht!“ Der Inhalt dieser Geschichte passt exakt zum Konzept und sensibilisiert die Kinder zusätzlich (Abb. 23).



Michael Wehmann, Karsten Hilker und Mirko Schulze sind Vollzugsbeamte in der Jugendanstalt Hameln (männliche Jugendliche Gefangene/Niedersachsen), bzw. in der Sicherheitsstation der JVA Sehnde (Niedersachsen). Sie sind dort für die Fortbildung der Beamten im Bereich der Berufsspezifischen Konfliktbewältigung und Selbstverteidigung zuständig.

Die Autoren sind Referenten der Sportjugend Niedersachsen und beim LandesSportBund Niedersachsen. Im Nebenberuf bieten sie Kurse im Bereich der Selbstbehauptung, Selbstverteidigung und des Deeskalationstrainings an.

[www.wehmann-sport.de](http://www.wehmann-sport.de)

[www.schulze-selbstverteidigung.de](http://www.schulze-selbstverteidigung.de)

[www.es-defence.info](http://www.es-defence.info)

### Literatur:

Ferres, Veronica: Nein, mit Fremden geh ich nicht! cbj, München, 2007

Gugel, Günther. Gewalt. Aspekte eines Begriffs. Auf [www.gewaltpraevention-tue.de/index.php?id=10034](http://www.gewaltpraevention-tue.de/index.php?id=10034) (Artikel als Download).

Merkle, Rolf: Glück ist keine Glückssache; [www.psychotipps.com/Glueck.html](http://www.psychotipps.com/Glueck.html)

Sturzenhecker, Benedikt (2000). Prävention ist keine Jugendarbeit; Thesen zu Risiken und Nebenwirkungen der Präventionsorientierung. In: Sozialmagazin. 25. Jg., 1/2000. 14-21

[www.gewaltpraevention-tue.de/index.php?id=10051](http://www.gewaltpraevention-tue.de/index.php?id=10051) (Gewaltprävention und Konfliktbearbeitung)

<http://de.statista.com/statistik/daten/studie/157324>

[www.ekm.admin.ch/de/dokumentation/doku/mat\\_jugendgewalt\\_d.pdf](http://www.ekm.admin.ch/de/dokumentation/doku/mat_jugendgewalt_d.pdf)

[www.gewaltpraevention-tue.de/index.php?id=10051](http://www.gewaltpraevention-tue.de/index.php?id=10051)