

Die 3-schrittige Ärgermitteilung (SÄM)

1. Ich sage "Stopp!"



2. Ich teile meinen Ärger mit!

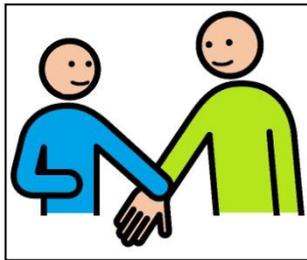
Verletzung
benennen

Wünsche
benennen

Tat
benennen



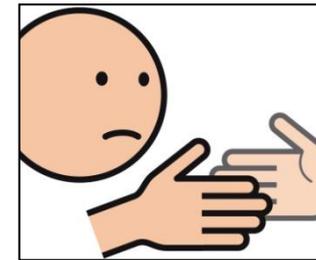
3. Wenn das nicht hilft, dann...



hole ich mir Hilfe



spreche ich in der Klasse
oder im Klassenrat darüber



wende ich mich an die
Konfliktlotsen