Fülle aus und mache Dir bewusst: Wie kannst Du Gewalt vermeiden oder Gewalt umgehen?

**Auftreten von gewalttätigem Verhalten**

**Flucht**

**Selbstbewusstes Auftreten / Selbstbehauptung**

**Primäre Reaktion**

**Erfolgreich**

**Gewalt vermieden/umgangen**

**Nicht erfolgreich**

**Erfolgreich**

**Nicht erfolgreich, sekundäre Reaktion**

**Selbstverteidigung, Befreiung, Flucht**

**Erfolgreich**