Hanna Grubhofer
Sigrun Eder
Barbara Weingartshofer

BAND 20b
SO WAS!

Zweisprachig
Deutsch - Ukrainisch
Двомовна
німецька – українська

WAS BRAUCHST DU?
ЩО ТОБІ ПОТРІБНО?

Mit der Giraffensprache und Gewaltfreier Kommunikation Konflikte kindgerecht lösen

Вирішення конфліктів в дружній для дітей спосіб за допомогою мови жирафа та ненасильницького спілкування

edition friedenburg

Emil Erdmännchen möchte mit seiner Familie und seiner Freundin Carla Chamäleon einen Ausflug zum himmlisch duftenden Beerenstrauch machen. Doch Carla Chamäleon hat keine Lust, und Emil Erdmännchen versteht nicht, wieso. Bevor es zum Streit kommt, taucht Gino Giraffe auf. Was für ein Glück! Gino Giraffe erklärt Emil Erdmännchen und Carla Chamäleon ihre Bedürfnisse. Auch Mia Maus, Balduin Bär, Pedro Pfau, Martha Maulwurf und einige andere Tierkinder kommen sich mit dem, was sie brauchen, in die Quere. Gino Giraffe ist immer zur Stelle und zeigt ihnen, was genau für sie im Moment wichtig ist.

Das fröhlich illustrierte Bilder-Erzählbuch „Was brauchst du?" unterstützt Kinder dabei, Gefühle und Bedürfnisse zu erkennen, um für jeden eine passende Lösung zu finden. Die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) hilft dabei, Konflikte zu lösen.

Zahlreiche Mit-Mach-Seiten zum Malen, Aufschreiben und Reden im Anschluss an die Geschichte befähigen junge Leserinnen dazu, sich selbst und andere besser zu verstehen. Als Bonus-Material gibt es die Tiere und ihre Bedürfnisse zum Ausmalen und Ausschneiden. Auf Karton geklebt können Kinder so ihre eigenen Bedürfniskärtchen bestellen und Lösungen für Konflikte finden.

Сурикат Еміль хоче разом зі своєю родиною та подружкою хамелеоном Карлою піти на прогулянку до кущів з дивовижно пахучими ягодами. Однак хамелеон Карла не хоче, а сурикат Еміль не розуміє чому. Щоб справа не дійшла до сварки, з'являється жираф Джино. Яке щастя! Жираф Джино пояснює сурикату Емілю та хамелеону Карлі їхні потреби. Також мишка Міа, ведмедик Балдуін, павич Педро, крот Марта та інші звірята не розуміють один одного, тому що вони мають різні потреби. Жираф Джино завжди поруч і пояснює їм, що саме для них важливо в даний момент.

Весела та ілюстрована книжка історій «Що тобі потрібно?» допомагає дітям розпізнавати почуття та потреби, щоб знайти відповідне рішення для кожного. Ненасильницьке спілкування (ННС) допомагає вирішувати конфлікти.

Практичні сторінки «Робимо разом» для малювання, записів та розмови в кінці книги дають змогу маленьким читачам краще зрозуміти себе та інших. Тварини та їхні потреби представлені як бонусний матеріал для розмальовування та вирізання. Діти можуть самостійно клеїти картинки на картон, виготовляти картки потреб і знаходити рішення конфліктів.

BAND 20b

SOWAS!

SOWAS-Buch.de

edition riedenburg
editionriedenburg.at

ISBN 978-3-99082-101-5

BAND 20b

SOWAS!

WAS BRAUCHST DU?

ЩО ТОБІ ПОТРІБНО?

Hanna Grubhofer
Sigrun Eder
Barbara Weingartshofer

Mit der Giraffensprache und Gewaltfreier Kommunikation Konflikte kindgerecht lösen

Вирішення конфліктів в дружній для дітей спосіб за допомогою мови жирафа та ненасильницького спілкування

Zweisprachig
Deutsch - Ukrainisch
Двомовна
німецька – українська

edition riedenburg

Hallo du!

Ich bin Gino Giraffe. Wir Giraffen sind die Tiere mit dem allergrößten Herzen. Daher spüren wir besonders gut, wie es anderen geht und was sie brauchen oder brauchen könnten.

Du spürst bestimmt auch, wie es dir gerade geht und was dir gut tut. Denn wir alle haben ein Herz, mit dem wir fühlen, ob wir glücklich, zufrieden, lustig, müde, munter, traurig, nachdenklich, gekränkt, wütend, nervös, unglücklich, neugierig oder erstaunt sind.

Auch haben wir alle einen Bauch, in dem wir spüren, was wir gerade benötigen: Essen, Trinken, Ruhe, Bewegung, alleine sein, zusammen sein, Schutz, kuscheln, jemanden zum Zuhören, Zeit zum Spielen, selbst entscheiden können oder so gemocht werden, wie wir sind.

Wenn wir unsicher sind oder Angst haben, schützen wir uns, indem wir unser Herz verschließen und wie Wölfe knurren oder „beißen“, also zum Beispiel treten oder schlagen. Dann sprechen wir wie Wölfe und können unsere Gefühle und Bedürfnisse nicht aussprechen und auch die von anderen nicht erkennen. Je sicherer du und wir uns alle fühlen, desto mehr können wir wie Giraffen sein und unsere Gefühle und Bedürfnisse aussprechen.

Auf den nächsten Seiten lernst du Emil Erdmännchen, Carla Chamäleon, Mia Maus, Balduin Bär und viele andere Tiere kennen und erfährst, weswegen sie in Streit geraten. Ich zeige ihnen, wie sie sich fühlen und was sie brauchen könnten.

Die Mit-Mach-Seiten sind nur für dich. Sie helfen dir, dich und andere besser zu verstehen. Außerdem findest du viele Ideen, wie ein Streit in der Giraffensprache für beide Seiten zufriedenstellend gelöst werden kann.

Dein Gino Giraffe

Привіт!

Я жираф Джино. Ми, жирафи, тварини з найбільшими серцями. Тому ми особливо добре відчуваємо, як йдуть справи у інших, що їм потрібно зараз і що може знадобитися згодом.

Ти, напевно, також відчуваєш, як йдуть в тебе справи, і що для тебе добре. Тому що ми всі маємо серце, яким ми відчуваємо, чи ми щасливі, задоволені, веселі, втомлені, бадьорі, сумні, замислені, ображені, злі, нервові, нещасні, допитливі чи здивовані.

У всіх нас також є животик, у якому ми відчуваємо те, що нам зараз потрібно: Їсти, пити, відпочивати, займатися спортом, бути на самоті, бути разом з кимось, бути захищеним, обійняти, когось слухати, грати, мати можливість самостійно вирішувати чи подобатися собі такими, якими ми є.

Коли ми не впевнені або боїмося, ми захищаємо себе, закриваючи свої серця і гарчаючи або «кусаючи», як вовки, наприклад, тупаємо ногами або б'ємося. Тоді ми і говоримо, як вовки, і не можемо висловити свої почуття та потреби чи розпізнати почуття інших. Чим безпечніше ми почуваємося, тим більше ми можемо бути схожими на жирафів і висловлювати свої почуття та потреби.

Далі ти познайомишся із сурикатом Емілем, хамелеоном Карлою, мишкою Мією, ведмедиком Балдуїном та багатьма іншими тваринами й дізнаєшся, чому вони сваряться. Я покажу тобі, що вони відчувають, і, що їм може знадобитися.

Сторінки «Робимо разом» створені саме для тебе. Вони допоможуть тобі краще зрозуміти себе та інших. Крім того, ти знайдеш багато ідей про те, як вирішити суперечку мовою жирафа, задовольнивши обидві сторони.

Твій жираф Джино

Es ist ein schöner warmer Herbsttag. Emil Erdmännchen, der jüngste der Erdmännchen-Familie, entdeckt hinter einem Hügel einen Strauch mit himmlisch duftenden Beeren. Die möchte er mit seiner Familie probieren. Und Carla Chamäleon, seine beste Freundin, soll auch davon naschen.

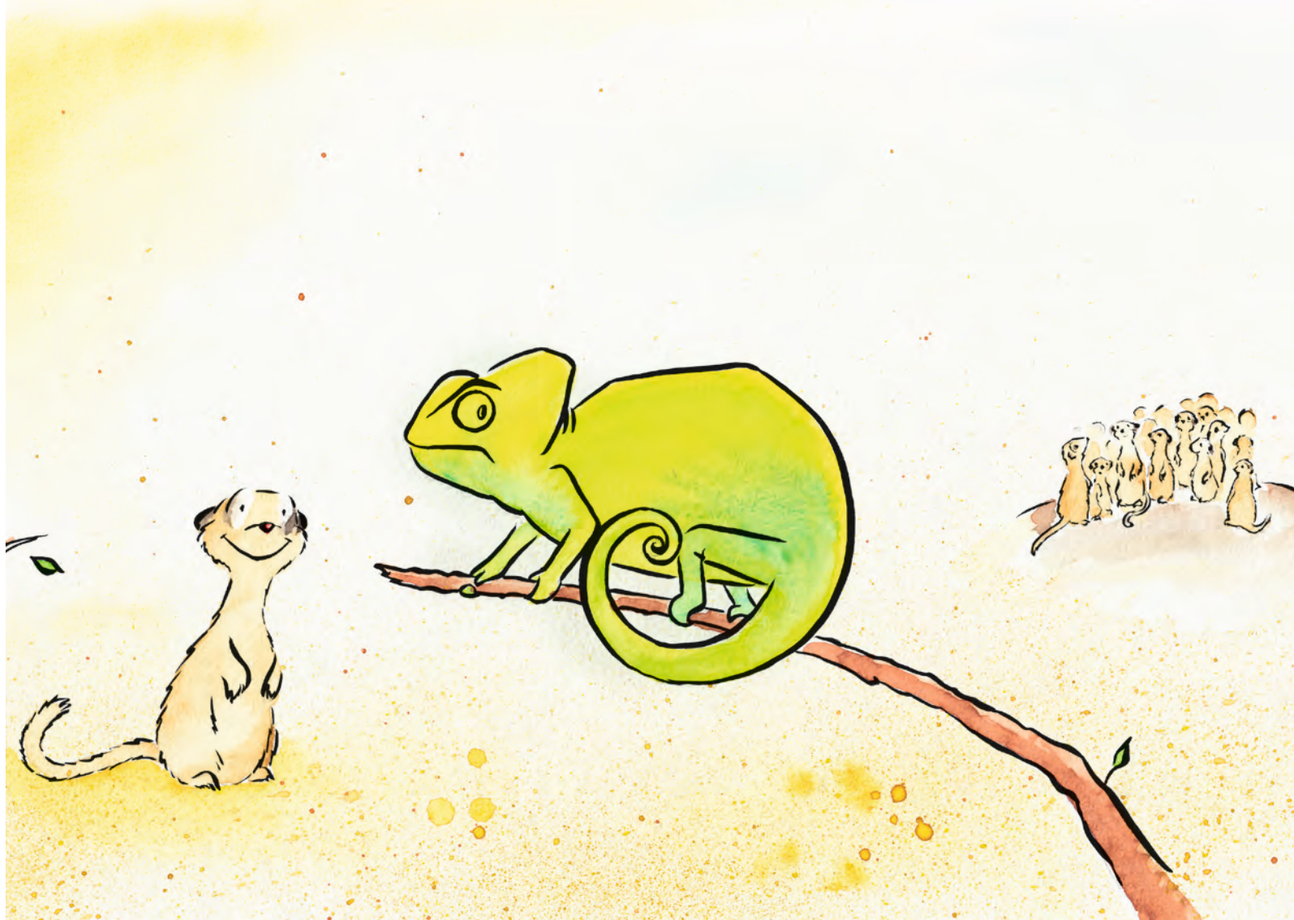
Er läuft zu ihrem Stein und ruft: „Hey, Carla, komm raus! Ich habe einen Beerenstrauch entdeckt. Bitte begleite meine Familie und mich dorthin.“ „Euch begleiten?“, fragt Carla Chamäleon. „Ja, wir machen unsere Ausflüge immer gemeinsam“, erklärt Emil Erdmännchen. „Familie?“, wundert sich Carla Chamäleon. „Die braucht doch keiner. Sei froh, dass du alleine die Sonne genießen kannst und dir niemand dein Futter wegschnappt!“

Emil Erdmännchen ist verwundert. Wie kann man alleine froh sein? „Wir brauchen doch einander, um uns zu schützen!“, sagt er. „Schützen?“, fragt Carla Chamäleon. „Wirklich vertrauen kann man nur sich selbst. Und warum macht gemeinsam Essen Spaß?“

Гарний теплий осінній день. Сурикат Еміль, наймолодший із родини сурикатів, виявляє за пагорбом кущ із дивовижно пахучими ягодами. Він хоче спробувати їх зі своєю родиною. І хамелеон Карла, його найкраща подруга, теж має поласувати цими ягодами.

Він підбігає до каменю, де вона ховається, і кличе: «Гей, Карла, виходь! Я знайшов ягідний кущ. Ходімо туди зі мною та моєю сім'єю». «Йти разом?» — запитує хамелеон Карла. «Так, ми завжди ходимо разом на прогулянки,» — пояснює сурикат Еміль. «Сім’я?» — дивується хамелеон Карла. «Вона нікому не потрібна. Радій тому, що ти можеш насолоджуватися сонцем наодинці, і ніхто не краде твою їжу!»

Сурикат Еміль здивувався. Як можна бути щасливим на самоті? «Ми потребуємо один одного, щоб захищати себе!», — каже він. «Захищати?» — запитує хамелеон Карла. «Ти можеш по-справжньому довіряти лише собі. І чому їсти разом веселіше?»



Gino Giraffe kommt dazu und sagt:

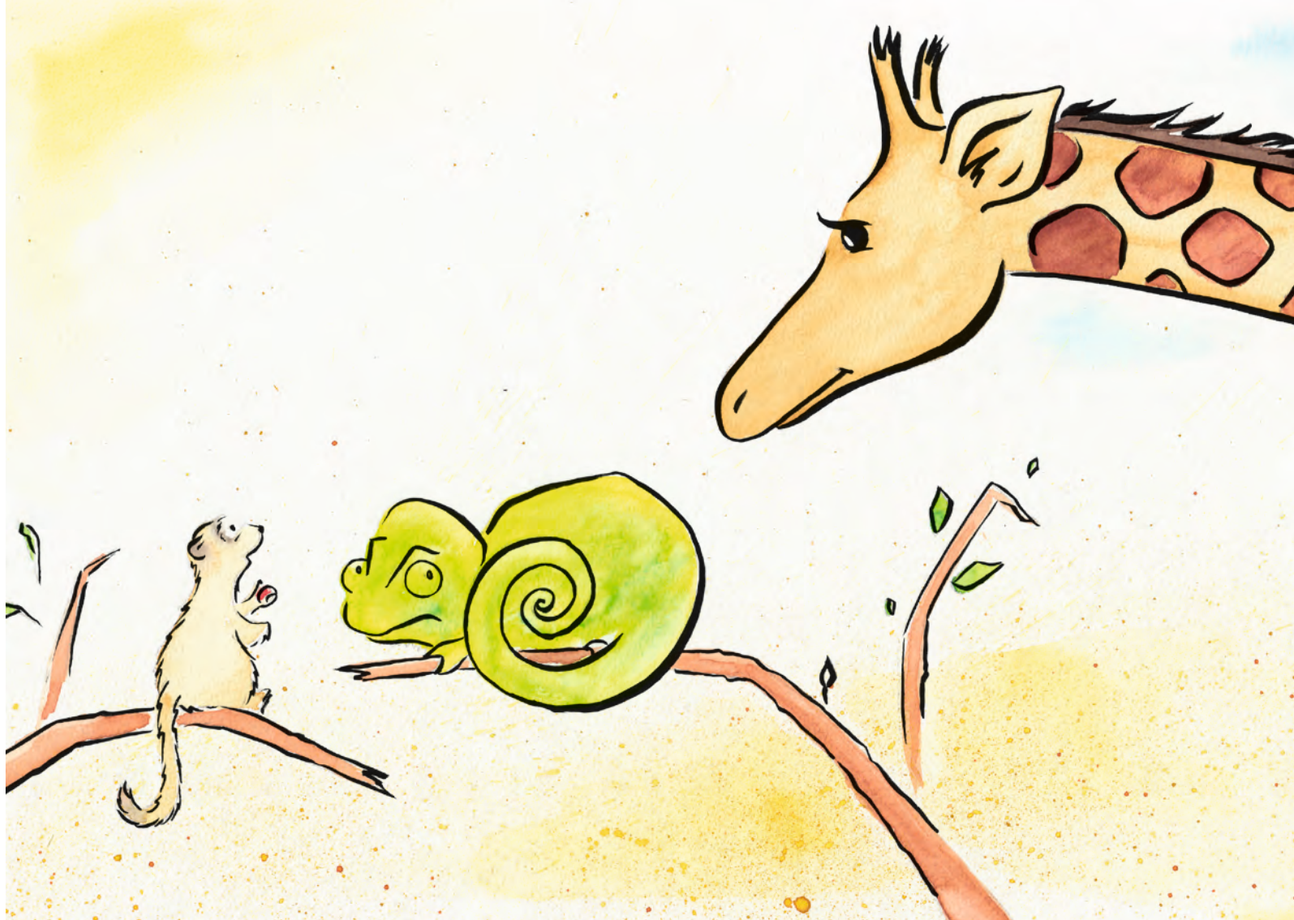
„Ich sehe, da gibt es zwei verschiedene Bedürfnisse. Emil, dein Bedürfnis ist es, Carla zu deinem Beerenstrauch mitzunehmen und gleichzeitig bei deiner Familie zu sein, da fühlst du dich sicher. Carla, dein Bedürfnis ist es, alleine zu sein, da fühlst du dich wohl. In der großen Gruppe etwas zu machen, kommt dir eigenartig vor. Was könnt ihr jetzt machen, damit Emil in Gemeinschaft sein kann und Carla ihr Bedürfnis, für sich zu sein, auch erfüllt bekommt?“

Wie Emil Erdmännchen und Carla Chamäleon ihren Konflikt lösen können, erfährst du auf Seite 38.

Заходить Жираф Джино й каже:

«Я бачу, що є дві різні потреби. Еміле, твоя потреба — відвести Карлу до свого ягідного куща і водночас бути зі своєю сім'єю, так ти почуваєшся в безпеці. Карла, твоя потреба — побути на самоті, тобі так добре. Робити щось у великій групі здається тобі дивним. Що ви можете зробити зараз, щоб Еміль міг бути в колективі, а Карла задовольнила свою потребу бути на самоті?»

На сторінці 38 ви можете дізнатися, як сурикат Еміль і хамелеон Карла можуть вирішити свій конфлікт.



Über dem Wald ziehen dunkle Wolken auf. Mia Maus und Balduin Bär sitzen vor ihrem Höhleneingang und sehen den Wolken zu.

„Jetzt kommt ein Gewitter“, sagt Balduin Bär. „Komm, wir gehen in die Höhle und kuscheln uns ganz hinten zusammen.“

„In die Höhle gehen? Oh nein, ich möchte mir lieber das Gewitter ansehen! Ich will sehen, wie die Blitze über den Himmel zucken und der Donner grollt. Das ist so spannend!“, meint Mia Maus.

„Ich habe Angst, von einem Blitz getroffen zu werden. Komm mit mir“, versucht Balduin Bär Mia Maus zitternd zu überreden.

„Geh alleine in die Höhle, wenn du dich fürchtest. Ich bleibe hier, es ist so spannend. Sei kein Angsthase, bleib bei mir. gemeinsam ist es doppelt so lustig“, entgegnet Mia Maus.

Над лісом збираються темні хмари. Мишка Міа і ведмідь Балдуїн сидять перед входом у печеру й спостерігають за хмарами.

«Зараз почнеться гроза», — каже ведмедик Балдуїн. «Давай підемо до печери й пригорнемося один до одного».

«Піти до печери? О ні, я краще буду дивитися на грозу! Я хочу побачити, як блискавка блищить на небі та гримить грім. Це так захоплююче!» – каже мишка Міа.

«Я боюся, що мене вразить блискавка. Ходімо зі мною, — ведмедик Балдуїн тремтячи намагається переконати мишку Мію.

«Іди в печеру сам, якщо боїшся. Я залишаюся тут, це так цікаво. Не бійся, залишайся зі мною. Разом удвічі веселіше», – заперечує мишка Міа.

Gino Giraffe kommt dazu und sagt:

„Balduin, du hast Angst und brauchst Schutz und Geborgenheit, damit es dir gut geht. Und du, Mia, möchtest endlich wieder ein Abenteuer erleben. Du benötigst etwas Spannendes, damit es dir gut geht. Was könnt ihr jetzt machen, damit Balduin sich sicher fühlt und Mia ihr Abenteuer erlebt?“

Wie Mia Maus und Balduin Bär ihren Konflikt lösen können, erfährst du auf Seite 41.

Заходить Жираф Джино й каже:

«Балдуїне, ти боїшся й потребуєш захисту та безпеки, щоб тобі було добре. А ти, Міа, хочеш пригод. Тобі потрібно щось захоплююче, щоб почувати себе добре. Що ви можете зараз зробити, щоб Балдуїн відчував себе в безпеці, а Міа пережила пригоду?»

На сторінці 41 ви можете дізнатися, як мишка Міа і ведмедик Балдуїн можуть вирішити свій конфлікт.

Stolz schlägt Pedro Pfau ein Rad und bewundert seine schönen Federn. In der Sonne glänzen sie besonders, und das sollen seine Freunde sehen.

Auch Martha Maulwurf möchte ihren Freunden etwas Schönes zeigen. Nämlich ihre blitzblank geputzte Wohnung. Sie gräbt sich durch ihre Gänge und wirft all die Erde, die sie nicht benötigt, an die Oberfläche. Flupp, landen auch schon braune Krümel auf den Federn von Pedro Pfau. Pedro Pfau dreht sich erschrocken um und ruft: „Oh, meine schönen Federn! Kannst du nicht aufpassen?“ „Entschuldigung, Entschuldigung“, sagt Martha Maulwurf, die gerade aus ihrem Bau herauskommt. „Ich habe dich nicht gesehen. Bitte hör auf, dich aufzuregen.“

„Nicht gesehen? Wie kannst du mich übersehen! Das ist eine Frechheit!“, schimpft Pedro Pfau wütend. „Ich putze dich mit meinem Besen ab, dann bist du wieder sauber. Einverstanden?“, fragt Martha Maulwurf. Pedro Pfau ist entrüstet: „Mit dem Besen, mit dem du deine Maulwurfsgänge putzt, willst du mich saubermachen? Nein danke, ich mache das selbst“, sagt Pedro Pfau und stolziert davon.

Павич Педро гордо крутиться й милується своїм красивим пір'ям. Воно особливо яскраво сяє на сонці, і він хоче, щоб його друзі бачили це.

Кріт Марта також хоче показати своїм друзям щось гарне. А саме, своє чисте до блиску помешкання. Вона риє свої нори, викидаючи на поверхню всю непотрібну їй землю. Гоп, чорні шматки бруду вже осідають на пір’я павича Педро. Павич Педро злякано обертається і кричить: «О, моє гарне пір’ячко! Хіба ти не можеш бути обережною?» «Вибач, вибач», — каже кріт Марта, яка щойно вийшла зі своєї нори. «Я тебе не бачила. Припини хвилюватися».

«Не бачила? Як ти могла мене не помітити! Це нахабно!» — сердиться павич Педро. «Я обтрушу тебе своєю мітлою, тоді ти знову будеш чистий. Згода?», запитує кріт Марта. Павич Педро обурюється: «Ти хочеш почистити мене мітлою, якою чистиш свої кротові нори? Ні, дякую, я зроблю це сам, — каже павич Педро та гордо крокує далі.

Gino Giraffe kommt dazu und sagt:

„Oh Martha, bist du traurig? Du wolltest Pedro sicher weder schmutzig machen, noch ihn ärgern oder ihm gar mehr Arbeit machen. Ist das so?“ „Ja“, sagt Martha Maulwurf traurig. „Ich kann von unten nicht sehen, wo meine Erde oben hinfällt.“

„Pedro, du möchtest deine schönen Federn herzeigen, du möchtest gesehen werden, in deiner ganzen Pracht“, sagt Gino Giraffe zu Pedro Pfau. „Ja genau, und ich will sauber sein, wenn ich meine Freunde treffe.“ „Euch beiden ist das Schönsein wichtig und du hattest den Eindruck, dass Martha dich übersehen hat, Pedro.“ „Ja, genau!“, meint Pedro Pfau. „Ich weiß jetzt, dass Martha das nicht absichtlich gemacht hat, da sie mich nicht sehen konnte.“

„Und was könnt ihr nun machen, damit Pedro ein schönes Federkleid behält und Martha eine schöne Wohnung hat?“, fragt Gino Giraffe.

Wie Pedro Pfau und Martha Maulwurf ihren Konflikt lösen können, erfährst du auf Seite 44.

Заходить Жираф Джино й каже:

«О Марто, чому ти сумна? Ти, звісно, не хотіла забруднити Педро, дратувати його чи давати йому більше роботи. Це так?» «Так», — сумно каже кріт Марта. «Я не бачу знизу, куди летить земля, коли я рию нори».

«Педро, ти хочеш показати своє гарне пір’я, ти хочеш, щоб тебе бачили у всій красі», — каже Жираф Джино павичу Педро. «Так, і я хочу бути чистим, коли зустрічаюся зі своїми друзями» «Краса важлива для вас обох, і у тебе склалося враження, що Марта не помітила тебе, Педро». «Так, саме так!» — каже павич Педро. «Тепер я знаю, що Марта зробила це не навмисно, оскільки вона не могла мене бачити».

«А що тепер ви можете зробити, щоб у Педро було гарне пір'я, а у Марти була гарна домівка?» — запитує жираф Джино.

На сторінці 44 ви можете дізнатися, як павич Педро і кріт Марта можуть вирішити свій конфлікт.

Jedes Tier hat mit guter Absicht seine Wünsche verfolgt und jedes Tier hatte seine eigenen Bedürfnisse. Kennst du das auch, dass Bedürfnisse aufeinanderprallen und du deshalb in Streit mit einem Freund, einem Geschwisterkind oder einem Erwachsenen gerätst?

Die nächsten Seiten sind nur für dich. Sie helfen dir, deine Gefühle und Bedürfnisse besser wahrzunehmen, wenn du einen Konflikt mit jemandem hast. Vielleicht hast du dabei herumgebrüllt oder bist sogar grob geworden. Für solche Situationen gibt es Lösungen, die niemanden verletzen.

Кожна тварина мала добрі наміри в досягненні своїх бажань, і кожна тварина мала свої власні потреби. Чи знаєш ти також, що коли потреби стикаються одна з одною, тоді ти сваришся з другом, братом або сестрою чи дорослим?

Наступні сторінки лише для тебе. Вони допоможуть тобі краще усвідомити свої почуття та потреби, які ти мав під час конфлікту. Можливо, ти кричав або навіть поводився грубо. Для таких ситуацій є рішення, які нікому не зашкодять.

Finde heraus, was du brauchst und was sich dein Gegenüber wünscht. So wird jede/jeder von euch ein Gewinner/eine Gewinnerin sein.

Lass dich auf den nächsten Seiten von Gino Giraffe und den anderen Tieren unterstützen. Schreibe oder male deine Ideen auf. Du kannst auch alle Bilder der Mit-Mach-Seiten bunt ausmalen.

Hol deine Stifte und leg los!

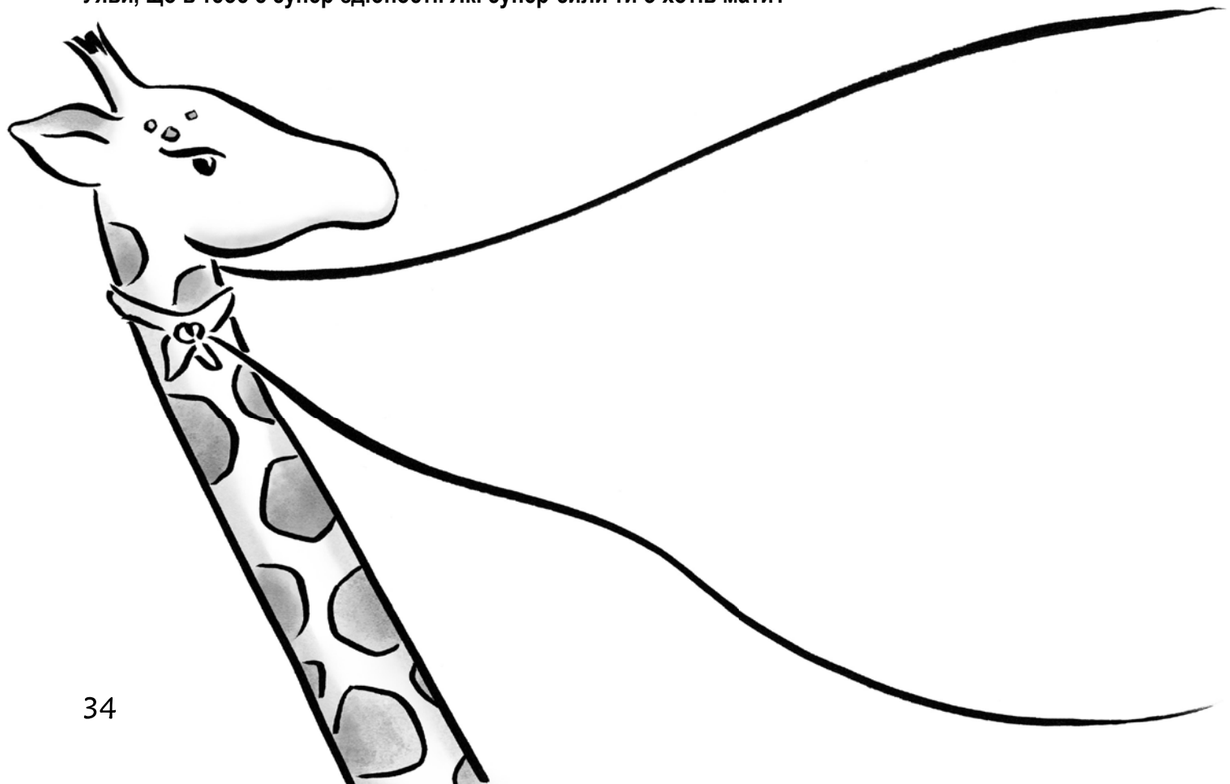
З'ясуй, що тобі потрібно й чого хоче твій співрозмовник. Тож кожен із вас буде переможцем.

Нехай жираф Джино та інші тварини підтримають тебе на наступних сторінках. Напиши або намалюй свої ідеї. Ти також можеш розфарбувати всі зображення на сторінках «Робимо разом».

Бери олівці та починай!

Stell dir vor, du hättest Superkräfte. Welche Superkräfte möchtest du gerne haben?

Уяви, що в тебе є супер-здібності. Які супер-сили ти б хотів мати?



Hattest du schon mal einen Konflikt, bei dem du dich als Verlierer gefühlt hast?

◯ **Ja** ◯ **Nein**

Was hätte passieren müssen, damit sich alle Beteiligten gut fühlen?

Чи був у тебе колись конфлікт, під час якого ти почувався невдахою?

◯ **Так** ◯ **Ні**

Що мало б статися, щоб усі причетні почували себе добре?

Hattest du schon mal einen Konflikt, der für alle Beteiligten zufriedenstellend gelöst wurde?

◯ **Ja** ◯ **Nein**

Wer hat was dazu beigetragen?

Чи був у тебе колись конфлікт, який задовільно розв'язався для всіх учасників?

◯ **Так** ◯ **Ні**

Хто і як тому сприяв?

Welches Tier hat mit wem einen Konflikt? Verbinde die Bilder miteinander.

Яка тварина з ким конфліктує? З'єднай відповідні малюнки.

Welcher Konflikt aus der Geschichte erinnert dich am meisten an eine Situation aus deinem Leben? Worum ging es dabei? Schreibe/Male es auf.

Який конфлікт в цих історіях найбільше нагадує тобі ситуацію з твого життя? Про що йшлося? Напиши або намалюй це.

Wie hast du dich heute gefühlt? Wie möchtest du dich morgen fühlen? Male das entsprechende Bild bunt an.

Як ти почував себе сьогодні? Як ти хочеш почувати себе завтра? Розфарбуй відповідний малюнок.

Heute Сьогодні

Morgen Завтра

Was können Emil Erdmännchen und Carla Chamäleon tun, um ihren Konflikt zu lösen? Kreuze an. Erkläre, wieso du diese Lösung am besten findest.

Що можуть зробити сурикат Еміль і хамелеон Карла, щоб вирішити свій конфлікт? Постав хрестик. Поясни, чому ти вважаєш це рішення найкращим.

◯ **Emil und seine Familie gehen vor, Carla kommt später alleine nach.**

◯ Еміль і його сім'я підуть до куща раніше, Карла піде пізніше самостійно.

◯ **Emil bricht einen Ast ab und bringt ihn Carla mit.**

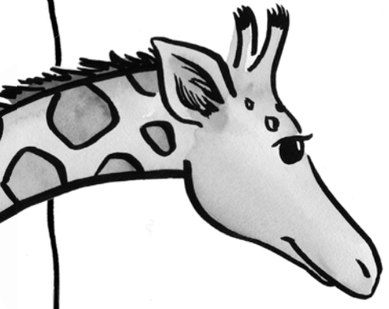
◯ Еміль відламає гілку з ягодами і принесе Карлі.

Hast du noch einen anderen Vorschlag? Schreibe/Male ihn auf.

Чи є в тебе інша пропозиція? Напиши або намалюй її.

Emil Erdmännchen hat dieses Bedürfnis: mit anderen zusammen sein. Wann geht es dir wie Emil Erdmännchen? Schreibe/Male es auf.

У суриката Еміля є така потреба: бути з іншими. Коли ти відчуваєш теж саме, що і сурикат Еміль? Напиши або намалюй це.

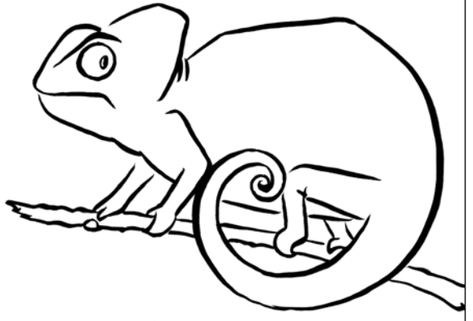


Die Tiere aus der Geschichte warten nun darauf, dass du sie bunt anmalst, ausschneidest und auf Karton klebst. Sie helfen dir, deine Bedürfnisse besser auszudrücken - vor oder nach einem Konflikt.

**Тварини з історії чекають,
щоб ти їх розфарбував,
вирізав та наклеїв на картон.
Вони допоможуть тобі краще
висловлювати свої потреби
- до чи після конфлікту.**

Еміль
Emil

— ZUSAMMEN SEIN —
– БУТИ РАЗОМ –



КАРЛА
CARLA

— ALLEINE SEIN —
– БУТИ НА САМОТІ –

Autorinnen & Illustratorin
Авторки та ілюстраторка

Mag. Hanna Grubhofer ist Mutter von sieben Kindern, Psychologin, Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation, Mediatorin, Familiencoach und Autorin. Bei der edition riedenburg hat sie bereits die Erwachsenen-Ratgeber „Zauberbuch Familienfrieden“ und „Zauberbuch Familienfrieden konkret“ veröffentlicht. hannagrubhofer.at

Маг. Ханна Грубхофер – мати семи дітей, психологиня, тренерка із ненасильницького спілкування, медіаторка, сімейна тренерка та авторка. У edition riedenburg вона вже видала книги з порадами для дорослих «Чарівна книга миру у сім'ї» та «Чарівна книга миру у сім'ї Конкрет». hannagrubhofer.at

Mag. Sigrun Eder hat 2008 bei der edition riedenburg die Buchreihe „SOWAS!“ gegründet. Sie arbeitet am Uniklinikum Salzburg als Klinische Psychologin, Systemische Familientherapeutin sowie Säuglings-, Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeutin des Instituts für Klinische Psychologie der Universitätsklinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik der PMU. Tätig ist sie an der UK für Kinder- und Jugendpsychiatrie. sigruneder.com

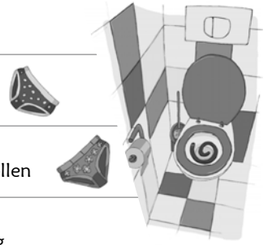
Маг. Зігрун Едер в 2008 році заснувала серію книг «SOWAS!» у видавництві edition riedenburg. Вона працює в Університетській клініці Зальцбурга клінічним психологом, системним сімейним терапевтом та психотерапевтом для немовлят, дітей, підлітків в Інституті клінічної психології Університетської клініки психіатрії, психотерапії та психосоматики Медичного університету Парацельсу. Працює у Великобританії як дитячий та підлітковий психіатр. sigruneder.com

Barbara Weingartshofer ist Grafikerin und Illustratorin. Sie wurde bereits zwei Mal für ihre Infografiken und Piktogramme ausgezeichnet. An der Gewaltfreien Kommunikation fasziniert sie, welche Möglichkeiten sich eröffnen, wenn man kurz den Blickwinkel wechselt. nau-design.at

Барбара Вайнгартсхофер — графічна дизайнерка та ілюстраторка. Вона вже отримала дві нагороди за інфографіку та піктограми. Що захоплює її в ненасильницькому спілкуванні, так це можливості, які відкриваються, коли ви на короткий час змінюєте свою точку зору. nau-design.at

SOWAS!
macht Kinder zu Experten für sich selbst

SOWAS-Buch.de



Band 1: „Volle Hose“
Einkoten bei Kindern: Prävention und Behandlung

Band 2: „Machen wie die Großen“
Was Kinder und ihre Eltern über Toilettenfertigkeiten wissen sollen

Band 3: „Nasses Bett“
Nächtliches Einnässen bei Kindern: Prävention und Behandlung

Band 4: „Pauline purzelt wieder“
Hilfe für übergewichtige Kinder und ihre Eltern

Band 5: „Lorenz wehrt sich“
Hilfe für Kinder, die sexuelle Gewalt erlebt haben

Band 6: „Jutta juckt‘s nicht mehr“
Hilfe bei Neurodermitis – ein Sachbuch für Kinder und Erwachsene

Band 7: „Konrad, der Konfliktlöser“
Strategien für gewaltloses Streiten

Band 8: „Annikas andere Welt“
Hilfe für Kinder psychisch kranker Eltern

Band 9: „Papa in den Wolken-Bergen“
Hilfe für Kinder, die einen geliebten Menschen verloren haben

Band 10: „Herr Kacks und das Pi“
So landen großes und kleines Geschäft direkt im Klo!

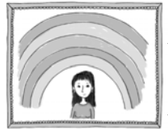
Band 11: „Woanders hin?“
Für Kinder, die nicht zu Hause wohnen

edition riedenburg
editionriedenburg.at

Band 12: „Felix und der Sonnenvogel“
Das Bilder-Erzählbuch für Kinder, die getröstet und beschützt werden wollen

Band 13: „Rosa und das Mut-Mach-Monsterchen“
Das Bilder-Erzählbuch für Kinder, die mutiger sein wollen

Band 14: „Wie war es in Mamas Bauch?“
Das Bilder-Erzählbuch für alle kleinen und großen Leute, die auf Zeitreise gehen wollen



Band 15: „Karim auf der Flucht“
Das Bilder-Erzählbuch für heimische Kinder und ihre neuen Freunde von weit her

Band 16: „Abschied von Mama“
Das Bilder-Erzählbuch zum Trösten und Erinnern für Kinder, die ihre Mama verlieren

Band 17: „Wilma und die Windpocken“
Das Bilder-Erzählbuch für alle Kinder, die Windpocken haben oder mehr darüber wissen wollen

Band 18: „Ade, geliebte Amelie!“
Das Bilder-Erzählbuch vom Älterwerden und Sterben

Band 19: „Willi Wunder“
Das Bilder-Erzählbuch für alle Kinder, die ihre Einzigartigkeit entdecken wollen

Band 1 MINI: „So fliegt der Wuschelfloh aufs Klo!“
Die Geschichte vom Spatz, der endlich ohne Windel sein wollte

Band 2 MINI: „So gehen die Tiere groß aufs Klo!“
Mit dem Wuschelfloh auf Klo-Weltreise

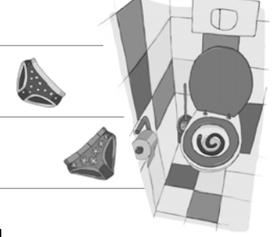
Band 3 MINI: „Lotta geht schon aufs Klo!“
So schaffen es Kinder rechtzeitig auf die Toilette

Die „SOWAS!“-Reihe wird fortgesetzt!

SOWAS-Buch.de

SOWAS!
допомагає дітям розібратися в собі

SOWAS-Buch.de



Частина 1: «Повні штани»
Нетримання калу у дітей: Профілактика та лікування

Частина 2: «Робити, як дорослі»
Що діти та їхні батьки повинні знати про навички туалету

Частина 3: «Мокре ліжко»
Нічне нетримання сечі у дітей: Профілактика та лікування

Частина 4: «Паулина знов скидає вагу»
Допомога дітям із зайвою вагою та їх батькам

Частина 5: «Лоренц захищається»
Допомога дітям, які зазнали сексуального насильства

Частина 6: «Ютту це більше не дратує»
Допомога при нейродерміті - науково-популярна книга для дітей та дорослих

Частина 7: «Конрад, вирішувач конфлікту»
Стратегії ненасильницьких суперечок

Частина 8: «Інший світ Анніки»
Допомога дітям психічно хворих батьків

Частина 9: «Тато на небесах»
Допомога дітям, які втратили близьку людину

Частина 10: «Містер Ка-ка і Пі-пі»
Як ходити по маленькому та великому в туалет!

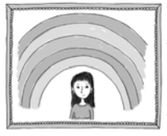
Частина 11: «Деінде?»
Для дітей, які не живуть вдома

edition riedenburg
editionriedenburg.at

Частина 12: «Фелікс і Сонячний птах»
Збірник оповідань з картинками для дітей, які хочуть, щоб їх втішали та захищали

Частина 13: «Роза та хоробрий монстр»
Збірник оповідань з картинками для дітей, які хочуть бути сміливішими

Частина 14: «Як було у мами в животі?»
Збірник оповідань з картинками для дітей та дорослих, які хочуть відправитися в подорож у часі



Частина 15: «Карім у бігах»
Збірник оповідань з картинками для місцевих дітей та їхніх нових друзів із далеких місць

Частина 16: «Прощання з мамою»
Збірник оповідань з картинками, щоб заспокоїти та втішити дітей, які втратили маму

Частина 17: «Вільма та вітряна віспа»
Збірник оповідань з картинками для всіх дітей, які хворіють на вітряну віспу або хочуть дізнатися про неї більше

Частина 18: «Прощай, кохана Амелі!»
Збірник оповідань з картинками про старіння і смерть

Частина 19: «Чудо Віллі»
Збірник оповідань з картинками для всіх дітей, які хочуть відкрити свою унікальність

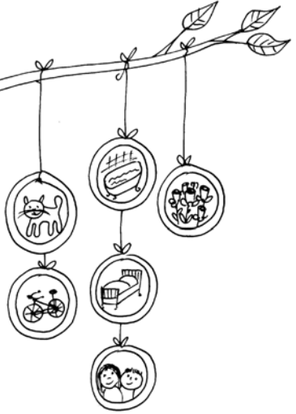
Частина 1 МІНІ: «Як це залітає в унітаз!»
Історія про горобця, який нарешті захотів залишитися без підгузника

Частина 2 МІНІ: «Так звірі ходять в туалет!»
Навколосвітня подорож

Частина 3 МІНІ: «Лотта вже ходить в туалет!»
Так діти вчасно привчаються до туалету

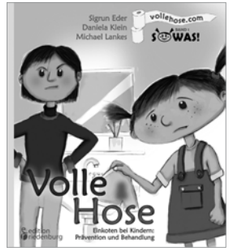
SOWAS-Buch.de

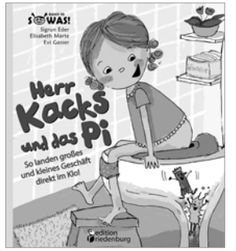
Серія «SOWAS!» продовжується!

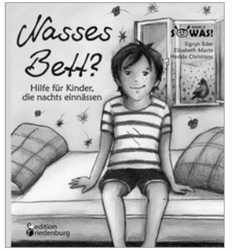


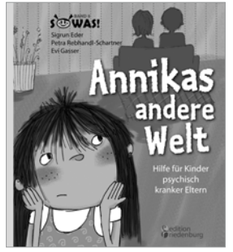
SOWAS!

SOWAS-Buch.de









SOWAS!

SOWAS-Buch.de

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über http://dnb.d-nb.de abrufbar.

Besonderer Hinweis

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der Bestimmungen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Das vorliegende Buch wurde sorgfältig erarbeitet. Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Weder Autoren noch Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch vorliegenden Informationen resultieren, eine Haftung übernehmen. Eine Haftung der Autoren bzw. des Verlags und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ebenfalls ausgeschlossen. Befragen Sie im Zweifelsfall bitte Arzt/Ärztin, Psychologe/Psychologin oder Psychotherapeut/Psychotherapeutin.

Markenschutz

Dieses Buch enthält eingetragene Warenzeichen, Handelsnamen und Gebrauchsmarken. Wenn diese nicht als solche gekennzeichnet sein sollten, so gelten trotzdem die entsprechenden Bestimmungen.

1. Auflage	März 2022
© 2022	edition riedenburg
Verlagsanschrift	Adolf-Bekk-Straße 13, 5020 Salzburg, Österreich
Internet	www.editionriedenburg.at
E-Mail	verlag@editionriedenburg.at
Lektorat	Dr. Heike Wolter, Regensburg
Satz und Layout	edition riedenburg
Herstellung	Books on Demand GmbH

ISBN 978-3-99082-101-5

Бібліографічна інформація Німецької національної бібліотеки
Німецька національна бібліотека внесла це видання до списку Національної німецької бібліографії (Deutsche Nationalbibliografie); Детальні бібліографічні дані доступні на сайті http://dnb.d-nb.de.

Особливі примітки

Цей твір, включно з усіма його частинами, захищений авторським правом. Будь-яке використання за межами положень законодавства про авторське право без письмової згоди видавця є неприпустимим та карається за законом. Це стосується, зокрема, тиражування, перекладу, мікрофільмування, а також зберігання та обробки в електронних системах.

Ця книга була ретельно підготовлена нами. Проте ми не можемо гарантувати правильність усієї інформації. Ні автори, ні видавець не несуть відповідальності за будь-які недоліки або збитки, спричинені інформацією в книзі. Відповідальність із боку авторів або видавця та його агентів щодо тілесних ушкоджень, пошкодження майна та фінансових втрат також виключається. У разі сумнівів зверніться до лікаря, психолога чи психотерапевта.

Охорона товарного знаку

Ця книга містить зареєстровані торгові марки, торгові назви та споживчі знаки. Якщо вони не позначені як такі, відповідні положення однаково застосовуються.

1-е видання	Березень 2022 р.
© 2022	edition riedenburg
Адреса видавництва	Adolf-Bekk-Straße 13, 5020 Salzburg, Österreich
Веб-сайт	www.editionriedenburg.at
E-Mail	verlag@editionriedenburg.at
Редакція	Д-р Хайке Вольтер, Регенсбург
Набирання та верстка	edition riedenburg
Виготовлення	Books on Demand GmbH

ISBN 978-3-99082-101-5

SOWAS!

SOWAS-Buch.de

NEU - НОВИЙ

edition riedenburg

editionriedenburg.at