

Die Stop-Regel:

Bei der Stopregel geht es um einen **sicheren Stand**, **den festen Blick in die Augen** und den **Mut**, für sich selbst einzutreten.



Ich stehe stark.
Ich habe Kraft.
Ich gucke ernst und fest.
Ich habe Mut.

Ich gebe ein lautes STOP-Signal, hebe beide Hände und sage, was der andere tun soll:



"STOP ... lass das ...!"

