



Selbstbehauptung & Gewaltprävention für Vorschulkinder

Ich sage NEIN



Datum : & Uhrzeit

Teilnehmerzahl min. 10 Kinder, max. 14 Kinder; ab einem Alter von 5 Jahren; pro teilnehmendem Kind muss ein Elternteil oder eine andere Vertrauensperson anwesend sein, um den Kindern die nötige Sicherheit zu bieten. Schulkinder bis zum 2ten Schuljahr können auch teilnehmen.

Referent: Thomas Löhrlke, ehem. Justizwachtmeister, Selbstverteidigungsspezialist

- ehem. Ausbilder für Justiz & Polizei
- Fachpädagoge für Konfliktkommunikation
- Mentor für Systemische Aggressionsmanagement
- Einsatztrainer, Trainer C Breitensport, Ju-Jitsu Polizei Lizenz des DOS
- über 35 Jahre Kampfsporterfahrung in verschiedenen Kampfkünsten
- Vater von zwei Kindern

Kosten: **45 €** pro Kind

(Eltern oder Vertrauenspersonen sind kostenlos dabei.)

Ablauf: => erster Tag: Kennenlernen, Übungen zur Selbstbehauptung & Selbststärkung
Gewaltprävention durch kindgerechte Power Point Präsentation
Übungen zur Stärkung des Selbstvertrauens

=> zweiter Tag: kurze Wiederholung des Vortages, Training am
Auto durch verschiedene Rollenspiele, Abschlusstraining mit
Rollenspielen

Kleidung: bequeme Kleidung und Sportschuhe

Intention und Inhalte des Selbstbehauptungstrainings

Ausgangslage:

Gewalttätige Übergriffe, Distanzlosigkeit und mangelnder Respekt sind omniprärente Bestandteile des tagtäglichen Medienbildes und nicht selten sind Kinder und Jugendliche die Leidtragenden. Sie erleben Übergriffigkeiten in unterschiedlichen Situationen, sei es auf dem Spielplatz, dem Nachhauseweg, beim Supermarkt um die Ecke oder auf dem Schulhof. Gegenstände dieser Übergriffe sind nicht immer rein gewaltinduzierter Art; sie können in Form subtiler Streitereien, Rangeleien oder offener Verbalattacken auftreten und die Entwicklung des Kindes nachhaltig prägen. Stellen diese Kinder erst einmal fest, dass sie ihrem Gegenüber verbal und möglicherweise auch körperlich unterlegen sind, verfestigen sich unter Umständen Strukturen, die einerseits in den Grenzbereich des Mobbinges gehören und andererseits eine gewisse Opferhaltung provozieren können.

Seminarinhalte:

Das Selbstbehauptungstraining ist zunächst eine Ansammlung von Methoden, die soziale Ängste, mögliche Kontaktstörungen, sowie Unsicherheiten bezüglich der eigenen Persönlichkeit abbauen sollen. Verschiedene, altersgerechte Übungen kommen während des Programms zum Einsatz und werden individuell auf die Bedürfnisse der Kinder und deren Eltern abgestimmt.

Die teilnehmenden Kinder erleben, dass sie in vielen Situationen ohne Angst und mit Recht „Nein!“ sagen dürfen, sollen und müssen. Dazu gehört, dass sie im Seminar dafür sensibilisiert werden, Gefahrensituationen, wie zum Beispiel die Ansprache aus einem Auto heraus, Versprechungen Fremder oder das Klingeln einer unbekanntenen Person an der Haustür, als solche zu erkennen und wenn möglich gänzlich zu vermeiden. Durch das Training innerhalb des Seminars erlernen die Teilnehmer ebenso, dass auch das Vermeiden von Gefahren eine tragfähige Handlung darstellt, die sich darin zeigen kann, dass man auffällige Menschengruppen auf der Straße oder im Park meiden muss, Abkürzungen durch menschenleere Gassen ein enormes Gefahrenpotenzial bergen und verbale Attacken konflikträchtig sind.

Übungsschwerpunkte:

Handlungskompetenzen bauen die Jungen und Mädchen im Seminar auf, indem sie unterschiedliche Ansprech- und Angriffssituationen im Schutz mehrerer Rollenspiele üben und trainieren. Sie entdecken dabei, dass ihre persönliche Kraft und ihr Mut ihnen die Fähigkeiten verleihen können, auch Erwachsenen gegenüber ein deutliches „Nein!“ zu formulieren. Durch Achtsamkeitsübungen lernen sie ihre Körpersprache und ihre Stimme wirksam einzusetzen. Hinzu kommen einfache Selbstverteidigungstechniken, welche auch Kinder schon effektiv gegen Erwachsene und Jugendliche einsetzen können, wenn sie keinerlei Handlungsspielraum mehr haben, um ihr eigenes Wohl zu schützen. Ergänzt werden diese Aspekte um die Überlegung, wie man betroffenen Mitmenschen durch Nothilfe zur Seite stehen kann.

Anmeldung

Hiermit melde ich meine Tochter/ meinen Sohn

(Name / Vorname / Alter)

Adresse: _____

Für Die Rechnung. Bitte in Druckbuchstaben. Diese Daten werden 14 Tage Aufbewahrt, um die Rückverfolgung in einem Coronafall zu gewährleisten.

Diese Daten werden nicht an dritte weitergegeben.

e-mail Adresse: _____

Telefonnummer: _____

verbindlich zum Selbstbehauptungs- & Gewaltpräventionskurs am

(Datum) von bis an.

(Datum) von bis an.

Bitte zahlen Sie die Kursgebühr in Höhe von **45€ pro Kind** bei der Kindergartenleitung oder eine dafür betraute Person. Pro Kind ist ein Anmeldeformular auszufüllen und zu bezahlen

Diese Anmeldung ist verbindlich. Die bezahlte Kursgebühr kann nicht erstattet werden.

(Erstattung der Anmeldegebühr nur in Ausnahmefällen und nach vorheriger Absprache mit dem Referenten.)

Ort, Datum

Unterschrift