

Modul 3: „Stark - Cool – Fair“

Deeskalations- und Selbstbehauptungstraining für Klassen und Gruppen

Gewalt hat viele Gesichter. Besonders in Schulen hat Gewalt in den letzten Jahren zugenommen. Auf dem Pausenhof, in den Toilettenräumen oder auf dem Nachhauseweg, überall berichten Kinder von verbalen und tätlichen Übergriffen.

Täter suchen Opfer, keine Gegner!

Täter nutzen häufig die Hilflosigkeit der Opfer aus. Dabei wählen sie Personen aus, die aufgrund Ihrer Körpersprache ihrem Opferbild entsprechen. Zur Prävention gegen Gewalt ist es notwendig beide Perspektiven einzunehmen, die Täter- und die Opferrolle kennen zu lernen, eigene Stärken zu entdecken und für sich zu nutzen, stark im Team aufzutreten und sich gegenseitig zu helfen.

In diesem Modul bieten wir den SchülernInnen nicht **DIE** Lösungen für Konflikte an, sondern Alternativen, die ein gewaltfreies Miteinander ermöglichen. Bei Gewaltprävention geht es vorrangig um die Stärkung individueller Lebenskompetenz.

Die Trainings sind auf die Erfahrungswelt der Kinder und Jugendlichen ausgerichtet, denn nur was lebensnah und realistisch ist kann akzeptiert und in das Verhaltensrepertoire aufgenommen werden.

Inhalte und Zielsetzungen

- Stärkung des Selbstbewusstseins – Mut zur Selbstbehauptung
 - Einschätzen von Bedrohungssituationen
 - Opferrolle verlassen können
 - Umgang mit verbaler Gewalt
 - Die Kinder und Jugendlichen lernen ihr Handeln aus anderen Perspektiven zu reflektieren.
 - Eigene Ängste wahrnehmen und annehmen
 - Konstruktiver Umgang mit Konflikten und Erlernen von Zivilcourage
 - Erprobung angemessener Verhaltensweisen und Befähigung zur gewaltfreien effektiven Kommunikation
 - Abbau von Aggression und Wut
 - Lob und Selbstlob - Stärkung eines positiven Selbstwertgefühls der Kinder
-

Methoden

Das Training ist bewegungs- und erlebnisorientiert mit viel körperlichem Einsatz, Spiel und praktischen Übungen. Der Spaß kommt nicht zu kurz!

- Handlungs- und erlebnisorientiertes Training
 - Lebendiger Wechsel von knappen Theorieanteilen, Aktionsspielen, Vertrauensübungen und Rollenspielen
 - Wechsel von Plenums-, Kleingruppenarbeit und Konsensfindungsprozessen mit vertrauensbildendem Character
 - Transfer- und Reflexionsphasen
-

Organisation, Umfang und Schwerpunkt des Trainings richten sich jeweils nach dem spezifischen Bedarf der Zielgruppe, da die Passgenauigkeit des Angebots die Voraussetzung für den Erfolg ist.

Idealerweise findet das Training in einer Turnhall statt.
