

Modul 5: „Gemeinsam Stark“

Ich-Stärkungs Training für Eltern und Kinder

Die Gründe für gemeinsame Selbstbehauptungskurse für Eltern und Kinder sind:

- Die Kinder erhalten gemeinsam mit ihren Eltern ein intensives Training für Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungssituationen
 - Die Kinder üben gemeinsam mit ihren Eltern u.a. in Rollenspielen Selbstbehauptungskompetenz
 - In diesen Rollen übernehmen (fremde) Eltern wichtige Aufgaben
 - Nur durch aktive Mitarbeit der Eltern können Inhalte und Methoden des Seminars langfristig im Bewusstsein und Handeln der Kinder verinnerlicht werden
 - Durch die Verankerung im persönlichen Nahbereich der Kinder sollen wichtige nachhaltige Wirkungen erreicht werden.
-

Mit viel Spaß erleben die Kinder mit Ihren Eltern die erlernten Inhalte. Rollenspiele reflektieren spielerisch eigenes Verhalten, und wie es auf andere wirkt.

Inhalte

- Spiele zum gegenseitigen Kennenlernen
 - Vertrauensübungen, Aufbau einer Vertrauenskultur
 - Regeln für Kinder – Hilfen für Eltern in der Gewaltprävention
 - Arbeit an Fallbeispielen um spezifische Grundregeln und Verhaltensweisen zu erarbeiten (z.B. Täter spricht ein Kind an, Täter fragt ein Kind aus)
 - Rollenspiele, um Gefahrensituationen einschätzen zu können
 - Aktionsspiele um kräftigen und dynamischen Stimmeneinsatz (z.B. „Nein-Sagen“) zu üben
 - Umgang mit Geheimnissen und Angst
 - Abbau von Aggression und Wut
 - Lob und Selbstlob - Stärkung eines positiven Selbstwertgefühls der Kinder
 - Faires Kämpfen lernen
-

Selbstbewusstsein - Schlüssel in der Gewaltprävention

Zur Prävention gegen Gewalt ist es notwendig beide Perspektiven einzunehmen, die Täter- und die Opferrolle kennen zu lernen.

Eigene Kinder lernen viel durch das elterliche Vorbild. Über sie definieren die Kinder ihr eigenes Verhalten. Sie entdecken eigene Stärken und lernen, diese für sich zu nutzen.

Gemeinsame Zeit, Spiel und viel Freude lassen den Kurs zu einem Erlebnis werden, das ihre Familie stärkt!

Idealerweise findet das Training in einer Turnhalle statt.
