

## STARK GEGEN GEWALT

Gewalt unter Kindern und Jugendlichen hat viele Gesichter, auch wenn Sie nicht immer als solche erkannt wird. Sie entsteht im Kopf und wird erst durch Ausgrenzungen, Beschimpfungen, Handgreiflichkeiten bis hin zu körperlichen Auseinandersetzungen auf unseren Schulhöfen sichtbar.

Es gibt kein Patentrezept, um Gewalt und Mobbingprozesse „mal eben“ zu beseitigen. Es handelt sich hier um sehr komplexe Vorgänge, die auf verschiedenen Seiten (Eltern, Schüler, Schule usw.) bearbeitet werden müssen, was sehr zeitintensiv ist. Je eher damit begonnen wird, desto größer ist die Chance, Entstehung von Opferrollen oder eine mögliche Risikoentwicklung von Schülern frühzeitig abzuwenden.



Diese Workshopreihe wurde entwickelt um Maßnahmen und Projekte in den Bereichen Wertevermittlung, Konfliktkultur und Gewaltprävention zu ergänzen und die Nachhaltigkeit von Gewaltpräventionsmaßnahmen zu gewährleisten. Wir fördern und entwickeln das natürliche "Frühwarnsystem" für bedrohliche Situationen und die Kinder und Jugendlichen lernen auf ihre eigene Intuition (Bauchgefühl) zu vertrauen. Sie erlernen Verhaltensweisen und Techniken, um vorhandenes typisches Opferverhalten abzulegen und das Selbstbewusstsein zu stärken.

Die Anwendung von unkomplizierten und altersgerechten Selbstschutz- und Selbstverteidigungstechniken gehören ebenfalls zum Programm.

## Ihr Nutzen

- Während des Trainings erlangen die Teilnehmer das Bewusstsein, mit mehr Achtsamkeit, Konflikte oder gar Bedrohungen bereits im Ansatz erkennen oder verhindern zu können. Dadurch bekommen sie mehr Selbstvertrauen und stärken ihr bereits vorhandenes Selbstbewusstsein.
- Den Lehrern wird dadurch die Möglichkeit gegeben, die Schüler von außen zu beobachten und Rückschlüsse für das eigene Auftreten in der Gemeinschaft zu ziehen.
- Die Schüler beschäftigen sich einmal mehr mit der Interaktion untereinander. Sie lernen, welche Motive den einzelnen Menschen bewegen und wie ein individueller Umgang in der jeweiligen Situation erfolgen muss. Im Ergebnis sollen die eigenen Schwächen herausgearbeitet, abgestellt und die oft verborgenen Talente an die Oberfläche befördert werden. Denn nur wer bereit ist zu lernen, kann sich auch verbessern.
- Die einzigartige Kombination aus mentalen Techniken und praktischem Training, sorgt für eine intensive Nachhaltigkeit und Abruf des Erlebten, noch Monate später. Den Kindern und Jugendlichen wird aufgezeigt, welch großes Potenzial an Ressourcen und Kraft in Ihnen steckt.
- Letztendlich erlernen sie variable Verfügbarkeiten für Stresssituationen und durchbrechen alte Denkmuster, durch das richtige Einschätzen der jeweiligen Situation, unter Zuhilfenahme von Körpersprache, Körperhaltung und Stimme.