

Selbstbehauptungs- und Resilienztraining

- Stress- und Mobbingprävention / Gewaltprävention -

für
Kita- &
Grundschul-
kinder

KONZEPT



Auszug aus meinem Konzept
Vollständiges Konzept gerne auf Anfrage



Einfach

S.T.A.R.K.

mit Pamela

Pamela Güttler

04134 / 907 90 40

kontakt@pamelaguettler.de

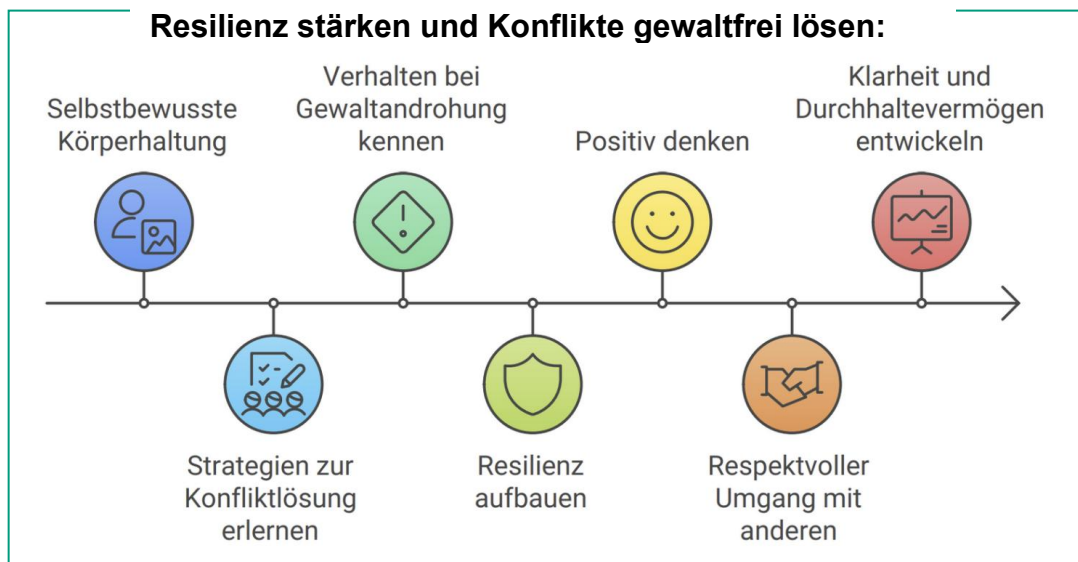
www.einfachstark.info



Was ist das Ziel meines Trainings?

Wenn es möglich wäre, würden wir allen Kindern ein sorgloses Leben wünschen und sie vor Verletzungen schützen – doch leider entspricht das nicht der Realität. Dennoch können wir als Eltern, Pädagogen und engagierte Menschen etwas für Kinder tun: Wir können ihnen nicht nur ein **Vorbild** sein, sondern ihnen **Wege aufzeigen wie ein guter Umgang mit Konflikten und Herausforderungen gelingt**.

Das große Ziel der Trainings ist eine **Deeskalation** - ohne sich selbst dabei aufzugeben. **Und das lässt sich wunderbar trainieren! Und zwar: Je eher, desto besser!** Es ist von unschätzbarem Wert für die Kinder, so früh wie möglich die richtige Strategie zur Konfliktbewältigung beigebracht zu bekommen.



Worum geht es in meinen Trainingskursen?

Es gibt die Unterscheidung in fünf Hauptkonfliktarten:

1. Beleidigungen
2. Provokationen
3. Ungewolltes Festhalten / Anfassen
4. Wegnahme von Eigentum
5. Gewaltandrohung





Wie kann ich mir so ein Training vorstellen?

Bolle (alternativ: Mädchen Stressica) ist ein älterer Junge vom Schulhof. Er hat selbst jede Menge Probleme, z.B. eine Sechs in Mathe – und er ärgert deshalb die anderen Kinder (denn ärgern kann er am besten) ... Dabei sucht er sich Kinder aus, die ihm schüchtern und wenig selbstbewusst erscheinen. Mal beleidigt/provoziert er sie, mal packt er sie an, hält sie fest oder droht ihnen Gewalt an.

Ich als **Trainerin** schlüpfe in die „**Bolle/Stressica**“- Rolle und erarbeite mit den Kindern **Verhaltensstrategien**. Diese **gewaltfreien Konfliktlösungen** erproben die Kinder dann in den Trainings. So erfahren sie z.B. beim Thema Beleidigungen, dass Worte verletzen können, aber nicht müssen. Es erfolgt eine Auseinandersetzung mit dem Thema Meinungen und deren Gewichtung. Die Kinder erfahren, dass sie sich vor gemeinen Worten schützen können – und lernen, wie das funktioniert.



Bolle nimmt einem Kind die Trinkflasche weg.



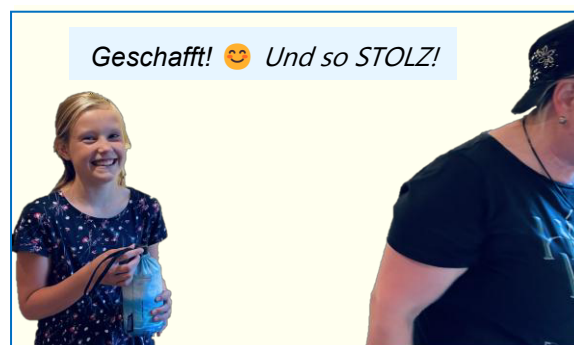
„Gib mir meine Trinkflasche zurück!“ - „Nein!“



Mit Klarheit und Ausdauer zum Ziel!



„Dann nimm‘ sie halt wieder – ist eh hässlich!“





Sie möchten wissen, was Kunden über MEINE Trainings sagen?

Rückmeldungen, die mich erreichten... z.B. von einer Klassenlehrerin einer 1. Klasse (GS Dannenberg)

„...bin ich sehr froh, dass wir dieses Training mit dir machen durften, denn ich denke hiermit ist eine Basis gelegt, auf der sowohl die Schüler als auch wir im Kollegium aufbauen können. Gerade heute hatte ich eine Situation mit einem Schüler, der in der Knabberpause zu mir kam und sich beschwerte, dass sein Nachbar ihn beleidigt habe. Daraufhin habe ich ihn nur gefragt, was wir gestern im Training gelernt haben... Seine Reaktion war leichte Enttäuschung im Gesicht (letztlich ist ja auch dieses Vorgehen der Kinder immer eine Bitte um Hilfe, aber auch die Suche nach Aufmerksamkeit und Befriedigung des Gefühls „da kümmert sich jemand um mich“), aber auch die sofortige Aussage „ach ja, selber regeln...“. Dann drehte er sich um und ging um dies zu tun – ich frage dich: Was will man mehr?!?“

von einer Klassenlehrerin, einer Vertretungskraft und der Schulleitung (GS Bardowick)

„Der Klasse ... und auch mir hat das Training mit Ihnen eine große Freude bereitet. Ich habe das Gefühl, dass die Kinder die Strategien gut verinnerlichen konnten und auch anwenden werden.“

„Diese Trainingseinheiten sind sehr alltagsnah und behandeln Situationen, die den Kindern jeden Tag auf dem Schulhof begegnen können. Dieser realistische Alltagsbezug hat mir sehr gut gefallen. In diesen Situationen geht es um Deeskalation und darum, selbstbewusst aufzutreten. Klar können wir unseren Kindern beibringen, sich zu wehren und zu schlagen, doch finde ich, setzten wir damit falsche Signale. Gewalt ist schließlich nie eine Lösung. Pamela ist sehr feinfühlig mit den Kindern und geht sehr respektvoll mit den Fragen und Sorgen der Kinder um. Am Schluss sind alle Kinder mit einem löwenstarken Gefühl aus der Runde gegangen.“

Vielen Dank für das tolle Projekt mit Ihnen!! Wir haben von Kindern und Eltern sehr positive Rückmeldung erhalten!

von einer Klassenlehrerin einer 4. Klasse (GS Todtglüsing). Dort durfte ich parallel mit einer Kollegin 9 Klassen, das Lehrerteam und die Elternschaft stärken!

„Herzlichen Dank für die super interessanten und sehr lehrreichen Stunden mit Dir. Ich denke alle Schüler konnten neue Erkenntnisse gewinnen und haben Strategien gelernt, um stark zu sein ohne Muckis. Wer werden weiter daran arbeiten und dein gelegtes Samenkorn weiter pflegen, damit wir alle an der GS Todtglüsing mehr entspanntere Löwen haben.“ (GS Todtglüsing)

