FÜR WEN?

- Schulklassen
- Kindergarten
- Hort und Ganztag
- Teamcoachings

PROFIL

- staatlich anerkannter Jugend- und Heimerzieher
- Anti-Gewalt-Trainer (Landesakademie für Jugendbildung)
- Selbstbehauptungs- und Resilienztrainer (nach dem Konzept von „Stark auch ohne Muckis“)

KONTAKT

Tim Jans
jans-ct@protonmail.com
timjans-coolnesstraining.de
0176/84482264

TIM JANS
COOLNESSTRAINING

COOLNESS TRAINING

INHALTE

- Definition von Gewalt und Sensibilisierung für ihre verschiedenen Formen
- Bedeutung von Respekt, Toleranz und Akzeptanz gegenüber anderen
- Grenzen setzen und akzeptieren
- Konfrontative Pädagogik
- Provokationstests

ZIELE

- Steigerung der sozialen Kompetenz und des sozialen Verhaltens
- Förderung von gewaltfreiem Verhalten und Konfliktlösungsstrategien
- Sensibilisierung für Gewalt und ihre Auswirkungen
- Vermittlung von Techniken zur Deeskalation von Konfliktsituationen
- Stärkung des Selbstbewusstseins und des Selbstwertgefühls, um Gewalt abzuwehren

METHODEN

- Körperbetonte, sportliche Spiele; Kämpfen als pädagogische Disziplin und nach Regeln
- Interaktionsspiele, Rollenspiele, Körpersprache, Konfrontationsübungen
- Atemübungen, Traum-/ Fantasiereisen, Meditationsübungen, Wohlspannungsübungen
- Selbstbehauptungs- und Resilienztraining nach dem Konzept von „Stark auch ohne Muckis“