



Ein Training zur gewaltfreien Selbstbehauptung für Schüler/innen der Klassenstufen 5 bis 7 am Humboldt-Gymnasium

In der Regel „gewinnt“ der Schnellere, der Stärkere, der, der am besten „ärgern“ kann, mitunter der Verwendung seines Smartphones, oder die vermeintlich schlimmeren Schimpfwörter parat hat. In der Regel „gewinnen“ die, die in der Mehrzahl sind, oder sich am schnellsten aus dem Staub machen können. Oft verschwinden auch persönliche Gegenstände, Kleidung geht kaputt und/oder ist verschmutzt. Das Kind fühlt sich als Verlierer. Zurück bleibt oft ein verärgertes, trauriges Kind.

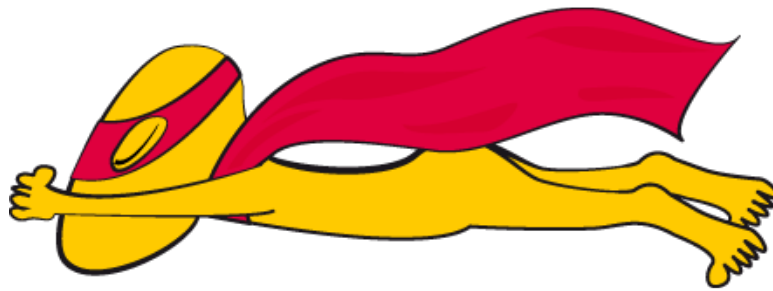
Dabei geht es nicht ums Gewinnen. Gerade Kinder in den unteren Klassenstufen einer so großen Schule wie dem Humboldt-Gymnasium kommen in der neuen Großgruppensituation sowie in der Auseinandersetzung mit gleichaltrigen wie auch älteren Kindern immer wieder in die Situation, geärgert zu werden oder sich geärgert zu fühlen. Dabei wissen viele Kinder noch nicht, wie sie sich der Situation entziehen können ohne das Gefühl zu haben, „verloren“ zu haben...

In dem Training „**Ich bin unschlagbar – und Du? ©**“ geht es nicht um körperliche Selbstverteidigung. Ihr Kind lernt in gemeinsamen Gesprächsrunden, in Rollenspielen und beim Spielen und Toben, sich gewaltfrei zu verhalten und verbal selbst zu behaupten und somit zu unschlagbar zu verteidigen. Zum Abschluss des Trainings erhält jedes Kind eine Urkunde mit persönlichen Rückmeldungen des/der Trainer/in über das Erreichte und Gelernte.

Die Kinder können erlebte Situationen „mitbringen“ und erzählen. Unter der Überschrift: „Was kann ich das nächste Mal anders machen“ überlegen wir in der Gruppe, wie sich Ihr Kind in einer nächsten Situation „unschlagbar“ verhalten kann, ohne Tränen oder das Gefühl, Verlierer/in oder unterlegen zu sein.

**Trainings-Termine als Workshops im Dezember 2018 und Januar 2019,
15.00 Uhr bis jeweils bis max. 16.30 Uhr**

11. und 18.12.2018, sowie 8., 15., 22. & 29.1.2019 jeweils um 15.00 Uhr
Ersatztermin, falls ein Termin ausfällt: nach Vereinbarung



© Dreiradwechsel e.V.

Trainingsorte: Humboldt-Gymnasium Berlin-Tegel sowie in unmittelbarer Umgebung.
Treffpunkt: Unihalle am Grünen Haus!

Leistungen: Anleitung, Gespräche, Rollenspiele und Übungen zur gewaltfreien Selbstverteidigung, auf Wunsch Feedbackrunde an die Eltern.

Kosten entstehen keine; die Schüler/innen sollten etwas zu trinken dabei haben!

Teilnehmerzahl: mind. 6, max. 12 SuS

Workshopleitung: Andreas Gerts (Diplom-Sozialpädagoge, externer Supervisor an der Schule, Elternkursleiter und Partner im Team HumboldtPLUS). Im Training wird der Begleithund **Larry Keks** eingesetzt. Bitte teilen Sie uns vor dem Training mit, ob Ihr Kind eine Tierhaarallergie hat.

Anmeldungen sind ab sofort möglich und nötig unter gerts@humboldtschule-berlin.de

Bitte teilen Sie uns mit der formlosen Anmeldung per Mail unbedingt mit, ob Ihr Kind alleine nach dem Training nach Hause gehen darf, oder ob es abgeholt wird, und ob eine Tierhaarallergie besteht. Ohne diese Information VOR der Durchführung des Trainings kann Ihr Kind nicht teilnehmen!

Wir bitten um Verständnis, vielen Dank.