

Selbstbehauptungs- und Resilienz Training für Kindernach dem Konzept von „Stark auch ohne Muckis“



DURCHFÜHRUNG

Annett Grimm (Psychologische Beraterin/Coach, Selbstbehauptungs- und Resilienz Trainerin für Kinder, Beraterin für Mobbingprävention und Konfliktmanagement)

ZIELE

- Schutz der Kinder vor Mobbing, Gewalt und Gefahrensituationen im Alltag
- Förderung der Sozialkompetenz der Kinder
- Förderung einer gesunden Denkweise „Growth Mindset“ (z.B. Fehler sind Helfer)

INHALT

Inhaltliche Anwendung des Konzeptes „Stark auch ohne Muckis“. Die Kinder lernen durch das Training den Umgang mit den 5 Hauptkonflikten, wie Beleidigungen, Provokationen, Wegnahme von Gegenständen, ungewolltes Anpacken und Androhung von Gewalt. Sie erlernen die Wahrnehmung, das Vertrauen und den Umgang mit den eigenen Gefühlen sowie die Achtsamkeit/Empathie für die Gefühle der Mitmenschen. Die Kinder lernen, dass alle Fähigkeiten durch Anstrengungen und Lernen verbessert werden können. Selbstbewusstsein, Selbstsicherheit, Selbstwert und Selbstvertrauen werden gestärkt. Die Trainingsinhalte werden an die entsprechende Altersgruppe angepasst.

ZIELGRUPPE

Kinder im Alter 5 bis 15 Jahre

VORAUSSETZUNGEN

Interaktive Gruppenarbeit, Gesprächsrunden, Rollenspiele, Partner- und Kleingruppenarbeiten. Das Training findet in den Räumlichkeiten der jeweiligen Einrichtung statt, die Anwesenheit eines Pädagogen / Erziehers ist erforderlich

DAUER

Kindertagesstätte: 4 x 60 Minuten an 4 Tagen / Gruppenstärke max. 15 Kinder
Schule: 3 x 90 Minuten an einem Tag (Projekttag) / je Schulklasse