

Programmbaustein externer Anbieter



Dieser Programmbaustein wird von der Jugendherberge in Ihrem Namen organisiert, wenn Sie die Bezeichnung des Bausteins „S1“ in die Liste für Ihr Aufenthaltsprogramm eingegeben haben und „Organisation durch die JH“ ankreuzen!

Programmbezeichnung:

Selbstbehauptung für Kids



Anbieter:

Ganzheitliche Förderung Sachsen-Anhalt
Thomas Lohan
Bahnhofsweg 6
39345 Satuelle

Ansprechpartner: s.o.

Tel.: 039058 / 978353
Mobil: 0160 8228866
E-Mail: t.lohan@gfsa-info.de
Web: www.gfsa-info.de

Kurzbeschreibung:

Vielen Kindern und Jugendlichen fällt es schwer, sich gegen Provokationen, Schikanen oder gar körperliche Gewalt von Gleichaltrigen zur Wehr zu setzen. Mutlosigkeit, Zurückgezogenheit, Antriebslosigkeit bis hin zu psychosomatischen Krankheiten sind die Folgen eines fortdauernden Gewalteinflusses. Je länger dieser Zustand andauert, um so schwieriger wird es für die Betroffenen einen Ausweg zu finden. Im Selbstbehauptungstraining werden unterschiedliche Verhaltensmöglichkeiten in Konflikt- und Gewaltsituationen trainiert. Eigene Grenzen aufzuzeigen ist keinesfalls von der körperlichen Stärke abhängig. Entscheidend ist ein selbstbewusstes Auftreten. Das Training dient dazu, individuelle Stärken zu entdecken sowie situationsgerechte Handlungsstrategien zu entwickeln um Bedrohungen und Gewalt souverän begegnen zu können.

Inhalte:

- rechtzeitiges Wahrnehmen von Konflikt und Bedrohungssituationen
- Aufzeigen der eigenen Grenzen
- Umgang mit Angst
- verbale und nonverbale Kommunikation
- Verhalten bei Provokationen und Beleidigungen
- Hilfe bekommen
- Befreiungstechniken gegen Zugriffe

Dauer	2 x 90 min (mit 20 min. Pause)
Kosten	200,- € pauschal
Mindestteilnehmerzahl	7
Höchstteilnehmerzahl	30
Altersbeschränkungen	Ab 9 Jahren
Termine	nach Absprache
Ort der Durchführung	nach Absprache
Besonderheit	individuelle Angebote nach Absprache

Corona bedingte Terminabsagen werden kostenlos storniert!