

# Stark und clever in der Selbstbehauptung

---

**Termin**

08.02.2019  
)

**Teilnahmegebühr**

95 €  
Inkl. Getränke, Mittagessen  
und Seminarunterlagen

**Referenten**

Florian von Kritter

**Kurszeiten**

09:15 - 16:45

**Besonderheit:**

Auf Anfrage auch als Inhouse-Seminar  
möglich

**Kursort**

DWRO-consult Campus Mietraching

---

**Haltung, Methodenpool und Best-Practice-Beispiele für die eigene Umsetzung**

Selbstbehauptung beginnt im Kopf! Erforderlich dazu ist eine Grundhaltung von Selbstbewusstsein und Selbstachtung, die es erlaubt, entschieden NEIN sagen zu können.

Mit welcher Haltung und mit welchen Methoden können Fachkräfte Mädchen und Jungen darin unterstützen, ihr Selbstwertgefühl, ihr Selbstvertrauen und ihre Selbstachtung zu erhöhen? Wie können Kinder Grenzverletzungen frühzeitig erkennen und entsprechend darauf reagieren? Welche Handlungsalternativen haben Kinder in bedrohlichen Situationen? Oberstes Ziel aller Module in Selbstbehauptung sollte es sein, Kinder zu stärken und nicht sie zu ängstigen.

---

**Ziele**

- Vermittlung von Grundprinzipien von Selbstbehauptungskursen
  - Haltung des Pädagogen / der Pädagogin: was stärkt Kinder und Jugendliche?
  - Füllen des eigenen Werkzeugkoffers
- 

**Methoden**

- Präsentation
  - Übungen
  - Gruppenarbeit
  - Diskussion
  - Praktische Beispiele
- 

**Inhalte**

- Blick auf Ressourcen und Kraftquellen von Kindern
- Was sind gefährliche Situationen für Kinder?
- Grenzen erkennen um entschieden NEIN sagen können
- Körperbewusstsein (angenehme / unangenehme Berührungen)
- Körpersprache und Umgang mit eigenen Gefühlen
- Übergriffe durch Fremde / Übergriffe durch Personen aus dem eigenen Umfeld
- Selbstverteidigungstechniken



## **Zielgruppe**

- Schulen und Bildungseinrichtungen
- Kita und frühe Bildung
- Jugendhilfe / Jugendarbeit
- Menschen mit Behinderung