

Cooler Jungs - Starke Kerle

Was ist das?

“Cooler Jungs - Starke Kerle” ist ein von VAuST konzipiertes Selbstbehauptungstraining für Jungen zwischen 7 und 14 Jahren. Wer kennt das nicht: kaum in der neuen Schule, muss man sich schon wehren. Die Älteren meinen, sie könnten alles bestimmen, Sachen wegnehmen, hänseln, bedrohen, hauen ... Das Training setzt an Beispielen aus der Lebenswelt der Teilnehmer an. Es benutzt die Sprache und den Verhaltenskodex der Jungen und bindet sie aktiv ein, denn sie sind die eigentlichen Experten zum Thema.

Die Ziele

Wir wollen den Jungen Wege und Möglichkeiten aufzeigen, um

- Gewaltsituationen zu erkennen,
- Provokationen auszuweichen oder ihnen angemessen und deeskalierend zu begegnen,
- sich als selbstbewusste Persönlichkeiten in ihrem sozialen Umfeld zu behaupten,
- Konflikte gewaltfrei zu lösen,
- sich in einer Bedrohungssituation klug zu verhalten,
- sich Hilfe zu holen,
- in tätlichen Auseinandersetzungen ohne Gesichtsverlust als Betroffener oder Helfer einzugreifen.

Die Inhalte

- “Ey Kleiner, komm mal her!” - Verhalten bei Provokation und Anmache,
- Möglichkeiten der Problemlösung,
- wie sage ich höflich aber bestimmt NEIN! Wie setze ich Grenzen auch gegenüber Älteren und Erwachsenen,
- kluges Verhalten in kritischen und bedrohlichen Situationen,
- helfen und eingreifen, wenn andere streiten,
- die eigenen Gefühle - das beste Barometer.

Die Methoden

Wir bringen den Jungen die Inhalte altersgemäß und spielerisch bei. Im Einzelnen arbeiten wir mit:

- Rollenspielen, themenbezogenen Spielen
- Verhaltenstraining (Sprache, Körpersprache),
- Bildergeschichten zum Thema,
- erlebnispädagogischen Elementen,
- Raufspielen mit selbsterarbeiteten Regeln.
- Gesprächskreisen,

Die Rahmenbedingungen

Die Gruppe sollte aus mindestens 10 bis maximal 12 Teilnehmern bestehen. Die Altersdifferenz innerhalb der Gruppe sollte zwei Jahre nicht übersteigen. Das Training umfasst in der Regel acht Stunden und ist auf zwei Tage verteilt. Das Training wird von einem männlichen Trainer geleitet.