

## Kurse des SIG für Eltern und SchülerInnen

Schulen haben selten genügend Ressourcen, um sämtliche Risikofaktoren und Gewaltformen innerhalb der Gewaltprävention in ihrer täglichen Arbeit zu berücksichtigen. Damit sich Eltern und SchülerInnen diese Fertigkeiten trotzdem aneignen können, schreiben viele Schulen ein Kursangebot aus, welches die Eltern und SchülerInnen freiwillig belegen können und (anteilmässig) selber bezahlen.

Nachfolgend finden Sie eine Liste der am häufigsten angebotenen Kurse. Das Kursprogramm lässt sich beliebig ausbauen und individuell an die Bedürfnisse anpassen. Das SIG vermittelt die entsprechenden Fachleute.

### Kurse für Eltern

Kurs Nr. 1E

#### **Wie kann ich mein Kind vor Gewalt schützen?**

Wie kann ich mein Kind unterstützen, möglichst nicht als Opfer oder Täter in Gewalthandlungen verwickelt zu sein?

Eine erfahrene Fachperson des SIG zeigt Ihnen auf, dass Sie als Eltern einen grossen Beitrag leisten können und gibt konkrete Tipps.

Dauer: 2x3 Stunden  
Preis: Auf Anfrage  
Minimale TeilnehmerInnenzahl: 10 Personen  
Maximale TeilnehmerInnenzahl: 16 Personen

Kurs Nr. 2E

#### **Erziehung: Erfolgreich alle Anforderungen unter einen „Hut“ bringen**

Klare Grenzen setzen, guten menschlichen Kontakt pflegen, Nerven behalten, das Kind mitentscheiden lassen, dem Kind Freiraum geben, elterliche Kontrolle ausüben, alltägliche Streitmuster unterbrechen – wie bringe ich alle diese Anforderungen unter einen „Hut“?

Eine Erziehungsberaterin zeigt Ihnen mögliche Wege, die sich in der Praxis bewährt haben.

Dauer: 2x3 Stunden  
Preis: Auf Anfrage  
Minimale TeilnehmerInnenzahl: 10 Personen  
Maximale TeilnehmerInnenzahl: 16 Personen

Kurs Nr. 3E

### **Neue Medien – wie kann mein Kind sicher damit umgehen?**

Mein Kind unterhält sich in Chattrooms mit Personen, die ich nicht kenne, verschickt zweideutige Filmchen per Handy, surft im Internet auf Seiten mit nicht jugendfreiem Inhalt, konsumiert Pornografie oder spielt Killerspiele. Wie kann ich als Eltern vorbeugen und/oder intervenieren?

Eine Medienfachperson zeigt Ihnen mögliche Wege.

Dauer: 2x3 Stunden

Preis: Auf Anfrage

Minimale TeilnehmerInnenzahl: 10 Personen

Maximale TeilnehmerInnenzahl: 16 Personen

## **Kurse für SchülerInnen**

Kurs Nr. 1S

### **Konflikt- und Gewaltsituationen erfolgreich meistern**

Mütze klauen, drohen, auslachen, anpöbeln, ignorieren, mobben, unangenehm berühren, körperlich angreifen... die Gewaltformen unter SchülerInnen sind sehr vielseitig.

Die SIG-Fachleute haben einen Kurs entwickelt, der Kindern aufzeigt, wie sie sich erfolgreich und angemessen in Konflikt- und Gewaltsituationen verhalten können. Der Kurs beginnt beim alltäglichen Konflikt und vermittelt Fertigkeiten in allen darauf folgenden Eskalationsstufen – bis zu einfachen und verhältnismässigen Selbstverteidigungstechniken.

Dauer: 5x2 Stunden

Preis: Auf Anfrage

Minimale TeilnehmerInnenzahl: 10 Personen

Maximale TeilnehmerInnenzahl: 16 Personen

## **Kurse für SchülerInnen mit ihren Eltern**

Kurs Nr. 2S

### **Prävention sexueller Übergriffe**

#### **Präventives Verhalten gegenüber fremden Erwachsenen**

„Willst du mitfahren? Ich darf dir doch über die Beine streicheln – wir kennen uns schon lange. Magst du mich denn nicht?“

Ihr Kind lernt im Kurs gemeinsam mit einer erwachsenen Bezugsperson, Gewalt zu erkennen, die durch Erwachsene ausgeübt wird und sich erfolgreich dagegen zu wehren.

Dauer: 2x2 Stunden

Preis: Auf Anfrage

Minimale TeilnehmerInnenzahl: 10 Eltern + 10 Kinder

Maximale TeilnehmerInnenzahl: 16 Eltern + 16 Kinder

## Kurs für Frauen

Kurs Nr. 1M

### **Wie reagieren in Gewaltsituationen?**

Nachstarren, anmachen, belästigen, betatschen, unpassende Bemerkungen...  
Wie können Sie darauf reagieren?

Eine auf Frauenselbstverteidigung spezialisierte Frau des SIG zeigt Ihnen wirksame Wege.

Dauer: 3x3 Stunden  
Preis: Auf Anfrage  
Minimale TeilnehmerInnenzahl: 10 Frauen ab 16 Jahren  
Maximale TeilnehmerInnenzahl: 16 Frauen ab 16 Jahren

## Kurs für Männer

Kurs Nr. 1M

### **Wie reagieren in Gewaltsituationen?**

Beschimpfen, anrempeln, bedrohen, verprügeln...  
Wie können Sie darauf reagieren?

Ein Selbstschutzinstructor des SIG zeigt Ihnen wirksame Wege. Dabei lernen Sie auch einfache Selbstverteidigungstechniken.

Dauer: 3x3 Stunden  
Preis: Auf Anfrage  
Minimale TeilnehmerInnenzahl: 10 Männer ab 16 Jahren  
Maximale TeilnehmerInnenzahl: 16 Männer ab 16 Jahren