

Themenliste für Gewaltpräventionskurse mit Kindern und Jugendlichen

Bei Fragen stehen wir gerne zur Verfügung.

Daniela Richter (Tel. 079 720 36 71); Thomas Richter (Tel. 079 672 57 24)

Bitte die Priorität der Themen ankreuzen und die Liste an das SIG senden.

Eingesendet von _____, Ort _____
Telefon _____, Mail _____

Gewaltfreier Umgang



Thema	Minimales Zeitbudget	1. Priorität	2. Priorität	Nicht behandeln
Ich- , Du- und Wir-Kompetenz Muss in die tägliche Arbeit mit Kindern einfließen.				
Umgang untereinander <ul style="list-style-type: none"> - Akzeptanz fördern - Vorurteile abbauen - Sich in den anderen einfühlen können - Andere Ansichten akzeptieren können 	30 min			
Kommunikation ohne Gewalt <ul style="list-style-type: none"> - Missverständnisse klären - Frieden machen - Kompromiss finden - Gewaltfreie Konfliktlösung - Ich-Botschaften - Deeskalationstraining - Impulskontrolle - Konfliktgespräch führen (ältere Kinder) - Vermitteln 	60 min			
Gruppendruck <ul style="list-style-type: none"> - Kann auch positiv sein - Negativen Gruppendruck erkennen - Klares Abgrenzen + Konsequenz tragen - Ausstiegstaktiken 	10 min			
Gewalt	20 min			

Thema	Minimales Zeitbudget	1. Priorität	2. Priorität	Nicht behandeln
<ul style="list-style-type: none"> - Definition Gewalt - Gewaltformen - Risiken, Auswirkungen - Verletzungen (psychisch, physisch) - Gewaltspirale - Warum übt jemand Gewalt aus? 				
Mobbing				
<ul style="list-style-type: none"> - Erkennen - Umfrage über Mobbing in der Klasse (Opfer/Täter, aktuelle Situation) - Folgen für das Opfer (ev. mit Film) - Warum mobbt jemand? (ev. mit Film) - Interventionsmöglichkeiten 	30 min ev. + 40 min Film			
Erarbeiten von Umgangsregeln	20 min			
Geschlechterspezifische Rollendiskussion	30 min			



Thema	Minimales Zeitbudget	1. Priorität	2. Priorität	Nicht behandeln
Selbstvertrauen stärken				
<ul style="list-style-type: none"> - Gemeinsam mit Eltern - In der Klasse 	10 min 20 min			
Angst	10 min			
<ul style="list-style-type: none"> - Funktion der Angst +/- - Auswirkungen der Angst auf den Körper - Umgang mit Angst vor Prüfungen und Vorträgen - Umgang mit Angst in der Dunkelheit - Angst abbauen (Angstpyramide) 				
Anti-Opfer Signale	10 min			
<ul style="list-style-type: none"> - Körperhaltung - Stimme 				
Verhältnismässigkeit	10 min			
<ul style="list-style-type: none"> - Wie heftig darf ich mich in welcher Situation wehren? - Was sagt das Gesetz? 				
Kind wird mit Worten geplagt	30 min			
<ul style="list-style-type: none"> - Umgang mit Beleidigungen - Ignorieren - Tricks für Schlagfertigkeit 				
Dem Kind wird ein Gegenstand weggenommen	10 min			
Dem Kind wird ein Gegenstand zerstört	5 min			
Das Kind wird angerempelt (z.B. geschubst)	20 min			

- Deeskalationstraining - Klar + deutlich Grenzen setzen - Verhältnismässige Selbstverteidigungstechniken				
Jemand versucht, das Kind zu überreden - Unmissverständlich eigenen Standpunkt vertreten - In welchen Fällen ist das erlaubt?	10 min			
Das Kind wird unangenehm berührt - Wahrnehmungsschulung (was will ich, was nicht – und von wem?) - Unangenehme Berührung unmissverständlich ablehnen - Bei wem Hilfe holen? - Ältere Kinder: was sagt das Gesetz?	20 min			
Jemand hat einen Wutanfall Deeskalationstraining	10 min			
Zivilcourage - Einer bedrohten Person helfen - Ältere Kinder: Gesetzlicher Aspekt (unterlassene Hilfeleistung)	10 min			
Sicherheit zu Hause und unterwegs	10 min			
Sicherheit im Internet	10 min			
Hilfe holen - Ist „Hilfe holen“ = petzen? - Ist Hilfe holen feige? - In welchen Situationen muss Hilfe geholt werden? - Bei wem Hilfe holen (inkl. offizielle Hilfsangebote) - Gute und schlechte Geheimnisse	10 min			



BEDROHUNG DURCH
FREMDE ERWACHSENE



PRÄVENTION
SEXUELLER ÜBERGRIFFE

Thema	Minimales Zeitbudget	1. Priorität	2. Priorität	Nicht behandeln
Das Kind erfährt Gewalt von Erwachsenen (bekannt oder fremd) - Unterschied Erziehung / Gewaltanwendung - Selbstverteidigungstechniken gegen Erwachsene	10 min			
Das Kind wird von einer fremden Person angesprochen - Weglocken zu Fuss - Ins Auto locken	30 min 30 min			

Thema	Minimales Zeitbudget	1. Priorität	2. Priorität	Nicht behandeln
Jemand versucht, das Kind zu überreden - Unmissverständlich eigenen Standpunkt vertreten - In welchen Fällen ist das erlaubt?	20 min			
Jemand berührt das Kind unangenehm - Wahrnehmungsschulung (was will ich, was nicht – und von wem?) - Unangenehme Berührung unmissverständlich ablehnen - Bei wem Hilfe holen? - Ältere Kinder: was sagt das Gesetz?	20 min			
Jemand überfällt das Kind - Einschätzen der Gefahr - Taktisches Verhalten	5 min			
Jemand hat einen Wutanfall Deeskalationstraining	5 min			
Hilfe holen - In welchen Fällen Hilfe holen? - Bei wem Hilfe holen (inkl. offizielle Hilfsangebote) - Gute und schlechte Geheimnisse	10 min			



Kinder gegen Kinder

Thema	Minimales Zeitbudget	1. Priorität	2. Priorität	Nicht behandeln
Wohin schlagen oder treten - In Abhängigkeit der Situation (=Verhältnismässigkeit) - Information verletzliche und weniger verletzliche Stellen des Körpers	20 min			
Stand, Laufschule, Deckungsarbeit während Kommunikation	20 min			
Schläge abwehren	10 min			
Fusstritte abwehren	5 min			
Gegner zu Boden bringen	20 min			
Falltechnik	20 min			
Festhaltetechniken	20 min			
Befreien aus gehaltenen Angriffen (Würgen, Schwitzkasten usw.)	20 min			
Verteidigung gegen Angriff einer Gruppe	10 min			
Notwehrtechniken für Notfälle (nur für geistig)	20 min			

Thema	Minimales Zeitbudget	1. Priorität	2. Priorität	Nicht behandeln
reife Kinder!)				
Verteidigung gegen Waffen z.B. Messer, Stock	20 min			
Sich wehren mit Alltagsgegenständen Zeitung, Stuhl, Kugelschreiber usw.	20 min			
Pfefferspray Ab 18 Jahren	20 min			

Kinder gegen Erwachsene

Thema	Minimales Zeitbudget	1. Priorität	2. Priorität	Nicht behandeln
Taktik, Selbstverteidigungstechniken	20 min			

Anwendungstraining für Fortgeschrittene

Thema	Minimales Zeitbudget	1. Priorität	2. Priorität	Nicht behandeln
Schutanzugtraining	2 min/Kind			
Übungsparcours	2 h			