



## Resilienz und Selbstbehauptung in der Grundschule „mutige Freigeister in der Grundschule“

Verbale Gewalt, Einschüchterungen und/oder körperliche Übergriffe stellen leider keine Ausnahmesituationen bei Kindern dar. Das zeigt sich in vielerlei Facetten: Schimpfwörter, Pöbeleien, Drohungen, Erniedrigungen oder körperliche Angriffe wie Schubsen oder Festhalten. Ebenfalls können Sprachbarrieren und unterschiedliche kulturelle Verhaltensweisen und Umgangsformen eine Situation schnell und kaum nachvollziehbar eskalieren lassen.

Hier setze ich an. Mit Spiel, Spaß und Leichtigkeit lernen die Kinder in diesem Training:

- ☞ Umgang mit anderen Meinungen, Beleidigungen und Provokationen
- ☞ respektvollen und achtsamen Umgang mit sich und anderen
- ☞ Mobbing keine Chance zu geben
- ☞ Umgang mit den eigenen Gefühlen
- ☞ Vertrauen in sich und seine Gefühle
- ☞ Erkennen der eigenen Stärke
- ☞ Aktivierung der eigenen Motivation
- ☞ mutiger und selbständiger zu werden
- ☞ Einsatz von Körperhaltung und klarer Kommunikation
- ☞ Erkennen der eigenen Wirkung auf andere
- ☞ Respekt der Grenzen anderer
- ☞ Erkennung von gefährlichen Situationen
- ☞ Entwicklung von mehr Empathie
- ☞ Entspannungs- und Mentaltechniken
- ☞ Stärkung des Gruppenzusammenhaltes



Zielgruppe: Kinder im Alter von 6-12 Jahren

Dauer: 5 Unterrichtseinheiten

Preis: 450€ / Kurs

Teilnehmerzahl: eine Klasse

Verschiedene Modelle der Kursgestaltung sind möglich. Wir sprechen gemeinsam über Ihre Wünsche und finden eine Lösung.

**Interessiert an unserem Angebot?**

Dann nehmen Sie einfach Kontakt mit uns auf.

Mobil: 01525 / 59 33 175

E-Mail: [sabrina.butschkus@freigeister.berlin](mailto:sabrina.butschkus@freigeister.berlin)

Internet: [www.freigeister.berlin](http://www.freigeister.berlin)