Ki-do: Der Weg der Kinder

Gewaltpräventions-Seminare für Schule und Kindergarten

Ralf R. Ide · Segeberger Str. 25 · 23858 Reinfeld · Tel.: 04533/2222 · 0172/4177714

Gemeinsam gegen Gewalt an Kindern – Kinder stärken mit Ki-do
Ganzheitliche Gewaltprävention und intelligente Selbst-Verteidigung

Ki-do

- Fortgeschrittenen-Seminar -

Wie können wir die begonnene Arbeit auf dem Gebiet des Sicherheitstrainings für Kinder auffrischen, fortsetzen und vertiefen? Im Anfänger-Kurs und im Aufbau-Seminar ging es darum, die Kinder zu stärken, sie schlauer (als der Kinder-Klauer), wachsamer, mutiger, „kerniger“ und fairer zu machen.
Dabei wurden sie ordentlich gefordert; die durch Spiele, Übungen und Simulationen gestellten Aufgaben waren nicht leicht. Aber die Kinder haben alle Aufgaben gut bewältigt und den Kurs mit berechtigtem Stolz beendet. Gesundes Selbstvertrauen basiert eben nicht auf leerem Lob, sondern auf der Erfahrung, Schwieriges gemeistert zu haben. Sind unsere Kinder psychisch stark, können sie sich vor einem physisch überlegenen Angreifer schützen und allgemein gefährliche Situationen meistern.

Der Fortgeschritten-Kurs ist mindestens ebenso anspruchsvoll wie der Anfänger-Kurs. Das muß er auch sein, da reale Gewalt draußen im Gegensatz zu gespielter/simulierter und stets kontrollierter „Gewalt“ im Kurs immense Anforderungen an unsere Kinder stellt. ***Ki-do*** ist spielerisch und muß es für die Kinder sein, damit es mit Freude und Begeisterung aufgenommen wird. ***Ki-do*** ist spielerisch – aber kein Spiel! Wir haben uns das Ziel gesetzt, unsere Kinder besser vor Gewalt zu schützen, in dem wir ihnen helfen, sich selbst zu schützen. Dieser Kurs erscheint im Vergleich zum eher harten Anfänger-Kurs weicher.
Auf anderer Ebene ist er umso anspruchsvoller; und eine andere Ebene soll ja durch diesen Fortgeschrittenen-Kurs erreicht werden. Auf dem Programm stehen jetzt folgende **Schwerpunkte:**

1. **Der Kreis der Wahrnehmung - Wahrnehmungsschulung**

Gefahren können von allen Seiten kommen. Nutze ich nur meine Augen im Blick nach vorn, wird mir vieles entgehen und geeignete Maßnahmen wie z.B. rechtzeitiges Ausweichen unmöglich. Nutze und trainiere ich darüber hinaus auch Ohren, Nase, Hände sowie mein Gefühl, kann ich Probleme besser erkennen und angemessen reagieren. - Zur Selbstwahrnehmung gehört, das körperliche und geistige Gleichgewicht trotz Gewalt von außen nicht zu verlieren

2. **Gegenseitiges Helfen im Notfall – Wir-Gefühl**

Im Anfänger-Kurs wurde das Wir-Gefühl bereits angelegt. Jetzt soll es weiter entwickelt werden, so dass praktische Zivilcourage möglich ist. Es reicht nicht, Zivilcourage nur zu fordern: man muß sie üben. Zu dem Selbst-Verteidigungsmotto „Ich paß auf mich auf!“ (Eigenverantwortung) kommt jetzt „Wir passen auf uns auf!“ (Verantwortung für einander) hinzu. „Auf dem Schulhof und dem Schulweg etc. können wir auf uns aufpassen, Maßnahmen zum gegenseitigen Helfen haben wir kennen gelernt und geübt.“ Eine größere Sicherheit sowie eine bessere Qualität des Sozialverhaltens sind die Folge

Die 7 Säulen des *Ki-do* werden inhaltlich etwas erweitert:
1.Die äußere Haltung – starke Ausstrahlung und Körpersprache: „Mit mir nicht!“
2. Die innere Haltung – die Stärkung des Ich: Selbstvertrauen, Selbstwertgefühl, etc.
3.Wachsamkeit und Kreis der Wahrnehmung schulen – Gefahren erkennen u. vermeiden.
4. Das „schlechte Gefühl“ sensibilisieren: horchen, darauf vertrauen und danach handeln.
5. Kontrolle behalten – trotz Angst, Wut, Schreck, Schmerz überlegt und überlegen handeln.
6. Detektivarbeit: Täter- und PKW-Beschreibung – weitere Taten vermeiden helfen
7. Partnerschaftlicher Umgang – Deeskalation, Stärkung des Wir-Gefühls und der Zivilcourage

Zeitlicher Rahmen (14 Unterrichtseinheiten plus Abschlussveranstaltung), Teilnehmerzahl und Kosten wie beim Anfänger-Kurs (mind. 15 und € 65,-) Eltern und Lehrer/innen sind zum Hospitieren wie gehabt herzlich eingeladen.