

***Ki-do: Der Weg der geistigen Kraft***  
**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: Der Weg der Kinder*** **Aufbau-Seminar**

Mit berechtigtem Stolz und gewachsenem Selbstvertrauen haben die Kinder das Anfänger-Seminar absolviert. Ein wichtiger Schritt, um eine starke Basis für eine starke Persönlichkeit zu entwickeln.

Im Aufbau-Seminar geht es darum, das bereits gelegte Fundament zu vergrößern: je größer und fester die Standfläche desto sicherer steht später das ganze Gebäude!

Der umfassende Ansatz des **Ki-do** und sein übergreifendes Gewalt- und Gefahrenverständnis kommt hier noch mehr zum Tragen. Selbstverständlich geht es weiterhin um den Schutz gegen physische, psychische und sexuelle Gewalt. Selbst-Verteidigung bedeutet aber nicht nur Abwehr gegen Gewalt von außen sondern auch Schutz vor Unfällen sowie Schutz vor Autodestruktion.

Im Vordergrund steht weiterhin die Stärkung des Ich: Selbstvertrauen, Selbstwertgefühl, Selbständigkeit, Selbstverantwortung, Selbstsicherheit, Selbstkontrolle, Ausstrahlung, etc.

Zwei Kernthesen des **Ki-do** geben dabei die Richtung an:

- Starke Kinder werden keine Opfer!
- Wirklich starke Kinder werden keine Täter!

Die Kinder sollen für alle Stress-Situationen gestärkt werden. **Ki-do** unterteilt in 3 Bereiche:

1. Stress in Alltags-Situationen (z.B. „Wer geht an die Tafel?“)
2. Stress in alltäglichen Konflikt-Situationen (phys. und psych. Gewalt durch Kinder)
3. Stress in massiven Gewalt- und Gefahren-Situationen (z.B. sexuelle Gewalt)

Der Weg des Lernens ist wieder vorgegeben durch das Tun – kindgerecht und praxisnah: Erleben, selbständige Analyse von Problemen und eigenständige Entwicklung von Lösungen.

**Die 3 A des Ki-do** sowie **Die 7 Säulen des Ki-do** sind selbstverständlich Bestandteil der notwendigen Wiederholung. Darüber hinaus gibt es neue Übungen, Simulationen, Rollenspiele und spielerische Kampfformen. Ki-do Kämpfe sind die Alternative zu den üblichen Zerstörungskämpfen, in denen es nur darum geht, dem anderen möglichst viel – physischen oder psychischen - Schmerz zuzufügen. Die Ki-do Kämpfe sind Förderkämpfe: Wir kämpfen miteinander – nicht gegeneinander. Unser Ziel: Wir wollen einander stärken!

Abgerundet wird das Seminar durch Gespräche und humorige Ki-do Geschichten mit ernstem Hintergrund.

Zeitlicher Rahmen (14 Unterrichtseinheiten plus Abschlussveranstaltung) und Kosten wie beim Basis-Seminar (€65,-). Eltern und Lehrer/innen sind zum Hospitieren wie gehabt herzlich eingeladen. Anfängern ist der Einstieg in diesen Kurs möglich; ihre Anzahl sollte aber nicht mehr als 1/3 der Gesamt-Teilnehmerzahl (mind. 15) ausmachen.