

# *Ki-do Team*

## **Gewaltpräventions-Seminare für Schule und Kindergarten**

Ralf u. Andrea Ide · Segeberger Str. 25 · 23858 Reinfeld · Tel.: 04533/2222 · Fax: 2216

### *Gemeinsam gegen Gewalt an Kindern – das Projekt Ki-do*

## **Kompakt-Seminar für Eltern**

# **Wie schütze und stärke ich mein Kind?**

Spätestens wenn unsere Kinder in die Welt der Schule eintauchen, werden Eltern und Kinder vor neue Aufgaben und Probleme gestellt. Schulhof, Schulweg, Klassenraum, Freizeitbereich: überall sehen wir Gefahren lauern – leider nicht zu Unrecht!

Wir Eltern haben sowohl die Pflicht als auch das Bedürfnis, unsere Kinder vor Gefahren zu bewahren. Aber wie können wir in der Zwickmühle zwischen Überbehüten auf der einen und Überfordern auf der anderen Seite unserem Kind angemessen helfen und es stärken? Welche Gefahren gibt es im Umfeld tatsächlich? Ab welchem Alter beginne ich mit welchen stärkenden Maßnahmen? Wie balanciere ich mein Kind zwischen kindlicher Lebensfreude und schützender Angst?

Gerade in Gefahren-Situationen, in denen wir abwesend sind und nicht helfend eingreifen können, müssen unsere Kinder das Wissen und die Stärke (bes. psychisch) haben, sich selbst zu schützen..

Das Seminar gibt wertvolle Anregungen, um geeignete Lösungen unter Berücksichtigung der besonderen Eigenschaften und Situationen des eigenen Kindes zu finden, um dem Kind zu helfen, sich selbst zu helfen

Wir wollen im Seminar folgende Inhalte behandeln:

- Die vier zu stärkenden Bereiche: kognitiv, affektiv, sozial, psychomotorisch
- Entwicklung von Selbst-Wertgefühl, Selbst-Vertrauen, Mut und Zivilcourage
- Innere und äußere Haltung und ihre Wechselwirkung
- Spaßfaktor und Lustgewinn als beherrschende Elemente in der Erziehung?
- Funktion von Angst und Schreck und ihre Wirkung auf Physis, Psyche und Ratio
- Differenzierung zwischen schützender und bremsender Angst
- Kontrolle starker Emotionen: zu sich kommen statt außer sich geraten!
- Relaxationsübungen: Nur wer Meister der Entspannung ist, kann auch Meister der Spannung sein!
- Richtiges Toben und Förderkämpfe
- Gesundheitserziehung: Maßnahmen gegen Haltungsschäden, falsche Ernährung, Bewegungsmangel-Krankheiten, Suchtgefahren, Auto-Aggression, etc.
- Eigenverantwortliches Handeln – Durchsetzen bei Gruppenzwang
- Selbst-Verteidigungs-Aspekte gegen die verschiedenen Formen der Gewalt: Hänseleien, Schubsen und Schlagen, Missbrauch, etc.
- Weitere Sicherheits-Aspekte: z.B. in der Verkehrserziehung, Erste-Hilfe Ausbildung

Termin und Zeit: nach Absprache, 19 – 22 Uhr, gern im Anschluß an das Kinder-Seminar  
Ort: in der jew. pädagogischen Einrichtung  
TN und Kosten: mind. 15 Personen / € 25,-

## ***Ki-do Team***

### **Gewaltpräventions-Seminare für Schule und Kindergarten**

**Ralf u. Andrea Ide · Segeberger Str. 25 · 23858 Reinfeld · Tel.: 04533/2222 · Fax: 2216**