

Ansprechpartner



Reinhard Mosch

- Lizenziertes Gewaltschutztrainer/ Qualitätsstandard Polizei
- Trainer-B-Selbstverteidigung
- Karatetrainer KJC Ravensburg
reinhard@powerforkids.info



Andrea Mosch

- Lizenzierte Gewaltschutztrainerin/ Qualitätsstandard Polizei
- Trainerin-B-Selbstverteidigung
- Karatetrainerin KJC Ravensburg
andrea@powerforkids.info



Nicole Dietz

- Rechtsanwältin
Kanzlei Kleefisch, Dietz & Kollegen
Ravensburg



Mario Müller

- Medien / Presse / Internet

Gewaltschutztrainer:

Die Gewaltschutztrainer wurden für ihre Tätigkeit eigens bei der Polizei ausgebildet und arbeiten nach den Qualitätsstandards der Ravensburger Polizei, hierdurch wird ein Höchstmaß an Seriosität garantiert. Unsere Trainer verfügen alle über jahrelange Erfahrung in der Jugend- und Vereinsarbeit der beteiligten Verbände sowie in der Gestaltung und Durchführung von Trainings.

Informationen zum Kursangebot

- Gewaltprävention und Selbstbehauptung für Kinder ab 6 Jahren.
- Gewaltprävention und Selbstbehauptung für Kinder und Jugendliche ab 12 Jahren.
- Prävention sexualisierter Gewalt und Selbstbehauptung für Mädchen / Frauen ab 12 Jahren.

Diese Kursangebote eignen sich für:

- Kindergärten
- Schulklassen (1. – 12. Klasse)
- Projekttag
- soziale Einrichtungen
- Vereine

Weitere Kursangebote auf Anfrage für:

- Erwachsene
- Senioren
- Berufsgruppen (Personal in der Pflege, im sozialen oder medizinischen Dienst)
- Unternehmen

Unser Trainer-Team



KJC Ravensburg e.V.
Brühlstraße 36
88212 Ravensburg
Tel. 0751 – 2 33 13
www.kjc-sportcenter.de
www.powerforkids.info
info@powerforkids.info



Power for Kids

- Gewaltprävention
 - Selbstbehauptung
- für Kinder und Jugendliche



Gewaltprävention

Jeder Fall von Gewalt erschüttert, schockiert, macht Angst, erzeugt Hilflosigkeit und Verunsicherung.

Kann ich mich vor Übergriffen und Gewalt schützen oder zumindest wirksam dagegen wehren?

Fachleute sind sich sicher, dass gestärktes Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen helfen, sich vor gewaltsamen Übergriffen erfolgreich zu schützen. Individuelle Handlungssicherheit hilft, sich effektiv wehren zu können.

Die Anwendung von erlernten Selbstbehauptungs- und Konfliktlösungsstrategien, aber auch das frühzeitige Erkennen und Vermeiden bedrohlicher Situationen sowie das Entwickeln geeigneter Handlungsstrategien können zu einer effizienten Gegenwehr und einem wirksamen Selbstschutz maßgeblich beitragen.



Gefühle
artikulieren
lernen

Unsere Ziele sind:

- Aufbau eines positiven Selbstwertgefühls und Selbstbewusstseins von Mädchen und Jungen.
- Kindern / Jugendlichen in ihrem Selbstvertrauen, den eigenen Fähigkeiten und ihrer körperlichen Selbstbestimmung zu stärken.
- Kindern / Jugendlichen in ihrer Wahrnehmung von Gefühlen und der Einschätzung von fragwürdigen oder bedrohlichen Situationen sicher zu machen und die angemessenen Verhaltensweisen in Gefahrensituationen zu vermitteln.
- Die Vermittlung von effektiven, altersgerechten und spontan abrufbaren Selbstschutz – und Selbstbehauptungstechniken.
- Die Entwicklung von sozialer Verantwortung bei Kindern und Jugendlichen

Power for Kids

Selbstbehauptung

- Aufmerksamkeit und Selbstbewusstsein fördern
- Kritische Situationen meiden
- Sicherheitsbewusster Umgang mit neuen Medien (Handy/Internet)
- Konfliktlösende Rollenspiele
- Umgang mit guten und schlechten Geheimnissen
- Verbesserung der Konfliktfähigkeit
- Nein sagen, Weglaufen und Berichten
- Meinen Gefühlen vertrauen und mit Erwachsenen über meine Probleme und Ängste sprechen



NEIN
sagen
lernen

Selbstverteidigung

Angewandte Methodik

Zielsetzung ist vor allem, den Kindern zu vermitteln, eine Gefahrensituation als solche zu erkennen und sich aus diesem Gefahrenbereich zu entfernen.

Nein sagen lernen / Emotionale Stärkung

Geschult wird insbesondere die Fähigkeit, sich klar zu äußern, sicher aufzutreten und entschieden »NEIN« zu sagen.

Körpersprache

Selbstbewusstes Auftreten.

Gefahrensensibilisierung

Kinder sollen reale Gefahren-Notsituationen erkennen, sich erfolgreich behaupten und verteidigen können.

Gute Gefühle / schlechte Gefühle

Kinder sollen sich in ihrer Wahrnehmung von fragwürdigen Situationen auf ihre Gefühle verlassen können und lernen gute und schlechte Gefühle zu artikulieren.

Altersgerechte Handlungsalternativen aufzeigen

Ziel ist es das Vertrauen in eigene Fähigkeiten zu stärken.

Was kann ein solcher Kurs nicht leisten?

Allumfassenden Schutz vor möglichen Gewalttaten/ Übergriffen, sexuellem Missbrauch

Ein Selbstbehauptungskurs kann die Erziehung durch die Eltern immer nur ergänzen, nicht ersetzen

Körper-
sprache
selbstbewusst
Auftreten

