



### Tiefe Erfahrung

Wie im Newsletter 4 angekündigt soll die Frage vertieft werden, wie man als Lehrkraft, Trainer und Trainerin die Kinder und Jugendlichen dabei unterstützen kann, sich einzulassen. Einlassen im Sinne von etwas reinlassen. Sich öffnen, sich berühren lassen wird erst möglich, wenn man sich anvertrauen möchte. Wenn man Vertrauen kann.

In vielen Weiterbildungsgruppen wird dazu gearbeitet und daher möchte ich die Ergebnisse (die sich bei mir meist auf Flipchart gesammelt stapeln) nutzen und wiedergeben, auch weil die Vielfalt und die kurzen Formulierungen sehr gut verdeutlichen, was die verantwortliche Person tun kann. Ich bin immer wieder begeistert davon, was alles in den Weiterbildungen klar wird und auf den Punkt gebracht werden kann. Die Stichworte sind so vielfältig und doch ohne Anspruch auf Vollzähligkeit.

- 4 Grundbotschaften berücksichtigen (ich sehe Dich, Du gehörst dazu, Du ist okay, ich bleibe)
- Eigene Handlungsklarheit (authentisch und konsequent)
- Trainer ist voll da – 100% präsent
- Alle Namen kennen
- Ablaufplan schafft eigene Sicherheit + situationsorientiert und flexibel bleiben
- Eigene Fehler eingestehen – ich bin auch nicht perfekt
- Fehlerfreundlich sein (wer lernt macht Fehler, das ist normal und nicht schlimm)
- Inneren Erwartungsball flach halten (wer zuviel erwartet sieht nur halb leere Gläser)
- Für gute passende Rahmenbedingungen sorgen (ungestört, warm, mit Bewegungsfreiheit, genug Zeit, Gruppenkonstellation)
- Heraushören, was den Jungs wichtig ist
- Ich-Botschaften senden und unterstützen
- Persönliche Ansprache (DU) statt alle anzusprechen (IHR) auch wenn alle gemeint sind, weil jeder einzeln gemeint ist
- Ich habe den Eindruck, dass ...; ist da was dran?
- Kurze Reflektion
- Mut fruchtbare Moment aufzugreifen
- Sinn der Arbeit ist soziales Lernen nicht störungsfreie Zeit
- Stimmiges Maß an Verstärkung

- Humor und Leichtigkeit vertragen sich mit Ernsthaftigkeit
- Geschützter Raum – Teilnehmer schützen
- Wiederholung gibt Sicherheit
- Rituale: einfach, klar, gleich
- Wahrnehmung der Jungs nutzen
- Inneren Schiedsrichter wach halten
- Stimmung ist gut – wie geschafft?
- Konsequenz und Lockerheit gut gemischt
- Selbst respektvoll sein
- Versprechen (ich kämpfe fair) wirkt in 3 Richtungen
- Kraft und Power ist okay
- In Ruhe loben
- Aufmerksamkeit schaffen – dann reden
- Spaß ja – auslachen nein
- Ziel vermitteln

## Kompetenz-Team

Wie bereits im ersten Newsletter erklärt, stellt sich in jedem Newsletter ein Teammitglied vor. Dieses Mal ist es Susanne Münchbach aus dem Aufrecht-Kompetenzteam

## Ausblick

### Kampfesspiele®

Für 2014 sind noch Weiterbildungen in, Georgsmarienhütte (ab September), Wetzlar (ab Juni) und der Schweiz (ab November) vereinbart.

In allen Weiterbildungen sind derzeit noch Plätze frei.

### Susanne Münchbach:

Gymnasium oder Gesamtschule? 1994 versprach eine Gesamtschule im Aufbau mehr Innovationswillen und vielfältiges pädagogisches Arbeiten. Nach dem Referendariat und mit zwei eigenen Kindern war mir klar, dass die eigentliche pädagogische Herausforderung darin besteht, ein gutes Gleichgewicht zwischen „leiten“ und „lassen“ zu finden und sich selbst ständig weiter zu entwickeln. An der IGS Hassee habe ich 17 Jahre lang das Schulleben mitgestaltet, immer auch auf der Suche danach, wie wir den speziellen Bedürfnissen der Mädchen und Jungen besser gerecht werden könnten. Als 2009 das erste Mal „Aufrecht in die Welt gehen“ angeboten wurde, war ich sofort dabei. Diese Weiterbildung bei Josef und Mechthild war zusammen mit einer TZI- und einer LMI-Weiterbildung zum Thema „Effektive persönliche Führung“ eine der tiefgreifendsten und vielfältigsten Weiterbildungen meines Lebens! 2009-2012 trainierten wir - bald mit 2 Teams - geschlechtergetrennt alle siebten Klassen, mit besonderem Erfolg in der „Horrorklasse“ der Schule. Dann wechselte ich an die PUS in Eckernförde, dort gab es aber bereits zwei Teams, „wie schön“ – und „oh je“! Zum Glück machte Josef mir das Angebot, bei einer Weiterentwicklung des Konzepts und als Weiterbildnerin im Team mitzuarbeiten. „Wer bin ich, wie will ich sein, was will ich tun – und das noch friedlich mit anderen zusammen?“ - Das bleibt auch für mich spannend!

Die Termine und Flyer dafür und für die Schnuppertage finden Sie auf der Website.

Sollten Sie einen Schnuppertag in Ihrer Region wünschen, melden Sie sich bitte.

## Besondere Termine mit freien Plätzen:

**21. Mai 2014 Zürich** Follow-up Kampfes Spiele® für Männer

**22. Mai 2014 Zürich** Selbstbehauptung für Profis der sozialen Arbeit – nur Männer –  
Thema: Rechtfertigungen und Ausreden

**24. Mai 2014 Zürich** Schnuppertag Kampfes Spiele® im Auftrag des NWSB

**07. Juli 2014 München** Schnuppertag Kampfes Spiele im Auftrag der Stadt München

Zu allen Veranstaltungen finden Sie weitere Informationen und die Flyer auf der Website [www.kraftprotz.net](http://www.kraftprotz.net)

## Terminplanung 2014 / 2015

Die Planung ist weit fortgeschritten. Melden Sie sich bitte, wenn Sie Termine mit uns planen wollen.

## Website

Auf der Website [www.kraftprotz.net](http://www.kraftprotz.net) gibt es unter **Aktuellstes** eben die aktuellsten Infos zusammengefasst. Alle Veranstaltungen werden mit den Flyern vorgestellt.

Die **Terminübersicht** lädt dazu ein sich über die nächsten Termine zu informieren.

## Zukunft

Der Newsletter soll etwa viermal im Jahr erscheinen. Die bisherigen Newsletter sind auf der Website zu finden.

Sollten Sie **am Empfang kein Interesse** (mehr) haben, dann schicken Sie eine Mail an [info@kraftprotz.net](mailto:info@kraftprotz.net) und Sie werden aus dem Mailverteiler selbstverständlich gelöscht. Und sollten Sie den Newsletter an verschiedene Adressen bekommen, dann können Sie gerne auch mitteilen, welche wir löschen sollen.

Sollten Sie diesen Newsletter weitergeleitet bekommen haben (Danke an die Personen, die weiterleiten!) ihn aber **lieber direkt bekommen**, dann melden Sie sich dafür auf der Website an.

Josef Riederle

### Impressum und ViSdP:

Josef Riederle, KRAFTPROTZ® Bildungsinstitut für Jungen und Männer, Am Hagen 32,  
D-24247 Mielkendorf, [www.kraftprotz.net](http://www.kraftprotz.net)