



Die Hand der
Selbstbehauptung
WA-WI-VE-ZU-HI

Die Hand der Selbstbehauptung

Es gibt ja viele Ideen zu Selbstbehauptung, aber mir sind wenige schlüssige transparente Konzepte bekannt. In den KRAFTPROTZ® Kompetenzteams haben wir jetzt viel Arbeit investiert und in Zusammenarbeit mit den KollegINNen aus der Schweiz ein Konzept entwickelt, das sowohl für die Kinder und Jugendlichen als auch für die PädagogINNen griffig ist.

Mit dem Modell der menschlichen Hand, die mit ihren 5 Fingern eines der effektivsten Werkzeuge des Menschen ist, werden die 5 Kernkompetenzen, die bei Selbstbehauptungstrainings trainiert werden, symbolisiert und dargestellt. Mit dem Bild wird ausgedrückt, dass man durch das Üben der 5 Finger sein Leben auch selbst in die Hand nehmen kann.

Die fünf Kernkompetenzen bei Selbstbehauptungstrainings werden im nächsten Newsletter vorgestellt.

Alle Kernkompetenzen gelten für Mädchen und für Jungen. In der konkreten Durchführung des Trainings werden für die Mädchen und Jungen die Methoden so eingesetzt, dass die Lernfreude hoch ist und schnell Fähigkeiten und Erfolge sichtbar werden. Die eigenen Schwächen werden nicht in den Vordergrund gestellt, sondern durch die Aufgabenstellung automatisch mittrainiert.

Die übergeordneten Ziele des Selbstbehauptungstrainings bestehen darin, die sozialen und persönlichkeitsstärkenden Kompetenzen der Mädchen und Jungen zu fördern und zu entwickeln. Die Teilnehmenden sollen im Laufe des Trainings befähigt werden, sich für ihre Anliegen einzusetzen, zugleich die Anliegen anderer zu respektieren und Kooperationsfähigkeit zu entwickeln. Und es geht darum zu lernen, deutlich Grenzen setzen zu können und in bedrohlichen, einengenden und gefährlichen Situationen handlungsfähig zu sein, ohne der Illusion zu erliegen, alles allein schaffen zu können.

Geschlechtsbewusstsein

Mädchen und Jungen sind in der Pubertät zahlreichen Entwicklungsaufgaben ausgesetzt, die zeitlich und von der Bedeutung her unterschiedlich ausfallen, und daher Mädchen wie Jungen unterschiedlich fordern. Mädchen und Jungen finden einander spannend und entwickeln Interesse aneinander. Doch diese Spannung und das Interesse führen in dieser

Entwicklungsphase oft zu einer Hemmung in der psychosozialen Entwicklung in einer gemischtgeschlechtlichen Gruppe. Um Mädchen wie Jungen einen Schon- oder Entwicklungsraum zu bieten, wo diese den Mut entwickeln können, sich ungeschminkt, unverstellt und nicht „zwangscool“ zu geben, wird in geschlechtshomogenen Gruppen trainiert. Es geht eben nicht nur darum, dass die Gruppe funktioniert, sondern dass zusätzliche Kompetenzen trainiert und erarbeitet werden. Das bedeutet für Mädchen wie für Jungen die Komfortzone des gewohnten Verhaltens zu verlassen.

Weiteres im nächsten Newsletter.

Kompetenz-Team

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

Ausblick

Kampffessspiele®

Vom **11.-12. Oktober 2014** findet in **Vorarlberg** ein bisher einmaliges Format statt. Ausgebildete AnleiterINNEN verbringen 2 Tage mit Menschen, für die Kampffessspiele® noch fremd sind. Eine Mischung aus Schnuppertag und Follow-up. Ich bin sehr gespannt, wie das funktioniert. Der Flyer ist auf der Website.

Am **10. November** beginnt die neue Weiterbildung für Frauen und Männer in **Georgsmarienhütte**. 50 Euro **Frühbucherrabatt** gilt noch bis 24. Juni.

Martin Kürle:

Mein Name ist Martin Kürle. Seit über 10 Jahren arbeite ich beim Jugendhilfeträger Sprungtuch e.V. in Lübeck. Dort habe ich lange Zeit die Jungengruppe „Wilde Kerle“ geleitet und mich stark in der Jungenarbeit vor Ort, aber auch in der LAG Jungenarbeit in Schleswig-Holstein eingebracht. Über dieses Engagement habe ich auch Josef Riederle kennen und schätzen gelernt und an einer Kampffessspiele®-Anleiter und später auch an einer Selbstbehauptungstrainerweiterbildung von ihm teilgenommen. Aktuell arbeite ich viel in unterschiedlichen Schulprojekten und der Schulsozialarbeit, so wie freiberuflich im Weiterbildungsteam „Aufrecht in die Welt gehen – Klasse-TEAM-TRAINing zur Selbstbehauptung für Jungen und Mädchen“ der Unfallkasse Nord. Das Arbeiten in einem multiprofessionellen Team und der geschlechterorientierte Ansatz decken sich mit meiner Haltung einer ganzheitlichen Pädagogik, die Jungen und Mädchen durch Bewegung und sinnliches Erleben in ihren persönlichen und sozialen Kompetenzen stärkt. Ich denke, das ist auch ein kleiner Beitrag zu einer geschlechtergerechteren Gesellschaft.

Am **19. November** startet in der **Schweiz** eine neue Weiterbildung für Frauen und Männer.

In allen Weiterbildungen sind derzeit noch Plätze frei.

Die Termine und Flyer dafür und für die Schnuppertage (Zürich, Düsseldorf, Coburg, Unna) finden Sie auf der Website.

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

Zu allen Veranstaltungen finden Sie weitere Informationen und die Flyer auf der Website www.kraftprotz.net

Website

Auf der Website 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 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