

Thema Selbstschutz für Kinder | Jugendliche

„D-R-C Workshop - Selbstschutz für Kinder | Jugendliche mit Vertrauensinsel “



SCAN ME



Christian Kerisiano Rothhaar

Zertifizierter Trainer des BfSD e.v.



D-R-C | D-66424 Homburg

Workshop Selbstschutz für Kinder | Jugendliche mit Vertrauensinsel

Auf den folgenden Seiten finden Sie:

- Ein paar Worte zu dem Konzept Vertrauensinsel
- Eine Beschreibung eines möglichen Workshops zum Schwerpunkt Selbstschutz für Kinder & Jugendliche mit Vertrauensinsel
- Für Ihre Orientierung meine „Vorstellung kurz & knapp“

Mit Freundlichen Grüßen
Christian Kerisiano Rothhaar

Hat es Ihr Interesse geweckt? Kontaktieren Sie mich gerne über www.re-action-coaching.eu

Konzept Vertrauensinsel

"Vertrauensinsel" ist ein nachhaltiges Konzept mit einem lernfördernden Ansatz, der für alle Alters- und Klassenstufen geeignet ist. Es ergänzt bestehende Lehrpläne und kann in verschiedenen Sprachen durchgeführt werden. Die Heranwachsenden erhalten die Vertrauensinsel als Malvorlage und können sie nach ihrem Geschmack anmalen. Danach wird die vermalte Vorlage foliert und dient als Aushang an Schaufenster und Eingängen. Ziel ist es, durch ein flächendeckendes Netzwerk von Vertrauensinseln eine Anlaufstelle für Kinder und Jugendliche zu bieten. Dies soll zur Erhöhung der Sicherheit, Förderung der Integration sowie Stärkung des Selbstwertgefühls und Selbstbewusstseins beitragen.

Meine Schulungen sind gehirngerecht gestaltet, was kürzlich durch ein bemerkenswertes Ergebnis bestätigt wurde (ARD-Mediathek: SR "Vertrauensinsel"). Kinder, die vor fast einem Jahr an meinen Schulungen teilgenommen haben, erinnerten sich noch immer an alle Inhalte meines 90-minütigen Kurses.

Das Konzept sieht vor, in Zusammenarbeit mit Schulen, Institutionen sowie örtlichen Geschäften und Einrichtungen ein Netzwerk von Vertrauensinseln aufzubauen. Diese bieten in bedrohlichen Situationen Unterstützung und Schutz. So wird nicht nur das Sicherheitsgefühl gestärkt, sondern z.B. auch eine abschreckende Wirkung auf potenzielle Täter erzielt.

Ein wesentlicher Bestandteil des Projekts sind die Themengebiete Wahrnehmung, Aufmerksamkeit, Selbstschutz, Selbstwert und Selbstvertrauen. Das Lernkonzept ist so aufgebaut, dass nach ca. 3 Zyklen, ein Zyklus besteht aus bis zu 3 Workshops, die älteren Schüler das Erlernte an die jüngeren Schüler weitergeben.

Dieses Projekt fördert die Integration und stärkt das Gemeinschaftsgefühl, denn nüchtern betrachtet hat doch jeder irgendwann einmal Hilfe nötig. Einfach ausgedrückt, es geht um Menschlichkeit. Hilfe für den, der Hilfe benötigt!

Worum geht es?

In den angebotenen Modulen wird Jugendlichen vermittelt, wie sie sich in einer neuen, schwierigen und vielleicht auch beängstigten Situation verhalten könnten. Heranwachsende sollten lernen Konflikte ruhig, ohne Aggression und selbstbewusst zu lösen. Das D-R-C setzt an dieser Stelle an.

Zielgruppe

Der Workshop richtet sich an Kinder und Jugendliche, die ihre Kompetenz um den Faktor „Selbstschutz“ ergänzen und zukunftsorientiert sich wirksam selbst schützen wollen.

Ziel

Ziel ist es die visuelle Wahrnehmung und Aufmerksamkeit (peripheres Sehen/ Reflexe) des Heranwachsenden zu verbessern. Das Selbstbewusstsein des Einzelnen zu stärken. Sie selbst sicherer für den Weg des Lebens zu machen. Das Coaching bietet die ideale Grundlage zur Steigerung des Selbstbewusstseins und der Selbstsicherheit. Ein gutes soziales Miteinander ist eine Grundvoraussetzung für eine freie Entwicklung der Jugendlichen. Heranwachsende lernen besonders gut, wenn sie sich wohlfühlen. Das D-R-C hilft den Schüler*innen, sich ihres Körpers bewusster zu werden, ihre Teamfähigkeit zu verbessern, einen höflichen Umgang miteinander zu fördern und sie körperlich und auch geistig zu fordern.

Inhalte

Die Übungen werden von den Jugendlichen mit allen Sinnen erfahren. Die Auswahl der Übungen geschieht in Zusammenarbeit mit der Betreuungseinrichtung.

- Selbstschutz real & digital
- Persönlichkeitsentwicklung
- Selbstbehauptung
- Selbstsicherheit
- Selbstvertrauen
- Vertrauensinsel

Methode

Gehirngerechtes Lernen steht bei allen Workshops im Vordergrund. Die Inhalte werden überwiegend gemäß dem Prinzip "learning by doing" übermittelt. Ich arbeite interaktiv und lebendig mit Trainerinputs, Gruppenübungen, Selbstreflexion.

Workshop Dauer Zyklus I

- D-R-C Selbstschutz "Blue" 1 mal 45 min theoretische Grundlagen + 1 mal 45min Sport
- D-R-C Selbstschutz "Green" 2 mal 45 min theoretische Grundlagen + 2 mal 45min Sport
- D-R-C Selbstschutz "Orange" 3 mal 45 min theoretische Grundlagen + 3 mal 45min Sport

Workshop Dauer für Zyklus II & III entspricht Zyklus I

Hat es Ihr Interesse geweckt? Kontaktieren Sie mich gerne über www.re-action-coaching.eu



Was mich beruflich ausmacht

Ich stelle mich Ihnen vor als...

... leidenschaftlicher Trainer und Coach für ein sicheres, selbstbewusstes und glückliches Leben.

Was ich mitbringe:

breite Methoden-Kompetenz für lebendiges, gehirngerechtes Lernen und best-möglichen Lernerfolg.

Was ich besonders gut kann:

persönliches Abholen und Mitnehmen unterschiedlichster Teilnehmenden, um individuelle Entwicklung zu ermöglichen oder zu beschleunigen.

Tiefe Beschäftigung...

... mit dem gehirngerechten Lernen, Wahrnehmung, Aufmerksamkeit und Selbstschutz. Die Entwicklung immer neuer Anwendungsformen, um diese für Menschen jeden Alters in ihrem Leben umsetzbar zu machen.

Was mir wichtig ist:

der Blick auf das Ganze ... für jeden Menschen soll es möglich sein sich selbst zu schützen und somit ein selbstbewusster, glücklicher Mensch zu sein.

Zahlen, Daten Fakten:

- mehr als 24 Jahre Chung Kuo Chuan Chinese Boxing Street Combat Survival
- 11 Jahre als Trainer
- Zertifizierter Trainer des BfSD e.v.
- Ca. 1.000 Trainingstage aktiv selbst durchgeführt
- 12 Jahre Betriebsrat Themengebiet: Arbeits- und Gesundheitsschutz
- Autor
- Initiator des Projekts Vertrauensinsel
- Integrationshelfer
- Betreuer FGTS (Freiwillige GanzTagsSchule)
- Ansprechpartner INVI -World Armband zur Selbstverteidigung

Kern-Themen:

- Chung Kuo Chuan Chinese Boxing Street Combat Survival
- Selbstverteidigung
- Selbstschutz
- Augentraining
- Train-the Trainer
- glücklich leben

sind vorbehalten.

Hat es Ihr Interesse geweckt? Kontaktieren Sie mich gerne über www.re-action-coaching.eu