

Kompliment, mein Kind!

IHR KIND beschäftigt sich bei „Mut tut gut“ intensiv mit dem Nein-Sagen in jeglichen Situationen. Es lernt, dass es über bestimmte Dinge (z.B. Umarmungen, Küsschen für die Oma, auf dem Schoß sitzen) selbst entscheiden darf. Wenn Ihr Kind dies plötzlich tut, nehmen Sie es bitte nicht persönlich, sondern freuen Sie sich über sein gesundes Selbstwertgefühl. Die „Ablehnung“ im geschützten Raum (Zuhause) ist eine wichtige Übung. Erfährt ein Kind hier, dass sein Nein akzeptiert wird, so wird es dieses auch leichter im Alltag mit anderen Menschen und in möglichen Konflikten selbstbewusst anwenden können.

Ein weiteres Thema: Geheimnisse. Ihr Kind lernt, gute von schlechten Geheimnissen zu unterscheiden. Und wird möglicherweise die ein oder andere „Heimlichkeit“ aussprechen, die es bisher für sich behalten hat (z.B. ein Spielzeug vom Freund kaputt gemacht, Süßigkeiten stibitzt ohne zu fragen). Es erfordert Mut, etwas Unangenehmes zuzugeben. Wir empfehlen: Schimpfen Sie in diesem speziellen Fall nicht mit Ihrem Kind, sondern verstehen Sie es als Zeichen Ihrer vertrauensvollen Beziehung.



**ANKE FRIELINGHAUS &
NADINE EBENSBERGER**

WIR freuen uns, Ihr Kind in unserem Präventionskurs individuell und einfühlsam begleiten zu dürfen. Vielen Dank für Ihr Vertrauen!

Weitere Informationen zu unseren Angeboten finden Sie auch im Internet unter:

www.nur-mut-koeln.de

Wir bilden eine Kooperation und keine Gesellschaft, insbesondere keine Gesellschaft bürgerlichen Rechts. Die jeweiligen Verträge werden daher zwischen der entsprechenden Einrichtung und der jeweiligen Einzeltrainerin abgeschlossen.

NUR MUT!

PRÄVENTION · KURSE · COACHING

„Mut tut gut“
Kurse für Vor- und
Grundschul Kinder



Elterninformation

Starke Kinder wissen sich zu wehren!

DIE IDEE

Mutige kleine Menschen lassen sich nicht so schnell einschüchtern, weil sie sich behaupten und mit Konflikten umgehen können. Sie erkennen Gefahren und Notlagen besser als andere Kinder. Und sie verfügen oft über ein gutes Gespür, wann sie Hilfe holen müssen.

Wer sicher und gewaltfrei aufwachsen darf, geht glücklicher durchs Leben! Umso wichtiger ist es, dass Kinder schon frühzeitig lernen, sich zu schützen. Denn bedrohliche Übergriffe, Aggression und auch Gewalt gehören heute leider zur Realität vieler Kinder.



DAS PROGRAMM

„Mut tut gut“ ist ein speziell für Vor- und Grundschulkindern entwickeltes Training zur Gewaltprävention. Das Ziel: Weder Opfer noch Täter von Gewalttaten werden!

Konzipiert wurde der Kurs durch die Arbeitsgemeinschaft em-jug, das Amt für Schule und Bildung sowie die Kreispolizeibehörde Oberbergischer Kreis.

DIE LERN-ZIELE

- Selbstwertgefühl stärken
- Grenzen setzen und akzeptieren
- Nein-Sagen lernen (z.B. bei Mutproben, Erpressung, „komischen“ Berührungen)
- Gefühle wahrnehmen und zuordnen
- Geheimnisse unterscheiden (gute, schlechte, seltsame)
- Handlungskompetenz entwickeln (z.B. weglaufen, sich wehren, Hilfe holen)

DIE KURS-QUALITÄT

2010 gewann das Programm „Mut tut gut“ den „NRW-Landespreis für Innere Sicherheit“.

2018 wurden die Wirksamkeit und Nachhaltigkeit des Programms durch eine wissenschaftliche Forschungsgruppe der Universität zu Köln (unter der Leitung von Dr. Dennis Hövel) untersucht – und anerkannt!

DIE METHODIK

Durch Rollenspiele im geschützten Raum trainieren die Kinder ihre sozialen Fähigkeiten. Nachgestellte Alltagssituationen wechseln sich mit Gesprächskreisen, Bildergeschichten, Bewegungsspielen, Mal- und Basteleinheiten ab.

Alle Übungen und Arbeitsmaterialien sind dem Alter und Entwicklungsstand der Kinder angepasst.



DIE INHALTE

Im Fokus steht das ICH: Die Kinder üben, die eigenen Gefühle zu erkennen, sich durchzusetzen, „nein“ zu sagen und in Gefahrensituationen selbstbewusst aufzutreten. Sie erkennen, dass sie nicht schutzlos ausgeliefert sind, sondern reagieren dürfen und sollen.

Das DU verstehen: Grundlage für ein gutes Miteinander ist es, die Empfindungen des anderen wahrzunehmen und die Grenzen des Gegenübers zu respektieren.

Im WIR fügen sich die Inhalte zusammen: Wer sich angenommen und selbstsicher fühlt, kann Konflikte erfolgreicher lösen. Durch diese Fähigkeit tragen Kinder häufig schon selbst zur Deeskalation einer schwierigen Situation bei. Und sie können stark sein für andere (z.B. bei Ausgrenzung oder Mobbing in der Gruppe).

