

IMPACT für Kinder

Kursinhalt

Verbale Grenzen setzen in Rollenspielen

Die Kinder üben in altersgemässen Rollenspielen, potenziell gefährliche Situationen frühzeitig zu erkennen und diese wenn möglich zu umgehen. Sie lernen mit Worten und entsprechendem Körperausdruck gegenüber Erwachsenen und anderen Kindern und Jugendlichen Grenzen zu setzen. Sie experimentieren mit Verhaltensstrategien, um sich gegen verbale Drohungen und emotionale Erpressung zu wehren, sich in Sicherheit zu bringen und bei einer Vertrauensperson Hilfe zu holen.

Körperliche Selbstverteidigung mit dem Trainer in Schutzzüstung

Statistiken zeigen, dass Mädchen und Knaben, die sich in Übergriffssituationen lautstark zur Wehr setzen, eine grosse Chance haben, sich zu befreien und den Täter oder die Täterin vom Vorhaben abzubringen. Für den Fall, dass sich Kinder in gefährlichen und beängstigenden Situationen körperlich zur Wehr setzen müssen, üben sie in Rollenspielen mit dem Trainer in Schutzzüstung einfache körperliche Abwehrtechniken ein. Die Erfahrung, sich auch gegen eine erwachsene Person körperlich verteidigen zu können, stärkt - neben der praktischen Anwendbarkeit - das Selbstvertrauen der Mädchen und Knaben. Ebenfalls lernen die Kinder angemessene Abwehr- und Selbstverteidigungstechniken bei Übergriffen im Grenzbereich zwischen Spiel und Ernst durch andere Kinder oder Jugendliche.

Methode

Verteidigung spielerisch lernen

Das spielerische Erweitern der eigenen verbalen und körperlichen Fähigkeiten in kritischen oder gefährlichen Situationen steht im Vordergrund des Kurses. Die Trainerinnen und Trainer unterstützen die Kinder dabei, ihre Fähigkeiten durch die Herausforderungen in den Rollenspielen zu stärken und durch kurze themenbezogene Informationen und Gespräche Gefahrensituationen einzuschätzen und entsprechend zu handeln. Die Trainerinnen und Trainer vermitteln eine angemessene Vorsicht, auf Angstmache und Einschüchterung wird verzichtet.

Spass an den eigenen Stärken

Das auf Erfolgserlebnissen aufbauende Lernen im Kurs fördert das Selbstvertrauen der Kinder und gibt ihnen Gelegenheit, durch zahlreiche Rollenspiele mit ihrer körperlichen Kraft, ihrer Stimme und ihren verbalen Fertigkeiten zu experimentieren. Die Kinder erleben dabei ihre eigene Kraft und ihre individuellen Stärken, was ihr Selbstvertrauen stärkt und ihnen hilft, in ihrem Alltag sicherer und selbstbewusster zu sein.

Einbezug der Eltern und Bezugspersonen

Für Eltern oder verantwortliche Bezugspersonen findet vorgängig ein Informationsabend - ohne Kinder - statt. In der letzten Kursstunde sind die Eltern oder Bezugspersonen dazu eingeladen, mitzuerleben, was die Mädchen und Knaben im Kurs gelernt haben und sie bei ihren Rollenspielen und Übungskämpfen anzufeuern. Der IMPACT KIDS Kurs kann der ganzen Familie oder dem Bezugsrahmen eines Kindes in Fremdbetreuung einen starken Impuls geben, sich mit dem Themenkreis 'Grenzen spüren - Grenzen mitteilen - Grenzen einhalten' auseinanderzusetzen und sich durch die Kursinhalte inspirieren zu lassen. Die verbalen Rollenspiele können auch zuhause wiederholt oder erweitert werden.

IMPACT SelbstSicherheit

Realitätsnah

Wirkungsvoll

Handlungsfähig

Kids Basiskurs Kindergarten[Zum Seitenanfang](#)

<i>Teilnahmebedingung</i>	<i>keine Voraussetzungen</i>
<i>Alter</i>	<i>Kindergartenkinder</i>
<i>Kursdauer</i>	<i>2 Stunden Kurs für die Eltern und Bezugspersonen 2 x 3 Stunden für Kinder. 2 Stunden Kurs für die Eltern und Bezugspersonen 2 x 2 Stunden für Kinder 1 x 1 Stunde für Eltern und Kinder gemeinsam.</i>
<i>Kursabschluss</i>	<i>In der letzten Stunde sind Eltern, Bezugspersonen und FreundInnen zum Zuschauen und Unterstützen eingeladen.</i>
<i>Anzahl TeilnehmerInnen</i>	<i>max. 10</i>
<i>Kurskosten</i>	<i>Fr. 320.-</i>

<i>Daten</i>				
12-118	<i>Di</i>	<i>08.05.12</i>	<i>19.00 - 21.00</i>	Anmelden
	<i>Sa</i>	<i>12.05.12</i>	<i>10.00 - 12.00</i>	
	<i>So</i>	<i>13.05.12</i>	<i>10.00 - 13.00</i>	
12-130	<i>Do</i>	<i>30.10.12</i>	<i>19.00 - 21.00</i>	Anmelden
	<i>Sa</i>	<i>03.11.12</i>	<i>10.00 - 12.00</i>	
	<i>Sa</i>	<i>10.11.12</i>	<i>10.00 - 13.00</i>	

Kids Basiskurs 1. - 3. Klasse

[Zum Seitenanfang](#)

Teilnahmebedingung	keine Voraussetzungen
Alter	1. - 3. Klasse
Kursdauer	2 Stunden Kurs für die Eltern und Bezugspersonen 2 x 3 Stunden für Kinder.
Kursabschluss	In den letzten 45 Minuten sind Eltern, Bezugspersonen und FreundInnen zum Zuschauen und Unterstützen eingeladen.
Anzahl TeilnehmerInnen	max. 12
Kurskosten	Fr. 320.-

Daten					
12-119	Do	01.03.12	19.00 - 21.00	Ausgebucht	
	So	04.03.12	10.00 - 13.00		
	So	11.03.12	10.00 - 13.00		
12-120	Di	19.06.12	19.00 - 21.00	Ausgebucht	
	Sa	23.06.12	10.00 - 13.00		
	So	24.06.12	10.00 - 13.00		
12-163	Di	19.06.12	19.00 - 21.00	Anmelden	
	Sa	23.06.12	14.00 - 17.00		
	So	24.06.12	14.00 - 17.00		
12-131	Do	20.09.12	19.00 - 21.00	Anmelden	
	Sa	22.09.12	10.00 - 13.00		
	Sa	29.09.12	10.00 - 13.00		
12-162 in Bern*	So	21.10.12	11.00 - 13.00	Anmelden	
	So	28.10.12	10.00 - 13.00		
	So	04.11.12	10.00 - 13.00		
12-132	Di	04.12.12	19.00 - 21.00	Anmelden	
	So	09.12.12	10.00 - 13.00		
	So	16.12.12	10.00 - 13.00		
* Kursraum in Bern: Goju Kan, Gutenbergstrasse 14, 3011 Bern					

Kids Basiskurs 4. - 6. Klasse[Zum Seitenanfang](#)

Teilnahmebedingung	keine Voraussetzungen
Alter	4. - 6. Klasse
Kursdauer	2 Stunden Kurs für die Eltern und Bezugspersonen 2 x 4 Stunden für Kinder.
Kursabschluss	In der letzten Stunde sind Eltern, Bezugspersonen und FreundInnen zum Zuschauen und Unterstützen eingeladen.
Anzahl TeilnehmerInnen	max. 14
Kurskosten	Fr. 400.-

Daten					
12-121	Di	24.01.12	19.00 - 21.00		Ausgebucht
	Sa	28.01.12	10.00 - 14.00		
	Sa	04.02.12	10.00 - 14.00		
12-133	Do	06.09.12	19.00 - 21.00		Anmelden
	Sa	08.09.12	10.00 - 14.00		
	So	09.09.12	10.00 - 14.00		
12-134	Di	20.11.12	19.00 - 21.00		Anmelden
	Sa	24.11.12	10.00 - 14.00		
	Sa	01.12.12	10.00 - 14.00		