

An  
alle Eltern

04.04.2024

(optional:) **In Kooperation mit dem Förderverein der Muster-Schule:  
Sicherheitstraining für Jugendliche (14-17 Jahre)**

**– Selbstbehauptung auf wissenschaftlichen Grundlagen –**

Liebe Eltern,

**Mobbing, Schikane** auf dem Schulhof, **Gewalttätigkeiten** oder gar **sexuelle Übergriffe**: es gibt viele Situationen, in denen Schülerinnen und Schüler heute überfordert sein können. Bei diesen Themen wächst die Angst vieler Eltern – ist sie berechtigt? Selbst Pädagogen sind hier manchmal ratlos, welche Lösung richtig ist.

Grund genug für **CONVA Sicherheitstraining**, ein Programm anzubieten, das Teenager stark für Gefahren- und Konfliktsituationen macht und dabei auch die Familie einbezieht. Im Mittelpunkt stehen hierbei Rollenspiele, die sich an gefährlichen Alltagssituationen orientieren und in denen die Teilnehmer **praxisnah üben**, wie sie das eigene **Selbstvertrauen stärken**. In einer gesonderten Elternrunde vermitteln wir den Eltern Tipps und Tricks, damit sie ihre Kinder im Alltag unterstützen können.

Methode und Konzept des Trainings sind **wissenschaftlich** fundiert, jüngste Ergebnisse aus der Präventionsforschung fließen regelmäßig in das Sicherheitstraining ein. Die hauptberuflichen CONVA-Trainer bringen psychologische, pädagogische, sozialwissenschaftliche und kriminologische Berufserfahrung mit. Ihre Arbeit wird von einem wissenschaftlichen Beirat begleitet.

Wir freuen uns, auch bei Ihnen ein **Jugend-Sicherheitstraining** anbieten zu können:

**Trainingsort:** Muster-Schule  
Musterstr. 123, 65432 Musterstadt

**Trainingszeiten:** Freitag, 21.06.24, 15:00-18:30 Uhr  
Eltern: 19:00-20:30 Uhr  
Samstag, 22.06.24, 09:00-14:00 Uhr  
Sonntag, 23.06.24, 09:00-14:00 Uhr

**Anmeldung:** bis zum: 03.05.24, [www.conva.de/nnnnn](http://www.conva.de/nnnnn)

Weitere Informationen finden Sie auf der nächsten Seite oder auf unserer Website.

Herzliche Grüße

Ihr CONVA-Team

*PS: Selbstverständlich sind wir Mitglied im Deutschen Kinderschutzbund.*

# CONVA Jugend-Sicherheitstraining

– Training von Selbstbehauptung und Selbstsicherheit –

- **Selbstvertrauen stärken, Selbstbewusstsein erhöhen**
  - Bauchgefühl und Intuition fördern
  - typische Opfersignale abbauen
  - positive Körpersprache trainieren
- **Selbstbehauptungstechniken verbessern**
  - stärker in Konfliktsituationen sein und wirken
  - Handlungsfähigkeit in Stress- und Konfliktsituationen bewahren
  - Grenzen ziehen und behaupten, sich mit Worten zur Wehr setzen
  - manipulativen Strategien begegnen und Einflussnahme vermeiden
  - Hilfestellen erkennen und effektiv nutzen
- **Allgemeine und spezifische Konfliktsituationen**
  - Schikane auf dem Schulhof, im Schulbus, auf dem Schulweg
  - Konflikte und Gewalt, z. B. „Abziehen von Wertsachen“ (Raub, Erpressung)
  - Mitfahren mit Anderen, Verhalten am und im Auto
  - öffentliche Verkehrsmittel
  - Drogen, besondere Gefahren bei Alkoholkonsum
  - Mediennutzung: Computer, Internet, soziale Netzwerke (Facebook u.a.)
  - sexuelle Übergriffe, sexuelle Belästigung, sexualisierte Gewalt
  - Gruppendruck, Mutproben
  - andere Kulturkreise
  - Veranstaltungen
  - Mobbing
  - Zivilcourage, Hilfsbereitschaft, Sozialkompetenz
  - Konflikte gemeinsam lösen, Teamfähigkeit
  - „Psychologie der Konflikte“ (Entstehung, Umgang, Deeskalation, Stress)
  - Rechtliches: Notwehr, Nothilfe, Einsatz von Waffen/Hilfsmitteln
  - Eigene Rechte: Jugendschutzgesetz u.a.
- **Effektive Selbstverteidigung erlernen**
  - einfache, aber wirkungsvolle Techniken, um sich körperlich zu wehren
- **Kosten**
  - 195 Euro pro teilnehmendem Kind (Geschwisterkind: 185 Euro, Eltern frei)

Nur begrenzte Teilnehmerplätze!

Anmeldungen bitte bis zum **03.05.2024** online über [www.conva.de/nnnnn](http://www.conva.de/nnnnn).

*Bis dann müssen wir feststellen, ob wir die Mindestteilnehmerzahl erreicht haben. Danach sind so lange Anmeldungen möglich, wie Plätze frei sind.*

Anmeldelink:

