

An
alle Eltern

[Datum]

(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 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 für Teenager anzubieten, das sie 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 Ihnen ein **Jugend-Sicherheitstraining** anbieten zu können:

Trainingsort:	Muster-Schule Musterstr. 123 45678 Musterstadt
Trainingszeiten:	Freitag, 23.11.2018, 15:00-18:30 Uhr Freitag, 23.11.2018, 19:00-20:30 Uhr (nur Eltern) Samstag, 24.11.2018, 09:30-14:30 Uhr Sonntag, 25.11.2018, 09:30-14:30 Uhr

Weitere Informationen finden Sie auf der Rückseite oder auf unserer Webseite.

Mit freundlichen Grüßen

Ihr CONVA-Team

CONVA Sicherheitstraining

– Training von Selbstbehauptung und Selbstsicherheit –

I Selbstvertrauen stärken, Selbstbewusstsein erhöhen

- § Bauchgefühl und Intuition fördern
- § typische Opfersignale abbauen
- § positive Körpersprache trainieren

I 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

I 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 (Jugendtraining)
- § Eigene Rechte: Jugendschutzgesetz u.a. (Jugendtraining)

I Effektive Selbstverteidigung erlernen

- § einfache aber wirkungsvolle Techniken, um sich körperlich zu wehren

I Kosten

(können ggf. geringfügig abweichen, falls Mietkosten umgelegt werden müssen)

- § 145 Euro pro teilnehmendem Kind
- § 135 Euro pro teilnehmendem Geschwisterkind
- § Eltern frei

Nur begrenzte Teilnehmerplätze! Anmeldungen bitte bis zum **[Datum]** online über www.conva.de.