

„Bleib Cool“

## **Anti-Gewalt-Training (AGT)** für männliche Jugendliche zwischen 13 und 17 Jahren

Stadtjugendpflege Stockach/Kommunale Gewaltprävention



Kommunale Gewaltprävention!

### **Inhalt**

1. Zielgruppe
2. Zielsetzung
3. Trainingsmodule
  - 3.1. Inhalte
4. Trainingsmethoden
5. Ausschlusskriterien
6. Grundhaltung der Trainer

# 1. Zielgruppe

Bleib Cool ist ein Anti-Gewalt-Training der Stadtjugendpflege Stockach für gewaltbereite männliche Jugendliche, die durch andere Erziehungsmaßnahmen nicht mehr erreichbar waren oder sind.

Das Training richtet sich an männliche Jugendliche von 13 bis 17 Jahren, die durch Gewaltbereitschaft auffallen bzw. aufgefallen sind.

## **Häufig verbindet die Teilnehmer:**

- ein verzerrtes Selbstbild
- ein niedriges Selbstwertgefühl
- ein Leben zwischen extremen Gefühlshöhen und Gefühlstiefen (Erfolg und Misserfolg)
- eine geringe Frustrationstoleranz
- ein Handeln auf dem Hintergrund falsch erlernter Werte und Normen
- Empathiedefizite
- ihre Opfer werden als Tankstelle für das eigene Selbstvertrauen missbraucht

Das Training richtet sich ausschließlich an junge männliche Teilnehmer! Die Teilnehmerzahl von 6-10 Jugendlichen ermöglicht die Trainingsmodule auf die individuellen Problematiken auszurichten!

Bleib cool bietet eine wirksame Maßnahme gegen männliche Jugendgewalt.

Das Training ist so ausgerichtet, dass die Teilnehmer in aktiven Übungen neue Strategien im Umgang mit Aggression erlernen und Lösungsmöglichkeiten erproben sollen.

# 2. Zielsetzung

Das Anti-Gewalt-Training zeigt den Trainingsteilnehmern alternative Handlungsmuster auf, die es ihnen ermöglichen, in Konfliktsituationen angemessen zu reagieren. Vorhandene menschliche Aggressionen sollen so kanalisiert werden, so dass dem Anspruch der Gesellschaft auf Sicherheit entsprochen werden kann.

Akzeptable Konfliktlösungsstrategien werden gemeinsam erarbeitet und eingeübt. Sensibilisierung für die eigenen Gefühle und die der anderen wird entwickelt (Empathievermögen).

Die Verbesserung der Selbstwahrnehmung und Selbststeuerung wird angestrebt.

Die Gewaltrechtfertigungen sollen neutralisiert werden..

## 3. Trainingsmodule

Das Training beinhaltet 8 Einheiten zwischen 1,5 bis 3 Stunden die jeweils wöchentlich am Montagnachmittag stattfinden. Darüber hinaus finden Ausflüge/Treffen nach Vereinbarung an anderen Tagen bzw. in den Schulferien statt!

### 3.1. Die Inhalte:

#### Einheit 1:

- Vorstellung und Einführung des Trainings
- Abklärung der einzelnen Erwartungen
- Festlegen erforderlicher Regeln

#### Einheit 2-5:

##### Training mit den Schwerpunkten:

- Erkennen und Benennen von Gewalt (Gewaltspirale)
- Hinterfragen von vertrauten Handlungsmustern und Einstellungen
- Sensibilisierung für die eigenen Gefühle und die der Anderen (Empathieübungen)
- Eigene Stärken und Schwächen erkennen
- Konfrontations- und Aggressionsübungen
- Training alternativer, gewaltfreier Konfliktlösestrategien
- Verbesserung der Selbstwahrnehmung und Selbststeuerung
- Gewaltvermeidende, kreative Reaktion auf Anmache und Bedrohung
- Provokation –Umgang mit gewaltauslösenden Situationen
- Provokationstest
- Statuswippe
- Neutralisierungstechniken und Strategien der Gewaltrechtfertigung
- Körpersprache
- Umgang mit Fremden/m, Rollen, Normen, Werten

#### Einheit 6:

Abschlussgespräch – Auswertung – Individuelle Zielsetzung

#### Einheit 7-8:

- Teilnehmertreffen, Reflexion
- Evaluation und Qualitätssicherung

## 4. Trainingsmethoden

- Aktives Zuhören
- Erlebnispädagogische Aktionen
- Reflexion, Selbstbeobachtung durch Videoaufnahmen
- Theaterpädagogische Spiele
- Verhaltenspläne entwickeln
- Biografische Arbeit
- Sokratischer Dialog (Aufzeigen von Widersprüchlichkeiten)
- „Heißer Stuhl“, Voraussetzung hierfür ist es, dass es eine „böse Tat“ gibt
- Provokationstests
- Blamiertests
- Verhaltenstraining
- Besuch von kulturellen Veranstaltungen
- Ausflüge
- Gemeinsames Essen gehen/kochen
- und mehr

## 5. Ausschlusskriterien

**Das AGT eignet sich nicht für Teilnehmer mit/nach:**

- Ausgeprägter Drogen- und/oder Alkoholproblematik
- Psychischer Erkrankung
- Suizidgefährdung
- Sexualdelikten
- Sprachlichen oder kognitiven Defiziten

Regelverstöße können ebenso wie unentschuldigte Fehlzeiten zum Ausschluss aus dem Training führen!

## 6. Grundhaltung der Trainer

Grundlage des Trainings ist ein respektvoller Umgang mit allen Menschen, der auf Toleranz und Akzeptanz anderer Handlungs- und Denkmuster beruht.

Niemand hat das Recht einen anderen zu beleidigen, zu verletzen oder auszugrenzen.

Es gibt keinen Grund, der Gewalt rechtfertigt. Es gibt immer eine Gewaltfreie Lösung.

### **Trainer:**

Marcel Da Rin und andere

Stadtjugendpfleger Stockach

Anti-Gewalt-Trainer

Erlebnispädagoge

Adenauerstr. 4, 78333 Stockach

Tel.: 07773/802-189

[m.darin@stockach.de](mailto:m.darin@stockach.de)



„Gewalt ist die Waffe des Schwachen; Gewaltlosigkeit die des Starken.“

„Gewalt ist die Wut auf nicht gelebtes Leben.“

„Was mit Gewalt gewonnen wird, hat keine Dauer.“

„Gewalt ist die Waffe des Schwachen.“

„Wo Klugheit gilt, da schafft Gewalt nichts.“

„Der Gewalt auszuweichen ist Stärke.“

„Wo die Liebe beginnt, hört die Gewalt auf. Liebe siegt über alles.“

„Weich ist stärker als hart, Wasser ist stärker als Fels, Liebe ist stärker als Gewalt.“

