



### **Sehr verehrtes Kollegium in den weiterführenden Schulen!**

GEWALTFREI LERNEN hat sich zum Ziel gemacht, Jugendlichen und ihren Lehrern, Eltern und Betreuern in allen Formen der weiterführenden Schulen mit einer Vielzahl an bewegungsreichen Übungen in ihrem Konfliktmanagement zu helfen: Die Schülerkurse im Klassenverband und die begleitende Lehrer-/Betreuer-Fortbildung kombinieren wortstarke Selbstbehauptung, soziales Engagement, die Anleitung zu Aussprachen mit einem sportlichen Teamtraining und Reaktionstraining für konkrete Konflikte. Wir vermitteln Praxis, sinnvolle Reaktionen für die häufigsten Konflikte! Dafür kombinieren wir bewegungsreiche, positive Partnerspiele, Körperübungen und Gespräche zu bewegenden Stunden. Dies sind in jeder Schule ein paar neue Bausteine zu den bereits realisierten. Zu Beginn der Zusammenarbeit sprechen wir bereits existierende Maßnahmen zur sozialen Schulung und unsere neue Ideen ab, die sich in anderen Schulen bewährt haben.

### **Was ist das Besondere an Gewaltfrei Lernen?**

Der intensive Bewegungsansatz für eine ganzheitliche Stärkung und Konfliktschulung der Schüler von der 5. Klasse an! Neu für viele Lehrer und Schüler ist unser Training sinnvoller, ganzkörperlicher Körperreaktionen gegen sprachliche und körperliche Schikanen, sowie mögliche sexuelle Belästigungen. Wir machen die Jugendlichen für Problemsituationen handlungsfähiger! Und wir fragen die Schüler selbst: „Für welche Konflikte braucht ihr unseren Rat?“ Damit erreichen wir alle Mädchen und Jungen - die bislang schüchternen, die selbstbewussten, aber auch die häufig auffallenden Schüler, die sich durch Gespräche allein schon länger nicht mehr in ihrem Verhalten beeinflussen lassen. Wir bieten Ihnen rund um Ihre bisherige soziale Verhaltensförderung neue Bausteine an - Übungen, Gespräche und sportliche Partnerspiele, die Sie direkt im Klassenraum und in der Turnhalle nutzen können.

### **Wir beziehen alle am Erziehungsprozess beteiligten Erwachsenen mit ein!**

Wir demonstrieren auch bei den Fortbildungen und Elternabenden zwischen Gesprächseinheiten bewegungsreiche Partnerübungen (z.B. Sportspiele, Budosport), darstellenden Übungen (z.B. Selbstbehauptung, Provokationen ignorieren), vermitteln gute Strategien für sinnvolles Schülerverhalten, Eltern- oder Lehrerverhalten. Die Auswirkungen der großen Schulprojekte Gewaltfrei Lernen auf die Streitkultur und den sozialen Umgang der Schüler/innen untereinander ist gerade wegen der Einbeziehung aller so wirkungsvoll!

### **Mitfinanzierung durch Spenden!**

Viele Schulen benötigen Spenden zur Mischfinanzierung der Schülerkurse. Eltern zahlen meist einen mittleren Anteil an den günstigen Kosten von circa 20 Euro pro Schüler (je nach Klassengröße), der Förderverein, die Schule und Unternehmenspartner geben etwas hinzu.  
> Die positive Meinungen der in 2008 beteiligten LehrerInnen bezüglich der bewegungs-

reichen Gewaltfrei Lernen-Schulung werden bestätigt durch die aktuelle Evaluationsstudie der Diplomsporthpädagogin Sonja Paffenholz (DSHS Köln) in Kooperation mit dem Max-Planck-Institut. Durch die Medienberichte findet unser Förderverein Gewaltfrei Lernen e.V. neue Unternehmenspartner, die Schulen in Gewaltfrei Lernen-Projekten mitfinanzieren.

## **Das große Schulprojekt: Fortbildung + Schülerkurse + Elternabend**

Dieses Schulprojekt beinhaltet eine zweitägige Fortbildung für das Lehrerkollegium zusammen mit dem Betreuer team (gerne auch mit den Schulpflegschaftsvorsitzenden), einen Elternabend mit Praxisübungen und Streittipps für zu Hause. Den Schülerunterricht der Einführungsphase über drei bis vier Doppelstunden leiten erfahrene Gewaltfrei Lernen-Pädagogen nach Terminabsprache mit dem Rektorat. Die Zeit genügt für eine intensive Einführung, damit der Fachunterricht nicht zu kurz kommt. Später können die Maßnahmen der Gewaltfrei Lernen-Schulung unterrichtsbegleitend weitergeführt werden - von Lehrern und Betreuern geplant vorbeugend oder situativ reagierend. Wie, zeigen wir Ihnen in der Fortbildung.

### **> DIE LEHRER- UND BETREUERFORTBILDUNG**

An zwei Nachmittagen erleben Ihr Lehrerkollegium und möglichst viele Betreuer gemeinsam die praxisreiche Fortbildung – je ein Nachmittag zu Beginn und am Ende des Projektes. Jeweils drei Zeitstunden lang werden Sportspiele zur sozialen Verhaltensschulung und bewegungsreiche Konfliktlösetechniken in der Praxis geübt, neue Maßnahmen und Unterrichtsinhalte vorgestellt und diskutiert. Gerne treffen wir mit Ihnen klare Verhaltensvereinbarungen für alle Jahrgänge, an denen sich keiner vorbei schlängeln kann. Im Idealfall werden die neu abgestimmten Maßnahmen beim Elternabend durch unsere Pädagogen mit vermittelt.

Organisation: Für die Fortbildung benötigen wir täglich für 90 Min der insgesamt drei Zeitstunden die Sporthalle/Aula und im Wechsel dazu das Lehrerzimmer oder ein Klassenzimmer. Beginn ist nach der 6. Unterrichtsstunde oder später (14/15 Uhr) möglich. Unsere Referenten bringen alle Materialien mit. Die TeilnehmerInnen benötigen nur Turnschuhe, Schreibmaterial und Getränke. Im Anschluss der Fortbildung mailen wir Ihnen auf Anfrage ein Handout mit den Übungen, Spielen und Tipps.

### **> DER ELTERNABEND**

Er findet vor oder zu Beginn des Schülerprojekts für 1-2 Stunden statt und kann auf Wunsch der Elternschaft und des Rektorats eine praktische Vertiefung an einem zweiten Abend erfahren. Das Rektorat und im Idealfall ein paar Lehrer sollten zur Diskussion neuer Maßnahmen anwesend sein und für Fragen zur Verfügung stehen.

### **> DER SCHÜLERKURS**

Im Einführungsprojekt erhält jede Klasse mindestens sechs Unterrichtsstunden – AN DREI AUSEINANDER LIEGENDEN TAGEN JE EINE DOPPELSTUNDE - im Idealfall in der Sporthalle, ansonsten in der Aula.

Lehrerbeteiligung beim Schülerkurs ist sinnvoll:

Die Klassenlehrer und Sportlehrer, sowie Betreuer der Kinder nehmen an diesen intensiven Lehrstunden teil, damit sie die Gespräche, Übungen und Spiele wiederholen und weiterführen können. Damit die gelernten Inhalte der Konfliktschulung von den Kindern auch in den Schulalltag übertragen werden, steht während des Projektes täglich ein Gewaltfrei Lernen-Pädagoge in den Pausen im Lehrerzimmer für Schülergespräche zur Verfügung. Das Lehrer-Betreuer team wird gebeten, die bei der Fortbildung beschlossenen Maßnahmen konsequent anzuwenden.

Nachhaltigkeit durch Briefe, Fragebögen und Folgestunden:

Einen Monat nach dem Einführungsprojekt schreiben die Schüler während der Freiarbeit persönliche Briefe an ihre Gewaltfrei Lernen-Pädagogen. Da Gewaltfrei Lernen die Auswirkungen der Konfliktschulung gerne auch an Ihrer Schule mit den beteiligten Lehrer/innen evaluiert, ermitteln wir Anregungen und Wünsche für zukünftige Projekte mit zwei Fragebögen, einem kurzen nach der 2. Doppelstunde Schülerunterricht und einem längeren nach dem großen, einführenden Schulprojekt .

## Unterrichtsinhalte für Schüler der Klasse 5 und 6

### **Das Projekt „Gewaltfrei Lernen“ für die Unterstufe**

**5 Schwerpunkte stehen Ihnen zur Wahl!** Der Klassenunterricht unserer Konfliktschulung kann je nach Wünschen der Lehrer und Eltern folgende Schwerpunkte beinhalten. Für einen nur sechsstündigen Einführungskurs Gewaltfrei Lernen empfehlen wir die ersten drei Schwerpunkte zu wählen.

#### **In Bewegungsspielen Kooperieren üben – Selbstbehauptung und Teamfähigkeit**

In fröhlichen Sportspielen mit attraktiven Materialien vertiefen die Jugendlichen soziales Lernen, Kooperationsfähigkeiten und Ausdrucksmöglichkeiten, welche sie im Unterricht und Alltagsleben, zur Selbstbehauptung und Kommunikation mit ihren Mitmenschen ebenso stark im Körperausdruck realisieren können sollten.

In den vielen Partnerübungen lernen Jungen und Mädchen koedukativ auf andere einzugehen und eigene, heftige Impulse zu kontrollieren. Sie lernen, gerade in gefühls- oder bewegungsintensiven Momenten mit wachem Verstand fair zu agieren.

#### **Gewaltfreie Konfliktlösung \***

Wie gelingt es 10- bis 12-Jährigen untereinander auf friedliche Art Konflikte zu lösen? Körperliche und sprachliche Reaktionsübungen, Wut-Weg-Hilfen, schwierigere Kooperationsaufgaben und Rollenspiele vermitteln Kindern Handlungsmöglichkeiten. Sie zeigen sinnvolle Verhaltensbeispiele für die häufigsten Konflikte in dem Jahrgang auf. Sie üben gleichzeitig (!) den Einsatz der Stimme und des selbstbewussten, nicht provozierenden Körperausdrucks, trainieren befreiende Bewegungen und körperlich aktive Selbstbehauptung. Zwischendurch verdeutlichen Gesprächsrunden welche Streitregeln, welche sprachlichen und körperlichen Ausdrucksformen ihnen in der Auseinandersetzung mit anderen weiterhelfen, den Konflikt produktiv für beide Seiten zu lösen: Sie lernen wie man sich selbst in Konflikten kontrolliert, sinnvoll reagiert und anschließend Kompromisse findet. Als Zuschauer von Konflikten werden sie trotz Gruppenzwang fortan nicht mehr zusehen, sondern auf verschiedene Weise helfen können.

#### **Anti-Mobbing-Schulung\***

Was tun bei Ausgrenzung und anhaltenden Beleidigungen und Erniedrigungen von Grundschulern? Was können die zuschauenden Kinder und die Mitläufer des Mobbenden fortan besser machen? Wie können Klassenlehrer in zwei Wochen das Problem weitreichend in den Griff bekommen und Freundschaftsgruppen bilden. Wir wirken Rassismus und häufigen Jungen->Mädchen – Problematik entgegen. Am Ende des Projektes ermutigen wir ausgegrenzte Jugendliche, sich bei uns und/oder der Lehrkraft zu melden, damit wir helfen können. Wir gehen auf individuelle Probleme Einzelner ein.

#### **Zusatzangebote auf Wunsch:**

##### **Gefahrenvorbeugung**

Wie können sich Jugendliche auf dem Schulweg und überall in der Auseinandersetzung mit anderen Jugendlichen oder auch Erwachsenen vor körperlichen und sprachlichen Schikanen schützen? Mit welchen Verhaltensweisen beugen Sie gefährlichen Situationen vor? Das Wissen von sinnvollem Verhalten hilft ihnen, sich unterwegs zu schützen.

##### **Selbstbehauptung der Not**

Wie können sich bedrohte Jugendliche aktiv mit der Stimme und wenn nötig mit Befreiungen ohne Schlagen oder sonstige weitere Provokation aus der Gefahr bewegen? Dieses Zusatzangebot vermittelt auf Wunsch Abwehrtechniken und sinnvolle Reaktionsschritte. Mädchen wie Jungen kombinieren am Ende des Projektes deeskalierendes, starkes Sprechen mit speziellen Grifflösetechniken für die bereits erlebten Angriffen oder Belästigungen.

## Unterrichtsinhalte für Schüler der Klasse 7-13:

### **Das Projekt „Stark im Team!“ - für Schüler und Auszubildende**

Dieses Kompetenztraining ist für die Persönliche Entwicklung des Einzelnen, die schulische und berufliche Bildung und für Bewerbungsgespräche bedeutsam. Es fördert die soziale Persönlichkeit, die Bewusstheit und Empathie - damit das private Glück, so wie den Erfolg in Arbeitsgemeinschaften.

Vier bewegungsreiche Trainingsbausteine unserer Projektangebote sind für die Jahrgänge der Mittel- Und Oberstufe, sowie für Berufsschüler besonders beliebt, je zwei zur Konfliktvorbeugung und zur Konfliktbewältigung.

#### ***Konflikte vorbeugen***

- 1. Training der Körpersprache für eine stärkere Selbstdarstellung**
- 2. Training der Teamfähigkeit für mehr Erfolg und Glück**

Mit sportlichen Spielen und darstellenden Übungen kommen wir mit den Jugendlichen aus der Bewegung ins Gespräch und üben erfolgreiche Strategien ein.

#### ***Konflikte meistern***

- 3. Reaktionstraining für Fälle sprachlicher Provokationen (Selbstbehauptung)**
- 4. Reaktionstraining für Fälle körperlicher Schikanen (Selbstverteidigung)**

Mit ganzkörperlichen Übungen aus dem Budo-sport und Bewegungstheater, sowie durch rhetorische Schulung vermitteln wir deeskalierend wirkende und zu Respekt verhelfende Reaktionen für konkrete Konflikte!

#### > Dauer und Organisation:

Wir empfehlen eine bewegungsreiche Schulung in der Turnhalle oder Aula über vier Doppelstunden, bei der jeweils Übungen und Gespräche zu allen der vier Trainingsbausteine 1.-4. kombiniert werden. So können wichtige Basisübungen zu allen Bereichen in der Folgestunde kurz wiederholt und weitergeführt werden.

Bitte wenden Sie sich vertrauensvoll an mich als pädagogische Leitung Gewaltfrei Lernen Oder in Finanzierungsfragen auch an unseren Förderverein Gewaltfrei Lernen e.V.!

Mit sonnigen Grüßen aus Pulheim

Ihre **Sibylle Wanders**