

# Selbstbehauptungstraining für Jungen

Die Familienbildungsstätte bietet an zwei Wochenenden einen Selbstbehauptungskurs für Jungen an. Am Freitag 9. 5. von 15 bis 18 Uhr und am Samstag 10. 5. von 10 bis 13 Uhr richtet sich der Kurs an Jungen im Alter von 6-9 Jahren. Jungen von 8-10 Jahren können an dem Kurs am 16. und 17. 5. zur gleichen Uhrzeit teilnehmen.

In diesem Kurs wird die Selbstbehauptungsfähigkeit, die Konfliktfähigkeit, das Selbstbewusstsein und die sozial-emotionale Kompetenz der Kinder gefördert. Die Jungen werden im Kurs eine freundliche, fröhliche und Sicherheit gebende Atmosphäre erleben, in der sich jedes Kind wohl und ernst genommen fühlt.

Inhalte werden sein:

- Gefühle – unser innerer Kompass
- Grenzen setzen und akzeptie-

- ren – beides bedingt sich
- Die B.G.B.A.-Methode
- Die SelBeA „Stopp, Schock, Aussage“-Methode
- Erkennen normaler und gefährlicher Situationen/entsprechend reagieren
- Körperhaltung / Blickkontakt / Präsenz: durch mein Auftreten nicht in die Opferrolle fallen
- Gute und schlechte Geheimnisse

Der Trainer, Daniel Duddek, ist Gründer und Cheftrainer der SelBeA-Selbstbehauptungsakademie, Autor der „Stark auch ohne Muckis!“-Bücher und entwickelte, evaluierte und festigte seit 2004 den SelBeA-Ansatz für Selbstbehauptung und Gewaltprävention.

Weitere Informationen und Anmeldungen im FBS-Büro unter Tel.: 02522-93480 oder im Internet  [www.fbs-oelde.de](http://www.fbs-oelde.de)