

## Spezialseminare

# „Gefahren des Schulhofes & Schulweges“

(Tornister-Tutorial/Schulranzen-Seminar)

*Funktionelles Gefahrenerkennungs-, Selbstbehauptungs-, und Kompetenztraining  
für Schulkinder (gemeinsam mit deren Eltern) & Lehrer*

### **Wir bieten:**

**Einen qualifizierten Unterricht und Weiterbildungen, maßgeschneidert auf reale Konfrontations- und Selbstverteidigungs-Situationen, sowie das Erlangen von Selbstbehauptungsfähigkeiten. Trainiert wird bei diesen Seminaren situationskonform mit Schulranzen/Tornister/Rucksack und mit Alltagskleidung(!), denn so wird das Kind oder der Jugendliche, in potenziellen Bedrohungssituationen, auf einen möglichen Aggressor treffen.**

**Der hohe Qualitätsstandard dieser Seminarreihe ergibt sich aus dem berücksichtigen von psychologischen-, verhaltensspezifischen-, und technischen Aspekten und aus der jahrelangen Erfahrung unserer Ausbilder.**

### **Inhalte:**

- **Erlernen der W.M.A. Vermeidungs-/Verteidigungs-/Flucht- und Hilfeholstrategie**
- Gefahren frühzeitig erkennen
- Körpersprache richtig lesen und erkennen
- Lernen verbaler und rhetorischer Konfliktlösungsstrategien & Deeskalationstechniken
- Umgang mit Anspannung, Angst und Adrenalin
- Der gezielte Einsatz der eigenen Stimme
- Übung „*Der freundliche Mann*“. (Wann darf das Kind wem vertrauen?)
- Erlernen von bewährten Abwehrtechniken mit Schulranzen/Rucksack auf dem Rücken (gegen: Schubsen, Schlagen, Festhalten, Zu-Boden-Werfen, Treten, usw.)
- Lösungsorientierte Gesprächsführung mit den Eltern des „Bullys“ (engl. für „Schläger“) und Lehrern

### **Ziele Schulung Kinder:**

- Erhöhung der Sicherheit des Kindes im (Schul-)Alltag
- Sozialkompetenzen stärken
- Lernen technischer Fertigkeiten zur Abwehr körperlicher Angriffe mit Tornister/Rucksack
- Vorbeugen oder Abbauen von Unterwürfigem Verhalten
- Lernen Aggression bei anderen und bei sich selbst frühzeitig zu erkennen („Gewalt aus dem Weg gehen“)
- Lernen von situationsbezogenen Konfliktlösungsmöglichkeiten

### **Ziele Schulung Erziehungsberechtigte/Lehrer:**

- Stärkung der Vertrauensbindung zum eigenen Kind/Schüler
- Erkennen von Signalen beim Kind, wenn es in möglichen Schwierigkeiten sein könnte oder „gemobbt“ wird
- Lösungsvorschläge zum angemessenen Umgang mit einem vermeintlichem „Bully“ (Schulhofschläger), der Kontaktaufnahme mit seinen Eltern und Lehrern an der Schule
- Erklärung und praktische Anwendung des Notwehrrechts and allem was damit zusammenhängt
- Gesamtsituationen besser auf sachlicher Ebene „lesen“ können

Die eigens für Schulkinder & Jugendliche entwickelte:

**Vermeidungs-/Verteidigungs-/Flucht- und Hilfeholstrategie**, orientiert sich an der Realität und nicht am Kampfsport! Wie es das Wort „Kampfsport“ schon beschreibt, handelt es sich dabei um einen Sport und Wettkampf. Ein funktionierendes System zur Verteidigung gegen einen überlegenden Aggressor, der häufig bewaffnet und nicht allein daherkommt, stellt ganz andere Ansprüche, welche beim klassischen Kampfsport einfach nicht berücksichtigt werden können. Im realen Selbstverteidigungskontext, würde z.B. das Üben in Sportbekleidung, auf Matten, etc., den gesamten Ablauf einer körperlichen Konfrontation verfälschen, wie z.B.:

- auf dem Schulweg
- an der Bushaltestelle/Busfahrt
- auf dem Schulhof während der Pause
- durch Gefahren eines Übergriffs von Fremden und aus dem Umfeld  
(sowohl klassische Gewalt, als auch sexuell motivierte Gewalt)

Unabhängig unseres hier autark angebotenen Lehrgangs, sind wir (u.a.) in der Funktion eines Kompetenztrainers und pädagogischer Beratung für öffentliche soziale Einrichtungen (Schwerpunkt Erziehung Kinder und Heranwachsende) und zur Individualunterrichtung von betreuungsintensiven Kids im Einsatz. Diese Erfahrungswerte gehören mit zur Grundlage dieses Konzeptes. Und auch nach Schulungen sind wir als Ansprechpartner verfügbar. Sei es in beratender Tätigkeit bei rechtlichen Schritten nach Übergriffen, und/oder als Unterstützer bei diskretem Schutzbedürfnis.

### **„Unsere Kinder sind das Kostbarste was wir haben“**

*(Wing-Martial-Arts)*

Durch die jahrelange Arbeit als Selbstverteidigungs- und Kampfkunstlehrer aller Altersgruppen, (sowohl für Kinder, Frauen und Männer) haben wir die Notwendigkeit erkannt, unseren Unterricht so zu gestalten, dass er *funktionell* und *realistisch* anwendbar für den Lernenden ist.

Eine umfangreiche Erfahrungsgrundlage wurde durch die Einsatzerfahrung des Head-Coach als freiberuflicher Sicherheitsdienstleister (mit den Schwerpunkten Personen-, Begleit-, und Veranstaltungsschutz), Kompetenztrainer & Fachleistungsstunden in der Kinder- und Jugendhilfe und den Lehraufgaben als Sicherheitsdozent für Gewaltprävention und Taktik für Polizeiangehörige und (administrative) Personenschützer gelegt.

In der Summe kristallisierte es sich somit als immer wichtiger heraus, dass es notwendig ist jeden Schüler *„dort abzuholen, wo er sich gerade befindet“*. Um Verteidigungs-Ernstfall tatsächlich so gut wie möglich vorbereitet zu sein, muss demnach stets ein Konzept an die spezifischen Parameter des zu Unterrichtenden erstellt werden, um das erstrebte Ausbildungsziel zu erreichen.

Eine Frau oder ein Kind kann keinesfalls so unterrichtet werden wie etwa einen Mann. Alleine schon die körperlichen Verschiedenheiten könnten unterschiedlicher nicht sein. Und auch innerhalb dieser 3 genannten Einteilungen gibt es viele Parameter die individuell, bei jedem Menschen anders, berücksichtigt werden wollen und müssen. Die Komplexität der menschlichen Psyche nochmals als gesondert betrachtet.

#### **Fazit:**

*Ein maßgeschneiderter Unterricht, angepasst an die mitgebrachten körperlichen & psychischen Voraussetzungen des Schülers/der Schülerin, muss die logische Konsequenz eines effektiven Verteidigungs-Systems des Hier & Heute sein.*

Dies erklärt schon einmal grundsätzlich durch welche Intentionen und Einflüsse die spezialisierten Schulungsseminare für Kinder, der „*Tornister-Tutorials & Schulranzen-Seminare*“, und weitere spezifizierte Unterrichtsmethoden in diversen Sparten im *Wing-Martial-Arts System* entstanden sind.

Wollen wir also zum Beispiel einem Kind eine gewisse Wehrhaftigkeit auf dem Schulweg und auf dem Schulhof antrainieren, müssen wir ihre technischen Übungen auch so anpassen, wie sie sich in diesem Umfeld bewegen. Übungsabschnitte mit Alltagsbekleidung, mit Jacke und Schulranzen/Rucksack sind zur Vorbereitung auf reale Situationen infolge dessen unabdingbar.

Die psychologische Vorbereitung in unseren Trainings behandelt nicht nur einen fiktiven „Bösewicht“ der aus dem Gebüsch springt, oder dem „Bösewicht“ der in dunkeln Tiefgaragen lauert, sondern beschäftigt sich im Kern mit alltäglichen Situationen wie etwa die auf dem Schulhof, und mit möglichen Übergriffen von Personen die einem selbst oder den Eltern bekannt sind, um die eigenen Grenzen zu erkennen, klar zu definieren, zu artikulieren und dann maßgeschneidert und entsprechend reagieren zu können.

Selbstverständlich sind diese Fähigkeiten nicht in einem einmaligen Seminar zu erlernen, sondern erfordern regelmäßiges Training und Übung. Aus diesem Grund spulen wir bei unseren Trainings kein stumpfes Techniktraining ab, sondern vermitteln den Kids ein neues Bewusstsein und Sensibilität gegenüber vermeintlichen und potentiellen Gefahrenquellen. Aufgezeigt wird auch die Wichtigkeit einer ausgeklügelten Kombination aus:

Erkennen einer potenziellen Gefahr, mögliches vermeiden der selbigen, wenn nötig das bewusste einsetzen der eigenen Stimme, und der Anwendung von konsequenten *Verteidigungs- und Befreiungstechniken* und eine *richtige Flucht- und Hilfeholstrategie*.

Nur durch die nächstmögliche realitätsnähe, lernen unsere Schülerinnen und Schüler mit den aufkommenden Emotionen und der Adrenalin Ausschüttung des eigenen Körpers in einer Gefahrensituation richtig umzugehen und eine tatsächliche akute (Lebens-)Gefahr auch als solche erkennen zu können. Desweiteren geht es ebenfalls um das Aufzeigen der Differenzierung zwischen *Selbstverteidigung & Selbstbehauptung* gegen *Gleichaltrige* und gegen *Erwachsene*.

Fürsorgliche Strenge & respektvoller Umgang als Unterrichtsgrundlage

## **Übersicht psychologische Schulungsinhalte & praktische konzeptionelle Vorgehensweise**

- lernen Aggression bei anderen und bei sich selbst frühzeitig zu erkennen („Gewalt aus dem Weg gehen“)
- *Verbesserung ihrer Selbstregulierungsfähigkeiten*
- *Sozialkompetenzen durch aktivere Wahrnehmung festigen*
- *Erlernen der bewussten eigenen Impulswahrnehmung und Steuerung der Impulse*
- *gezielter Abbau von innerer- und äußerer Spannung*
- *Sozialkompetenzen und Selbstbewusstsein stärken*
- *lernen technischer Fertigkeiten zur Abwehr körperlicher Angriffe*  
(gegen: Schubsen, Schlagen, Festhalten, Zu-Boden-Werfen, Treten, usw.)
  
- *Stressstabilität durch spezifische Partnerübungen stärken*
- *Aufbau ihres Selbstwertgefühls & ihres Selbstbewusstseins durch positive Erfolgserlebnisse*
- *Mimik- & Körpersprache Training*
- *Entspannungs- und Selbstregulierungstechniken*
- *gezielter Einsatz von Atmung*
- *bewusstes kanalisieren von Aggressionen, ohne diese in den Kontext einer Gewaltanwendung gegen andere Personen zu assoziieren. Vermeiden von eventuellen ‘Flashback-Erlebnissen’*
- *lernen verbaler Konfliktlösung und artikulieren eigener Bedürfnisse*
- *erkennen der mittel- und langfristigen negativen Konsequenzen bei Gewaltausübung*

**Die Fähigkeit der lösungsorientierten Kommunikation** und das Lösen von Konflikten, ist immer ein Zusammenspiel von *Beziehungsebene & Sachebene*. Um sein Gegenüber also besser „lesen“, also bewusst einschätzen zu können, sind folgend die vier Wirkungsebenen der Kommunikation und die Bedeutung ihrer Informationsvermittlung der Wichtigkeit nach aufgelistet und elementarer Gegenstand unserer Unterrichte:

- 1. Non-Verbal** → Körpersprache
- 2. Para-Verbal** → Stimme & Tonfall (Sprechpausen)
- 3. Verbal** → Worte
- 4. Extra-Verbal** → Situation (Zeit, Ort, Wetter, Aussehen, Alter, Größe)

Ab der zweiten Hälfte des 4ten Lebensjahres, bis etwa zum Teenageralter (13-17 Jahren) differenzieren wir in 3 grundsätzliche Hauptkategorien:

- 1.** Konflikt- & Selbstverteidigungssituationen gegen Gleichaltrige
- 2.** Selbige Situationen gegen ältere-, bzw. körperlich klar überlegene Personen. Oder Personen, die aufgrund ihrer Stellung gegenüber dem Opfer eine Dominanz/Autorität darstellen.
- 3.** Parallele Schulung & Sensibilisierung der Erziehungsberechtigten/Lehrer in Täterpsychologie, und gewaltpräventivem, relevantem Hintergrundwissen. (*Das Miteinbeziehen in den Lernprozess*)

Grundsätzlich kann man sagen, wir konditionieren durch das gezielte Setzen von spezifischen Reizen, eine (sogenannte) *Unbedingte-Reaktion* in eine *Bedingte-Reaktion* um. Das bedeutet, wir optimieren unsere Reflexe und Impulse gezielt in eine positive (lösungsorientierte) Richtung, um so eine Stress-Situationen mit einem Aggressor später instinktiv steuern zu können, und nicht zuletzt auch die eigene Handlungsfähig unter Stress aufrecht erhalten zu können. (*Behavioristische Lernpsychologie*)

Wann?

Sonntag, 29. Mai 2022  
11.00 - 13.30 Uhr

Kosten?

69€/2 Personen (1 Kind & 1 Elternteil)

Wo?

MOVEO Bad Lippspringe  
Detmolder Str. 221  
33175 Bad Lippspringe

Gerne kommen wir im Rahmen von z.B. Projektwochen, Arbeitsgemeinschaften (AG), oder zur individuellen Einzelbetreuung zu Ihnen in die Schule oder Einrichtung. Kontaktieren Sie uns unverbindlich zu einem telefonischen oder persönlichen Gespräch, wenn Sie mehr über Konzept und Unterrichtsmethodik erfahren wollen.



Ansprechpartner:

**David Stolla**

- Kompetenztrainer und Berater für pädagogische Einrichtungen
- Headcoach WMA
- Sicherheitsdozent für Einsatzkräfte
- Personenschützer
- Vater von 2 Kindern

