

Stups – Selbstbehauptungstraining

Selbstbehauptung beginnt in Kopf und „Bauch“.

Ziele:

Schüler:innen der 5. Klassen lernen in kleinen Gruppen, getrennt nach Mädchen und Jungen, mit vielen unterschiedlichen Techniken, wie sie sich in kritischen Situationen rechtzeitig abgrenzen und notfalls auch zur Wehr setzen können. In sechs Einheiten wird eingeübt, eigene Gefühle und Bedürfnisse zu erkennen und zu äußern, aber auch die Gefühle und Bedürfnisse der Mitmenschen wahrzunehmen und zu akzeptieren. So lernen die Schüler:innen Konflikte friedlich zu lösen oder die Hilfe Dritter zu suchen.

Beschreibung/Inhalte

Die Idee für diese Präventionsarbeit stammt von Marion Werling-Barth. Am Ganerben-Gymnasium fand vor vielen Jahren eine entsprechende Fortbildung mit mehreren Kolleg:innen statt. Alle erforderlichen Unterlagen und Materialien wurden dort entsprechend eingeführt.

Um alle Schüler:innen der Klassenstufe, die an diesem Angebot teilnehmen wollen, zu erreichen, finden inzwischen in jedem Schuljahr drei Projektstage statt, an denen Schüler:innen der Klasse 10 von den „weitergebildeten“ Lehrkräften zu Multiplikator:innen ausgebildet werden. Diese übernehmen dann zu zweit oder zu dritt die Leitung einer STUPS-Gruppe bestehend aus 10-15 Kindern, wobei im Hintergrund der parallel stattfindenden Gruppenstunden immer eine Lehrkraft als Ansprechperson (und zugleich Aufsicht) in einem weiteren Klassenzimmer anwesend ist.

Dauer der Aktion: 6-mal zwei Stunden jeweils am Mittwochnachmittag, sowie eine Wiederholungseinheit nach größerem zeitlichem Abstand. Da Stups am Ganerben-Gymnasium Künzelsau seit vielen Jahren stark besucht wird, sind inzwischen alle Multiplikator:innen selbst bereits als Teilnehmer:innen dabei gewesen und haben Reiz und Wert von Stups noch in guter Erinnerung.

Zielgruppe: Schüler:innen der Klassenstufe 5 zu Beginn des Schuljahres. Als Mentor:innen: Schüler:innen der Klassenstufe 10.

Material: Das von Frau Marion Werling-Barth entworfene Material, ca. 50 Seiten + CD inklusive Arbeitsblätter, Elterninformation und Einleitung zur Durchführung der Kurse, wurde inzwischen geringfügig von der Schule vor Ort angepasst.

Hinweis: Diese Methode bzw. das Material sind nur mit einer vorherigen Weiterbildung bei Frau Werling-Barth einsetzbar.

Diese Weiterbildung kann ab 10 Teilnehmer:innen durchgeführt werden. Näheres ist zu finden unter:

<https://vielfalt-erfahrenswert.de/stups-selbstbehauptungstrainingab10-jahren/>

Autor: Rudolf Kromer, Ganerben-Gymnasium Künzelsau