

# Partner „Stark auch ohne Muckis“

-Konzeption-



*Sag es mir und ich werde es vergessen*

*Zeige es mir und ich werde mich erinnern*

*Beteilige mich und ich werde es verstehen.  
(Konfuzius)*

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung männlicher und weiblicher Sprachformen verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichwohl für beiderlei Geschlecht.

## **1. Vorstellung Stark auch ohne Muckis**

Stark auch ohne Muckis ist ein Trainingskonzept, welches Kinder dazu befähigt mit Mobbing-situationen und Problemen resilient umzugehen. Es ist in seiner Rangehensweise ganzheitlich aufgebaut und schafft es Eltern, Pädagogen und Kinder gleichermaßen zu stärken. SaoM setzt auf Eigenverantwortung und Dialog. Es schafft Verbindung statt Spaltung und stellt weder Täter noch Opfer an den Pranger. Es stärkt die vermeintlichen Opfer dahingehend, sich mental und emotional vom Mobbing zu distanzieren, sodass Mobbing keinen Nährboden findet. Die Täter, Zuschauer und Mitläufer werden befähigt, die Bedürfnisse hinter ihren Handlungen zu erkennen und in andere Bahnen zu lenken, sodass sie keine Mobbingstrategien mehr nutzen müssen, um die zugrundeliegenden Bedürfnissen zu stillen. SaoM geht davon aus, dass Menschen immer aus guten Absichten sich selbst gegenüber handeln, dabei aber zeitweise verletzendes und sozial unverträgliches Verhalten nutzen, da sie selber noch keine anderen Strategien kennen. SaoM glaubt an das Gute im Menschen und daran, dass jeder Mensch lernen kann sich selber und andere zu respektieren. So gehen SaoM Trainer\*innen das eigentliche Problem an und nicht die Symptome, welche daraus entstehen. Alle Kinder lernen in den Trainings lösungs- und nicht problemorientiert zu denken, sodass sie der sprichwörtliche Fels in der Brandung des Lebens werden können, der mehr Frieden und weniger Hass in die Welt trägt.

## **2. Angebote der Einrichtung**

Das Serviceangebot von Stark auch ohne Muckis fokussiert sich auf Jugendamt, Jugendeinrichtungen, Kinderschutzbund, Krankenkassen, Schulen, Kitas und Familien. Die Stark auch ohne Muckis helfen den Kindern und Jugendlichen einen Weg zu finden, wie man mit Konfliktsituationen im Schulalltag umgehen und sich persönlich für weitere Situationen im Leben stärken kann.

### **2.1. Das Angebot gliedert sich wie folgt:**

- a) Trainings Kitas
- b) Trainings Schulen
- c) Einzelcoaching
- d) Vorträge für Erzieher und Lehrer
- e) Vorträge für Eltern
- f) Vorträge Schulen

### 3. Kooperationen und Finanzierungsmodelle



## Leitbild der Trainings

**Unser pädagogischer Leitspruch ist: „Trainings geben heißt, den Kindern Lust auf das Entdecken zu machen!“ Wir als Trainer\*innen sind eine motivierende, unterstützende und regulierende Begleitung für Kinder.** Unsere Aufgabe ist es nicht ein Kind zu formen, sondern ihm die Möglichkeit zu geben, zu erkennen, dass alles was sie brauchen in ihnen steckt. Dabei behalten wir immer die Selbstbestimmung eines Kindes/Menschen im Auge, denn wir haben Respekt vor den Wünschen, Bedürfnissen und Meinungen der Kinder. Die Aufgabe von uns Erwachsenen ist genau zu beobachten, was ein Kind braucht.

Wir als Erwachsene müssen dabei teilweise unsere Bedürfnisse zurückstellen, wenn diese nicht im Einklang mit denen der Kinder sind. Gleichwohl müssen wir manchmal den Lern- und Wissensvorsprung, welchen Erwachsene bedingt durch bereits gemachte Erfahrungen haben, gezielt nutzen, um unsere Kinder vor Gefahren o. Ä. zu schützen. Daher arbeiten wir nicht rein situationsorientiert, sondern bedenken aufgrund unserer Erfahrung auch, welche Themen im weiteren Lebensweg der Kinder wichtig werden könnten, ohne dass die Kinder dies im Status Quo wissen können und gehen dann auf diese ein.

Dies tun wir aus Respekt vor den Kindern, denn wir halten es für unsere Pflicht diese bestmöglich auf das Leben vorzubereiten. Wir Trainer\*innen sind Vorbilder, wir können von unseren Kindern nur das verlangen, was wir vorleben.

*„Was du in anderen entzünden willst, muss in dir selbst brennen.“ (Aurelius Augustinus)*

## 4. Das Training

Das Stark auch ohne Muckis Training ist ein curriculares Training in Gruppen- und Kursform zur Veränderung der Verhaltens- und Konfliktsituationen. Hierdurch erlangen die Kinder ein verändertes Verhalten und sie erkennen ihre Selbstwirksamkeit. Die Selbsterfahrungen in der Gruppe geben den Kindern das Gefühl wieder handlungsfähiger gegenüber ihrem Umfeld zu sein.

Dieses Training eignet sich sowohl für den präventiven Einsatz, den Einsatz bei bereits vorhandenen Mobbing, sowie dafür Kinder in Konflikten mit Familien, Schulen und sonstigen Situationen zu stärken.

### 4.1 Inhalt

#### **Das wird in SaoM Kursen vermittelt**

Kinder lernen in unseren Kursen:

- Umgang mit den fünf Hauptkonflikten des alltäglichen Lebens:
  - Beleidigung
  - Provokationen
  - Wegnahme
  - ungewolltes Anpacken

- Gewaltandrohung umzugehen, damit sie für jede Alltagsherausforderung gewappnet sind
- Dies führt dazu, dass die Erzieher/Lehrer mehr Zeit für andere Aufgaben haben und viel seltener eingreifen müssen.
- klare Kommunikation/klare Anweisungen, um Missverständnisse zu vermeiden und als Vorbild voranzugehen.
- die Kompetenz zu entwickeln selbst zu entscheiden, welche Meinungen (z.B. Beleidigungen oder abwertende Kommentare) sie sich zu Herzen nehmen und welche einfach abprallen können.  
Dadurch bleibt die Kritikfähigkeit erhalten, aber Mobbing verletzt nicht mehr.
- was Cybermobbing ist und was sie dagegen tun können, um es zu beenden.
- die Gefahren und den Umgang mit digitalen Medien erlernen, um sicher damit umzugehen.
- stark und selbstsicher zu sein, ohne andere dafür klein machen zu müssen. Sie werden also zu Menschen, die andere „hochziehen“, anstatt sie „runterzudrücken“.
- auf die eigenen Gefühle vertrauen, sie annehmen und regulieren zu können, um dienlicher mit ihnen umzugehen und das Selbstvertrauen zu steigern.
- die Gefühle anderer Menschen erkennen und einordnen können. Durch mehr Empathie gehen die Kinder und Jugendlichen respektvoller miteinander um und akzeptieren verschiedene Standpunkte.
- eigene Grenzen wahrnehmen und kommunikativ und gewaltfrei zu setzen, für mehr Harmonie und einen guten Umgang in Gruppen.
- die eigene Wirkung auf andere zu erkennen und bei Bedarf zu verändern, um eine starke und selbstbewusste Außenwirkung zu haben.
- gefährliche Situationen früh zu erkennen, um bestmöglich zu reagieren, damit Eskalationen vermieden werden und ggf. Hilfe geholt wird.
- aus der Opferrolle zu kommen.
- sich zu schützen und resilienter zu werden, um ein Schutzschild vor Mobbing zu entwickeln.
- richtig Hilfe zu holen, um Körperverletzungen zu unterbinden.
- Strategien zur Problemlösung zu entwickeln und auf ähnliche Situationen zu übertragen, um Probleme besser zu meistern und als Chance wahrzunehmen.
- es schaffen, von Stressern in Ruhe gelassen zu werden, um einen friedlichen und positiven Alltag zu haben.
- Entspannt zu bleiben, wenn es nicht lohnt, sich aufzuregen, wodurch mehr Harmonie und weniger Mobbing entsteht.
- eigene Stärken und Kompetenzen erkennen und weiter stärken, um ein starkes Selbstbewusstsein und – vertrauen aufzubauen, was essenziell für den weiteren Lebensweg ist.

#### **4.2 Vorteile und Erfolge**

Das Training ist sehr erfolgreich, denn es:

- ❖ ist sehr praxisnah angelegt

- ❖ befähigt die Kinder selbständige Konflikte zu lösen
- ❖ kann im Alltag sofort umgesetzt werden
- ❖ ist sehr einfach und sehr klar strukturiert
- ❖ richtet sich an alle Eltern, unabhängig vom bisherigen Bildungsstand
- ❖ ist intensiv und regelmäßig
- ❖ wirkt nachhaltig
- ❖ entlastet die Pädagogen in dem Bereich der Konfliktbearbeitung

Das Training erhöht das Verhalten durch:

- vielfältiges praktisches Üben
- mehr Selbstakzeptanz
- liebevolle Konsequenz
- kindgerechten emotionalen Umgang
- Inhalte des NLP, Gewaltfreie Kommunikation, Systemischer Ansatz, Meditationen

#### **4.3 Zielgruppe**

Kinder ab dem Vorschulalter mit und ohne Mobbingfahrung. Je nach Modul werden die Inhalte dem Alter angepasst. Ziel ist es sowohl „Täter“ als auch „Opfer“ anzusprechen, ohne diese zu stigmatisieren. Da diese Rollen schwimmend sind und die Kinder nicht einer Rolle fest zugeordnet werden sollten.

#### **4.4 Ziel:**

Das Training hat zum Ziel Kinder und Einrichtungen stark gegen Konflikte und Mobbing zu machen. Die Resilienz zu fördern und die Kinder darin zu bestärken ihre Grenzen zu erkennen und die Grenzen anderer zu respektieren. Sie lernen ihre Gefühle wahr und ernst zu nehmen. Zudem wird ihr Selbstbewusstsein gestärkt, was es ihnen ermöglicht auch schwierige Situationen im Alltag gut zu meistern.

Dies führt langfristig dazu, dass die Kinder selbstbewusst und mutig durchs Leben gehen und

### **Gefühle sind der Schlüssel zum Kind**

Wenn wir herausfinden möchten, was hier passiert und –mindestens ebenso interessant – wie wir daran etwas ändern können, müssen wir uns fragen, wie die Situation aus der Sicht des Kindes aussieht. Genauer gesagt, wie das Kind gerade fühlt. Denn Gefühle sind der Grund, warum Menschen etwas tun oder lassen.

#### **4.5 Organisatorisches**

##### **Dauer und Aufbau des Trainings:**

4 à 60 min. Trainingseinheiten in Kitas, zwischen den Trainingseinheiten gibt es Erprobungszeiten im Alltag, heißt in den Pausen werde die Kinder weiter gestärkt, da sie sich hier im Alltag bewegen.

3 à 90 min. Trainingseinheiten in Schulen

Zusätzlich zu den Trainingseinheiten gibt es einen 30 min. Austausch mit der begleitenden Fachkraft um Fragen zu klären und Idee für die Nachhaltigkeit mitzugeben.

Zum Training besteht die zusätzliche Möglichkeit einer 60 min. Elterninformation, damit die Inhalte nachhaltig in den Familien trainiert werden.

Die Trainingszeiten können als Tagesprojekt oder auch an mehreren Tagen flexibel/variabel gebucht werden.

Ein kompletter Kitakurs besteht demnach aus:

4 Trainingsstunden

90 min Praktisches Lernen

30 min. pädagogisches Coaching

60 min Elternabend

Gesamt: 699 €

Einzelstunden: 45 € + 1 Std Vor- und Nacharbeit 45 €

Elternabend: 90 € bei gebuchtem Training

#### **5. Einzelcoaching**

Das Einzelcoaching ist für Kinder und Familien gedacht, die Unterstützung in einer massiven Mobbing / Konfliktsituation haben und über einen längeren Zeitraum gecoacht werden sollen. Hier wird im 1:1 Coaching mit der Familie gearbeitet.

##### **5.1. Projektrahmen**

Das Einzelcoaching besteht aus jeweils einem 90-minütigen Termin pro Woche in der Familie. Zusätzlich bekommt die Familie die Möglichkeit einmal pro Woche Rücksprache mit dem SAOM Partner zu halten, wo akute Situationen oder Aufgaben besprochen werden können. Die Coachingeinheiten benötigen jeweils eine Stunde vor und Nachbearbeitung. Somit ist dieser Projektrahmen mit 32 Fachleistungsstunden € anzurechnen. Jede Fachleistungsstunde ist mit 59,75 € brutto berechnet.

Dies ist Komplettangebot für: 1900 € brutto zzgl. Anfahrtskosten

## **6. Vorgehensweise/Ablauf mit Kooperationspartner**

### **Das SaoM-Konzept wird eingehalten, bzw. Anpassung sind abgesprochen**

Unsere Partner halten sich an die Richtlinien, sodass sichergestellt ist, dass Sie das originale Stark auch ohne Muckis Konzept in Ihrer Einrichtung erleben, welches mittlerweile über 40.000 Kinder gestärkt hat. (Stand September 2020)

### **Kundengespräche im Vorfeld führen**

Unsere Partner sprechen mit Ihnen bzw. der interessierten Einrichtung / Familie im Vorfeld ab, was Ihre Wünsche und Bedürfnisse an das Training sind. Sie klären transparent auf, was Ihnen das Training bringt und welche Herangehensweise in Ihrer Einrichtung am meisten Sinn ergibt.

### **Pädagogische Transparenz ist gegeben / eine Aufsichtsperson ist bei jedem Training dabei**

Eine Person aus Ihrer Einrichtung/Schule muss verpflichtend im Training anwesend sein, sodass zu jeder Zeit transparent ist, welche Inhalte den Kindern weitergegeben werden. Außerdem kann die begleitende Person/en im Nachgang die Inhalte mit den Kindern vertiefen.

### **Preisstabilität**

Partner halten sich an einheitliche Preise, sodass Sie bei jedem Partner von Stark auch ohne Muckis die gleichen Preise erhalten.

## Ganzheitlich wird empfohlen

Partner sind angehalten, Ihnen Seminarkonzepte anzubieten, welche ganzheitlich dafür sorgen, dass Mobbing in Ihrer Einrichtung oder Schule nicht mehr stattfindet. Sie als Auftraggeber können am Ende frei entscheiden, welche Zusammenstellung sie wählen. Uns ist es jedoch wichtig, Sie so zu beraten, dass sich am Ende etwas verändern kann.

