



Jahresbericht 2021

> KIND IM TRAINING (KiT)

Soziale Gruppenarbeit für Kinder und Jugendliche

-Ambulante Hilfe zur Erziehung für Kinder und Erziehungsberechtigte-

Kontakt Regensburg e.V.

Hemauer Str. 6

93047 Regensburg

Ansprechpartner (KiT):

▶ Bullard Sigrid

Tel.: 0941/5674581

Fax.: 0941/5674582

Mail: Sigrid.Bullard@KontaktRegensburg.de

▶ Riedl Matthias

Tel.: 0152/24063096

Fax.: 0941/5674582

Mail: Matthias.Riedl@Kontakt@Regensburg.de

Homepage:

www.kontakt-regensburg.de

Parteiverkehr:

Mo – Fr: 08.00 – 16.00 Uhr und n.V.

1. Vorbemerkung

KiT ist ein niedrigschwelliges, ambulantes Angebot für Kinder und Jugendliche, das soziales Lernen in der Gruppe in den Vordergrund stellt und auf der Grundlage der §§ 16 und 27 i.V.m. 29 SGB VIII oder nach § 35 a Abs.2 Nr.1 SGB VIII für die Stadt Regensburg / Amt für Jugend und Familie sowie dem Landratsamt Regensburg angeboten wird.

Die sozialpädagogischen Hilfen beziehen sich dabei auf folgende drei Arbeitsfelder: Eltern- und Familienarbeit, Soziale Gruppenarbeit mit Kindern, Arbeit im sozialen Umfeld der Kinder bzw. deren Familien.

Im Vordergrund der Maßnahme steht der Verbleib des Kindes in der Familie und in seiner sozialen Bezugswelt. Deswegen ist auch eine enge Zusammenarbeit mit den Eltern und Erziehungsberechtigten erforderlich. Von besonderer Bedeutung sind die interdisziplinäre Zusammenarbeit mit sozialpädagogischen Fachdiensten und der Aufbau eines Netzes von Multiplikatoren.

2. Zielgruppe

Jungen und Mädchen zwischen 6 – 14 Jahren, (im Einzelfall bis 15) mit Schwierigkeiten im Sozial- und Leistungsverhalten oder mit Entwicklungsschwierigkeiten, sowie deren Erziehungsberechtigte.

- Kinder und Jugendliche, die wegen ihres Verhaltens im sozialen Kontext (z.B. Schule, Freizeit oder Zuhause) Schwierigkeiten aufzeigen
- Kinder- und Jugendliche mit Belastungen im sozialen und emotionalen Bereich
- Kinder und Jugendliche, die aufgrund ihrer Entwicklungsschwierigkeiten in ihrem Umfeld nicht ausreichend integriert sind

- Kinder und Jugendliche, die Unterstützung im sozialen Bereich benötigen
- Kinder und Jugendliche, die nicht über eine ausreichende Kompetenz zur Gestaltung ihrer Freizeit verfügen und hierbei Anleitung benötigen
- Kinder und Jugendliche, deren Eltern, Unterstützung und Entlastung bei der Bewältigung der Erziehungsaufgaben benötigen und/oder wünschen

Die Maßnahme ist zunächst auf 6 Monate angelegt und kann aus pädagogischen Gründen bis zu zweimal (nach Absprache auch dreimal) verlängert werden. Neben der sozialen Gruppenarbeit ist die Eltern/Familienarbeit ein zentraler Aufgabenbereich der Maßnahme und findet statt in Form von Hausbesuchen, Familiengesprächen, Elternabenden sowie Einzelgesprächen mit den Kindern oder Erziehungsberechtigten, je nachdem, was die Eltern wünschen.

Mit den Kindern werden 20 zweistündige Gruppentreffen sowie Ferien- und Freizeitaktionen durchgeführt. Weiterhin wird das soziale Umfeld wie Schulen und Nachmittagsbetreuung sowie andere beteiligte Fachkräfte wie z.B. SPFH, IEB, Schulbegleiter miteinbezogen.

2.1. Ziele für das Kind

- Erweiterung sozialer und lebenspraktischer Kompetenzen
- Überprüfung und Entwicklung einer Wert- und Normorientierung
- Aufbau von Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl
- Vermittlung angemessener Konflikt- und Problemlösungsstrategien
- Erhöhung der Frustrationstoleranz
- Überprüfung von Selbst- und Fremdwahrnehmung
- Vermittlung von positiven Erfahrungen und Erfolgserlebnissen
- Befähigung zu einer sinnvollen und selbständigen Freizeitgestaltung
- Einbindung des Kindes in normorientierte Peer-Gruppen (z.B. Sportvereine, Jugend - Organisationen, kirchliche Jugendverbände usw.)

Weitere Ziele leiten sich aus der bestehenden Problematik des jeweiligen Kindes ab. Soziale Gruppenarbeit bietet die Möglichkeit, den spezifischen Hilfebedarf eines Kindes und dessen Familie im Gruppensetting zu bearbeiten. Dieser wird zuvor in

einem individuellen Hilfeplangespräch gemeinsam mit dem Sozialpädagogischen Fachdienst festgestellt und individuelle Ziele werden vereinbart.

Inhalte und methodische Konzepte orientieren sich jeweils am individuellen Hilfebedarf der Gruppenteilnehmerinnen und werden zu einem Gruppenkonzept zusammengeführt. Die Hilfe ist damit sowohl auf den einzelnen jungen Menschen als auch auf die Gruppe als Ganzes gerichtet.

2.2. Ziele für die Familie

- Sensibilisierung für pädagogische Probleme (Reflexion des Erziehungsverhaltens)
- Stärkung der Erziehungskompetenz der Eltern
- Stabilisierung der Familiensituation
- Unterstützung des alleinerziehenden Elternteils

3. Methoden

3.1. Psychosoziale Diagnostik

Psychosoziale ressourcenorientierte Diagnostik berücksichtigt nicht nur die Person, sondern bezieht auch die Interaktionen mit der ökologischen und sozialen Umwelt ein. Diese Person-Umwelt-Einheit lässt sich jedoch nicht als Ganzes betrachten, sondern muss nach einzelnen Lebensbereichen getrennt analysiert werden. Herkömmliche klassische diagnostische Verfahren erfassen lediglich psychische und körperliche Symptome, Störungen oder Probleme, beziehen jedoch die gesamte Lebenssituation bzw. Lebenslage des Betroffenen nicht mit ein.

Psychosoziale Diagnostik befasst sich mit der Frage, wie sich die Lebenssituation einer Person (z.B. Kind) auf dem Hintergrund konkreter Lebensaufgaben beschreiben und hinsichtlich ihrer Hilfebedürftigkeit beurteilen lässt. Soziale Hilfe ist

dann erforderlich, wenn eine Person seine konkreten Lebensaufgaben alleine oder mit Unterstützung seines sozialen Umfeldes nicht mehr bewältigen kann.

3.2. Familienhilfe

Das Verhalten von Kindern ist in hohem Maße geprägt von ihrer familiären Situation. Allerdings muss berücksichtigt werden, dass sich in den vergangenen Jahren die gesellschaftlichen Rahmenbedingungen grundlegend verändert haben. Die Kernfamilie als Regelfall, die Anonymität insbesondere im städtischen Wohnumfeld, sowie die zunehmende Zahl von Kleinstfamilien, bestehend aus einem alleinerziehenden Elternteil und dem Kind. All dies macht es den Kindern immer schwerer, sich als Teil einer sozialen Gemeinschaft zu verstehen. Sie lernen sich zunehmend ausschließlich durch die Beziehung zu Erwachsenen zu definieren und verinnerlichen damit die Rolle, die ihnen von diesen Erwachsenen zugeschrieben wird (z.B. Prinz/Prinzessin, Sorgenkind, Sündenbock usw.). Die Möglichkeit, sich daneben auch in einer Gruppe Gleichaltriger zu erleben, ist häufig nicht gegeben.

Jedoch prägen nicht nur grundlegende strukturelle Veränderungen im Bereich der Familie das Verhalten der Kinder, sondern auch die Reizüberflutung durch die Medien, eine höhere Belastung der Kinder durch Umweltfaktoren, sowie oft überhöhte Erwartungen, die Eltern an ihre Kinder im Leistungsbereich haben.

3.2.1. Elternarbeit als Einzelfallhilfe

Bei der Elternarbeit handelt es sich um einen wechselseitigen Kommunikationsprozess, in dem es darum geht, Informationen über das Kind und sein jeweiliges Umfeld auszutauschen und - darauf aufbauend - ein größeres Verständnis für das Verhalten des Kindes zu gewinnen, eigene Einstellungen zu überprüfen und gegebenenfalls zu verändern. Dieser Informationsaustausch ist von grundlegender Bedeutung. Wir erhalten Informationen über das familiäre Umfeld. Dies erleichtert uns, das Kind in seiner Eigenart und seinen Schwierigkeiten zu verstehen und adäquat auf dessen Bedürfnisse einzugehen. Die Eltern bekommen Informationen über das Verhalten ihres Kindes außerhalb der Familie; damit können sie ihr Kind aus einem anderen Blickwinkel kennenlernen. Erziehungsziele und

Erziehungsverhalten können diskutiert werden. Die Eltern haben die Möglichkeit, sich beraten zu lassen, oder Informationen über Beratungsmöglichkeiten zu erhalten. Elternarbeit erfordert Zeit und ist genauso wichtig wie die Arbeit mit den Kindern.

3.2.2. Formen der Elternarbeit

Einzelgespräche: Sie finden in der Einrichtung oder beim Hausbesuch statt, mit dem Ziel gegenseitigen individuellen Informationsaustausches und der Besprechung konkreter Probleme und Bedürfnisse. Wir erhalten dabei Informationen über den familiären, psychischen und sozialen Hintergrund des Kindes und können Informationen an die Eltern weitergeben. Wir wollen die Eltern zur Unterstützung unserer Arbeit motivieren, Konflikte mit den Eltern klären und ihnen in belastenden Situationen Hilfen anbieten. Die Eltern suchen Beratung in Erziehungsfragen, wünschen Informationen über das Verhalten des Kindes, möchten bestehende Konflikte mit MitarbeiterInnen klären und suchen Hilfestellungen bei persönlichen Problemen. Nach Möglichkeit sollen beide Eltern am Gespräch teilnehmen.

Familiengespräche: Die Kinder erleben die gemeinsamen Gespräche in der Regel positiv als Wertschätzung und Interesse ihrer Eltern, obwohl sie sich mit dem eigenen Verhalten auseinandersetzen müssen und auch schwierige Situationen thematisiert werden. Positives Feedback über Ressourcen und Erfolge des Kindes werden besonders herausgearbeitet.

Hausbesuche: Der Hausbesuch verschafft den Eltern einen „Heimvorteil“, so dass sie sich dann häufig sicherer fühlen. Eventuell können andere Bezugspersonen des Kindes kennengelernt werden. Es kann in seinem täglichen sozialen und räumlichen Kontext erlebt werden, wodurch die Qualität der Beziehungen deutlicher wird (Netzwerke). Die dabei angewandten Methoden sind die klientenzentrierte Gesprächsführung und systemische Beratung/Therapie.

3.3. Soziale Gruppenarbeit mit Kindern

Das wesentliche Charakteristikum Sozialer Gruppenarbeit ist, dass die Gruppenleiter ihre Beziehung zu den Gruppenmitgliedern nutzen, um ihnen neue, andere Erfahrungen zu vermitteln. Unter Umständen kann dadurch die Tendenz der Kinder, sich auf vertraute und gewohnte Verhaltensweisen zu beschränken, aufgebrochen werden. Dabei ist die soziale Interaktion der Gruppenmitglieder untereinander - die Dynamik der Gruppe - eng mit dem Lern- und Erfahrungsprozess verflochten. In der Gruppe können auch Verhaltensalternativen im Austausch mit anderen eingeübt und auf ihren Bezug zur Realität überprüft werden. Auftauchende Konflikte sollen in der Gruppe erfahrbar und sofort konkret bearbeitet werden.

Im Mittelpunkt der Arbeit mit Kindern stehen handlungs- und erlebnisorientierte Methoden. In Abgrenzung zur Arbeit mit Jugendlichen, bei denen Lernprozesse vor allem auf kognitiver Ebene ablaufen, wird das Lernen bei Kindern vor allem durch den Zugriff auf die emotionale Ebene möglich.

3.3.1. Gruppendynamisches Arbeiten

Vertrauensspiele

Vertrauensspiele dienen zum einen dem Abbau von Berührungängsten, zum anderen fördern sie den Gruppenzusammenhalt und die Kooperationsbereitschaft.

Rollenspiele

Als pädagogische Methode verfolgt das Rollenspiel das Ziel, Verhalten in sozialen Situationen einzuüben, zu überdenken, und zum Teil zu verändern. Es soll Handlungsspielräume schaffen für Kinder, die bisher nicht die Fähigkeit erworben haben, auf die an sie gerichteten Erwartungen flexibel zu reagieren. Ziel ist es soziale Verhaltensweisen in Bezug auf sich und die Lebenswelt durch Interaktion einzuüben.

Feedback-Übungen

Feedback-Übungen dienen der besseren Eigen- und Fremdwahrnehmung. Sie geben dem Einzelnen deshalb direkte Informationen über Wirkungen und

Wirksamkeit seines Verhaltens, machen die verhaltenssteuernden Gefühle, Gedanken und Beziehungen der anderen greifbar und schaffen damit die Möglichkeit bewusster Korrektur am eigenen Verhalten.

3.3.2. Themenzentriertes Arbeiten

Im Vordergrund des themenzentrierten Arbeitens steht die konkrete Auseinandersetzung mit verschiedenen Lebensbereichen. Hierbei wird auf subjektive Erfahrungen und Einstellungen eingegangen, um eine Synthese aus Persönlichkeitsentwicklung und der jeweiligen Thematik herzustellen. Die Maßnahme beinhaltet ein breites Spektrum an Themenbereichen, die der jeweiligen Gruppe bzw. Gruppenphase angemessen sind.

3.3.3. Freizeitpädagogik

Ziele der Freizeitpädagogik sind die Entwicklung von Eigeninitiative, Spontaneität, Kreativität, Entdeckung von verborgenen Fähigkeiten und Stärken, Aufbau von Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl und Übernahme von Selbstverantwortung für getroffene Entscheidungen. Zusätzlich wird auch das soziale Lernen gefördert. Die Kinder können sich selbst entdecken und andere neu kennenlernen. Im Rahmen freizeitpädagogischer Maßnahmen - werden dem Kind neue Erfahrungsbereiche eröffnet, die ihm auch in seiner alltäglichen Lebenswelt neue Wege aufzeigen sollen (z.B. Erkennen eigener Grenzen - konstruktiver Umgang mit diesen). In den Gruppenstunden geübte und erlernte Bewältigungsstrategien können dabei gleich eingesetzt werden.

3.4. Arbeit im Sozialen Umfeld

Das soziale Umfeld ist für den Sozialisationsprozess (Werte, Normen, Einstellungen etc.) des Kindes sehr entscheidend, denn niemand kann sich seinem Umfeld entziehen, sondern ist ein Teil von ihm. Zwischen beiden besteht eine ständige Interaktion. Zum sozialen Umfeld zählen neben der Familie insbesondere auch die Schule, der Freundeskreis und die regionale Lebenswelt (Stadtteil etc.) Innerhalb

dieses Gefüges werden bestehende Bindungen auf ihre Wirkungen hin überprüft. Sofern für die Entwicklung des Kindes hinderliche Einflüsse und Konstellationen auszumachen sind, wird eine Integration in neue bzw. bestehende soziale Netzwerke angestrebt (z.B. Jugendeinrichtungen, Sportvereine usw.).

Mit den jeweiligen Schulen und Horten der Teilnehmenden findet ein regelmäßiger Austausch statt, um Ziele zu überprüfen und zu adaptieren sowie vernetztes Arbeiten zu ermöglichen.

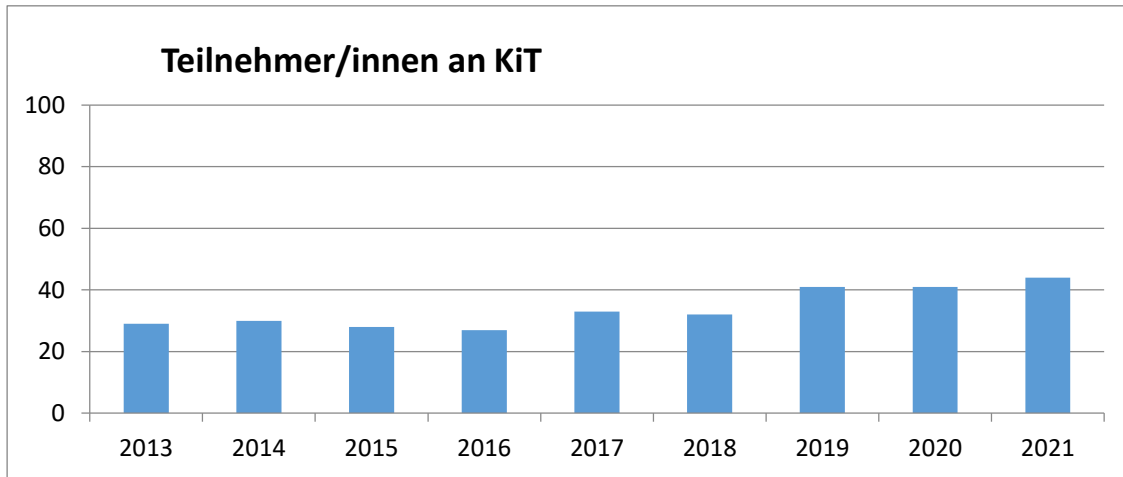
3.5. Einzelarbeit mit Kindern

Den Teilnehmenden werden regelmäßig Einzelgespräche angeboten um individuelle Schwierigkeiten und Problembereiche, die in der Gruppen- und Familienarbeit erkennbar werden, intensiver zu bearbeiten.

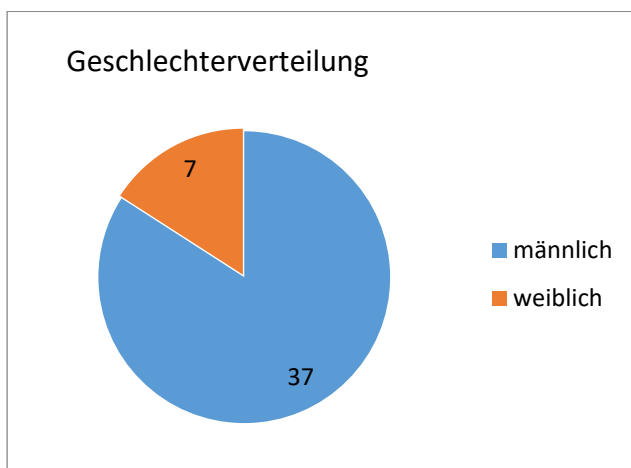
4. Gestaltung und Ablauf

Grundsätzlich setzt die Maßnahme die Bereitschaft der Eltern zur Zusammenarbeit voraus (Prinzip der Freiwilligkeit). Bei den ersten Kontakten, zunächst gemeinsam mit dem Jugendamt, wird festgestellt, welche Schwierigkeiten beim Kind bzw. in der Familie vorliegen. Die Ziele der Maßnahme werden in Zusammenarbeit mit den Eltern formuliert und schriftlich festgehalten. Die sich daraus ableitenden Ziele werden in regelmäßigen Beratungsgesprächen überprüft und gegebenenfalls modifiziert. Eine Verlängerung der Intervention erfolgt nach Überprüfung der Ziele in Absprache mit dem Jugendamt.

5. Statistik 2021

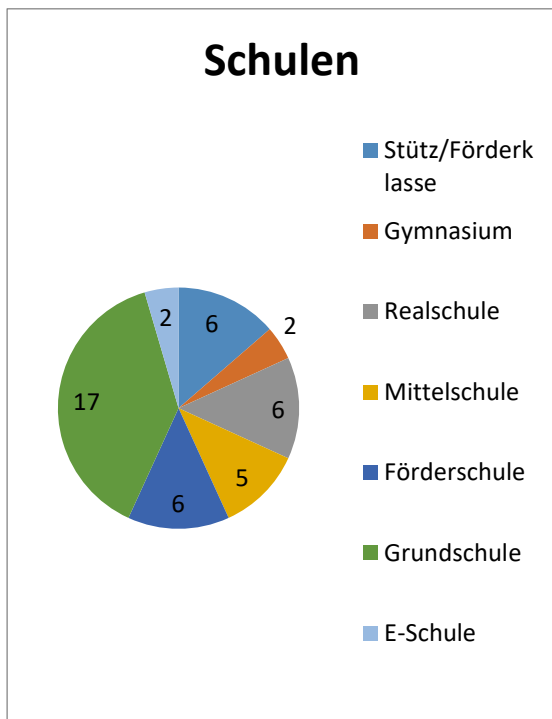
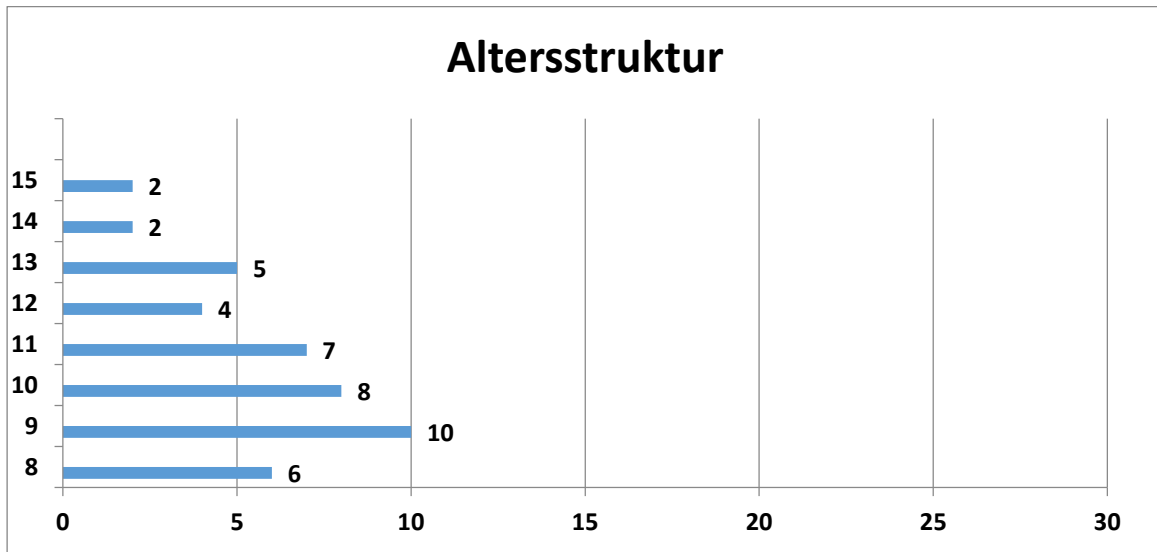


2021 konnten 44 Kinder, davon 7 Mädchen, in acht Gruppen an der ambulanten Maßnahme „KiT“ teilnehmen, trotz oder gerade wegen der Covid 19 Pandemie.



Fast alle Jugendlichen verlängern mindestens einmal aus diversen pädagogischen Gründen bzw. zur Stabilisierung. Im Dezember endete eine Gruppe, in der wir 4 Kinder insgesamt 2,5 Jahre begleiten durften. Die durchschnittliche Verweildauer liegt bei 1 bis 1,5 Jahren

2021 waren Altersstufen von 8-15 Jahren vertreten.



Ganztageschule / zusätzliche Jugendhilfen

Ganztageschule / Offene GS / Hort:	34
Stütz / Förderklasse:	6
E- Schule:	2
SPFH / EB / Schulbegleitung:	11
Stationär:	2

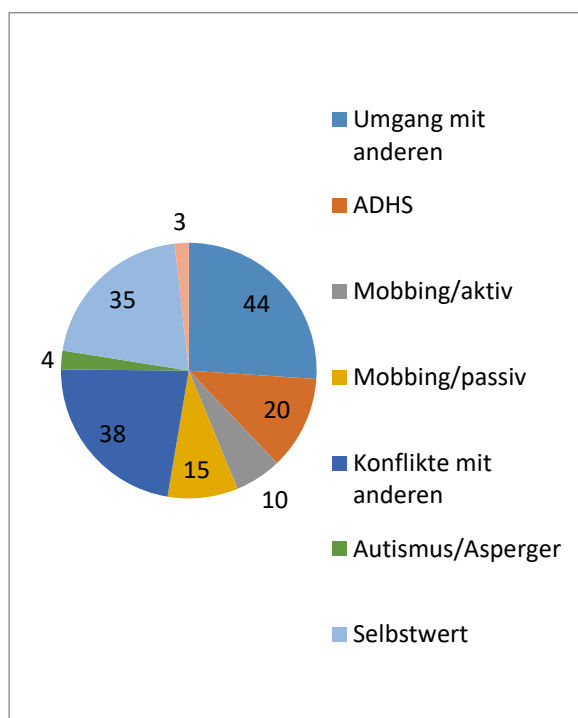
Gründe der Teilnahme an KiT:

Auslöser für die Teilnahme waren bei den Kindern überwiegend unangemessene bis aggressive Verhaltensweisen im Kontakt zu Mitmenschen, generell Schwierigkeiten im Umgang mit anderen, auffälliges Verhalten in Schule und Freizeit, sowie häufige Regelverstöße und Grenzverletzungen in der Schule und innerhalb der Familie.

In jeder Gruppe findet sich auch mindestens ein Kind mit selbstunsicheren Verhaltensweisen, das oft anfällig für Kränkungen durch Mitschüler ist und über wenig Bewältigungsstrategien verfügt.

- Über die Hälfte der Teilnehmenden waren regelmäßig in körperliche Auseinandersetzungen verwickelt.
- 80% der Kinder/Jugendlichen verhielten sich übermäßig aggressiv in schwierigen Situationen.
- Bei vielen Teilnehmenden wird im Umgang mit Medien übermäßiges/missbräuchliches Online/Konsolenspielen /soziale Medien beobachtet
- Das Thema Selbstwert war bei fast allen TeilnehmerInnen ein zentrales Anliegen.

Vermittelt wurden die Kinder über das Amt für Jugend und Familie der Stadt Regensburg und vom Kreisjugendamt Regensburg.



Familiensituation:

Alleinerziehend:	18
Pflegefamilie:	1
Mit „Stiefelternteil“:	7
Eltern:	16
Heim:	2

6. Einzel/Eltern/Familienarbeit

Einzelarbeit

Vor Beginn der Maßnahme werden Einzelgespräche mit dem Kind geführt, auch während der Maßnahme sind Einzelgespräche nötig, um Probleme anzusprechen, die in den Gruppentreffen nicht geäußert werden können, oder um aktuelle Krisensituationen entschärfen zu können.

Offener Nachmittag

Wir bieten einen festen Nachmittag an, an dem Teilnehmende ohne Termin kommen können, um mit uns zu lernen oder sich auszutauschen. Der Nachmittag ist ein niedrigschwelliges Angebot und soll es einzelnen Teilnehmenden erleichtern, persönliche Schwierigkeiten anzusprechen, die vielleicht im Gruppenkontext nicht thematisiert werden können.

Elternarbeit

findet in der Einrichtung oder beim Hausbesuch statt, mit dem Ziel gegenseitigen individuellen Informationsaustausches und der Besprechung konkreter Probleme und Bedürfnisse. Wir erhalten dabei Informationen über den familiären, psychischen und sozialen Hintergrund des Kindes und können Informationen an die Eltern

weitergeben. Wir wollen die Eltern zur Unterstützung unserer Arbeit motivieren, Konflikte mit den Eltern klären und ihnen in belastenden Situationen Hilfen anbieten. Die Eltern suchen Beratung in Erziehungsfragen, wünschen Informationen über das Verhalten des Kindes, möchten bestehende Konflikte mit den Mitarbeitern klären und suchen Hilfestellungen bei persönlichen Problemen. Nach Möglichkeit sollen beide Eltern am Gespräch teilnehmen.

Familiengespräche

Die Kinder erleben die gemeinsamen Gespräche in der Regel positiv als Wertschätzung und Interesse ihrer Eltern, obwohl sie sich mit dem eigenen Verhalten auseinandersetzen müssen und auch schwierige Situationen thematisiert werden.

Für die Teilnahme eines Kindes wird mit der Familie ein Hilfeplan erstellt, der Ziele beinhaltet sowie Vereinbarungen zur Unterstützung der Eltern, der pädagogischen MitarbeiterInnen und ggf. anderer HelferInnen aus dem sozialen Umfeld.

Hausbesuche/Elterngespräche

Eltern und Familiengespräche fanden 2021 aufgrund der Corona Pandemie oftmals telefonisch, über Chats und Videoanrufe oder in unserem Gruppenraum statt.

Für etliche Eltern gab es verstärkten Beratungsbedarf, weil es Schwierigkeiten wegen der Beschulung und/oder mangelnden Freizeitmöglichkeiten und generell Befindlichkeitsstörungen der Familie/des Kindes gab.

Kontakt zu Schulen und anderen Beteiligten

Die Sprechstunden der jeweiligen LehrerInnen und / oder JugendsozialarbeiterInnen vor Ort konnten nur im Einzelfall stattfinden, der Austausch erfolgte oft telefonisch, um persönliche Kontakte zu minimieren.

Weiterhin tauschten wir uns mit dem jeweiligen Erziehungsbeistand, SchulbegleiterInnen, FachärztInnen, TherapeutInnen, ErzieherInnen nach Bedarf aus.

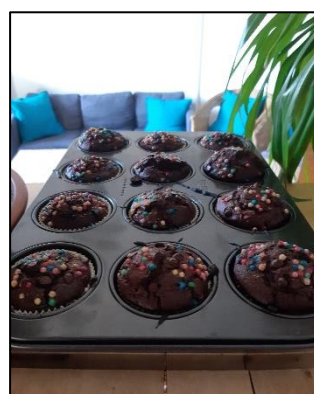
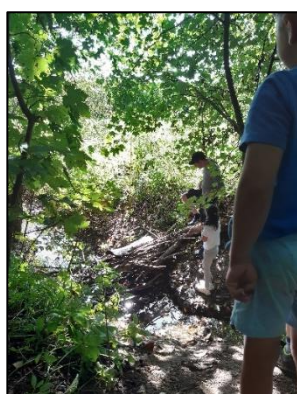
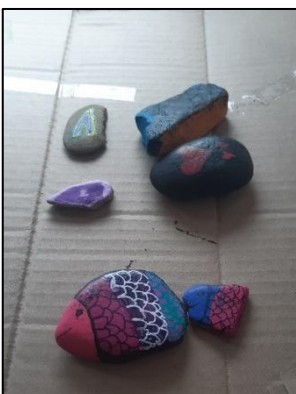
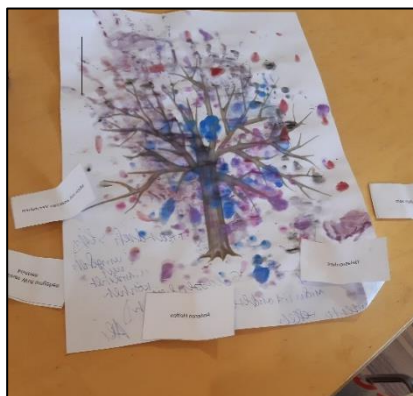
7. Sonstiges

In den letzten beiden Jahren ist ein deutlicher Trend der Gruppenmaßnahme zu erkennen, es werden viele Kinder bereits im Grundschulalter an uns vermittelt, die dann mindestens ein Jahr, oftmals auch deutlich länger in KiT bleiben. Bei den älteren ist sicherlich der Bedarf an Gruppenmaßnahmen genauso hoch, aktuell besuchen die 12-15 jährigen die „Freitagsgruppe“.

Die Kinder bringen oft Diagnosen wie ADHS, aber auch Bindungsstörungen, Autismus- Spektrumstörungen oder posttraumatische Belastungsstörungen mit.

Ein großer Teil der Kinder wird zusätzlich durch eine Sozialpädagogische Familienhilfe, einer Erziehungsbeistandschaft, einer Schulbegleitung oder durch eine Stütz- und Förderklasse (SFK) unterstützt. Zudem lässt sich seit einigen Jahren ein Trend hin zu Mehrfachbetreuung durch verschiedene ambulante oder teilstationäre Maßnahmen, und im Einzelfall auch stationären Maßnahmen verstärkt beobachten.

7.1 Bilder



7.2 Fair Raufen mit Elements- Jiu Jitsu

Im November/Dezember 2021 konnten wir wieder im Rahmen von KiT mit zwei Gruppen der Altersgruppe 7-9 und 9-11 mit Trainern von Elements Jiu-Jitsu ein Kindertraining zum Thema Fair Rangeln durchführen.



Die Trainingsstunden fanden dreimal in zweiwöchigen Abständen statt. In der jeweiligen Stunde dazwischen haben wir Themen wie Nähe / Distanz oder Wut behandelt, um den Bezug zum Fair Rangelns herzustellen. Die Kinder bekommen in den drei Einheiten anhand von Spielen und Techniken das Konzept des Fairen Rangelns vermittelt. Zusammenfassend stehen dabei folgende Grundregeln und Ziele im Vordergrund:

Ziel der dreiteiligen Seminarreihe für Kinder ist die Vermittlung von bestimmten Werten, welche im Zusammenhang mit körperlicher Aktivität sukzessive wiederholt und eingebaut werden. Diese Werte umfassen im Wesentlichen die Bereiche Disziplin, Achtsamkeit, Respekt, Fairness und Ehrlichkeit sowie das Umgehen mit Niederlagen. Diese Werte sollen spielerisch präsentiert und dann durch ständiges Wiederholen verfestigt werden. Das Motto „Fair Rangeln“ soll insofern verkörpern, dass die Kids durchaus Ihre Energien rauslassen dürfen und sollen, während gleichzeitig Rücksicht auf die körperliche Integrität und das Wohlbefinden des anderen gelegt werden soll und muss.

Ablauf der Einheiten

Eine Einheit dauert 1,5 Stunden. Innerhalb von drei Einheiten wird anhand von folgendem Aufbau das Konzept des „Fairen Rangelns“ vermittelt:

1. Aufwärmspiel: Nach einer kurzen Kennenlernrunde wird die Einheit durch ein drei-stufiges Aufwärmspiel eröffnet. Hierbei wird in der ersten Runde durch ein modifiziertes Fangen-Spiel die Ehrlichkeit und das Eingestehen von Niederlagen gefördert. Die Trainer nehmen aktiv am Spiel teil und leben es selbst vor, dass es völlig unproblematisch ist, selbst auch eine Niederlage einzugestehen. Sobald dies durch die Teilnehmerinnen selbst umgesetzt wird, wird zum nächsten Level mit einer weiteren Modifikation „hochgelevelt“. Dies fördert zum einen den Wettkampfgeist der Kinder, wobei, wenn dieser übertrieben vorhanden ist, kein weiteres Hochleveln möglich ist.

2. Jiu-Jitsu spezifisches Aufwärmen: Sobald alle drei Stufen abgeschlossen sind, werden einfache Teamspiele (Beispiele: Huckepack, Hindernisparkour, Schubkarren, etc.) mit Jiu-Jitsu spezifischen Übungen verknüpft, um ein möglichst umfassendes Vorbereiten des Bewegungsapparates für die normalerweise unbekanntes neuen Bewegungsmuster zu ermöglichen. Hierbei soll die Verletzungsgefahr reduziert werden und gleichzeitig durch komplett neue Bewegungsabläufe eine Abwechslung zum möglicherweise gewohnten Schulsport geschaffen werden. (Beispiele: Fallschule, Shrimpen, Rolle vorwärts/rückwärts, Schulterrolle seitliche, Animal Movements, etc.)

3. Jiu-Jitsu Techniken: Würgegriffe und Hebeltechniken, welche normalerweise ein Bestandteil des Brazilian Jiu-Jitsu sind, werden in den Einheiten komplett ausgeklammert, weil in Anbetracht der Zielgruppe der Fokus auf das Ermöglichen einer ungefährlichen Kampfsituation gelegt werden soll, so entsteht ein sicheres Setting, welches sich letztlich nur auf den Kampf um Positionen am Boden dreht. Die Kinder erlernen pro Einheit einen einfachen Haltegriff (bzw. die Verteidigung dagegen), um den/die PartnerIn am Boden zu fixieren, ohne diesen/diese zu verletzen.

4. Fair Rangeln: Nachdem die Techniken vermittelt und eingeübt worden sind, dürfen die Kinder, sofern die Grundregeln befolgt wurden (siehe unten) nun „fair rangeln“. Dies soll eine Belohnung für die Kinder darstellen, welche die vermittelten

Werte nach ihren individuellen Möglichkeiten bestmöglich umgesetzt und verinnerlicht haben. „Fair Rangeln“ verkörpert den Kern der dreiteiligen Seminarreihe und soll im Mittelpunkt stehen. Die Kinder müssen insofern Regeln befolgen und können dann gegeneinander kämpfen. Zu jedem Zeitpunkt besteht die Möglichkeit der Aufgabe, was durch ein einfaches „Stopp“ oder ein „Abklopfen am Gegner“ signalisiert werden kann. Hierauf wird sofort abgebrochen und von Neuem begonnen.

Grundregeln und Ziele:

Zusammenfassend stehen folgende Ziele und Grundregeln im Mittelpunkt:

- ordentlicher, gesitteter Umgangston
- gegenseitige Unterstützung und Hilfeleistung der Kinder
- Akzeptieren einer Niederlage bei offensichtlichen Situationen (Fangen)
- sofortiges Aufhören, sobald der Gegner nicht mehr will - egal warum
- Schaffen einer positiven Atmosphäre
- Safe Zone
- Inklusion