

Das Projekt „Stark ohne Muckis“ wurde im Schuljahr 22/23 mit unserer ganzen Schule trainiert. Ab jetzt werden die neuen Erstklässler jedes Jahr gecoacht, so dass immer alle Kinder unserer Schule einen gewaltfreien Umgang mit Konflikten kennenlernen und anwenden.

### Worum geht es?

#### **Mehr Sicherheit – Mehr Respekt – Mehr Zielstrebigkeit – Mehr Klarheit**

Die Kinder erleben und erfahren...

- mehr auf ihre eigenen Gefühle zu vertrauen, denn Gefühle zeigen ihnen, was gut oder möglicherweise schlecht für sie ist (sein kann)
- Grenzen kommunikativ und gewaltfrei zu setzen
- ihnen gesetzte Grenzen bewusster zu respektieren, da sie erleben, was der Grund hinter den Grenzen anderer Menschen ist und so ein größeres Verständnis für die Meinung/Grenze anderer Menschen entsteht
- sich deutlich mit Worten zu wehren
- ihre Wirkung auf andere zu erkennen und bei Bedarf zu verändern
- gefährliche Situationen früh zu erkennen, um bestmöglich zu reagieren
- zu erkennen wie jemand fühlt, um so mehr Empathie zu entwickeln

Einfache Bilder und Redewendungen helfen den Kindern, sich immer wieder an das Training zu erinnern.

**Der Löwe** steht für Stärke, Ruhe und Gelassenheit. Der Löwe lässt sich nicht aus der Ruhe bringen, genießt seinen Tag und lässt sich nicht ärgern oder provozieren.

**Die Mücke** nervt, sie provoziert und ist auf der Suche nach Streit.

**Das Schaf** lässt sich ärgern und provozieren und der Streit mit der Mücke nimmt seinen Lauf.

**Der Kackhaufen** bezeichnet Beleidigungen und Provokationen. Mücken verteilen Kackhaufen und Schafe treten mit voller Wucht hinein. Der Löwe läuft einfach daran vorbei, bleibt cool und gelassen und genießt seinen Tag.

**Das Geschenk** bezeichnet Komplimente und Nettigkeiten. Löwen nehmen diese gerne an und geben sie zurück. Schafe verstehen sie manchmal falsch und fühlen sich provoziert.

**Der Schutzschild** schimmert in deiner Lieblingsfarbe und schützt dich vor Beleidigungen und schlechten Vibes. Kackhaufen bleiben draußen – nur Geschenke kommen durch!