

### Selbstbehauptung und Selbstsicherheit für junge Teenager – „Teenie-Training“



Eines der wohl erfolgreichen Projekte am St. Raphael Gymnasium und der St. Raphael Realschule der vergangenen Jahre ist das seit 2013 angebotene Sicherheitstraining für Teenager im Alter zwischen 11 bis 13 Jahren. Seitdem werden in jedem Schuljahr 2 bis 3 Trainings für je maximal 30 Schülerinnen und Schüler angeboten, die sich einer hohen Nachfrage erfreuen. Die Trainings werden am St. Raphael initiativ durch einen Elternteil oder ein Mitglied des Elternbeirates in Abstimmung mit dessen Vorstand und der Schulleitung organisatorisch vorbereitet. Zum großen Erfolg trägt im Wesentlichen jedoch der Anbieter des Trainings selbst bei. Es handelt sich um die „CONVA Sicherheitstraining Fröhlich · Wittek · Schwesig GbR“. Der professionelle Anbieter versteht sich darauf auch schwierige Themen angstfrei und mit Spaß, aber vor allem nachhaltig zu vermitteln, so dass die Teenies auch im Jugend- und jungen Erwachsenenalter immer noch Sätze von sich hören lassen wie: „Weißt Du das denn nicht? Das haben wir doch schon im Sicherheitstraining gelernt.“

Wie sagt das der Anbieter auf seiner Homepage (<https://www.conva.de>): *„Das natürliche Bedürfnis des Menschen nach Sicherheit und Schutz in einer Welt zunehmender Gewalt und Kriminalität ist unsere Motivation für unser Engagement: Wir möchten einen Beitrag dazu leisten, dass Menschen stärker werden und sich sicherer fühlen können.“* Das Trainingskonzept wurde über mehr als 10 Jahre entwickelt und basiert auf wissenschaftlichen Grundlagen. Es wurde durch hohe eigene Standards optimiert und ist in Deutschland einzigartig. Die Arbeit von CONVA wird durch einen wissenschaftlichen Beirat begleitet und konzeptionell permanent weiterentwickelt.

Wichtig, das dreitägige Training findet außerhalb der normalen Unterrichtszeiten statt. Es beginnt am Freitag und endet am Sonntag. Verbunden damit ist eine Elternrunde am Freitagabend, nach dem ersten Trainingstag. Hier werden die Eltern der teilnehmenden Schüler über einige wichtige Inhalte informiert und können Fragen stellen. Es versteht sich als eine ergänzende Veranstaltung zur Schulsozialarbeit, jedoch in einem Umfang, der während der regulären Unterrichtszeit nicht angeboten werden kann. Im Training wird versucht möglichst viele Situationen des Alltags eines Teenies sowohl in der realen Welt als auch in der heutigen digitalen Umwelt zu behandeln, wo Konflikte oder Gefahren lauern können.

Ziele des Trainings sind:

- Konfliktfähigkeit stärken
- Selbstvertrauen stärken
- Gefahren erkennen und vermeiden
- Handlungsfähigkeit erhalten
- Grenzen ziehen, behaupten und respektieren
- Kleine und große Konflikte
- Selbstverteidigung



Zusätzliche Informationen zum Anbieter und den Trainings erhalten Sie auf der im Text genannten Homepage des Anbieters. Organisatorische Fragen beantwortet Ihnen der Vorstand des Elternbeirates, der bei Bedarf auch den Kontakt zum Organisator herstellt.

Uwe Böse