

## Mut tut gut

Mutig sein und NEIN sagen. Auf sein Bauchgefühl hören.

Das haben die Kinder im letzten Jahr vor der Einschulung in der Kita Pappelweg geübt.

Melanie Riedel, Diplom Pädagogin aus Essen von *preventi*, hat in einem zweitägigen Kurs, die Kinder darin bestärkt.

Die Kinder lernten dabei:

- Gefahrensituationen zu erkennen, einzuschätzen und sich darin zu behaupten.
- Sie gewinnen an Selbstvertrauen in ihre eigenen Fähigkeiten und Stärken und somit an Selbstbewusstsein.
- Ihre Rechte kennen und sich gegen unangemessene Forderungen abzugrenzen.
- Sie erkennen Zusammenhänge zwischen ihrer Sprache, Mimik und Gestik und der damit verbundenen Wirkung auf andere (Opferhaltung).
- altersgerechte und einfach anwendbare Techniken zur eigenen Sicherheit kennen.

In spielerischer Umsetzung mittels gelenkter Rollenspiele konnten sie sich ausprobieren und lernten zudem Hilfestellen zum eigenen Schutz kennen.

