Der erste Angriff trifft Kinder & Jugendliche in der Regel EMOTIONAL

Vorbereitet sein ist alles - so können sich jugendliche Opfer effektiv verteidigen

(ddp direct) Kinder und jugendliche Opfer von Gewalt, psychischen Angriffen oder gar Mobbing verschweigen oft Vorfälle aus Angst oder Scham. Jeder vierte Schüler in Deutschland ist davon betroffen.

Im Vordergrund bei einer Konfliktlösung steht dabei das richtige Umgehen und Reagieren auf verbale Angriffe und Mobbingsituationen. Es bleibt aber oft nicht ?nur? bei einer verbalen Auseinandersetzung bzw. einem psychischen Angriff. Manchmal kommt es auch zu Konflikten, die eskalieren.

Effektive Selbstverteidigung für Kinder und Jugendliche ist kein Kampfsporttraining sondern Training zur Konfliktvermeidung und für den Selbstschutz.

?Es geht beim Selbstverteidigungstraining für Jugendliche und Kinder um die mentale Vorbereitung auf Konfliktsituationen, damit es erst gar nicht zu solchen Situationen kommen und die jungen Menschen dadurch in der Schule und in der Freizeit selbstbewusster auftreten können?, schildert Selbstverteidigungscoach Jürgen Schaffrath (36 Jahre).

?Wenn man in der Lage ist zu lernen, kann man auch lernen sich zu verteidigen! Schon im Vorschulalter kann man seine Kinder mit effektiver Selbstverteidigung vorbereiten?, betont Schaffrath und erklärt: ?In diesem Alter soll man nicht lernen, wie man sich gegen Erwachsene mit Selbstverteidigungstechniken zu Wehr setzen kann, sondern wie man auf das Ansprechen von Erwachsenen, Mobbingsituationen und Angriffe Gleichaltriger reagieren soll. Kinder und Jugendliche sollen auf alle Situationen vorbereitet werden und sich selbst so mehr Vertrauen schenken.? Jürgen Schaffrath, der mit seinem Projekt ?Heldenzeit? Kindern und Jugendlichen hilft akuten Gefahrensituationen zu entgehen, hat in seiner Tätigkeit als Selbstverteidigungstrainer in den letzten zehn Jahren strategische Trainingskonzepte zur Vermeidung von Gewalt und zur Abwehr von physischen und psychischen Angriffen entwickelt.

Auf der Website www.protectyourneck.de und auf seiner im Oktober erscheinenden DVD zeigt der Selbstverteidigungsexperte jetzt mit Hilfe von Videos, wie wirkungsvoll schon einfachste Handgriffe und Verhaltensweisen sein können. Diese Mittel helfen jungen Menschen in der Schule, im Beruf oder im Altag selbstbewusster aufzutreten und sich in jeder Lebenslage behaupten zu können.

Â

Shortlink zu dieser Pressemitteilung:
http://shortpr.com/9nyacb

Permanentlink zu dieser Pressemitteilung:
http://www.themenportal.de/familie/selbstverteidigung-fuer-jugendliche-und-Kinder

Pressekontakt

1x1film Verlag

Herr Nepomuk Fischer
Tegernseer Landstr. 52
81541 München

nepomuk@1x1film.de

Firmenkontakt

1x1film Verlag

Herr Nepomuk Fischer
Tegernseer Landstr. 52
81541 München

1x1film.de
nepomuk@1x1film.de

Der 1x1film Verlag ist spezialisiert auf Special Interest Videos.