

## Ein Lehrer einer Grundschulklasse schildert vor dem Coolness-Training folgende Situation:

- „Ich habe die Klasse neu übernommen und bin der dritte Lehrer innerhalb von zwei Jahren.“
- Ich merkte recht schnell, dass ein gewisser Grund in der Klasse fehlt. Es ist insgesamt eine sehr unruhige Klasse, Regeln für den Unterricht (z.B. Gesprächsregeln) werden mehr als häufig missachtet.
- Ein Zusammengehörigkeitsgefühl in der Klasse ist kaum erkennbar, höchstens ansatzweise innerhalb weniger Gruppen einzelner Kinder.
- Ständessen werden häufiger einzelne Kinder verspottet, gemieden, verpetzt oder auch gezielt geärgert.
- An einer „Hetze“ gegen Kinder sind sowohl Jungen als auch Mädchen beteiligt.
- Sie wollen nicht neben bestimmten Kindern sitzen oder mit ihnen gemeinsam etwas in Partnerarbeit oder Gruppenarbeit erledigen.
- Einigen fällt es sehr schwer, ein anderes Kind zu loben (was beim erstmaligen Spielen sicherlich normal ist), andere sagen beispielsweise platt heraus, dass sie überhaupt kein Kind in der Klasse mögen würden.“

### Training für

- Schulklassen aller Schulformen
- Offene Ganztagschulen
- Kindergartengruppen
- Heim- und Internatgruppen

### Fortbildung für

- LehrerInnen
- ErzieherInnen
- SozialarbeiterInnen
- MitarbeiterInnen  
in der offenen Ganztagschule

### Jürgen Berger

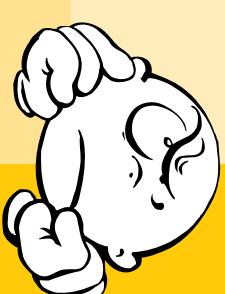
- [www.coolness-training.biz](http://www.coolness-training.biz)
- Fon: 0 29 44 - 16 28
- Fon: Stuttgart 07 11 - 4 14 80 79
- [info@juergen-berger.net](mailto:info@juergen-berger.net)

### Susan Reinhold

- [www.susan-reinhold.de](http://www.susan-reinhold.de)
- Fon: 01 51 - 17 22 10 19
- [susan.reinhold@me.com](mailto:susan.reinhold@me.com)

# COOLNESS

## TRAINING®



**Benahmen,  
das du ignorierst ...  
ist Benahmen,  
das du erlaubst!**

## Die curricularen Faktoren des Coolness - Trainings (CT)

### Zielsetzung

- **CT** ist ein Trainingsangebot für Kinder und Jugendliche zur Verbesserung der Handlungs-kompetenz in konflikträchtigen Alltagssituationen.
- **CT** dient der Gewaltprävention und Gewaltintervention.
- **CT** verbessert die soziale Kompetenz von Kindern und Jugendlichen und fördert eine Kultur des Hinschauens und der friedfertigen Einmischung.
- **CT** dient der Reduzierung der Feindseligkeits-wahrnehmung, fördert selbstbehauptendes und deeskalierendes Verhalten in Konfliktsituationen.
- **CT** dient der Stärkung der Opfer, der Sensibilisierung der Täter und der Stärkung der Kompetenz der Peer-group für schwierige Situationen.
- **CT** dient der Verfestigung eines zivilisatorischen Standards der Friedfertigkeit. Wichtigstes Ziel im Coolnesstraining ist die Opfervermeidung.

### Lerninhalte

- Kennen lernen der Existenz von Aggression als natürlichen Persönlichkeitsanteil
- Kommunikation in Stresssituationen
- Modelle von Kooperationen in Schulklassen und Gruppen, Beispiele zur Stärkung der Gruppenkohäsion, Peer-group-education
- Hierarchisierung von Empfindlichkeiten (Beleidigungen, Schimpfworte, Rempelen, Provokationen). Was bringt dich auf die Palme?
- Strukturen menschlicher Begegnung kennen lernen (Rituale, Territorien, Nähe und Distanz)
- Gewaltvermeidung durch aktive Kommunikation, aus der Rolle des Opfers austreten
- Entspannungsverfahren, Ruhe- und Stilleerfahrung

### Methoden

- Körperbetonte, sportliche Spiele, kämpfen als pädagogische Disziplin, kämpfen nach Regeln
- Interaktionspädagogische Übungen, non-verbale Kommunikation, das Eisbergmodell
- Arbeit in Kleingruppen, Kooperationsspiele, Vertrauensübungen, gemeinsame Aufgaben
- Übungen gegen Annahme, Gruppen-Klassengespräche
- Interaktionsspiele, Rollenspiele, Körpersprache, Konfrontationsübungen
- Szenische Darstellung belastender, bedrohlicher Situationen, Forumtheater, Deeskalationsstrategien, eigenes Drehbuch
- Atemübungen, Traum-/Phantasiereisen, Meditationsübungen, Wohlspannungsübungen