

Das „Fels und Wasser“ – Training im Feuervogel



Voller Vorfreude und Neugier haben wir in diesem Monat die Theaterpädagogin Veronika Hesse des Theaterpädagogischen Zentrums des DAS DA Theaters in Aachen im Feuervogel willkommen geheißen. Wöchentlich begrüßten wir uns mit den Worten: **„Ich bin stark wie ein Fels. Ich kann aber auch ruhig sein, wie ein Fels. Ich bin wie das Wasser und suche mir einen Weg. Wenn ich ein Problem habe, kläre ich das mit Worten“.**

Wussten unsere Feuervögel anfänglich noch nicht genau, was sie erwartet, ließen sie sich auf die vielfältigen theaterpädagogischen Übungen, Bewegungs- und Vertrauensübungen, sowie Selbstbehauptungselemente mit viel Freude ein.

Was ist „Fels und Wasser“?

Es handelt sich um ein soziales Kompetenztraining für Kinder und Jugendliche zwischen 4 und 16 Jahren, welches sich als effektives Selbstbehauptungstraining und Anti Mobbing- Programm erwiesen hat. Begründer ist der Niederländer Freerk Ykema.

„Fels sein“ bedeutet:

Ich stehe zu mir und meinen Freunden. Ich behaupte mich. Ich kenne meine Bedürfnisse. Ich kann Grenzen setzen und bin standhaft wie ein Fels.

„Wasser sein“ bedeutet:

Ich kommuniziere meine Bedürfnisse. Ich höre zu. Ich reagiere flexibel auf unterschiedliche Situationen und Menschen. Ich nehme den anderen wahr und respektiere Grenzen. Ich schließe Freundschaften.

Ein herzlicher Dank seitens der Kinder und Mitarbeiterinnen des Feuervogels richtet sich an den Landtagskandidaten Hendrik Schmitz, den Vorsitzenden der CDU Alsdorf Florian Weyand und dessen stellvertretende Vorsitzende Lena Pütz. Mit einer Bücherspende bereiteten sie uns eine große Freude. Inhaltlich knüpfen die Themen der Bücher an den Bedarf unserer Kinder an, sodass sie pädagogisch gut in den Feuervogel- Alltag integriert werden können.



Eindrücke



Das „starke Weggehen“: wie reagiere ich, wenn ich geschubst werde.



„Keep cool“: wir üben selbstbewusstes Auftreten bei verbalen Attacken.



Der gelungene Abschluss erfordert eine „starke Mitte“: Balancieren auf Holzbrettern.

Überreichen des Abschlusszertifikates von Fels & Wasser.

Schwerpunkte des Trainings sind durch theaterpädagogische Übungen, verbunden mit einer Menge Spaß und Bewegung, Konfliktkommunikation einzuüben. Ziel ist es, die eigene innere Kraft und Konzentration auf sich und die Umwelt zu richten.

Im Namen aller Feuervogel- Kinder möchten wir uns ganz herzlich für die aufregende und besondere Zeit bedanken. Jede*r konnte für sich etwas mitnehmen. Vielen Dank an die großzügigen Menschen, die uns durch ihre Spenden diese unvergessliche Zeit möglich gemacht haben!

aktuelle Gruppenbesetzung

Montag	Mittwoch	Donnerstag
16:00 - 17:30	15:00 - 16:30	16:15 - 17:45
10 -15 Jahre	5 - 9 Jahre	10-17 Jahre
Aufnahme möglich	Aufnahme möglich	Keine Aufnahme möglich

Eröffnung der Montagsgruppe

Um möglichst vielen anfragenden Familien ein Angebot der Sozialen Gruppenarbeit machen zu können, wird es bald eine dritte Gruppe geben, die fester Bestandteil des Angebotes ist. Diese Gruppe findet nach den Sommerferien voraussichtlich wie folgt statt:

**Montags, von 16:00 Uhr bis 17:30 Uhr,
Kinder von 10- 15 Jahre**



Suchthilfe Diakonie – Feuervogel

hardt@sucht-ac.de

boehnen@sucht-ac.de

schroeder@sucht-ac.de

Otto-Wels-Str. 15a, 52477 Alsdorf

02404 91334 0

unser Spendenkonto

Sparkasse Aachen

IBAN: DE54 3905 0000 0047 2897 31

Kostenstelle 41 120