

## Anmeldung

Verbindlich bis **zwei Wochen** vor Kursbeginn zurückschicken  
(per Post, Fax oder formlos per E-Mail)

Hiermit melde ich mich / meinen Sohn

Name & Geburtsdatum des Jungen\*

Name(n) der Eltern

Straße

PLZ/Ort

Telefon (Erreichbarkeit auch während des Kurses)

E-Mail-Adresse

zu folgendem Kurs an

Altersgruppe Datum

Ich komme zum Elternabend  Ja  Nein

Gibt es einen besonderen Hintergrund für die Anmeldung?

Datum / Unterschrift des/der Erziehungsberechtigten

*Ich bin damit einverstanden, dass während des Kurses fotografiert wird und mannigfaltig e. V. die Fotos zur Dokumentation, für Flyer und für Veranstaltungen nutzt und veröffentlicht.*

Datum / Unterschrift des/der Erziehungsberechtigten

Für Jungen\*, die in der Region Hannover und nicht im Gebiet der Stadt Hannover wohnen können wir die Kurse **gebührenfrei** anbieten.

### Kursinformationen

Etwa 10 Tage vor Beginn des Kurses werden Kursinformationen zum Veranstaltungsort in Hannover zugeschickt. Wenn der Kurs vorher belegt ist, melden wir uns umgehend bei Ihnen. Es wird keine Anmeldebestätigung versandt.



Gefördert durch die  
**Region Hannover**

**mannigfaltig** e.V.

INSTITUT FÜR JUNGEN- UND MÄNNERARBEIT

Lavesstraße 3  
30159 Hannover

Telefon 0511/458 21 62

Telefax 0511/458 21 63

Telefonzeit Mo 16–18 Uhr

Mi 14–16 Uhr

Do 10–12 Uhr

Offene Sprechstunde

Mo 16.30–17.30 Uhr

Mi 16.00–17.00 Uhr

Homepage [www.mannigfaltig.de](http://www.mannigfaltig.de)

E-Mail [info@mannigfaltig.de](mailto:info@mannigfaltig.de)

Bank Hannoversche Volksbank  
IBAN DE29 2519 0001 8257 3883 00  
BIC VOHADE2HXXX

**mannigfaltig e.V. ist ein gemeinnütziger Verein, Spenden sind steuerlich absetzbar.**  
Steuernummer: 25/207/36555

**mannigfaltig** e.V.

INSTITUT FÜR JUNGEN- UND MÄNNERARBEIT

# Jungen\* stärken



**Region Hannover**

**Kurse zur  
Selbstbehauptung  
und Selbstsicherheit**

**1. Halbjahr 2021**

## Kursinhalte

Die Kurse zur Selbstbehauptung und Selbstsicherheit für Jungen\* sind auf einem Sensibilisierungstraining, einer Wahrnehmungsschulung und konkreten Übungen zur Selbstbehauptung aufgebaut.

In der Verknüpfung von Übung, Spiel und Gespräch wird das Thema Männlichkeit mitangesprochen, um die Jungen\* nachvollziehen zu lassen, in welchen Momenten sie sich selber mit ihren Bildern von Männlichkeit im Wege stehen.

## Ziele

sind zum Beispiel:

- Alternative Handlungs- und Lösungsmöglichkeiten in bedrohlichen oder aggressionsgeladenen Situationen zu erlernen. (Wie und wo hole ich mir Hilfe?)
- Eigene Gefühle als wichtige Lebensäußerungen zu empfinden und sie für sich selbst als konstruktive und produktive Wahrnehmung zu begreifen.
- Selbstbehauptungsstrategien zu stärken und zu erproben.
- Das Erlernen von Techniken, um eigene Grenzen deutlicher nach Außen vertretbar und sichtbar zu machen.
- Verhaltensmöglichkeiten jenseits von einengenden Erwartungen zu erlernen.

Die **Gestaltung des Kurses** soll den Jungen\* die Begegnung miteinander und das Lernen voneinander ermöglichen. Dabei ist es uns wichtig, die persönlichen Lebenssituationen und Erfahrungen der jeweiligen Jungen\* (z. B. durch Rollenspiel, Darstellungen) mit den Lernstrategien zur Selbstbehauptung zu verknüpfen.

## Unsere Angebote

### 8-10 Jahre

#### Grundschule Klasse 2-4

(Osterferien)

Mi. 07.04. 10.00 – 14.30 Uhr

Do. 08.04. 10.00 – 14.30 Uhr

### 11-14 Jahre

Fr. 19.03. 15.00 – 18.30 Uhr

Sa. 20.03. 10.00 – 15.30 Uhr

### 15-17 Jahre

Fr. 04.06. 15.00 – 18.30 Uhr

Sa. 05.06. 10.00 – 15.30 Uhr

## Hinweis

Zu den angegebenen Terminen finden jeweils Kurse in den Regionsgebieten Nord, Ost, Süd-West und Nord-West statt. Die **Veranstaltungsorte** werden rechtzeitig vor Kursbeginn bekannt gegeben.

Kurstermine im 2. Halbjahr können ab Juli erfragt werden.

**Elternabend** für alle Kurse zusammen

Di. 16.03. 19.30 Uhr

**Besonders eingeladen sind die Väter!**

Bitte bei uns anmelden!

Ort: Freizeitheim Vahrenwald,  
Vahrenwalder Str. 92, 30165 Hannover



## Spezielle Angebote

Die Kurse „Jungen\* stärken“ sind Bestandteil unseres kostenfreien Präventionsangebotes in der Region Hannover. Darüber hinaus bieten wir für Einrichtungen spezielle Projekte, Kurse, Seminare an zu Themen wie

- **Gewalt und Gewaltprävention,**
- **Aggression,**
- **Grenzverletzungen sowie**
- **Transkulturalität oder**
- **Medienkompetenz**

(Für Jungen\*, männliche Jugendliche und junge Männer)