Anmeldung

(Bitte verbindlich bis 14 Tage vor Kursbeginn per Post oder per Mail an uns schicken.)

Hiermit melde ich mich/ meinen bzw. unseren Sohn

Name des Jungen* _____ Geburtsdatum _____

Name(n) der Sorgeberechtigten _____

Straße und Hausnummer _____

PLZ _____ Ort _____

Telefon (Kontaktaufnahme sowie Erreichbarkeit auch während des Kurses) _____

E-Mail _____

zu folgendem Selbstbehauptungskurs für Jungen* verbindlich an:

- ☐ 04./05.02.2027 (für Jungen* 9 – 11 Jahre)
- ☐ 05./06.11.2027 (für Jungen* 12 – 14 Jahre)

Die Kursgebühren entrichte ich bei Kursbeginn in bar.

Datum _____ Unterschrift des/ der Sorgeberechtigten _____

Ich bin damit einverstanden, dass während des Kurses fotografiert wird und die Fachstelle geschlechtersensible Kinder- und Jugendarbeit die Fotos zur Dokumentation und Öffentlichkeitsarbeit nutzt und veröffentlicht.

Datum _____ Unterschrift des/ der Erziehungsberechtigten _____

Kurstermine 2027

☐ **04./05.02.2027 (Jungen* 9 - 11 Jahre)**

04.02.2027 10.^{00} - 16.^{00} Uhr
05.02.2027 10.^{00} - 16.^{00} Uhr

☐ **05./06.11.2027 (Jungen* 12 - 14 Jahre)**

05.11.2027 15.^{00} - 19.^{00} Uhr
06.11.2027 10.^{00} - 16.^{00} Uhr

Kursgebühren

Die Kursgebühren betragen 20,00 € pro Person (Ermäßigungen sind nach vorheriger Rücksprache möglich). Sie sind bei Kursbeginn in bar zu entrichten.

JuMäX Jena e.V.

Fachstelle geschlechtersensible Kinder- und Jugendarbeit

Drackendorfer Straße 12a • 07747 Jena
03641 - 44 39 67 (Anrufbeantworter nutzen)
T 0179 - 49 80 842
@ jungenarbeit@jumaex-jena.de
www.jumaex-jena.de

Bankverbindung

JuMäX Jena e.V.
Sparkasse Jena - Saale-Holzland
IBAN DE64 8305 3030 0000 0423 31
BIC HELADEF1JEN

JuMäX Jena e.V. ist ein gemeinnütziger Verein.
Spenden sind steuerlich absetzbar.

Fachstelle geschlechtersensible Kinder- und Jugendarbeit

SELBSTBEWUSST UND GELASSEN IN KONFLIKTEN REAGIEREN



SELBSTBEHAUPTUNGSKURSE FÜR JUNGEN*

2027

Inhalt und Aufbau der Selbstbehauptungskurse

Das Angebot richtet sich an Jungen* im Alter von 9 bis 14 Jahren, die in ihrer alltäglichen Lebenswelt belastenden Erfahrungen ausgesetzt sind. In vielfältigen kreativen und kooperativen Übungen, (Rollen-)Spielen und anschließenden Reflexionsrunden können sie im geschützten Rahmen einer überschaubaren Gruppe lernen,

- ihre eigenen Stärken, Grenzen und Fähigkeiten realistischer einzuschätzen,
- sich selbst, ihre Bedürfnisse und Impulse besser wahrzunehmen,
- sich wirksamer abzugrenzen und zu schützen;

können sie Verhaltensalternativen und andere Reaktionsweisen für belastende Situationen kennenlernen, praktisch erproben und sich aktiv aneignen.

Die Themen Junge*-Sein und Männlichkeit ziehen sich durch den ganzen Kurs, damit die Jungen* erkennen können, wie sie sich von ihren eigenen Männlichkeitsbildern und von an sie herangetragenen geschlechtsbezogenen Erwartungen einengen lassen. Die Gruppe ermöglicht den Jungen* Kontakt und Begegnung miteinander sowie das Lernen voneinander.

Die persönlichen Erfahrungen und die individuellen Fragestellungen der Jungen* stehen im Mittelpunkt des Selbstbehauptungskurses.

Ziele

☐ Selbstwahrnehmung schärfen

Wir unterstützen Jungen* darin, …

- Ihre eigenen Gefühle, Impulse und Bedürfnisse wahrzunehmen,
- ihr eigenes Verhalten zu reflektieren,
- eine realistische Selbsteinschätzung zu entwickeln,
- eigene Grenzen sowie auch die anderer zu erspüren und zu achten.

☐ Selbstwertschätzung vermitteln

Wir unterstützen Jungen* darin, …

- sich ihrer eigenen Stärken und Fähigkeiten bewusst zu werden und sie verantwortungsvoll einzusetzen,
- sich Fehler einzugestehen, Schwäche(n) zu akzeptieren.

☐ Handlungskompetenzen erweitern

Wir unterstützen Jungen* darin, …

- zu erkennen, dass sich ihnen auch in schwierigen Situationen verschiedene Handlungsoptionen bieten,
- unterschiedliche Verhaltens- und Reaktionsweisen kennenzulernen und aktiv zu erproben,
- zukünftig bewusste Entscheidungen hinsichtlich ihres Verhaltens treffen zu können.

☐ von Männlichkeitsvorstellungen entlasten

Wir unterstützen Jungen* darin, …

- zu erkennen, in welchen Momenten sie sich mit ihren eigenen Männlichkeitsvorstellungen selbst im Wege stehen,
- zu erfahren, wie eigene und an sie herangetragene geschlechtsbezogene Erwartungen sie einengen,
- zu lernen, sich wirksam von einengenden Bildern und Erwartungen abzugrenzen.

Organisatorisches

An jedem Kurs können maximal 9 Jungen* teilnehmen. Nach erfolgter Anmeldung führen wir ein Vorgespräch mit den Eltern und dem jeweiligen Jungen*, um gemeinsam zu entscheiden, ob der Kurs das richtige Angebot für ihn ist.

Nach Eingang der Anmeldung erhalten Sie von uns eine Anmeldebestätigung per Mail, telefonisch oder per Post. Sollte der Kurs bei Eingang Ihrer Anmeldung schon ausgebucht sein, melden wir uns umgehend.

Die Jungen* benötigen für den Kurs bequeme Kleidung.

Die Kurse finden in unserer Fachstelle geschlechtersensible Kinder- und Jugendarbeit (Drackendorfer Straße 12a, 07747 Jena) statt und beginnen dort pünktlich zu den angegebenen Zeiten. Die Teamer sind in der Arbeit mit Jungen* und Jungen*gruppen erfahrene Fachkräfte.

Wir verwenden bei geschlechtsbezogenen Bezeichnungen das * , um die lebendige Vielfalt von Jungen*, der gesellschaftlichen geschlechtsbezogenen Zuschreibungen und individuellen Selbstdefinitionen anzuerkennen und abzubilden.

JuMäX Jena e.V.
Fachstelle geschlechtersensible Kinder- und Jugendarbeit
Drackendorfer Straße 12a
07747 Jena

Nähere Informationen zu unserem Verständnis von Selbstbehauptung, unserer Haltung sowie auch zu Zielen, Themen und Methoden in den Selbstbehauptungskursen für Jungen* finden Sie hier:
www.jumaex-jena.de/fachstelle-geschlechtersensible-kinder-und-jugendarbeit/angebote/kinder-und-jugendliche/selbstbehauptungskurse-fur-jungen