

## Projekt „Sesista“ im Haus der Kinder Johannes Bosco

Nach längerer Pause fand in diesem Jahr wieder das Projekt „Sesista“ in unserem Haus statt. Sesista bedeutet Selbstbewusst, sicher, stark. Ziel ist es, den Schulanfängern Lösungen, Möglichkeiten und Wege aufzeigen, wie man Gewalt deeskalierend und selbstbewusst begegnet, bei Gefahren handlungsfähig bleibt und die typische "Opferrolle" bewusst ablegt.

Ergänzend zu Rollenspielen, in denen ein der jeweiligen Situation angemessenes Verhalten trainiert wird, studierten die Kinder auch ein paar einfache, aber wirkungsvolle Selbstverteidigungstechniken ein.

In spielerischer Umsetzung erlebten sie zudem, dass das Thema Selbstbehauptung und Selbstverteidigung auch viel Spaß und Mut macht.

Zum Abschluss durfte jedes Kind eine „Masterprüfung“ ablegen, bei der das Gelernte an praktischen Fallbeispielen erprobt wurde.

Den Kindern hat das Projekt sehr viel Spaß bereitet und wir sind froh, dass das es erneut so gut angekommen ist.



