



www.respect-selbstbehauptung.ch

Selbstbehauptungstrainer:in nach Respect!

Eine Weiterbildung für Fachpersonen (m/w/d),
die bereits einen Schnuppertag bei uns besucht haben.

Ausgangslage

Pädagogische Fachpersonen stehen im Alltag mit Kindern und Jugendlichen vor vielfältigen Aufgaben und Herausforderungen: Konflikte, Gewalt, Unsicherheiten im sozialen Umgang, Schwierigkeiten im Umgang mit Gefühlen, Zeigen und Einhalten von Grenzen sowie zunehmender Druck durch die Gesellschaft, Schule und soziale Medien.

Ziel der Weiterbildung

Die Weiterbildung befähigt Fachpersonen, Kinder und Jugendliche in Gruppensettings in ihren Selbstbehauptungsfähigkeiten sowie in ihrer emotionalen und sozialen Entwicklung gezielt zu stärken. Durch handlungs- und körperorientiertes Lernen verbinden die Teilnehmenden eigene Reflexion mit direkt umsetzbaren Methoden für den pädagogischen Alltag.

Zielgruppe

Die Weiterbildung richtet sich an Fachpersonen der sozialen und pädagogischen Arbeit:

- Lehrpersonen
- Schulsozialarbeitende
- Sozialpädagogische Fachpersonen
- Fachpersonen in der offenen Kinder- und Jugendarbeit
- Fachpersonen in Betreuung und Bildung
- weitere Fachpersonen, die mit Gruppen arbeiten

Kooperation & Leitung

Die Weiterbildung zum:zur Selbstbehauptungstrainer:in nach Respect! ist eine Kooperation von Respect! Selbstbehauptung, KRAFTPROTZ® – Bildungsinstitut Ich-Du-Wir, Dachverband Wen-Do Schweiz, Verein Selbstbehauptung Schaffhausen und Ursina Haas.

Weiterbildungsinhalte

Die Weiterbildung umfasst total 96 Lektionen verteilt über 12 Kurstage und vermittelt folgende Inhalte:

Module 1+2: KampfESspiele® / 2 x 3 Tage

- Grundsätze der gewaltpräventiven Arbeit
- Verbesserung der Deeskalationskompetenzen
- Steigerung der persönlichen Präsenz
- Kennenlernen von zahlreichen kampforientierten Spielen
- Einführung in die:den innere:n Schiedsrichter:in

Modul 3: Hand der Selbstbehauptung / 2 Tage

- Hand der Selbstbehauptung nach Respect!
- Selbstregulation und Achtsamkeit
- Umgang mit Grenzen
- Kooperation: Hilfe geben und annehmen
- Sprache wirkungsvoll einsetzen

Modul 4: Geschlechtersensible Selbstbehauptung / 2 Tage

- Grundlagen geschlechtersensibler Selbstbehauptung
- Auseinandersetzung mit geschlechterspezifischer Sozialisation
- Diversität innerhalb der Geschlechter
- Einbezug intersektionaler Perspektiven

Modul 5: Transfer in die Praxis / 2 Tage

- Umsetzung in verschiedenen Settings
- Auftragsklärung / Erstgespräch: Tipps und Tricks
- Nachhaltigkeit stärken
- Entwicklung eines eigenen Angebotes



Weiterbildung zum:zur Selbstbehauptungstrainer:in nach Respect!

Organisatorisches

1. Modul	Mittwoch, 17. November 2027 bis Freitag, 19. November 2027
2. Modul	Mittwoch, 19. Januar 2028 bis Freitag, 21. Januar 2028
3. Modul	Donnerstag, 23. März 2028 und Freitag, 24. März 2028
4. Modul	Donnerstag, 11. Mai 2028 und Freitag, 12. Mai 2028
5. Modul	Donnerstag, 22. Juni 2028 und Freitag, 23. Juni 2028
Arbeitszeiten	Beginn am 1. Tag um 09.00 Uhr. Ende am letzten Tag um 16.30 Uhr.
Kursort	Lintharena Oberurnerstrasse 14, 8752 Näfels www.lintharena.ch
Teilnehmende	Max. 18 Fachpersonen (m/w/d)
Kurskosten	CHF 5'100.– Mit Frühbuchrabatt bei Anmeldung und Zahlung vor dem 1.7.2027: CHF 4'740.–
Leistungen	12 Kurstage à 8 Lektionen; Kursunterlagen, 7 Übernachtungen im Doppelzimmer, Vollpension (ohne Getränke), Pausenverpflegung.
Veranstalter	Respect! Selbstbehauptung Wattstrasse 3, 8050 Zürich Telefon 076 495 47 70 manser@respect-selbstbehauptung.ch www.respect-selbstbehauptung.ch

Anmeldebedingungen

Der Schnuppertag wurde vorgängig besucht.
Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.
Die AGBs und die Annulationsbedingungen werden mit der
Anmeldung akzeptiert.
Die Anmeldungen werden erst mit dem Einzahlen der Kurskos-
ten definitiv.

Titelvergabe

Den Titel «Selbstbehauptungstrainer:in nach Respect!» erhält,
wer an mindestens 90 % der Lektionen teilgenommen und die
Nutzungsrechte-Vereinbarung unterschrieben hat.

Annulationsbedingungen

Bei Rückzug der Anmeldung werden folgende Kosten fällig:
Absage bis 30.6.2027: CHF 300.–
Absage bis 15.9.2027: 50 % der Kurskosten
Absage ab 16.9.2027: 100 % der Kurskosten

Kursanmeldung

Für eine Anmeldung brauchen wir folgende Angaben:
Kurs-Nr. (WB SBT 01),
Vorname, Name, ggf. Pronomen,
Geburtsdatum,
Kontakt-Adresse (P. und/oder G.),
Telefon und/oder Mobile,
E-Mail-Adresse,
Wünsche bezüglich Essen (Vegi, Intoleranzen o.ä.).

Anmeldungen sind wie folgt möglich

Via Website: www.respect-selbstbehauptung.ch
Per Mail: manser@respect-selbstbehauptung.ch
Per Post: Bruno Manser, Wattstrasse 3, 8050 Zürich

Bankverbindung

ZKB, 8010 Zürich, Konto: 80-151-4,
zugunsten von: Respect! Selbstbehauptung
Vermerk: WB SBT 01
IBAN: CH41 0070 0110 0010 3098 3



Weiterbildung zum:zur Selbstbehauptungstrainer:in nach Respect!

Kursleitung

Kursverantwortlicher & Co-Leitung Module 3-5

**Bruno Manser** (er/ihm)

lic. phil. I, Selbstbehauptungstrainer,
Anleiter KampfESspiele®, Coach IBP
bso, Phaemo®-Therapeut, Erwachse-
nenbildner SVEB1, Trainer bei Respect!
Selbstbehauptung
www.respect-selbstbehauptung.ch

Leitung Module 1+2

**Peter Hebeisen**

Dipl. Sozialpädagoge, KampfESspiele®-
Ausbildner, Selbstbehauptungstrainer
für Jungen, Gewalt- und Deeskalati-
onstrainer, Coach (DGfC)
www.kraftprotz.net

Co-Leitung Modul 3

**Ursina Haas**

Soziokulturelle Animatorin, Schulsozi-
alarbeiterin, Selbstbehauptungstraine-
rin, Anleiterin KampfESspiele®

Co-Leitung Modul 4

**Livia Boscardin** (sie/ihr)

Dr. phil. Soziologin, diplomierte Wen-
Do-Trainerin, CAS Häusliche Gewalt,
CAS Psychosoziale Beratung Sexualität
& sexuelle Gesundheit, Erwachsenen-
bildnerin SVEB1, Muay Thai-Trainerin
www.wendo-basel.info

Co-Leitung Modul 5

**Olivia Östergren**

Sozialarbeiterin B.Sc., HSLU, Selbstän-
dige Selbstbehauptungstrainerin für
Mädchen*, Anleiterin KampfESspiele®,
Sozialpädagogin, Co-Präsidentin Verein
Selbstbehauptung Schaffhausen,
Schulsozialarbeiterin
www.selbstbehauptung-sh.ch

