

## Coolness Training an der August-Macke-Schule

In konfliktreichen Situationen cool bleiben oder cool werden- das ist eine zentrale Aufgabe im gelingenden Schulalltag, um diesen Alltag gesund und gewinnbringend zu bestehen.

Das Schulleben ist sowohl für Schüler/Innen und auch für Lehrer/Innen sehr herausfordernd und bringt mitunter die verschiedenen Akteure durch Konflikte in der Kommunikation mit Mitschülern und Lehrern, durch Leistungsanforderungen und Stress im sozialen Umfeld an Grenzen. Folge kann der Verlust von Respekt, der Einsatz von Gewalt jeglicher Form und eine fehlende positive Teilnahme am Schulleben sein. Das Coolness Training von Krämer Trainings nimmt sich der Aufgabe der Stressreduktion im Schulalltag an und arbeitet sowohl mit einer gesamten Klassenstufe, als auch mit der Lehrerschaft.

Die Schärfung des Blickes auf das eigene Verhalten und auch das Erkennen und Verstehen eigener und fremder Grenzen sind Themen des coolness- Trainings. Konkrete Methoden zur Verhaltensregulation in Konfliktsituationen und auch Techniken zur Entspannung werden vermittelt.



Die Trainings sowohl in den Klassen als auch in der Lehrerschaft befähigen das gesamte soziale Umfeld von Schule die Grundlagen von Stressreduktion und partnerschaftlichen Umgangsformen zu lernen und anzuwenden.

Dank des Sponsorings der TK (Techniker Krankenkasse) werden die Coolness- Training auf drei Ebenen: Klassenstufe, Lehrerschaft und Multiplikatoren (einzelne Kollegen/Innen) durchgeführt und nachhaltig gestaltet. Die Schülertrainings fanden bereits nach den Sommerferien im September und Oktober 2020 statt. Das Lehrertraining war eintägig am 15.09.2020. Die Multiplikatorenschulung für drei Tage startet am 18.12.2020.

Weitere Trainings mit Krämer Trainings folgen in den Klassenstufen. Hierfür sind verschiedene Sponsoren zur Unterstützung gewonnen worden. Die **Stiftung Kompetenz im Konflikt**, ebenso wie **die Stiftung Jugendhilfe der Sparkasse Köln Bonn** werden ein nachhaltiges Intensiv- Training in Klasse 9 mitfinanzieren. Mit einer weiteren Finanzzusage der **Stiftung der VR Bank Bonn** kann das Coolness- Training kontinuierlich auch in der Stufe 7 verankert werden. Wir danken allen Sponsoren und den Trainern recht herzlich für die Ermöglichung des Coolness Trainings.

