

# ***Ki-do: Der Weg der Kinder***

**Gewaltpräventions-Seminare für Schule und Kindergarten**  
Ralf R. Ide · Segeberger Str. 25 · 23858 Reinfeld · Tel.: 04533/2222 · 0172/4177714

## ***Das Projekt Ki-do: Gemeinsam gegen Gewalt an Kindern – Kinder stärken mit Ki-do*** **Ganzheitliche Gewaltprävention – intelligente Selbst-Verteidigung**

**Ki-do** ist das Original: Es ist das erste Sicherheitstraining in Deutschland, das bereits 1992 speziell für Kinder von Ralf R. Ide entwickelt wurde: kindgerecht, praxisorientiert, effektiv. Der pädagogisch-psychologische Ansatz distanziert sich von üblichen SV-Konzepten. Haudrauf-Techniken lösen keine Gewaltprobleme, sie schaffen welche! **Ki-do** ist die intelligente Form der Selbst-Verteidigung. Köpfcchen statt Faust! Der eigens entwickelte Begriff **Ki-do** bedeutet: Der Weg der Kinder u n d Der Weg der geistigen Kraft.

Das ganzheitliche Konzept des **Ki-do** bietet für alle Formen der Gewalt (physisch, psychisch, sexuell) effektive Gegenmaßnahmen, die spielerisch und mit Humor in Rollenspielen, Tests, Übungen, Gesprächen u. Geschichten erarbeitet werden. Die Stärkung des Ichs, des Selbstvertrauens, etc. helfen nicht nur dem potentiellen Opfer, auch kindliche Aggressoren finden Wege aus der Gewalt. Die Stärkung des Wir-Gefühls und die Achtung vor dem anderen reduzieren Gewalt in der Schule. Der einzigartige übergreifende Ansatz von **Ki-do** schützt nicht nur vor Gewalt sondern auch vor Unfall u. Auto-Aggression. Die Basis des **Ki-do** bilden die 7 Säulen:

### **Die 7 Säulen des Ki-do – Die intelligente Selbst-Verteidigung mit Köpfcchen statt Faust!**

#### ***1. Säule: Die äußere Haltung – starke Ausstrahlung und Körpersprache: „Mit mir nicht!“***

Die Körpersprache spielt bei der Vorbeugung eine wesentliche Rolle. Was der ganze Körper zeigt, wirkt auf den Täter viel stärker, als was Worte sagen könnten. Opfersignale werden abgelöst durch eine kraftvolle Ausstrahlung (Haltung, Gestik, Mimik, Stimmkraft)

#### ***2. Säule: Die innere Haltung – die Stärkung des Ich***

Entwickelt werden das elementar wichtige Selbstwertgefühl, Selbstvertrauen, Selbständigkeit, Selbstsicherheit, Selbstkontrolle. Mutige Kinder können sich und auch anderen helfen!

Ki-do Kinder können auch „den Mut finden, den Mund aufzumachen“ – in allen Situationen: ob im Unterricht oder bei bzw. nach Gewalttaten (Täter abschrecken oder Helfer ansprechen).

#### ***3. Säule: Wachsamkeit und Vor-Sicht schulen – Gefahren erkennen, Gefahren vermeiden***

Wer über potentielle Gefahrensituationen bescheid weiß, kann sie besser meiden. Wer seine Umgebung aufmerksam wahrnimmt, kann im Ernstfall schneller und besser reagieren.

#### ***4. Säule: Das „schlechte Gefühl“ aktivieren und sensibilisieren – „Hier ist etwas faul!“***

Kinder spüren noch viel natürlicher, wenn etwas nicht stimmt. In diesem Gefühl müssen wir sie bestärken: darauf horchen, darauf vertrauen und dem Gefühl entsprechend handeln – weg!

#### ***5. Säule: Kontrolle behalten – trotz Angst, Wut, Schreck und Schmerz***

Sicherer Umgang mit Emotionen – Gelassenheit in Stress-Situationen! Angst lähmt, Schmerz lenkt ab, Wut macht blind. Wer Kontrolle behält, handelt überlegt, überlegen und – gewinnt!

#### ***6. Säule: Detektivische Fähigkeiten schulen – Täter- und PKW-Beschreibung, Hilfe holen***

Trotz der Aufregung muss das Kind im Ernstfall in der Lage sein, Tätermerkmale und Auto-kennzeichen aufzunehmen und sich anzuvertrauen, um weitere Taten vermeiden zu helfen.

#### ***7. Säule: Partnerschaftlicher Umgang – Stärkung des Wir-Gefühls und der Zivilcourage***

Medien, die Gewalt als Mittel der Konfliktlösung präsentieren, brauchen Gegengewichte. So werden Wege gewaltfreier Konfliktlösung und Deeskalationstechniken gelernt. Förderkämpfe u. vertrauensbildende Spiele helfen im partnerschaftlichen Umgang. Integration und Stärkung des Wir-Gefühls verhindern Gewalt und ermöglichen gegenseitiges Helfen im Notfall.

**Kurzbiographie:** Ralf R. Ide ist Erziehungswissenschaftler, 1958 geboren und von Beruf Studienrat mit den Fächern Englisch und Sport. Neben Pädagogik studierte er noch Theologie, ZEN und Psychologie. Diese Felder gemeinsam mit 45 Jahren Kampfsporterfahrung (u.a. 4. DAN Karate) und fast 30 Jahren SV-Seminare für Jugendliche/Erwachsene sind die Basis für sein **Ki-do**, mit dessen Entwicklung er 1992 nach 2 Übergriffen auf das erste seiner 4 Kinder begann. Aus persönlicher Betroffenheit wurde ein Beruf: bundesweit leitet er **Ki-do** Seminare für Kinder, Eltern u. Pädagogen.