



**Breaking
the Cycle**
für ein
gewaltfreies
miteinander

Talweg 18
07639 Bad Klosterlausnitz
Tel 036601 82260
Fax 036601 85044
breakingthecycle@mailstack.com

Beispiel einer Veranstaltung

zur Vorbereitung auf eine *Breaking the Cycle* Veranstaltung
oder als Nacharbeit geeignet

.....

Aus schmerzhaften Erfahrungen ziehen wir oft Lehren.

- Was konntest Du aus persönlichen Nöten lernen?
- Was würdest Du tun und ändern, um Gewalt unter Jugendlichen abzubauen?
- Wie hast Du Ärger und Enttäuschungen verarbeitet, wenn Dich Freunde oder Freundinnen verletzt, enttäuscht oder im Stich gelassen haben?
- Hilft es Dir, Dich mit anderen über Deine schlimmsten Ängste und Sorgen auszutauschen? Kannst Du jemandem Dein Herz ausschütten und alles erzählen, was Dich kaputt macht? Hört Dir jemand zu?
- Nenne Formen von Gewalt beim Namen, auch emotionale Gewalt, wie diskriminierende Bemerkungen oder Drohungen bezüglich Religion, Rasse, körperlicher Besonderheiten oder Behinderungen.
Was hast Du diesbezüglich erlebt?
- Depressionen und Gefühle der Wertlosigkeit überkommen jeden.
Wie findest Du Dein Selbstwertgefühl zurück?
- Leben wir in einer Kultur, in der man nur noch “cool” sein darf?
Wie tolerant sind wir zu allen, die “uncool” sind?

Schicke Deine Gedanken an den Veranstalter an die unten stehende Adresse.
Alle Zusendungen werden an die Referenten weitergeleitet, die bestimmt auch
antworten werden.

.....

Peter Mommsen
Talweg 18
07639 Bad Klosterlausnitz
Tel. (036601) 82260
Fax (036601) 85044
petermommsen@mailstack.com