

## Selbstbehauptungskurse für Grundschüler am 31. Mai

Gemeinsam mit dem Jugendclub haben wir erstmals Gewaltpräventionskurse für Grundschüler organisiert und waren erfreut über das große Interesse. 49 Kinder hatten sich für die zwei nach Alter aufgeteilten Workshops angemeldet, die vom Bötzingener Karatetrainer Jochen Wiesler geleitet wurden. Hierbei ging es jedoch nicht um das Erlernen von Selbstverteidigungstechniken, denn Kinder im Grundschulalter sind kräftemäßig jedem Erwachsenen unterlegen. Durch selbstbewusstes Auftreten wird die Chance erhöht, kein Opfer zu werden. Mit verschiedenen Übungen angefangen vom einfachen „Blickkontakt halten“ bis hin zu Abgrenzungs-Übungen durch Worte und Körpersprache sollten die Kids ihre eigene Stärke entdecken. Gefährliche Alltagssituationen wurden besprochen und mit Rollenspielen das Selbstbewusstsein gestärkt.



*„Stopp, bleiben Sie stehen!“*

Mit Schutzpolstern ausgerüstet, übten die Kinder gegenseitig einige Abwehrtechniken wie z. B. der Tritt gegen das Schienbein oder mehrere Schläge mit den flachen Händen.

Sie lernten auch, wie wichtig es ist, anderen zu helfen. „Frage: Ich sehe, dass mehrere Kinder Streit miteinander haben. Es kommt zur Rangelei und ein Kind ist Bedrängnis. Soll ich helfen? Antwort: Ja, aber ich gehe *nicht* hin und bringe mich nicht selbst in Gefahr, sondern hole Hilfe.“

Mögliche „Rettungsinseln“ in Gottenheim wurden besprochen, d.h. Orte wie z. B. Apotheke oder Bäcker, zu denen das Kind im Notfall gehen kann.

Kursleiter Jochen Wiesler erlaubte den Kindern ausdrücklich, unhöflich zu sein, wenn ein fremder Erwachsener sie anspricht. Bitte ärgern Sie sich nicht, wenn ein Kind, das Sie nicht kennt, unfreundlich und abweisend reagiert. Das geschieht schließlich zu seinem eigenen Schutz.