

Gegen Jugendgewalt: Sich richtig verteidigen lernen

## «Du kannst und sollst Dich wehren!»

Im Schulhaus Chapf werden Kinder verschiedener Altersgruppen in Selbstverteidigung unterrichtet. Nicht eine Kampfsportart wird vermittelt, sondern sinnvolles und überlegtes «sich wehren» ohne Gewaltanwendung. Die Eltern unterstützen die Aktion mit Sympathie: Sie haben mehr als die Hälfte der Brüttemer Primarschüler zur Kursteilnahme angemeldet.

von **Susanne Reichling**

Der Selbstverteidigungskurs wurde auf Initiative der Sozialbehörde und in Zusammenarbeit mit der Schulpflege im Februar ausgeschrieben. «Das Echo war überwältigend. Wir haben unerwartet viele Anmeldungen erhalten; die Lektionen werden pro Alterskategorie deshalb jetzt doppelt geführt», erzählt Reinhard Egli. Dass diese erste Aktion des übergreifenden Suchtpräventionskonzeptes zum Thema Gewaltprävention derart grosses Interesse ausgelöst habe, lasse erkennen, dass auch in Brütten ländlicher Gegend Aggressionen und Mobbing unter Kindern nicht tabuisiert würden, erklärt das Mitglied der Sozialbehörde.

### Ohne Gewalt streiten

Reinhard Egli ist nach intensiver Suche im Internet fündig geworden, als er anfangs Jahr damit begann, den Lehrgang aufzugleisen. Daniela und Thomas Richter, die jetzt in Brütten tätigen Kursleiter, gründeten ihre Schule für Kinderselbstverteidigung vor rund vier Jahren. «Wir vermitteln keine Kampfsportarten. Im Gegenteil: Wir kommunizieren Gewaltanwendung als letzte



Die Kursleiter Daniela und Thomas Richter demonstrieren Techniken und selbstbewusstes Verhalten. (Bilder: Susanne Reichling)

– ja allerletzte – Gegenmassnahme in kritischen Situationen», erzählt Daniela Richter. Ihr Ehemann Thomas ergänzt: «Wir lehren die Kids, womit und durch welches Verhalten eine Konfliktschleife unterbrochen werden kann, wie man sich gegen Pöbeleien wehrt und verteidigt, wie man Distanz schaffen kann und wo die eigenen Grenzen gesetzt sind.» Es sei wichtig, den Kindern insbesondere das Abschätzen der Verhältnismässigkeit einer Situation altersgerecht zu vermitteln und ebenso, die Kids in verbaler Selbstbehauptung zu schulen und damit das Selbstvertrauen zu fördern.

### Rollenspiele

Insbesondere die Rollenspiele scheinen den Kindern Spass zu machen. Mit Eifer sind sie dabei, wenn sie sich

– nach Aufforderung durch die Kursleiter – zu zweit in den Kreis begeben, und sich an den Haaren raufen müssen – um sich schon bald wieder mit Worten oder in gerade eben vermittelt erhaltener Selbstverteidigungstechnik aus der brenzligen Situation herauszuwinden. Auch bezüglich Bedrohung durch Erwachsene – Weglocken vom Schulplatz, sexuelle Übergriffe, Ansprechen aus dem Auto heraus – wird wirkungsvolles und richtiges Reagieren geübt, und auch das in Brütten nicht unbekanntes Thema «Mobbing» wird thematisiert und in den Rollenspielen «Opfer/Täter» dargestellt, analysiert und relativiert. «Du kannst und sollst Dich wehren! Ihr müsst lernen, mit gut überlegten und bewusst gewählten Worten zu reagieren. Nicht ängstlich oder aggressiv, sondern vielmehr vermittelnd – aber mutig, ent-

schlossen und mit einer verhältnismässigen Portion an Selbstbewusstsein», erklärt Daniela Richter mit Nachdruck. Auch Hilfeholen sei erlaubt, dafür solle man sich nicht schämen, werden die Kids ermuntert.

«Wir hoffen natürlich, dass die Kinder das Gelernte – auch die Körpersprache – in realen Alltagssituationen gegen ihre Plagegeister künftig auch anwenden. Dass 82 Kinder zwischen 6 und 12 Jahren nun bessere Verhaltensmethoden kennen, um sich gegen Angriffe zu wappnen, lässt hoffen, dass in unserer Gemeinde nun viele 'brenzlige' Situationen sich durch die im Kurs gelernten Verhaltensregeln besser lösen», meint Reinhard Egli zum Schluss der April-Lektion. Mitte Mai – und darauf freuen sich die Kids schon heute – findet die dritte samstägliche Kurslektion im «Chapf» statt. ■



Eine haarige Rauferei.



Distanzhalten in Körpersprache.