

Kinder zerschlagen Holzbretter

KURS Steinsberger Grundschüler trainieren ihre Selbstsicherheit und ihre eigenen Stärken.

VON MONIKA BUCHER, MZ

STEINSBERG. „Mut zum Nein“ – in der Grundschule Steinsberg-Eitlbrunn wird derzeit ein Kurs mit dem Motto „Sesimi – Selbstsicherheit für mich“ angeboten. Initiiert wurde er vom Elternbeirat, mitgetragen und unterstützt von der Schulleitung.

Die Trainerinnen Christina Ehmann und Steffi Anke Bähr helfen den maximal zwölf Buben oder Mädchen einer Gruppe an zwei Nachmittagen in jeweils vier Stunden und einem Vertiefungstag, die eigenen Stärken zu entdecken und Grenzen zu spüren. Die jungen Teilnehmer sollen nach dem Kurs vor allem in der Lage sein, sich mit Worten und Körperhaltung zu wehren. Sie lernen auch einige Griffe und Tricks zur körperlichen Abwehr und Befreiung in Notfällen.

Eine Mutprobe ist beispielsweise das Zerschlagen von Brettern. Besonders bei den Mädchen geht es in erster Linie darum, dass sie lernen, die Angst davor zu überwinden. Als Erinnerung dürfen sie die Bruchstücke schließlich bemalen und signieren.

„Wie kann ich mich im Alltag mit Worten durchsetzen?“ „Was kann ich tun, wenn ein Erwachsener mich so komisch anspricht oder ein Auto neben mir hält?“ Auch mit diesen Fragen beschäftigten sich Kinder und Trainee-



Im Selbstbehauptungskurs an der Grundschule Steinsberg-Eitlbrunn zerschlagen die Kinder Bretter und signieren sie anschließend. Foto: Bucher

rinnen intensiv. Grundsätze wie „Verlasse dich auf deine Gefühle, du darfst Nein sagen“ werden dabei besonders den Mädchen vermittelt. Die Jungs lernen dagegen, mit ihren Aggressionen umzugehen und Konflikte zu bewältigen.

Nach jedem Kurs werden die Eltern in einem gemeinsamen Gespräch über das Thema „Sexuelle Gewalt und Prävention“ informiert. Dabei gibt es auch Literaturhinweise und Sicherheitstipps.

Das Wichtigste sei, so Ehmann im Gespräch mit der MZ, auf das Kind einzugehen, es zu nichts zu zwingen

oder auch dessen Ängstlichkeit zu akzeptieren. Dies helfe am besten bei der Selbststärkung.

„Der Elternbeirat organisiert diese Kurse seit Jahren“, betont Vorsitzender Harald Sentner. Wie wichtig sie seien, beweise der großzügige Zuschuss durch das Kreisjugendamt des Landratsamts Regensburg. Die Nachfrage sei fast immer höher als die Zahl der Kinder, die aufgenommen werden können, und belege die Qualität der Kurse. „Die Eltern, bei denen schon ein Kind den Kurs besucht hat, schicken auch die nachfolgenden Kinder dorthin“, weiß Sentner. (lmb)