

„Ich sage Nein! Starke Kinder schützen sich“

Selbstverteidigungskurs als Gemeinschaftsaktion

Kindergarten Piding - AC Bad Reichenhall

PIDING - In einer Gemeinschaftsaktion „Ich sage Nein! Starke Kinder schützen sich!“ haben der katholische Kindergarten „Maria Geburt“ in Piding und der AC Bad Reichenhall einen Selbstverteidigungskurs organisiert. Die Leiterin des Kindergartens, Karin Brüderl, und Barbara Götzinger vom AC riefen den Kurs als landkreisweit einzige Kooperation für Schulanfänger 2010 ins Leben, da eine große Nachfrage vonseiten der Eltern zum Thema „Wie schützen wir unsere Kinder?“ bestand.

Barbara Götzinger: „Ich habe mir schon seit längerer Zeit Gedanken gemacht, wie auch Kindergartenkinder behutsam ans Thema Selbstverteidigung herangeführt werden können. Es war eine enorme Herausforderung für mich, ein Konzept zu erstellen, das über einen Zeitraum von vier Wochen alle infrage kommenden, wichtigen Punkte einer sinnvollen, aber auch kindgerechten Selbstverteidigung abdeckt. Das Erzieherinnen-Team hat die Bemühungen dahingehend unterstützt, dass Themen, die mit den Kindern erarbeitet wurden, aufgegriffen und in den Kindergartenalltag eingebracht wurden. In kleinen Hausaufgaben wiederholten die Kinder selbst das Erlernte immer wieder und verinnerlichten dadurch ihr Wissen.“ Die Ausbildung der Kinder umfasst die Prävention, die Selbstbehauptung und die Selbstverteidigung. Die vorbeugenden Maßnahmen (Prävention) beinhalten das Einschätzen von Gefahren-Situationen sowie die Anleitung zum Sinnvollen „Hilfe holen“.

Die Selbstbehauptung befasst sich mit dem Durchsetzungsvermögen anderen gegenüber und der Stärkung des eigenen Selbstbewusst-seins. Letztlich lernen die Kinder in der Selbstverteidigung zu schreien, zu schlagen und zu treten, und diese Techniken nicht aus Spaß anzuwenden, sondern ganz gezielt nur in Notsituationen. „Wir haben das immer wieder in kleinen Rollenspielen geübt. Die Kinder konnten das super einschätzen, was ernste Gefahr und Spaß unterscheidet. Ich habe mir trotz meiner Schutzbekleidung nicht nur einen blauen Fleck mit nach Hause genommen“, so Götzinger weiter.

Immer wenn es die knappe Zeit zuließ, war auch eine Betreuerin anwesend, um sich ein Bild vom Leistungsstand der Schützlinge zu machen. „Es war ein interessanter Einblick für uns, der teilweise auch unseren Tagesablauf mitgestaltet hat. Einige Sachen haben wir auch selbst ausprobiert wir wissen also, was unsere Kinder da geleistet haben“, so Karin Brüderl in einem Statement.

Am letzten Tag wurden die Familien eingeladen, die Erfolge ihrer Kinder zu begutachten. Auch Alois Berger, als Vertreter des Kindergarten-Trägers und Toni Grassmann, der den AC Bad Reichenhall repräsentierte, waren der Einladung gefolgt - nicht wissend, was auf sie zukommen würde. Umso erstaunter waren beide angesichts der „wehrhaften Zwergerl“, wie ganz einfache, aber effektive Techniken auch von den Kleinsten umgesetzt wurden. „Wir wussten selber nicht, ob alles so klappen würde, wie wir uns das gewünscht hatten. Aber trotz der nahezu 30 Kinder und der dazugehörigen Aufregung ist alles super über die Bühne gegangen.“

So konnten sich die stauenden Eltern in dem bis auf den letzten Platz besetzten Turnraum ein Bild von dem machen, was die Kinder in den vergangenen vier Wochen gelernt hatten. Ein positives Echo, das in vielen persönlichen Gesprächen folgte, verfestigte den Plan, diesen Selbstverteidigungskurs fest ins jährliche Programm aufzunehmen.

„Die Kinder sind fast immer körperlich unterlegen, aber wir haben bewiesen, dass sie keineswegs hilflos sind“, so das abschließende Fazit von Barbara Götzinger.



Kursleiterin Barbara Götzinger vom AC Bad Reichenhall mit den Pidingern Kindern in Aktion.



Der Spaß kam beim Selbstverteidigungskurs keineswegs zu kurz.