



Bericht zum Lehrgang für Kindertrainer in Sachen Selbstverteidigung am 13.10.07 in Erfurt

Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Kinder

Im Oktober fand in Erfurt ein Lehrgang für Trainer statt, der sich mit der Selbstverteidigung im Kinderbereich befasst. Die Referenten Frank Sattler und Dietmar Berger haben durch ihren beruflichen Hintergrund Erfahrungen im Bereich effektiver Selbstverteidigung.

Nun haben die beiden Experten mit dem Kinderbereich befasst und im Hinblick auf das Multi-Media-Karate Varianten zusammengestellt, die ein teilweise spielerisches Üben von Notsituationen ermöglichen. Klar festgestellt wurde durch die Referenten, aber auch von den Teilnehmern, dass man beim Vermitteln von Kinder-Selbstverteidigung sehr behutsam vorgehen muss. Gelernte Techniken dürfen nicht für Prügeleien genutzt werden. Kindern muss der verhältnismäßig richtige Einsatz ihrer Abwehrmaßnahmen beigebracht werden (möglichst keine Schläge und Tritte). Dies lässt sich allerdings nicht erreichen, wenn nur Techniken geübt, sondern auch und vor allem Konstellationen des Alltags durchgespielt werden. Es kommt darauf an,

Kindern Selbstvertrauen und Selbstkontrolle zu vermitteln, dass die Kinder nicht zu Opfern werden, ob beispielsweise auf dem Pausenhof oder gegenüber Erwachsenen. Das richtige Einschätzen von Situationen und die Möglichkeiten, bedrohliche Lagen zu umgehen, müssen durchgespielt werden. Das



Augenmerk muss auf Selbstbehauptung liegen, um nicht in eine Selbstverteidigungssituation zu geraten.

Probleme unter Kindern haben ihre eigenen Gesetze und sind für uns außen stehenden Erwachsenen schwer zu hinterleuchten. Wir denken anders, Probleme die wir als klein erachten, sind für Kinder tatsächlich fundamental

und sogar prägend. Für Situationen mit Gleichaltrigen können wir nicht zur körperlichen Gegenwehr raten. Andererseits stößt der Hinweis auf ein freundschaftliches Miteinander und die friedliche Lösung eines Konfliktes bei Kindern auf Unverständnis und ist kaum umsetzbar. Kinder die andere unterdrücken und sogar schlagen wollen, finden immer einen Weg. Für das „Opfer“ gibt es nicht immer einen Ausweg. Jedes Kind hat einen festgelegten Schulweg, es muss zur Schule, es muss auf die Toilette usw. Was tun? Gegenüber Erwachsenen hat ein Kind bei tätlichen Übergriffen aufgrund körperlicher Unterlegenheit so gut wie keine Chance sich zu wehren. Hier muss das Kind frühzeitig Situationen einschätzen lernen und üben, gewisse Gefahrenbereiche erst gar nicht oder eben wachsam zu beschreiten. Wir Erwachsenen müssen die Probleme der Kinder ernst nehmen und müssen uns damit befassen. Das Üben der reinen Selbstverteidigungstechniken bringt Selbstvertrauen, geistige und körperliche Stärke. Auch können wir Kampfkunstmeister in gewissem Maße richtiges Verhalten vermitteln, sollten aber nicht zu stolz sein, psychologische Hilfe in Anspruch zu nehmen. Wir müssen für uns erkennen, dass die Probleme der Kinder wirklich nicht klein zu reden sind und daher ist es für uns eine sehr große Aufgabe, uns der Probleme anzunehmen. Das Thema Kinder-Selbstverteidigung ist aktueller denn je und es ist unsere Aufgabe, die Augen dafür zu öffnen und unser Wissen dahingehend zu erweitern. So investieren wir in unsere Zukunft, den Kindern.