

S. 24  
26.01.09

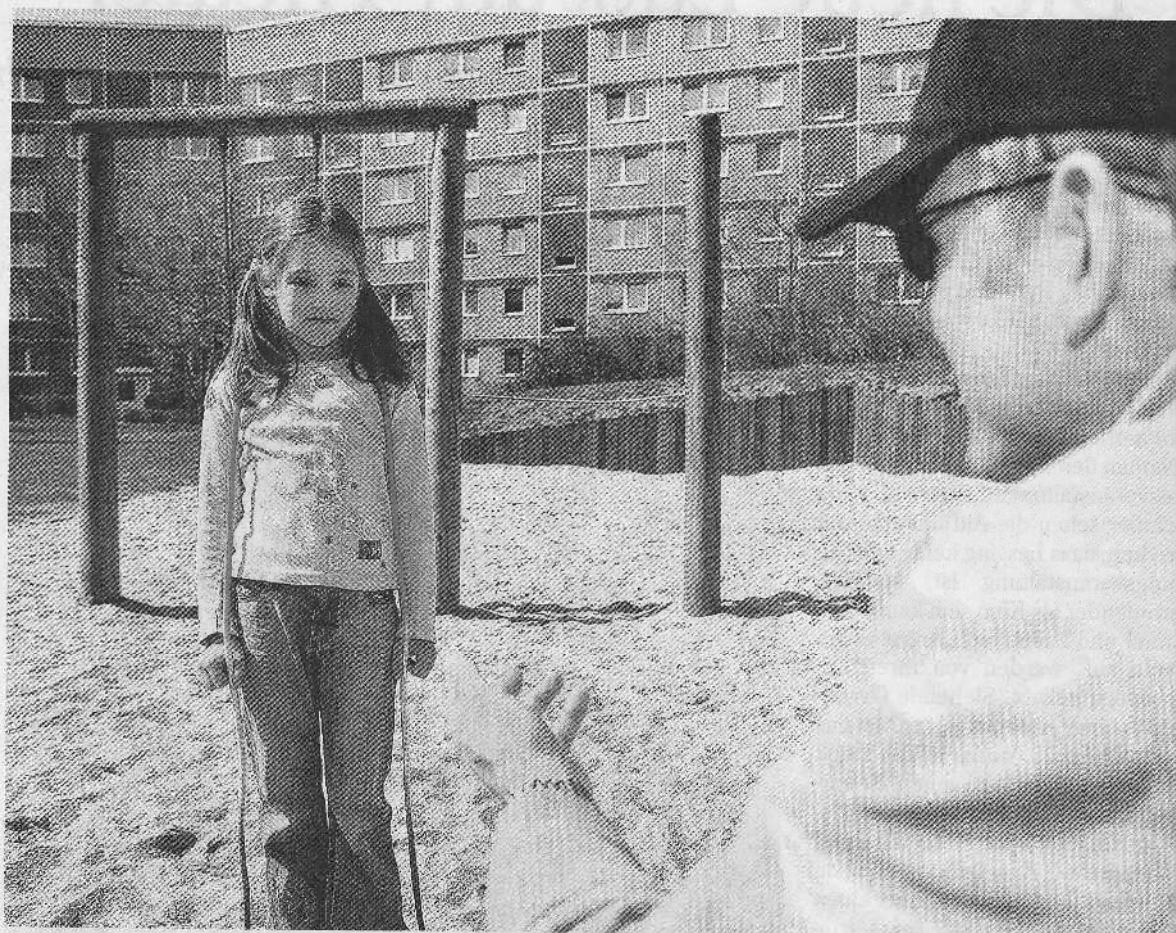
# „Wehr dich!“

**KINDERTRAINING** *Ein schlecht konzipierter Kurs zur Selbstbehauptung kann manchmal schaden*

Von Barbara Laufer

Alle Eltern kennen die beklemmende Angst, dass ihr Kind Opfer von Gewalt werden könnte. Viele Mütter und Väter schicken ihren Nachwuchs deshalb zu einem Kindersicherheitstraining. In solchen Kursen sollen die Kinder lernen, sich besser gegen Angriffe zur Wehr zu setzen. „Es gibt die unterschiedlichsten Konzepte“, erläutert Birgit Horländer vom Landeskriminalamt Baden-Württemberg in Stuttgart. Einige Kurse arbeiten bereits mit Kindergartenkindern, die meisten richten sich jedoch an die Altersgruppe der Sechs- bis Zwölfjährigen.

Je nach Schwerpunkt lassen sich Selbstbehauptungs- oder Selbstverteidigungstrainings unterscheiden. In beiden Fällen lernen die Kinder, mögliche Gefahren zu erkennen und Stimme und Gesten bewusst einzusetzen, um Hilfe zu holen. In Gesprächen und Rollenspielen trainieren sie, wie sie sich in gefährlichen Situationen verhalten können. Selbstverteidigungstrainings vermitteln den Kindern zusätzlich körperliche Abwehrtechniken.



Was tun, wenn ein Fremder kommt? In Sicherheitstrainings sollen Kinder die Antwort auf diese Frage lernen. Allerdings ist ein fremder Täter der Ausnahmefall. Die meisten Missbrauchsfälle passieren im Familien- und Bekanntenkreis. Foto: dpa

**Programme mit Schwächen** „Es geht bei den Selbstsicherheitstrainings aber nicht darum, Kindern vorzumachen, sie könnten sich gegen Erwachsene körperlich wehren“, betont Martina Huxoll, Gewalt-Fachberaterin beim Deutschen Kinderschutzbund in Nordrhein-Westfalen. Eher darum zu trainieren, selbstsicher aufzutreten. Dazu gehört es, Grenzen zu setzen, Bedürfnisse klar zu äußern und deutlich Nein! zu sagen.

Einhellig weisen die Expertinnen auf eine zentrale Schwäche vieler Programme hin. Sie konzentrierten sich auf das Bild eines fremden Täters, der zum Beispiel aus seinem Auto heraus nach dem Weg fragt. „Das ist ein totaler Ausnahmefall“, sagt Martina Huxoll. Nach wie vor

kommen die meisten Fälle sexueller Missbrauchs im Familien- und Bekanntenkreis vor.

Der Entwicklungspsychologe Professor Herbert Scheithauer von der Freien Universität Berlin ist sich sicher: „Der Schlüssel zum Schutz von Kindern ist eine vertrauensvolle Beziehung zwischen Eltern und Kindern“. Kinder müssten erfahren, dass Mama und Papa sie nicht für dumm halten, wenn sie ihnen etwas Unangenehmes erzählen.

Die Kurse können die sichere Bindung zwischen Kindern und Eltern fördern. Als problematisch beurteilt der Experte die Gefahr einer Übersensibilisierung. Die Kinder reagierten nach einem Kurs möglicher-

weise sehr misstrauisch. Ein schlecht konzipierter Kurs kann also nicht nur viel Geld kosten, sondern dem Kind im schlimmsten Fall schaden. Neben vielen guten Präventionsprojekten gibt es natürlich auch einige „schwarze Schafe“, warnt Birgit Horländer.

**Alarmglocke Rollenspiel** Der Kinderschutzbund, die Polizei und freie Träger haben Broschüren herausgegeben, die Eltern helfen, seriöse Kindersicherheitstrainings zu beurteilen. Die Alarmglocken sollten demnach immer dann läuten, wenn realitätsnahe Rollenspiele – etwa gespielte Überfälle auf das Kind – Erfolgsversprechen wie Geld-zurück-

Garantien oder Crash-Kurse angeboten werden.

Seriöse Kurse beziehen die Eltern mit ein, verfügen über pädagogisch und auch psychologisch erfahrene Trainer und sind dabei fest eingebunden in ein Konzept zur Gewaltprävention oder ein Konzept zur Sexualerziehung.

### Info

Allgemeine Infos gibt es im Internet etwa unter [www.kinderschutzbund-nrw.de](http://www.kinderschutzbund-nrw.de), Stichwort „Aus dem Landesverband, Materialien“. Kinderschutzbund Heilbronn: [www.kinderschutzbund-hn.de](http://www.kinderschutzbund-hn.de), Weinsberger Straße 91, Heilbronn, Telefon 07131/178272.