

*Ein Seminar zur Selbstbehauptung in Johannes-Kita*

## 30 Kinder trainierten mit ihren Eltern zusammen

**WOLFSBURG (lk).** Auf Anregung von Eltern fand kürzlich in der Johannes-Kindertagesstätte ein Seminar zur Selbstbehauptung und Sicherheit für Kinder zwischen fünf und zwölf Jahren statt.

Durchgeführt wurde das 16 Unterrichtsstunden umfassende Seminar von Claudia Kahlau von der WO-DE-Sicherheits-schulung. Es erstreckte sich über vier Nachmittage. Mit bei dem Seminar dabei waren auch die Eltern der teilnehmenden Kinder, damit diese wissen, was gemacht wurde.

„Mit dem Seminar bieten wir eine erste Sensibilisierung, doch die Übungen müssen gerade bei den jüngeren Teilnehmern regelmäßig aufgefrischt werden“, so Kahlau, „und da sind die Eltern dann besonders gefordert.“

In Rollenspielen lernen die

Kinder sich gegenüber anderen Personen zu behaupten. Gerade das gesunde Misstrauen Fremden gegenüber wird geübt. So stellt Kahlau einen Erwachsenen dar, die auf verschiedene Weisen ein Kind anlocken will. Mal verspricht sie Geld, wenn ihr beim Tragen geholfen wird, oder sie lockt mit kleinen Katzenbabys. Hier sollen die Kinder mit Abblocken auf einen unerwünschten Kontakt reagieren.

Die Kinder haben gelernt, in solchen Situationen mit einem entschiedenen „Nein!“ zu reagieren. Für den Fall eines Falles lernen sie aber auch nachzu-

geben und beispielsweise auf Verlangen die Schuhe herauszurücken.

Schwerpunkt der Schulung ist die Sensibilisierung. Außerdem sollen die Kinder ihre Gefühle nicht verdrängen, sondern bewusst wahrnehmen. Sobald Kinder auf ihre ungu-ten Gefühle hören, können sie Situationen, die Gefahr in sich bergen, besser erkennen und meiden.

So trainieren die Kinder ihr Selbstbewusstsein. Diese zentrale Eigenschaft ist nicht angeboren und muss sich von der Kindheit an entwickeln. Durch Selbstbewusstsein wird die Körpersprache geändert und die Kinder senden eindeutige Signale nach außen. Dies wurde im praktischen Training eingehend geübt.



*Claudia Kahlau trainiert mit den Kindern Selbstbehauptung in kleinen Rollenspielen.*