

SWR2 Wissen

Kinder stärken Selbstbehauptung in Schule und Kita

Von Franziska Hochwald

Sendung vom: Samstag, 29. Januar 2022, 8:30 Uhr

Redaktion: Vera Kern

Regie: Günter Maurer

Produktion: SWR 2022

"Lass mich in Ruhe!" Kinder müssen lernen, sich selbst zu behaupten. Trainer*innen können Schulen und Kitas dabei unterstützen. Aber ist die Prävention wirksam?

SWR2 Wissen können Sie auch im **SWR2 Webradio** unter www.SWR2.de und auf Mobilgeräten in der **SWR2 App** hören – oder als **Podcast** nachhören:
<https://www.swr.de/~podcast/swr2/programm/podcast-swr2-wissen-100.xml>

Bitte beachten Sie:

Das Manuskript ist ausschließlich zum persönlichen, privaten Gebrauch bestimmt. Jede weitere Vervielfältigung und Verbreitung bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Urhebers bzw. des SWR.

Die SWR2 App für Android und iOS

Hören Sie das SWR2 Programm, wann und wo Sie wollen. Jederzeit live oder zeitversetzt, online oder offline. Alle Sendung stehen mindestens sieben Tage lang zum Nachhören bereit. Nutzen Sie die neuen Funktionen der SWR2 App: abonnieren, offline hören, stöbern, meistgehört, Themenbereiche, Empfehlungen, Entdeckungen ...

Kostenlos herunterladen: www.swr2.de/app

MANUSKRIPT

Atmo AT 0 evtl. spielende Kinder und dann darüber Atmo AT 01 oder gleich einsteigen mit Atmo AT 01

Darf ich mich ein bisschen zu dir setzen? / Nein ich will das nicht. / Ja, aber du hast mich doch zuerst angelächelt. Du hast so ein nettes Lächeln. / Ich will das nicht. Lassen Sie mich in Ruhe!

Sprecher:

Es ist wichtig, dass Kinder lernen, Nein zu sagen, um sich vor Gewalt und Übergriffen zu schützen. Sie üben das z. B. in Selbstbehauptungs-Trainings wie hier an der Geiersbergschule in Groß-Umstadt. Die Kurse sollen Kindern helfen, ihre Grenzen aufzuzeigen und sich zu behaupten. Doch hilft solche Gewaltprävention wirklich, wenn es darauf ankommt?

Ansage:

Kinder stärken – Selbstbehauptung in Schule und Kita. Von Franziska Hochwald.

Atmo: AT 02 Lietz erklärt:

Wir haben gesagt, wo man sich Hilfe holen kann, bei jedem Erwachsenen, in jedes Geschäft rennen, beim Rewe, beim Aldi, beim Netto, wir haben die Nummer der Polizei, wir haben gesagt, wir gehen niemals mit Fremden mit, wir steigen in keine fremden Autos ein und wir lassen keine Fremden in die Wohnung.

Sprecher:

Fast ein Drittel der im Jahr 2019 in Deutschland befragten Kinder und Jugendlichen wurden schon mal in der Schule oder auf dem Schulweg gemobbt, so die Zahlen des Statistischen Bundesamts. Auch sexualisierte Gewalt gegen Minderjährige ist nach wie vor sehr häufig: Dunkelfeldforschungen haben ergeben, dass etwa ein bis zwei Kinder in jeder Schulklasse davon betroffenen waren oder sind.

OT 01:

Glück: Also es ist ja so, dass die meisten Eltern befürchten, dass ihr Kind Opfer von sexueller Gewalt wird durch Fremdpersonen, die ihrem Kind irgendwie im öffentlichen Raum auflauern.

Sprecher:

...weiß Polizeihauptkommissarin Andrea Glück aus Ludwigsburg. Doch die Statistiken zeigen, dass dort nicht die größte Gefahr für Kinder lauert.

OT 02:

Glück: Und da kann man von polizeilicher Seite aus ganz klar sagen: Die allermeisten sexuellen Übergriffe gegen Kinder passieren durch Täter und auch Täterinnen, die sich im sozialen Nahbereich des Kindes befinden, also in der eigenen Familie, im Freundeskreis, im Verein oder in anderen Einrichtungen, aber eben nicht durch Fremde auf der Straße.

Sprecher:

Was kann man also tun, um Kinder vor Gewalt durch Fremde, aber auch durch Menschen im eigenen Umfeld zu schützen? Ein erster Schritt kann es sein, die Eltern für Gewalt und übergriffiges Verhalten zu sensibilisieren.

OT 03:

Glück: In dem Bereich bieten wir auf Anfrage Elternabende an, in Grundschulen und Kindertagesstätten, bei denen im Prinzip ja erläutert wird, wie die Kriminalitätslage überhaupt aussieht, und dann einfach Präventionstipps. Also wie man verhindern kann, dass das eigene Kind Opfer von sexueller Gewalt wird.

Sprecher:

Dabei fängt der Schutz des Kindes bereits bei der Erziehung an und eine Schulung der Eltern erscheint deshalb sinnvoll, betont die Präventionsexpertin:

OT 04:

Glück: Also, dass ein Kind lernt, dass es selber entscheiden darf über Zärtlichkeiten, über den eigenen Körper. Mit wem Zärtlichkeiten ausgetauscht werden, das ist ein ganz wichtiger Punkt.

Sprecher:

Kinder haben das Recht selbst darüber zu bestimmen, von wem sie angefasst werden möchten. Und das nicht nur bei Fremden, sondern auch in der eigenen Familie, selbst wenn das manchmal gegen die Erwartungen der Verwandtschaft verstoßen mag.

OT 05:

Glück: Das gilt dann auch, wenn die Oma kommt und Küsschen will, und das Kind will aber nicht. Das ist ganz schwierig für manche Eltern, da dann sich auf die Seite des Kindes zu stellen und eben zu sagen: Nein, wenn mein Kind nicht küssen möchte, dann muss es nicht küssen, weil Zärtlichkeiten immer freiwillig sind.

Sprecher:

Ein solches Elterntraining kann dafür sensibilisieren, wie innerhalb der Familie kommuniziert wird.

OT 06:

Glück: Das geht aber auch weiter so Richtung Geheimnisse zum Beispiel: Weil wenn mit einem Kind eine übergriffige Situation entstanden ist, gibt es natürlich ein Geheimnis. Es geht um das Thema gute und schlechte Geheimnisse. Schlechte Geheimnisse fühlen sich blöd an, machen Bauchweh und gute Geheimnisse sind zum Beispiel solche, die Spaß machen, bei denen auch eine Auflösung am Ende in Sicht ist, zum Beispiel, was man der Mama zum Geburtstag schenkt. Das können Kinder sehr gut unterscheiden.

Sprecher:

Um das zu lernen, hat das Landeskriminalamt verschiedene Schulungskonzepte entwickelt. Für deren Koordination und Konzeption ist Cornelia Höfer zuständig,

Sozialpädagogin beim Landeskriminalamt Baden-Württemberg im Referat Prävention.

OT 07:

Höfer: Unser landesweites Programm, das heißt momentan "Herausforderung Gewalt" und wurde mit einem neuen Baustein, der "Gewaltig daneben" heißt, quasi erweitert. Und der ist jetzt auch im Online-Unterricht gut einsetzbar.

Sprecher:

Dies ist derzeit umso wichtiger, da seit der Pandemie häusliche Gewalt gegen Kinder zugenommen hat. Laut dem Statistischen Bundesamt wurden in 6,5 Prozent der befragten Familien Kinder Opfer von körperlicher Gewalt zuhause. Bei Familien mit Kindern unter 10 Jahren waren es 9,2 Prozent. Am stärksten waren die betroffen, deren Eltern Ängste oder Depressionen hatten: Hier kam es bei 14,3 Prozent der Befragten zu körperlicher Gewalt gegen Kinder. Es ist also dringend notwendig, die betroffenen Kinder zu unterstützen. Doch auch Gewalt unter Gleichaltrigen ist für viele Alltag. Eine Schulung durch die Polizei soll Kinder und Jugendliche sensibilisieren.

OT 08:

Höfer: Das erste Modul, da geht es um den Gewaltbegriff, also, dass die Kinder und Jugendlichen einfach erst mal unterscheiden, was ist eigentlich Gewalt, was unterscheidet physische von psychischer Gewalt oder wo gibt es da eben auch Überschneidungen. Das zweite Modul beschäftigt sich mit den Folgen von Gewalt für Täter, Opfer und andere Beteiligte.

Sprecher:

Zudem lernen die Schülerinnen und Schüler, wie sie sich als Opfer, Zeugen oder Helfer verhalten sollten.

OT 09:

Höfer: Also das Thema Zivilcourage kommt da dann mit rein, wie vermeide ich eben auch so eine Opferwerdung. Oder wie komme ich wieder aus Situationen am besten raus.

Sprecher:

Inzwischen gibt es überall in Deutschland unterschiedliche Präventionsangebote der Polizei. Doch sie alle beschränken sich darauf, Wissen theoretisch zu vermitteln, üben es aber nicht praktisch. Es stellt sich die Frage, ob die Kinder und Jugendlichen diese Tipps im Ernstfall abrufen können. Der inzwischen pensionierte Kommissariatsleiter Peter Döscher hat einen anderen Ansatz zur Selbstbehauptung entwickelt. Er wurde in seiner Berufslaufbahn durch ein einschneidendes Erlebnis auf das Thema Gewalt aufmerksam:

OT 10:

Döscher: In meinem Zuständigkeitsbereich wurde ein Kind vermisst, das nachts als Teil einer Schulklasse in einem Schullandheim fehlte. Wie sich dann relativ schnell heraus stellte, ist es entführt worden.

Sprecher:

Das Kind konnte nicht gerettet werden. Es wurde Opfer eines Gewaltverbrechens. Aufgrund dieser Erfahrung begann Döscher, die ersten Vorträge anzubieten. Sein Anliegen war es, den Eltern aufzuzeigen, wie sie ihre Kinder stärken und schützen können. Doch das erschien ihm nicht nachhaltig genug.

OT 11:

Döscher: Wir haben dann angefangen mit Kindern zu arbeiten, mit mehreren Kolleg*innen auch Kinder-Trainings entwickelt, Ich-Stärkung, so die Frage: Nein sagen, Angstthemen behandeln und ähnliche Dinge, und sind dann einen weiteren Schritt gegangen, und das war denn die Ebene der professionellen Pädagogen, der Erzieher, Sozialpädagogen, der Lehrer.

Sprecher:

Döscher hält es für wichtig, bereits im Kindergartenalter auf Prävention zu setzen. Erlebnispädagogische Elemente wie Spiele und Trainingsaufgaben für die Gruppe sollen helfen, das Gelernte zu verankern:

OT 12:

Döscher: Die ideale Zeit, um das zu lernen ist das Alter zwischen null und zehn Jahren. Da sind die Eindrücke, die wir bekommen, am tiefsten. Das sind Dinge, die im Langzeitgedächtnis gespeichert werden und die auch ein ganzes Leben lang abrufbar sind.

Sprecher:

Mit diesem Ansatz hat er Trainings für jede Altersstufe entwickelt, die aufeinander aufbauen.

OT 13:

Döscher: Und dann sind wir beim Machen, das heißt also immer zu wiederholen, um in bestimmten Situationen dann auch das gewünschte Ergebnis zu haben. Das wird im Regelfall dadurch verstärkt, dass man es unter Emotionen macht. Das heißt also, dass man dabei auch emotional stark beteiligt ist. Das sind die Dinge, die sich am besten verankern.

Sprecher:

Im Team mit dem Pädagogen und Kampfsportler Matthias Wolter entwickelte Peter Döscher ein Trainingsprogramm, mit dem er freiberufliche Trainer ausbildete. Einer davon ist Dietmar Lietz. Er übt mit Kindern Selbstbehauptung durch Gespräche, kleine Theaterstücke und speziell dafür entwickelten Spiele.

Atmo AT 0 Spielende Kinder**OT 14:**

Lietz: Also, Selbstbehauptung, ist die Stärke, einmal eine Mutprobe zu machen. Ich-Stärkung: Sie stellen sich selber vor, sagen ihre Stärken. Ja, Körpersprache. Stimme ist wichtig. Augenkontakt ist wichtig. Sowas trainieren wir halt dann im Training.

Sprecher:

Kernstück des Trainings hier mit einer zweiten Grundschulklasse der Geiersbergschule in Groß-Umstadt ist ein Rollenspiel. Liest gibt den Bösewicht und die Kinder können üben, das vorher Gelernte anzuwenden:

Atmo: AT 03 Einführung Theaterstück, freistehen lassen, dann unterlegen

Einer von euch wird sich hier hinsetzen, an die Bushaltestelle. Und einer von euch wird sich hinsetzen und wir trainieren, was wir im Ernstfall tun. Ihr dürft mich Siezen, anschreien, ‚Lassen sie mich in Ruhe‘. Und an das Passwort Apfelmus denken. Ihr braucht keine Angst haben, es kann euch nichts passieren.

Sprecher:

Einmal behauptet er, er hätte Hundebabys in seinem Auto, ein anderes Mal ist er angeblich verletzt und will, dass das Kind ihn anfasst, oder er lädt es zu sich nach Hause ein. Im Anschluss dürfen alle Rückmeldung geben, was gut gelaufen ist und wie sie sich besser hätten wehren können.

Atmo: AT 04 Feedback

Trainer: Was war gut, was kann man besser machen, hast du eine Idee? Dass sie ‚stopp ich will das nicht‘ gerufen hat, war das gut oder nicht so gut? / Das war gut. Das war super. Hat sie ganz toll gemacht. / Immer sagen ob’s gut oder nicht so gut war. Sie hat auch ‚lassen Sie mich in Ruhe‘ gesagt und Körpersprache: sie hat die Hand nach vorne. Was kann man beim Wegrennen vielleicht ein bisschen besser machen? / Hilfe schreien. / Sehr gut, nicht leise weglaufen, nicht dass die denken, wir spielen Fangen oder so. / Kannst du noch mal ganz laut schreien ‚lassen Sie mich in Ruhe?‘ / Lassen Sie mich in Ruhe. (Applaus)

Sprecher:

Doch was bringen solche Selbstbehauptungskurse auf lange Sicht? Svenja Taubner ist Professorin am Universitätsklinikum in Heidelberg und leitet das Institut für psychosoziale Prävention.

OT 15:

Taubner: Also da gibt es eigentlich so gut wie keine Studien, die randomisiert kontrolliert sind, also die so diesen höchsten Evidenzgrad erfüllen würden, sondern die meisten Programme werden einfach gemacht. Da gibt es dann Leute, die konzeptuell und inhaltlich davon überzeugt sind. Und dann gibt es ein paar Programme, die zumindest im Rahmen von Pilotstudien so Vorher-Nachher-Effekte mal untersucht haben.

Sprecher:

Es gibt also wenig wirklich aussagekräftige Forschung darüber, wie wirksam Trainings zur Gewaltprävention sind. Das liegt auch daran, dass die Evaluierung sehr aufwendig ist. Zudem sei es schwierig, Forschungsgelder dafür zu bekommen, so Taubner:

OT 16:

Taubner: Wir haben versucht, für unser Programm "Jetzt lass uns über psychische Gesundheit sprechen", Gelder zu bekommen, und das war fast nicht möglich. Oder wir sind immer noch auf der Suche. Diese Pilotstudie konnten wir so aus Eigenmitteln finanzieren. Die Schulen haben natürlich selbst kein Budget, um so etwas zu machen. Es ist auch überhaupt sehr schwierig, an der Schule Forschung zu machen, man muss sehr viele Behördenwege machen, und dann sind die Stiftungen total kritisch.

Sprecher:

Auch für die Trainings gibt es kaum Gelder. Die meisten Projekte finanzieren die Eltern oder Fördervereine der Kitas und Schulen selbst. Dabei wäre es wichtig, hier mehr zu investieren, denn die psychischen Schäden, die bei Kindern durch Gewalt entstehen können, sind immens, und eigentlich bräuchte es umfassende Präventionsprogramme.

OT 17:

Taubner: Das Mobbing ist ein Riesenfaktor, ist auch total vernachlässigt in der Entstehungsgeschichte von psychischen Erkrankungen. Und ich habe sehr viele jugendliche Patientinnen mit jetzt schon einer Persönlichkeitsstörung. Und die haben alle massive Mobbing-Erfahrungen in der Schule gemacht und die Erfahrung, nicht geschützt zu werden.

Sprecher:

Es gibt also eigentlich einen großen Bedarf an Präventionsforschung, denn die Langzeitfolgen von Gewalt können ein ganzes Leben überschatten.

OT 18:

Taubner: Also, man muss sagen, dass die Prävention ja insgesamt ein etwas schlecht beforschter Bereich ist in den Anwendungen. Also, es wird immer sehr viel gesagt, und es gibt ja auch das Präventionsgesetz, dass das ein wichtiges Thema sei. Aber insgesamt gibt es, glaube ich, drei oder vier Lehrstühle dafür in Deutschland. Und mein Lehrstuhl ist auch sehr psychotherapeutisch ausgerichtet. Das heißt, wir machen Prävention eher so indiziert oder selektiv, also nicht im Sinne der Universalprävention.

Sprecher:

Für Schulkinder gibt es bislang im deutschsprachigen Raum noch kein evaluiertes Training, das speziell auf Selbstbehauptung ausgerichtet ist. Die meisten Programme sind präventiv und richten sich an potenziell aggressive Kinder, so zum Beispiel „Faustlos“ für Schulkinder und „B.A.S.E. Babywatching“ für Kindergartenkinder, das Empathie fördern soll. Für die potenziellen Opfer und ihre Fähigkeit, sich zu behaupten, gibt es dagegen kaum Angebote, die wissenschaftlich begleitet werden.

Simone Pfeffer, Akademische Leitung des Hochschulservice für Familien an der Technischen Hochschule Nürnberg, hat ein solches Projekt für Kindergartenkinder ins Leben gerufen: Es heißt "ReSi – Resilienzförderung und Prävention sexualisierter Gewalt in Kitas".

OT 19:

Pfeffer: Also Kompetenzförderung bei den Kindern und Schutzfunktionen bei den Erwachsenen im Zusammenhang mit eben Prävention sexualisierter Gewalt. Und wir haben jetzt ein Anschlussprojekt seit 2021, das "ReSi plus" heißt. Und da kommt ein Baustein dazu, nämlich das Thema häusliche Gewalt, was jetzt noch mit bearbeitet wird.

Sprecher:

Das ReSi-Programm setzt vor allem auf Kommunikation. Die Kinder sollen darin unterstützt werden, ihre Emotionen kennen zu lernen und soziale Kompetenzen zu entwickeln.

OT 20:

Pfeffer: Also, welche Sprache spreche ich, um meine Bedürfnisse, meine Gefühle auszudrücken? Meine Grenzen zu benennen, um Hilfe zu bitten und so weiter. Auch das Thema Körper noch mit rein, damit man auch die Körperteile benennen kann und so weiter. Aber alles Basiskompetenz-Förderungen jetzt speziell für Kinder im Kindergartenbereich also drei bis sechs Jahre.

Sprecher:

Um herauszufinden, wie Prävention wirkt, hat Simone Pfeffer die Kita-Fachkräfte Fragebögen ausfüllen lassen, und zwar vor dem Training und dann zwei weitere Male, vier Wochen und nochmal vier Monate danach.

OT 21:

Pfeffer: Da waren die Ergebnisse, dass eben die emotionale Kompetenzförderung sich eben im Urteil sozusagen der pädagogischen Fachkräfte positiv ausgewirkt hat auf die Bereiche Selbstbehauptung, Stressbewältigung, Interaktions- und Kommunikationskompetenzen, auf die körperbezogenen Kompetenzen und auf die Konfliktlöse-Kompetenz.

Sprecher:

Die Studie umfasste 23 Gruppen, das heißt über 400 Kinder und mehr als 60 Fachkräfte haben Auskunft gegeben. Besonders aufwändig, so Pfeffer, war die Entwicklung von Interviews mit den Kindern selbst, aber die Ergebnisse sind ermutigend:

OT 22:

Pfeffer: Und da hat sich auch gezeigt, dass die Kinder in den Kinder-Interviews, die das Programm durchlaufen hatten, Körperteile klarer zeigen konnten, Körperteile auch besser benennen konnten, dass sie Gefühle besser unterscheiden konnten und Gefühle auch besser benennen konnten.

Sprecher:

Für das Programm gibt es zahlreiche Materialien im Buchhandel, damit es von den Kindergärten selbstständig durchgeführt werden kann. Letztlich liegt die Verantwortung für ein sicheres Umfeld nicht in den Händen des Kindergartenkindes, sondern der Erwachsenen in seiner Umgebung:

OT 23:

Pfeffer: Man muss immer schauen, dass die Schutzfunktion der Erwachsenen drumherum, ob das jetzt Fachkräfte sind oder Elternteile oder so, dass die gestärkt, unterstützt wird. Also es ist nicht gegen – ich bin überhaupt gar nicht gegen die Selbstbehauptung, sondern ich finde es schwierig, wenn das der ausschließliche Fokus ist. Also es müssen auch die Erwachsenen im Umfeld unterstützt werden, und die müssen auch Hilfe bekommen, wenn sie selber unsicher sind, wie sie handeln sollen. Und deswegen diese Vernetzung in der Region mit den Fachstellen, damit auf die Fachkräfte sich selber erst mal informieren können und sich beraten lassen können.

Sprecher:

Es stellt sich daher die Frage: Kann es überhaupt wirksam sein, in Kindergarten und Schule nur mit externen Trainern zu arbeiten, die jeweils für ein paar Stunden oder Tage vor Ort sind? Britta Mutz ist Leiterin eines Kindergartens in Korntal-Münchingen bei Stuttgart und engagiert jedes Jahr einen Selbstbehauptungs-Trainer für ihre Vorschulkinder:

OT 24:

Mutz: Das ist in ein Projekt bei uns mit eingebettet, wo es darum geht. Es sind die Helfer-Wochen. In dieser Zeit lerne ich zu helfen: Wer hilft mir? Welches sind helfende Berufe? Und wie kann ich selber Hilfe geben? Und da gehört auch die Selbstbehauptung und ihr Selbstvertrauen mit dazu.

Atmo AT 05 als Hintergrundgeräusch spielende Kita-Kinder**Sprecher:**

Der Trainer arbeitet zuerst zwei Vormittage mit den Kindern allein und anschließend einen Samstag-Vormittag gemeinsam mit den Eltern.

OT 25:

Mutz: Da freuen sich die Kinder sehr, dass dann auch Personen von Extern kommen, die mit ihnen das machen, und auch einerseits eine spielerische, Nähe aufbaut und andererseits auch wirklich wie ein Trainer ist und das auch vorlebt.

Sprecher:

Im Vorschulalter ist es besonders wichtig, ein Gefühl für den eigenen Körper und seine Bedürfnisse zu entwickeln. Der Trainer verwendet dafür das Bild des Körpergartens. Britta Mutz erlebt immer wieder, wie stark die Kinder auf diese Übung ansprechen:

OT 26:

Mutz: Also der Körpergarten ist ein Bereich um mich herum. Also den kann ich selber definieren. Man kann sagen, ich strecke die Arme aus, und so weit kann der nächste an mich herankommen. Und da ist natürlich ein individueller Spielraum, wie nah das jeder haben mag. Aber generell sage ich, das ist mein Bereich, mein Zaun um mich herum, wo ich auch möchte, dass der andere Abstand hält. Und wenn er diesen Abstand nicht wahr, gehe ich ja automatisch ein Stück zurück.

Oder sage dann ‚Stopp, das ist mir zu nah‘. Und die Kinder merken dann, wie sie dagegen über die Distanz oder die Nähe wahren können.

Sprecher:

Das Training wirke bei den Kindern noch lange nach, so die Erfahrung der Kindergartenleiterin. Die Kinder verarbeiten die Erfahrungen spielerisch, und da die Erzieherinnen ebenfalls teilgenommen haben, können sie das gut begleiten.

OT 27:

Mutz: Es gibt zwei, drei Übungen, die die Kinder total lieben, die sie dann auch noch mal nachfühlen, nachspielen, den anderen vorzeigen. Und man sieht schon die Tage oder die Wochen danach, dass es in ihnen sich beschäftigt. In ihnen wirkt und sie das noch mal für sich verarbeiten.

Sprecher:

Auch die Erzieherinnen selbst profitieren von der Übung und überprüfen ihre eigene Haltung:

OT 28:

Mutz: Ja, wir lernen jedes Mal wieder neu mit dazu. Und wir wechseln auch im Team, so dass die Erzieherinnen auch mitmachen können, weil es ist wirklich für uns auch ein Lernprozess. Wir sind genauso mit dabei, unsere Stärke da noch mal zu zeigen. Selber zum Beispiel dieses ‚Stopp‘ zu rufen und zu sagen ‚Okay, hier ist meine Grenze, so stehe ich da und so präsentiere ich sie auch‘.

Sprecher:

Präventionsexperte Dietmar Lietz nennt noch einen weiteren Grund, warum es Vorteile hat, wenn die Selbstbehauptungstrainings nicht von den Fachkräften der Einrichtungen selbst angeleitet werden.

OT 29:

Lietz: Externe Trainer werden von den Kindern anders angesehen. Das ist ganz wichtig. Es ist auch, glaube ich, persönlich, megawichtig, dass es mal ein Mann ist, dass die Kinder das mal spüren. Man hat immer ein anderes Verhältnis zu seinem Lehrer.

Sprecher:

Noch bedeutsamer sei dieser Aspekt für Schulkinder. Denn in der Schule werden Kinder auch benotet. Die komplexe Beziehung zwischen Kindern und Lehrkräften kann für das Training hinderlich sein:

OT 30:

Lietz: Ich bin ausgebildet. Ich habe Zertifikate gemacht und verschiedene Sachen. Ein Lehrer kann das nicht so leisten. Lehrer-Schüler ist immer im anderen Verhältnis. Kinder sind zu mir manchmal offener. Weil die ja wissen, es ist nur ein kurzes Training, ist nur Action, da bin ich wieder weg. Beim Lehrer trauen sich manche Sachen auch nicht zu sagen. Es ist einfach so.

Sprecher:

Nina Hofmann, Lehrerin an der Geiersbergschule in Groß-Umstadt, weiß deshalb die Trainings mit Dietmar Lietz sehr zu schätzen:

OT 31:

Hofmann: Da habe ich auch gemerkt, wie gut es denen tut, dass Kinder, von denen ich noch ganz wenig gehört habe, im Unterricht plötzlich vorne stehen und an Plakate schreiben und ganz viel reden und das ist einfach total schön zu sehen (...) Wir können die Kinder beobachten und viele Verhaltensweisen werden bestätigt. Aber auch wir haben noch einen ganz neuen Blick auf die Gruppe und auf die Kinder. (...)

Musik**Sprecher:**

Der Markt für Selbstbehauptungsangebote ist jedoch unübersichtlich, es gibt weder staatlich anerkannte Zertifizierungen noch offizielle Qualitätsstandards. Deshalb sehen viele Fachleute solche Trainings eher kritisch. Eine Sorge ist, dass die Kinder durch Gewaltprävention traumatisiert werden könnten. Dietmar Lietz nimmt dieses Argument ernst:

OT 32:

Lietz: Natürlich muss man bedenken, das ist megawichtig, es ist ein schmaler Grat, gerade bei so kleinen Kindern. Man darf den Kindern keine Angst machen. Und den Kindern muss klar sein, dass es eine Grenze gibt. Auch Grenzen setzen lernen. Aber auch im Training dürfen sie schon Grenzen setzen. Wenn die Kinder sagen wir haben ein ungutes Gefühl, dann haben wir unser Passwort, weil das ist ganz wichtig.

Sprecher:

Ein weiteres Zeichen für unseriöse Anbieter kann es sein, wenn sie Kindern vor allem körperliche Techniken zur Selbstverteidigung beibringen wollen. Lietz ist selbst Kampfsportler und hat deshalb auch hierzu eine klare Meinung:

OT 33:

Lietz: Ich habe früher schon Selbstverteidigungskurse gegeben für Kinder, habe aber schnell gemerkt, dass die kleinen Kinder sich nicht wirklich gegen Erwachsene wehren können, körperlich. Für die ist es wichtig, sich Hilfe zu holen, zu schreien, Körpersprache.

Sprecher:

Dennoch findet er es gut, wenn Kinder lernen, ihren Körper einzusetzen. Nicht mit der Illusion, wirklich gegen Erwachsene ankämpfen zu können, aber für ihr Selbstbewusstsein:

OT 34:

Lietz: Gerade die Kinder von der ersten bis zur dritten oder Vorschule, die können sich nicht körperlich gegen Erwachsene wehren, das funktioniert nicht. Aber sie bekommen eine andere Ausstrahlung. Die haben nicht mehr diese Opferrolle.

Die sind mutiger. Sie gehen aufrecht, haben eine andere Körpersprache, sie trauen sich zu schreien, weil sie wissen, zur Not kann ich noch gegen das Schienbein treten. Das ist wichtig.

Sprecher:

Sozialpädagogin Cornelia Höfer vom LKA Baden-Württemberg fasst die Kriterien für ein gutes Selbstbehauptungsprogramm so zusammen:

OT 35:

Höfer: Was für Qualifikation hat der Kursleiter? Also gibt es da eine spezielle Aus- und Fortbildung? Gibt es vielleicht sogar einen pädagogischen oder psychologischen Hintergrund? Gibt es regelmäßige Fortbildungen, die von demjenigen besucht werden oder auch Referenzen? Gibt's Kenntnisse im örtlichen Hilfenetz, um eine Krisenintervention mit dabei zu haben? Das sind so, ich sag mal harte Fakten, die man auf jeden Fall mal abklopfen kann.

Sprecher:

Derzeit wird vom LKA ein Flugblatt erarbeitet, das solche Kriterien zusammenfasst und ein Anhaltspunkt sein soll, wenn Schulen Gewaltpräventions-Trainings buchen wollen. Selbstbehauptung zu üben, so scheint es, ist wirksam und macht einen Unterschied, auch wenn sie nicht alle negativen Erfahrungen auffangen kann, die Kinder in Schule und Elternhaus machen, so Peter Döscher:

OT 36:

Döscher: Wie erreiche ich bei meinen Kindern Selbstwirksamkeit. Selbstwirksamkeit, ein Wort, von dem ich glaube, dass es etwa den Kern von Selbstbewusstsein trifft. Das ist die Annahme eines jeden erfolgreich zu sein. Also die Frage: ich gehe jetzt in eine Situation, die für mich herausfordernd ist. Aber ich schaffe das. Diese Selbstwirksamkeit wächst, je mehr ich Gelegenheit habe, an Situationen zu wachsen.

Sprecher:

Eine solche Gelegenheit, an sich zu wachsen, bietet die Mutprobe, die Dietmar Lietz mit den Kindern in der Geiersbergschule durchführt.

Atmo: AT 06 Mutprobe:

Hände nach oben Kopf zur Seite, ok? Das sind die Forscher. Die Yetis, die gegen die Matte rennen, dürfen nur gegen die Matte rennen, nicht mit den Schultern oder Füßen und es rennen auch immer nur vier. Wenn ich sage auf die Plätze fertig los. Ganz wichtig ist, dass die Yetis auch ganz laut schreien. So.

Sprecher:

Vier Kinder spielen Höhlenforscher, sie stellen sich an die Wand der Turnhalle zwischen zwei dicke Weichbodenmatten. Und dann rennen vier weitere Kinder, die Yetis, mit voller Wucht dagegen.

Atmo: AT 06 kurz frei

Sprecher:

Es ist ein gutes Gefühl, sich das zuzutrauen, den intensiven Spannungsmoment auszuhalten und dann stolz auf sich zu sein, wenn die Aufgabe erfolgreich gemeistert ist.

Atmo: AT 06 Mutprobe: *Die ersten vier Forscher. Ich will Forscher sein, ich auch...(freistehen lassen ab) Die nächsten vier auf die Plätze fertig los, uaaaa!*

Sprecher:

Die Zweitklässler der Geiersbergschule sind von ihrem Selbstbehauptungstraining begeistert. Helena hat nun eine Strategie gelernt, mit schwierigen Situationen klarzukommen:

OT 37:

Helena: Da wollte mich jemand küssen. Und dann hat sie mich halt geküsst und ich habe mich nicht getraut "Ich will das nicht" zu sagen.

Sprecher:

Sie weiß jetzt, dass sie das Recht hat, Nein zu sagen. Und auch ihre Freundin, so glaubt Helena, wird sich in Zukunft mutiger verhalten:

OT 38:

Helena: Die hat am Anfang immer in der Klasse zum Beispiel, hat die immer mich gefragt, weil sie sich nicht getraut hat zu melden, also ich glaube, dass sie sich jetzt öfters meldet, wenn sie Hilfe braucht.

Sprecher:

Die Geiersbergschule arbeitet bereits seit vielen Jahren mit ihrem Trainer zusammen und ist überzeugt von dem Selbstbehauptungskurs. Gerade für Kinder, die in Zeiten von Onlineunterricht eingeschult wurden, sei diese Gruppenarbeit wichtig, so Lehrerin Nina Hofmann:

OT 39:

Hofmann: Wir haben es jetzt schon so lange an der Schule, und das hat gar nichts mit Corona zu tun. Aber jetzt ist es meiner Meinung nach Mal doppelt wichtig, weil die Klasse noch gar nicht so zusammenfinden konnte. Und das tut sie jetzt gerade.

Sprecher:

Psychologieprofessorin Svenja Taubner ist davon überzeugt, dass Prävention nicht erst bei Schulungen anfängt, sondern mit den Strukturen, denen Kinder in Schule und Kindergarten ausgesetzt sind.

OT 40:

Taubner: Man kann allgemein präventiv wirksam sein, indem man die Lehrkräfte sensibilisiert, mehr Beziehungsarbeit zu machen und weniger nur auf Stoffvermittlung zu konzentrieren. Hier in Heidelberg haben sie gerade die Klassengrößen hochgesetzt. Also eine Grundschulklasse kann bis zu 31 Schülerinnen und Schüler enthalten. Und dass eine Lehrkraft dann nicht individuell auf die Lernbedürfnisse

eingehen kann, geschweige denn auf die emotionalen und sozialen Bedürfnisse – ist doch irgendwie logisch.

Sprecher:

Kinder zu stärken sollte das Ziel von Erziehung sein. Ein Selbstbehauptungskurs alleine macht noch kein starkes Kind, das sich in brenzligen Situationen zu wehren weiß. Doch wenn das Training verantwortungsvoll durchgeführt wird, kann es wirksam sein für die Selbstwahrnehmung von Kindern und auch für Schule und Familie. Das kostet allerdings Zeit und Geld – beides Ressourcen, die im Bildungsdeutschland oft fehlen.

Abspann:

SWR2 Wissen: Selbstbehauptung in Schule und Kita – von Franziska Hochwald.
Sprecher: Andreas Helgi Schmid. Redaktion Vera Kern. Regie: Günter Maurer.

* * * * *