

Die richtigen Kräfte wecken

Beirat „Kind & Co.“ bot „Wo-de“-Schulung in der Brückenaauer Georgi-Halle an

Von unserem Mitarbeiter
SEBASTIAN HEURICH

BAD BRÜCKENAU Schon Georg Büchner schrieb: „Kräfte lassen sich nicht mitteilen, nur wecken.“ Diese Kräfte versuchte Trainer Holger Schumacher vom „Wo-de“ Sicherheitsschulungsteam mit Kindern zwischen sechs und elf Jahren sowie deren Eltern an drei Seminartagen in der Georgihalle in der vergangenen Woche bei den Kindern zu wecken.

„Wo-de“ steht für „Women Defence“ – auf Deutsch Frauen-Verteidigung. Unter diesem Namen begann Holger Schumacher Sicherheitsschulungen für Frauen zu konzipieren. Seit zirka zehn Jahren bietet er ein spezielles Sicherheitsseminar für Kinder und Jugendliche an, das man auch schon erfolgreich an vielen Schulen, Kindertagesstätten und -horten bundesweit durchgeführt habe, so Schumacher.

Schumacher, Geschäftsführer des Unternehmens, führte das Seminar in Bad Brückenau persönlich durch. Er ist ehemaliger Angehöriger des Mobilen Einsatzkommandos Hamburg, psychologisch ausgebildeter Erstsprecher für Geiselnahmen und Entführungen und achtfacher deutscher Meister im Karate bzw. Jujutsu. In Zusammenarbeit mit Psychologen, Polizeibeamten, Erziehern und Lehrern hat er ein Selbstverteidigungsprogramm aufgestellt, das er auch den über 30 Schulungsteilnehmern in Bad Brückenau vermittelte.

Gefahren erkennen

Die Grundlage für diese Kinder- und Jugend-Sicherheitsschulungen basiert auf den Schwerpunkten „Gefahren erkennen und vermeiden“ sowie Rollenspielen zu verschiedenen Themen. So wird den Kindern veranschaulicht, was sie am besten nicht tun sollten. Zum Beispiel, dass es nicht darauf ankommt, gleich zuzuschlagen. „Reden ist unsere stärkste Waffe“, sagt Schumacher. Doch er will den Kindern auch klare Regeln vermitteln: „Du darfst nicht bei Fremden mitfahren“ ist eine davon.

Eines liegt dem Sicherheitstrainer aber ganz besonders am Herzen. Er will seinen Schülern besonders Selbstvertrauen für den Alltag vermitteln. Ein Mensch, der Selbstbewusstsein ausstrahlt, veranlasst



Selbstbewusstsein ausstrahlen und im Notfall auch mal zutreten – die Kinder zwischen sechs und elf Jahren lernen bei dem „Wo-de“-Selbstverteidigungskurs in der Georgi-Halle von Holger Schumacher, wie sie sich im Notfall richtig verhalten. FOTO SEBASTIAN HEURICH

seine Umgebung, ihm mit mehr Wertschätzung entgegenzutreten. Das zeigt Schumacher seinen Schützlingen auch beim gemeinsamen Training, bei dem er sie immer wieder auffordert, sich selbstbewusst zu zeigen. Haltung annehmen und laut sprechen ist so ein Tipp, aber auch, sich bei den Selbstverteidigungsübungen wirklich zu trauen und auch den Gegenüber zu treten.

Training durch Rollenspiele

Ob die Schüler das Selbstbewusstsein wirklich getankt haben und zuschlagen können, überprüft Schumacher in verschiedenen Rollenspielen, in denen er zum Beispiel als angegriffener Fremder auf ein Kind

zugeht und es anpöbelt. Das Verhalten des Kindes wird von den anderen Kindern beobachtet und gemeinsam mit Schumachers Tipps später analysiert.

Bei dieser Situation müssen die Kinder zum Beispiel entscheiden, ob sie sich in ein Gespräch verwickeln lassen sollen, ob sie sich verbal verteidigen können oder dann doch an den großen Schienbeinschoner von Schumacher treten müssen, um sich aus der Gefahrenzone entfernen zu können.

Richtige Stressbewältigung im Alltag ist allerdings die Voraussetzung dafür, in einer Notsituation nicht „den Kopf zu verlieren“, erklärt der

Trainer. Auch für Kinder, so Schumacher, ist es wichtig, ruhig und besonnen zu handeln.

Organisiert wurde das Sicherheitstraining vom neu gegründeten städtischen Beirat „Kind & Co.“. Und es sind auch schon weitere Termine in den Herbstferien im Angebot: Vom 2. November bis zum 5. November findet der nächste Kurs in der Georgi-Kurhalle in Bad Brückenau statt. Dann stehen aber nicht die Kinder und Jugendlichen im Mittelpunkt, sondern die Erwachsenen, denn auf sie ist der Kurs im Herbst speziell zugeschnitten. Mehr Informationen und die Möglichkeit zur Anmeldung gibt es bei Petra Fläschner unter ☎ (0 97 41) 61 96.