

## Klasse 4 Gottenheim

**W**as sich bewährt, wird zur Tradition: So auch das Selbstbehauptungstraining, das Jochen Wiesler vom Karate-Team Wiesler in Bötzingen nun schon zum zweiten Mal mit den Schülerinnen und Schülern der 4. Klasse der Grundschule Gottenheim durchführte. Der Förderverein der Schule Gottenheim hatte im vergangenen Jahr die Idee, speziell für die 4. Klasse einen Kurs in den Unterricht zu integrieren, und stieß bei der Schulleitung auf offene Ohren. So konnte der Kurs schon 2013 und dieses Jahr zum zweiten Mal für die 4. Klasse stattfinden. Der Förderverein unterstützt das Angebot organisatorisch und finanziell.

In vier Kursstunden (zwei mal eineinhalb Stunden) wurden am 16. Juni und am 3. Juli die 27 Schüler und Schülerinnen der vierten Klasse auf den Übergang in die verschiedensten weiterführenden Schulen und auf das Verlassen des „Schonraumes“ Grundschule vorbereitet. Das Konzept, das Jochen Wiesler selbst entwickelte, setzt auf Prävention und will vor allem das Selbstvertrauen, die Selbstbehauptung und die Achtsamkeit

der Kinder stärken, mit spielerischen Elementen die Einsicht in Alltagssituationen an großen Schulen vermitteln und Anregungen für den gewaltlosen Umgang mit Konflikten geben. So wurden, angeleitet durch Jochen Wiesler, von den Kindern folgende Fragen bearbeitet: Wie bewege ich mich in einer großen Menschenmenge? Kann ich Situationen, die ich nicht bewältige, aus dem Weg gehen? Wie verhalte ich mich, wenn mich jemand in Bus, Bahn oder Straßenbahn anspricht? Wie mache ich mich bei Bedrängnis bemerkbar? Wo/wie hole ich Hilfe bei Erwachsenen? Wie sieht selbstbewusstes Auftreten aus? Wie sage ich mit Bestimmtheit „nein“? Solche und andere Fragen konnten in vertrauensvoller Atmosphäre geklärt werden.

Im Mittelpunkt steht bei Jochen Wiesler das Kind und seine Gefühle: „Es ist wichtig, dass die Kinder lernen, auf ihr eigenes Gefühl zu vertrauen“, so Wiesler. Die Sensibilisierung für Gefahren und Konflikte und Mechanismen, um diesen aus dem Weg zu gehen, ist eines der wichtigsten Ziele, die der Trainer mit seinem Konzept erreichen will. (RK)



Ein Gefühl für die eigene Kraft bekommen. Jochen Wiesler (links) mit Schülerinnen der 4. Klasse in Gottenheim.

Foto: ma