

Projektdokumentation Gewaltprävention und Selbstbehauptung in den 5. Klassen

Durch die großzügige finanzielle Unterstützung des Fördervereins wurde es möglich, dass die 5. Klassen in der Woche vom 21. – 25. November 2016 ein Projekt zur Gewaltprävention und Selbstbehauptung mit dem Verein für Aktivität und Prävention (VAP e.V.) aus Aue durchführen konnten.

Der Start erfolgte in Form eines Elternabends am 21.11., bei dem die Eltern der Fünftklässler erfahren konnten, welchen Inhalt das Projekt hat. Dabei wurden auch ganz praktische Übungen aus den Schülerprojekten von den Eltern durchgeführt mit dem Ergebnis, dass sich auch Eltern zu aggressivem Verhalten hinreißen lassen, wenn nur entsprechende Anreize dafür geschaffen werden.



Von Dienstag bis Freitag war dann der Trainer Herr Badstübner jeweils in einer anderen 5. Klasse aktiv. In einem Tagesprojekt konnte er dabei aggressives/böses Verhalten bei den Schülern ansprechen und aufdecken, dass es als solches im ersten Moment gar nicht so deutlich sichtbar ist. Zum Beispiel ist es auch kein friedliches Verhalten, wenn ich durch mein Reden und Handeln bei jemand anderem schlechte Gefühle erzeuge oder wenn die Klasse über die störenden Kommentare anderer im Unterricht lacht oder wenn ich jemanden provoziere, so dass er sich gewaltsam zur Wehr setzt. Die Goldene Regel von Herrn Badstübner lautete deshalb: „Sei weder Opfer noch Gefahr!“.



Es ging in den Projekten darum, herauszuarbeiten, was alles zu schlechtem Verhalten zählt, wie dieses entsteht, welche Werte und Wünsche hinter dem Verhalten stehen aber auch wie man damit umgehen kann. Hier kam der zweite große Schwerpunkt des Projektes zum Tragen, nämlich das Thema Selbstbehauptung. Wie können es Schüler schaffen, durch ihre Körpersprache und ihr Auftreten sich gegen falsches Verhalten anderer zu wehren. Hierzu wurden ganz praktische Übungen auch aus dem Bereich der Selbstverteidigung durchgeführt, in denen es darum ging, jemand anderem die Grenzen aufzuzeigen und dessen aggressives Verhalten zu beenden. Es erfolgte dabei ein deutlicher Appell an die Klasse, schlechtes Verhalten nicht zuzulassen und dagegen auch gemeinsam aufzustehen. In einigen Übungen kamen die Schülerinnen und Schüler auch sehr an ihre Grenzen, mussten Gefühle wie Wut und Angst aushalten und durften bei alledem die Selbstbeherrschung nicht verlieren.





Die beiden großen Schwerpunkte Gewaltprävention und Selbstbehauptung bezogen sich also im Wesentlichen auf den schulischen Kontext in der eigenen Klasse. Trainiert wurde allerdings auch wie sich die Schüler in Gefahrensituationen außerhalb der Schule verhalten sollen. Hierzu ist eigentlich nur die einfache Regel des Trainers zu nennen: „Lieber 5 Sekunden feige im Leben, als ein Leben lang tot – denn tot lebt es sich bekanntlich schlecht!“ – was im ersten Moment witzig klingt, ist aber genau richtig – ein Fünftklässler kann sich nicht gegen „den großen kräftigen

Kleiderschrank“ verteidigen - also lieber ein klares STOP-Signal, laut auf sich aufmerksam machen und Hilfe bei anderen suchen.

In einer letzten Übung ging es dann um friedliche Konfliktlösungsstrategien, denn Gewalt, sei sie körperlich oder seelisch ist nichts anderes als eine Strategie einen Streit zu lösen, nämlich dann, wenn das bisher gelernte friedliche Verhalten nicht mehr ausreicht, um einen Konflikt zu beenden. Dann nämlich setzt das Denken aus, man wird zum „Erbsenhirn“ und hat sich nicht mehr unter Kontrolle.



Insgesamt kann man sagen, dass es sich sehr gelohnt hat, dass unsere 5. Klassen dieses Gewaltpräventions- und Selbstbehauptungstraining absolviert haben. Das Training konnte Verhaltensweisen und Klassenprozesse aufdecken und regen auch die Klassenleiterinnen dazu an, bestimmte Themen weiter aufzugreifen und in den Klassenstunden zu bearbeiten.

Jens Nitschke