

# Droht Gefahr, laut schreien – das kann schon helfen

## Sicherheitstrainer schulen Kinder

Rehren (jhü). „Stopp!“ 16 Kinder stehen einander gegenüber. Mit ausgestrecktem Arm und flacher Hand vor der Brust ihres Gegenübers machen sie dem Angreifer deutlich: bis hierhin und nicht weiter. Und mit dem lauten Schrei „Stopp!“ lernen sie, wie man auf sich aufmerksam macht – ein psychologischer Effekt, der auch schon eine Menge bewirke, um mögliche Angreifer zu verschrecken. Da sind sich zumindest die beiden Trainer vom „Sicherheitstraining **Schaumburg**“, Paul Knauthe und Torsten Stielow, nun ja, sicher: Der SC Auetal hatte mit beiden den Kurs für Jungen und Mädchen in der Sporthalle angeboten: Selbstverteidigung und Selbstbehauptung.

Knauthe macht seit über 20 Jahren Taekwondo, war mit diesem Kampfsport schon mehrmals Niedersachsenmeister und sogar Deutschlandmeister. Stielow ist Kriminalbeamter. Beiden setzen sich dafür ein, das Selbstbewusstsein von Kindern zu stärken und dass diese sich wehren können, wenn ihnen etwas angetan wird. „Man will es ja nicht hoffen, dass mal tatsächlich etwas passiert, aber falls doch: Dass sie wenigstens schon mal mit den verschiedensten Verteidigungstechniken zu tun hatten“, machte Knauthe deutlich.

Nächste Übung: Die Kinder stehen sich wieder gegenüber. Die einen haben einen Boxhandschuh an. Die anderen hauen einmal fest darauf. „So könnt ihr mal gucken, wie

das ist, zu hauen“, so Knauthe. „Dann haltet euch die Arme schnell vor das Gesicht, so seid ihr bei Rückschlägen geschützt.“

Die Kinder haben gelernt, wie man Gefahren erkennt und vermeidet und wie man handelt bei Angriffen. Und auch wie man eben vor allem auf sich aufmerksam macht, wenn man angegriffen wird. „Viele trauen sich nicht richtig, mal laut zu schreien“, so Gaby Wedemeier, Trainerin beim SC Auetal. Das sei die große Hemmschwelle.

„Die Kinder bewegen sich immer häufiger draußen allein“, so Wedemeier, „ob zur Schule oder zum Sport. Hier im Auetal sei die Gefahr vielleicht nicht so groß, aber wenn die Kinder dann später vielleicht in eine Großstadt ziehen, ist es anders. Ich sehe es selbst bei meiner Tochter.“ Die sei auch wegen des Studiums in die Großstadt gezogen.

Bei Interesse wird der Kurs auch noch einmal wiederholt oder fortgesetzt. Für Frauen wird der Kurs auch noch einmal angeboten – im Februar. Alle ab 13 Jahren können mitmachen – aber auch bis ins hohe Alter. Und Knauthe und Stielow betonen: „Keine Angst, hier lernt man nicht nur Karate, sondern etwas, das teilweise viel wichtiger ist; die psychologischen Effekte“.

► **Anmeldungen** nimmt Gaby Wedemeier entgegen: (05753) 4724 oder 0162-2350164. Die Kosten betragen für Mitglieder 15 Euro und für Nichtmitglieder 20 Euro.



„Stopp“ und nicht weiter. Wie wehre ich mich bei Angriffen? Das lernen die Kinder von den Sicherheitstrainern. Foto: jhü