

Selbstbewusst und stark

Kurse fördern Selbstbehauptung bei Jungs

Herisau. «Respect!» ist einer der ersten Anbieter von Selbstbehauptungskursen. Nun hat man die Möglichkeit, auch in Herisau teilzunehmen und so die eigenen und die Grenzen anderer besser kennenzulernen.

Der Verein «Respect!» besteht seit 2003 und leistet präventive Arbeit im Zusammenhang mit Jungs und jungen Männern. In den Selbstbehauptungskursen können Jungs zwischen der 2. und der 9. Klasse lernen, eigene und fremde Grenzen wahrzunehmen beziehungsweise auszudrücken um sich dadurch in Konflikten besser zu behaupten.

Die «Herisauer Zeitung» sprach mit Andreas Hartmann, der die Kurse in Herisau leiten wird, über seine Arbeit bei «Respect!», die Notwendigkeit seine Grenzen zu zeigen und die bisherigen Erfolge in der Jungenarbeit.

Herr Hartmann, was ist der Inhalt der Selbstbehauptungskurse, wie sie auch bald in Herisau angeboten werden?

Viele Jungs sind Opfer von Grenzverletzungen und Gewalt. Daneben gibt es ebenfalls sehr viele, die durch das klassische Männerbild schon von klein auf vorgelebt bekommen, dass man Grenzen überschreitet. Die Kurse helfen dabei zu lernen, wie man sich gegenüber Gleichaltrigen und Erwachsenen behaupten und seine Grenzen klar ausdrücken kann.

Auf welche Altersklasse wurden die Kurse zugeschnitten?

Die Selbstbehauptungskurse in Herisau richten sich vorwiegend an Jungs zwischen der 2. und der 9. Klasse. Daneben werden auch welche angeboten, an denen Männer teilnehmen können. Gerade für Väter oder andere männlichen Bezugspersonen von Jungs ist es eine sehr



BILD: PD

Die Jungs können spielerisch ihre Grenzen und die anderer kennenlernen.

grosse Chance, an einem solchen Kurs teilzunehmen und dadurch die Bedürfnisse ihrer Kinder kennenzulernen. Ich hoffe darauf, dass auch viele Männer/Väter den Kurs besuchen werden.

Ist dieses Angebot für Opfer gedacht oder auch für Täter?

Der Selbstbehauptungskurs richtet sich sowohl an Opfer, Täter als auch an Jungs, welche eher unscheinbar sind und in keine der beiden Kategorien fallen.

Wie läuft ein Selbstbehauptungskurs bei «Respect!» ab?

In der Gruppe werden Rollen- und Kampfesspiele durchgeführt. Danach halten wir Gespräche, in denen die gemachten Erfahrungen besprochen werden und man dadurch die eigenen Verhaltensformen besser kennenlernt. Auf der anderen Seite werden die Jungs auch dazu aufgefordert, sich gegenseitig zu beurteilen. Sie erklären sich aufgrund welcher Merkmale oder Auftrittformen der eine als Opfer angeschaut wird und so weiter und wie das umgangen werden kann.

Worauf wird dabei besonderen Wert gelegt?

Grundsätzlich wird den Jungs beigebracht, wie sie kritische Situation erkennen und vermeiden können. Daneben aber auch, wie bestmöglich gehandelt werden kann, wenn es zur Eskalation kommt.

Welche Erfolge konnten Sie durch Ihre Arbeit bereits erleben?

Es freut mich sehr, wenn ich am Ende eines Kurses erkenne, dass die sogenannten aufbrausenden Jungs ruhiger werden, die Opfer stärker auftreten können und die bisher Unscheinbaren sich deutlicher und klarer ausdrücken.

Heute, Donnerstag, 26. März, findet ein Informationsabend für Erwachsene im Singsaal des Schulhauses Ebnet statt. Ab 19.45 Uhr hat man die Möglichkeit, die Kursinhalte und Grundsätze von «Respect!» kennenzulernen und zu diesem Programm Fragen zu stellen. Weitere Informationen erhält man auch im Internet unter www.respect-selbstbehauptung.ch.

INTERVIEW: STEFAN FEUERSTEIN