

Bei Provokationen einfach cool bleiben

WEINHEIM. Sich nicht wegen jeder Kleinigkeit provozieren lassen, auch in Stresssituationen gelassen bleiben, sich bei aufkommenden Konflikten richtig verhalten und sich selbst in der Gewalt haben – das sind Ziele, die sich Schüler der Dietrich-Bonhoeffer-Schule in einem Coolnesstraining mit Konfliktmanager Rainer Frisch selbst setzten.

Durch das Sponsoring des Weinheimer Lions Clubs lernten die Kids an insgesamt zehn Trainingsnachmittagen, in kritischen Situationen nicht gleich die Fäuste sprechen zu lassen, sondern körperliche Auseinandersetzungen durch richtiges Verhalten zu vermeiden.

Das Coolnesstraining ist ein Trainingsansatz für Jugendgruppen auf der Grundlage der sogenannten konfrontativen Pädagogik, die nach dem Prinzip arbeitet, dass Regelverstöße in dem Moment aufgezeigt werden, in dem sie begangen werden. Möglichkeiten, sich vor Gewalttätigkeiten zu schützen auf provokative Herausforderungen zu reagieren, standen im Mittelpunkt der Trainingsnachmittage. Dabei mussten die Jugendlichen auch lernen, dass man so viel Stress bekommt, wie man selbst ausstrahlt.

Immer wieder kam aus den Reihen der Schüler die Frage auf: „Was aber, wenn ich mich richtig verhalte und doch massiv provoziert werde?“ Konfliktmanager Frisch spricht in diesem Fall von der Statuswippe: „Das kann man sich vorstellen wie eine Wippe auf dem Spielplatz. Wer mich provoziert, lädt mich auf diese Wippe ein und will mir einen tiefen Status geben, indem er mich beleidigt. Wenn ich dann die Einladung annehme und auf die Wippe gehe,



Abschlussprüfung der Schüler beim Coolnesstraining der Bonhoeffer-Schule: im Hintergrund Dr. Detlef Schermer vom Lions Club (links) und Trainer Rainer Frisch.

BILD: GUTSCHALK

dann will ich ja oben sein, das heißt, ich provoziere zurück. Das schaukelt sich hoch und endet meistens in einer Schlägerei. Wenn ich aber sage: Sorry, ich hab keinen Bock auf Stress, ich gehe jetzt, dann nehme ich die Einladung nicht an.“

Die Schüler waren bei den Trainingseinheiten voll bei der Sache, davon konnte sich auch der Zweite Vorsitzende des Weinheimer Lions Clubs, Dr. Detlef Schermer, bei seinem Besuch überzeugen: „Seit mehr als sechs Jahren hat es sich der Lions Club Weinheim zum Ziel ge-

macht, junge Menschen für das Leben zu stärken“, betont Schermer. „Zu diesem Konzept passt das Coolnesstraining an der Dietrich-Bonhoeffer-Schule. Wir fördern dieses Projekt gerne, in der Hoffnung, den jungen Menschen Hilfestellung zu geben in einer zunehmend schwierigen Zeit.“

Am Ende der Trainingseinheiten nahmen die DBS-Schüler stolz ihre Teilnehmerurkunden entgegen. Sie wird sie daran erinnern, in schwierigen Situationen „cool“ zu bleiben.