

Artikel in den Reutlinger Nachrichten vom 04.11.14

Pfullingen

„Wir wollen keine Gewalt“

„In der Stadt sind zwei Sechzehnjährige auf uns zugekommen. Die wollten Geld und das Handy von meinem Freund,“ erzählt ein Junge.



Foto: Angela Steidle

„In der Stadt am Busbahnhof sind zwei Sechzehnjährige auf uns zugekommen. Die wollten Geld und das Handy von meinem Freund,“ erzählt ein Schüler beim VfL-Gewalt-Präventionstraining. Viele kennen das.

ANGELA STEIDLE

„Was glotzt du denn so blöd Alter: Hast du ein Problem oder was?“ Auf dem Schulhof geschubst und gemobbt, auf dem Nachhauseweg in den Schwitzkasten genommen und immer wieder drangsaliert. „Der Junge wollte einfach nicht mehr alleine zur Schule gehen“, erzählt Marc Louia von der Pfullinger Schule für Selbstverteidigung, „seine Eltern haben ihn morgens hin gebracht und wieder abgeholt, bis es ihnen zu bunt wurde. Die haben mich direkt angesprochen.“ Acht Wochen lang Einzeltraining hatten einen phänomenalem Erfolg. Der schwächliche Schüler hat ein ganz anderes Selbstbewusstsein aufgebaut. Er wusste: Ich kann mich wehren.

Beim Ferien-Schnupperkurs des VfL an drei überbuchten Tagen gab es für Pfullinger Schulkids einen spannenden Querschnitt der Möglichkeiten. Wenn der Pfullinger Gewalt-Präventions-Trainer und Judo-Prüfer Marc Louia mit seinem „Selbstbehauptungs- und Gewaltpräventionstraining“ an Schulen unterwegs ist, fragt er als erstes, wer schon mal so eine Situation selbst erlebt hat. Die Hände schnellen hoch. „Abhauen ist nicht unbedingt feige, wenn mich eine Gruppe bedroht“, sagt Louia, „Hilfe holen wenn mir mulmig wird, ist völlig okay“.

„Zwei Typen kommen im Bus mit der Handykamera auf dich zu: Hey Opfer, durch uns wirst du heute berühmt.“ Neben einen Erwachsenen setzen, bevor die dich aus dem Bus rausziehen und draußen verknallen, ist der Rat des Trainers: „Geht nicht hin, wenn eine Gruppe von Jugendlichen Stress macht. Es kann keiner verlangen, dass ihr euch selbst in Gefahr bringt. Holt Hilfe.“

Ignorieren, auf Abstand halten, klare Ansagen machen, zur Seite ausweichen und ins Leere laufen lassen. Sich behaupten: „Ich hab Dir gesagt, lass mich in Ruhe.“ Zwischen der ersten verbalen Attacke, dem Abchecken, am Shirt packen und dem direkten Angriff liegen angespannte Sekunden, die körperlich unterlegene Kinder und Jugendliche für sich nutzen können. Ein klares Stoppsignal zeigt: „Da steckt was dahinter. Da kommt noch mehr.“ Die Selbstverteidigung mit geballten Fäusten und kontrollierter Kraft ist nur das allerletzte Mittel. Marc Louia macht klar: „Wir wollen keine Gewalt.“

Auf Schuldeutsch heißt das: Note Sechs für den, der sich willenlos am Arm packen und mitziehen lässt. Eine Vier gibt's für den, der sich losreißt und sagt: „Ich will das nicht.“ Note drei fürs Ausweichen und Abwehren. Gut ist die Selbstbehauptung mit klarer Aussage, Gestik und Mimik. Note Eins ist, „wenn ich als Schüler so 'ne Ausstrahlung hab, dass erst gar keiner auf die Idee kommt, mich anzugreifen.“ Das läuft bei Erwachsenen genau nach demselben Muster. Beleidigungen mit Aggression zu beantworten, führt nur zu einer Gewalt-Spirale.

Normalerweise trainiert Militärpolizist, Judo- und Gewaltpräventionstrainer Marc Louia Kinder einzeln und über einen längeren Zeitraum. Sein Projekt N.E.I.N. gibt es seit September 2014. Es entstand aus dem „riesen Bedarf“ und hat zum Ziel, das Selbstbewusstsein von Kindern und Jugendlichen durch intensives Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungstraining zu stärken. Dafür hat der Pfullinger ganze Handlungsketten mit einfachen aber effektiven Techniken hinterlegt: „Ich halte es für extrem wichtig, diesen Kreislauf des alles-mit-sich-machen-lassens zu durchbrechen. Denn sonst zieht sich dieses Verhaltensmuster für den Rest des Lebens durch.“

„Kinder, die in der Schule drangsaliert und körperlich gemobbt werden wissen: Am nächsten Tag passiert's wieder. Sie entwickeln ein Ohnmachtsgefühl“, beschreibt Marc Louia seine Erfahrung. „Das schlimmste ist, wenn sie zum Lehrer gehen und hören: Hey, macht das unter euch aus. Es muss absolut klar gemacht werden, dass dieses Verhalten Konsequenzen hat. Das muss man dann aber auch durchziehen. Wenn zuhause dann noch der Satz kommt: Das ist völlig normal, das regelt sich von selbst. Dann ist alles vorbei. Den Schneid, sich zu behaupten, dazu muss man was im Rücken haben.“ Genau das will Louia in seinen Kursen vermitteln.

Zum VfL-Schnuppertraining in den Ferien hatte auch Opfer-Rechtsanwältin Andrea Sautter vom Weißen Ring ihren Nachwuchs angemeldet. Eine Kooperation bei Selbstverteidigung und Gewaltprävention hält sie für sinnvoll. Der Weiße Ring betreut in Reutlingen Kinder, Jugendliche und erwachsene Opfer von Gewalt. Ein eigenes Trainingsprogramm sei lediglich eine Frage der Finanzierung.

Das N.E.I.N. der Pfullinger Schule für Selbstverteidigung steht für: Nachhaltig trainieren, Entschlossen handeln, Intuitiv anwenden, Niemals aufgeben. auch die VfL-Handballer haben das Mental-Training von Marc Louia schon mal mit leichten Sparringseinheiten und in Vollmontur ins Programm eingebaut – für „mehr Biss und Willensstärke.“