

Es müssen nicht die Fäuste fliegen

Selbstschutz-Projekt für Crimmitschauer Jugendliche

VON ANNEGRET RIEDEL

Crimmitschau. „Ich hab' einen tierischen Muskelkater“, lacht die 18-jährige Melanie. Kein Wunder. Das zierliche schwarzhaarige Mädchen und ihre Zimmergenossen vom betreuten Wohnen des Sprach-, Bildungs- und Beratungszentrums Zwickau (SBBZ) in der Crimmitschauer Teichstraße haben sich in dieser Woche ganz schön geschafft. Ein Selbstschutz-Projekt stand auf dem Programm und da ging es nicht nur theoretisch ziemlich zur Sache. „Es ist kein Anti-Aggressionstraining für einen selbst, sondern ein Training, um sich Fähigkeiten aneignen, wie man mit Aggressionen anderer umgeht“, konkretisiert Sozialarbeiter Torsten Badstübner vom Verein für Aktivität und Prävention die Projektarbeit der Woche. Spaß sollte es machen, Selbstsicherheit aufbauen, Tipps geben, wie man gelassen mit Beschimpfungen, Pöbeleien, mit Mobbing, Trotz und Rückzug anderer umgeht. Ganz schön viel für zwei Seminartage. „Sei weder Opfer noch Gefahr, das ist unsere goldene Regel“, erklärt der 28-jährige Trainer. Und wie man sich selbst vor An-

und Übergriffen schützen kann, machte einen großen Teil des Projektes aus. Die 13 Jugendlichen trainierten so genannte Stopp-Stellungen, bauten Schutzschilder mit ihren Armen und lernten einfache Selbstverteidigungsgriffe. Doch damit nicht genug. „Es ging auch darum, gemeinsam über Gewalt, eigene Schwächen, Gefühle vor der Gruppe zu sprechen. Das war für manchen sicher nicht so einfach“, sagt Bereichsleiterin Katja Träger, die die Einrichtung in der Teichstraße leitet. So mussten die Jugendlichen zum Beispiel paarweise vor die Gruppe treten, der eine war Künstler, der andere ein „Tonklumpen“. „Nun sollten die Jugendlichen verschiedene Gefühle darstellen. Dazu musste man dem ‚Tonklumpen‘ manchmal ganz schön nahe kommen, zum Beispiel die Lippen hochziehen, wenn er lachen sollte“, erläutert Torsten Badstübner die Übungsstunden. Auch wenn das manchem der jungen Leute vielleicht etwas affig vorkam, gut gemeistert haben alle diese Aufgabe.

Die 15- bis 19-jährigen Jugendlichen werden in der Villa in der Teichstraße auf ein Leben „draußen“ vorbereitet. Wenn sie volljäh-



Seminarleiter Torsten Badstübner (rechts) demonstriert mit Gabriel eine Abwehrposition.

—FOTO: RALF ROJE

rig sind, wird ihnen der Start in die Selbstständigkeit erleichtert, zum Beispiel mit einer Wohnung. „Die meisten unserer Jugendlichen kommen aus sozial schwachen oder zerrütteten Familien“, weiß Katja Träger. Und bei vielen hat Gewalt oder

die Bereitschaft dazu ihr Leben in den zurückliegenden Jahren bestimmt und geprägt. Dass nicht die Fäuste fliegen müssen, um Konflikte zu lösen, haben die meisten der jungen Leute vielleicht nach dieser Woche kapiert.

Gabriel, 18, seit einem Dreivierteljahr im betreuten Wohnen: Ich bin eigentlich ein ruhiger Typ, doch wenn mich jemand anpöbelt kann ich auch ausrasten. Der Kurs war gut, aber ob man es auch im Alltag anwenden kann, wird sich zeigen.

Melanie, 18, seit anderthalb Jahren im betreuten Wohnen: Ich bin noch nie in eine Schlägerei verwickelt worden. Ich versuche, Konflikte mit Worten zu lösen. Je mehr man sich aber öffnet, desto verletzlicher wird man.

Kai-Sebastian, 17, seit diesem Monat im betreuten Wohnen: Der Kurs ist eine interessante Sache, ich habe mich mit dem Thema auseinandergesetzt. Aber prinzipiell versuche ich, Konflikten aus dem Weg zu gehen.

STICHWORT

VAP sachsenweit aktiv

Der Verein für Aktivität und Prävention (VAP) mit Sitz in Dresden und Aue, bietet sachsenweit Projektarbeit zu Anti-Aggression und Kommunikation in Bildungs-, Sozial- und Freizeiteinrichtungen an. Im Jahr kommen so rund 200 Projekte zusammen. Dabei werden Kinder und Jugendliche unterschiedlichen Alters angesprochen.