

# Vertrauen in sich selbst haben

Sicherheitstraining für Kinder in der Altenhaßlauer Zehntscheune



Eltern und Kinder lauschen dem Trainer René Wittek.

(Foto: Leitheiser)

**Linsengericht-Altenhaßlau (fl).** Seit Donnerstag läuft in der Zehntscheune in Altenhaßlau ein Sicherheitstraining für Kinder. Teilnehmer sind rund 28 Kinder im Alter von sechs bis zwölf Jahren. Trainiert werden vor allem Selbstbehauptung und Selbstsicherheit.

Das CONVA Sicherheitstraining findet zum zweiten Mal in Linsengericht statt. Dem Kurs war ein Infoabend für Eltern

vorausgegangen, den Sandra Zirkel organisierte. Den Raum in der Zehntscheune stellt Bürgermeister Albert Unger mann zur Verfügung. Das CONVA Sicherheitstraining läuft an vier Tagen hintereinander und dauert jeweils vier Stunden. Das Trainerteam besteht aus Jörg Fröhlich, Kriminologe, René Wittek, Diplompsychologe und André Engel, der seit über zehn Jahren als Sicherheitstrainer tätig ist und die anderen Referenten in

diesem Bereich schult.

Das Training wurde auf Basis einer wissenschaftlichen Grundlage und langjähriger Erfahrung entwickelt. Schwerpunkte sind: Stärkung des Selbstvertrauens, Verbesserung der Selbstbehauptungstechniken und effektive Selbstverteidigung erlernen. Mit Hilfe von Geschichten, Rollenspielen und Dialogen wird das Thema Gewalt behandelt. Die Kinder lernen, sich in Konfliktsituationen wirkungsvoll ver-

bal zu behaupten, sich mit einfachen und wirkungsvollen Techniken zu verteidigen. Der Hauptaspekt des Trainings besteht jedoch darin, dass das Selbstbewusstsein der Kinder gestärkt wird und sie in Gefahrensituationen in der Lage sind, Öffentlichkeitherkzustellen. Das Besondere an dem Training: Die Eltern sind mit dabei und haben die Möglichkeit zum Gespräch mit den Referenten.

Am Sonntag gibt es eine Abschlussveranstaltung, bei der

die Kinder mit verschiedenen simulierten Gefahrensituationen konfrontiert werden, um das Gelernte auszuprobieren.

Das CONVA Sicherheitstraining wird bundesweit angeboten, und neben dem Training für Schulkinder gibt es auch spezielles Training für Jugendliche und Erwachsene. Für Linsengericht ist im November ein weiterer Kurs für Schulkinder geplant. Anmeldung bei Sandra Zirkel unter Telefon 06051/75558.