

# Abwehrstrategien erlernt



LICHTENAU (ab) – 28 Jugendliche im Alter von zwölf bis 15 Jahren haben sich einem dreitägigen Sicherheitstraining unterzogen. Der Diplom-Psychologe René Wittek und der Erzieher Benjamin Bleich haben mit diversen Tipps versucht, die Jugendlichen fit zu machen für die heutige Gesellschaft. Junge Menschen würden, so Wittek, permanent mit Gefahren wie Drogen, Mobbing oder sexueller Nötigung konfrontiert. Die jungen Menschen bräuchten viel Kraft, um sich zu wehren. Mit dem von Wittek und Bleich entwickelten Konzept „Conva“ wird versucht, den Jugendlichen Verhaltensmuster zu erläutern und psy-

chologische Grundregeln über das menschliche Verhalten beizubringen. Nach dem dreitägigen Seminar haben, so ist sich Wittek sicher, die Teilnehmer das richtige Werkzeug wie ein starkes Selbstbewusstsein, Vertrauen auf das eigene Bauchgefühl und Strategien zur körperlichen Verteidigung, um gefährliche Herausforderungen zu meistern. Alle Jugendlichen nahmen freiwillig an dem Training teil. Nur einer von ihnen kam nach dem ersten Abend nicht mehr. Die Teilnehmer zeigten sich sehr begeistert von den vermittelten Inhalten und fühlen sich nun sicherer in gefährlichen Situationen.

Foto: Biernoth