



„!Respect“: Training in der Sporthalle der Regenbogenschule in Elliehausen.

FOTOS: HINZMANN

„Laserblick“ und „Skateboard-Stellung“

Schüler der Regenbogenschule Elliehausen trainieren respektvollen Umgang miteinander

Von Franziska Wessel

Göttingen. „Lass mich los, du tust mir weh!“, schallt es im Chor durch die Turnhalle der Regenbogenschule in Elliehausen. Sätze zu üben, mit denen man genau kommuniziert, was man nicht möchte, ist Teil des „!Respect“-Konflikttrainings, das der gleichnamige Verein regelmäßig an der Grundschule anbietet, um die Kinder im achtsamen Miteinander zu schulen.

Sozial-emotionale Kompetenzen vermitteln

Das Programm ist darauf ausgerichtet, altersangemessene sozial-emotionale Kompetenzen zu vermitteln, heißt es vonseiten der Stiftung Sparda-Bank Hannover, die das „!Respect“-Training an der Regenbogenschule finanziell fördert. Ziel ist es, anderen mit Respekt zu begegnen und Konflikte ohne Gewalt zu lösen. Seit 2016 leiten professionelle Coaches das Training an mehreren Göttinger und bundesweit an fast 100 Grundschulen. Alle haben eine gewisse Vorbildung und werden beim Begleiten des Schultrainings Stück für Stück in die Übungen eingebunden.

Einer der Coaches ist Milutin Susnica. Der Karatetrainer hat Sportwissenschaft und Pädagogik studiert und ist seit drei Jahren Coach im Team von „!Respect“. Einmal in Jahr besucht er die Regenbogenschule, um das Können der höheren Klassen aufzufrischen und die Erstklässler an das Training heranzuführen.

Gerade in der heutigen Zeit sieht Susnica Bedarf für die Coachings: „Die Kinder sind heute mehr im Haus, spielen elektronisch. Da testen sie ihre Grenzen nicht aus.“ Das kann nach Angaben der Stiftung Sparda-Bank in den Unterrichtseinheiten des „!Respect“-Programms geschehen, in denen mit viel Bewegung der Umgang mit sich und anderen, aber auch das Wahrnehmen der eigenen Gefühle trainiert wird.

Trotz der spielerischen Herangehensweise geht es auch darum, verbindliche Regeln für ein funktionierendes Miteinander zu lernen. „Kinder brauchen Regeln, die sie auch im Umgang mit anderen einfordern können“, erklärt Susnica. Auf die gemeinsam in den Trainingseinheiten erlernten Verhaltensweisen könnten sie sich etwa

auf dem Pausenhof gegenüber Mitschülern berufen. Das Training mache die Kinder selbstbewusster: „Selbstbewusstsein lernt man nicht, wenn einem jemand auf die Schulter klopf und sagt: ‚Du machst das toll‘ – man muss das fühlen.“

Auf die richtige Position kommt es an

Ein Weg, das Selbstbewusstsein der Schüler zu stärken, ist die sogenannte „Stopp-Übung“, die auch die Grundschüler in der Elliehausener Turnhalle nun lernen. Dabei positionieren sich die Kinder in der „Skateboard-Stellung“. Sie stellen die Füße leicht schräg und mit einem guten Schritt Abstand auf, was für einen sicheren Stand sorgt. Es folgt eine Handbewegung, als würde man einen imaginären Reißverschluss bis oben zuziehen, mit dem Ergebnis einer aufrechten Körperhaltung. Und dann? „Laserblick!“, rufen die Kinder. Das bedeutet, dem Gegenüber fest in die Augen zu schauen. Aus dieser Körperhaltung heraus erlernen die Kinder einen

Handgriff, mit dem sie sich aus dem Griff anderer befreien können, ohne ihnen wehzutun. „Die Kinder sollen befähigt werden, nicht immer den Lehrer zu holen. Denn der ist nicht immer in der Nähe“, erläutert Susnica.

Kathrin Steffen, Schulleiterin der Regenbogenschule, ist froh über die regelmäßigen Schulungen. Schon seit 2012 gibt es an ihrer Schule Konfliktschulungen des „Gewaltfrei lernen“-Programms, seit vier Jahren nun die Trainings von „!Respect“. „Wir haben ein Konzept gesucht, mit dem wir Kindern nachvollziehbare und umsetzbare Regeln an die Hand geben können“, sagt sie. Neben der Stiftung Sparda-Bank finanzieren der Förderverein der Schule und ein Elternbeitrag die Kurse. Bisher mit positiver Resonanz der Schulleiterin, da sich die erlernten Kompetenzen im Schulalltag niederschlugen: „Ich finde es schön zu sehen, dass die Kinder jedes Mal etwas mitnehmen.“

Info Sie erreichen die Autorin per **E-Mail** an lokales@goettinger-tageblatt.de.



Schulen werden oft über Jahre begleitet

„!Respect“ ist ein 2016 gegründeter gemeinnütziger Verein, der die Jugendhilfe, die Erziehung und Bildung sowie die Kriminalprävention fördern möchte. Die Trainer des Vereins, die auf Honorarbasis arbeiten, geben in Grundschulklassen Kurse zum sozial-emotionalen Lernen. Sie vermitteln den

Schülern altersangemessene Sozialkompetenzen und sensibilisieren sie für das Wahrnehmen ihrer eigenen Gefühle. So soll der respektvolle Umgang untereinander gestärkt werden. Da Nachhaltigkeit zur Philosophie des Vereins gehört, werden nicht nur Lehrer und Eltern in die Schulungen miteinbe-

zogen, sondern die Kurse auch einmal jährlich aufgefrischt. So werden Schulen oft über Jahre hinweg von „!Respect“ begleitet. Der Verein unterstützt die Schulen bei der Finanzierung der Trainings, indem sie Förderer mit Schulen oder deren Fördervereinen vernetzt. Zahlreiche Stiftungen,

Spendenorganisationen, Krankenkassen und Unternehmen bilden den Kreis der Förderer. Interessierte Schulen können sich im Internet unter respect-in-school.de oder unter der Telefonnummer 0221 / 3106 1272 bei „!Respect“ bewerben und über den Verein einen Antrag auf Förderung stellen.