



Das ABC der Selbstsicherheit bringen Heike und Hans-Jörg Pelikan den Kindern der Klasse 4b bei. Die Jungen und Mädchen haben sichtlich Spaß an den Übungen und sind engagiert bei der Sache. Künftig sollen sie besser mit Konflikten umgehen können. Fotos: Thomas Meyer

Viertklässler lernen neues ABC

Grundschule Bardüttingdorf: Training verbessert die Selbstsicherheit

Von Thomas Meyer

Bardüttingdorf (SN). Mit dem ABC der Selbstsicherheit soll es auf dem Bardüttingdorfer Schulhof nun noch friedlicher zugehen.

Die Klasse 4b nahm gestern an einem Training der Herforder Selbstsicherheitsschule Pelikan teil und lernte spielerisch, wie man mit den ersten drei Buchstaben des Alphabets sowie dem »D« Konflikte vermeiden kann.

Dabei steht A für Abhauen. Das ist eine gute Möglichkeit, wenn es zu Streitereien kommt. Der Rest ist etwas komplizierter: B bedeutet »be cool« - nur nicht provozieren lassen, immer ruhig bleiben. C heißt »communicate«: Wer kom-



Deutliche Körpersprache: Jon (10) und Paul (10) üben mit Barbara Tölle, wie man mit Gesten einen Angreifer abwehrt.

muniziert, braucht sich nicht zu prügeln. »Dabei ist nicht nur wichtig, was Ihr sagt, sondern vor allem, wie Ihr es sagt«, erklärte Hans-Jörg Pelikan den Schülern.

Gemeinsam mit seiner Frau Heike trainierte er zwei Stunden lang mit der Klasse.

Sie achteten besonders auf Tonlage und Körpersprache. Folglich

übten die Schüler, laut und bestimmt »Lass mich in Ruhe« zu rufen und dabei einen Angreifer mit deutlicher Gestik abzuwehren. Schließlich sollte man auch keinen Streit beginnen. »Do not« ist das D, über das jeder Schüler nachdenken sollte, bevor er andere ärgert. »Das ist wie mit dem Nagel in der Wand: Den könnt Ihr zwar herausziehen, ein Loch aber bleibt. Ihr könnt Euch für das Ärgern entschuldigen - das solltet Ihr sogar - aber der andere ist trotzdem verletzt. Darum fangt gar nicht an«, mahnte der Trainer.

Organisiert hatte den Besuch der Selbstsicherheitsschule Barbara Tölle, Mutter eines der Kinder. Klassenlehrerin Vanessa Moerkerk war begeistert: »Die Schüler sind sehr gut bei der Sache. Ich bin zuversichtlich, dass es nun harmonischer bei uns zugeht«.