

Kölner Stadt-Anzeiger – Region – wir helfen – Soziales Training: Mit Bewegung Vertrauen aufbauen

Soziales Training Mit Bewegung Vertrauen aufbauen

Von Dirk Riße_10.04.18



Mit spielerischen Übungen trainieren die Jugendlichen in der Turnhalle Rendsburger Straße die Teamfähigkeit.

Foto: Arton Krasniqi

Köln

Bei diesem Spiel ist Teamarbeit gefragt. Denn die runde Holzscheibe in der Mitte mehrerer Seile kann nur in die Luft gehoben werden, wenn alle mit ihm vertäuten Seile gleichzeitig gezogen werden. Knapp ein Dutzend Kinder braucht es dazu.



Erfolg hat nur, wer zusammenarbeitet

Foto: Arton Krasniqi

Die Jugendlichen in der Turnhalle der Gesamtschule Rendsburger Platz in Köln-Mülheim haben den Bogen schon gut raus. Nachdem die Trainer Markus Decker und Michael Klaus das Kommando gegeben haben, ziehen die Jugendlichen gleichzeitig an den Seilen – und das Holz kreist in der Mitte.

Alleine leiden

Das hört sich einfach an, ist es aber nicht für Kinder und Jugendliche, die mitunter aus hoch belasteten Familien kommen. Wo sich die Eltern streiten, sich die Kinder zurückziehen. „Es gibt Familien, da schreien sich Vater und Mutter jeden Tag an“, sagt Mechthild Böll, Geschäftsführerin des Verein Fair-Stärken. Wer so aufwächst, ziehe sich schnell zurück, lässt Freundschaften platzen und leidet alleine vor sich hin. Zum Kurs von Fair-Stärken kommen Mobbing-Opfer, die nicht mehr schlafen konnten und die Freude an der Gemeinschaft verloren haben.

So können Sie helfen

Mit dem Motto „wir helfen: damit Kinder ihre Einsamkeit durchbrechen“ berichten wir über Projekte, die ausgegrenzte Kinder und Jugendliche dabei unterstützen, wieder in Gemeinschaften aufgenommen zu werden.

Die Spendenkonten:

Kreissparkasse Köln,

IBAN: DE03 37050299 0000162155

Sparkasse Köln-Bonn

IBAN: DE21 37050198 0022252225

Kontakt:

„wir helfen“, Amsterdamer Straße 192, 50735 Köln, Ruf 0221/224-2840 (Spenden/ 9–12.30 Uhr), -2241 (Förderung) und -2130 (Redaktion).

wirhelfen@dumont.de

Geschützter Raum

Mit dem bewegungspädagogischen Angebot in der Turnhalle Rendsburger Platz will Fair-Stärken den Jugendlichen einen geschützten Raum bieten und Vertrauen zu den Jugendlichen aufbauen. Zwischen den sportlichen Einheiten, gibt es immer wieder Zeit für Gespräche, die in der Gruppe geführt werden. „Sie tauen erst nach und nach auf und tun sich schwer, über Gefühle zu sprechen.“ Die Jugendlichen merkten aber andererseits schnell, dass es auch andere Mädchen und Jungen in ihrem Alter gibt, die ähnliche Probleme wie sie selbst haben.



Konzentration und Teamwork lernen

Foto: Arton Krasniqi

Fair-Stärken

Fair-Stärken hat neun solcher Gruppe mit insgesamt 100 Kindern in Schulen aufgebaut. Die Kinder im Alter von acht bis 14 Jahren, die in Mülheim trainieren, kommen nicht aus der Gesamtschule, aber aus dem Viertel. Zusätzlich bietet der Verein ähnliche Gruppen in verschiedenen Flüchtlingsheimen an.

Der Verein Fair-Stärken ist aus der Abteilung Gewaltprävention und Soziales Lernen des Jugendhilfeträgers des Vereins Wir für Pänz hervorgegangen. Diese Abteilung wurde bei Wir für Pänz im Februar geschlossen. Beide Vereine sollen künftig zusammenarbeiten, um Prävention und Intervention gut miteinander zu verzahnen.

Coolness trainieren

Die sozialen Trainings zu Gewaltprävention, Deeskalation, „Coolness“, Antidiskriminierung und „Konfliktkultur“ („Starke Pänz“ und „Coole Pänz“) werden seit dem Jahr 2000 in unterschiedlichen Kölner Bezirken durchgeführt und fangen benachteiligte Kinder und Jugendliche in ihrem Umfeld auf.



Mechthild Böll

Foto: Arton Krasniqi

Mit Erfolg: Die Erfahrung bezüglich der Sozialtrainings der vergangenen Jahre habe laut Böll gezeigt, dass 80 bis 90 Prozent der betroffenen Jugendliche ihr soziales Verhalten verbessert hätten. Selbstbewusstsein, Respekt, Teamfähigkeit und einen Sinn dafür, wie Konflikt gewaltlos lösen kann, seien merklich gestiegen.