

Fünftklässler absolvieren „Keep-Control-Training“

## „Lustig – und auch ein bisschen ernst“

(r/lv) Nordstemmen. Die Schüler laufen über Holzstiele, die von den Mitschülern gehalten werden. Alle müssen konzentriert zusammenarbeiten, damit die einzelnen Schüler über die „Holzbrücke“ laufen können und sicher am anderen Ende ankommen. „Wir können alles schaffen!“, rufen die Schüler, nachdem sie die Brücke aus Holzstielen überquert haben. Absolutes Vertrauen ist bei dieser Übung sehr wichtig. Die Jungen und Mädchen freuen sich und sind sichtlich stolz.

In der Marienbergsschule Nordstemmen fand jetzt in allen 5. Klassen ein sogenanntes Keep-Control-Training („Behalt die Kontrolle“) statt. Anti-Gewalt- und Deeskalationstrainer vom freien Jugendhilfeträger „EFES – aktivierende Eltern und Jugendhilfe“ aus Hildesheim trainierten mit den Schülern 20 Stunden pro

Klasse, welche Ursachen, Wirkung und Spuren Gewalt hat und hinterlässt. Themen wie Mobbing, Ausgrenzung und Stärkung der Klasse waren Trainingsinhalte. Im Rahmen von Kooperationsübungen sollten die Schüler lernen, wie wichtig die Gruppe ist, um gemeinsam schwierige Aufgaben zu bewältigen. In verschiedenen Kampfesübungen wurden respektvoller Umgang und vorausschauendes Handeln trainiert sowie das eigene Verhalten reflektiert.

Bereits im vergangenen Jahr wurde mit allen 6. und 8. Klassen der Marienbergsschule mit dieser Methode trainiert. Zukünftig sollen weiterhin alle 5. Klassen an dem Training teilnehmen. Geplant ist außerdem, dass die Keep-Control-Trainings während Klassenfahrten stattfinden.

Schüler, die schon an dem Training teilgenommen haben, äußern sich begeistert: „Es war lustig, hat Spaß gemacht – und manchmal war es auch ein bisschen ernst.“ Sie hätten gelernt, sich gegenseitig zu helfen. So sei es tatsächlich möglich gewesen, dass 24 Schüler gleichzeitig auf sieben Stühlen Platz gefunden hätten. Seit dem Training verstehe man sich innerhalb der Klasse besser, man helfe sich mehr und es komme zu weniger körperlichen Auseinandersetzungen. Die Marienbergsschule verspricht sich davon eine Grundlage gegen Ausgrenzung, Mobbing, Gewalt jeglicher Art und eine gute Basis für die Klassengemeinschaft.



*Wer einmal über die „Holzbrücke“ gelaufen ist, hat mehr Vertrauen zu seinen Mitschülern.*