



„Das härteste Projekt in Deutschland“

Verteidigungskursus an Kästner-Schule

An der Erich-Kästner-Schule werden bald Jungen und Mädchen darin unterrichtet, sich selbst gegen Angreifer zu verteidigen. Aber die Teilnehmer lernen auch, mit den eigenen Aggressionen richtig umzugehen.

Von Elisabeth Meyer

Quickborn. Er hatte es voll drauf: So sehr, dass er sich selbst nach zwei Stunden zum Aufhören zwang: „Man muss den Mut zur Lücke haben.“

Der Pädagoge Ralf Ide stellte interessierten Eltern in der Erich-Kästner-Schule sein Sicherheits- und Selbstverteidigungstraining für Kinder vor. „Ki-do“ wird für drei sechste Klassen im Januar und Februar nächsten Jahres angeboten werden. Schulleiterin Inge-
traud Schröder hatte Ide eingeladen: „Ich hatte von seinem Projekt gehört und fand es sehr wichtig“, sagte sie. Es gebe viele gewaltbereite Kinder, die lernen sollen, fair miteinander umzugehen. Den ängstlichen Jungen und Mädchen soll durch das Training mehr Selbstvertrauen vermittelt werden.

Sohn auch mit Gewalt in Berührung gekommen

Der 44-jährige Vater von vier Kindern, der unter anderem Theologie, Psychologie und Sportwissenschaften studiert hat, entwickelte „Ki-do“, was soviel heißt wie „Weg der geistigen Energie“, vor zehn Jahren, nachdem sein Sohn Begegnungen mit Gewalt erfahren hatte. Ides Idee ist, die Kinder „stark zu machen“.

„Wir sprechen hier nicht von Rangeleien auf dem Schulhof“, erläuterte er. Diese seien als Probeauf für spätere verbale Auseinandersetzungen notwendig. Eine Entwicklung beobachtet Ide mit Sorge: „Im Gegensatz zu früher gibt heute kaum noch jemand auf.“

Der Mann mit den Entertai-

ner-Qualitäten, der seit seinem fünften Lebensjahr Kampfsport betreibt, hält nichts von der klassischen Lehre der Selbstverteidigung bei Kindern. Treten, schlagen und blocken nütze nichts, weil sie dem Gegner ohnehin meist körperlich unterlegen seien. Auch dem „Nein“-Sagen begegnet er mit Skepsis: „Welcher Täter lässt sich schon durch ein zaghafte Nein von seinem Plan abhalten?“

Ide setzt auf „Ki Do“: „Mein Projekt ist das härteste in Deutschland“ – dazu stehe er. Aber es sei alles andere als brutal. „Manche Eltern wollten schon ihre Kinder vor mir schützen“, erzählte der ehemalige Lehrer, der seinen Beruf vor einigen Jahren an den Nagel hängte, um sich ganz der Gewaltprävention zu widmen.

Schulung der Wachsamkeit und Körpersprache

Die Kinder lernen bei ihm, mit Wut, Angst und Schmerz umzugehen. In nicht immer zimperlichen Übungen schult Ide ihre Wachsamkeit und ihre Körpersprache. „Man mag kleiner sein als der Angreifer“, sagt Ide, aber man müsse es nicht noch durch die Haltung unterstreichen.

Sein Ziel sei es, „Mut in den Alltag hineinzubringen“ – und dies verdeutlichte er mit Hilfe der Teilnehmer. Der 1,88 Meter große Karatemeister wirbelte zierliche Frauen durch die Luft oder schrie sie so laut an, dass sie vor Schreck erstarren: Schließlich bat er eine Teilnehmerin nach vorne, setzte sich neben sie und legte ihre Hand auf sein Knie. Wie könnte er sich als Kind in dieser Situation helfen? Während alle noch überlegten, nieste Ide plötzlich heftig los. Sofort wurde die Hand zurückgezogen. „Seht ihr“, triumphierte er, „so funktioniert ‚Ki-Do‘.“

Seine Kurse gehen über drei Vormittage. Einen Teil der Gesamtkosten, die sich auf 55 Euro pro Kind belaufen, haben die Schüler durch einen Sponsorenlauf eingenommen – den fehlenden Betrag spendet der Quickborner Rotary Club.