

Kriminalkommissar in Kita

HAUS KREUZBERG Einwöchiger Selbstbehauptungskurs soll Fünf- und Sechsjährige stärken

INGELHEIM. Eine ganze Woche lang fand in der Kita Haus Kreuzberg ein Selbstbehauptungskurs statt. Jeden Tag übte Holger Meier, als Kriminalhauptkommissar beim BKA mit den Ängsten der Kinder vertraut, mit den Fünf- und Sechsjährigen Selbstvertrauen.

Als Judoka des Ingelheimer Judoclubs lehrte er die Pusteblocken Kinder Themen wie Körpersensibilisierung und Körperwahrnehmung, das Wahrnehmen eigener Gefühle und Entdecken von Ausdrucksformen für eigene Emotionen (Mimik und Gestik) sowie das Wahrnehmen eigener und fremder Grenzen (Selbstfürsorge).

Ferner zählten zu den Kursinhalten das Erlernen alternativer Konfliktlösungsmuster, eigene Grenzen deutlicher nach außen sichtbar und vertretbar machen, Erfahren der eigenen Stärken und Kompetenzen und Erarbeiten von Fähigkeiten, Grenzen zu setzen und zu akzeptieren (Nein Sa-



BKA-Kriminalhauptkommissar und Judoka des Ingelheimer Judoclubs, Holger Meier, übte mit den Kleinen, mit schwierigen Situationen umzugehen.

Foto: Stadt Ingelheim

gen, Stopp-Signale). Mit Begeisterung waren die Pusteblocken Kinder dabei, sie vermiss-

ten bei ihrem Kursleiter vom BKA weder Uniform noch Handschellen, sondern ver-

trauten dem Kursleiter und seinen Anweisungen und Hilfestellungen.