

Thema: Gewalt

Um 18:15 Uhr trafen wir uns alle gemeinsam bei der katholischen Kirche in Matzingen. Der Abend fing mit einem Vortrag von zwei Mitarbeiterinnen der «benefo» an. Sie erzählten uns, was genau sie machen und wie sie helfen. Zusätzlich zeigten sie und mithilfe von Beispielen aus der Opferhilfe, was für Personen von ihnen Hilfe in Anspruch nehmen. Nicht nur Kinder, welche Gewalt zu Hause erleben, sondern auch Jugendliche/Erwachsene, welche ein schlimmes Erlebnis mit Gewalt hatten, können sich bei benefo Hilfe holen. Die Beratung ist für jeden kostenlos. Es wurde uns auch erzählt, wie gefährlich es sein kann, wenn man z.B. Nacktfotos von sich verschickt. Ebenfalls was ich nicht wusste, war dass man sich strafbar macht, wenn man so ein Nacktfoto verschickt.

Der Vortrag ging bis zur Pause. Während der Pause assen wir zusammen Hotdogs und tauschten uns über den Vortrag aus. Nach dem Essen gingen alle Jungs mit einem Kollegen von Barbara Holzer in den Keller. Dort ging es darum, wie man sich bei Gewalt-Situationen richtig verhält. Wir stellten verschiedene Szenen nach. Jeweils eine Person ging aus dem Raum heraus, während die anderen etwas nachstellten. Bei einer Szene ging es beispielweise darum, dass 4 Personen am Rand am Handy waren und nichts mitbekamen, während 5 andere eine Person schlugen und attackierten. Die Personen die dann in den Raum kam entschied sich dazwischen zu gehen. Jedoch nicht die Leute am Handy anzusprechen. Danach wurden uns einige Techniken des Boxen gezeigt. Wir durften auch auf Kissen boxen.

In der Zwischenzeit waren die Mädchen oben geblieben, mit zwei Betreuerinnen. Dort wurde ihnen gezeigt, wie sie sich in schwierigen Situationen verhalten sollten. Zum Beispiel, wenn sie allein draussen waren und sich verfolgt, oder unwohl fühlten. Verschieden Aufgaben zeigten, wie man selbstbewusst wirken kann, und wie man richtig «Nein!» sagen soll. Bevor auch sie auf Kissen schlagen konnten, mussten sie einen Ballon mit einem Schlag zerplatzen. Danach durften auch sie Übungen zur Selbstverteidigung machen.

Als wir wieder Oben waren, wurde uns noch eine Story erzählt von einem Jungen, der von Zuhause abgehauen ist, weil er zuhause geschlagen wurde. Und immer wenn er etwas falsch gemacht hat, musste er Liegestütze machen.

Der Abend war sehr spannend und anstrengend. Nach einer kurzen Schlussrunde gingen wir müde nach Hause.

Gabriel Seitz