

„WT goes to „Kindergarten““

Das Pilotprogramm der Gießener WT-Schule

Seit Mai letzten Jahres wird in der Gießener WT-Schule unter der Leitung von Frank Durst ein „Mutter-Kind-Training“ angeboten.

Die Idee entwickelte sich spontan aus dem Kindertraining, das hier neben anderen speziellen Programmen, wie z.B. WT für Frauen und von Frauen, Gesundheitsform und „Punch and Kick“ Training, kurz nach der Gründung der Schule eingeführt wurde.

„Je früher desto besser“ ist der Motto vom Si-Hing Frank, wenn es darum geht, wann mit der WT-Ausbildung angefangen werden sollte. Im Laufe der Zeit öffneten sich ihm beim Kindertraining neue Dimensionen. „Ich bin ständig daran interessiert, neue WT-Inhalte zu

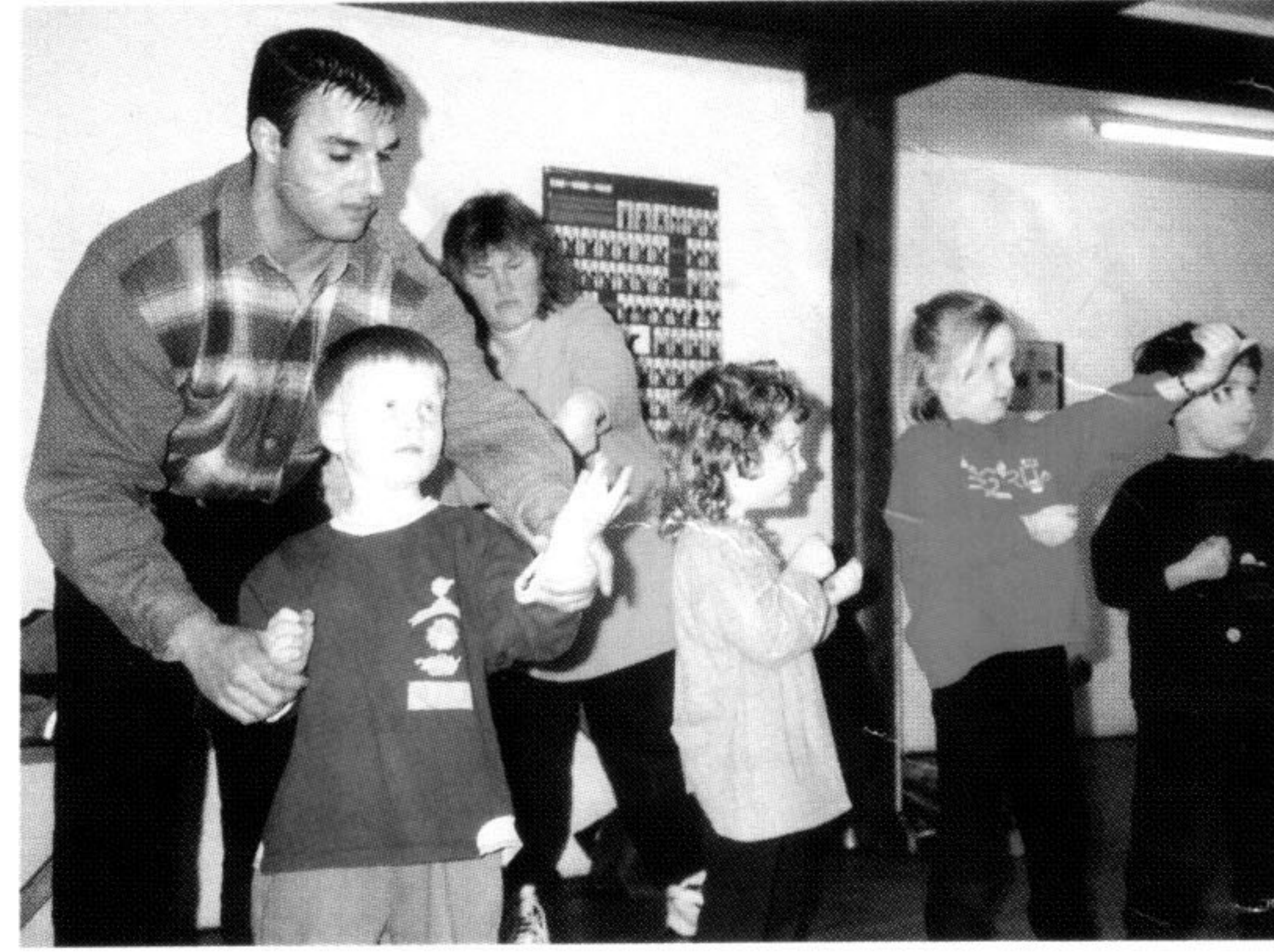


entdecken, und die Kinder geben mir diese Möglichkeit...“ erzählt uns Si-Hing Frank, während sich kleine Lea (4 Jahre) aus seinem Schwitzkasten befreit. Im Gegensatz zu vielen Erwachsenen bewegen sich die Kinder natürlicher, sie verinnerlichen die WT-Prinzipien unbefangener und gehen instinktiver und reflexartiger mit dem WT um. Das Kindertraining birgt aber auch Gefahren. Die Unterrichtsweise muß den Kindern angepaßt und viel vorsichtiger gestaltet werden. Es könnte sonst dazu führen, daß die Kinder mit der Zeit versuchen, eigene Positionen in der Gruppe zu sichern, daß sie schwer zu bremsen sind, und daß sie anschließend ins Training gehen, um sich zu beweisen. Aus diesen Gründen setzt Si-Hing Frank andere Schwerpunkte in seinem Training: „Mir geht es hauptsächlich darum, daß die Kinder lernen, Verantwortung zu übernehmen.“ Unter dem Motto „immer für das Neue offen“, bot Si-Hing Frank ein

ausgedehntes Programm für Eltern und Kinder gemeinsam an, populär genannt: Mutter-Kind-WT. Es soll dadurch erreicht werden, daß sich Kinder in der vertrauten Umgebung sicherer fühlen, und daß Eltern mit ihren Kindern gemeinsam ein Hobby ausüben können. Besonders bei ganz kleinen Kindern ist es wichtig, daß das Training in der Anwesenheit eines Elternteils durchgeführt wird. In der Tat ist das Einstiegsalter hier in Gießen sehr niedrig: zwischen 3 und 5 Jahre alt sind die Kinder, die an diesem Pilotprogramm teilnehmen. Die am Anfang verängstigten, an ihre Mütter geklammerten Jungen und Mädchen bewegen sich in kürzester Zeit mit den WT-Schritten souverän durch den Raum. Ihre Übungen sind immer spielerisch. Zu den Spielen gehören vor allem die Spiele Eltern gegen Kinder, Kinder gegen Kinder und Eltern gegen Eltern. Es geht hier darum, sicherer zu werden, miteinander und nicht gegeneinander zu üben, so daß die Verletzungsgefahr niedrig bleibt. Aus diesem Grunde wurden auch Pak-Sao-Pak an stelle von Pak-Sao-Fauststoß und Schritte anstatt Kicks, eingeführt. „Diese Unterrichtsweise hat mir die Einsicht verschafft, daß kleine Kinder, obwohl sie links von rechts nicht unterscheiden können, nach ca. 2 Monate wesentlich besser als Erwachsene sind. Sie sind ein gutes Beispiel dafür, daß die WT Techniken bei schwächeren und kleineren Menschen wirkungsvoll sind.“

Ein anderes Ziel von Si-Hing Frank ist es, den Kinder zu ermöglichen, eigene Emotionen und die Emotionen der anderen besser kennenzulernen. Dazu sagt Frank: „Das ABC der emotionalen Intelligenz ist meines Erachtens die Ansicht, daß es immer mehrere Möglichkeiten gibt, auf eine Emotion zu reagieren, und daß das Leben um so reicher sein kann, je mehr Möglichkeiten man kennt, auf eine Emotion zu reagieren.“ Kreative Leistungen beruhen auf zielstrebiger Vertiefung, was sich gerade bei den Kindern während ihres Anfangsstadium im WT Training herauskristallisiert. Es geht hier darum, die positiven Zustände der

Kinder zu nutzen, um ihnen das Lernen schmackhaft zu machen und dies auf einer Ebene des Fließens. Das Fließen ist ein innerer Zustand, der signalisiert, daß ein Kind sich mit einer Aufgabe beschäftigt, die ihm entspricht. Langweilen sie sich in der Schule, beginnen sie sich zu prügeln und Theater zu machen; sind die Anforderungen zu hoch geschraubt, machen sie sich Sorgen wegen ihrer schulischen Leistung. Am besten lernt man jedoch, wenn man sich für etwas interessiert und die Beschäftigung Spaß macht. Wenn der Lehrer das Profil des Kindes kennt, kann er die Darbietung des Stoffes darauf abstimmen und den Unterricht auf das Niveau einstellen - vom Förderunterricht



bis zum Leistungskurs -, was eine optimale Herausforderung für das Kind bedeutet. Dadurch macht das Lernen mehr Spaß; es macht weder Angst, noch langweilt es. Es ist zu erwarten, daß Kinder, die beim Lernen die Erfahrung des Fließens machen, dadurch ermutigt werden, sich den Schwierigkeiten auf anderen Gebieten zu stellen. Diese Ansichten sind die Grundlagen des Mutter-Kind-Trainings. „Wie das Fließen in Chi-Sao-Sektionen bei uns Ausbildern unsere Reife sichert, so ist es auch wichtig, den Kindern schon von Anfang an das Fließen beizubringen, und dadurch ihre Entwicklung in mehrere Richtungen zu steuern“, sagt Si-Hing Frank zum Schluß unseres Gesprächs.

Das Pilotprogramm „Mutter-Kind-WT“ findet immer mehr Gehör. Jetzt starten auch ähnliche Programme in anderen Schulen von Frank Durst in Reiskirchen, Butzbach und Wetzlar.