

FÜR DIE PSYCHE

Mit Senf und Mut die Krise meistern



Psychotherapeut Wirnsberger ist der Meinung, dass die psychische Gesundheit in Schulen zu kurz kommt. (Bild: Tröster Andreas)

Spielerisch die psychische Gesundheit stärken: Das ist das Ziel eines Krisen-Workshops, der Kindern mit wissenschaftlichen Experimenten Themen wie Freundschaft, Zuversicht und Selbstvertrauen näherbringt.

Montagsmorgen in der Volksschule Wals bei Salzburg: Obwohl es erst kurz vor acht Uhr ist, sind die Schüler der 2b Klasse hellwach. Sie freuen sich auf die ersten zwei Schulstunden. Denn: An diesem Morgen bekommen sie Besuch von Sebastian Wirnsberger und Stefanie Tischer, die gemeinsam mit ihnen naturwissenschaftliche Experimente durchführen werden. Doch nicht als Physiker oder Chemiker. Die beiden sind Psychotherapeuten und leiten das Projekt „Gestärkt ins Leben“.



Auch Tanzen gehört zum Stundenplan des Projekts (Bild: Tröster Andreas)

Der Salzburger Verein JoJo bietet dieses seit 2020 in Vorschulen und in den ersten beiden Volksschulklassen an. „Durch naturwissenschaftliche Experimente wollen wir Kinder an Themen wie Mut, Selbstvertrauen und Zuversicht spielerisch heranführen“, erklärt Wirnsberger. Er ist bereits zum zweiten Mal zu Besuch in der 2b-Klasse. „An diesem Morgen wollen wir den Kindern das Thema Freundschaft näherbringen“, sagt er.



Ich hatte wirklich Spaß bei dem Workshop. Das Experiment mit der Flasche und dem Wasser hat mir richtig Spaß gemacht.

Anna, 7





Die Kinder lernen spielerisch Themen wie Selbstvertrauen und Zuversicht. Eine Flasche gefüllt mit Öl und Wasser soll das Prinzip Freundschaft veranschaulichen. Erst mit einem Tropfen Senf vermischen sich die Stoffe. (Bild: ANDREAS TROESTER)

Lustige Experimente mit Wasser, Öl und Magneten

Um dieses abstrakte Thema sichtbar zu machen, holt er aus seinem Koffer eine gefüllte Wasserflasche. Dazu mischt er Öl. „Und, was seht ihr?“, fragt der Psychotherapeut die jungen Schüler. Gespannt prüfen sie den Inhalt der Flasche und bemerken schnell, dass das Öl auf dem Wasser schwimmt und sich nicht damit vermischen lässt. „Und genau so ist das auch mit Freunden. Es braucht Zeit, damit sich Freundschaften festigen“, erklärt er. Erst als er einen Tropfen Senf in die Flasche hinzufügt, vermischen sich Öl und Wasser.

Therapeuten wollen ganz Salzburg abdecken

Bei anderen Experimenten wurden die Kinder auch selber aktiv. „Das mit den Magneten hat mir am besten gefallen“, sagt der achtjährige Leopold. Zwischendurch hat es auch eine Tanzeinlage gegeben. „Das ist Gaudi“, hört man zwischendurch die begeisterten Kinder sagen.

Das Projekt möchten wir gerne flächendeckend in Salzburg anbieten. Darum haben wir auch ein Crowdfunding gestartet.

Sebastian Wirnsberger, Psychotherapeut

„Zurzeit sind wir aber nur im Flachgau und in der Stadt Salzburg unterwegs. Aber wir möchten das Projekt flächendeckend anbieten. Solch wichtige Themen spielerisch zu entdecken ist eine Gaudi für die Kinder“, sagt Wirnsberger.

