

## **Selbstbehauptungskurse für Jungen Gewaltprävention für Jungen durch Kampfspiele®**



Rainer Ströwer

Sachverständiger in der Entwicklungszusammenarbeit  
Deeskalationstrainer der Gewaltakademie Villigst  
Kampfspiele® Anleiter

Am 8. Mai 2012 sprach Prof. Dr. Christian Pfeiffer in Soest auf Einladung der Bürgerstiftung Hellweg-Region unter der Überschrift „Wie retten wir unsere Söhne“ über die Krise der Jungen und entwickelte dabei, gestützt auf umfangreiche Repräsentativumfragen und Recherchen, Konsequenzen für Kinder-, Jugend- und Schulprojekte. Sein Fazit lautete dabei, dass den Jungen zu wenig Raum geboten wird, um sich nicht nur körperlich zu bewegen, sondern sich auch körperlich zu begegnen.

Die meisten Jungen wünschen sich kraftvollen dynamischen Körperkontakt. Beziehung unter Jungen entsteht leichter durch das gemeinsame Tun, durch das sich gegenseitig Spüren, als durch das Gespräch. Doch die Berührungen des Alltags münden allzu oft in Streit, Rivalität, Gewalt und Unfrieden. Hintergrund dieser männlichen Gewalt ist ein idealisiertes Bild von Männlichkeit, das auf Attributen wie Härte, Macht, Kontrolle und dem Verleugnen eigener Schwächen basiert.

Für Jungen ist oft das größte Problem, sich selbst in einer Stresssituation zu spüren und nicht sofort in eine Aktion zu flüchten. Jungen fühlen sich in ihrem Sein und ihrer Akzeptanz als Junge schnell bedroht. Sie wollen nicht hilflos und ohnmächtig sein. Da sie aber genau diese Gefahr sehen, wollen sie sich davor schützen. Sie wählen verschiedene Schutzmechanismen. Die einen sind übervorsichtig und gehen in den Rückzug, fühlen sich dabei dann aber schnell als Versager, „Jungen zweiter Klasse“. Die anderen treten die Flucht nach vorn an: Sie verdrängen ihre Angst, manche gehen stattdessen in den Angriff über oder werden gewalttätig. Mit beiden Reaktionsweisen finden die Jungen keinen geeigneten Weg, sich adäquat zu behaupten.

Vor diesem Hintergrund bieten Selbstbehauptungskurse für Jungen und insbesondere Kampfspiele® einen idealen Rahmen, um mit Jungen zu diesem Thema zu arbeiten.

Kampfspiele® ermöglichen einen konstruktiven, kraftvollen Körperkontakt und sind eine Möglichkeit Gewaltprävention so durchzuführen, dass Jungen wirklich erreicht werden.

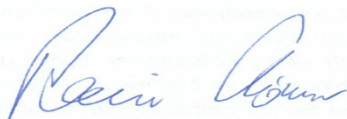
Kampfspiele® sind eine Mischung aus ritualisiertem Kampf, Spiel und Bewegungsaufgaben. Dabei sind die Spiele und Kämpfe selbst nicht neu, sondern werden durch den Aufbau der Einheiten (Spannungsbogen), der Haltung den Jungen gegenüber und durch die Fähigkeit des Anleiters, fruchtbare Momente zu nutzen zu einer wirkungsvollen und attraktiven Methode der Jungenarbeit und Gewaltprävention.

Die Einheiten sollen dabei Hilfestellung geben zur Selbstfindung von Jungen, indem sie einen Rahmen für eine faire und von gegenseitigem Respekt geprägte Begegnung bilden, um gemeinsam mit Gleichaltrigen innerlich wachsen zu können. Kampfspiele® haben den Anspruch, Jungen zu vermitteln, dass es gut und wichtig ist, aktiv zu sein und Initiative zu ergreifen, bei gleichzeitiger Beachtung von Regeln des Respekts und der Fairness. Obwohl die Übungen häufig Wettbewerbscharakter haben, geht es bei ihnen gerade nicht darum, den Unterlegenen in einem schlechten Licht erscheinen zu lassen und abzuwerten. Die Kategorien „Sieg“ und „Niederlage“ sind nicht die entscheidenden Werte, vielmehr stehen „Fairness“ und „Spaß“ an der kraftvollen Begegnung mit dem Gegenüber im Vordergrund. Die Ziele von Kampfspiele® sind daher:

- Das Selbstvertrauen stärken
- Die eigene Kraft und Stärke spüren
- Die Selbstachtung fördern und sich ernst nehmen
- Den eigenen Körper wahrnehmen und lernen ihm zu vertrauen
- Körperkontakt mit anderen erleben und dabei Grenzen und Signale der anderen erkennen
- Respekt gegenüber anderen entwickeln
- Fairness durch den „inneren Schiedsrichter“ fördern

Kampfspiele® können in Schulen in unterschiedlicher Form eingesetzt werden. Ein regelmäßiges Arbeiten mit einer Gruppe von 8-12 Jungen über einen längeren Zeitraum, z.B. in Form einer Schul-AG, ist dabei sicherlich eine ideale Übungsform. Aber auch zeitlich konzentrierte Ansätze z.B. an Projekttagen, während Methoden-Wochen oder Ähnlichem machen durchaus Sinn.

Wenn Sie ein Angebot zur Jungenförderung mit den hier kurz beschriebenen Grundsätzen an Ihrer Schule für sinnvoll halten oder weitergehende Fragen zu dem Thema haben, nehmen Sie doch Bitte Kontakt mit mir auf.



Rainer Ströwer