



## Gewaltprävention für UMAs durch Kampffessspiele®

wie viele Mitbürger auch beobachte ich die aktuellen Entwicklungen im Zusammenleben mit den als Flüchtlinge zu uns gekommenen Menschen im Land und insbesondere auch in unserer Region mit großem Interesse. Aus eigener, langjähriger Erfahrung weiß ich gut, wie schwer es oft ist, in einem völlig neuen Lebensumfeld zurecht zu kommen und Orientierung zu finden. Aus fehlender oder unzureichender Kommunikation können dann leicht Missverständnisse entstehen, die oftmals in Konflikten münden. Gerade männlichen Heranwachsenden, die aus ihrer kulturellen Verwurzelung herausgerissen wurden, fehlt diese Orientierung in ihrem neuen sozialen Umfeld.

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 Kampffessspiele® einen konstruktiven, kraftvollen Körperkontakt und sind eine Möglichkeit Gewaltprävention so durchzuführen, dass Jungen wirklich erreicht werden. Kampffessspiele® 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), die 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. Kampffessspiele® haben den

---

### Rainer Ströwer

Deeskalationstrainer GAV  
Moderator GAV  
Anleiter für Kampffessspiele®

### Adresse

Berwicker Straße 28  
59514 Welper

### Fon

02384 911178

### Mail

stroewer@miteinander-fair.de

### Web

www.miteinander-fair.de

### Bank

Sparkasse Soest

### IBAN

DE63414500750070587803

### BIC

WELADED1SOS

### Steuernr.

343 / 5021 / 0251

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.

In den Kursen soll es den Jungen ermöglicht werden, einen positiven Umgang mit männlicher Kraft und Aggression kennen zu lernen. Dabei stehen keine „Techniken“ oder Elemente des Kampfsports im Mittelpunkt, vielmehr sollen die Jungen in ihrer persönlichen Entwicklung unterstützt werden. Sie erfahren dabei, dem Gegenüber mit Respekt und Fairness in einem kämpferischen Spiel zu begegnen. Die Jungen geraten dabei auch in eine Auseinandersetzung mit eigenen Gefühlen. Dies führt zu einer Stärkung ihres Selbstvertrauens, ihrer sozialen und emotionalen Fähigkeiten und erweitert ihre Handlungsmöglichkeiten.

Es werden prozessorientierte Spiele und Übungen mit unterschiedlichen Ausrichtungen eingesetzt. Der Aspekt einer Übung kann dabei auf einem Bewegungsspiel, einer Team-Aufgabe oder auch auf einem kampforientierten Spiel liegen. Die Übungen selbst werden als Vehikel verstanden, dass die Jungen untereinander, aber auch mit dem Anleiter in intensiven Kontakt treten. Die Übungen werden jeweils durch feste Rituale eingeleitet und beendet. Wenn es der Verlauf der Übung geeignet erscheinen lässt, wird diese in einer gemeinsamen Reflexion mit den Jungen abgeschlossen. Dabei werden folgende, unterschiedliche Aspekte eingehend bearbeitet:

- Wahrnehmen eigener Gefühle, sie benennen können und Entdecken von Ausdrucksformen für die eigenen Gefühle
- Entdecken der eigenen Angst als ein konstruktives und produktives Gefühl
- Wahrnehmen der eigenen und fremden Grenzen und damit Anerkennen der Unversehrtheit des eigenen Körpers als wertvolles Gut (Selbstfürsorge)
- Erlernen alternativer Konfliktlösungsmuster jenseits jungentypischer Gewalt
- Erlernen von Techniken, eigene Grenzen deutlicher nach außen sichtbar und vertretbar zu machen
- Erfahren der eigenen Stärken und Kompetenzen
- Erarbeiten von Fähigkeiten, Grenzen zu setzen und zu akzeptieren (Nein sagen, Stop-Signale)

Zentrale Momente der Methode „Kampfspiele®“ in den Gewaltpräventionskursen setzen dabei an für Jungen wichtigen Handlungsfeldern und Werten an:

- Handlungsfähigkeit: Im Kampf geht es darum, nicht gelähmt vor Angst handlungsunfähig zu sein, sondern sich wach und angemessen der Herausforderung zu stellen.
- Entspannung: Jungen erscheint es oft so, als ob nur Gewalt Entspannung bietet. In den Kampfspielen haben sie die Möglichkeit, weitere Lösungsformen auszuprobieren.
- Selbstachtung: Mit den Kampfspielen können die Themen „Selbstachtung“,

---

**Rainer Ströwer**

Deeskalationstrainer GAV  
Moderator GAV  
Anleiter für Kampfspiele®

**Adresse**

Berwicker Straße 28  
59514 Welver

**Fon**

02384 911178

**Mail**

stroewer@miteinander-fair.de

**Web**

www.miteinander-fair.de

**Bank**

Sparkasse Soest

**IBAN**

DE63414500750070587803

**BIC**

Weladed1SOS

**Steuernr.**

343 / 5021 / 0251

„drohende Beschämung“, „Gesichtsverlust“ und „Ehre“, die für Jungen wichtig sind, bearbeitet werden.

- Zugehörigkeit: Die Jungen können beim Kampf erkennen, dass Mitgefühl und Verbundenheit wichtige Eigenschaften eines guten Kämpfers und eines angesehenen Mannes sind.

Im besonderen Kontext der Arbeit mit jungen männlichen Geflüchteten werden darüber hinaus ebenfalls Übungen aus dem Bereich Intervention des Deeskalationstrainings eingesetzt, insbesondere um den teilnehmenden Jungen für sie angemessene Alternativen zur Konfliktlösung zu eröffnen. Dabei werden folgende Fragen im Mittelpunkt der Reflexionen stehen:

„Welche wichtigen Regeln im Umgang miteinander gibt es in deiner Kultur“

„Wie wichtig sind diese Regeln für dich persönlich“

„Wem gegenüber zeigst du großen Respekt“

„Wie respektierst du dich selber“

„Wer ist dafür verantwortlich, dass es dir gut geht“

„Wie wichtig ist es, dass es den anderen gut geht“

„Wie kannst du einen Konflikt gut lösen“

Ich hoffe, unser Angebot stößt auf Ihr Interesse und verbleibe

Mit besten Grüßen

Rainer Ströwer

---

**Rainer Ströwer**

Deeskalationstrainer GAV  
Moderator GAV  
Anleiter für Kampfespiele®

**Adresse**

Berwicker Straße 28  
59514 Welver

**Fon**

02384 911178

**Mail**

stroewer@miteinander-fair.de

**Web**

www.miteinander-fair.de

**Bank**

Sparkasse Soest

**IBAN**

DE63414500750070587803

**BIC**

Weladed1SOS

**Steuernr.**

343 / 5021 / 0251