



DEUTSCHE TANG SOO DO VEREINIGUNG

- Geschichten, Berichte und Wissenswertes aus dem Tang Soo Do -

Aggressionen und Gewalt

Wie kann man Aggressionen und Gewalt, mit kampfkunstpädagogischen Kenntnissen und Mitteln untermauert, sinnvoll begegnen? In der heutigen Zeit nimmt das Thema 'zunehmende Aggression und Gewalt' insbesondere unter und von Jugendlichen und jüngeren Erwachsenen einen immer breiteren Raum ein. Auch wir, in der traditionellen Kampfkunst Tätigen, können uns diesem Erscheinungsbild nicht mehr ganz verschließen. Für Trainer in den diversen Kampfkünsten ist es unabdingbar geworden, sich nun vermehrt mit dieser Thematik zu befassen und mit ihr intensiver auseinander zu setzen. Es ist sinnvoll, sich dieser Problematik nicht mehr zu entziehen, sondern sich ihr zu stellen. Hiermit wird nachfolgend versucht, dem Dan-Träger einer Kampfkunst einen Einstieg in und eine Hilfe zu diesem komplexen Themenkreis zu geben.

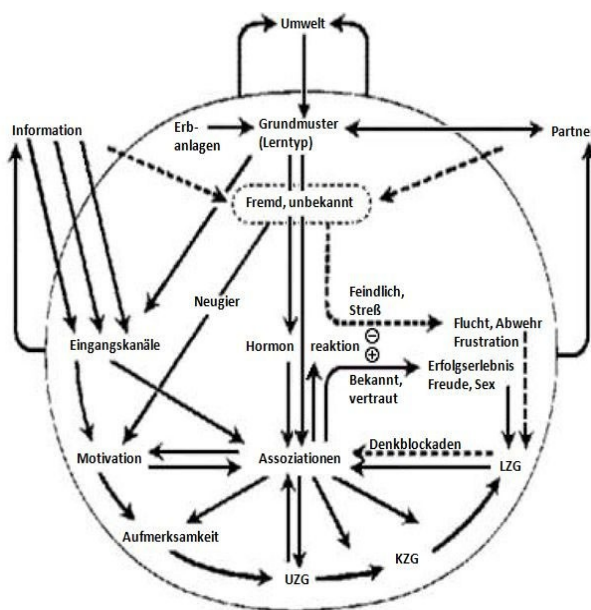
Der Verfasser dieses Artikels, der sich in den letzten Jahren mehrmals in Situationen erfolgreich behaupten musste, in denen Gewalt eskalierte, besitzt selbst keine Ausbildung in Psychologie und Pädagogik. Er bemüht sich nur, aufgrund seiner über 40 Jahren Erfahrung als Trainer in der Kampfkunst diese komplizierten psychologischen und physiologischen Zusammenhänge, so wie er sie verstanden hat, in einer für nicht so bewanderte Laien verständlicheren Form darzustellen. Mit damit gewonnenem Verständnis und einer klarer gewordenen Situationseinschätzung ist es insbesondere für den Kampfkünstler möglich, mit einer entsprechend optimal angemessenen Reaktion zu reagieren. Die Basis hierzu bilden die anschließend angeführten Ausarbeitungen.

Nach einer Ausarbeitung und Zusammenstellung von Dipl. Päd. Günter Neumann werden nun nachfolgend Informationen, wie man sich als Kampfunstrainer zu diesem speziellen Themenkreis seine eigenen Gedanken zu machen hat und sich damit befassen sollte, dargestellt bzw. erläutert.

Hierzu sollte man sich zuerst einmal mit seiner Einstellung zu Aggression und Gewalt beschäftigen. Am besten stellt man sich selbst zunächst folgende Fragen:

- Was und wie empfinde ich bei bzw. mit diesen beiden Begriffen 'Aggression und Gewalt'?
- Habe ich hierzu selbst eigene Erfahrungen aus meiner persönlichen Vergangenheit?
- Welche emotionalen Assoziationen habe ich selbst hierzu, wie z.B. Impulsivität, Wut, Zorn, Unbeherrschtheit, Angst?
- Wie gehe ich denn selbst mit meinen Ängsten und Befürchtungen um?
- Mit welchem Konzept möchte ich diesen Ängsten und Befürchtungen entgegnen?

Um all diese Fragen zu beantworten, sollte man sich hierzu einmal klarmachen, was eigentlich so alles in dem psychisch komplexen Gebilde aus Bewusstsein und Unterbewusstsein abläuft.



Informationsverarbeitung: Das gesamte Netzwerk nach Frederic Vester

Laut einem Modell zur hirnpfysiologischen Verarbeitung von bedrohlichen oder unbekanntem Reizen von Dr. A. Dutschmann unterscheidet man in **drei** verschiedene **Reaktionsmuster**:

Der obere Weg, der 'instrumentelle Typ'

Der Reiz, z.B. eine Beschimpfung, wird vom Zwischenhirn, Thalamus und Amygdala (Mandelkern), als eine 'vertraute' Bedrohung identifiziert. Der Beschimpfung wird ggf. ein Gefühl wie Ärger zugeordnet und/oder ähnliche Gefühle aus vorausgegangenen Situationen assoziiert. Emotional bleibt man jedoch relativ ruhig. Diese Art des Ärgers ist einem bekannt und man hat Erfahrungen, damit umzugehen. Die Großhirnrinde holt aus dem Gedächtnis vergleichbare Situationen hervor, erinnert an eigene Handlungsstrategien, bewertet die verschiedenen Verhaltensalternativen und man entscheidet dann weitgehend rational, wie mit der Situation umzugehen ist. Man kann seine Überlegungen und Entscheidungen reflektieren, begründen und sprachlich formulieren. Diese 'coole' Reaktion dauert zwar auch nur einen Augenblick, jedoch ist sie durch die aktive Beteiligung der Großhirnrinde deutlich langsamer als die anderen beiden weiteren Reaktionsmuster. Der Vorteil hierbei ist, dass man überlegt und emotional kontrolliert handelt. Dieses Reaktionsmuster entspricht in der Regel dem üblichen Alltagsleben.

Der untere Weg, der 'Emotionstyp'

Der Reiz löst beim Betroffenen massive Angst oder Ärger aus. Thalamus und Amygdala erkennen eine massive Bedrohung, die eine schnelle und unmittelbare Reaktion erfordert. Wie aus der Menschheitsgeschichte heraus bekannt ist, gibt es dann nur zwei Alternativen, entweder Kampf oder Flucht. In beiden Fällen bedarf es dabei keiner rationalen sprachlichen Reflexion oder Vermittlung. Als Folge davon erfolgt die Reaktion emotional, heftig und unüberlegt. An einiges von dem was man unvermittelt tut, kann man sich später nur noch bruchstückhaft erinnern, Kontexte werden ausgeschaltet, nicht wahrgenommen, es entsteht eine Art von Tunnelblick. Durch die Ausschüttung von Katecholaminen, Adrenalin und Noradrenalin werden kurzfristige Kraftreserven der Muskulatur bereitgestellt, der Blutdruck und die Herzfrequenz steigen, die Durchblutung und die Energieversorgung der Großhirnrinde nimmt dagegen massiv ab. Nachdenken, diskutieren oder Lösungen zu entwickeln ist fast unmöglich. Vergleiche auch die rationale Einschränkung beim Freikampf/Sparring. Argumente, Erklärungen oder moralische Vorträge erreichen die eigene Rationalität (in der Großhirnrinde) nicht; sie bewirken vielmehr, dass man sich noch mehr überfordert fühlt. Jugendliche würden heute zu Tage sagen: 'Texte mich nicht tot!' und dadurch steigt das Stressniveau. Das heißt der Erregungsstand im Gehirn hält an, Hormone und Neurotransmitter werden vermehrt ausgeschüttet, die einen kampfbereit halten. Jemand, der oft solche Stresssituationen erlebt, z.B. bei innerfamiliärer Gewalt und Misshandlung, der hat einen permanenten Alarmzustand im Gehirn, d.h. die Grunderregung ist bereits deutlich erhöht. Jeder kleiner als bedrohlich wahrgenommener Reiz kann schon zur 'Stressexplosion' führen.

Das dritte Reaktionsmuster, der 'Erregungstyp'

ist mit der Metapher 'Klick-Surr-Bang!' am besten beschrieben. Der bedrohliche Auslösereiz lässt existenzielle Angst oder rasende Wut entstehen. Der Reiz 'Klick' löst den Prozess 'Surr' wie einen abgeschossenen Pfeil aus – und 'Bang' es knallt, treten, schlagen, schreien usw. Die Ratio (Vernunft) ist vollkommen ausgeschaltet. Man hat einen totalen Kontrollverlust. Sprachlich ist man nicht mehr erreichbar, reden hilft überhaupt nicht mehr. Selbst die beruhigende Wirkung monotoner Worte wird nicht oder kaum noch wahrgenommen. Diese explosive Körperlichkeit erfordert höchste Vorsicht für alle Umstehenden, da die Person total 'außer sich' ist!

Diese drei Erregungstypen beschreiben nicht Typologien von Personen, wie der oder die ist ein 'instrumenteller Typ', sondern drei verschiedene Modelle von Erregung im Kontext von Aggression und Gewalt. Bei den nachfolgenden Abschnitten 'Gewalt I - IV' sind Erklärungsansätze skizziert und Hintergründe aufgeführt. Sie beleuchten die zunehmende Gewaltbereitschaft bei vor allem männlichen Jugendlichen. Wegen der verschiedenen Quellen und unterschiedlichen theoretischen Erklärungsansätzen wird hier eine Nummerierung vorgenommen.

Gewalt I

In einem Abschiedsbrief schildert ein jugendlicher Amoktäter seine persönliche Sichtweise. Er hätte sich einfach lautlos aus dem Staub machen können, was aber für ihn noch sinnloser gewesen wäre. Stattdessen ist es für ihn besser, möglichst viele Leute bei seinem Abgang mitzunehmen, die alle seiner Ansicht nach ihm das Leben zur Hölle gemacht hatten. Damit wollte er eine Botschaft herüber bringen. Dass sich evtl. mit seiner Amok-Tat etwas ändern könnte und andere ebenfalls unglücklich und ungerecht behandelte Jugendliche dann zukünftig besser behandelt würden und somit einen Grund hätten, vielleicht noch weiter zu leben.

Auszug aus Garys Abschiedsbrief, aus: Morton Rhue 'Ich knall euch ab'.

Gewalt II

- Aggression wird in erster Linie von Jugendlichen ausgeübt, die sich als Versager fühlen und sich nicht in ihrem mittelbaren Umfeld akzeptiert empfinden.
- Die Art und Weise der Gewaltausübung weist auf eine Verrohung ihrer sozialen Verhaltensformen und -normen hin.
- Risikofaktoren für Vandalismus und Gewalt sind: Schulunlust, Langeweile, Lärm und Unterforderung im Unterricht.
- Jugendliche zeigen Sehnsucht nach Reaktionen der Erwachsenen, die ihnen Grenzen setzen und diese sie auch erspüren lassen.
- Bei gewalttätigen Jugendlichen ist der Aufbau ihrer eigenen Identität misslungen. Sie können keine konstruktive Kommunikation mehr aufbauen, keine vertrauensvollen Signale senden und empfangen. Ihnen misslingt leider die sozial anerkannte Gestaltung von Beziehungen.

Gewalt III

Stattdessen verschaffen sich die Jugendlichen nun eine Identität über:

- rigide Identifikationen, wie Radikalismus oder autoritären Charakter,
- Konsumattribute, wie 'Haben statt Sein',
- über Aggressionen, die Aufmerksamkeit gewähren, welche als Zuneigung verweigert wird,
- den sozialen Rückzug, wodurch die Person das Zutrauen in die eigenen Fähigkeiten und in sich selbst aber immer mehr verliert,

Vgl.: G. Friederichs und R. Eichholz: Der Schrei nach Wärme. Jugend und Gewalt, Frankfurt 1997, Seite 62 f

- Die Schüler betreten heute die Schule mit einer archaisch gebliebenen Wut im Bauch und einer primärorientierten Fernsehsozialisation.
- Die prügeln sich, 'um sich zu spüren, um ihre Körper- und Ich-Grenzen aufrecht zu erhalten'.

Gewalt IV

- Jugendbanden werden in dem Maße an Bedeutung gewinnen, wie die Gesellschaft die Jugendlichen verstößt; ein Gefühl des eigenen Wertes oder der Realität werden sie nur noch über die Zugehörigkeit zu einer Gruppe Gleichaltriger erlangen können.
- Durch Gewalt lenken die Kinder und Jugendlichen wieder die Aufmerksamkeit auf sich.

siehe o.a. Seite 62.

- „Ich selbst trat und trete stets für eine Erziehung ein, die Kinder zum 'aufrechten Gang', zum Widerstand gegen irrationale Autorität ermutigt. Aber können Kinder Widerstand gegen irrationale Autorität lernen, wenn sie im Elternhaus und in der Schule keine Autorität erfahren? Wie können sie lernen, Grenzen zu überschreiten, wenn ihnen nie welche gesetzt wurden?“

Aus: Wilfred Gottschalch: 'Männlichkeit und Gewalt', Eine psychoanalytisch und historisch soziologische Reise in die Abgründe der Männlichkeit. Weinheim, München 1997, Seite 145

Welche Konzepte bzw. Hilfen bieten sich nun für gewaltbelastete Kinder und Jugendliche an?

Hilfen A

- Regelverstöße als Teil des Selbstkonzeptes:
Es ist ein Zugang zu den heimlichen Beziehungswünschen zu finden; die Jugendlichen müssen das soziale Umfeld als lebenswerten Ort und die Mitmenschen als attraktive, wohlwollende Gegenüber erfahren. Sie müssen spüren: Ich verliere etwas Bedeutsames, wenn ich weiterhin permanent Regeln durch Gewalt usw. verletze und somit aus der Gemeinschaft ausgegrenzt werde.
- Gewalt als Kompensation eigener Opfer-Erfahrungen (= epiphanisches Erlebnis*)
Den psychischen Wendepunkt vom 'Opfer-Sein' zum 'Täter-Werden' herausfinden: Was ist passiert? Beachtung: Dieser Wendepunkt kann auch in einem Kampfkunststudio stattfinden!! Es ist herauszuarbeiten, auf welchen seelischen Lernfeldern Alternativen zu entwickelt sind.

*) Hiermit wird die Erfahrung eines Menschen bezeichnet, der bisher Opfer war (Gewalt und sexuelle Misshandlung erleiden musste) und nun selber Täter zu sein (jemand der jetzt selbst die Regeln über seinen Gegenüber bestimmt). Dies ist ein prägender Wendepunkt in der Biographie. Jemand, der von seinem Umfeld ständig malträtiert wurde, brennen plötzlich die Sicherungen durch, er vergisst seine Angst (unterer Weg, evtl. sogar Kontrollverlust) und schlägt das erste Mal zurück. Verwundert mit Stolz und Erleichterung registriert jener im Nachhinein, dass der frühere Aggressor jetzt Angst bekommen hat und das Umfeld nun zu einem bewundernd aufschaut. Jetzt ist man selbst der Boss! Jener wird nun diese Erfahrung auch in anderen Situationen suchen, wie auf der Straße, in der Clique sogar gegenüber Außenseitern und Minderheiten. Aus dem früheren Opfer wurde ein Täter, der sich nun stark und unverletzlich fühlt.

Hilfen B

- Aggressiver Selbstschutz und 'hypochondrische Vulnerabilität' (eingebildete Verletzlichkeit)
Es ist herauszufinden, auf welche 'Beleidigungen', nonverbale Signale und Situationen der/die Jugendliche besonders verletzlich reagiert bzw. 'getriggert' (ausgelöst) wird: Die Wunden alter Missachtungs- und Misshandlungseignisse wahrnehmen und sprachfähig machen. Einen Schutz herstellen und respektvollen Umgang einüben!
- Mitleid(en) heißt schwach sein – und Reue haben, bedeutet Opfer werden.
Die Teilnahmslosigkeit mit dem Leid des Opfers hat eine (Schutz)-Funktion für den Täter. Das Gefühl für Mitleid und Reue muss erst wieder bei ihm aufgebaut werden.

Vieles spricht nach Barbara Diepold (1997) dafür, dass im Kontext neuer Erfahrungen für Beziehungen verzerrte Wahrnehmungen der Beziehungspartner korrigiert werden können, so dass vor allem die empathischen (einfühlen, mitfühlen) Fähigkeiten nachreifen können und die Affektregulation neu modelliert wird.

Was folgt daraus (vorherige Abhandlung) letztlich nun für den Kampfkunst Betreibenden?

In der Öffentlichkeit können ihm drei verschiedene Typen von Aggressoren gegenüber stehen:

Der instrumentelle Typus: Dieser hat ein Ziel vor Augen, ist verbal ansprechbar und hat ein gutes Gespür für die Angst, das Selbstvertrauen, die Kampfkraft des Gegenübers ('kalte Gewalt').

Mit selbstbewusstem, aber nicht provokantem Auftreten, beruhigendem und geduldigem Ansprechen des Aggressors kann eine Eskalation verhindert werden. Der Aggressor wird wahrscheinlich eher abwägen, wie seine Chancen stehen und wie hoch sein Risiko in einer Eskalation ist. Eine klare Körpersprache, die keine Angst erkennen lässt, jedoch nicht zum Kämpfen auffordert und nicht provokativ ist, kann hier hilfreich sein.

Dieses Auftreten kann im Training geübt werden. Die Gruppe gibt Rückmeldung über die Wirkung unserer Haltung!

Der Emotionstyp: Der Aggressor ist aufgebracht, empört oder fühlt sich gedemütigt, verletzt.

Es ist zur eigenen Sicherheit ein Abstand zu gewinnen. Keine verbalen Attacken, wie z.B. 'Du spinnst doch, blass dich mal nicht so auf, usw.' starten bzw. von sich geben, sondern besser beruhigend auf ihn einwirken! Für den erregten Aggressor ist das vorherrschende Gefühl überwältigend, sein Denken ist auch physiologisch temporär eingeschränkt ('heiße Gewalt').

Komplizierte Erklärungen seines Gemütszustandes verstärken eher sein Gefühl der Unterlegenheit und steigern somit nur seine momentane Erregung.

Beispiel: Sich in seiner Ehre verletzt fühlen. Oder eine generalisierte (allgemeine) Ohnmacht erleben gegenüber 'Typen' wie wir sie für ihn (Aggressor) repräsentieren (ethnisch, sozialer Status, Mittelschicht, Bildung usw.).

Das Verhalten des Aggressors ist weniger rational, es kann uns also durchaus auch eine vermeintlich körperlich unterlegene Person angreifen, da sie nicht mehr rational denken kann.

Im Training kann die richtige kompetente Kommunikation geübt und reflektiert werden!

Der Erregungstyp: Er manifestiert blinde, rasende Wut und Hass ('heiße Gewalt')! Hier hilft nur, sich in Sicherheit bringen, andere ggf. zu schützen, Hilfe holen! Geht das alles nicht, dann ist hier die Selbstverteidigung im Rahmen des Notwehrparagrafen gerechtfertigt. §32 StGB (1). Wer eine Tat begeht, die durch Notwehr geboten ist, handelt nicht rechtswidrig. (2) Notwehr ist diejenige Verteidigung, welche **erforderlich** ist, um einen **gegenwärtigen rechtswidrigen** Angriff von sich oder einem anderen abzuwenden.

Näheres dazu auch in der Urteilsbegründung zum Fall 'Dominik Brunner' in Solln.

- Das Schmerzempfinden des Aggressors kann reduziert oder weitgehend ausgeschaltet sein!
- Sein Verhalten ist nicht vorhersehbar und unkontrollierbar!
- Er greift zu allem, was ihm hilfreich erscheint, auch zu Waffen!
- Achtung: Bitte kein falsches Heldentum! Wenn der Aggressor schon nicht mehr denken kann, dann müssen es wenigstens wir tun! Also unter allen Umständen die eigene Ruhe bewahren.
- Durch gutes Training kann man diese Fähigkeiten fördern!

Das klingt natürlich alles recht einfach, aber:

Das Aggressionsniveau einer fremden Person unmittelbar richtig einzuschätzen, ist äußerst schwierig. Wir können bestenfalls typische Situationen in unserem sozialen Umfeld reflektieren und antizipierend (anpassend) das Aggressionsverhalten der Beteiligten einschätzen; also die der Clique, die immer an der U-Bahn rumhängt und ähnliches.

Wir können uns unsere Aggressionen (z.B. Abscheu gegenüber Skins) und Ängste bewusst machen und Auslöserverhalten bzw. -situationen reflektieren.

Wir können unser Verhaltensspektrum erweitern, also über Kampfkunst hinaus, wie sprachliche und nonverbale Kommunikationsmuster im Rollenspiel einüben, die uns dann in der Notsituation hilfreich zur Verfügung stehen.

Hierzu wird nachfolgend auch ein sehr interessantes neues innovatives Konzept von Dipl. Päd. Peter Hummel zum Thema Jugendgewalt Prävention vorgestellt, dessen Ansätze und Erkenntnisse sich ein Kampfkunsttrainer durchaus zu Eigen machen sollte.

Grundsätzliche Betrachtungsweise

Mit einem neuen Konzept 'Pädagogik und Kampfkunst' will man eine effektive Prävention zum Thema Gewalt bei Kindern und Jugendlichen, die nur noch sehr schlecht zu erreichen und zu motivieren sind, bewerkstelligen. Diese spezielle Gruppe der Betroffenen leidet unter Minderwertigkeitskomplexen, Traumatisierungen, mangelhaftem Selbstwertgefühl und unzureichender Sozialkompetenz. Sie ist gewaltbereit, impulsiv-aggressiv, arrogant und hat Ohnmachtgefühle, Gefühle der Unvollkommenheit und häufig rassistische Überzeugungen. Die Betroffenen durchschauen sehr häufig viele sozialpädagogische Angebote und Interventionen als entmachtend und manipulierend und entziehen sich auch deshalb diesen Bemühungen.

Eigenartiger Weise steht diese Gruppe jedoch der Kampfkunst sehr positiv gegenüber, da sie für diese sehr attraktiv und männlich wirkt. Am Kampf fasziniert sie häufig das Kämpfen lernen, sich dadurch verteidigen zu können und somit ein verlorenes vermehrtes Sicherheitsgefühl zu erlangen. In der Auseinandersetzung mit dem Kämpfen erlernen wird zwangsläufig deren noch vorhandene 'Rambo-Ideologie' durch die traditionellen Werte der Kampfkunst unterwandert. Dieser Ansatz geht inhaltlich und methodisch weit über ein normales Training im üblichen Sportverein hinaus, da er die Entwicklung und Förderung von Selbstbewusstsein, Selbstbeherrschung und positivem Sozialverhalten fördert und somit dies in den Mittelpunkt seines Zweckes stellt.

Dieses Konzept hat einen friedvollen 'Krieger' zum Ziel, der mit einer positiven und selbstbewussten Persönlichkeit es nicht mehr nötig hat, sich und anderen etwas beweisen zu müssen. Es gilt die Devise: Ein vermiedener Kampf ist ein gewonnener Kampf.

In der Beschäftigung mit der Kampfkunst gibt man den kriegerischen Aspekt zugunsten einer Persönlichkeitsförderung und geistigen Selbstentwicklung auf. Die Kampfkunst ist eine Lebens- und Charakterschulung, die kaum noch etwas mit dem allgemeinen Begriff Sport zu tun hat. Nicht die äußere Leistung, sondern das innere Reifen zählt nun als die Weglehre in der Kampfkunst.

Die spezielle Zielgruppe ist in erster Linie

Sämtliche Kinder und heranwachsende Jugendliche in Fördereinrichtungen für emotionale und soziale Entwicklung inklusive die mit traumatisierenden Erfahrungen, grenzverletzendem Verhalten und vielfältigen Verhaltensauffälligkeiten. Die hier erwähnten Voraussetzungen gelten natürlich auch für andere tangierende Randgruppen z.B. jugendlichen Erwachsenen mit ähnlichen Merkmalen, die noch nicht so stark nach außen hin in Erscheinung treten.

Was für Ziele sollen in erster Linie erreicht werden

Disziplin und Einhaltung von Regeln sollen wieder erlernt werden. Zu lernen, dass die Konsequenzen bei Regelübertretungen zu akzeptieren sind. Die Ein- und Unterordnungsfähigkeit ist zu fördern. Man entwickelt Respekt vor sich selbst und anderen. Die Selbst- und Fremdwahrnehmung wird verbessert. Eine Senkung des allgemeinen Aggressionspotenzials wird dadurch erzielt. Die eigene Kondition, Koordination und Konzentration wird erheblich verbessert. Man erlebt sich selbst nun neu als eine friedvolle Persönlichkeit. Mit der Kontrolle über den Körper erlangt man auch die Kontrolle über seine Emotionen.

Eine der Methoden hierzu ist die mit Hilfe der angewandten Kampfkunst

Die traditionelle Kampfkunst ist das Medium zur Vermittlung der oben erwähnten Ziele. Durch klare Regeln und Sanktionen wird ein ritualisierter Ablauf geschaffen. Mit Hilfe von körperlichen Übungen zur Verbesserung der Konzentration (Brain-Gym), Koordination, Kondition, Beweglichkeit und zum Muskelaufbau beitragen. Die daraus resultierenden verhaltenstherapeutischen Elemente sind:

Es wird erwünschtes Verhalten verstärkt und unerwünschtes Verhalten wird konsequent sanktioniert.

Man lernt am Modell des Lehrers, d.h. kein Herauskehren und Missbrauch von Macht, stattdessen wird empathisch (einfühlsam) und eindeutig auf den speziellen Schüler eingegangen.

Zusammenfassung

Im ersten Teil wurde versucht, dem Kampfkunstlehrer, in der Regel ein psychologischer Laie, einen allgemein verständlichen Einblick in die komplexen psychologischen Abläufe eines potenziellen Aggressors zu vermitteln. Ihm damit auch ein verbessertes Verständnis und rasche Einschätzung einer solchen Person und der damit auftretenden aggressiven Situation zu ermöglichen. Und somit ihm ein geeignetes Rüstzeug in die Hand zu geben, um mit einem Aggressor und der damit zwangsläufig verbundenen aggressiven Situation besser umgehen zu können.

Im zweiten Teil wurde versucht, darzustellen wie ein Kampfkunsttrainer mit solchen potenziellen Aggressoren ('High Risk Kids', die mehr oder weniger verhaltensgestört sind) umzugehen hat, damit eine Korrektur, Verbesserung von dessen Persönlichkeit (erhebliche Verminderung der latent vorhanden Aggression) ermöglicht wird. Wenn diese Arbeit gelingt und diese Kinder und Jugendlichen in Kampfkunstvereine integriert werden können, ist eine gute Gewaltprävention erreicht.

Zum Schluss

Für traditionelle Kampfkunstabtreibende auch letztendlich für die Nichtverhaltenskonformen gilt grundsätzlich immer als Maxime:

In der Kampfkunst wird grundsätzlich jegliche Art von Gewalt physisch wie psychisch abgelehnt. Konflikte sind nicht mit Gewalt zu lösen, sondern nur friedvoll in verbaler Form. Anwendung von körperlicher Gewalt erzeugt entsprechend nur Gegengewalt und führt zwangsläufig zur unkontrollierten Eskalation eines Konfliktes.

Die Ausübung einer Kampfkunst hilft Aggressionen bei Jugendlichen allgemein gezielt abzubauen. Durch körperliche und geistige Forderung werden aggressive Jugendliche positiv gefördert. Die Fortschritte in der Kampfkunst stärken die Selbstsicherheit und das Selbstbewusstsein sowie das für diese Kategorie der Spezies so wichtige Selbstwertgefühl. Das Betreiben einer Kampfkunst reguliert aufkommende Emotionen und Aggressionen im Ansatz. In der Kampfkunst lernt man, dass es keine ethnische, rassistische, religiöse usw. Ressentiments gibt, sondern nur dauerhafte sozial erfolgreiche Integration in der Gemeinschaft.

Mein herzlicher Dank gilt hiermit den beiden DTSDV e.V. Dan-Trägern und Diplom-Pädagogen Herrn Günter Neumann und Herrn Peter Hummel, die mich mit Ihren fachlichen Ausarbeitungen, Kommentaren und Ratschlägen enorm unterstützt haben und somit diesen Artikel in dieser Form erst möglich gemacht haben.

Klaus Trogemann