

Braune, Silvio

Karate als ein Mittel des Antiaggressionstrainings mit aggressiven und gewaltbereiten Kindern und Jugendlichen

BACHELORARBEIT

HOCHSCHULE MITTWEIDA

UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Fakultät Soziale Arbeit

Roßwein, 2013

Braune, Silvio

Karate als ein Mittel des Antiaggressionstrainings mit aggressiven und
gewaltbereiten Kindern und Jugendlichen

eingereicht als

BACHELORARBEIT

an der

HOCHSCHULE MITTWEIDA

UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Fakultät Soziale Arbeit

Roßwein, 2013

Erstprüfer: Prof. Dr. phil. Barbara Wedler

Zweitprüfer: Dr. Jürgen Fritzsche

Vorwort

Das Problem von Aggressionen und Gewalt ist in unserer Gesellschaft fast in allen Formen präsent, man wird fast täglich in den Medien mit diesen Themen konfrontiert. Es wird immer offensichtlicher, dass die Hemmschwellen zur Darstellung, Androhung oder Ausübung von Gewalt in den letzten Jahren dramatisch gesunken sind und große Teile der Bevölkerung zu den Betroffenen gehören.

Alarmierend und als besonders kritisch zu bewerten ist in diesem Zusammenhang die Tatsache, dass zunehmend mehr Kinder und Jugendliche dem Phänomen und der Faszination der Gewalt unterliegen. Offene Aggressionen, die immer wieder auch zu Gewalt führen, gehören zum Lebensbereich von Kindern und Jugendlichen, wobei sie als Opfer aber auch die Täterrolle einnehmen können. Erst kürzlich sorgte eine Auseinandersetzung unter Jugendlichen für Schlagzeilen in Berlin. Eine scheinbar harmlose Situation eskalierte in Aggressionen und Gewalt und fand ihren traurigen Höhepunkt mit dem Tod eines jugendlichen Opfers (vgl. Artikel *Süddeutsche Zeitung* 16.10.2012 <http://www.sueddeutsche.de/panorama/berlin-jaehriger-nach-pruegelattacke-am-alexanderplatz-gestorben-1.1496748>). Dies ist leider kein Einzelbeispiel und so haben in diesem Zusammenhang auch viele andere Städte Geschichte geschrieben. (vgl. Artikel *Spiegel online*, <http://www.spiegel.de/panorama/justiz/erfurt-gutenberg-gymnasium-nach-bombendrohung-geraeumt-a-738643.html>, <http://www.spiegel.de/spiegel/a-690145.html>, <http://www.spiegel.de/schulspiegel/wissen/schueler-als-moerder-was-amoklaeufer-anreibt-a-654042.html>, 12.01.13)

Betrachtet man die Kriminalstatistik 2011, so lässt sich zwar ein leichter Rückgang der registrierten Gewaltdelikte im Bereich der gefährlichen und schweren Körperverletzung erkennen. Dem gegenüber steht jedoch ein Anstieg der vorsätzlich leichten Körperverletzung. (vgl. *Polizeiliche Kriminalstatistik 2011*, http://www.bmi.bund.de/SharedDocs/Downloads/DE/Broschueren/2012/PKS2011.pdf?__blob=publicationFile, S.8 ff.) Laut Meinung der Experten, befindet sich die Jugendgewalt trotz der Rückgänge auf einem gefährlich hohen Niveau und ist nur mit Anstrengungen der gesamten Gesellschaft, insbesondere in präventiver Hinsicht, einzudämmen. Bei 21,1% der Straftaten durch Kinder und bei 24% der Straftaten durch Jugendliche handelt es sich um registrierte Körperverletzungen. (vgl. *Polizeiliche Kriminalstatistik 2011*, http://www.bmi.bund.de/SharedDocs/Downloads/DE/Broschueren/2012/PKS2011.pdf?__blob=publicationFile, S.13 ff.)

Bei der anhaltenden Frage, in welcher Form man dem Phänomen Jugendgewalt effektiv begegnen kann, gewinnen auch sportpädagogische und sporttherapeutische Modelle immer mehr an Bedeutung. Die Attraktivität liegt laut

Wolters darin, dass die „Bewegung, sich Austoben, seinen Körper kennenlernen bis an seine Grenzen gehen[...] spezifische Qualitäten sind, die in der heutigen Lebensrealität von Kindern und Jugendlichen zu kurz kommen[...] Es handelt sich auch um einen, nicht nur räumlich konkret umrissenen Erfahrungsraum, sondern auch um eine Welt, die durch klares Reglement Verhaltens- und Orientierungssicherheit leistet. Jede Kampfkunst verweist mit ihrer Wortendung „-do“ auf den Weg, der beim Lernen zurückgelegt werden muss. Auf diesem Weg kann der Jugendliche ein positives Verhalten zu Regeln und Autoritäten entwickeln, die immer in direktem Bezug zum Erlernen der Kampfkunst stehen und nie bloß formal abverlangt werden.“ (vgl. Wolters J.-M., 2008, S.8)

Hierbei ist der Forschungsstand über aggressives, gewalttätiges Handeln von Kindern und Jugendlichen, besonders im schulischen Umfeld oder in der JVA, sehr differenziert und weitreichend. Dagegen ist der Stand praxiserprobter Strategien in der offenen Kinder und Jugendarbeit, besonders mit Kampfkunst als Antiaggressionstraining eher gering.

Die Aktualität und die Faszination dieses Ansatzes, stellt für mich eine Herausforderung dar, ein Themenfeld zu untersuchen, das wissenschaftlich noch nicht vollständig erforscht ist und bei dem noch weitere Entwicklungstendenzen bestehen. Eine weitere Motivation für diese Bachelorarbeit, beruht primär auf eigenen Erfahrungen in Bezug auf die Kampfkunst Karate. Im Rahmen meiner langjährigen Ausübung dieses Sportes und meiner jahrelangen Tätigkeit im Kinder- und Jugendbereich, trat dieses Thema der Gewaltbereitschaft dieser Altersgruppe immer wieder auf. Die Auseinandersetzung mit dem Thema soll anhand folgender Fragestellungen erfolgen: *„In wie weit eignet sich Karate als methodischer Ansatz, als ein Mittel der Aggressionsbewältigung bei Kindern und Jugendlichen? Welche Vor- und eventuelle Nachteile hat die Kampfkunst Karate im Umgang mit dieser speziellen Personengruppe?“* Auch die stetig steigende Nachfrage nach praktisch anzuwendenden Antiaggressionskonzepten von Pädagogen an Schulen, Trainern in Sportvereinen und Sozialpädagogen in Kinder- und Jugendeinrichtungen bestärkten mein Vorhaben über dieses Thema zu schreiben. Die diversen Diskussionen zwischen Befürwortern und Gegnern dieser Methode des sozialen Trainings, tragen ebenfalls dazu bei, dieses Thema zu bearbeiten.

Inhaltsverzeichnis

0	Einleitung	1
1	Karate - Kampfsport und Kampfkunst	2
1.1	Geschichte und Entwicklung von Karate	2
1.1.1	Schreibweise	2
1.1.2	Ursprünge und Entwicklung	3
1.2	Karate als Kampfkunst und Kampfsport	7
1.2.1	Definition Kampfkunst bzw. Kampfsport	7
1.2.2	Gemeinsamkeiten und Unterschiede von Kampfkunst bzw. Kampfsport	8
2	Aggressionen und Gewalt bei Kindern und Jugendlichen	10
2.1	Definition von Aggression und Gewalt bei Kindern und Jugendlichen	10
2.1.1	Formen von Aggression und Gewalt	12
2.1.2	Aggressions- bzw. Gewaltfördernde Ursachen bei Kindern und Jugendlichen	16
2.1.3	Bedeutung von Aggression und Gewalt bei Kindern und Jugendlichen	19
3	Einsatz von Kampfkunst als Mittel zum Antiaggressionstraining bei Kindern und Jugendlichen	20
3.1	Antiaggressionstraining als Methode	20
3.2	Kampfkunst als Antiaggressionstraining	22
3.2.1	Motivation, Ansatz und Ziel	22
3.2.2	praktische Umsetzung	23
3.2.3	Zielgruppe, Rahmenbedingungen und Teilnehmermotivation	24

3.2.4	Umsetzungsbeispiele der „Budo – Pädagogik“ nach Wolters	25
3.2.5	PRO und Kontra	28
4	Einsatzmöglichkeiten des Goju- Stiles als Antiaggressionstraining in der Praxis	30
4.1	Bedeutung des Goju- Stiles in der Kampfkunst Karate	30
4.2	Heutige Anwendung des Goju- Stiles, Vor- und Nachteile	33
4.3	Der Goju - Stil in der praktische Anwendung als Antiaggressionstraining in der offenen Kinder- und Jugendarbeit	35
4.3.1	Das präventive Konzept	36
4.3.2	Das rehabilitative Konzept	40
5	Fazit	44
	Abbildungsverzeichnis	46
	Literaturverzeichnis	54

0 Einleitung

Die Möglichkeit des Einsatzes asiatischer Kampfkunst wird immer wieder thematisiert, wenn es um die Bekämpfung der offensichtlich gestiegenen Gewaltbereitschaft bei Kindern und Jugendlichen geht.

Die theoretische und praktische Erprobung von Kampfkünsten als ein Mittel gegen Aggressionen und Gewalt wird von einer recht kontroversen Diskussion begleitet, wobei die Befürworter der Meinung sind, dass asiatische Kampfkünste Lebensweisheiten verkörpern, die einmal verinnerlicht, alle Formen der Gewalt als menschenunwürdig bezeichnen. Dahingegen vertreten die Gegner eher die Ansicht, dass das Training von Kampfsportarten auf gewalttätige Kinder und Jugendliche eher aggressionsfördernd wirkt und gewalttätige Handlungen legitimiert.

Die hier vorgestellte Arbeit soll einen Teil dazu beitragen, auf Grundlage der traditionellen Kampfkünste, einen präventiven bzw. rehabilitativen Umgang mit aggressiven und gewalttätigen Kinder und Jugendlichen in der offenen Kinder- und Jugendarbeit zu unterstützen. Dabei soll die Arbeit die Frage klären *„Ist traditionelles Karate als Kampfkunst ein geeignetes Mittel des Antiaggressionstrainings bei Kindern und Jugendlichen?“*

Im ersten Teil der Arbeit wird die Geschichte der Kampfkünste dargestellt, um Unterschiede zwischen Sportkarate und traditionellem Karate zu erläutern. Dies soll dazu beitragen die philosophischen Hintergründe sowie die problematische Entwicklung der Versportlichung des Karate zu verdeutlichen.

Danach sollen Grundlagen und Theorien, sowie diverse Definitionen der Sozialpädagogik, im Umgang mit aggressiven und gewalttätigen Kindern und Jugendlichen näher beleuchtet werden. Dabei wird auf Ursachen und Folgen von Aggression und Gewalt bei Kindern und Jugendlichen eingegangen.

Nach der theoretischen Aufarbeitung folgt dann die Auseinandersetzung mit dem zweiten Teil, der den Kernteil der Arbeit bildet und der Frage nachgeht, inwiefern Karate als Kampfkunst einen Teil des Anti-Aggressionstrainings bereichern bzw. erweitern kann. Dies soll mit wissenschaftlichen Untersuchungen, Projekten (wie z. B. von Wolters in der JVA Hamel, Sozialpädagogen in stationären Einrichtungen Heimen und Schulen) und deren

Ergebnissen sowie eigenen Erfahrungen aus der Praxis untermauert werden. Des Weiteren wird eine kritische Reflexion der Vorteile und Risiken, des Pro und Kontra, von Karate als Antiaggressionstraining untersucht.

Der Abschluss dieser Arbeit konzentriert sich auf den Goju- Stil und dessen Möglichkeiten als Antiaggressionstraining eine Methode der Sozialpädagogik zu sein und wird mit zwei Konzeptvorschlägen für die offene Kinder- und Jugendarbeit aufwarten. Diese Konzepte basieren auf langjähriger Erfahrung und Auseinandersetzung mit der asiatischen Kampfkunst Karate und den damit verbundenen Traditionen, insbesondere mit der, im Karate behafteten, Bewegungskultur und deren Möglichkeiten und Grenzen.

1 Karate - Kampfsport und Kampfkunst

1.1 Geschichte und Entwicklung von Karate

1.1.1 Schreibweise

Karatedō (japanisch „Weg der leeren Hand“) wurde in früheren Zeiten nur als Karate bezeichnet und wird auch heute noch am häufigsten unter dieser Bezeichnung geführt. Um der Bedeutung als Lebensweg und den philosophischen Hintergrund der Kunst gerecht zu werden, wurde der Zusatz *dō* verwendet. Diese Schreibweise 唐手 war bis in die 1930er-Jahre hinein gebräuchlich und bedeutet wörtlich „chinesische Hand“. Auch das Schriftzeichen 唐 mit der sino-japanischen Lesung *tō* und der japanischen Lesung *kara* geht auf das China der Tang-Dynastie (618 bis 907 n.Chr.) zurück. Somit waren die chinesischen Ursprünge schon im Namen der Kampfkunst manifestiert. Die Schreibweise 空手 „leere Hand“, wurde vermutlich aus politischen Gründen (Nationalismus) in Japan verwendet. Das neue Zeichen wurde wie das alte *kara* gelesen und war auch von der Bedeutung her insofern passend, als im Karate meist mit leeren Händen, also ohne Waffen, gekämpft wird. (vgl. <http://de.wikipedia.org/wiki/Karate#Name>, 19.11.12)

1.1.2 Ursprünge und Entwicklung

Kampfkünste assoziiert die breite Masse heute mit Asien insbesondere mit China oder Japan. Jedoch ist kämpfen oder sich miteinander messen so alt wie die Menschheit und Budo (Karate, Judo, Kung-Fu etc.) nur eine Form, neben Ringen, Boxen oder dem Kampf mit Waffen wie Pfeil und Bogen, Speer, Stock oder Schwert. Unter diesem Blickwinkel findet man überall auf der Welt, verschiedene Arten von Kampfsystemen bzw. -künsten. In jeder Region der Erde entwickelten sich Systeme in denen man lernte sich vor „fremden Aggressoren“ zu wehren, um sich und seine Familie zu beschützen. Einen der ersten Beweise für den Kampf mit der Faust fand man in der Nähe von dem heutigen Bagdad auf einen Relief. Dieses Relief wird den Sumerern zugeordnet. Es wurde ca. 2000 v.Chr. graviert. Weitere Funde wurden im ägyptischen Theben freigelegt, welches mit Indien (mit dem Kalari-Payat „Schlachtfeld-Training“) schon zu damaligen Zeiten einen Austausch an Waren und Kultur hegte. Auch Griechenland mit dem Pankration (650 v.Chr.) verfügte über eine Kampfkunst, welche Treten und Schlagen ohne Waffen beinhaltete. Die Ausbreitung und Vermischung der östlichen und westlichen Kampfkünste fand vermutlich über die damaligen Handelswege statt. Eine der wichtigen Einflüsse auf der geistigen Seite der östlichen Kampfkünste nahmen damals der aufkommende Buddhismus (ca.500 v.Chr.) sowie der Hinduismus ein. Somit kamen Techniken über Indien nach China in Richtung Okinawa, dem heutigen Ursprung des Karatedō. (vgl. Schmale, J., Leoben, A., 2005, S.84 ff.)

Karate entwickelte sich in seiner heutigen Form auf der pazifischen Kette der Ryūkyū-Inseln (vgl. Abb. 1), insbesondere auf der Hauptinsel Okinawa („ein Tau im Meer“). Diese Insel Okinawa, die etwa 600 Kilometer südlich von Japan liegt, war damals wichtiger Umschlagplatz für Waren und somit ein Forum für den kulturellen Austausch mit dem chinesischen Festland und Japan. Dadurch gelangten erste Eindrücke chinesischer Kampftechniken des Quanfa/Kempō nach Okinawa, wo sie sich mit dem einheimischen Kampfsystem des Te/De (Ryūkyū-Dialekt *Ti*)¹ vermischten und sich so zum Tōde² (*Tōdi*) oder Okinawa-

¹ Ryūkyū-Dialekt wurde auf den zu Japan gehörenden Ryūkyū -Inseln gesprochen, der Mundart werden 3 bis zu 11 Sprachvarianten zugeordnet

² Tōde bezeichnet die einheimische okinawanische Tradition und sind Kontinentaltechniken

Te (*Uchinādī* - „Hand aus Okinawa“) weiterentwickelten. Te bedeutet wörtlich „Hand“, im übertragenen Sinne auch „Technik“ bzw. „Handtechnik“. Der ursprüngliche Begriff für Tōde oder Karate (jap. 唐手) kann daher frei als „Handtechnik aus dem Land der Tang“ (China) übersetzt werden (bedeutet aber natürlich die verschiedenen Techniken als Ganzes). (vgl. Habersetzer, R., 2006, S.9 ff.)

Unruhen und Aufstände suchten immer wieder die Inselgruppen heim. Im Jahre 1422 gelang es schließlich König Sho Hashi, die Inseln zu einen. Zur Erhaltung des Friedens in der aufständischen Bevölkerung verbot er daraufhin das Tragen jeglicher Waffen. Bis ins Jahre 1609 hatte das Waffenverbot seinen Bestand und wurde sogar noch verschärft, so dass der Besitz von Waffen unter schwere Strafe gestellt wurde. Durch das Waffenverbot erfreute sich die waffenlose Kampfkunst des Okinawa-Te erstmals wachsender Beliebtheit (vgl. Möller 1996 in Bomber O., 2000, S.18 ff.) und viele ihrer Meister reisten nach China, um sich dort durch das Training des chinesischen Quanfa (des heutigen Kung-Fu) fortzubilden. Des Weiteren machte es das Recht der sogenannten „Schwertprobe“³ des japanischen Samurai (vgl. Abb.2.) notwendig, sich selbst verteidigen zu können.

Die großen Meister des Okinawa-Te schlossen sich zu einem geheimen oppositionellen Bund zusammen, um diese Kampfkunst nur noch an ausgewählte Personen weiter zu geben.

Währenddessen entwickelte sich in der bäuerlich geprägten Bevölkerung das Kobudō, das Werkzeuge und Alltagsgegenstände mit seinen speziellen Techniken zu Waffen verwandelte. Dabei gingen spirituelle, mentale und gesundheitliche Aspekte, wie sie im Chuan-Fa gelehrt wurden, verloren. Auf Effizienz ausgelegt, wurden Techniken, die unnötiges Risiko bargen, wie beispielsweise Fußtritte im Kopfbereich, nicht trainiert. So lässt sich in diesem Zusammenhang von einer Auslese der Techniken sprechen. Kobudō und seine aus Alltagsgegenständen und Werkzeugen hergestellten Waffen konnten schon

³ „Schwertprobe“ der Samurai besaß das Recht, die Schärfe seiner Schwertklinge an Leichen, Verwundeten oder auch willkürlich an einem Bauern zu erproben.

aus wirtschaftlichen Gründen nicht verboten werden, da sie für die Versorgung der Bevölkerung sowie der Besatzer schlicht notwendig waren.

Allerdings war es sehr schwer, mit diesen Waffen einem ausgebildeten und gut bewaffneten Krieger im Kampf gegenüberzutreten. Deshalb entwickelte sich in Okinawa-Te und Kobudō, die damals noch eng miteinander verknüpft gelehrt wurden, die Maxime, möglichst nicht getroffen zu werden und gleichzeitig die wenigen Gelegenheiten, die sich boten, zu nutzen, den Gegner mit einem einzigen Schlag zu töten. (vgl. Karamitsos 1997, in Bomber, O., 2000, S.22 ff.) Dieses spezifische Prinzip des Karate heißt *Ikken hissatsu*. Vermutlich ist die Auslese von möglichst effizienten Kampftechniken und das Ikken-Hissatsu-Prinzip, dafür verantwortlich, dass Karate den ungerechtfertigten Ruf besaß, ein aggressives Kampfsystem, ja sogar die „Härteste aller Kampfsportarten“ zu sein. (vgl. *Aktionsfilme und Medien*)

Im Jahre 1875 wurde Okinawa offiziell zu einer japanischen Präfektur erklärt. In dieser Zeit des gesellschaftlichen Umbruchs, in der sich die okinawanische Bevölkerung den japanischen Lebensgewohnheiten anpasste und Japan sich nach jahrhundertelanger Isolierung wieder der Welt öffnete, begann Karate wieder stärker in die Öffentlichkeit zu drängen. Karate wurde dann 1902 offiziell Schulsport auf Okinawa. Dieses einschneidende Ereignis in der Entwicklung des Karate markiert den Punkt, an dem das Erlernen und Üben der Kampftechnik nicht mehr länger nur der Selbstverteidigung diene, sondern auch als eine Art Leibesertüchtigung angesehen wurde. Funakoshi Gichin⁴ (vgl. Abb. 3.) tat sich bei der Reform des Karate besonders hervor: Auf der Grundlage des *Shōrin-Ryū*⁵ (auch *Shuri(-Te)* nach der Ursprungsstadt auf Okinawa benannt) und des *Shōrei-Ryū*⁶ (*Naha(-Te)* die größte Stadt der japanischen Präfektur auf Okinawa) die zwei der ursprünglichsten Stile des Karatedo bilden, begann er, Karate zu systematisieren. Er verstand es neben der reinen körperlichen Ertüchtigung auch als Mittel zur Charakterbildung. Über die Schulen kam Karate auch bald zur sportlichen Ertüchtigung an die Universitäten, wo damals zum Zwecke der militärischen Ausbildung bereits

⁴ Funakoshi Gichin (jap. 船越 義珍; * 1868; † 1957) ist der Begründer des modernen Karatedō.

⁵ Shōrin-Ryū (*Shaolin-Stil*, wörtlich *Wäldchen-Stil*)

⁶ Shōrei-Ryū (*Stil aus dem Shaolin-Kloster*)

Judo und Kendō gelehrt wurden. Diese Entwicklung, die die okinawanischen Meister zur Verbreitung des Karate billigend in Kauf nehmen mussten, führte zur Anerkennung von Karate als „nationale Kampfkunst“; Karate war damit endgültig japanisiert. Nach dem Vorbild des bereits im Judo etablierten Systems wurde im Laufe der dreißiger Jahre dann der Karate-Gi (international gebräuchliche Bezeichnung für Trainingsanzug) sowie die hierarchische Einteilung in Schüler- und Meistergrade, erkennbar an Gürtelfarben, im Karate eingeführt; mit der auch politisch motivierten Absicht eine stärkere Gruppenidentität und hierarchische Struktur zu etablieren. Über Hawaii sowie die amerikanische Besatzung Japans und insbesondere Okinawas fand Karate im Laufe der 1950er und 1960er Jahre als Sportart zunächst in den USA und dann auch in Europa eine immer stärkere Verbreitung. Funakoshi und die übrigen alten Meister lehnten die Institutionalisierung und Versportlichung sowie die damit einhergehende Aufspaltung in verschiedene Stilrichtungen gänzlich ab. (vgl. <http://de.wikipedia.org/wiki/Karate#Name>, 19.11.12)

Die größte Ausbreitung des Karate in Deutschland gab es in den 1970er, 1980er und 1990er Jahren unter Hideo Ochi (vgl. Abb. 8.), er gründete 1992 den Deutschen JKA- Karate Bund (DJKB), den deutschen Ableger der Japan Karate Association. Als Bundestrainer des Deutschen Karate Bundes (DKB) und der Nachfolgeorganisation des Deutschen Karate Verbandes (DKV), entstand im Laufe der Jahre, ein Zusammenschluss verschiedener Stilrichtungen in einen großen Dachverband dem DKV. Ochi hat somit das Karate in Deutschland Ende des 20. Jahrhunderts maßgeblich verbreitet und aufgebaut. Unter anderem ist durch ihn der heutige Karatestil Shōtōkan, die mit Abstand am weitesten verbreitete Karatestilrichtung in Deutschland, gefolgt von Gōjū-Ryū. (vgl. <http://www.karate.de/geschichte-dkv#1>, 14.01.13)

1.2 Karate als Kampfkunst und Kampfsport

1.2.1 Definition Kampfkunst bzw. Kampfsport

Generell baut das Karatetraining auf drei großen Säulen auf, dem Kihon, dem Kumite und der Kata.

- *Kihon* bezeichnet die Grundschule von Stellungen, Techniken und Atmung
- *Kumite* wörtlich übersetzt „verbundene Hände“ meint das Üben oder den Kampf der erlernten Grundtechniken mit, bzw. an einen Partner im Sinne des Do (des Weges). Dies beinhaltet verschiedene Formen des Kämpfens, die je nach Übungs- und Reifegrad erweitert werden können.
- Eine *Kata* ist ein einstudierter Kampf gegen einen oder mehrere imaginäre Gegner, die einem festgelegten Bewegungs- und Atemmuster folgen. Die Kata wurde im Laufe der Geschichte als komprimierte Weitergabe von Techniken der verschiedenen Stilrichtungen genutzt.

Karate als Kampfkunst wird auch traditionelles Karate genannt und sind Systeme bei denen Akrobatik, Körpergefühl und Ästhetik, die Körperbeherrschung, die Anstrengung und der „Spaß an der Freude“ höher bewertet werden, als die zu erbringende Leistung. Die Traditionen und Philosophien basieren auf Prinzipien des Taoismus und des Buddhismus und sind ihrem Wesen nach den Yoga oder körpertherapeutischen Verfahren näher verwandt als dem Sport. (vgl. Wolters in Weidner J./Kilb R./Kreft D., 2001, S.216 ff.) Nach den Vorstellungen der Japan-Karate-Association ist das „Oberstes Ziel in der Kunst des Karate ist weder Sieg noch Niederlage, sondern die Vervollkommnung des Charakters“. (vgl. Wolters, 1992, S.101) Wettkämpfe bei der Ausübung des traditionellen Karate sind die Ausnahme und eher dem Kampfsport zuzuordnen.

Das Lexikon der deutschen Sprache definiert Kunst als eine „freie schöpferische und gestalterische Fähigkeit der Gesellschaft“, vornehmlich ihrer mit besonderen Begabungen ausgestatteten Vertreter, Überlieferung und Produkte dieser Fähigkeit, ist von umfassender Bedeutung und bezeichnet

zunächst „Wissen, Kenntnis“, „menschliche Befähigung, Fertigkeit, Kompetenz“ unabhängig von ästhetischem Anspruch.[...] Die Kunst ist eine Widerspiegelung der mannigfaltigen Beziehungen des Menschen zu seiner Umwelt durch die schöpferische Gestaltung von Dingen und Vorgängen der Wirklichkeit mit Hilfe sinnlich wahrnehmbarer Mittel [...]“.(vgl. <http://www.dwds.de/?qu=Kunst&view=1> 12.12.12) Dies steht im Gegensatz zum Sportgedanken und dem Leistungsstreben und macht somit den Unterschied zwischen Kampfkunst und Kampfsport aus. (vgl. Wolters, 1992, S.101)

Als Kampfsport bezeichnet man das moderne bzw., dass heutige Karate, wenn dort der Leistungsvergleich in Form von *Kata* oder *Zweikampf* als Wettkampfform im Vordergrund steht. Die Vielschichtigkeit des Karate mit seinem umfangreichen Repertoire wird nicht mehr gelehrt und trainiert, sondern es wird sich auf einzelne wenige Wettkampf- und Erfolgstechniken spezialisiert. (vgl. Wolters in Müller. M., 2001, S.53 ff.) Leistung, Punkte, Pokale und Titel zeichnen einen erfolgreichen Wettkämpfer im Karate aus. Kampfsport dient eher der körperlichen Fitness, weil die im Karate enthaltene Philosophie, die Ursprünge und Rituale eher in den Hintergrund rücken.

Natürlich kann an dieser Stelle den Verfechtern des Sportkarate beigeplichtet werden, dass eine Kombination von Tradition, Philosophie und Ritualen im Sport ebenso möglich ist, wie in Karate als Kampfkunst. In den seltensten Fällen gibt es Karatekas, die Wettkämpfe als Motivation für ihre Anfänge in Karate genannt haben. Die Mehrzahl der Aktiven sind darüber hinaus eher im Breitensport angesiedelt, als im Leistungssportkarate.

1.2.2 Gemeinsamkeiten und Unterschiede von Kampfkunst bzw. Kampfsport

Gemeinsamkeiten des Kampfkunst- und Kampfsport Karate sind das Training des Geistes, des Charakters und der inneren Einstellung. Die Grundprinzipien sind hierbei, der gegenseitige Respekt (im Rahmen der Verbeugung), die Selbstzucht (im Üben von Geduld), die Steigerung der Leistungsfähigkeit in Konzentration und Wachsamkeit, sowie die Interaktion mit dem Gegenüber, genauso wie Selbstkontrolle, Bescheidenheit und Disziplin. Allgemein vertreten Karatesportler sowie Kampfkünstler die Meinung, dass ein guter Karateka in der

Lage sein sollte, die Regeln des Karate (vgl. Abb. 4.) auf sein übriges Leben zu übertragen. (vgl. Smit S., 2002, 1.Auflage, S.11ff.) Gemeint ist, dass sich der Karateka zu einer friedlichen Person entwickeln und nicht auf Streit aus sein soll. Ein Karateka führt also, bildlich gesprochen, niemals den ersten Schlag, was ebenso jegliche Provokation anderer ausschließt.

Neben den Gemeinsamkeiten von „Karate als Kampfkunst“ und „Karate als Kampfsport“ gibt es jedoch auch deutliche Unterschiede, die sich vor allem darin verdeutlichen, in welcher Form die drei Säulen des Karate trainiert und ausgeübt werden.

So dient beispielsweise die Form der Kata im traditionellen Karate der Vervollkommnung von Körper und Geist und es bedarf einer langen und intensiven Übung, um ein höheres Niveau zu erreichen. Die Demonstration einer Kata im traditionellen Sinn verlangt die Offenbarung der Seele und des Herzens sowie das Bewusstsein des Ausführenden über die höhere Absicht der Kata. (Schmale, J., Leoben/A, 2005, S.88 ff.) Hingegen werden Katas im Kampfsport gegeneinander gelaufen, das bedeutet Kampfrichter werten mittels Fahne (blau oder rot), den Sportler der seine Kata mit der nötigen Kompetenz ausgeführt hat. Dabei gelten vor allem die korrekte Ausführung der Technik, Dynamik, Körperspannung, Atmung und Rhythmus als wichtige Entscheidungsmerkmale für die Kampfrichter.

(vgl. http://www.karate.de/sites/default/files/Wettkampfregeln%20ab%2001.01.2012_0.pdf S.35 ff.)

Kumite (wörtlich übersetzt „verbundene Hände“) gilt in der Kampfkunst als praktizierte Übung mit einem Partner bzw. Gegner wobei das „Studium der Selbstbeherrschung, der Selbstfindung und Selbstverwirklichung“ im Vordergrund steht. Demzufolge werden Körper- und Selbstbeherrschung gerade dadurch nachgewiesen, dass Schlag- und Tritttechniken kurz vor der Berührung des Gegenübers abgestoppt werden. Die Achtung des Partners wird durch diese Absicht bekräftigt. (vgl. Wolters, 1992, S.103 ff.)

Im Gegensatz ist Wettkampfkarate „leichter“ Körperkontakt durchaus gefordert und korrekt ausgeführte Treffer werden positiv bewertet. Dabei sind Treffer oder Berührungen unterhalb der Gürtelregion und auf Körperteile wie Hals (Kehle) nicht erlaubt.

(vgl. http://www.karate.de/sites/default/files/Wettkampfregeln%20ab%2001.01.2012_0.pdf, S. 15 12.013)

Auch wenn die offiziellen Wettkämpfe mit Faustschützern ausgetragen werden, kann ein erhöhtes Verletzungsrisiko nicht ausgeschlossen werden. Folglich bietet dieser Umstand den Nährboden für Kritiker die, wie beispielsweise Goldner behaupten, dass Karate immer mehr verwestlicht wird und in der heutigen Form „hochaggressive Menschen züchtet“ (vgl. Goldner in Wolters, 1992, S.103 ff.). Kritische Stimmen des modernen Karate behaupten weiterhin, dass die Kampfkunst Karate mit dem Sport leben könne, doch der Sport nicht ohne die Kampfkunst Karate (vgl. Wolters, 1992, S.103 ff.).

2 Antiaggressionstraining mit aggressiven und gewaltbereiten Kindern und Jugendlichen

2.1 Definition von Aggression und Gewalt bei Kindern und Jugendlichen

Das Wort „Aggression“ (lat. aggredi) bedeutet so viel wie „angreifen“. In der aktuellen Literatur gibt es momentan keine unumstrittene wissenschaftliche Definition des Aggressionsbegriffes. Jedoch lassen sich die drei typischen Merkmale: 1. Schaden, 2. Intention und 3. Normabweichung identifizieren (vgl. Notling 2005, S.14), die den Begriff Aggression kennzeichnen. Im Folgenden werden drei Aggressionsdefinitionen angeführt, um das Verständnis des Aggressionsbegriffes für diese Arbeit näher zu beleuchten.

- „Ein Verhalten kann dann als aggressiv bezeichnet werden, wenn es darauf abzielt eine andere Person oder einen Gegenstand zu schädigen oder die grundlegenden Rechte eines anderen zu verletzen. Die Absicht der Schädigung muss hier im Vordergrund stehen, wobei in diesem Zusammenhang schwer nachvollzogen werden kann, wann ein problematisches Verhalten absichtlich oder ohne Vorsatz gezeigt wurde“ (vgl. Petermann, Jugert, Tänzer & Verbeek, 1999 S.12).

Petermann führt in ihrer Definition noch einen weiteren Aspekt an, der von besonderer Bedeutung für diese Thematik ist. Sie erläutert:

- "Bei Aggression handelt es sich um ein Verhalten, das darauf abzielt, einen anderen absichtlich oder hinterhältig zu schädigen. Aggressives Verhalten richtet sich demnach gegen andere Personen, also andere Kinder, Jugendliche oder Erwachsene, und gegen Gegenstände, die den

Personen gehören. [...] Die Aggression kann sich über Worte oder über ein Verhalten äußern. [...] Mit angemessener Aggression kann man auch seine Rechte behaupten. Die angemessene Aggression endet jedoch da, wo sie andere erheblich beschneidet und ihnen deutlich erkennbaren Schaden zufügt." (vgl. Petermann 1991, 35 f.)

- Aggression nach Hacker meint ein „manifestes oder latentes Angriffsverhalten“ im Spektrum von „sozial gelernten und sozial vermittelten Formen von Selbstbehauptung bis hin zur Grausamkeit.“(vgl. Hacker in Kreft/Mielenz, 2005, S.382.)

In der Aggressionserklärung werden desweiteren psychologische Konzepte wie z.B. psychoanalytische Triebkonzepte (Sigmund Freud), Instinktmodelle (Konrad Lorenz) der Verhaltensforschung, Frustrations-Aggressions-Modelle (John S. Dollard) und lerntheoretische Konzepte (Albert Bandura) eingesetzt. Am Beispiel des lerntheoretischen Konzeptes von Bandura, wird an dieser Stelle die Anwendung psychologischer Konzepte zur Erläuterung herangezogen.

Dieses Konzept des Beobachtungslernens geht davon aus, dass am Verhalten eines Modells gelernt wird. Verhaltensweisen, die zum Erfolg und zur Befriedung eines Bedürfnisses führen, werden nachgeahmt. Somit können menschliche Aggressionen sozial erlernt werden, aber auch wieder verlernt oder ausgelöscht werden. Folgende mögliche Lerneffekte können erzielt werden: das Aneignen neuen Verhaltens, das Verstärken von bestehendem positiven Verhalten durch die Verhaltensweisen des zu beobachtenden Modells, sowie die Minderung bestehenden negativen Verhaltens durch die positiven Verhaltensweisen des Modells.(vgl. Dörflein, M., 2000, S.4)

Banduras Konzept des Beobachtungslernens, bildet dabei die Grundlage für die Methode „Karate als Antiaggressionstraining“. Dazu passend definiert Wolters „Aggression bzw. Aggressivität zunächst als feindselige und destruktive Handlungen, die eine direkte oder indirekte Schädigung eines Individuums (oder auch einer Sache) intendiert.“ Dabei soll die Aggression an sich eher als Handlung und Aggressivität als die Neigung, aggressiver Verhaltensweisen verstanden werden. (vgl. Wolters, 1992, S.9)

Im Rahmen dieser Arbeit wird zwischen Aggression und Gewalt unterschieden. Aggressionen müssen nicht immer Auslöser für Gewaltakte sein, sind aber im Gewalthandeln immer enthalten. „Manifestiert sich Aggressivität derart, dass Menschen zielgerichtet physisch oder psychisch geschädigt werden, wird von Gewalt gesprochen.“ (vgl. Preuschoff A., Preuschoff G., 1992, S.28 ff.)

Wie aber nun definiert man Gewalt? In der heutigen Zeit werden Definitionen von Gewalt, einerseits von den moralischen Kategorien einer Kultur abgeleitet und andererseits wesentlich von den Sichtweisen und subjektiven Erfahrungen der Opfer bzw. der Akteure geprägt. Gewalt definiert, quasi jeder für sich selbst. Aufgrund dessen lässt sich ähnlich wie beim Aggressionsbegriff keine einheitliche Definition des Gewaltbegriffes finden.

Im Großteil der vorhandenen Definitionen und in der Alltagssprache, hat Gewalt einen durchgängig negativen Bedeutungsgehalt und wird als Bezeichnung für soziale Handlungsweisen und Phänomene verwendet, die als gesellschaftlich inopportun gelten. Im Rahmen dieser Arbeit wird sich auf die Begriffsbestimmung nach Kreft/Mielenz bezogen: „Von Gewalt wird dann gesprochen, wenn einem Menschen gegen dessen Willen ein Verhalten oder Tun aufgezwungen wird: bis hin zur physischen Überwältigung oder gar Vernichtung. Darin unterscheidet der Gewaltbegriff auch von dem mehr personenzentrierten, dispositiven Begriff der „Aggression“. Natürlich ist im Gewalthandeln die Aggressionsdisposition immer enthalten. (vgl. Kreft / Mielenz, 2005, S. 382)

2.1.1 Formen von Aggression und Gewalt

In dem Maß, wie es unzählige Definitionen von Aggression und Gewalt gibt, existieren auch zahlreiche Unterscheidungen zwischen den verschiedensten Formen von Aggression und Gewalt. Die einfachste Unterscheidung die über Aggression in der Literatur zu finden ist, ist wohl die der offenen, verdeckten sowie stellvertretenden Aggression. Unter der offenen oder physischen Form versteht man, dass beschädigen von Objekten(Vandalismus, Sachbeschädigung, usw.), Lebewesen oder sich selbst. Die verdeckte Form ist eher in

Aggressionsphantasien zu suchen, wogegen die stellvertretende Aggression oder auch indirekte Aggression sich eher auf Mobbing üble Nachrede und „Sündenböcke suchen“ bezieht. (vgl. <http://de.wikipedia.org/wiki/Aggression>, 10.01.13)

Eine differenziertere und weitreichendere Unterscheidung machte der seit vielen Jahren in der Kinder- und Jugendpsychiatrie beschäftigte Psychologe Andreas Dutschmann. Er entwickelte die A-B-C-Typologie aggressiver Verhaltensweisen von Kindern und Jugendlichen und unterschied dabei zwischen Typ A, B und C.

„Aggression vom Typ A (Instrumenteller Typ) ist der Versuch, gezielt und/oder geplant anderen Menschen zur Erlangung eines persönlichen Vorteils Schaden zuzufügen“.

„Aggression vom Typ B (Emotionstyp) ist ein durch Emotionen bzw. Erregung hervorgerufenes und/oder begleitetes Verhalten zur Reduktion von Spannung und zur Abwehr bedrohlicher Reize, wobei die Schädigung eines Anderen in Kauf genommen wird“.

„Aggression vom Typ C (Erregungstyp) ist ein durch hohe Erregung hervorgerufenes, weitgehend ungesteuertes Verhalten mit schwerer Gefährdung von Personen und Sachen“ (vgl. Dutschmann A., 2001, S. 14 ff.).

Diese Einteilung bietet sich an, weil sie das Ausmaß an emotionaler Beteiligung bzw. die Höhe der Beteiligung von Erregung bei einem Verhalten unterscheidet. Eine weitere umfangreiche Übersicht über Formen aggressiven Verhaltens gibt die folgende Tabelle nach Knopf (1996):

Unterscheidungsmerkmal	Formen aggressiven Verhaltens	Beispiele
Modus	körperlich (physisch)	Schlagen, Treten, Beißen usw.
	sprachlich (verbal)	Bedrohen, Beschimpfen, Beleidigen, Zurückweisen, Erpressen usw.
	sprachbegleitend (paraverbal)	Anschreien
	symbolisch (nonverbal)	böse Blicke zu werfen, mit der Faust drohen usw.
Gerichtetheit	Fremdaggressiv	aggressives Verhalten gegen andere
	Auto (Selbst-) aggressiv	aggressives Verhalten gegen sich
	Sachbeschädigung, Vandalismus, Diebstahl	selbst Zerstören, Beschädigen, Wegnehmen von Sachen
Direktheit	Direkt aggressiv	direkt auf eine Person gerichtet
	Indirekt aggressiv	indirekt auf eine Person gerichtet (Nachreden, Sachbeschädigung)
	Objekt verschoben	auf andere Personen verschoben (Sündenböcke)
	Form verschoben	nicht verbal Drohen, sondern Prügeln
Mittel	mit körperlichen Mitteln	Treten, Prügeln, Beschimpfen, usw.
	mit zusätzlichen Mitteln	Einsatz von Waffen
Anzahl Beteiligter	Individuell	aggressives Verhalten einzelner Personen
	in Gruppen	aggressives Bandenverhalten
Offenheit	Offen	Offen (Anderen) gezeigt
	Verdeckt	als Phantasie
Aktivität, Spontanität	Spontan aggressiv	zielgerichtetes aggressives Verhalten
	Relativ aggressiv	gegen aggressives Verhalten, Vergeltungsangriff

(vgl. Knopf, 1996 in Hauer, J. (2007), S.5 ff.)

Viele Aggressionsformen beinhalten sowohl Aspekte von Ärger, als auch instrumenteller Aggression. Sie sind daher nicht eindeutig voneinander zu trennen. (vgl. Hauer, J., 2007, S. 7 ff.)

Bei Erwachsenen tauchen mehr versteckte Aggressionen auf, bei Kindern und Jugendlichen dagegen mehr offene Aggressionen. Dies deuten Kinder- und Jugendpsychologen als einen Nachteil, da offenen Aggressionen sofort auffallen und deswegen Kinder und Jugendliche bestraft und öffentlich geächtet werden.

(vgl. <http://www.fzpsa.de/paedpsych/Fachartikel/erziehung/aggressionen/aggressionen-bei-kindern-und-jugendlichen>, 12.01.13) Um diesen Folgen und deren Nachteile für Kinder und Jugendliche entgegen zu wirken, wird das Augenmerk dieser Arbeit auf die offenen eher sichtbaren Aggressionen gelegt. Obwohl die Aggressionen der Erwachsenen gegenüber den Kindern wohl kaum weniger aggressiv sind, nur eben verdeckter und damit weniger angreifbar.

(vgl. <http://www.fzpsa.de/paedpsych/Fachartikel/erziehung/aggressionen/aggressionen-bei-kindern-und-jugendlichen>, 12.01.13)

Die Klassifizierung nach Knopf kann in diesem Zusammenhang auch als Unterscheidung für die Formen der Gewalt dienen. Da die beiden Formen und deren Unterscheidung sich ähneln bzw. nahezu gleich sind, dennoch wird in der sozialwissenschaftlichen Fachdiskussion weiterhin zwischen „manifester“ und „struktureller“ Gewalt unterschieden. Strukturelle Gewalt ist im Gegensatz zu manifester Gewalt sozial und personell nicht sichtbar, da sie sich über Regeln und Institutionen, aber auch über die Verwehrungen und Risiken die in der sozialen Ungleichheit einer Gesellschaftsstruktur liegen, oder über „Zwangslagen“, die aus ökonomischen Krisen entstehen, vermittelt. Damit sind beispielsweise gesellschaftliche Ausgrenzungs- und Abwertungsprozesse gegenüber sozialen Randgruppen, Mitbürgern ausländischer Herkunft oder auch Menschen mit nonkonformen Lebensstilen gemeint. Auch die in den modernen Industriegesellschaften herrschenden geschlechtshierarchischen Arbeitsteilungen, welche die Abwertung des Frauseins und ihrer reproduktiven „weiblichen“ Kompetenzen sind, werden als „strukturelles“ Gewaltverhältnis bezeichnet. (vgl. Kreft/Mielenz, 2005, S. 382)

In der soziologischen Ausrichtung verweist Gewalt auf gesellschaftliche Desintegrationsprozesse. Es handelt sich dabei um die nicht sichtbare Gewalt, welche in Institutionen und Regelsystemen eingeschlossen ist und somit legitimiert wird. Als Beispiele sind an dieser Stelle die elterliche Gewalt, die Gewalt der Lehrer über die Schüler oder die Gewalt, die von ökonomischen und politischen Entscheidungen ausgehen zu nennen.

Jegliche Formen von Gewalt können in Kombinationen vorkommen, denn körperliche Gewalt schließt die verbale Gewalt nicht automatisch aus.

2.1.2 Aggressions- bzw. gewaltfördernde Ursachen bei Kindern und Jugendlichen

Fragt man nach möglichen Ursachen von Aggressionen und Gewalt bei Kindern und Jugendlichen, so gilt generell in der Wissenschaft, dass kein Mensch als Gewalttäter geboren wird. Jedoch sind Kinder und Jugendliche ein Produkt der Gesellschaft, in der sie aufwachsen. Also kann man daraus schließen, dass die gesellschaftlichen Rahmenbedingungen die Gesamtentwicklung der nachwachsenden Generation beeinflusst. Als wichtigste Einflussfaktoren für späteres aggressives Verhalten und Gewaltbereitschaft sind ein niedriger Bildungsabschluss, unzureichende psychische und soziale Ressourcen sowie ein instabiles Herkunftsmilieu. Unter einem niedrigen Bildungsabschluss wird im Allgemeinen in Deutschland der Hauptschulabschluss verstanden, da Hauptschulen als Bildungseinrichtungen alle Schüler unabhängig vom Bildungsstand des Einzelnen aufnehmen. (vgl. Bauer, M. in Stüwe, G. (Hrsg), 1993 S.58ff.) Auch die Shell Jugendstudie 2010 bestätigt, dass ein erfolgreicher Schulabschluss der Schlüssel zum Erfolg darstellt. Junge Menschen ohne, bzw. mit einem schlechten Schulabschluss finden immer seltener eine qualifizierte Arbeit oder eine Ausbildung. Entsprechend pessimistisch sehen vor allem auch Hauptschüler ihre beruflichen Chancen auf dem Arbeitsmarkt. Statistiken beweisen, dass der Grad der Schulbildung im starken Maße an die soziale Herkunft gekoppelt ist. Nur 41 % der Jugendlichen aus sozial schwierigen Verhältnissen gehen davon aus, dass sich ihre beruflichen Wünsche erfüllen

können. (vgl. <http://www.shell.de/aboutshell/our-commitment/shell-youth-study/2010/education.html>, 18.12.12)

Unzureichende psychische und soziale Ressourcen werden insbesondere durch mangelhafte, nicht kindgerechte Infrastruktur und ghettoähnliche Wohnsituation charakterisiert und sind Bedingungen die das Gewaltverhalten eher fördern. Der 13. Kinder- und Jugendbericht der Bundesregierung besträtigt, dass zum gesunden Aufwachsen neben den Eltern das soziale Umfeld, psychische und physische Wohlbefinden der Kinder und Jugendlichen eine große Rolle spielen und somit in den Mittelpunkt zu stellen sind.

(vgl. <http://www.bmfsfj.de/RedaktionBMFSFJ/Broschuerenstelle/Pdf-Anlagen/13-kinder-jugendbericht,property=pdf,bereich=bmfsfj,sprache=de,rwb=true.pdf>, S. 4 ff. 18.12.12) Als Herkunftsmilieu bezeichnet man die Familie, deren Funktion darin besteht, die Familienmitglieder in sozialen und kognitiven Kompetenzen, die für ein Leben in der Gesellschaft notwendig sind, vorzubereiten. „Im Prozess der familialen Interaktion und Kommunikation werden je nach Bedingungen der Lebenslage unterschiedlich differenzierte und komplexe Fähigkeiten und Fertigkeiten zur Bewältigung von Lebensaufgaben und Handlungsanforderungen in den außerfamilialen Bereichen vermittelt.“ (vgl. Hurrelmann, K., 1993, S.138 ff.)

In vielen Familien fehlt eine stabile Orientierung und der persönliche Rückhalt der Kinder und Jugendlichen, aufgrund der schlechten Eltern - Kind - Beziehung oder der häuslichen Abwesenheit der Eltern.(vgl. Bauer, M. in Stüwe, G. (Hrsg), 1993, S.57) So werden beispielsweise Kinder, deren Eltern Problemsituationen mittels Gewalt kompensieren, im Zuge des Nachahmungseffektes ebenfalls verstärkt auf diese Problemlösungsstrategie zurückgreifen. Die Möglichkeit der Kinder und Jugendlichen, sich in so einer Situation anders zu verhalten, ist verschwindend gering. (vgl. Kuhlmann, A., 1999, S.40 ff) Gewalt erzeugt Gegengewalt und so ist es nicht selten, dass Kinder und Jugendliche, die zu gewalttätigen Handlungen neigen oftmals selbst im Vorfeld eine klassische Opferrolle eingenommen haben.

Den Vätern wird eine besondere Gewichtung bei der Gewaltproblematik zugesprochen, da sie häufig zu wenig präsent sind, einen autoritären Führungsstil bevorzugen und weniger Körperkontakt pflegen, weniger Lob aussprechen und bei Problemen mehr sanktionieren. Aussagen wie z.B.:

„Solange DU deine Füße unter MEINEN Tisch steckst, wird das gemacht was ich will!“ können Gewaltbereitschaft ebenfalls nachhaltig fördern. Befragungen von Gewalttätern zeigen deutlich, dass eben nicht die antiautoritär erzogenen Kinder „schlagende Argumente“ liefern, sondern jene, die unter autoritären Erziehungsstrukturen aufwuchsen. (vgl. Kuhlmann A., 1999, S.40 ff)

Auch die Medien geraten in der Diskussion um mögliche Ursachen für Gewaltausübung und Gewaltbereitschaft immer wieder in den Mittelpunkt der Kritik. In diesem Zusammenhang ist von einem steigenden, gesellschaftlich akzeptierten Gewaltniveau in der Medienlandschaft insbesondere bei Fernsehen, Video und Computerspielen die Rede. Kritiker setzen dieser Aussagen entgegen, dass psychische und physische Gewaltformen gegen andere Personen auf soziale, berufliche oder politische Desintegrationserfahrungen, auf Gruppendruck oder auf Angst vor Solidaritätsverlust zurück zu führen sind. Gewalt sollte also nicht nur auf eine Mediendiskussion reduziert werden, weil dabei viele Ursachen für Gewalt nicht beachtet werden. (vgl. Baake, D. in Stüwe, G. (Hrsg), 1993, S. 19)

Tatsache ist jedoch, dass eine Konzentration von Gewaltdarstellungen in der Medienlandschaft dazu beiträgt, den Konsumenten vor allem labile Kinder und Jugendliche eine klare Unterscheidung zwischen realer und fiktiver Gewalt zu erschweren. So flackern in deutschen Haushalten beispielsweise jährlich 10.000 Morde und 60.000 Mordversuche über den Bildschirm und lassen Gewalt zu etwas Alltäglichem werden. Dies könnte in verunsichernden Situationen bei dieser speziellen Altersgruppe zu Auslöseeffekten führen und die Grenzen zwischen Realität und Fiktion verschwimmen lassen. Problematisch ist auch an dieser Stelle, wenn durch Gewalt auch das Böse besiegt und Gewalt, somit ideologisch gerechtfertigt wird. Dies führt zu der Annahme, dass bei jüngeren Konsumenten von Reality TV, Action,- Science Fiktion,- Horror,- und Sexfilmen eine nicht unwesentliche Steigerung der Gewaltbereitschaft zu verzeichnen ist. „Je höher das Erregungsniveau der betrachteten Filme, desto ausgeprägter ist der Zusammenhang zur Gewaltausübung.“(vgl. Fuchs, M. / Lammek, S. / Luedtke, J., 1996 S.231)

2.1.3 Bedeutung von Aggression und Gewalt bei Kindern und Jugendlichen

Kinder und Jugendliche sind vielen Gewaltdarstellungen ausgesetzt, die zu Angst, Abstumpfung und Kompensationsversuchen durch Nachahmung führen können. Dieses Verhalten kann als Mittel der alltäglichen Lebensbewältigung von Bedeutung sein. Sie erfüllt vielfältige Funktionen, indem sie Langeweile vertreibt, als Abgrenzungsmittel und zur Durchsetzung dient. So verbirgt sich hinter gewalttätigem Handeln bei Kindern und Jugendlichen oftmals die Strategie der Steigerung des Selbstwertgefühls und der Selbstwertdemonstration. Sie schafft ein Gruppengefühl mit anderen Jugendlichen und bringt eine Barriere gegen Feindbilder, die man sich aufgebaut hat. In 90% der untersuchten Fälle spielen gruppenspezifische Prozesse und Alkohol eine entscheidende Rolle. (vgl. Munz, C. / Büchele, U., in Günther, N. U., 2002, S.57) Weiterhin kann gewalttätiges Handeln als Versuch gewertet werden, die Eindeutigkeit in der sozialen Orientierung in einer unübersichtlich und widersprüchlich gewordenen sozialen und kulturellen Umwelt wieder herzustellen. Hinter der Ausübung von Gewalt kann sich aber auch eine, nach außen gerichtete Reaktion auf Überforderung in sozialen Beziehungen und gegenüber Problembelastungen verbergen.

Kreft und Mielenz sehen in einer erhöhten Gewaltbereitschaft von Kindern und Jugendlichen, dass allgemeines Phänomen der „potenziellen Devianz“⁷ des Jugendalters. Die mit der offenen, meist sozialräumlich vermittelten Kontrollstruktur zusammenhängt. Je weniger Gewalt in der Gesellschaft stigmatisiert wird, umso wahrscheinlicher ist, dass junge Leute zu diesem Mittel greifen. Auch unsere Konsumgesellschaft mit ihrer diffusen Ästhetisierung trägt zum Verschwimmen der Grenzen und Senkung der Schwellen von Gewalt bei. (vgl. Kreft / Mielenz, 2005, S. 383 ff.)

Nicht selten muss beobachtet werden, dass Kinder, die in Gewaltverhältnisse hineingeboren werden und in ihnen aufwachsen ihre Opferrolle durch die Rolle des Täters ersetzen. Für sie dient Gewalt als Mittel zur Verarbeitung der

⁷ Devianz oder abweichendes Verhalten, wird als Abweichung von in einer bestimmten Zeit gültigen Normen und Wertevorstellungen einer Gesellschaft beurteilt.

eigenen Ängste indem andere Personen der eigenen, vermeintlichen Dominanz unterworfen werden. (vgl. Esser, J. / von Kietzell, D., / Keteht, B., 1999, S.489ff)

3 Einsatz von Kampfkunst als Mittel zum Antiaggressionstraining bei Kindern und Jugendlichen

3.1 Antiaggressionstraining als Methode

Beim Antiaggressionstraining handelt es sich nach Weidner (2001) um eine deliktspezifische, sozialpädagogisch- psychologische Behandlungsmaßnahme für aggressive Wiederholungstäter. Dieses Training basiert ursprünglich auf den theoretischen und praktischen Erfahrungen im Umgang mit Sexualstraftätern im Rahmen des Geschlechtsrollenseminars, wie es 1982 - 1987 in der Jugendanstalt Hameln praktiziert wurde. Des Weiteren beruht sie auf den Erfahrungen des US- Jugendvollzuges Glen- Mills- Schools bei Philadelphia und einer offenen Jugendanstalt für Gang- Jugendliche aus New York, Philadelphia und Baltimore.

Das Antiaggressionstraining wurde auf Grundlage der Lerntheorie von Banduras entwickelt. Durch Modelllernen, systematisches Desensibilisieren und differenzielle Bekräftigung, soll gewalttätiges Verhalten abtrainiert und konfliktfreies Lösungsverhalten antrainiert werden. Ergänzt wird dieses Verhaltenstraining durch die kognitive Komponente, nach dem im Kopf das Denken und die Einstellung in Frage gestellt werden soll.

In Gesprächen wird versucht, bei den Tätern Schuld und Scham für ihre eigenen Taten bzw. Mitgefühl für ihre Opfer zu wecken. In diesen gesprächsorientierten Seminaren müssen sich die Jugendlichen mit dem Thema „Gewalt und Aggression“ intensiv auseinandersetzen. Ziel ist es, den Teilnehmern eine „Handlungskompetenz zur Schlichtung, Balancierung und Harmonisierung konfliktärer sozialer Situationen“ zu vermitteln. (vgl. Burschik / Sames / Weidner in Weidner / Kilb / Kreft, 2001 S. 74 ff). Die Eckpfeiler dieses Verhaltenstrainings bildet dabei ein „Curriculum“ aus 6 Punkten, die die Lerninhalte und -ziele verdeutlichen sollen.

Dazu zählen:

- 1) Aggressivitätsauslöser,
- 2) Aggressivität als Vorteil,
- 3) Selbstbild zwischen Ideal- und Realselbst,
- 4) Neutralisierungstechniken
- 5) Opferkommunikation/ -perspektive,
- 6) Provokationstest, dabei fließen praktische Ableitungen aus Aggressions- und Kriminalitätstheorien sowie die perspektivische Selbstthematisierung der Täter mit ein. welche die die Lerninhalte und -ziele verdeutlichen sollen.

(vgl. Burschik / Sames / Weidner in Weidner / Kilb / Kreft, 2001 S. 74 ff).

In der heutigen Zeit ist diese Methode unter verschiedensten Bezeichnungen in der deutschen sozialpädagogischen Praxis vertreten. Man kennt sie als Anti-Gewalt-Training, Coolness- Training, Deeskalationstraining, Anti-Aggressivitäts-Training oder aber auch als Antagonistentraining. Absicht all dieser Programme ist es, die Gewaltneigung und damit auch die Gewalthandlungen von Personen (zumeist männlichen Jugendlichen und Heranwachsenden) zu verringern, die bereits durch mehrfache oder besonders heftige Gewalttaten auffällig geworden sind. Bevorzugte Orte für das Training dieser Art sind stationäre Einrichtungen wie Jugendstrafanstalten und Heime. Aber auch andere Einrichtungen der Jugendhilfe und der Justiz (wie z.B. ambulante Maßnahmen im Schnittstellenbereich KJHG/JGG⁸ Jugendgerichtshilfe, Bewährungshilfe, Jugend- und Kulturzentren) und auch Schulen bieten ambulante Formen des Antiaggressionstrainings an. *(vgl. Weidner / Kilb / Kreft, 2001 S. 39 ff).*

Der Kern des heutigen Verhaltenstrainings, die eine Weiterentwicklung zu der Ursprungsform darstellt, liegt in der Konfrontation mit Personen, die gewaltsamen Handlungen ablehnend gegenüberstehen (deshalb: Antagonisten), sie sollen die Jugendlichen zu einem Wandlungsprozess animieren. Sie werden von den Antagonisten mit der Tat bzw. ihren Taten konfrontiert und sollen sich von ihrer Gewaltbereitschaft ab- und einem neuen Bild ihres Selbst zuwenden. Die Antagonisten sind dabei entweder

⁸ KJHG bezeichnet das Kinder- und Jugendhilfegesetz und ist heute das SGB VIII
JGG bezeichnet das Jugendgerichtsgesetz

professionelle oder semi-professionelle Trainer und / oder erfolgreiche Teilnehmer und sollten bei den Trainings möglichst in der Mehrheit sein. Otto (1993) resümiert daraus, dass es sich um eine Art tutorengestütztes soziales Training handelt, mit dessen Hilfe das Verhalten der Trainierten modifiziert werden kann, indem ein neues Selbstverständnis der Teilnehmer erarbeitet wird. Dieses neue Selbstbild soll insbesondere die gewaltfreie Lösung von Konflikten beinhalten. Die Trainierten sollen zudem, so sieht es die weiterentwickelte Version des Antiaggressionstrainings vor, in ihrem Umfeld, z.B. in der Anstalt oder aber in ihren sozialen Netzwerken nach der Entlassung, als Multiplikatoren eines gewaltfreien Handelns wirken. In den Worten von Heilemann und Fischwasser von Proeck: [...]so daß aus dem Schläger ein „Friedensagent“ wird.“ (vgl. Otto / Heilemann / Fischwasser von Proeck in Ohlemacher / Sögdling / Höynck / Ethé / Welte, 2001, S. 3 ff.)

3.2 Kampfkunst als Antiaggressionstraining

3.2.1 Motivation, Ansatz und Ziele

Das ursprünglich praktizierte Anti-Aggressivitäts Training nutzte hauptsächlich die verbale Auseinandersetzung, um den Probanden zum Umdenken zu bewegen. Dies hatte den Nachteil, dass den Teilnehmern in einem ausschließlich auf Gespräche ausgerichteten Anti-Aggressivitäts-Training, oftmals der Realitätsbezug fehlte, da sie in den Gesprächen lediglich Situationen verbalisieren oder bestenfalls „durchspielen“ konnten. Die Modellsituationen blieben so nur „theoretisch“ oder „künstlich“ zu bewältigende Konflikte. Diesen Mangel aufgreifend forderten Wolters und seine Mitstreiter schon vor über 10 Jahren einen Übergang des „gesprächsorientierten Antagonistentrainings“ zu einem „praxisorientierten Anti-Aggressivitäts-Training“ (vgl. Wolters in Weidner / Kilb / Kreft, 2001 S. 216 ff.).

In Folge dessen entwickelte Wolters ein Konzept, in dessen Umsetzung die Aggressivität und Gewaltbereitschaft der Teilnehmer auf der Grundlage asiatischer Kampfkünste systematisch abgebaut werden soll. „Die Kampfkunst Karate als Friedenstraining? Ein scheinbares Paradoxon, aber in Wirklichkeit ein organischer Zusammenhang“ (vgl. Wolters in Weidner / Kilb / Kreft, 2001 S. 215).

Ziel des Einsatzes von traditionellen asiatischen Kampfkünsten ist es, dass aggressives Verhalten als erfolgloses Handeln erlebt wird und daher verlernt werden soll. Wie jede feindselige Emotion, soll sie als Störung wahrgenommen werden, die zum systematischen Misslingen der Übung oder Disqualifikation und Leistungsstillstand führt. Durch diese „Niederlagen“ werden die Teilnehmer zum Erlernen friedfertiger Verhaltensweisen animiert. (vgl. Wolters in Weidner / Kilb / Krefz, 2001 S. 217 ff.) Wie schon in den vorangehenden Punkten erwähnt, ist nicht der Sieg über den Gegner, sondern immer der Sieg gegen sich selbst, das erklärte Ziel. Karate als Kampfkunst betrachtet und beinhaltet die psychophysische Selbstbeherrschung, die Beherrschung von Körper und Geist. Das heißt, sich einer Übung hinzugeben, seine Bewegung durch fortwährendes Üben zu perfektionieren, sich selbst kritisch zu beobachten und zu kontrollieren. Die Prinzipien des traditionellen Karate, die vergleichbar mit dem Tai Chi⁹ sind, die auch Körper und Geist harmonisieren möchten, bezwecken, dass Gedanken und Gefühle, sowie Angst oder Wut kontrolliert bzw. ausgeblendet werden. Auch das oberste Prinzip der Fairness und Achtung gegenüber dem Partner, gehören zu den Inhalten der Kampfkunst Karate und so wird Karatedo auch als „Charakterschule“ bezeichnet. (vgl. Wolters, J. M. ,1989, S.2 ff.)

3.2.2 praktische Umsetzung

Das, von Wolters favorisierte sporttherapeutische Trainingskonzept orientierte sich an praktischen Übungselementen der asiatischen Kampfkünste. Dazu zählen:

- Bewegungs- und Zweikampfspiele
- Chinesische Gymnastik und Yoga,
- die drei Säulen des Karates: Khion, Kata, Kumite (vgl. Punkt 1.2.1)
- Tai Chi Bewegungsmeditation
- Za-Zen die geistige Versenkung
- Entspannung,
- Mondo die theoretische Unterweisung
- Prüfungen

⁹ Tai Chi bezeichnet eine chinesische innere Kampfkunst

Die Faszination an der Maßnahme war nicht zuletzt sehr hoch, da sie Karate – Übungen beinhaltet und es dadurch erst ermöglichte die schwierige Zielgruppe der Gewalttäter anzusprechen bzw. zu erreichen. (vgl. Wolters in Weidner / Kilb / Krefz, 2001 S. 218 ff.).

In der Trainingsmaßnahme sind vor allem die Lehr- und Lernmethoden prägnant, sie fordern Disziplin, die Regeln sind eindeutig, der Unterricht autoritär, die Konsequenzen klar, die Teilnahme Pflicht. Bei der Ausübung der Maßnahme nach Wolters, wird die Autorität über Kompetenz und Akzeptanz des Lehrers (jap. Sensei) ausgestrahlt, der damit auch eine hohe Verantwortung trägt. Diese Struktur gibt Sicherheit, bietet Orientierung und Rückhalt und nimmt in die Verantwortung. Sie ist dabei so engmaschig, dass sie keinem Zweifel offen lässt, was im Training zu tun oder zu lassen ist. Dieses typische Schüler- Lehrer- Prinzip nimmt den Teilnehmer ernst und fordert und fördert gewünschtes Verhalten. Sie macht so aus Trainer einen Partner oder eine konkrete Persönlichkeit mit der man in Rahmen des Trainings in eine echte Beziehung treten muss und auch tritt. Die Trainer werden durch ihr Verhalten als individuelle Personen erlebt, die sich aktiv einbringen, persönlich betroffen sind, die ebenso helfen wie kritisieren und unmittelbar als Modell bzw. Vorbild für das gewünschte Verhalten stehen. (vgl. Wolters, J. M., 1989, S. 10 ff.)

3.2.3 Zielgruppe, Rahmenbedingungen und Teilnehmermotivation

In den Anfängen des, mittels Kampfkunst durchgeführten Antiaggressionstrainings(1986) wurden in erster Linie hochgradig aggressive männliche Wiederholungsgewaltstraftäter im Jugendvollzug als Zielgruppe wahrgenommen und favorisiert. (vgl. Ohlemacher / Sögdling / Höynck / Ethé / Welte, 2001, S. 5 ff.) Die Trainingskurse fanden im Rahmen eines sechsmonatigen Intensivkurses in kleineren Gruppen von sechs bis acht Teilnehmern statt. Die Adressaten mussten zweimal wöchentlich an der sporttherapeutischen Maßnahme, das heißt verbindlich an den praktischen Übungen der asiatischen Kampfkünste, teilnehmen. Aus den 60- 70 Bewerbern pro Kurs wurden diejenigen ausgewählt, die glaubhaft Veränderungsinteresse bekundeten. Ausschlusskriterien für eine Teilnahme waren Drogenabhängigkeit, erhebliche

intellektuelle Defizite und extreme Gruppenunfähigkeit. Die Teilnahmemotivation wurde dabei durch die Aussicht auf Lockerungen im Vollzug, z.B. begleitete Ausgänge, Aussicht auf vorzeitige Entlassung usw. unterstützt (vgl. Wolters in Weidner / Kilb / Kreft, 2001 S. 218 ff.).

Nach der Erprobungsphase von 1987 - 1999 im Bereich des Strafvollzuges und den damit verbundenen Erfolgen, stellte sich die Frage ob, bzw. inwieweit diese Methode auch im Bereich der Gewaltprävention eine Rolle spielen könnte indem schon frühzeitig wichtige Prozesse des sozialen Lernens angesprochen werden.

In Anlehnung der Rieder`schen sozialen Sporttherapie¹⁰ und der in der Kinder- und Jugendsozialarbeit immer mehr an Bedeutung gewonnenen Erlebnispädagogik, wurde das Konzept Kampfkunst orientierte Sporttherapie weiterentwickelt. Somit wuchs auch die potentiell mögliche Zielgruppe auf dissoziale, straffällige, gewalttätige und psychiatrisch kranke Kinder und Jugendliche an. (vgl. Wolters in Fußmann, A., Wolters, J.M. (2008), S.14 ff.)

Anwendung fand das von Wolters und seinen Mitstreitern umgearbeitete Konzept der Kampfkunst orientierten Sporttherapie bislang in Schulen, in der Kinder- und Jugendhilfe und in der Gesundheitsförderung. Die Leistungsfähigkeit dieser Methode, liegt in Bandbreite an Beispielen der primären und sekundären Gewaltprävention, weil mit dieser Methode Kinder- und Jugendliche erreicht werden können, die mit herkömmlichen pädagogischen Methoden kaum anzusprechen sind. (vgl. Fußmann in Fußmann, A., Wolters, J.M. (2008), S.9)

3.2.4 Umsetzungsbeispiele der „Budo – Pädagogik“ nach Wolters

Kampfkunst dient der Stärkung der Persönlichkeit in allgemeiner Form und als erfolgreiche Anwendungsbeispiele gelten auch heute noch die Trainingsangebote der Jugendvollzugsanstalt Aichach, ausgewählten Mittelschulen in Hessen sowie das Angebot im geschlossenen Kinder- und Jugendheim Rummelsberg.

¹⁰ Rieder brachte 1975 mit seiner Arbeit "Sport als Therapie" das pädagogische Element in die Sporttherapie. Er benutzte Sport als ein "verhaltenssteuerndes" Element in seiner Arbeit mit schwer erziehbaren Jugendlichen.

Rahmen- bedingungen	Schule	Strafvollzug	Kinder- und Jugendhilfe
Teilnehmer:	Schüler / innen	Insassen der JVA	Besucher / innen oder Bewohner / innen der jeweiligen Einrichtung (z.B. Heim)
Anzahl:	max. 6 - 8 Personen	max. 6 - 8 Personen	max. 6 - 8 Personen
Alterspanne:	14 - 17 Jahren	16 - 26 Jahren	10 -18 Jahren
Referententeam:	min.1x Trainer / 1x Sozialpädagoge n und oder 1x Psychologe	min.1x Trainer / 1x Sozialpädagogen und oder 1x Psychologe	min.1x Trainer / 1x Sozialpädagoge n und oder 1x Psychologe
Teilnahme:	soll auf Freiwilligkeit beruhen	soll auf Freiwilligkeit beruhen	soll auf Freiwilligkeit beruhen
Teilnahme- motivation:	die Wahl zwischen Trainings- maßnahme oder Ordnungs- maßnahme (Verweis)	Gewährung von Extras (z.B. Pizza essen)	die Wahl zwischen Trainings- maßnahme oder richterliche Ordnungs- maßnahme (Vollzug)
Kriterien zur Auswahl:	hauptsächlich wiederholt auffällig gewordene, aggressive und	aktive Beteiligung an Gruppen- gesprächen und am Gemeinschafts-	hauptsächlich, aggressive und gewalttätige Kinder und Jugendliche auf

	gewalttätige Schüler / innen	leben	amtsrichterlichen Beschluss
Ort:	separate, geschützte Räumlichkeit der jeweilige Schule	separate, geschützte Räumlichkeit der jeweilige JVA	separate, geschützte Räumlichkeit der jeweilige Kinder und Jugend- einrichtung
Zeitraum:	5 Monate	5 Monate	5 Monate
Häufigkeit / Dauer:	2x wöchentlich / min. 2 Stunden	2x wöchentlich / min. 2 Stunden	2x wöchentlich / min. 2 Stunden
Träger:	Bildungs- ministerium in Kooperation mit der Jugendhilfe	Justizministerium in Kooperation mit der Jugendhilfe	Jugendamt in Kooperationen mit Stiftungen, Projektförderung usw.
<i>Gemeinsamkeiten:</i> <i>grau</i>	<i>(vgl. Jokl, P., 2001, S. 21)</i>	<i>(vgl. Bayerische Sportjugend im BLSV (Hrsg.), 1984, S.5 ff.)</i>	<i>(vgl. Berg, J., 1995, S. 1 ff.)</i>
<i>Unterschiede: weis</i>			

Obwohl sich die Kriterien von für die Auswahl der Teilnehmer sowie deren Motivation in den verschiedenen Anwendungsbereichen unterscheiden, bleibt der Umsetzungsrahmen nahezu konstant. Im Verlauf der Entwicklung und Erprobung der „Budo-Pädagogik“ wurde deutlich, dass eine kleine Teilnehmerzahl, ein hoher Zeitaufwand, intensive Betreuung des Trainings und eine gewisse Regelmäßigkeit sich positiv auf den Erfolg der Maßnahme auswirkt und somit notwendig ist. Positiv ist ebenfalls die Ergänzung Trainer/Meister und Sozialpädagoge bzw. Psychologe, so ist eine Reflexion zwischen den beiden möglich und eine intensivere Beachtung (z.B. korrigieren des negativen Verhalten, Eingehen auf die jeweiligen Befindlichkeiten usw.) des Einzelnen möglich.

3.2.5 PRO und Kontra

Die hohe Teilnahmemotivation und Trainingserfolge entsprechend der Zielstellung sprechen für den Einsatz von „Karate als Antiaggressionstraining“. Die Faszination über das eher untypische Angebot zieht insbesondere die schwierig zu erreichende Zielgruppe der Gewalttäter an. Auch Untersuchungen in qualitativer Form durch leitfadenorientierte Interviews und in quantitativer Form durch testpsychologische Erhebungen im Pre-post-Design belegen (vgl. Abb. 5., Wolters, S. 222 in Weidner, J., Kilb, R., Kreft, D. 2001) die Wirksamkeit dieser Form des Trainings. Sie belegen einen höchst signifikanten Abbau der Aggressivität durch das Training. Zusätzlich zeigen diese Ergebnisse ein verbessertes Sozialverhalten, einen Abbau der körperlicher Beschwerden sowie psychosomatischer Störungen, von Gehemmtheit und überschwänglicher Emotionalität auf.

Es gibt aber auch kritische Meinungen, die die Diskussion um den Zusammenhang Gewalt und Kampfkunst mit der Behauptung, dass Karate oder andere Kampfkünste aggressiv machen, ja sogar „hochaggressive Menschen gerade heranzüchtet“ (vgl. Goldner in Wolters, 1992, S.103 ff.), neu entfachen. Doch weitere wissenschaftliche Untersuchungen, im Zusammenhang mit Karate und Aggression und möglichen Persönlichkeitsveränderungen durch die Ausübung von Karatedo belegen das Gegenteil. Im Folgenden sollen Inhalt und Ergebnisse dieser Studien kurz dargestellt werden.

1) Petra Katz (1993) Die aggressiven Karatekas - ein Vorurteil?

In der Untersuchung der Technischen Universität Braunschweig untersuchte Katz „aggressive Handlungen von Karatekas im Vergleich zu Handball- und Tennisspielern und Nichtsporttreibenden“. Die Untersuchung bestand aus drei Schwerpunkten: 1. Videoaufnahme und Auswertung, 2. leitfadenorientierte Interviews 3. Fragebogen, alle Sportler bzw. Nichtsportler wurden wahllos durch das Zufallsprinzip ausgewählt und von unabhängigen Personen voneinander getrennt ausgewertet. Bei den Videoaufnahmen wurde die Intensität des aggressiven Verhaltens ausgewertet. Inhalte der Interviews waren Biografie, Sportkarriere, Sozialisation, sowie die Einstellung zu Verletzungen und Gewalt im Sport. Die Fragebögen betrachteten die Aggressivität, Leistungsmotivation, Selbstbild, faschistische Tendenzen sowie Informationen zur befragten Person.

Die Auswertung brachte nach Katz: „Bei den beobachteten Karatesportlern ist die Auftretenshäufigkeit und Intensität von Aggression sehr gering und liegt insgesamt unter den Werten von den Sportarten Handball und Tennis.“ (vgl. Katz in Heinzel, B. (1994), S. 41) Auch in den Fragebögen und Interviews in Bezug auf Karate, kam Katz auf folgende Ergebnisse: „Karatekas sind keinesfalls aggressiver im Verhalten als Handball- oder Tennisspieler bzw. Nichtsporttreibende. Ihr Verhalten weist im Hinblick auf Gelassenheit, Selbstbeherrschung, Ausgeglichenheit, Selbstvertrauen und Belastbarkeit eher deutlich günstigere Werte auf wie nicht Karatetreibende.“ (vgl. Heinzel, B., 1994, S. 42 ff.)

2) Günther Bitzer - Gavornik (1993) Persönlichkeitsveränderung durch Ausübung von Karate-Do

Bei dieser Studie wird die Möglichkeit einer Persönlichkeitsveränderung bedingt durch Karatedo empirisch untersucht. Der Autor überprüft dabei, ob durch langjähriges Karatetraining positive Veränderungen in Hinblick auf Gelassenheit, Selbstvertrauen und Aggressionsabbau festzustellen sind. Es gab noch weitere Untersuchungskriterien, die hier nicht weiter aufgeführt werden. Es wurden zwei Gruppen gebildet, eine aus Nichtsportlern und die andere aus Karatesportlern. Die beiden Gruppen ähnelten sich im Alter, in der Geschlechterverteilung und im Bildungsstand. Anhand eines Fragebogens, der sich an den sieben Skalen des Freiburger Persönlichkeitsinventars (FPI vgl. Abb.5) orientiert, wurden die beiden Gruppen unabhängig voneinander befragt und ausgewertet. Die Untersuchung zeigt, dass die Karategruppe im Gegensatz zu den Nichtsportlern sich durch verstärkte Gelassenheit, geringe Ängstlichkeit und damit auch durch ein niedriges Aggressionsniveau auszeichnet. Darüber hinaus wurde festgestellt, dass Karatesportler, die öfters trainieren, sich als weniger reizbar bzw. erregbar zeigen. Auch äußerten sich eventuell aggressive Persönlichkeitsmerkmale nicht destruktiv, sondern eher als Zuwachs von Selbstbewusstsein und Durchsetzungsfähigkeit. (vgl. Bitzer / Gavornik in Heinzel, B., 1994, S. 43 ff.)

Beide Untersuchungsergebnisse stellen also fest, dass das Trainieren von Karatedo keinesfalls aggressiv macht. Ganz im Gegenteil es wurde beobachtet, dass die positiven Entwicklungen, die über das Ausüben der Kampfkünste stattfinden, eher eine Reduktion bzw. Dämpfung von aggressivem und

gewalttätigem Verhalten bewirken. Auch neuere wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, dass Jugendlichen die Werte wie Disziplin, Ehrgeiz und Durchhaltevermögen aus dem Karatetraining mit in den Alltag nehmen und dabei auch Normen in Form von Verhaltensregeln ihr Betragen in der Schule beeinflusst. (vgl. *Stibane, A., 2011, S.81 ff.*) Des Weiteren ist es auch von großer Bedeutung sich die Wichtigkeit des Karatetrainings im Leben der Jugendlichen vor Augen zu führen. Während die Jugendlichen des Freizeitkarate, Karate als wichtig im Leben erachten, aber es dennoch als Hobby bezeichnen, sehen die Teenager die Breitensport- und Sportkarate betreiben, dies anders. Für diese stellt vor allem die Karategruppe eine zweite Familie dar, in der der Trainer als Ansprechpartner und Helfer fungiert. In diesem Zusammenhang verbringen sie mehr Zeit als andere Karatekas in ihren Trainingsgruppen. (vgl. *Stibane, A., 2011, S.76 ff.*)

Das heißt, eine Sozialisation im Karate wird durch die Länge der Zeit, die man unter dem Einfluss der karatespezifischen Regeln verbringt, wahrscheinlicher. Damit kann die Frage, ob ein Einfluss des Karatetrainings auf das Verhalten der Jugendlichen im Alltag vorliegt, positiv beantwortet werden. Wie stark dieser Einfluss ausfällt, ist dabei abhängig von den Beweggründen, die der Jugendliche zum Karatetraining antreibt und wie wichtig es ihm in seinem Leben ist. (vgl. *Stibane, A., 2011, S.82*)

Es kann der Schluss gezogen werden: Je bedeutsamer den Kindern und Jugendlichen das Karate ist und je stärker sie motiviert sind zum Training zu gehen, desto nachhaltiger ist der Einfluss der erlernten Normen und Werte des Karates auf das Verhalten der trainierenden Kinder und Jugendlichen. (vgl. *Stibane, A., 2011, S.53 ff.*)

4 Einsatzmöglichkeiten des Goju- Stiles als Antiaggressionstraining in der Praxis

4.1 Bedeutung des Goju- Stiles in der Kampfkunst Karate

Der Goju- Stil des Karate erlangte in Deutschland seine Berühmtheit durch seine Darstellung im Film „KarateKid“. Dort fand zwar eine verschobene und zum Teil märchenhafte Erzählung über die Geschichte und Verbreitung des

Goju- Stiles, statt, dennoch wurde mit dieser Verfilmung Interessierten ein erster Eindruck von Goju- Ryu Karate vermittelt. Die wahren geschichtlichen Ursprünge finden sich im japanischen Karate, welches sich heute hauptsächlich aus den vier größten Stilrichtungen, Gōjū-Ryū, Shōtōkan, Shitō-Ryū und Wadō-Ryū zusammen setzen, die ihrerseits auf zwei ebenfalls recht verbreitete okinawanische Stile, Shōrei-Ryū und Shōrin-Ryū, zurückgehen. (vgl. Abb. 6.) Viele kleine neuere Stilrichtungen begründen sich aus einer oder mehreren dieser sechs Schulen.

Gōjū-Ryū (jap. 剛柔流, dt. „harter und weicher Stil“) ist ein Karate-Stil mit langzurückreichender Tradition, der besonders viele Elemente des ursprünglichen chinesischen Boxens des 17. bis 19. Jahrhunderts enthält. Der Name Gōjū-Ryū wurde von Chōjun Miyagi (vgl. Abb.7) gewählt. Miyagi¹¹ bezog sich bei der Auswahl des Stilnamens auf das lange Zeit geheim gehaltene Bubishi, in dem eine der „Acht Regeln des Faustkampfes“ lautet: „Alles im Universum atmet hart und weich“ (dabei steht Go für Härte also Ausatmen und Ju für die Weicheit des Einatmens). (vgl. Habersetzer, R., 2006, S. 17 ff.)

Die Entwicklung des Gōjū-Ryū Karate ist mit der Geschichte von China, Ryūkyū und Japan verbunden. Gōjū-Ryū Karate entwickelte sich aus der Erforschung und Systematisierung effektiver unbewaffneter Kampfbewegungen auf Okinawa. Gōjū-Ryū wird „Auch Koshiki no Waza genannt.“ Dies bedeutet so viel wie „antike Techniken“, „Techniken der alten Schule“ oder „antike Riten“. Dementsprechend wird das Gōjū-Ryū als Überlieferung traditioneller Kampfmethoden verstanden. (vgl. Eizo, Ujita, 2005, S.11 ff.)

Nicht nur in der Vergangenheit sondern auch in der heutigen Zeit folgt die Philosophie des Gōjū-Ryū, der Philosophie des Karate-Dō und damit auch den 20 Regeln die Funakoshi Gichin für das Karate aufgestellt hat (vgl. Abb.4.). Die spezielle Art der Atmung (starke, kraftvolle Ausatmung und Muskelanspannung

¹¹ Chōjun Miyagi (1888–1953) entwickelte den Stilnamen und die Karatestilrichtung Goju- Ryu. Das Bubishi (jap. 武備志) ist ein in Teilen erstmals 1934 in Japan veröffentlichtes Buch über alte chinesische Kampf- und Selbstverteidigungstechniken, dessen Ursprung und Verfasser unbekannt ist

in Kombination mit weicher Einatmung und Abwehrtechniken) und die daraus resultierende Form der Kata die im Gōjū-Ryū Karate nicht nur den technischen Grundriss (hart und weiche Techniken), sondern auch die philosophischen Werte des Stiles transportierten, macht die Besonderheit dieser Richtung Karate zu trainieren aus.

Chōjun Miyagi beschreibt einige Vorzüge seines Karatestiles wie folgt:

1. Es ist nicht viel Platz zum Üben des Karate notwendig.
2. Man kann Karate alleine oder mit anderen in einer Gruppe üben.
3. Man braucht nicht viele Stunden, um Karate zu üben.
4. Man kann die Kata wählen, die für die körperliche Physis geeignet ist und sie unabhängig vom Alter und Geschlecht üben.
5. Man kann Karate, ohne viel Geld auszugeben, mit einfacher Ausrüstung oder ohne sie üben.
6. Karate ist ein wirkungsvolles Mittel zur Förderung der Gesundheit. Es gibt viele Karateka die gesund sind und lange leben.
7. Als Ergebnis des Trainings von Körper und Geist entwickelt man den Charakter und erwirbt einen unbezwingbaren Geist. (vgl. *Eizo, Ujita, 2005, S.11 ff.*)

Traditionelles Gōjū-Ryū Karate lässt sich nach Meinung von Chōjun Miyagi, als eine Lebensschule und als eine Lebenshilfe verstehen. Durch das Training pflegt man den guten Umgang mit anderen Menschen und lernt dabei Willensstärke, Mut, Disziplin, Selbstkritik, Toleranz, Ausdauer, Bescheidenheit und Rücksichtnahme. Das Goju- Ryu Karate, ist nach Auffassung von Miyagi, mehr als nur ein Sport oder das Üben von Techniken, es ist als langfristige, lebenslange Übung zu verstehen, als Weg (DO) und somit den Kampfkünsten zu zuordnen.

4.2 Heutige Anwendung des Goju- Stiles, Vor- und Nachteile

Das Training selbst setzt sich aus verschiedenen unterstützenden, stiltechnischen und allgemein sportlichen Übungen zusammen. Es stützt sich dabei wie alle Stile, auf die drei Säulen des Karates Kihon, Kata, Kumite (vgl. Punkt 1.2.1). Auch bei dieser Form des Karates wird das Training mit Höflichkeit bzw. mit Anstand begonnen und beendet (Reigi 礼儀, Benehmen). Die erforderliche Disziplin, die wiederum bei allen traditionellen Kampfkünsten üblich ist, hat auf der einen Seite einen (selbst-)disziplinierenden Effekt, auf der anderen Seite ist sie wichtige Voraussetzung für die Sicherheit beim Training mit dem Partner.

Was den Stil *Gōjū-Ryū* charakterisiert und besonders macht, ist wie Punkt 4.1 schon erwähnt *die Atmung*, die Ibuki oder Ikibuki genannt wird. Ihr wird besondere Aufmerksamkeit gewidmet. *Vor allem in den Heishu-Kata¹² Sanchin und Tenshō¹³, wird die Koordination von Atmung und die Kombination mit den dazu gehörenden Bewegungen vermittelt.* Beim traditionellen Gōjū-Ryū Karate werden *Verteidigungs-, Angriffs- und Ausweichbewegungen mit allen Teilen des Körpers verbunden und mit Fuß- und Körperbewegungen in defensiven und offensiven Manövern* im unbewaffneten Kampf eingesetzt. Typisch sind die *effektiven Nahkampftechniken*, die das Khion auszeichnen.

Die Katas im Goju- Ryu beginnen immer mit einer Defensivbewegung. Dies impliziert, dass Karate nur als Reaktion auf einen Angriff gedacht ist, niemals als unbegründete Aktion aus sich selbst heraus. Des Weiteren ging die Überlieferung der Kata mit einer Anreicherung durch asiatische Philosophien einher (Daoismus, Buddhismus, Konfuzianismus), welche letztendlich eine friedlich orientierte (Gesellschafts-)Ethik formte, die sich scheinbar durch das Training in dieser Kampfmethodik im Menschen manifestiert. *Die Effekte des Trainings sollen so idealerweise zu einer friedlichen und aufrichtigen*

¹² Heishu-Kata (jap. 閉手型) dt. „Kata der geschlossenen Hand“ eine gleichmäßig große Spannung über die ganze Ausführung der Kata hindurch wird beibehalten, während die Gelenke dabei eher „eingerastet“ bewegt werden. Die Atmung gehört dazu und begleitet die ganze Bewegung. Diese Kata werden mitunter auch „isometrische“ oder „isokinetische“ Kata genannt

¹³ Sanchin und Tenshō diese Kata sind nachweislich mehrere hundert Jahre alt und charakterisieren den Stil Goju

Grundeinstellung sowie einem nicht dominierbaren Geist führen. Auch die oben genannten Vorzüge die Chōjun Miyagi mit seinem Stil beschreibt, zählen hier dazu.

An dieser Stelle sollen, die Erfahrungen von Dr. Israel Kim mit der Goju-Methode als erziehende Maßnahme angeführt werden. Er fasste die „ Auswirkungen des Trainings in traditionellen Go- Ju Karate auf die Entwicklung und Verbesserung der Selbstbeherrschung bei verhaltensgestörten Kindern“ zusammen. Dr. Kim betrieb seine Forschungen und Untersuchungen am Beit Berl College in Israel. Dabei stellte er fest, dass „ [...] die Kinder, [...], vor allem die Jungen, weniger schlugen, weniger tyrannisch waren, weniger impulsiv und entspannter in ihrem Umgang mit anderen [...]. Die Selbstbeherrschung, die vor der Maßnahme für die Kinder besonders problematisch war, zeigte große Besserung, ihr Verhalten und Selbstbewusstsein ebenfalls[...].Aufgrund seiner Ergebnisse empfiehlt er die Einführung des Go- Ju als eine angemessene Erziehungsmaßnahme.“(vgl. Kim, I., 1996, S. 12 ff.)

Die weiteren Vorteile dieses Karate- Stils sind vergleichbar mit den generellen Vorteilen aller traditionellen Kampfkünste. Schon der äußere Rahmen, mit seinem Zeremoniell und seiner Etikette, umgibt das Kind bzw. den Jugendlichen mit einer Vielzahl von Verhaltensregeln. Der in seinem Verhalten möglicherweise verunsicherte Heranwachsende erhält hier die Möglichkeit, Verhaltenssicherheit zu lernen. Zu diesen Regeln gehören beispielsweise die obligatorischen Verbeugungen beim Betreten und Verlassen des Trainingsraumes und die respektsbekundenden Verneigungen vor Trainer und auch Trainingspartner. Im Karate-Training gibt es keine Gegner, sondern ausschließlich Trainingspartner. (vgl. Brünig, R., 2002, S.4)

In diesem Zusammenhang schreibt Brünig:

„Im Zuge des Übens, das sehr häufig auch in der Gruppe oder mit einem Partner geschieht, müssen weitere ‚Leistungen‘ erbracht werden, und es stellen sich weitere Effekte ein, die als *pädagogisch bedeutsame Elemente* integraler Bestandteil des Karateübens sind: Verantwortung für die eigene Unversehrtheit und die anderer übernehmen, Entwicklung von Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein, Disziplin, Konzentration, Geduld, Fairness. Der Schläger,

der Gewalt immer wieder als probates Mittel seiner Lebensbewältigung eingesetzt hat, muss lernen, dass aus dem *Gegner, gegen* den es immer zu agieren galt, der *Partner* geworden ist, *mit* dem gemeinsam gelernt, geübt, trainiert wird“ (vgl. Brünig R., 2002, S. 5).

Den Partner beim Üben nicht zu treffen, verlange von beiden Übenden viel Selbstbeherrschung, motorische Kontrolle der Technik und vor allem Kontrolle der Aggression. Es werde mit kontrollierter, ritualisierter, stilisierter „Gewalt“ im Konsens agiert (vgl. ebd.).

4.3 Der Goju - Stil in der praktische Anwendung als Antiaggressionstraining in der offenen Kinder- und Jugendarbeit

Wie in meinen bisherigen Ausführungen dargelegt, konnten bereits zahlreiche Erfahrungen aus dem Einsatz von Karate als Mittel des Antiaggressionstrainings im Bereich der Jugendhilfe gesammelt werden. Weniger erprobt sind jedoch die Einsatzmöglichkeiten von Karate als Mittel des Antiaggressionstrainings im Bereich der offenen Kinder und Jugendarbeit. Dies ist dahingehend unbefriedigend, da gerade in diesem Betätigungsfeld die Möglichkeit besteht, charakterbildend auf Kinder und Jugendliche einzuwirken und der Entstehung von aggressiven und gewalttätigen Verhaltensmustern frühzeitig zu intervenieren bzw. im Falle auftretender Aggressionen sinnvoll entgegen zu steuern. Der Vorteil des Konzeptes des „Goju- Stil als Antiaggressionstraining“ besteht darin dass sie sowohl präventiv als auch rehabilitativ- therapeutisch eingesetzt werden kann. Die präventive Betrachtungsweise setzt ein, wenn sich erste Anzeichen eines aggressiven Verhaltens bemerkbar machen und soll der Entwicklung von Aggressionen entgegenwirken. Dagegen ist, dass Ziel des rehabilitativen Konzeptes bestehende Aggressionsdispositionen wieder zu verlernen.

Die folgenden konzeptionellen Überlegungen beschäftigen sich mit dem Einsatz des „Goju- Stil als Antiaggressionstraining“ im Einsatzort „Jugendzentrum“ Die werden sowohl meine persönlichen Erfahrungen als langjähriger Mitarbeiter im Bereich der offenen Kinder und Jugendarbeit sowie meiner Tätigkeit als Fachübungsleiter in Karate widerspiegeln.

4.3.1 Das präventive Konzept

Ziel des präventiven Konzeptes der Goju- Methode ist es, den Kindern und Jugendlichen Selbstvertrauen, ein stabiles Selbstwertgefühl und eine ausgeglichene Persönlichkeit mit einem gesunden moralischen Verständnis anzuerziehen. Die Teilnehmer werden zu Höflichkeit, Toleranz, Respekt gegenüber ihren Mitmenschen und zu einem eigenen Verantwortungsbewusstsein animiert. Durch vielfältige Bewegungs- und Erfahrungsmöglichkeiten (Kata) in einen geschützten Rahmen, in dem gemeinsames Handeln in der Gruppe, bewusste Auseinandersetzung mit sich und der sozialen Umwelt, Erkennung der eigenen Grenzen, Selbstständigkeit, Fairness und die Kooperation mit anderen Menschen (Partnertraining) eingeübt werden. Im Karatedo speziell auch im Goju- Stil herrschen Gesetzmäßigkeiten und Strukturen, denen es sich anzupassen gilt, da das Training nur mit Einhaltung dieser Regeln zu fruchtbaren Ergebnissen der einzelnen Teilnehmer führen kann. Dies erfordert eine gewisse Unterordnung. Nicht zuletzt gehört zum Training die Schulung der technischen Fähigkeiten(Kihon), die einem methodischen Aufbau unterliegt und im Sinne der Rituale, Traditionen und Philosophien des Goju –Stiles eingehalten werden müssen. (vgl. Güther, N.U., 2002, S.92 ff.)

Die Zielgruppe sollte vor allem wiederholt auffällig gewordene, aggressive und gewalttätige Kinder- und Jugendliche im Alter von 10 – 17 Jahre sein, die von Eltern, Schule und Jugendhilfe angezeigt werden. Die Teilnahme des Kurses sollte auf freiwilliger Basis erfolgen, ist aber mit dem Antritt des Trainings verbindlich. Die Motivation der Teilnahme liegt hauptsächlich in der Attraktivität der asiatischen Kampfkünste begründet, das heißt, der Teilnehmer hat eine Wahl zwischen Erziehungsmaßnahmen der Schule, Jugendhilfe bzw. der Eltern oder dem Angebot der Einrichtung, in diesem Fall des Jugendzentrums.

Die Rahmenbedingungen sind ein sehr wichtiges Kriterium für den präventiven Einsatz in der offenen Kinder- und Jugendarbeit. Die Gruppenstärke sollte acht bis zwölf Personen nicht überschreiten, dies sichert den persönlichen Umgang zwischen Trainer/Meister und Sozialpädagogen/Psychologen. Desweiteren sollte das Angebot immer zu zweit gehalten werden, bestehend aus einem

Beobachter und einem Aktiven. Das so gebildete Team, sichert die Qualität und Quantität der Maßnahme. Auch der Mix aus Karatemeister und Sozialpädagogen bzw. Psychologen macht Sinn, denn so ergibt sich immer eine Rückkopplung zwischen Aktiven und Beobachtern. Diese Methoden der Sozialen Arbeit, die eine Reflexion erst ermöglichen, sollen zur Qualitätssicherung beitragen. Die Maßnahme sollte sich mindestens über ein halbes Jahr erstrecken und die Möglichkeit der Verlängerung bei Bedarf beinhalten. Das Training sollte idealerweise zweimal in der Woche in einem Umfang von 120 Minuten und einem geschützten, separaten, speziell ausgestatteten Raum (z.B. Spiegel, Matten und Boxsack) des Jugendzentrums stattfinden.

Die Umsetzung einer erfolgreichen Maßnahme zu initiieren, wird ein enges Netzwerk und eine enge Kooperation mit den oben angeführten Institutionen (Schule, Jugendhilfe) sowie eine intensive Elternarbeit benötigt.

Der Unterricht kann geschlechterspezifisch gehalten, entweder als reine Jungenarbeit oder als reine Mädchenarbeit aufgebaut werden. Doch um gegenseitige Vorurteile abzubauen und dem Gendermainstreaming Rechnung zu tragen, ist die koedukative Unterrichtsform zu bevorzugen. *Gegenstand des Trainings ist:* eine Trainingseinheit die 120 Minuten dauert (vgl. Abb.9)

Übung:	Lerneffekt:
Das Begrüßungsritual (Seiza) Meditationsform	Sammlung; Beruhigung; Einstimmung auf das Training;
Aufwärmen (soziale Gruppenspiele)	Soziale Lernen (z.B. Gruppenprozesse gegenseitige Hilfe und Rücksichtnahme)
Grundschule (Kihon)	
z. B. Üben des Sanchindachi (enger Vorwärtsgang bezeichnend für den Go- Ju Stil)	Standfestigkeit; Stabilität des Körpers; Gleichgewicht

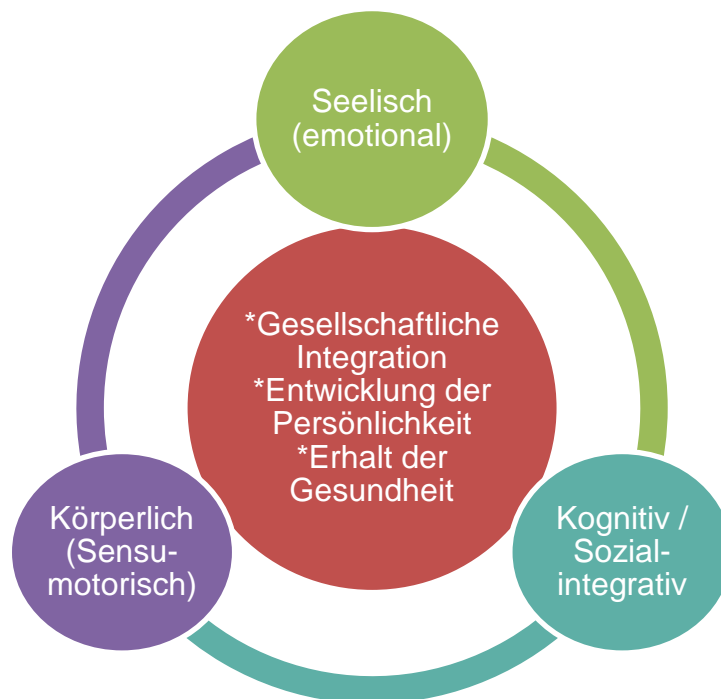
Yoko-Uke(Armblock) + Oi- Zucki (Fauststoß) wichtig jeweils mit dem korrekten Ein- und Ausatmen	Koordination; Üben von Spannung und Entspannung; Go - Ju Prinzip (Hart – Weich)
Kombination der oben aufgeführten Arm- und Beintechniken	höchste Aufmerksamkeit gefordert; ganze Körper muss harmonisch bewegt werden; Koordination der Gliedmaßen
Erlernen einer Form (Kata)	
z. B. Kata Sanchin	Schulung des ganzen Körpers, erfordert höchste Aufmerksamkeit im physischen & mentalen Bereich (Ausdauer); räumliche Wahrnehmung sowie spezielle Atmung & Spannung (charakterisiert den Go-Ju Stil)
Aufteilen zum speziellen Einzeltraining (Bunkai)	Verfeinerung und Üben anhand der Erklärung der Techniken der Kata (Einzel oder zu Zweit)
Gemeinsame Meditation (Atemübungen)	Körpergefühl durch Atmung steigern; lernen von Anspannung & Entspannung
Partnertraining (Kumite)	körperliche, geistige Beherrschung durch Kontrolle & Selbstdisziplin; korrekte Körperhaltung; Distanzgefühl (Partner wird nicht getroffen & zielgerichtetes Abstoppen geübt)
Gemeinsame Gespräche (MONDO)	Gefühle, Veränderungen werden Angesprochen; Beobachtungen über (UN-) Zufriedenheit werden geäußert; Wünsche

Hier ist noch einmal zu betonen, dass die Wahl des Trainers (Meister), die im ideal Fall die Vereinigung von Pädagogen (Lehrer/innen, Sozialarbeiter/innen, Psychologe/innen) und Kampfkünstler (mind. Schwarzgurt, Erfahrungen in moralischen und geistigen Werte des Do, Fachübungsleiterausbildung) darstellt, von besonderer Wichtigkeit erscheint.

In Anlehnung an das Modell von Heil, in welchem die geplante Entwicklung auf der emotionalen, körperlichen und sozialen Ebene mit den drei übergreifenden Zielen Integration, Entwicklung der Persönlichkeit und dem Erhalt der Gesundheit beschrieben werden, werden im Folgenden die zu erreichenden Ergebnisse des Goju-Stiles in der offenen Kinder- und Jugendarbeit zusammengefasst.

Geplante Ergebnisse sind:

- Verbesserung der Körperwahrnehmung
- Gefühlsregulation/Entspannung
- Bereitschaft zur regelmäßigen Teilnahme



- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ➤ Gleichgewichts- und Koordinationsvermögen erhöhen | <p>Gegenseitige Akzeptanz und Wertschätzung der Persönlichkeit</p> |
| <ul style="list-style-type: none"> ➤ Ausgleich von Bewegungsmangel | <p>Erleben von Geborgenheit/eines Wir-Gefühls</p> |
| <ul style="list-style-type: none"> ➤ Erhalt der körperlichen Leistungsfähigkeit | <p>Erkennen und Akzeptieren von Grenzen</p> |

- Übernehmen von
Mitverantwortung gegenüber
Schwächeren
- Entwickeln von Beziehungen
- Kooperatives Verhalten
- Transfer des Erlernten in andere
Lebensbereiche

*(vgl. Heil, R. in Fußmann, A., Wolters,
J.M., 2008, S. 62)*

Daraus resultierend entsteht das Ergebnis, dass eine so gestärkte Persönlichkeit es nicht mehr für notwendig erachtet, in einer heiklen Situation mit Aggression und Gewalt gegen andere oder sich selbst zu reagieren. Stattdessen konnten durch diese Trainingsmaßnahme Möglichkeiten erarbeitet bzw. erlernt werden, die zur Vermeidung oder zum friedlichen Lösen problematischer Situationen dienen.

4.3.2 Das rehabilitative Konzept

Ziel des rehabilitativen Konzeptes der Goju- Methode ist es, wie auch bei der präventiven Variante, den Kindern und Jugendlichen Selbstvertrauen, ein stabiles Selbstwertgefühl und eine ausgeglichene Persönlichkeit mit einem gesunden moralischen Verständnis anzuerziehen. Des Weiteren soll ihnen eine Alternative zum aggressiven und gewalttätigen Handeln durch das Erlernen friedlicher und gewaltfreier Verhaltensoptionen geboten werden. Mit dieser speziellen Art des Trainings soll die Frustrations- und Toleranzgrenze erhöht und die Fähigkeit der Koordination und Konzentration verbessert werden. Der Teilnehmer soll dadurch souveräner auftreten und durch Erfolge im Training sich von alten Verhaltensmustern lösen.

Die Zielgruppe sollte vor allem wiederholt auffällig gewordene, aggressive und gewalttätige Kinder- und Jugendliche im Alter von 10 – 17 Jahre sein, die auf richterliche Anordnung teilnehmen und trotzdem die Basis der Freiwilligkeit beinhaltet. Der Teilnehmer hat, also die Wahl zwischen richterlicher Ordnungsmaßnahme und der Trainingsmaßnahme. Die Motivation zur Teilnahme ist also in diesem Konzept hauptsächlich die Vermeidung der

Ordnungsmaßnahme, aber auch der Wille sich zu ändern spielt eine große Rolle.

An die Rahmenbedingungen müssen in Anbetracht dessen hinsichtlich Inhalt und Umfang des Trainings höhere Ansprüche gestellt werden als in dem präventiven Konzept. Zunächst wird die Gruppenstärke auf acht Personen beschränkt, um der gesteigerten Intensität und der individuellen Betreuung im Training Rechnung tragen zu können. Wie im präventiven Konzept sollte bzw. muss das Angebot immer zu zweit gehalten werden und zusätzlich ist der bereits erwähnte Mix aus Karatemeister und Sozialpädagogen bzw. Psychologen im rehabilitativen Konzept unabdingbar. Die Maßnahme sollte sich mindestens über ein halbes Jahr erstrecken und die Möglichkeit zur Verlängerung bieten. Das Training findet mindestens zweimal in der Woche in einen Umfang von 120 Minuten mit einer zusätzlich 60minütigen Gesprächsrunde im Vorfeld statt. (vgl. *Abb.8 Trainingsaufbau*) Die Gesprächsrunden können Gruppen- oder Einzelgespräche beinhalten und sollten idealerweise vom Sozialpädagogen/Psychologen im Beisein des Karatemeisters abgehalten werden. Dort können Befindlichkeiten, Wünsche, Ideen und Probleme im Kreis von „Gleichgesinnten“ besprochen werden. Hier ist es ebenfalls notwendig einen geschützten Raum, der auch der Trainingsraum sein kann, mit den erarbeiteten Regeln an den Wänden zur Verfügung zu stellen.

Soll die Umsetzung der Goju- Kampfkunst als rehabilitative Maßnahme zur Therapie bereits aggressiver und gewaltaffiner Kinder und Jugendlicher eingesetzt werden, erweisen sich Zwischenschritte für die Teilnehmer, die meist noch über keinen Zugang zu den asiatischen Kampfkünsten verfügen als erforderlich. Diese können Kinder- und Jugendlichen helfen die nötige Ausdauer und Konsequenz, die im Sinne der Do- (Weg) Tradition gelehrt wird, aufzubauen. Daraufhin ist es erst möglich, aus der Gewaltspirale auszubrechen und eine Alternative zum aggressiven bzw. gewalttätigen Handeln zu entwickeln. Einer der ersten und wichtigsten Schritte ist es, dem Kursteilnehmer die Opferrolle spürbar und erfahrbar zu machen. Dazu reicht es nicht aus, über die Opfersituation zu referieren oder zu informieren, sondern die Teilnehmer müssen in die Lage versetzt werden, am eigenen Leib diese Situation zu erfahren und nachzuvollziehen. Erst wenn man selbst erlebt, wie unangenehm,

ausweglos und welche Ängste in einer solchen Situation herrschen, wird den Teilnehmern bewusst, dass genau diese Opfersituation nicht wünschenswert ist. Um dies umsetzen zu können, sind Rollenspiele ein geeignetes Mittel, dort kann man in verschiedenen Situationen sehr anschaulich die Verletzlichkeit des Körpers und das Gefühl Opfer zu sein verkörpern.

Im nächsten Schritt soll gemeinsam an Regeln und Normen gearbeitet werden, die entgegengesetzt der bisherigen Verhaltensweisen bzw. Regeln, die die Teilnehmer von der Peergroup oder ihrem näheren Umfeld kennengelernt haben, funktionieren. Diese sollen wieder über Rollenspiele und nicht über Informationen oder eigene Wissensvermittlung erlernt werden. So entsteht ein Erfahrungslernen, das sich viel schneller und wirksamer einprägt. Um diese neu erlernten bzw. erfahrenen Regeln zu festigen und ihnen eine langfristige Bedeutung zu geben, werden sie für jeden sichtbar schriftlich festgehalten und im Trainingsraum angebracht. Gleichzeitig fließen sie in das Karatetraining ein und werden ritualisiert. Dadurch sollen die neuen Normen und Wertevorstellungen erlebbar bzw. mit dem Goju-Stil erfahrbar gemacht werden.

Um gegenseitige Vorurteile zwischen Jungen und Mädchen (wie z.B. in Punkto Kraft, Geschicklichkeit oder Ausdauer) abzubauen wird auch bei diesem Konzept die koedukative Unterrichtsform bevorzugt.

Gegenstand des Trainings sind auch bei dieser Variante die drei Säulen des traditionellen Goju- Karatedo. (*vgl. Beispiel Trainingsstunde 4.3.1 im präventiven Konzept*) Hierbei sollte das Individuelle jedes Einzelnen vor allem seine Stärken (z.B. die Konzentrationsfähigkeit, das Durchhaltevermögen oder die Empathie für den Übungspartner) im Vordergrund stehen und durch den Betreuermix besondere Aufmerksamkeit erhalten. Diese Stärken sollen durch positive Bestätigung verstärkt und zu einer positiven Entwicklung des Einzelnen führen.

Die *geplanten Ergebnisse* sind deckungsgleich mit dem präventiven Konzept und lassen sich in dem vorherigen Punkt sehr gut nachvollziehen.

Zusammenfassend ist bei diesen beiden Konzepten zu sagen, dass die asiatischen traditionellen Kampfkünste eine besondere Eignung für die

Behandlung von verhaltensauffälligen, aggressiven und gewalttätigen Kindern und Jugendlichen besitzen.

Im Gegensatz dazu sind viele gängige „westliche“ Mannschaftssportarten (wie Handball, Fußball, Eishockey, Volleyball, usw.) gegenüber dem traditionellen Karatedo, eher mit der Förderung und Legitimierung von Aggression und Gewalt in Verbindung zu bringen. Die neuesten Beispiele in der deutschen Fußballbundesliga (der Ausschluss von Dynamo Dresden am Pokalspiel 2013), sind nur die traurigen Höhepunkte von Gewalt und Aggression in „westlichen“ Mannschaftssportarten wie Fußball. (vgl. <http://www.zeit.de/news/2012-12/10/fussball-sportgericht-pokalausschluss-fuer-dynamo-dresden-10183826>, am 17.12.12)

Besonders kritisch ist die Trainingsausrichtung auf Leistungs- und Wettkampforientierung in diesen Sportarten zu betrachten. So scheiden diese praktizierenden Sportarten die oben genannt worden, als Antiaggressionstraining aus.

Der Einwand, dass „Schläger“ noch Tricks gezeigt bekommen, mit denen sie noch besser prügeln können, sollte spätestens jetzt entkräftet worden sein. In Anbetracht was gelehrt und wie es gelehrt wird, wie die Ziele und Prinzipien lauten, ist es eher unwahrscheinlich, dass diese Trainingsmaßnahme Schläger ausbildet.

5 Fazit

Anhand der Arbeit wurde verdeutlicht, dass Karate durchaus als Mittel des Antiaggressionstrainings von großer Bedeutung ist, weil das traditionelle Karate aggressive und gewaltfördernde Übungen und Elemente ausschließt und somit den Forderungen u.a. von Wolters nachkommt, dass ein Antiaggressionstraining Fairness, diszipliniertes, regelkonformes und prosoziales Verhalten fordern und fördern soll. (vgl. Wolters, 1992, S. 193 ff.)

In Theorie und Praxis entspricht, dass traditionelle Karate insbesondere der Goju- Stil den Ansprüchen des Antiaggressionstrainings und ist mit seinen Prinzipien der Achtung des Partners, der Höflichkeit, der Rücksichtnahme und der Aufforderung zur Hilfsbereitschaft eine geeignete Trainingsmaßnahme um Aggressivität und Gewalt bei dem Teilnehmer zu vermeiden. Die Relativierung von Sieg und Niederlage und die Vermittlung der Erkenntnis, dass Aggression und Gewalt eigentlich ein Zeichen von Schwäche sind, stabilisiert ein positives Verhaltensmuster. Ein weiterer wichtiger positiver Punkt, der für den traditionellen Goju- Stil als Antiaggressionstraining spricht, ist der innere Kampf mit sich als Individuum, welches als übergeordnetes Ziel hat, gegen seine eigenen Unzulänglichkeiten anzukämpfen und damit sein eigenes Ego zu besiegen. Somit wird in der traditionellen Kampfkunst eine andere Art der Konfliktlösung gelehrt, die Kämpfen als Schwäche definiert und damit überflüssig macht. Mit dieser Einsicht und unterstützt durch die Förderung der geistigen Fähigkeiten, der Zunahme des Selbstwertgefühls sowie des Selbstbewusstseins, machen die Aggression und die Gewalt als Mittel, sich selbst oder anderen etwas zu beweisen, letztlich unnötig. Diese deutlichen Vorteile, die das traditionelle Karate, sowie den Goju- Stil charakterisieren, sind es, die gegenüber anderen herkömmlichen „westlichen“ Sportarten die besondere Eignung zur Erziehung, der Therapie und der Prävention ausmachen.

Erfolgreich über Jahre praktiziert im Bereich des Jugendstraf- oder Maßregelvollzug, findet diese Methode großen Anklang in der stationären Heimerziehung, in der Kinder- und Jugendpsychiatrie, in Schulen, sowie in der ambulanten bzw. offenen Jugendhilfe.

Sicherlich ist die „Budo- Pädagogik“ bzw. traditionelles Karate, nicht das

Allheilmittel für jedermann, denn man muss sich darauf einlassen und den Kerngedanken Kampfkunst als Lebenskunst verinnerlichen.

Auch die Rahmenbedingungen der oben aufgeführten Konzepte, gehören noch zu den „offenen Baustellen“, die kritisch betrachtet einen hohen Zeitaufwand, sowie geeignetes Personal, welches die oben aufgeführten Bedingungen erfüllt, bedeuten. Die Anzahl und die Qualifikation des Teams ist eine wichtige Voraussetzung, um diese Maßnahme erfolgreich zu gestalten. Gleichzeitig wirkt sich der hohe Kostenaufwand in diesen Zusammenhang „negativ“ auf die für diese Art des Antiaggressionstrainings benötigten finanziellen Mittel aus.

Eine gute Ausbildung der Trainer, z. B. zum „Budo- Pädagogen“ der seit 1999 als regelmäßige Weiterbildung, in einen angemessenen Zeitraum, angeboten wird, wäre da ein guter Anfang.

Die Probleme sind nicht unlösbar und gemessen am positiven Verlauf der aufgeführten Projekte, sollte dieser Ansatz eine weitere Verbreitung finden. Die in diesem Ansatz beinhalteten Chancen und Möglichkeiten sind noch lang nicht ausgeschöpft und können als Erweiterung und Ergänzung der Erziehung von Kindern und Jugendlichen dienen.

Abbildungsverzeichnis

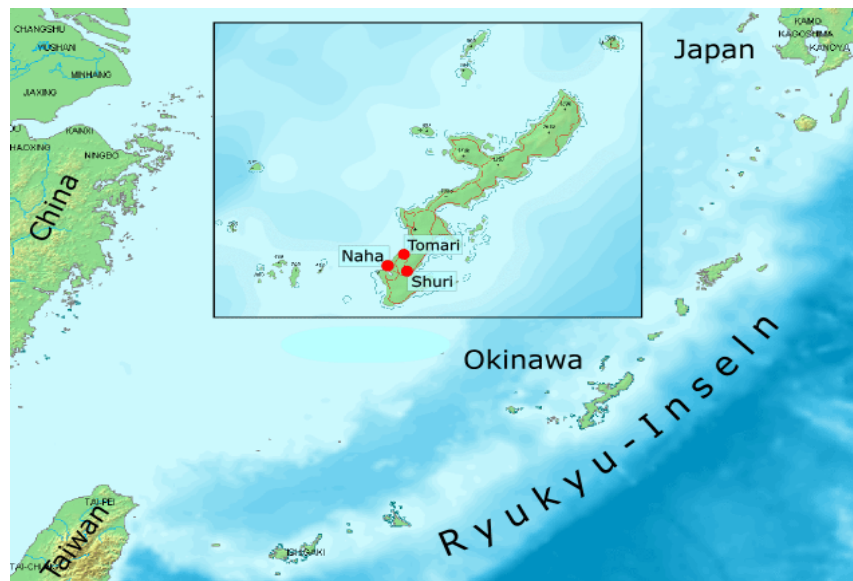


Abb. 1. (vom 29.11.12)

http://www.sakura-karate-stralsund.de/uploads/pics/karate-stralsund-okinawa_map_01.png



Abb. 2. Okiwaner gegen einen Samurei in Schmale, J. (2005): Ursprünge und Entwicklung des Karate Leoben/A: Aufsatz in PRO SCIENTIA



Abb.3. Gichin Funakoshi 1868-1957 (vom 29.11.12)

<http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Funakoshi.jpg&filetimestamp=20051005105016>

1. Karate beginnt mit Respekt und endet mit Respekt.
一、空手は礼に初まり礼に終ることを忘るな。
karate wa rei ni hajimari rei ni owaru koto o wasuru na
2. Im Karate gibt es keinen ersten Angriff.
二、空手に先手無し。
karate ni sente nashi
3. Karate ist ein Helfer der Gerechtigkeit.
三、空手は義の補け。
karate wa gi no tasuke
4. Erkenne zuerst dich selbst, dann den anderen.
四、先づ自己を知れ而して他を知れ。
mazu jiko o shire shikoshite hoka o shire
5. Die Kunst des Geistes kommt vor der Kunst der Technik.
五、技術より心術。
gijutsu yori shinjutsu

6. Es geht einzig darum, den Geist zu befreien.
六、心は放たん事を要す。
kokoro wa hanatan koto o yōsu
7. Unglück geschieht immer durch Unachtsamkeit.
七、禍は懈怠に生ず。
wazawai wa ketai ni shōzu
8. Denke nicht, dass Karate nur im Dōjō stattfindet.
八、道場のみの空手と思うな。
dōjō nomi no karate to omou na
9. Karate üben heißt, es ein Leben lang zu tun.
九、空手の修行は一生である。
karate no shūgyō wa isshō dearu
10. Verbinde dein alltägliches Leben mit Karate, dann wirst du geistige Reife erlangen.
十、凡ゆるものを空手化せ其処に妙味あり。
arayuru mono o karate kase soko ni myōmi ari
11. Karate ist wie heißes Wasser, das abkühlt, wenn du es nicht ständig warm hältst.
十一、空手は湯の如く絶えず熱を与えざれば元の水に戻る。
karate wa yu no gotoku taezu netsu o ataezareba moto no mizu ni kaeru
12. Denke nicht an das Gewinnen, doch denke darüber nach, wie man nicht verliert.
十二、勝つ考えは持つな、負けぬ考えは必要。
katsu kangae wa motsu na, makenu kangae wa hitsuyō
13. Wandle dich abhängig vom Gegner.
十三、敵に因って転化せよ。
teki ni yotte tenka seyo
14. Der Kampf hängt von der Handhabung des Treffens und des Nicht-Treffens ab.
十四、戦は虚実の操縦如何にあり。
ikusa wa kyojitsu no sōjū ikan ni ari
15. Stelle dir deine Hand und deinen Fuß als Schwert vor.
十五、人の手足を劔と思え。
hito no teashi o ken to omoe

16. Sobald man vor die Tür tritt, findet man eine Vielzahl von Feinden vor.

十六、男子門を出づれば百万の敵あり。
danshi mon o izureba hyakuman no teki ari

17. Feste Stellungen gibt es für Anfänger, später bewegt man sich natürlich.

十七、構えは初心者に、あとは自然体。
kamae wa shoshinsha ni, ato wa shizentai

18. Die Kata darf nicht verändert werden, im Kampf jedoch gilt das Gegenteil.

十八、型は正しく、実戦は別もの。
kata wa tadashiku, jissen wa betsu mono

19. Hart und weich, Spannung und Entspannung, langsam und schnell, alles in Verbindung mit der richtigen Atmung.

十九、力の強弱、体の伸縮、技の緩急を忘るな。
chikara no kyōjaku, karada no shinshuku, waza no kankyū o wasuru na

20. Denke immer nach und versuche dich ständig an Neuem.

二十、常に思念工夫せよ。
tsune ni shinen kufū seyo

Abb. 4. (vom 29.11.12) <http://de.wikipedia.org/wiki/Karate>

quantitative Erhebung in Pre-post-Design / Fragebögen zur Erfassung der Aggressivitätsfaktoren (FAF) und des Freiburger Persönlichkeitsinventars (FPI-R)

Signifikante Ergebnisse nach FAF und FPI-R				
Skala	Test	pre	post	Signifikanz
Aggressivität	(FPI)	7,4	5,6	gesunken***
Allgemeine Aggressivität	(FAF)	7,6	6,0	gesunken**
Spontane Aggressivität	(FAF)	6,9	6,1	gesunken**
Reaktive Aggressivität	(FAF)	6,7	4,3	gesunken**
Soziale Orientierung	(FPI)	3,7	5,1	gestiegen**
Gehemmtheit	(FPI)	6,9	5,8	gesunken*
Körperliche Beschwerden	(FPI)	7,5	6,4	gesunken*
Offenheit	(FPI)	6,9	5,9	gesunken*
Emotionalität/Neurotizismus	(FPI)	7,7	7,0	gesunken*
*** = höchst signifikant ** = sehr signifikant * = signifikant				

Abb. 5. Die Teilnehmer (N15) des 3 ½ Jahre Kurses von 1989 – 1991 Wolters S. 222 in: Weidner, J., Kilb, R., Kreft, D. (2001): Gewalt in Griff. Band 1: Neue Formen des Anti- Aggressivitäts- Trainings. Weinheim/Basel: Beltz Verlag, 3. aktualisierte Auflage

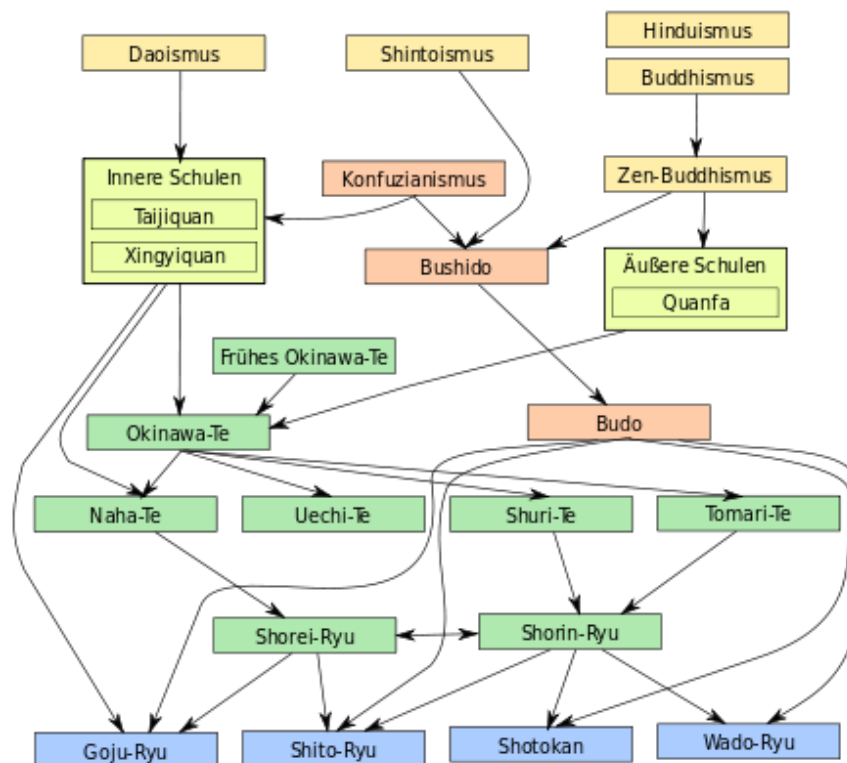


Abb. 6. Entwicklung der vier großen Stilrichtungen in Karate (vgl. <http://de.wikipedia.org/wiki/Karate> 04.12.2012)



Abb.7. Chōjun Miyagi 1888–1953 (vom 04.12.12)
<http://de.wikipedia.org/wiki/G%C5%8Dj%C5%AB-Ry%C5%AB>



Abb. 8. Hideo Ochi (jap. 越智 秀男) geb. 29.02.1940 (vom 04.12.12)

http://de.wikipedia.org/wiki/Hideo_Ochi

Trainingsdauer 120 min.

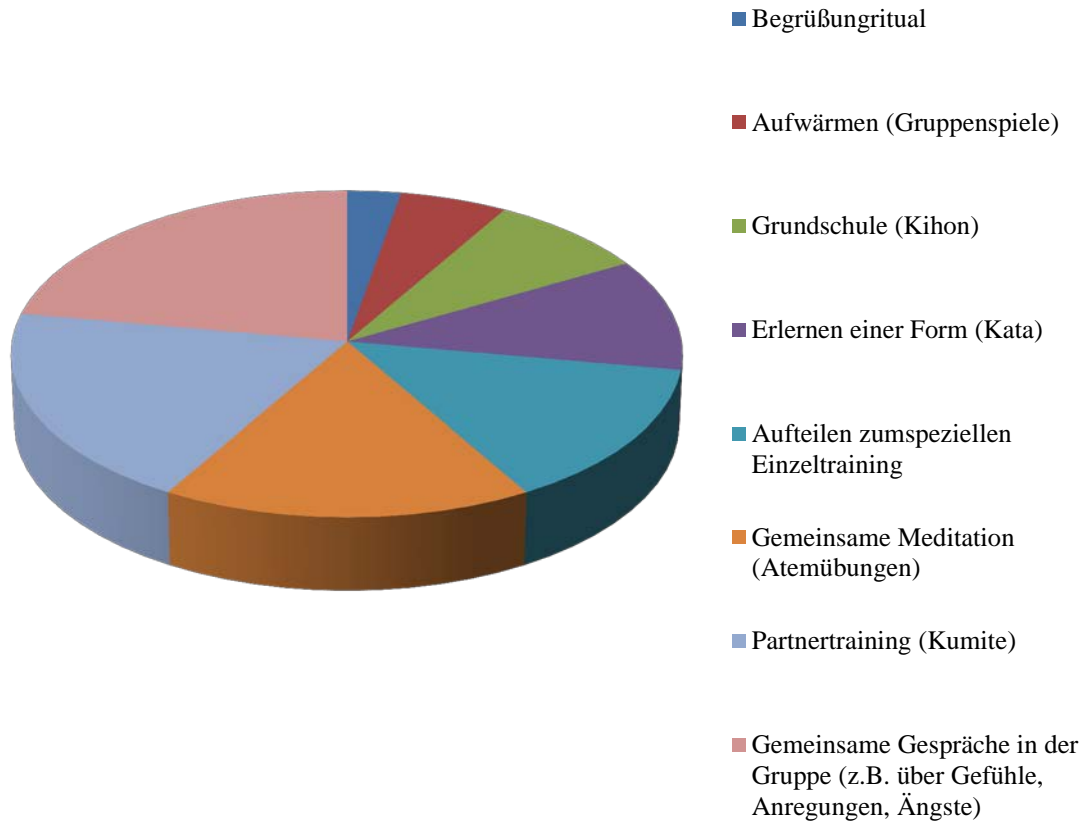


Abb. 9 Trainingsaufbau

Literaturverzeichnis

Bayerische Sportjugend im BLSV (Hrsg.)(1984):Kampfkunst im Strafvollzug.
JVA Aichbach: Dokumentation Projekt Taekwondo in der JVA Aichbach

Berg, J. (1995): Die Kampfkunst Karate-Do als sozialpädagogische
Trainingsmaßnahme in der Jugendhilfe. Heim Rummelsberg/Bayern: Eine
Darstellung des Karate-Projektes am PTI (Pädagogisch-therapeutischer
Intensivbereich)

Bomber, O. (2000):Die geschichtliche Entwicklung der Kampfkunst Karate unter
Einbeziehung ihrer Verbreitung in Deutschland. Bremen: Schriftl. Hausarbeit f.
1. Staatsexamen f. Lehramt an öffentlichen Schulen

Brünig, R. (2002): Gewaltprävention und –therapie durch Karate an Schulen.
Begründung für die Wirksamkeit von Karate als Gewaltprävention und als
sporttherapeutische Maßnahme zur Aggressionsverminderung an Schulen.
Affalterbach: Begründung für die Einführung von Karate-Do und Sound-Karate
an öffentlichen Schulen in Deutschland

Günther, N. U. (2002): Karate-Do als Erziehungsmittel/-maßnahme in der
sozialpädagogischen Praxis. Bochum: Diplomarbeit, Ev. Fachhochschule
Rheinland-Westfalen-Lippe im Studiengang Sozialpädagogik

Dutschmann, A. (2001): Das Aggressions-Bewältigungs-Programm ABPro
Aggression und Gewalt bei Kindern und Jugendlichen Steuerung zum Typ C
des ABPro. Tübingen: Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie, 2.
verbesserte Auflage

Dörflein, M. (2000): Aggressionen in der Schule und Möglichkeiten der
Bewältigung im Sportunterricht. Uni Würzburg: Seminararbeit Sportpsychologie

Eizo, Ujita (2005): Japan Karatedo Ferderation Goju- kai. Japan

Esser J., von Kietzell, D. Ketelhut B. (1999):Friede vor Ort. Münster: Agenda
Verlag GmbH & Co.

Fuchs, M. /Lamnek, S./ Luedtke, I. (1996): Schule und Gewalt. Realität und
Wahrnehmung eines sozialen Problems . Opladen: Leske & Budrich

Fußmann, A., Wolters, J.M. (2008): Budo-Pädagogik Kampf-Kunst in Erziehung, Therapie und Coaching. Augsburg: Ziel-Zentrum für interdisziplinären erfahrungsorientiertes Lernen GmbH, 1.Auflage

Habersetzer, R. (2006): *Bubishi – An der Quelle des Karatedō*. Chemnitz: Palisander Verlag, 2. Auflage

Hauer, J. (2007): Aggression bei Kindern und Jugendlichen. Welchen Beitrag kann Kampfkunst in der Schule zur Gewaltprävention leisten? Literaturanalyse, angefertigt im Prüfungsfach Psychologie, Uni Lüneburg: Hausarbeit zur Ersten Staatsprüfung f. d. Lehramt an GS, HS, RS

Heinzel, B. (1994): Aggressive und gewalttätige Kinder und Jugendliche an unseren Schulen. Eine Lösungsmöglichkeit dieses Problems durch den präventiven und therapeutischen Einsatz von traditionellem Karate-Do im Differenzierten Sportunterricht des Gymnasiums. TU München: Zulassungsarbeit für das 1. Staatsexamen

Hurrelmann, K. (1993): Einführung in die Sozialisationstheorie. Über den Zusammenhang von Sozialstruktur und Persönlichkeit. Weinheim: Beltz Verlag, 1.Auflage

Jokl, P. (2001): Karate – Do als Gewaltprävention an Schulen. Gauting: Abschlussarbeit der Weiterbildung zum Budo-Pädagogen

Kim, I. (1996): The use of the Go-Ju method as Educational Intervention (Die Anwendung der Go-Ju-Methode als erzieherische Maßnahme) Untersuchung der Auswirkungen auf die Selbstkontrolle von Kindern mit Verhaltensproblemen, wenn sie in traditionellen Kampfkünsten unterwiesen werden. Israel: Beit-Berl college, Criminal justice department

Knopf, H. (1996): Aggressives Verhalten und Gewalt in der Schule. Prävention und konstruktiver Umgang mit Konflikten. München/ Oldenbourg: Oldenbourg Schulbuchverlag

Kreft D./Mielenz I. (2005): Wörterbuch Soziale Arbeit aufgaben, Praxisfelder, Begriffe und Methoden der Sozialarbeit und Sozialpädagogik. Weinheim/ München: Juventa Verlag, 5. vollständig überarbeitete und ergänzte Auflage

- Kuhlmann, A. (1999): Faustrecht – Gewalt in Schule und Freizeit. Köln: Papyrossa Verlags GmbH
- Müller, M. (2001): Gewalttätiges Karate? – Von einigen Möglichkeiten des Karate-Do als Medium der sozialen Arbeit. FH Münster: Diplomarbeit zur Diplomprüfung im Fachbereich Sozialwesen
- Nolting, H. P. (2005): Lernfall Aggression. Wie sie entsteht - wie sie zu vermindern ist. Eine Einführung. Hamburg: rororo Verlag, 5. Auflage
- Ohlemacher, T., Sögdling, D., Höynck, T., Ethé, N., Welte G. (2001): Kriminologisches Forschungsinstitut Niedersachsen Anti-Aggressivitäts-Training und Legalbewährung: Versuch einer Evaluation. Uni Hannover: Kriminologisches Forschungsinstitut Niedersachsen e.V. (KFN), Forschungsberichte Nr. 83
- Petermann, F., Petermann, U. (1991): Training mit aggressiven Kindern. Einzeltraining, Kindergruppen, Elternberatung. Weinheim: Beltz Psychologie Verlags Union, Auflage: 4. ergänzte Auflage
- Petermann, Jugert, Tänzer & Verbeek (1999): Sozialtraining in der Schule. Weinheim: Beltz Psychologie Verlags Union, 2. überarbeitete Auflage
- Preuschoff, A., Preuschoff, G. (1992): Gewalt an Schulen und was dagegen zu tun ist. Köln: Papyrossa Verlags GmbH
- Schmale, J. (2005): Ursprünge und Entwicklung des Karate Leoben/A: Aufsatz in PRO SCIENTIA
- Smit S. (2002): KARATE Traditionen, Grundlagen, Techniken Stuttgart: Pietsch Verlag, 1. Auflage
- Stibane, A. (2011): Qualitative Untersuchung zum Einfluss der erlernten Normen und Werte im Karatetraining auf das Verhalten von Jugendlichen im Alltag. TU Chemnitz: Magisterarbeit
- Stüwe, G. (1993): Jugend und Gewalt – Ist die Gewaltbereitschaft Jugendlicher bereits ein Massenphänomen? Frankfurt am Main: ISS-Selbstverlag

Weidner, J., Kilb, R., Kreft, D. (2001): Gewalt in Griff. Band 1: Neue Formen des Anti- Aggressivitäts- Trainings. Weinheim/Basel: Beltz Verlag, 3. aktualisierte Auflage

Wolters, J.M.(1992): Kampfkunst als Therapie-Die sozialpädagogische Relevanz asiatischer Kampfsportarten. Aufgezeigt am Beispiel des sporttherapeutischen „Shorinji-Ryu“(-Karatedo) zum Abbau der Gewaltbereitschaft und Aggressivität bei inhaftierten Jugendlichen. Frankfurt am Main/Berlin/Bern/New York/Paris/ Wien: Verlag Peter Lang GmbH

Wolters, J. M. (1989): Karate als Gewaltprävention: Warum und wie BUDO als sporttherapeutisches Anti-Aggressivitätstraining funktioniert. Wetzlar: Vortrag zum DKV-Schulsportsymposium

Internetquellen

<http://www.bmfsfj.de>

<http://www.bmi.bund.de>

<http://www.dwds.de/?qu=Kunst>

<http://www.fzpsa.de>

<http://www.karate.de>

<http://www.shell.de>

<http://www.spiegel.de>

<http://www.sueddeutsche.de>

<http://de.wikipedia.org/wiki/Aggression>

<http://de.wikipedia.org/wiki/Karate>

<http://www.zeit.de>

Erklärung

Ich erkläre, dass ich die vorliegende Arbeit selbständig und nur unter Verwendung der angegebenen Literatur und Hilfsmittel angefertigt habe.

Chemnitz, 18.01.2013

Bearbeitungsort, Datum

Unterschrift