

„SONDER“-PÄDAGOGIK DURCH KAMPFKUNST

... Fortsetzung

Was ist es eigentlich, das die neue, ja immer noch recht junge Budo-Pädagogik seit Jahren in Deutschland zunehmend denn so attraktiv, vor allem aber so erfolgreich macht?



Vor etwa gut 20 Jahren mit mir und nachfolgend in Projekten engagierter, seinerzeit durchaus mutig-innovativer Sozialpädagogen aus der Wiege gehoben, hat sich die Budopädagogik von den anfänglichen Experimenten systematisch durch evidenzbasierte Praxis wie erziehungswissenschaftliche Forschungen (zu nennen ist die erste Studie zum Thema: „Kampfkunst als Therapie“) mittlerweile zu einer durchaus etablierten Methode entwickelt, vermittels der nun professionellen Anwendung fernöstlicher Kampfkünste des Budo in pädagogischen und gar therapeutischen Prozessen positiv wirksam zu werden – und zwar in Feldern von

- Erziehung und Bildung,
- Sozialer Arbeit und Pädagogik,
- Persönlichkeitsbildung und -entwicklung,
- Verhaltenstraining,
- Gesundheitsförderung,
- sozialer, Psycho- und psychiatrischer wie auch Somato- und medizinischer Therapie.

Selbst im Coaching von Führungskräften in Wirtschaft und Politik hat sich die Budopädagogik mit speziellen Übungen zur Stärkung und Steigerung von psycho-physischer Energie, Motivation und Leistungsfähigkeit als ein gangbarer Weg etabliert. All das hat, wie Sie sich denken können, mit reinem „Kampf-Training“, ja mit Sport an sich, fast gar nichts zu tun!

Nicht, wie man effektiv einen Anderen, einen Gegner besiegt, ist Gegenstand der Budopädagogik, sondern, wie man sich selbst besiegt, seine Ängste und Sorgen, seinen Frust bekämpft, den „inneren Schweinehund“, Lethargie und Depression überwindet, mit Trauma, Krankheit oder körperlichen wie seelischen Schmerzen umgeht oder aus ihnen gestärkt hervorgeht, seine eigene Wut und Aggressivität in den Griff kriegt, also letztlich ein & mit sich selbst, den eigenen Unzulänglichkeiten und Defiziten arbeitet, letztlich Selbstbeherrschung erlernt, übt und durch Training stabilisiert und aufrecht erhält. Thema der Budopädagogik ist immer

auch, zu lernen,

- mit sich und anderen besser zurecht zu kommen,
- mit eigenen Schwierigkeiten und Problemen umzugehen und mit denen anderer,
- sich in einer Gruppe und der Gesellschaft konstruktiv und förderlich zu beteiligen, um Gemeinschaft und auch um Gemeinsames zu ringen, und dazu zu stehen, dafür einzutreten, ja darum zu „kämpfen“.

Die ausgewählten und zu einem Lern- oder gar Therapie-Programm eigens zusammengestellten Inhalte sind aus Elementen der Budo-Künste allein und zum Zwecke der gezielten Förderung oder systematischen Veränderung des Klienten in den Dienst gestellt. D.h. die gewissenhafte, verantwortete und professionell gekonnte Auswahl der speziellen Budo-Übungen erfolgt nach ihrer bekannten und gewünschten Wirkungsweise zum Wohle der Adressaten. Insofern ist natürlich auch ein festes Ziel vor Augen - nur, dass sein Erreichen quasi im Vertrauen darauf, dass es sich auf dem Weg von selbst erreicht, eben gerade nicht das ständige, offenkundige Thema der konkreten Übungen ist. Denn ihre Wirkung entfalten sie oft „nebenbei“, während der eigentlichen Aus-Übung quasi unbemerkt - nicht eigens als dem Ziel geschuldet etikettiert oder gar in ihrer Funktion erklärt, dass es darum ginge, nun dabei genau Dieses oder Jenes zu erlernen.

Die Übungen als solche provozieren von selbst jene als bedeutsam erachteten Aha-Erlebnisse und erweitern so en passant Erfahrungs- und Wissens-Horizonte, bieten Raum (und Schon-Raum) zu Wagnis und Abenteuer, zu Experiment und Erprobung und – professionell

Text & Fotos:
Dr. phil. Jörg-
M. Wolters

garantierter - Bewährung. Die Übungen gelingen immer, ganz von selbst, wenn die innere Haltung stimmt, z.B. das Aikido-Kampfprinzip „Siegen durch Nachgeben“, wenn psycho-emotionale Gelassenheit (nämlich sich nicht zu offensiven Handlungen hinreißen zu lassen) die Attacke des Aggressors durch kluges Ausweichen, Nachgeben und Umlenken erfolgreich abwendet. Natürlich muß das trainiert werden, bevor es gekonnt ist – aber es muß zu allererst auch ersteinmal gewollt werden, als Lernziel für sich selbst anerkannt, angenommen und übernommen sein. Für Gewaltbereite, für Schläger eine ideale Trainingskonzeption friedfertiger Einstellungen und Verhaltensweisen, ohne den erhobenen pädagogischen Zeigefinger nebst moralisierender Ermahnungen. Stattdessen geht's darum, sich nunmehr aktiv mit der Idee auseinander zu setzen, dass tatsächlich der Klügere, der Coole, Gelassene, der Könner (der trainierte „Budo-Krieger“ eben) auch nachgibt, um zu siegen, dass diese Art der Zurückhaltung Souveränität und Stärke bedeutet, nicht etwa Feigheit und Schwäche eines Losers, der verweichlichten Memme. Gerade in der Gewaltprävention und in Anti-Aggressivitäts-Trainings haben sich die positiven Effekte budopädagogischer Behandlung von Tätern durch solide empirische Evaluation und Effektivitätsstudien - ich komme nachher nochmal darauf zurück - deutlich nachweisen lassen, denn der Weg des Budo ist in der Tat der Weg des „Friedvollen Kriegers“, die Kunst, als „guter“ Kämpfer das Kämpfen, die Gewalt, sein zu lassen, und zwar mit dem Gefühl des eigentlichen, potentiellen Siegers (der

ja Kämpfen kann) - und nicht desjenigen, der es sich, dem Gegner oder irgendwelchen Anderen erst noch beweisen muß.

Er, der „Friedvolle Krieger“ kann, weil er es kann, sich zum Gewaltverzicht entscheiden; er hat die echte Wahl und leidet keine Not, zwanghaft auf Provokation gleich mit Kampf zu reagieren, sich von irgendwem Unterlegenen etwa (gegen seinen Willen und das Budo-Ehrenwort) hinreißen zu lassen, sondern kann seine volle Selbstkontrolle, seine physische wie psycho-emotionale Selbst-Beherrschung über jede Herausforderung, die keine mehr ist, stellen. Er kontrolliert sich – und damit Situationen, er steht über ungleichen Gegnern, die sein Niveau nicht haben und kontrolliert das Geschehen. Er siegt, ohne zu Kämpfen – und es ist ihm einerlei, was andere Unwissende über ihn Falsches denken mögen (er sei schwach und feige), denn er ist in Wirklichkeit der Herr über den weiteren Verlauf von Konflikten - nicht der, der ihn durch Provokation zu allem Möglichen verleiten und ihn dadurch unzweifelhaft ja eigentlich in der Hand haben würde.

So bleibt er, der zum Sanft-Mut fähige, also mutige Budoka, ein ehrenhafter Ritter, der, wenn schon, nur für Höhere Ideale kämpft, nur, um in wirklicher Not das Gute zu verteidigen. Ein tugendhafter, edler „Krieger“ eben, kein billiger Söldner, den man kaufen, einkaufen, verkaufen, prostituieren, ohnmächtig manipulieren kann; kein unbeherrschter, wild-wütiger Schläger.

Schläger sind zur Selbstkontrolle unfähige Schwächlinge – starke Kampfkünstler, erst Recht Meister, sind geübt

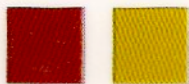
in Gelassenheit, bleiben Herr ihrer Sinne und Gefühle – selbstverständlich ihres Körpers und seiner kämpferischen Fähigkeiten auch.

Wenn es gelingt, gewaltbereiten und aggressiven Gewalttätern Derartiges fest glauben zu machen, sie „umzupolen“ und sicher in dieser neuen, ganz anderen Haltung werden zu lassen, dann über den originären Nicht-Kampfweg des Budo und seiner speziellen Budopädagogik. Es funktioniert nachweislich sogar bei hochgradig aggressiven Gewaltstraftätern, die über mehrere Jahre hinweg einige hundert Opfer zusammengeschlagen und mißhandelt haben, gab es durch budopädagogisches Anti-Aggressivitäts-Training, hier Kampfkunst-„Therapie“, jenen Gesinnungswechsel – und zwar auch nachhaltig.

Das liegt an der Systematik des Budo-Lehrplans vom Kämpfer zum besagten „Friedvollen Krieger“. Im Shoto-Kempo-Karatedo beispielsweise durchläuft man im Laufe seiner Ausbildung ein 9-Stufen-Konzept über drei Ebenen vom Bu-Jutsu übers Budo zum Butsudo, in dem man technisch wie psychologisch zu immer weniger offensiven hin zu immer sanfteren, defensiveren Kampf-Verhalten und erst dadurch (quasi im Sinne eines „Anti-Gewalt-Trainings“) zum Meister der Kampfkunst „erzogen“ wird:

Dies erfolgt über Kampfprinzipien, in denen zuerst anwendungsorientierte (Bu-Jutsu) Erfolgs-Techniken und -Taktiken des dem gegnerischen Angriff Zuvorkommens gelernt werden (also blitzschnelle Techniken mit entsprechendem Kampfgeist). Später lernt man, den Gegner nach dessen Angriff stark mit einem Gegenangriff zu kontern und später dann, schon gekonnter, den Gegner etwa durch geeignete Haltegriffe zu fixieren und ihn dadurch kampfunfähig zu machen. In der darauf folgenden Lehrzeit kommt der Bu-Do-Gedanke schon deutlicher zum Tragen. Hier lernt man nämlich, allein durch entsprechend effektive Blocktechniken einen Gegner von seiner Niederlage zu überzeugen, lernt dann, die Angriffe immer wieder so umzulenken, dass sie etwa den Angreifer selbst aus der Balance bringen oder ihn selber treffen, und schließlich lernt man, nur noch immer auszuweichen, um ohne eine eigene Initiative oder





Budopädagogik

Angriffe den Angreifer ins Leere laufen zu lassen. Hier ist bereits eine hohe Stufe des technischen wie mentalen Könnens, von Körper- und psychoemotionaler Selbstbeherrschung erforderlich, Aggressionen ohne eigene Aggressivität und Gewalttätigkeit erfolgreich zu begegnen. Und die höchste Stufe des Budo-Könnens ist die des buddhistisch geprägten Butsu-do: Sie besteht aus der Fähigkeit der Meister, Gewaltsituationen durch Verlassen der Szenerie, ggf. auch Flucht und vermeintliche Niederlage zu entschärfen, jedenfalls nicht mehr zu kämpfen. Oder, noch einen Schritt weiter, ist die Fähigkeit, gewalttätige Situationen durch Prävention und Vorausplanung von vornherein zu vermeiden. Schließlich ist großmeisterlich der, der seine ganze Kampfkraft und Energie dem engagierten Einsatz der Verhinderung von Gewalt widmet, schlichtet, wo zu schlichten ist und seine Autorität (physisch, pädagogisch, psychologisch, sozial, politisch...) dem Frieden widmet.

Natürlich ist hier der Idealfall beschrieben – aber man sieht die friedfertige Tendenz und die Richtung, in die das Kämpfenlernen originär (also sofern es nicht bloß um Sport und Wettkampfsiege oder gar primitive Selbstverteidigung geht) führt oder führen soll. Diese Idee, dieses Ideal ist in jedem traditionellen Budosystem wegweisend und von Anfang an schon wirksam.

Nebenderbewährten Gewaltprävention und Gewalttäter-Behandlung via spezieller Kampfkunst-Angebote gibt es aber natürlich auch erfolgreiche Ansätze budopädagogischer Arbeit in vielen ganz anderen Bereichen, z.B. im Kontext von

- „Judo mit Geistesbehinderten“,
- „Tai-Chi mit ADS/ADHS-Kindern“,
- „Iaido-Schwertarbeit mit Depressiven“,
- „WingTsun-KungFu mit Drogen-Junkies“,
- „Kali-Stockkampf mit adipösen Patienten in Kinderkliniken“,
- „Taekwondo mit Epilepsie-Kranken“,
- „Jujutsu für Mobbing-Opfer“,
- „Aikido mit Schulverweigerern“,
- „Karatedo mit Blinden“,
- „Kempo-Karate mit Jugendlichen in der Kinder- und Jugendpsychiatrie“, usw. usf.



Beinahe alle Kombinationen von Budo-Disziplin auf der einen und spezieller Zielgruppe auf der anderen Seite sind denkbar - viele hat es bereits auch schon gegeben - und haben sich als sinnvoll erwiesen. Denn es kommt nicht so sehr auf die konkrete Kampfkunst an, sondern auf das, was in den Kampfkünsten ja allgemein positiv wirksam ist, sozusagen stilübergreifend im Rahmen angeleiteter Bewegung, Begegnung und Besinnung im Budo funktioniert:

- Bu – der Nichtkampf: das Prinzip der „Souveränen Friedfertigkeit“ und das ganzheitliche Arbeiten an sich selbst
- Do – der Weg: das Prinzip konkurrenzfreier, unendlicher Weiterentwicklung seiner selbst und die Ausrichtung seines Tuns auf höhere Ziele
- Shitei – Lehrer-Schüler-Beziehung: das Prinzip, „von Herz zu Herz“ voneinander zu lernen und das Sich-Anvertrauen wohlwollender Autorität
- Reiho – die Etikette: das Prinzip der Würdigung „Höherer Werte“ durch diszipliniertes Einüben von Wertschätzung und die Anerkennung der Liebesswürdigkeit des Lebens
- Zen – die Spiritualität: das Prinzip, dem eigentlichen Wesen der Dinge wahrhaft auf den Grund zu gehen und die geistige Orientierung am Hier & Jetzt und Glauben an das Gute, und
- Dojo – der geschützte Ort: das Prinzip des Sozialen Lernens in der Gruppe als Gemeinschaft Gleichgesinnter und das engagierte Sich-Einbringen zugunsten der gemeinsamen eigenen Sache

Budo ist also, wie wir sehen, alles andere als nur ein neuartiger Sport- oder Bewegungskult mit esoterischem Drumrum. Budo ist ein umfassender Schulungs- und Lebens-Weg, ein praktikables, durchaus alltagsorientiertes Konzept der systematischen Selbstentwicklung – ungeachtet der konkreten

technischen Schwerpunkte der jeweiligen Disziplin (Judo, Karatedo, Aikido), die ja lediglich das Instrument darstellen, Wichtigeres an ihnen (den Techniken und Übungen) zu lernen. Budo-Pädagogik baut darauf auf, nutzt das originäre Lehrsystem des Budo, um es speziell auf unsere modern-westlichen pädagogischen Problemlagen und Arbeitsaufträge anzupassen. Das aber ist nicht etwa allein Budo - nur jetzt mit unseren hiesigen Zielgruppen! Nein, Budo-Pädagogik ist eine, wenn man so will, „Sonder“-pädagogik, die Budo in unsere zeitgemäße Erziehungswissenschaft und Psychologie integriert, anpasst, auf sie zuschneidet. Fernöstliches Budo und westliche Pädagogik gehen hier eine besondere Symbiose ein, um nämlich spezifische Synergie-Effekte zu erzielen, die diese beiden Schulungs- und Lernwege (Budo und Pädagogik) erst in ihrer neuartigen Verbindung miteinander und gegenseitiger Befruchtung entwickeln. Diese Anpassung aneinander, die mehr ist als bloße Integration, ist jedoch eine „Sonder“-Leistung, ein Ergebnis Jahrzehnte langer wissenschaftlicher Arbeit – nebst praktischer Erprobung. Es reicht also nicht, im Sportverein Judotrainer und beruflich Sozialpädagoge zu sein, und nun Judo einfach auch mit seinen Klienten auszuüben oder zu unterrichten, um plötzlich „budo-pädagogisch“ zu arbeiten, gar Budopädagoge zu sein! Nein, es muß vielmehr auch von diesem „Fachmann“ auf seinen 2 Gebieten – der damit ja erst die nötigen Grundvoraussetzungen der fachspezifischen Weiterbildung zum Budopädagogen erfüllt – gelernt werden, ganz spezielles Judo einzusetzen, also - nur bestimmte Teile davon, - nur eigens ausgewählte und ggf. auch abgeänderte, modifizierte Übungsanteile aus dem üblichen, „normalen“



Judo-System und um passende Übungen (vielleicht aus dem Kung-Fu, Tai-Chi, Yoga oder Taekwondo) ergänzte und mit zusätzlichen Budo-Inhalten (auch dem Judo eigentlich fremden Aspekten) erweiterte Lernarrangements zu einem Programm zusammenzustellen, um nun genau dadurch, eine curricular geplante, theoretisch plausible, praktisch bewährte und überprüfbare Methode ganz konkrete Ziele zu erreichen, die sich aus der Besonderheit der Adressaten (und einem daraus abgeleiteten Arbeitsauftrag) ergeben. Erst das Konzept und die Konzeption der Entwicklung eines systematischen Programms - auf der Grundlage des Wissens um die Wirkung und der beabsichtigten Effektivität der einzelnen Übungen - und das fachlich begründete wie verantwortete Zusammenstellen geeigneter Inhalte und Methoden zur ganz gezielten Förderung einer ganz konkreten Klientel, rechtfertigt, von professioneller Budopädagogik zu sprechen. Wie gesagt: Ein Judo- oder Karate-Trainer ist noch lange kein Budo-Lehrer, und selbst ein Budo-Lehrer, auch wenn er einen pädagogischen oder therapeutischen Beruf hat, ist noch lange kein Budo-Pädagoge - und auch

seine Judo- oder Karate-Angebote selbst in erzieherischen oder sozialen Feldern, wie sie nun zunehmend von sogenannten Trittbrettfahrern, eigentlich Laien, zuweilen auch Dilettanten immer populärer werden, eben noch lange keine Budo-Pädagogik. Budo-Pädagogik ist erziehungswissenschaftlich fundiertes, spezialisiertes Budo mit speziellen Zielgruppen in spezialisierten sonderpädagogischen oder therapeutischen settings. Das muß gelernt werden, bevor es gekonnt sein kann. Erst die über eine eigenständige, 1 1/2 jährige berufliche Fach-Ausbildung und Prüfung erworbene Sonder-Qualifizierung rechtfertigt, von Budopädagoginnen und -Pädagogen zu sprechen. Und die sind in der Regel auch im entsprechenden Berufsverband (BvBP) organisiert, der u.a. durch Fortbildungsangebote die Qualitätskontrolle und -Sicherung übernimmt.

Seit 10 Jahren bildet das deutsche Institut für Jugendarbeit in Gauting (bei München), ein Pionier in Sachen Budo und Sozialpädagogik schon seit 20 Jahren, Budopädagoginnen und -Pädagogen aus und zertifiziert die erfolgreichen Absolventen, ab Februar wird dies auch in Österreich beim

Bildungshaus Breitenstein in Linz der Fall sein.

Nur (oder schon) etwa 120 Kampfkünstler, die gleichzeitig Erzieher, Lehrer, Pädagoge, Psychologe oder Heilpraktiker sind, sind mittlerweile als Budopädagogin/-pädagogin ausgebildet und vertreten das Fachgebiet in Deutschland, der Schweiz und ein paar ganz wenige in Österreich. Alle haben jedoch aufgrund ihrer Vorqualifikationen, Kompetenzen und Berufserfahrungen eigene Schwerpunktsetzungen, bezogen auf die eigene Budo-Grundlage und vor allem ihre jeweilige Zielgruppe, mit der sie bisher bereits gearbeitet haben. Manche haben bereits ihre Ansätze und Ergebnisse publiziert, andere evaluieren noch. Die meisten sind in ihrer Arbeit erfolgreich, alle jedenfalls zumindest zufrieden und identifiziert mit ihrem neuen Berufsfeld. Budopädagoginnen und -Pädagogen sind leidenschaftliche Profis! Sie sorgen für Bewegung nicht nur bei den Teilnehmern ihrer Spezial-Angebote, sondern auch in der Pädagogik-Szene selbst. Die innovative Budopädagogik wird sich als professionelle Methode weiter etablieren - zum Wohle unserer Klientel und Gesellschaft. ✘

05/10
74-77



Weiterbildung Budopädagogik 2009 - 2011

Weiterbildung Budopädagogik 2011 – 2013

- ✘ qualifiziert zur Arbeit mit Zielgruppen in besonderen Problemlagen
- ✘ richtet sich an Sozialpädagogen/innen, Erzieher/innen, Heil- und Sonderpädagogen/innen, Sportlehrer/innen, Psychologen/innen, Psycho- und Physiotherapeuten/innen, Budoka-Trainer/innen
- ✘ Voraussetzungen sind Erfahrungen in einer asiatischen Kampf- bzw. Bewegungskunst

Neubeginn 27. Mai 2011

Der Kurs umfasst 9 Kursteile, überwiegend am Wochenende und endet im März 2013



Institut für Jugendarbeit • Germeringer Straße 30 • 82131 Gauting bei München

Telefon: 089 / 89 32 33-10 • Fax: 089 / 89 32 33-33

e-mail: tierling@institutgauting.de • www.institutgauting.de • www.budopaedagogik.de