

Taekwondo als Therapie im Strafvollzug

Bayerische Sportjugend führt Projekt in Aichach
zum Abbau von Aggressivität und
Gewaltbereitschaft durch

Ende letzten Jahres lud das Institut für Jugendarbeit Gauting bei München zu einem Seminar "Friedfertigkeit durch Kampfsport" ein. Der Gastreferent, Dr. Jörg Michael Wolters, Begründer des ersten sporttherapeutischen „Antiaggressionstrainings für inhaftierte Gewalttäter“, stellte sein positiv verlaufendes Projekt vor und rief gleichzeitig die teilnehmenden Kampfkunstlehrer, Sozialpädagogen und Jugendbetreuer zur Nachahmung auf. Ein weiterer Referent war Reiner Hofer, Taekwondolehrer aus München.

Gisela Bartmann, Vorsitzende der bayerischen Sportjugend, wurde von dieser Thematik inspiriert und nun ihrerseits aktiv. In Zusammenarbeit mit der bayerischen Taekwondo Union (im BLSV) hat sie im März dieses Jahres das Projekt „Kampfkunst im Strafvollzug“ ins Leben gerufen. Ihr langjähriges Engagement in der Justizvollzugsanstalt Aichach mit den dortigen Insassinnen erleichterte ihr den Start. Es ist eine Maßnahme, die

auf der Grundlage der asiatischen Kampfkunst Taekwondo,
die Aggressivität und Gewaltbereitschaft der Teilnehmerinnen
gezielt und systematisch abbauen

sowie die Selbstdisziplin stärken soll. Begleitet wird dieses in Bayern bisher einmalige Projekt von Katja Merken-
schlager, BSJ - Bildungsreferentin.

Bedeutsam ist, darauf hinzuweisen, daß sich diese Maßnahme an eine sehr schwierige Zielgruppe wendet. Bekannt ist auch, daß sich für die inhaftierten jungen Frauen das gewaltlegitimierende und -fördernde Milieu negativ auf die Resozialisierung auswirkt. Gerade dieses Klientel ist meistens nicht sehr kooperativ und äußerst selten zu Veränderungen motiviert.

Die breite Palette von sorgfältig zusammengestellten Übungen soll den realen Bezug des Trainings herstellen,

d. h. die Friedfertigkeit praktisch üben, lernen und stabilisieren

Das aggressive Verhalten soll ganzheitlich (Körper, Geist, Seele) abgebaut werden.

Das Interesse ein erlebnisintensives, sportpraktisches und zielgruppenorientiertes Training zu entwickeln, war nach dem Modell von Jörg Michael Wolters schnell formuliert.

Für Reiner Hofer, Taekwondolehrer und Initiator „Taekwondo im Schulsport“, haben Beweglichkeit, Körpergefühl und Ästhetik, die Körperbeherrschung, die Anstrengung und natürlich auch der Spaß am Unterricht, einen sehr hohen Stellenwert. Das Ganzkörpertraining ist dem Wesen nach Theorie und Praxis des Yoga oder den „körpertherapeutischen Verfahren“ näher verwandt, als dem Kampfsport, der doch sehr norm - orientiert ist. Hier geht es nicht um den Sieg über einen Gegner, sondern immer um den Sieg über das eigene Ich.

Kampfkunst ist Ausdruck psycho - physischer Selbstbeherrschung von Körper und Geist. Es geht darum, sich mit einer Übung ganz zu erfassen, seine Bewegungen durch Wiederholungen zu verbessern, sich selbst zu beobachten und verbessern.

Körper und Geist zu harmonisieren, das ist das Ziel
einer modifizierten Art des Taekwondo,
wie sie bei diesem Projekt Anwendung findet

Mit in der Geschwindigkeit wechselnden dynamischen Bewegungen und dem „Spiel“ (nicht Kampf) mit der Partnerin, die alles andere ist als ein Gegner. Hier geht es darum, seine Gedanken und Gefühle, seine Wut oder Angst zu kontrollieren und auszublenden.

Ein weiteres wesentliches Prinzip ist die Achtung vor dem Partner, der bewußte Verzicht auf Trefferwirkung; die Selbstbeschränkung als Grundbedingung echter Fairneß. Deshalb wird die Kampfkunst auch als Charakterschule bezeichnet, als ein lebenslanger Weg („Do“) der Selbstfindung und des Kampfes gegen den inneren Schweinehund.

Festzuhalten ist ferner, daß die aggressiven Verhaltensweisen stets als nicht erfolgreich erlebt werden sollen. Vielmehr wird beim Kampfkunsttraining aggressives Verhalten als erfolgloses Handeln erlebt, und daher verlernt.

Aggressives Verhalten wird als störend erlebt und
läßt die Übungen systematisch mißlingen

so z.B. als Niederlage, Disqualifikation, Leistungsblockade. Darum scheinen asiatische Kampfkünste für die Sporttherapie und nicht nur an Gewalttätern ideal geeignet sein.

Das Taekwondo - Kampfkunsttraining wendet sich an überdurchschnittlich aggressive, aber gleichermaßen auch an überempfindlich reagierende junge Frauen und könnte demnach auch als Sensitivity - Training bezeichnet werden.

Vorgesehen für den 5 - monatigen Intensivkurs sind maximal 10 Teilnehmerinnen, die einmal wöchentlich an Gesprächen über Gewalt und 1- 2 mal wöchentlich an der „sporttherapeutischen Maßnahme“, d.h. der praktischen Übung der asiatischen Kampfkunst Taekwondo teilnehmen sollen. Die Teilnahme ist freiwillig, aber verbindlich. Die Teilnahmemotivation wird durch Lockerungen im Vollzug unterstützt.

Wir berichten weiter.

Gez. Reiner Hofer



v. li n. re.: Gisela Bartmann, Reiner Hofer, Katja Merckenschlager