



---

---

**Konzept**  
des Berliner Ju-Jutsu-Verbandes

# **Gewaltprävention an Schulen**

**Ju-Jutsu**

zur

**Konfliktvermeidung**

**Selbstbehauptung**

**Selbstverteidigung**

**Kampfsport und Kampfspiele**

**Adressatengruppen:**

Grund- und Oberschulen, Lehrer, Trainer  
Schüler- und Mädchengruppen

**Zeitungsfang:**

Tagesprojekt, Wochen- oder Halbjahresprojekt an Schulen  
Mind. 3 Zeitstunden, Theorie und Praxis



Inhalt:	Seite:
1. Vorwort	3
2. Grundlagen zum Konzept	4
2.1. Schülerumfeld und Ursachen der Gewalt	4
2.2. Problem der Lösungsansätze	6
2.3. Gewaltursachen aus Schülersicht	7
2.4. Gewaltform und Bewaffnung	8
2.5. Gangs als Gefängnis	9
2.6. Die Eltern	10
2.7. Strukturen der Gruppen und Gangs	11
2.8. Motorische Schwächen	12
3. Das Konzept	12
3.1. Eine sportliche Gegenmaßnahme	12
3.2. Etikette statt Verbote	13
3.3. Forderung nach Regeln	14
3.4. Situatives Gewalttraining	14
3.5. Täter- und Opfer-Profil	15
3.6. Trainingsbereiche	16
3.7. SB- und SV-Training mit kleinen Kindern	16
3.8. Mädchen-SV	17
3.9. Schüler-SV	17
4. Themenkatalog	18
4.1. Theorie	18
4.2. Praxis und Training - Grundlagen	21
4.2.1. Kampfspiele	21
4.2.2. Technik-Einführung	22
4.2.3. Selbstverteidigung / Angreifer- / Verteidiger-Rollen	22
4.3. Eine Lehr-/Trainingseinheit	23
4.4. Hilfsmittel	24
5. Fazit	24
5.1. Ju-Jitsu als Gewaltprävention	24
5.2. Gewinn aus pädagogischer Sicht	25
6. Ju-Jitsu – eine Einführung	25
7. Literaturverzeichnis	27
8. Notfall, Telefonkontakte, Handlungskette	29
Kontakt	31



## 1. Vorwort

Im Folgenden das Konzept zur Gewaltprävention des Berliner Ju-Jitsu-Verbandes. Die Adressatengruppe sind vor allem Schüler der 5. bis 10. Klassen (10 – 16 Jahre), gleich welchen Schultyps.

Im jährlichen Lisum des LSB besteht das Angebot zur Fortbildung auch für Lehrer. Sämtliche Eindrücke zu Ursachen und Systematik von Gewalt und Strukturen (Gangs, ...) beruhen auf Beobachtungen und den täglichen Kontakt zu Schülern, Eltern und Lehrern in Verein und Schule sowie pädagogischen und soziologischen Grundlagen. Bisher wurden wir von Schülern, Eltern, Lehrern und in Seminaren der HU Berlin bestätigt. Hierbei geht es um Anti-Gewalttraining an Schulen durch Ju-Jitsu, das modernste Selbstverteidigungssystem.

Ju-Jitsu ist trotz traditioneller Etikette kein traditionelles starres System, es wird alle 2 bis 4 Jahre den technischen und methodischen Erkenntnissen in Theorie und Praxis angepasst. Seit einigen Jahren gibt es entsprechende Methoden und Inhalte, Ju-Jitsu sogar als Fach an Schulen zu unterrichten.

Der Deutsche Ju-Jitsu-Verband leistet hier Pionierarbeit durch Seminare und JJ-Lehrer-Lizenzen für Schulen.

Der Berliner Ju-Jitsu-Verband (Mitglied im DJJV und LSB) ist in Berlin der einzige dieser Branche, der sich mit der Problematik und Lösungsansätzen für Gewalt an Schulen auseinandersetzt.

Ju-Jitsu hat eine große Spreizung der möglichen Anwendung:

- Prävention  
Wissen über Täter-/Opferprofile, Gefahrenerkennung, Deeskalation
- Selbstbehauptung  
Handlungsregeln für Mimik, Gestik, Stimme/verbal, meidend oder progressiv
- Selbstverteidigung  
von weich (Kinder-SV) mit hohem Anteil an Kampfspielen bis hart (Frauen-SV); komplettes Prüfungsprogramm in Gürtelstufen oder anwendungsbezogene Kurse
- Wettkampfsport  
Fighting, Duo, Allkampf

Jedes Programm ist nach Adressatengruppen zusammengestellt, da die Gewichtung der Themen abhängig ist vom Schultyp, Alter, ob co-edukativ oder getrennt verfahren wird.

Da es hierzu keinerlei Literatur gibt, muss dieser Leitfaden ständig angepasst und erweitert werden.

Im Folgenden werden nicht nur Ursachen und Wirkungen jüngsten Schülerverhaltens aufgezeigt, sondern eine für Lehrer und Schüler gleichermaßen interessante Möglichkeit einer Gegenmaßnahme zu Verrohung, unsozialem Verhalten oder einfach nur einer Vorbeugung verschiedener Gewaltformen beschrieben.



## 2. Grundlagen zum Konzept

### 2.1. Schülerumfeld und Ursachen zur Gewalt

In den letzten Jahren ist eine sehr negative Entwicklung von Schülerverhalten und Gewaltzunahme zu verzeichnen.

Gewalt hat in vielen Formen unter Schülern mittlerweile einen täglichen Stellenwert, ob verbal, körperlich, durch Bedrohung, Demütigung oder Mobbing.

Der Abstumpfungsgrad, Gewaltpegel und die Konflikt-Lösungs-Unfähigkeit ist sicherlich ein Produkt der hohen Scheidungsquote Berlins, der Familien mit täglicher Gewalt aller Formen und dem Fehlen von „Familienleben“. Dazu kommt ein zunehmendes Gewaltangebot in Film und Spiel, abnehmende Anzahl der Spielplätze und Kreativität für Kinder und eine Flut an Vorbildern der Medienwelt, die den Kern folgender Problematik vorleben:

es gibt keine Intimsphäre, keinen Respekt, keine Distanz und keine Tabus mehr, weder sprachlich noch in Tat!

#### Einige der negativsten Beispiele:

Die meisten namhaften Jugendidole kümmern sich in ihren Veröffentlichungen hauptsächlich um das Niedermachen Anderer, Intimsphäre ist ihnen unbekannt, wäre auch nicht lukrativ. Der Lieblingsspruch einer bekannten TV-Moderatorin in jeder ihrer Sendungen ist, „...der Schwächste fliegt... wer fliegt jetzt raus...?“ und läutet das öffentliche Rauskicken der Schwächeren ein. Im Einzelfall eigentlich kein Problem, aber seit über 10 Jahren haben wir in Deutschland den Overkill zu diesem Thema.

Auf MTV heißt das „Dismissed“, auf RTL „Big Brother“ oder „Der Bachelor“, und jeder TV- und Radio-Sender zieht mit.

Bei diversen „Quatsch dich aus“-Sendungen werden definitiv versöhnungswillige Menschen hinter den Kulissen vor der Sendung mit Falsch-Informationen aufeinander gehetzt. Versöhnung ist hier absolut nicht erwünscht. Diese Aussage ist durch Teilnehmer in einer der bekanntesten Mittags-Show belegbar. Interessant und kaum noch zensiert ist also, was Andere bloßstellt oder verletzt. Es muß zoffen!

Auf Giga-TV werden nachts stundenlang im Testmodus Blut-spritz-Videospiele vorgestellt. Es gibt nichts anderes außer Geballer, Tote und Massenvernichtung.

Sinn und Ziel werden nicht genannt, lediglich die graphische Gestaltung wird dabei bewertet.

Die BVG machte 2003 einen SMS-Wettbewerb für coole Sprüche und biederte sich dabei auf billige Weise den Schülern an: „Wer hat den fettesten SMS-Spruch drauf?“ Danach: „Sieger ist: Okay, hässlich sein ist ja erlaubt, aber du übertreibst es echt!“

Radio Energy anlässlich eines Todesfalles bei der Schüler-Olympiade in Berlin: „Beim warm-up in der Kugelstoßgrube wurde doch einer kalt gemacht, weil er mit dem Kopf gegen die Kugel rannte, hahaha...“

Hierzu rief ein Verbandsmitglied zur Beschwerde beim Sender an, wurde aber ständig in der Leitung hängen gelassen.

Fritz Radio riet einem erfolgreichen Sprayer in Berlin, weiter die Hauswände (anderer Menschen) zu „verschönern“, sich aber nicht erwischen zu lassen.

Kiss-Radio lädt in der „Fuck-you-Hotline“ zur öffentlichen Beschimpfung Anderer ein. Fragt man in Schulprojekten nach coolen Dingen, werden solche Beispiele oft genannt!



Bei einer 15.00 Uhr-Kino-Vorstellung des Zeichentrickfilms „Findet Nemo“ lief 2004 vor Kinder-Publikum ca. 25 Minuten Werbung, davon 90% Tabak- und Alkohol-Reklame, als wenn es Absicht wäre. Intakter Jugendschutz?

Bei einem 16.00 Uhr – Fernsehfilm tauchte 2003 erstmals Sex-Hotline-Werbung um die Mittagszeit auf: „Willst du fremdgehen? Dann wähle 0190 ...!“

Song-Texte der meisten deutschen Rapper sind gewaltverherrlichend. Sowohl sexuell durch Beschreibung von Vergewaltigungen und der Wertlosigkeit von Frauen, „Miezen, Schlampen, Tussies, Nutten, ...“, als auch durch Abgrenzungen von Gruppen, Gebieten, Fremder usw. Berliner Rapper haben in jedem Videoclip eine fast schon rituelle Darbietung von Schlagring, großer Pistole, Bestrafung eines Gegners in einer Prügelszene und bemühen dabei Zeichen, Tattoos oder Anhänger in Anlehnung an den Yakuza-Kult in Japan. Rache als Selbstzweck zur Gewalt und Clans sind wieder in – der Gesetzgeber schaut seit über 10 Jahren absolut tatenlos zu! Null Reaktion und null Prävention!

Da diese Dinge Hauptgesprächsstoff in Schulpausen sind und sich gleichzeitig auch die Umgangsformen dahin anpassen, darf man einen Zusammenhang und einen Teil der Ursachen für Verrohung und Gewaltbereitschaft darin sehen.

Was sprachlich beginnt, wird allmählich im eigenen Umgang verinnerlicht.

Es entstehen Subkulturen plus der folgenden Gewalt und Distanzverlust, in bestimmten Bezirken Banden, Waffenkult, Intoleranz und Nachahmungen in ganzheitlicher Form mit gleichen Werten. „Selbstkontrollen“ der Medien sind diesbezüglich jedenfalls missglückt.

Wer sich hierzu eine Zensur wünscht, gilt als Spießer!

Es würde nur sämtlichen Vermarktungsstrategien im Wege stehen!

Man muss schon „hipp“ bleiben.

Folgende Beispiele sind in ihrer Wichtigkeit eher Erwachsenen als Schülern zuzuschreiben, allerdings sollten sie in punkto gestörtem Gerechtigkeitsempfinden und Beeinflussung durch ein „Vorbild“ genannt werden:

Politische Abgeordnete und wohlbezahlte Vorstände mit zahlreichen Lufthansa-Meilen-Skandalen, bezahlten Bordellbesuchen, Gratis-Flügen mit Bundeswehr-Gerät in den Privat-Urlaub und als Krönung der Bezug von Arbeitslosengeld eines tatsächlich arbeitslosen Abgeordneten der PDS, der allerdings 4000.- Euro Netto-Bezüge als „Mann des Volkes“ kassierte, alles nach dem Motto „nimm, was du kriegen kannst“. Moral egal!

Es folgen aus der Sicht des Normalbürgers und –Schülers lächerliche Strafen.

Das ist zwar definitiv von keinem großem Interesse in den 7.-9. Klassen, allerdings tun diese häufigen Skandale ihr Übriges. Es ist eine Dauerberieselung von kulturlosem Verhalten.

So gesehen geht die „Jugend“ nur konform mit dem politischen und sozialen Umfeld.

Die Sprüche und Zeichen an Berlin´s Hauswänden können als Hilferufe nach kreativer Freizeit und sogenannten Werten gesehen werden!

Die 8. Klassen (13 Jahre) gelten unter Lehrern als die schwierigsten Jahrgänge.

„Unsere Problemkinder“ heißt es, höchste Abgangsquote und Straffälligkeiten im Vergleich mit Älteren und viele unangenehme Klassenfahrten mit Ausschreitungen.

Die Vorfälle: Mobbing, Alkohol, Sachbeschädigung, Schlägereien etwas seltener.

Viel Energie bei absoluter Ideenlosigkeit! Das Alter der Selbstfindung und -bestätigung bringt auch je nach Einzugsgebiet und Labilität die Mitgliedschaft in Gangs oder Waffenbesitz.

Gewalt war lange das Privileg der Hauptschulen, mittlerweile machen auch schon

Realschulen und Gymnasien diese Erfahrung.

„Krasse“ Lösungen überwiegen - ganz wie bei den vielen (unbewussten) Vorbildern. Es wird schwieriger Kompromisse zu suchen oder nur ein sachliches Gespräch zu führen. Lehrer, ob sie Schüler tatsächlich demütigen oder von einigen Schülern nur als negativ empfunden werden, werden bereits erschossen.

Der Wunsch dazu ist nicht mehr selten und wenn schon nicht real, dann wenigstens durch Ankündigung an der Tafel, telefonische Drohungen oder eben nur im Videospiel. Somit passen sich Schüler nur ihren Vorbildern in den Medien und ihren Möglichkeiten an! Der Kreislauf beginnt, da mehr und mehr Medien-Vertreter auf den Trend-Zug aufspringen und sich somit dem Trend anbietern. In Form von Spiel, Spaß und Musik!

## 2.2. Das Problem der Lösungsansätze

Es ist offensichtlich, dass Begriffe wie Disziplin, Moral und Werte in Deutschland geschichtlich bedingt heute schwer vermittelbar und umsetzbar sind.

Wer über Moral spricht ist spießig oder wird bei Umsetzung von Disziplin schnell im 3. Reich untergebracht. Diesen Gefallen tut sich niemand gerne, also Mund zu und durch.

Der Artikel des Spiegel „Nobel statt Nabel“ im Juli 2003 (28/2003) u.a. beschreibt die Ohnmacht gegen diese Eskalation, da gesellschaftlich, also gleichzeitig von mehreren Seiten oder Institutionen nichts unternommen wird.

Allenfalls punktuell wird mit guten Ideen und Ansätzen gearbeitet, so z.B. an Privatschulen, in der DSJ, Vereinen und Sondereinrichtungen für Jugendliche.

Allerdings immer weniger durch Senats-Unterstützung – kein Geld für Prävention.

Erfasst wird seltener die Primärgewalt (1. Anzeichen) und Sekundärgewalt, staatliche Ressourcen dienen meist nur der oft zu späten und teuren Arbeit gegen Tertiärgewalt.

Ein weiteres Problem sind falsche Referenten, Lehrer oder Pädagogen, denen die Schüler-Werte (z.B. Ehrgefühl), Interessen, Sprache und Anderes nicht ganz zugänglich sind, die aber auch nichts Interessantes außer Theorie anbieten können. Höchstens „alberne Rollenspiele“. Sie erscheinen den Problemschülern und gewaltbereiten Jugendlichen wie von einem anderen Stern, referieren über Verhaltensweisen zur Deeskalation mit durchaus richtigen Ansätzen aber es bleibt beim Vortrag oder der Theorie des sozialen Lernens. Es bleibt beim Wunsch eines Schülers, sich zu ändern - nicht von langer Dauer, weil ohne Erfahrung und ohne Fühlen.

An Hauptschulen, sonderpädagogischen Einrichtungen oder BB-10-Schulen dauert das „Ködern“ und Begeistern für neue Werte sehr lange, entsprechend schwierig gestaltet sich hier die Finanzplanung.

Kurz- oder mittelfristige Projekte an Schulen im Unterricht oder AG's über Halbjahre oder ganze Schuljahre sind nur noch aus Klassenkassen mancher Schulen finanzierbar.

Erziehungsresistenz vieler Gewalttäter macht eine nachträgliche „Korrektur“ der Gewaltstrukturen an Hauptschulen oder sozialpädagogischen Einrichtungen z.T. unmöglich.

Die Jugend-, Bildungs- und Sozialpolitik erhält die Quittung für Tatenlosigkeit im Präventionsbereich – das Fach soziales Lernen und lebhafter und schülerorientierter Werteunterricht wären ein denkbarer Impuls. Warum keine positive „Moralpredigt“, wenn die negative Seite allgegenwärtig ist und legal zu sein scheint? Das wäre Prävention statt zu sachter Intervention und zu später Kuration!

2004 fordert die CSU ein Jugend-Ausgangs-Verbot nach 20.00 Uhr ohne Begleitung durch Erziehungsberechtigte. Beim Anblick der Statistik der Jugendkriminalität schon verständlich, vor allem es ist aber schon wieder nur Symptom- statt Ursachenbehandlung!



### 2.3. Was führt aus Schülersicht zur Gewalt und Gangs?

Zuerst einmal muss festgestellt werden, dass die hier aufgeführten Zustände noch nicht alle Einzugsgebiete oder Schulen erreicht haben, der Trend geht allerdings in diese Richtung! Damit Außenstehende die anderen Werte und Interessen mancher Schüler besser verstehen, folgende Aussagen der 8. -Klässler, 14 Jahre, in Schülersprache:

„Es ist alles so ätzend, Gelaber in der Schule, oft Gelaber zu hause, tu dies, tu das, ihr müsst dies, ihr müsst das....., wenn ich zu hause bin und meine Alten sind nicht da, hau ich mich erst mal vor die Glotze...,voll cool, bei Jack Ass (MTV) haben die um die Wette gekotzt...“, u.s.w.

In den Erzählungen, meist im Sprechblasen-Stil, kommen fast nur coole Dinge wie o.g. vor, die Jungen stehen auf die krassen, meist körperlichen, demütigenden oder ekeligen Darstellungen, die Mädchen mehr auf das Rausfliegen irgendwelcher uncooler Leute; wer voll toll ist, Figur, Outfit, Ausgrenzungen. Die, die man nicht kennt, sind meist Zicken!

Diese Ausgrenzungen, falsches Wir-Gefühl und Feindbilder, führt dann über kleine Gruppen und Cliques zu Gangs. „ In der Gang sind alle cool, da hast du keinen Stress!“ Aber auch bei einzelnen Gewalttätern treffen die gleichen Ursachen zu.

Zu hause, in der Schule und die leisen Typen auf der Straße sind dermaßen langweilig, anti und ätzend, dass man etwas dagegen tun muss.“ Schon in der Ruhe liegt eines der Probleme. Die Regeln und „Launen“ der Schule und der Familie werden als Hauptgrund für Frust und Aggression genannt. Die leisen Typen auf der Straße kommen dann wie gerufen.

Anhand der genannten Ursachen für Distanz, Verrohung, Verletzung jeglicher Intimsphären, Respektlosigkeit und definitiv zunehmender Verdummung (auch ohne Pisa-Studie merken wir das) könnte man annehmen, dass jede Form von Regelwerken, Respekt oder Werte-Denken auf Ablehnung stößt.

Dem ist nicht so! Näheres dazu später.

Wenn man ein Vorbild für Mode oder Art des Verhaltens feststellen wollte, so trifft dies zu 90% die Rapper- und Hip-Hop-Szene aus den USA und neuerdings sogar die Berliner Szene. Hier geht´s lang nicht mehr um Musik, die coolsten Rapper gehen mit Schusswesten und Bodyguards zum Konzert und machen daraus eine Show!

Deren Werte und Verhalten werden kopiert, also sollte man schon kommerziell denken, teure Klamotten tragen und sich körpersprachlich wie auch verbal dicht an den aktuellen Idolen und den selbsterklärten „Gangsta-Rappern“ halten.

Es ist nicht mehr die uniformierte harte Bande aus den 70ern in Deutschland, die mit irren Namen (Jets, Tigers, Panthers..), gleichen Jacken und Mutproben wie in „West Side Story“ in den USA der 50er ums Revier kämpft.

Es gibt zum Teil eine Definition von Feinden. Das sind bei rechtsradikalen oder ausländischen radikalen Gruppen z.B. Deutsche, Türken, Araber oder Russen, wobei die Abgrenzung und Feindbilder oft nur als Alibi zur Gewalt dienen.

Radikal ist nicht gleich politisch! Es geht nicht um politische Ziele, es geht um eine Definition von „Wir“ und den „Anderen“ zum Selbstzweck – für´s Feindbild.

Es sind die Langweiler, die andere Schule, Straße, Bezirk oder die andere Kleiderordnung, die Grund zur Gewalt sind. Darum geht es in unserem Konzept.

Mal geht es auch nur um Abziehen – Raub guter Jacken, Handy´s oder Schuhe.



Das übertriebene Nacheifern von Vorbildern, Ritualen oder Gangs mit „Kodex“ ist eine Suche nach einer Anleitung mit Kompetenz. Egal ob in der Schule oder zu Hause. Ein Indiz für eine Suche nach Regeln und Grenzen ist Folgendes:  
30% neuer Schüler im Verein zwischen 5 und sogar über 18 Jahren neigen immer häufiger nach ca. 4 Wochen dazu, den Trainer mit leichten Regelüberschreitungen zu testen!  
Der Trost aus Sicht des Trainers: hier sind die Freiwilligen!  
Wer kompetent und erklärend mit einem Regelwerk zurechtweist, hat Erfolg.  
Auch in Gangs fallen Regeln auf.  
Sie beschreiben Hierarchie, Werte, Zusammenhalt, Abgrenzungen und oft auch familiäre Rollen. Es ist das einzige Regelwerk, nach dem diese Mitglieder handeln.  
Gegenüber dem Opfer wird fast jeder Ehrenkodex durch tabulose Gewalt ersetzt.  
Schwache Opfer ohne Gegenwehr lässt man nach Demütigungen, Raub und leichten Blessuren ziehen, stärkere mit Standpunkt, Meinung oder Gegenwehr müssen bluten.  
Die dabei vorkommende Gewalt schockiert auch Kriminologen und Jugendarbeiter.  
Jedes Motiv des jugendlichen Gewalttäters ist ein Kartenhaus.  
Es zählt schließlich nur der Moment, der Kick. Die wahren Gründe sind rapide steigende Verwahrlosung und Dauer-Input von Gewalt und Demütigung.

Einige Tatmotive und Aussagen bei intensiven Gesprächen nach der Tat:

Erklärung zuerst:

„Es ist halt passiert, ....ich hab nur noch diese blöde Fresse gesehen, .... alle haben gebrüllt, da bin ich ausgeflippt, ...ich hasse solche Typen, ...wieso latscht der Langweiler auch voll durch uns durch, ...er hat ja selbst nicht aufgehört, ...weil er´s verdient hat, ...wenn der so blöd guckt...“

Erklärung später:

„...das wollte ich nicht, ...irgendwie reingesteigert“

Erklärung zuletzt:

„...ich weiß nicht!“ ...immer wieder...

Die Gefühle in diesem kurzen Moment der Tat:

Frust, Langeweile, Feindbild, Unbesiegbarkeit in der Gang, Eskalation durch die Gang im Rücken, von ihr vorangebrüllt zu werden, ... im Affekt blind, alles egal!

Davor also Kick. Und danach Macht!

Eskalationen bis zum Tod oder Verkrüppelungen gibt es nun schon bei 12 -Jährigen.

Soweit zu Hause Frust, Verwahrlosung, Gewalt und die genannten Vorbilder im Alltag überhand nehmen, wird fehlender Respekt und fehlende Körperwahrnehmung zu fehlendem Mitleid und Gnade!



## 2.4. Gewaltformen und Bewaffnung

Nach Keupp (1976) werden 3 Stufen der Gewaltpräventionen genannt:

- Primäre Gewaltprävention: Setzt vor dem Auftreten von Gewalt an. Präventiv.
- Sekundäre Gewaltprävention: Setzt bei ersten Gewalttendenzen ein. Verhaltenstraining.
- Tertiäre Gewaltprävention: Setzt bei verfestigten Gewaltformen ein.

Laut Positionspapier der Sportjugend Niedersachsen (2002) ist Sport als Gewaltprävention bereits in der primären Stufe an Schulen einzusetzen.

Die Folgen der Gewalt (hier meist Primär- und Sekundärgewalt) werden geplant oder billigend in Kauf genommen.

Das Opfer sei schließlich selber schuld.

Sollte sich wirklich niemand finden, den man als Gegner sieht, so reichen Fahrräder, Hauswände, Busse oder Mülleimer.

In Gangs sind mindestens 2/3 bewaffnet, Einzeltäter unterliegen weniger diesem Zwang.

Bisher konnten die meisten Waffen über eine bekannte Tabakladen-Kette vertrieben werden, seit der Waffengesetz-Verschärfung am 1.4.03 dienen Exportläden dazu.

Altersprobleme gibt es dabei nicht, allein in Reinickendorf gibt es zahlreiche Exportläden, die für Geld jede Waffe besorgen. Die häufigsten Waffen sind alle Formen von Messern.

Hoch im Kurs steht nach wie vor das Springmesser, das Balisong (asiatisches Klappmesser), der Faustdolch (nur zum Zusteichen geeignet) und kurze Kampfmesser. Danach folgen Teleskop-Schlagstöcke, kurze Alu-Baseballschläger und Schusswaffen. Altershürden gibt es keine und gegen misstrauische Eltern gibt es einen Verteiler, der die Waffen besorgt und abends einsammelt.

Das Zeigen in der Schule ist für viele Pflicht, wer ihn verrät, hat danach viele Feinde.

Im Ernstfall läßt 1/3 die Waffe stecken, 1/3 droht damit. Das letzte Drittel plant den sanften Einsatz, also „Anritzen“ oder eine Zeichnung des Opfers oder sogar den Einsatz mit allen Konsequenzen.

Statistisch gesehen wird jeder 12. Berliner Opfer einer Straftat. Allerdings konzentriert sich dieser Anteil auf Jugendliche, so dass ohne Berücksichtigung der Dunkelziffer die Wahrscheinlichkeit hier doppelt so hoch liegt. Das deckt sich mit Berichten der Schüler.

Ob bewaffnet oder nicht, ernstzunehmen ist die von Gangs ausgehende Gewalt aufgrund des Gruppenzwanges immer. Dies trifft auch auf kleine Gruppen von 2 bis 3 Tätern zu.

Der Bordsteinkick kam in Berlin zu unrühmlicher Ehre unter Jugendlichen; dem bewusstlosen Opfer werden sämtliche Zähne und Gesichtsknochen auf der Bordsteinkante mit einem Tritt auf den Hinterkopf zerstört.

Das gezielte Eintreten auf Kopf, Knie und Genitalien eines Opfers zeigt die Charakterzüge der Actionfilme, bei denen Hinrichtungen und Zeichnungen des Verlierers als Warnung regelrecht zelebriert werden.

Messerstiche in den Bauch werden in vielen Gangs als hartes Mittel akzeptiert, da angeblich nur der Stich zu Hals und Brust tödlich sei.

Der Körper als solcher wird nicht richtig bzw. gar nicht wahrgenommen!

Im Rausch der Tat regiert eher Vernichtungsdrang als nur Bezwingung eines Gegners.

Dieses Gefühl passiert besonders in der Gruppe während der Tat.

Zu ruhiger Stunde, alleine wie im Interview, geben Gangmitglieder die Übertreibung und den übertriebenen Zwang durchaus zu.

„Es ist halt so, du kannst nicht anders!“

Es fällt einem dazu der Spruch älterer Generationen ein: „Damals gab es noch Ehre. Wer am Boden lag, hatte verloren, man trat nicht mehr auf ihn ein...!“

Die Zeiten wandeln sich mit ihren Vorbildern.

## 2.5. Gangs als Gefängnis

Bereits bei der ersten „Prüfung“ des Mitglieds in der Gang führt das „Sich-beweisen-müssen“ zur Eskalation. Jedes Zurückziehen oder Schlichten wäre Schwäche.

Betrachtet man die Gang als einzigen vorhandenen Wert und Bestätigung, sieht man auch die Ausweglosigkeit.

Man tut etwas aus Langeweile, dass den Kick gibt aber weit über das Ziel hinausschießt.

Ein Austritt wird, soweit kein Umzug vorliegt, meist als Ablehnung oder Verrat gesehen.

Die Konsequenzen sind nicht selten Verfolgung und Rache.

Viele Schüler begründen die Fortsetzung entweder mit Angst vor dem Ausstieg oder dem Trott, dort weiterzumachen.

## 2.6. Die Eltern der Gewalttätigen oder Gangmitglieder

Nach Aussage der Schüler wissen sie gar nichts, würden „überkrass“ reagieren.

Tatsächlich sehen die meisten betroffenen Eltern nicht die zwei Gesichter ihrer Kinder, würden selbst das Beschmieren oder eine Bewaffnung niemals ihrem eigenen Kind zuordnen. Einige Schüler haben große Angst vor der Aufdeckung, fürchten gewaltsame Reaktionen oder sogar den Ausschluss aus ihrer Familie.

Erschreckenderweise sagen die meisten der befragten 12- bis 16-Jährigen aus, dass ihre Eltern zum Zeitpunkt ihrer Heimkehr zwischen 23.00 und 3.00 Uhr schon schlafen.

Egal ob dies Aufgabe oder Vernachlässigung der Erziehung bedeutet, die Möglichkeit krimineller Karrieren wird damit erleichtert.

## 2.7. Strukturen der Gewalttätigen oder Gangs

Ohne eine Kulturdebatte entfachen zu wollen muss erwähnt werden, dass nach Aussage fast aller Schüler vor allem Schüler bestimmter Herkunft eher zu Gangs neigen, egal welchen sozialen Standes oder Einzugsgebietes. Auch, wenn nicht als Minderheit vorhanden, sondern aufgrund anderer Auffassung des „männlichen Auftretens“.

Die Thematisierung anderer Werte oder erziehungsbedingter Differenzen sind an den Schulen jedoch nicht erwünscht, sobald dabei stärkere Neigungen zu gewaltsamen Lösungen entdeckt werden. Ausländische Schüler der von Mitschülern häufig als aggressiv bezeichneten Nationalitäten dürfen nach eigener Aussage ebenso wenig hauen wie andere, beschreiben aber selbst das Hauen, Rempeln und Abziehen als notwendig, um Ehre oder Anspruch zu verteidigen. Macho sein sei also nicht schlecht. Dies trifft bei direkten Befragungen oder über Mitschüler eher auf bestimmte Herkunftsregionen zu. Das sogenannte Problem der Integration von Ausländern *allgemein* entpuppt sich als Problem der Integration *bestimmter* Ausländer!

Der Spruch „was guckst du?“ mit Akzent ist nicht nur ein Scherz unter Schülern. Sie fürchten türkische Jugend-Gangs und ihre Racheakte, sehen aber keine Möglichkeit, darüber an Schulen zu reden. Multi-Kulti-Gangs sind ebenfalls möglich. Neben den Themen „gegen Rechtsradikalismus“ und „mehr Integration“ gibt es scheinbar keinen Platz für das ebenso wichtige Thema über ausländische Schüler, die eventuell erziehungs- oder gar kulturell bedingt gewaltbereiter sind.

Das ist ein großes Problem, über das scheinbar nicht gesprochen werden soll. Klare Aussagen zu mehr Gewaltbereitschaft einiger Kulturen oder Gruppen sind in Deutschland ein rotes Tuch der soziologisch-pädagogischen Fraktion, das Thema ist geschichtlich schwer belastet und kann übrigens unter jungen betroffenen Schülern mit deren Erfahrung weitaus sachlicher und direkter diskutiert und behandelt werden, als von Seiten befangener und beschulter Lehrkräfte.

Man sollte dies zulassen, anstatt es tot zu schweigen, trotz aller Brisanz und Vorwürfe! Es wird übersehen, dass auch das Meiden dieser Thematik zu Integrationsproblemen führt. Regierungen, Senat und Lehrkräfte weichen natürlich aus, fürchten die Schelte, will man jedoch klare Aussagen zu den Fakten, so reicht die Befragung Jugendlicher zur Problematik eines abendlichen Discobesuches.

Im Gegensatz zur politischen Meinung fordern bereits viele Schüler in den Projekten der Konfliktvermeidungen, dass alle, auch wenn Minderheit oder aus anderen Gründen unkritisch, der gleichen Einhaltung gesellschaftlicher Regeln unterliegen.

An Universitäten traut man sich im Bereich der Integration schon über sogenannte Machokulturen zu sprechen. Warum erlaubt man Schülern dann nicht, deren negative Auswirkungen in einer nicht-Machogesellschaft zu erwähnen. Und warum dürfen Gespräche und Diskussionen über dieses Thema nicht eindeutige Gebote oder Verbote für diese Machos nach sich ziehen? Weil es als diskriminierend bzw. sehr schnell fremdenfeindlich definiert wird und jegliche echte Integration z.T. durch Pädagogen bereits beendet ist!

Im Konzept wird dies angeschnitten oder mit den Schülern diskutiert, jedoch nur kurz, um keinerlei Missverständnisse zu provozieren!

## 2.8. Motorische Schwächen

Eltern und Trainer, die zum ersten Mal erleben, was heute passiert, wenn 6 bis 10-Jährige einen Purzelbaum schlagen sollen, sind nicht nur erschreckt über die Hälfte der Kinder, die dies nicht mehr zustande bringt, sondern bemerken Reaktionen einiger Kinder, die eine zerebrale Störung vermuten lässt: sie rollen die Augen und verlieren bei vielen Bewegungen völlig die Orientierung. Dazu zählt auch rückwärts Laufen, Balancieren, Jonglieren und polyzentrierte Bewegungen (viele Bewegungen gleichzeitig).

Es handelt sich um vestibuläre Störungen.

Der Vestibulärapparat wird durch Schaukeln, Rollen, Toben (inklusive Hinfallen) und natürlich Spielplätze gefördert und trainiert. Er ist mit dem Gleichgewichtsorgan verbunden und analysiert Bewegungen und Zustand im Raum.

Da der Anfang im JJ relativ komplex und ohne typische Fußgängerbewegungen beginnt, gibt es in letzter Zeit immer häufiger ärztliche Empfehlung zum JJ, speziell bei 6- bis 8-Jährigen und in der Pubertät.

## 3. Das Konzept

### 3.1. Eine sportliche Gegenmaßnahme als Prävention

In den Anti-Gewalt-Seminaren des Berliner Ju-Jitsu-Verbandes an Schulen gefällt den Schülern ein Gegensatz in seiner Ganzheitlichkeit besonders gut:

Da ist die eine Seite, das interessante Schlagen, Treten, Werfen, Fingerstiche, Hebel, Würgen, Haltetechniken, usw., alles zum Verletzen oder eben zur Verteidigung.

Je härter und ernster das gezeigte Mittel des Referenten, desto „geiler“ für die Schüler.

Dazu endlich mal die Möglichkeit, unter Aufsicht zu hauen und raufen (was übrigens eine völlig normale und notwendige Fertigkeit zur Entwicklung ist).

Selbstverteidigung als Sport mit „Lockmittelcharakter“.

Realer Zweikampf heißt nicht etwa einengender Regel-gebundener Kampfsport, sondern mit allen waffenlosen Mitteln den Gegner/Partner zu bezwingen. Hierbei gibt es auch Wege, die ein Kampfsportler (z.B. Judo, Karate, Taekwondo, Boxen, Ringen) aus der Sicht seiner Regeln als unfair bezeichnen würde.

Die eine Hälfte sieht's als Waffe, anfangs sogar mit Gedanken an Missbrauch, die andere als letztes Mittel zur Verteidigung.

Neben den Kampf-, Partner- und Rollenspielen, harter SV und Theorie gibt es noch so interessante Dinge, wie Alt-Kleider-SV, bei der absichtliches Zerfetzen der Kleidung gegenseitig erwünscht ist, die Schaumstoffstock-Schlägereien, wo mal richtig Dampf abgelassen wird oder das Training mit Schlagpolstern. Es wird nie eintönig.

Vom sozialen Lernen oder Regelwerken ist beim ersten Eindruck vielleicht noch nichts zu spüren. Da ist aber noch die andere Seite, die niemals außer Acht gelassen wird, auch nicht bei härterem Umgang:



### 3.2. Etikette statt Verbote

Die Etikette stellt den Kern des sozialen Lernens durch Ju-Jitsu dar.

Sie bedeutet nicht Kampfregeln, denn die gibt es in der funktionalen Selbstverteidigung nicht. Regeln gibt es erst bei Kampfspielen oder im Wettkampfsport des JJ.

Etikette ist das traditionelle asiatische Verhalten im Budo-Sport (Judo, Karate, Jiu-Jitsu,...) und beschreibt eigentlich nur Benehmen, Moral und den korrekten Auftritt, bei uns in modernisierter Form. Sie ist kein Beiwerk, sondern schnell ein unverzichtbarer Bestandteil, der in einem rücksichtsvollen und höflichen Umgang dann wiederum auch vertrauensvolles hartes Training zulässt. Respekt und Achtung kommen wieder ins Bewusstsein.

Durch die Verbindung von gefährlichen Techniken und diesem Kodex werden plötzlich Grenzen gezogen und Schüler im Problem-Alter trotz einer Bewaffnung kompetent und „führend“. Kurioserweise ist genau diese Etikette ein Bestandteil des JJ, auf das kein Schüler mehr nach anfänglicher Eingewöhnung verzichten möchte.

Das bedeutet Gruß zum Partner, Verbeugung beim Betreten der Halle, Ruhe, Sauberkeit, weiße Kleidung, Zurückhaltung gegenüber Schwächeren, sofortiger Stopp bei Abklopfen des Partners, kein Quälen aus überlegener Position, Verbot von Schimpfworten, Kraftausdrücken, Kaugummis, Haargel, Make-up, Schmuck. Wie angenehm für die meisten, wenn niemand stärker oder schöner ist! Disziplin ist zum Umgang mit der „Waffe JJ“ notwendig.

Verwunderlich ist dabei, dass „Disziplin“ einen hierzulande negativen Ruf hat, während dieselbe als Etikette verkleidet in asiatischer Tradition auf großes Interesse stößt! Wie das? Disziplin wird in Deutschland allgemein nur als Extrem und Problem oder als überholter Gehorsam verstanden.

Tatsächlich dient unsere Etikette einer wachsenden Selbstdisziplin eines mündigen Schülers und nicht dem Selbstzweck oder übertriebener Hierarchie!

Sie beschreibt Verhaltens- und Fairnessregeln, die in vielen Bereichen, egal ob Sport oder Gesellschaft, leider fehlen.

Diese Regeln widersprechen jedoch neuen, vorab genannten Trends Jugendlicher und haben daher einen großen pädagogischen Reiz aus der Sicht von Eltern und Lehrern.

Ju-Jitsu könnte Anfängern niemals induktiv vermittelt werden, eine deduktive Form ist die Pflicht jedes Trainers oder Lehrers, denn die Technik im JJ ist gefährlich bei Fehlanwendung. Die Etikette erleichtert das durch Rücksichtnahme und Selbstbeschränkung.

Das macht es in 5. bis 8. Klassen beispielsweise möglich, nach etwa 4 Übungseinheiten (ca. 200 Min.) die Schüler trotz einiger effektiver und schmerzhafter Techniken einen freien Bodenkampf ohne Mittelbeschränkung ausführen zu lassen. „Alles erlaubt, Schlagen und Ringen“. Fouls im Sinne anderer Sportarten treten fast nie auf, da sich jeder selbst mit dem Gefühl der „Unfähigkeit“ strafen würde.

Dabei ist den Lehrern Angst und Bange, ihre Schüler aber, selbst gefordert statt eingebremst, ziehen Grenzen mit Hilfe einer Selbstdisziplin und neuem Körpergefühl.

Das ist soziale Kompetenz.

Im Verein änderten sich bei den jüngeren Wilden sogar schon Schulzeugnisköpfe von „aggressiv und unsozial“ zu „hilfsbereit und ordnungsliebend“- in einem Zeitraum von knapp 2 Jahren! Viele gehen in der Etikette voll auf! Sie ist somit bei langem Training Charakterbeeinflussend – eine Erziehung! Der geübte wehrhafte Schüler gefällt sich erfahrungsgemäß besser in der Rolle des ruhigen und schlauen „Schlichters“. Er hat nicht nur das Wissen dazu, sondern die Etikette längst verinnerlicht!





Warum also diese Etikette – das sind Werte – nicht an Schulen vermitteln?

### 3.3. Die Forderung nach Regeln

Anfangs beeindruckt natürlich die technische Möglichkeit viel mehr als jede Regel.

Aber schon sehr bald fordert die Gefahr ein spezielles Verhalten.

Die Etikette wird anfangs gefordert, später wird sie unter den Schülern ein Bestandteil!

Ein Beispiel der Forderung nach Etikette in der Form von Disziplin, liefert die Aussage eines 11-Jährigen im Verein ( seit 1 Jahr dabei ): „ich trainiere jetzt lieber bei Trainer A als bei B. B ist zwar nett und es hat immer Spaß gemacht aber B kann sich nicht so gut durchsetzen wie A. Bei B macht jeder, was er will, bei A lerne ich mehr und es ist auch nicht so laut.“

So eine Aussage straft alle diejenigen Lügen, die der Meinung sind, Disziplin, Ordnung und Regeln wären etwas mit blindem Gehorsam und diene dem Selbstzweck.

Im Verein oder an den Schulen im Halbjahresprojekt wird die Etikette schnell verinnerlicht.

Die Gleichheit – kein Klamottenzwang – und Gerechtigkeit ist am Ende besser als der Drang, sich ständig produzieren zu müssen, Coolness und Gruppenzwang.

Voraussetzung ist, dass der Sinn der Etikette, also eine Funktionalität, zu sehen ist und dass man mit dem vermeintlich strengen Lehrer oder Trainer ganz locker und freundschaftlich umgehen kann. Er ist kein „König“, sondern folgt den gleichen Regeln und wirbt somit dafür.

Ein Foul wie in Ballsportarten, das Technik- und Regel-fremd ist, wird hier untereinander nicht geduldet, mit dem Argument, eine Bewaffnung nicht eben mal versehentlich anwenden zu dürfen bzw. die Etikette einzuhalten. Schüler reagieren hier allergischer als Erwachsene.

Maulhelden kommen in den Zwang, sich für ihre Position und Wertigkeit anzupassen.

### 3.4. Situatives Gewalttraining

Neben der interessanten technischen Seite und der korrekten Umgangsform gibt es gleich anfangs noch eine Schock-Therapie gegen unbedarfte oder übertriebene Handlungen bezüglich körperlicher Gewalt:

Das situative Gewalttraining.

Zwei Schüler auf werden auf einer Weichbodenmatte aufgefordert, eine Szene darzustellen:

Der aufsitzende Täter schlägt in Zeitlupe dem liegenden Opfer wahllos ins Gesicht.

Bewegungen werden z.B. im Moment des Treffers eingefroren.

Es folgt die Erklärung des Trainers/Lehrers der Kräfte, Verletzungen und möglichen Folgen beim Treffen, operativen Behandlung usw. (blumig beschrieben... ).

Speziell die Erklärung der Verletzungen und folgenden chirurgischen Eingriffen bewirken angewiderte Blicke, „Igit, Uh, Oh Gott“ und scheinen zur Bewusstseinsweiterung stark beizutragen. Für die etwas Abgestumpften wird die Gewalt erstmals sichtbar, für die Schwachen wird die Verletzbarkeit der Starken sichtbar.

Nach solchen realistischen Runden sind diese Eindrücke Gesprächsthema, vor allem wenn es eklig war. Der Täter, der so etwas absichtlich tut, wird als Psycho bezeichnet.

Man möchte also nicht auf der gleichen Seite mit ihm stehen, das gute Gefühl, besser zu sein, wäre sonst dahin.



Laien-Aussagen sind dabei manchmal sehr hilfreich.

Ein Lehrer bemerkte, wie schön das sei, dass seine so abgestumpften und hyperaktiven Jungen sich mal anfassen müssen.

Faszinierend fand er den freien Bodenkampf, in dem trotz Regelfreiheit („alles erlaubt“, mit Schlagen, Nervendruck, Kniestöß, ...) nichts passiert, da jeder seine Grenzen wahrnehme!

Die Meinung von Schülern ist ebenso überraschend:

„Anfangs war’s ´ne edle Sache, stark zu werden, Leute verletzen zu können, sich cool zu fühlen und ein bisschen angeben zu können.

Warum nicht draufhauen, wenn man’s doch könnte, wieso schlichten oder abhauen?

Bei der Etikette dachte ich, das ist ja wie bei Zorro, Batman oder so’n Ritterkult.

Aber jetzt..., wenn ich das so aus Spaß anwenden würde oder übertreibe, wäre ich ja genauso blöd und rücksichtslos wie der Angreifer. Der ist rücksichtslos, ein echter Psycho, ich aber weiß genau, was ich tue.“

### 3.5. Zum Täter- und Opferprofil

Es wird erwähnt, dass viele Triebtäter intuitiv wahrnehmen, ob ein Opfer oder eine „uninteressante Person“ vor ihnen steht. Die Gründe sind z.B., dass das Opfer sich durch Unbehagen, Angst oder generelle Unsicherheit als solches „anbietet“.

Wir geben solchen Menschen die Möglichkeit, ihren Auftritt, also Körperhaltung und -sprache, Gang, Blick, Mimik, Gestik und Stimme, zu verändern. Hierzu gibt es unzählige Fallbeispiele aus Statistiken, unserem Erfahrungsbereich und auch von Teilnehmern, z.T. sogar im Vergleich vor und nach einem Training.

Wir geben dem vermeintlichen Opfer Maßnahmen mit auf den Weg, um sich nicht als Opfer zu geben und über Körpersprache andere Signale zu setzen.

Dabei wird natürlich unterschieden, ob es ein 6-jähriges Kind oder ein 16-jähriges Mädchen ist und ob der Täter ein Sexual-Triebtäter oder ein jugendlicher Schläger ist. Für die unterschiedlichen Adressatengruppen müssen solche Profile natürlich differenziert werden.

Ein Beispiel: Ein erwachsener Triebtäter, der seine Kontaktaufnahme mit dem Mädchen mit der Anrede „Na, Du Schlampe, hast Du Zeit Dir etwas Geld zu verdienen“, sollte nie von dem Mädchen mit „Arschloch“ o.ä. tituiert werden, selbst, wenn sie sich dabei sehr sicher fühlt.

Ihre und seine Beschimpfung bedeuten in diesem Moment für ihn eine gewisse Bestätigung von Nähe und seines Umganges mit „Schlampen“. Sie muß ihn also distanzieren. Sie steht auf, hält eine „Stopp-Hand“ in seine Richtung und ruft laut, eventuell mit lehrendem Ton: „Lassen Sie das, Sie Ferkel, Sie haben kein Recht, mich anzufassen! Tun Sie das mit Ihrer Frau...“ und weitere Vorgehensweisen.

Laut Statistik ist die Erfolgsquote bereits in dieser Stufe bei 70 bis 90 %!

Für alle gilt jedoch: Sicherheit gibt Ruhe und das kann aus einem ehemaligen Opfer, z.B. der 16-jährigen Schülerin, eine Gegnerin und somit die für den Täter uninteressante Person werden lassen. Courage soll Untätigkeit bzw. Hysterie ersetzen.

Die Auseinandersetzung damit soll unsere Teilnehmer für einen möglichen Täter sensibilisieren und bereits im Vorfeld anders reagieren lassen.

Das beste Beispiel hierzu ist der im Auto mit Süßigkeiten lockende nette Mann und die leider immer gerne helfenden kleinen Kinder.



### 3.6. Trainingsbereiche

Folgend die wichtigsten Adressatengruppen:

- Kleine Kinder ( Grundschulen ) als Opfer von Sittendelikten
- Mädchen jeden Alters als Opfer von Triebtätern und
- jugendliche Schüler. Letztere mit den Problemfeldern der Gewalt gegenüber fremden Schlägern sowie untereinander in der Schule als Opfer der eigenen Subkultur.

### 3.7. SB- und SV-Training mit kleineren Kindern

Je jünger die Schüler sind, umso gefährdeter sind diese meist 6-14-Jährigen, Opfer von erwachsenen Straftätern zu werden.

Neben dem Wettkampfsport wie bei den älteren Jugendlichen und dem sozialen Lernen, das problemlos bewältigt wird, rückt in dieser Altersgruppe die Selbstbehauptung und -verteidigung in den Vordergrund.

Die Gewichtung der Themen liegt hier z.B. bei Tricks der „immer netten“ Täter und den wenigen taktischen Gegenmaßnahmen, die den Kindern bleiben.

Taktik ist das erste Mittel, die SV das sicherlich letzte und am wenigsten verlässliche!

Bevor der Trainer sich Gedanken über eine zu sanfte Vermittlung dieser Dinge macht, wird er von vielen Eltern und ihrem Auftrag wachgerüttelt:

„Wir sind hier, weil unser Kind weder Opfer gewalttätiger Kinder, noch Opfer eines Sittendelikts werden soll. Tun sie etwas dagegen.“



### 3.8. Mädchen-SV

In dieser Adressatengruppe, Mädchen (14 bis 18 Jahre) aus einer oder mehrerer Klassen, dominieren geschlechtsspezifische Gesichtspunkte. Es gilt das David-gegen-Goliath-Prinzip, Härte und Effektivität sind primäres Ziel. Die sozialen Komponenten (wie bei kleinen Kindern und im Schüler-Programm) sind sekundär, da der Gegner nicht ein Schüler, sondern meistens Erwachsene sind. Neben taktischem Vorgehen werden hier verlässliche, effektive und verhältnismäßige Automatismen zur SV trainiert oder angeschnitten.

Es geht erstens um Gefahrenerkennung, Sensibilisierung für Täter, zweitens um Selbstbehauptung und schlussendlich und drittens in der SV um die Botschaft, nicht Opfer, sondern Gegnerin zu sein.

Diese Botschaft an den Täter ist oft Grund genug, die Flucht zu ergreifen, hoffentlich schon im Bereich der Selbstbehauptung. Die Statistik bestätigt das. Dazu werden natürlich auch Regeln des verbalen Umganges geübt (höfliche aber bestimmte Distanz aufbauen, kein vulgäres Beschimpfen, usw.).

Ein Beispiel: Der Täter, ein erwachsener Mann, sitzt in der Bahn neben einer 16-jährigen Schülerin und beginnt seine Kontaktaufnahme mit Berührung und den Worten „Na, Du süße Schlampe, hast Du Zeit und Lust, Dir etwas Geld zu verdienen?“ Ihre falsche Reaktion: „... Arschloch! ...“ wäre in diesem Fall eine Art Freundschaftsangebot, ein Angebot des gegenseitigen Duzens, für ihn wäre sie also weiterhin seine „Schlampe“! Die korrekte und zu übende Reaktion wäre ein lautes Ausrufen: „Was bilden Sie sich ein, Sie Ferkel, Sie haben kein Recht, mich anzufassen, tun Sie das mit ihrer Frau!“ Bei weiteren anwesenden Leuten (eventuellen Nothelfern) würde sie sich an diese richten: „Hier sucht einer Kontakte bei jungen Schülerinnen, hat hier jemand Zeit für ihn?“ Außerdem wird das Organisieren von Helfern (Nothilfe, fast niemand mehr freiwillig) und das weitere Vorgehen bei Misslingen dieses Beispiels geübt.

Die verbale Überzeugungskraft des Mädchens beruht natürlich auf tatsächlicher Wehrhaftigkeit, evtl. sogar mit einer deeskalierenden Souveränität.

Genauer hierzu im Konzept der Frauen-SV des Berliner Ju-Jitsu-Verbandes.

### 3.9. Schüler-SV ( Oberstufe )

Ju-Jitsu hat dort seine Hauptaufgabe in der Veränderung von Körperwahrnehmung, Respekt und der Wahrnehmung von Gewalt. Das soziale Lernen, das ursprünglich nur für den Altersbereich von 6- bis 10-Jährigen bestimmt war, dominiert.

Zu dieser Gruppe gibt es die meisten Beobachtungen im Text, vor allem auch das differenzierteste Training, da einerseits Wehrhaftigkeit erreicht werden soll, andererseits der Spaß an unkontrollierter Gewalt untereinander gedämpft werden soll.

Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungstraining sollen gleichermaßen Opfer- wie Täterrolle verhindern..

Die selbstgedrehten Videos der Schüler im Internet von Misshandlungen unterstreichen Spaß und Gewissenlosigkeit der Täter bei der Ausübung von Gewalt.



Gewalt muss nicht zwangsläufig physisch ausgeübt werden, auch grenzenloses Mobbing in einer vielleicht ruhigen Klasse mit schlimmen Folgen für Opfer (Suizidfälle) und Täter (Rache und Amokläufe der Opfer) wird behandelt.

Durch eine gewisse Kultur und Zeit in der Trainingsgruppe verschiebt sich diese Gewichtung wieder zugunsten des Sports und der Selbstverteidigung, ähnlich dem Training mit Freiwilligen im Verein.

Für alle gilt jedoch: Sicherheit gibt Ruhe und das kann aus einem ehemaligen Opfer, z.B. der 16-jährigen Schülerin, eine Gegnerin und somit die für den Täter uninteressante Person werden lassen.

Die Auseinandersetzung damit soll unsere Teilnehmer für einen möglichen Täter sensibilisieren und bereits im Vorfeld anders reagieren lassen.

Das beste Beispiel hierzu ist der im Auto mit Süßigkeiten lockende nette Mann und die leider immer gerne helfenden kleinen Kinder.

## 4. Themenkatalog in Theorie und Praxis

### 4.1. Theorie

Je nach Adressatengruppe ist die Gewichtung der Themen variabel:

- Definition von Gewalt
- Konfliktvermeidung und Vermeidung der Opferrolle durch drei mögliche Stufen:
  1. Gefahrenerkennung und Meiden im Vorfeld
  2. Selbstbehauptung verschiedener Art, Deeskalation
  3. Selbstverteidigung physisch
- Einführung in das Ju-Jitsu:
  - Unterschied Selbstverteidigung gegenüber Kampfsport
  - SV ohne, KS mit Regelwerk
  - SV mit Verteidiger-Angreifer-Rollenspiel, KS mit zwei Gleichgesinnten



- 
- Zu den unterschiedlichen Ausübungen des Ju-Jitsu werden ein Video und Schützer gezeigt; die JJ-Formen sind:
    - Selbstverteidigung, als Breitensport bezeichnet, Prüfungsprogramm
      - ◆ SV-Abstufungen in Kinder-SV (Kinder untereinander)
      - ◆ Kinder-SV (Kinder gg. erwachsenen Täter, viel SB-Training)
      - ◆ Jugend / Schüler (hoher Anteil an sozialem Lernen)
      - ◆ Erwachsenen-SV (meist Breitensportlich)
      - ◆ Frauen- und Mädchen-SV (nur effektiv ohne „Ballast“, SB-Training)
    - Wettkampfsport, als Leistungssport bezeichnet, mit Regelwerken:
      - ◆ Fighting (trad. Einzel im Leichtkontakt)
      - ◆ Duo (SV-Demonstration zweier Teams gegeneinander)
      - ◆ Allkampf (Einzel im Vollkontakt), Grappling (freier Bodenkampf)
      - ◆ Formen (Show-orientierte Verflechtung dieser Teile)
  
  - Weitere Themen:
    - Erkennen, Vermeiden, Deeskalation, verbal u. physisch
    - Täter- und Opferprofile, dazu Statistik über Opferverhalten und Ausgang
    - Selbstbehauptung: Haltung, Stimme, Blick, Gestik, Mimik; Opfer wird Gegner
    - Gespräch mit Täter, z.B. für Kinder oder bei Frauen-SV
    - Probleme bei SV, SB oder Nothilfe (keiner hilft, Geschlechterrollen)
    - Anatomie, Kennenlernen vitaler Punkte oder Zonen (Füße, Knie, Genitalien, Hals, Kopf,...)
    - Taktik zum Entkommen
    - Verhältnismäßigkeit, Risiko, Rechtfertigung
    - Vorführeffekt, immer negativ, also nie vorführen, Beispiel am Schockprinzip
    - Angreifer mit Angriffspotenzial, Adrenalin, Überraschung



- Spez. Grundschulen:
- Tricks der Täter: angeblich Eltern-Unfall, Locken, Wege zeigen, immer nett
- Sensibilisierung der Kinder für „nette“ Täter
- Tricks der Kinder: mit Handy sprechen, Feuer rufen, Verabredung vortäuschen, sofort Klingeln oder in privaten Vorgarten, in Geschäft, ... , bei SB: „Stopp...“ u.a.
- Spez. Oberschulen:
- Bewaffnung, Waffengebrauch, Wirkung, Täterwaffen zeigen, Waffengesetz
- Recht nach § 32-34 StGb, SV, Nothilfe
- Probleme bei SV oder Hilfe: keiner hilft, Exzesse, Selbstjustiz
- Recht, Etikette und Moral zum Ju-Jitsu: Vorbildfunktion und Deeskalation wichtiger als Recht: Verbale Regeln zur SV: „Stopp; Nein; Es reicht, Du bist stark“, ..., wichtigste Regel dazu ist, dass der naheliegendste Spruch zur Erwiderung einer „Anmache“ bereits das Startsignal für den Angreifer ist. Ein cooler Spruch sichert also die Opferrolle und Verletzungen!
- Gruppenzwang, -verhalten, Abgrenzung, Banden, Feindbilder, Hierarchie
- Coolness-Definition: meist Zerstörung oder Benachteiligungen
- Trendsetter, Vorbilder, Werte, „wir sind keine Kinder, wir wollen was Cooles“
- Fallbeispiele, die näher erläutert werden; Auszüge negativer Fälle:
- G. im Bus, nur Antwort gegen Beschimpfung = Bedrohung seitens Täterin
- R. im Bus, nur Antwort gegen Beschimpfung = Tritt ins Gesicht, Nasenbeinbruch, keine Hilfe, voller Bus, Fahrer verweigert Halt, Rauswurf oder Hilfe
- C. auf Spielplatz, kein Grund für Gewalt, aber Gruppe foltert m. Erblindungsfolgen
- Gymnasiastin v. Gruppe im Gesicht gezeichnet, nur durch Vorwand einer Ablehnung
- Gangs in Berlin: Sport der Opfersuche und des Zeichnens (Bordsteinkick)
- Auszüge positiver Fälle:
- Micha auf Schulhof: aus Angsthase wird durch Nothilfe Held, situationsgerechtes Handeln durch zweijähriges Training – großes Lob durch Schulleitung
- Gegner pöbelt: freundliches Schlichten, kein Hauen trotz Wehrhaftigkeit = „Sieg“
- 3 pöbeln: durch SB wird aus Opfer ein sicherer Gegner = Pokern durch Sicherheit



- Negatives:
- Bücher/Filme: Selbstdarstellung meist schlechter Akteure, SV nur Mittel zum Zweck; zerstört natürlich unsere Reputation.
- Daher kommt auch das Buch von C.G.Goldner über Nachahmung alter Kriegskünste mit der These: „Stärke-Gefühl des Kampfsportlers sei angeblich nur für Selbstwertsteigerung nötig...!“
- Durch normales entspanntes Training ist dies leicht widerlegbar, C. G. Goldner beschreibt nur wenige Ausnahmen!
- Vorurteile zu SV und Kampfsport, ob falsch oder zutreffend, werden natürlich im Training erklärt.

## 4.2. Praxis und Training - Grundlagen

Grundsätzlich muss klar sein, ob der spielerische oder SV-spezifische Gesichtspunkt im Vordergrund steht. Eine Kombination aus beidem ist wünschenswert.

Bevor man sich wehrhaft macht, ist Eigen- und Fremd-Körpergefühl über spielerische oder kämpferische Einleitungen ratsam. Dabei werden bereits Erfahrungen gesammelt, die bei gefährlichen und nur angedeuteten SV-Techniken im Training sonst ausblieben.

### 4.2.1. Kampfspiele

realistische Selbstverteidigung beginnt mit Kampfspielen / Kampfsport:

- Ringen am Boden mit Schulterriegel
- Sumo im Stand mit Rausschieben
- Bodenkampf mit viel Kontakt (Klatschen) und Abklopfen
- „Klatschen“ mit offenen Händen im Stand; Treffer zählen
- Kampf nach eigenen Regeln bis zu „alles erlaubt“ am Boden
- Aggressions- und Kontakttraining mit Schaumstoffstöckchen
- Gegenseitiges Zerreißen alter Kleidung am Leib (Kleider-SV)

#### 4.2.2. Technik – Einführung

- Atemi: Schlag, Stoß, Tritt dynamisch und explosiv mit Hilfe von Körperspannung und Atmung / Kampfschrei (Kiai) mit kleiner harter Fläche auf Vitalpunkt
- Vitalpunkte / Zonen des Gegners: Füße, Knie, Genitalien, Hals, Kopf  
Schlag- und Trittechniken am Schlagpolster
- Hebeltechniken: Überlastung von Gelenken.
- Alles im Stand und Boden
- Wenn Matten vorhanden sind, auch zu-Boden-bringen und Wurftechnik.

Mit diesen technischen Grundlagen folgt das Zusammenfügen einzelner Techniken zu Kombinationen gegen bestimmte häufige Angriffe. Dies ist das Angreifer- / Verteidiger-Rollenspiel, das das eigentliche Ju-Jitsu-Training ausmacht.

#### 4.2.3. Selbstverteidigungstraining mit Angreifer- und Verteidiger-Rollen

##### Kontakt im Stand:

- Angriffe: Fassen, Umklammern, Umarmen, Würgen  
Ziehen, Schieben, Anheben, Begrabschen, Griffe an  
Haare, Brust, Taille, Schulter, Hände, Schwitzkasten
- Verteidigung: Nervendruck, Fingerstiche, Kopfschlag, Knie, Schienbein,  
Ellbogen, Faust, Fuß, Einhängen, Verhebelung...  
z.B.: Fußstoß seitwärts, Knieschlag tief gegen Wegziehen am Arm

##### Kontakt am Boden und Wiederholung:

- Angriffe: Fassen, Herunterreißen, Würgen, Schlagen, in 4 Positionen:  
Aufsitzen / seitlich / zwischen den Beinen,  
Schläger- oder Vergewaltigungsangriffe
- Verteidigung: Atemi (Schlag, Stoß, Tritt wie vor), Schere, Beine, Kopf, Nervendruck, Biss,  
Nägel, einfache Hebeltechnik: Seitstreckhebel  
z.B.: Fingerstich z. Gesicht, Knieschlag in Rippen  
gegen seitlich am Boden würgenden Gegner



### Schlagangriffe im Stand und Wiederholung:

Angriffe: Schläge und Stöße mit Faust und Fuß, Handfläche,

Verteidigung: Schutzhaltung, Deckung, Meiden, Atemi, Unterlaufen, Schulterbeinzug, Schienbeintritt

z.B.: Deckung, Stoppfußstoß zum Knie, Faust- / Handballenstoß zur Nase gegen Schlag

**Nach misslungener Konfliktvermeidung und Selbstbehauptung gilt: sämtliche Verteidigungsaktionen in Serie und mit dem Ziel, den Angreifer kampfunfähig zu machen! Trotzdem wird bereits beim Training eine Verhältnismäßigkeit der Mittel automatisiert. Notwehrparagrafen § 32-34 StGB werden erklärt.**

Nur für Training im Verein: gegen geübten Schläger, Waffenangriff, 2 Angreifer

### **4.3. Eine Lehr-/Trainingseinheit**

Immer Wechsel aus Technik, freier Anwendung (bestimmter Techniken), hartem Kampf (z.B. Boden-), Angreifer- / Verteidiger – Rollenspiel und abschließend Massage mit Anleitung. Einige Einheiten beinhalten theoretische Themen ,z.B. Mobbing in den Klassen, Demonstration einer Auswahl von Waffen zur Abschreckung und Erklärung der Wirkung einer „Faust im Gesicht beim situativem Gewalttraining.

Normalerweise gilt folgender Ablauf:

- Theorie, Themen z.B. Mobbing, Opferprofil oder Waffen in der Schule
- Warm-up mit Musik und technischen Elementen
- Rumpfkraftübungen mit Atemtechnik und isometrischer Spannung
- Kampfspiele
- Wiederholung voriger Techniken o.ä.
- Freie Anwendung einzelner Technikgruppen, Rollenspiel
- Neue Techniken, Angriffssituationen oder Kombinationen
- Technik mit Schützern oder am Schlagpolster
- Festigung, dann Veränderung dieser Elemente
- Freier Kampf, z.B. am Boden mit allen Mitteln, gleichberechtigt
- Massage mit Sicherheitshinweisen zu Training / Anatomie

#### 4.4. Hilfsmittel

- Schlagpolster
- Schützer
- Schaumstoffstöcke
- Matten, Turnläufer
- Musik & Video
- Alte Shirts und Hosen



#### 5. Fazit

##### 5.1. Ju-Jitsu als Gewaltprävention

Verwahrlosung, Langeweile, Frust und Dauer-Input an Gewalt manifestieren fehlende Körperwahrnehmung, Respekt und Mitleid unter Jugendlichen.

Die scheinbare Rechtsfreiheit vieler Pausenhöfe, auf den Straßen und in Discotheken erleichtern den gewaltbereiten Schülern ihr Tun.

Sportarten mit einer Mischung aus Dampf ablassen und Respekt-Schulung vor dem Gegenüber ist die beste Lösung – zu jedem Stadium von Gewalt.

Schulen, Vereine und Eltern sollten nicht darauf verzichten, Kampfspiele und direkten Körperkontakt zu fördern.

Damals war´s das Toben mit den Eltern oder im Sandkasten.

Eine veränderte Körperwahrnehmung führt zu mehr Kompetenz im Umgang mit dem eigenen und mit fremden Körpern!

In der Praxis scheitert dies meist an Kompetenz der Übungsleiter und mittlerweile auch an finanziellen Engpässen der Bezirksämter und Schulen.

Die Rückmeldung zu unserem Konzept seitens Schulen oder Eltern belegen, dass Ju-Jitsu an Schulen mit neuen Erfahrungen zu Moral, Regeln, Gesundheit und Integration gegen Gewalt funktioniert.

## 5.2. Der Gewinn aus pädagogischer Sicht

- erste Einblicke in Gewaltwirkung
- Definition von Gewalt
- veränderte Körperwahrnehmung
- Gewinn von Moral aus Etikette
- Bildung sozialer Kompetenz, da JJ eine Waffe sein kann
- Umgang mit Aggression, auch in spielerischer Form
- Gewöhnung an Kontakt beseitigt Panikgefühl und Opferrolle
- Kämpfen dürfen, Einschätzen physischer Grenzen, unter Aufsicht
- Stress- und Aggressionsabbau, Dampf ablassen ohne Angst
- Bessere mentale Selbsteinschätzung
- Wissen über Täter und Folgen von eigenen Fehlern
- Sicherheit und Stärke gibt Ruhe und deeskalierendes Verhalten
- Zugang zum Wettkampfsport
- Wissen über Zwänge, Moden, Hackordnung, Schülerverhalten
- Respekt durch Körperwahrnehmung untereinander

## 6. Ju-Jitsu – eine Einführung

### Definition:

Ju-Jitsu heißt „sanfte Kunst“, meint jedoch nicht sanft, sondern effektiv. Diese Effektivität beruht auf der Zielstellung jedes Mittel zur waffenlosen SV zu nutzen.

### Herkunft und Entstehung:

Die Inhalte des JJ finden sich in vielen Systemen wieder, z.B. im Judo, Karate, Taekwondo, Hapkido, Kung Fu, Wing Tsun, Aikido, Thai Boxen, Kempo oder Jiu-Jitsu, dem europäischen Boxen, Ringen und im Pankration. Alle hilfreichen Techniken werden im Ju-Jitsu aber SV-relevant ausgeführt. Ähnlich dem JJ sind das alte griechische Pankration, das russische Sambo, das israelische Krav Maga und das brasilianische Luta Livre. Hier dominiert Wirksamkeit.

Von Polizei und BGS beeinflusst, sollte ein für den Normalbürger brauchbares System entstehen, das zwar die traditionelle Etikette des alten Jiu-Jitsu bezüglich Kleidung und Verhalten übernimmt, technisch jedoch nur modern und wirksam sein soll. 1968 entstand das erste Prüfungsprogramm, mittlerweile wird es alle 2-4 Jahre dem neuesten Erkenntnisstand angepasst.

Mit dem Jahr 2000 löst sich das JJ ganz von „Judo + Karate + Aikido = Ju-Jitsu“.



### **Inhalte und Formen des JJ:**

Neben der Selbstverteidigung werden Selbstbehauptung und Konfliktvermeidung vermittelt sowie eine strenge Etikette automatisiert. Ein aggressives Verhalten soll im Ernstfall nicht mehr als Provokation empfunden werden. Sicherheit und Körpersprache verhindern die Opferrolle. In der *Kinder-SV* bestehen die Inhalte im „Rangeln und Raufen“ und der Wahrnehmung von Eigen- und Fremd-Körpergefühl. Soziales Verhalten steht hier vor einer harten SV.

Konflikte sollen jedoch, wenn nicht anders möglich, in einer kindgerechten weicheren Form trotzdem auch für Schwächere lösbar sein. Hier werden also Kompromisse eingegangen.

Das härtere Ju-Jitsu stellt die *Frauen-SV* dar, bei einem Kraft-Handicap von 1:1,7 geht man realistisch vom David-gegen-Goliath-Prinzip aus, d.h. der Zweck heiligt die Mittel. Noch vor allen sozialen oder gesellschaftlichen Fragen gilt bei der *Frauen-SV* die schnellstmögliche und effektivste SV - also maximale Schädigung des Angreifers! Das gleiche gilt für *Spezialeinheiten und Anti-Terror-Einheiten*. Spätestens hier wird klar, warum sich das JJ frei macht von traditionellen Bewegungsvorschriften und technischen Einengungen und nach eigenständigen Lösungen sucht.

### **Technische Inhalte:**

Schlag, Stoß, Tritt (mit Fuß, Knie, Schienbein, Ellbogen, Hand, Kopf), Nervendruck, Festhalte, Wurf, Hebel, Würge. Alles am Boden, im Stand und im Sitz. Ju-Jitsu basiert auf sachlichen Erkenntnissen der Biomechanik, Anatomie, Methodik und Trainingslehre und der Psychologie.

### **Recht zur SV:**

Nach § 32 bis 34 StGb ist eine SV/Notwehr oder Nothilfe bei gegenwärtigem und rechtswidrigem Angriff geboten. Begriffsdefinition, Einhaltung der Verhältnismäßigkeit, Erforderlichkeit und Sonderfälle sind jedem JJ-ka bekannt und werden Adressaten-gerecht gelehrt. JJ niemals versuchen vorzuführen! Es gibt eine sehr unangenehme Regel für das JJ: Vorführen oder sich dazu nötigen lassen, kann nur dann funktionieren, wenn man den „Gegner“ verletzt. Wenn unser Spaß-Gegner also voll zupackt, könnte man ihn nicht durch Andeuten sondern nur durch Treffen, Schmerz und Verletzen daran hindern. Also besser gar nicht!

### **Verbandsstruktur:**

Vereine > Landesverband > Bundesverband (DJJV) > internat. Verband (JJIF&EJJF).

Außerdem Mitgliedschaft im LSB/DSB und Lizenzen für JJ-Trainer oder -Lehrer. Der DJJV ist der einzige SV-Verband mit Ausbildungen und Lizenzen im Lehr- und päd. Bereich.

### **Wettkampfsysteme:**

Der Wettkampf hat einen deutlich entschärften Inhalt gegenüber der Selbstverteidigung, da sonst schwerste Verletzungen der sportlichen Auffassung widersprächen.

Fighting (Einzel) und Duo (Paar-SV-Demo) sind mehr formal und technisch betont und in Anlehnung an den traditionellen Jiu-Jitsu-Weltverbandes JJIF entsteht hier eine ästhetische Art des Ju-Jitsu. Speziell im Fighting bei Technik und Wertungen erinnert dies optisch an das Judo und Karate.





Für Kämpfer Rot und Weiß werden die Wertungen Ippon – 2 Punkte für ideale Technik – und Waza-ari – 1 Punkt für mittelstarke Technik – gegeben. Am Boden zählt 10 Sek. Halten 1 Punkt, 20 Sek sind 2 Punkte und Abhebeln oder Abwürgen sind 3 Punkte (Ippon). Nach 3 Min. Kampfzeit entscheiden die Punkte. Es kann auch ein vorzeitiger Sieg durch mind. 3 Ippon erreicht werden, sofern in jedem Part (I = Atemi, II = Wurf, III = Boden) jeweils mind. 1 Ippon vorhanden ist. Der Punktestand ist dabei unwichtig. Part I findet im Leichtkontakt (allerdings sehr deutlicher Kontakt!) statt, dominierende Technik ist der lange hintere Fauststoß und der Halbkreisfußtritt.

In Part II und III sind alle Atemi oder Losreißen mit Flucht verboten. Man stellt sich im Fighting also jedem Part, egal welche Vorlieben vorhanden sind.

Duo-Wettkampf ist der Kampf zweier Teams in Form einer SV-Demonstration gegeneinander. Beim Wechsel gilt das shifting system, also folgende Reihenfolge: Serie rot1, dann weiß1+2, dann rot2+3, dann weiß3+4 und abschließend rot4. Nach jeder Serie bewertet die 5-köpfige Jury Angriff (40% der Wertung), Kombinationsprinzip, Dynamik, Haltung, Geschwindigkeit, Härte (Kime) und der Gesamteindruck.

Duo stellt die Ideal-Verteidigung dar, die Techniken sind also klar und deutlich. Ein sehr realistischer Infight wäre einer guten Bewertung daher eher abträglich.

Das Kampfsystem, das der modernen Ju-Jutsu-Selbstverteidigung entspricht, ist in Deutschland der JJ-Allkampf (international Combat). Es wird im Vollkontakt im Stand und Boden gekämpft. Es gibt weniger Verbote und mehr Wirkung als in den klassischen Jiu-Jitsu-Richtungen.

Ju-Jutsu-Fighting (eher traditionelles JJIF-Jiu-Jitsu) und der moderne JJ-Allkampf sind schnelle und vielseitige Systeme, die aus allen Zweikampfformen bestehen. Der JJ-Allkampf wurde bereits seit 1984 gekämpft, Fighting erst seit 1994 durch die JJIF. Allkampf ist einfacher zu kämpfen als traditionelle Systeme und orientiert sich an einer realistischen SV. Die Regeln, Kommandos und Bewertungen sind einfach zu verstehen, der Zuschauer muss keine Regelkunde besitzen. Einige Beispiele: 1 Punkt gibt es für alle harten Treffer (Vollkontakt) mit Faust, Schienbein, Fuß, Knie, Ellbogen oder Stirn, die den Gegner erschüttern oder ein Zu-Boden-bringen. 3 Punkte gibt es für Fuß-Kopf-Treffer, einen dynamischen Wurf oder 15 Sekunden Halten am Boden.

Dort darf wie im Stand bis zum K.O. geschlagen, gewürgt bzw. gehebelt werden. Sieg nach 2x2 Minuten Kampfzeit durch höhere Punktzahl, vorzeitig durch 12 Punkte Vorsprung, durch Abhebeln oder Abwürgen des aufgebenden Gegners oder durch ein Treffer- bzw. Wurf-K.O.

Von den 3 Kamprichtern leitet der Haupt-KR den Kampf, die beiden Seiten-KR mit roter bzw. weißer Flagge bewerten den Kämpfer „rot“, der andere den Kämpfer „weiß“. Bei den ersten Combat-WM 1998 und 2000 war das deutsche Team am erfolgreichsten, 2000 speziell die Berliner.

Da Allkampf verbandsoffen für alle Kampfsportler ausgetragen wird, können die Ju-Jutsu-ka ihre Überlegenheit durch Flexibilität und Anpassungsfähigkeit aus der JJ-Selbstverteidigung von ca. 80% gegenüber anderen Kampfsportlern ausspielen. Um einen sportlichen Geist zu wahren, unterliegen die Starter einer strengen Etikette, dem einzigen traditionellen Relikt im modernen Ju-Jutsu.



Außerdem ist der Vollkontakt auf die Oberschenkel und den Rumpf beschränkt, der Kopf darf nur im Leichtkontakt getroffen werden. Verboten sind, wie überall, Angriffe zu Genitalien, Knien, Wirbelsäule, Augen sowie Kneifen und Gewebegriffe. Verletzungen sind bei gutem Starterfeld minimal und ereilen meist nur solche Sportler, die ohne Kontakt einen anderen Sport trainieren.

### **Falsch verstanden/Budo:**

Miserable Literatur von Selbstdarstellern, Scharlatane auf Shows, Mystifizierung und üble Filme mit z.T. unfähigen Schauspielern tragen nicht gerade zur sachlichen Erklärung der Kampfkünste bei.

Am besten sieht der Europäer es wie das alte olympische Pankration: als Kampf mit nur dem einen Ziel; zu siegen oder gar zu überleben, also sehr sachlich.

Heute natürlich mit dem viel wichtigeren Nebeneffekt der sportlichen Betätigung und des direktesten Stressausgleiches. So können zwei Sportler im Training bei Wahrung ihrer Gesundheit aber durchaus mit Entschlusskraft und Härte kämpfen – auf jede Art mit allen waffenlosen Mitteln und ohne echte Aggression. So wird diese auch gelernt zu beherrschen oder zu steuern.

Die ganzheitliche Lebensweise und Erleuchtung nach dem Gesetz des Budo/Bushido ist meist ein alberner Akt der Nachahmung asiatischer Tradition. Diese Sichtweise war im alten Asien, speziell in Japan und China, mit der entsprechenden Zeit und Lebenseinstellung und den gesellschaftlichen Bedingungen denkbar, ist aber auch dort heute kaum noch anzutreffen. Es gibt weltweit wenige Menschen, die nach dem Prinzip der Ganzheitlichkeit im Bereich des „Budo“ leben. Eine letzte Bastion dieser Kasten-losen Gesellschaft sind die Shaolin-Mönche im Tibet und in der VR China sowie eine Hand voll echter Budo-Künstler in Japan. Dies ist ein Teil des Zen, Buddhismus und Hinduismus.

Zu jener Ganzheitlichkeit gehört dann auch die meditative Seite, Kenntnisse über Shiatsu-Akupressur, eine nicht-materielle Lebenseinstellung, Entsagung vieler gesellschaftlicher Regeln und erst zuletzt der Teil der Selbstbeherrschung in Form von Kampfkünsten.

Völlig frei von dieser Ganzheitlichkeit war dagegen die höchste Kriegerkaste Japans, die Samurai. Nach dem Gesetz des Bushido hieß der erste und einzige Auftrag im Leben „dienen“ und sich loyal in Kriegskunst zu üben. Also das Gegenteil einer Ganzheitlichkeit oder Erleuchtung.

Zum besseren Verständnis sei das Buch „Musashi“ und die angegebene Literatur empfohlen.

### **Literatur:**

Ju-Jitsu 1x1 , DJJV, Lübeck, 1996 und 2001

Stop heißt Stop, Karin Köhler, JJVB , München, 1996

Jap. Budo-Disziplinen und Abendländische..., Frederic Fredersdorf, TU-Berlin 1986

Schulkonzept „Konfliktvermeidung und Selbstverteidigung an Schulen“, BLNJJV,

Copyright by Stefan Frommann, Berliner Ju-Jitsu-Verband e.V.

## 8. Anhang

### Notfallplan, Telefonkontakte

#### Was tun, wenn schnelle Hilfe gegen Gewalt an der Schule gefragt ist?

Ergänzend zum Schulkonzept des Berliner Ju-Jitsu-Verbandes  
Gewaltprävention – Selbstbehauptung – Selbstverteidigung

#### Aktuelle Beispiele von 2004 und 2005 aus Berlin's ruhigem Norden:

- 1) Ein Schüler zeigt heimlich sein Sortiment an Waffen, ein Schmetterlingsmesser und Teleskopschlagstock („Totschläger“) in der Schule; er muss sie ständig vorführen und erzählt, wozu er bereit wäre, wenn ihn jemand anmache.
- 2) Nach Misserfolgen, schlechten Noten, Ärger mit Lehrern und Streit im Freundeskreis kündigt ein Schüler einer Mitschülerin an, dass er an Waffen kommt; er wird sie auch gegen verhasste Personen, die er nicht nennt, einsetzen, und zwar schon morgen.
- 3) Zwei Schüler einer 8. und 9. Klasse geraten im Streit aneinander. Obwohl am Gymnasium und obwohl nicht im mindesten verhältnismäßig, eskaliert die Handgreiflichkeit zu der Drohung des Stärkeren, dass morgen entsprechende Leute auf seinen Gegner warten werden – vor der Schule. Am nächsten Tag stehen tatsächlich 3 Autos mit 18- bis 22-Jährigen eines „organisierten Kreises“ seines großen Bruders vor der Schule. Die Täter drohen nicht nur mit Verfolgung bis zur Strafe, sondern sind bewaffnet und meinen ihre Absicht der schweren vorsätzlichen Körperverletzung auch ernst. Die Flucht führt zu Verfolgung bis das Opfer gefasst ist. Sogenannte „Zeichnungen“ des angeblich „zu frechen“ Opfers sind durch Messerstiche und –schnitte sowie den sog. Bordsteinkick in Berlin bekannt.
- 4) In 7. und speziell 8. Klassen ist das unermüdliche Mobbing einer Person durch ca. 5 bis 10 Mitschüler in 70% aller Klassen üblich. Ein solches Opfer kündigt einem Mitschüler nun an, dass er zu diesem oder jenem Zeitpunkt nicht mehr am Schulgeschehen teilnimmt, da „etwas passieren wird, dass alles verändert“! Der Mitschüler hat die Vermutung, dass das Daueropfer seinen Selbstmord plant. Diese Vermutung ist tatsächlich richtig. Das Opfer versucht einen Selbstmord, der misslingt. Trotz dieser Informationen hatte niemand etwas geahnt oder reagiert. Nach Bekanntgabe zeigt sich die Klasse zwar betroffen, allerdings verstehen die Täter nicht, dass sie der Auslöser waren, da sie nach eigenen Angaben „ja nur jeder jeden 2. Tag eine blöde Bemerkung gemacht hat“!

Dies sind nur 4 unterschiedliche von ca. 30 solcher (bekannten) Vorfälle aus ca. 10 Jahren Gewaltprävention an Reinickendorfs Schulen. Es wird immer schlimmer und wird von Lehrern und Eltern in der Ernsthaftigkeit oft unterschätzt. Ehrgefühl und Angst der Schüler verhindern meist die Ergreifung der Täter oder Aufklärung solcher Missstände.

#### Was aber, wenn körperliche Gewalt – eventuell in organisierter Form – bevorsteht?

**Schüler können nach folgendem Schema versuchen, die Gefahr für sich abzuwenden, da sie oft nicht bereit sind, offen zu „petzen“!**

**Aber auch bei Mithilfe von Eltern oder Lehrern sollte folgendermaßen verfahren werden:**



## **Taktisches Vorgehen bei ernsthafter Bedrohung gegen Leben und Gesundheit:**

Da Drohungen, Ankündigungen von Tötungen, Bewaffnungen oder Rache in einigen Fällen ernst zu nehmen sind, raten wir zu folgender Handlungskette:

### **- Rechtzeitig vorher! -**

1. **Anruf** eines betroffenen / wissenden Schülers **bei den Eltern** seines Peinigers bzw. des Bewaffneten oder Drohenden:

„Sorgen Sie bitte dafür, dass ihr Kind ab morgen ohne Waffen / Schlägergruppe / Drohung in die Schule kommt, sonst rufen wir die Polizei!“

**(anonymer Anruf von der Telefonzelle möglich!)**

Am besten ist natürlich die ruhige Aufklärung der Täter-Eltern über das Verhalten oder Vorhabens ihres Kindes mit dem Hinweis über die unten noch folgenden Schritte.

2. Gang **zum Lehrer/Vertrauenslehrer** mit allen Hintergrundinfos zum Täter und der Forderung, diese Sache mit dessen Eltern im Sinne der Schüler zu klären.

3. Gang **zum/zur Direktor/in**. Im Falle von Banden soll diese/r die Polizei rufen.

4. **Anruf der Polizei** und Hinweis über die **Ankündigung**.

- Im akuten Fall: **Tel.110**, oder ... bei Drohungen (Selbstmord, Rache, Banden, ...) spezielle Bereiche der Kripo direkt kontaktieren:

für Reinickendorf Nord: Abschnitt 11, Ruppiner Chaussee, Heiligensee,

- **Tel.: Jugendbeauftragte: 4664 10 4230**

**(spez. f. Schülerdelikte, Reinickendorf)**

- **Tel.: Sondergruppe Einsatz: 4664 111 010**

- **Tel.: Prävention: 4664 10 4210** und

Direktion 1, für Reinickendorf und Pankow,

- **Tel.: OGJ (Operation Gruppe Jugendgewalt): 4664 173 130**

oder bei Vergewaltigung / Frauen-Notruf: Landesbüro Berlin, Tel.: 8337060 oder 8332934

oder im nach einer Tat Opferhilfe durch „Weißer Ring“, Tel.: 06131 83030 (hinterher).

Diese Reihenfolge ist am praktikabelsten, kann aber auch je nach Dringlichkeit übersprungen werden. Also z.B. gleich zur Direktorin oder gleich auch persönlich zur Kripo, also zum Abschnitt 11, Ruppiner Chaussee, Heiligensee!

Ähnlich bei Gewalt- oder Selbstmorddrohungen eines Mitschülers.

Es ist zu hoffen, dass dieser Krisenplan nicht gebraucht werden muss, sondern dass die Schüler durch erlernte Präventionsmaßnahmen zur Deeskalation beitragen können.

Das o.g. Konzept informiert die Schüler über Vermeidung, Deeskalation und Gewaltformen. Das Problem ist das Ehrgefühl bzw. Fehlverhalten von speziell 7./8./9.-Klässern in diesen Situationen und die z.T. hemmungslose Gewalt (auch endloses Mobbing) jugendlicher Täter.



**Landesjugendreferent**

**LANDESTRAINER**

Stefan Frommann, 5. Dan

Hainbuchenstraße 45

13465 Berlin

Tel: 030/401 94 78

Mobil: 0179 5418776

e-mail: stefan.frommann@freenet.de

**Homepage des Berliner Ju-Jutsu Verbandes e.V.**

*[www.ju-jutsu-berlin.de](http://www.ju-jutsu-berlin.de)*

Version 2007

Copyright by Stefan Frommann, Berliner Ju-Jutsu-Verband e.V.