

Auf die Wahrnehmung kommt es an

Kampfsportler geben Realschülern Tipps für bessere Sozialkompetenzen

Von Karin Geupel

SPAICHINGEN - Beim Projekt „Mein starkes Ich“ lernen Spaichinger Realschüler Sozialkompetenzen, Auftreten und Selbstbewusstsein. Dafür hatten die Mutpol-Mitarbeiterinnen Miriam Moser und Daniela Beck, die das Projekt leiten, Thomas Buschkamp und Christopher Axiotis von der Kampfsportschule Buschkamp Bros in die Realschule eingeladen.

„Wenn ihr morgens aufsteht und denkt: Boah, heute hab' ich aber überhaupt keine Lust auf Schule, dann seid ihr bereits schon Kämpfer. Ihr müsst ja mit euch selbst kämpfen. Wichtig ist da vor allem, dass ihr ein Ziel vor Augen habt und wisst wofür ihr das macht“, sagt Thomas Buschkamp. Eineinhalb Stunden lang will er, zusammen mit Christopher Axiotis, den Acht- und Neuntklässlern

der Spaichinger Realschule zeigen, auf was es beim Kampfsport und im Leben ankommt. Dabei stehen nicht dicke Arme und kräftiges Zuschlagen im Mittelpunkt, sondern vor allem fernöstliche Weisheiten. Thomas Buschkamp, der selbst Kampfsportschulen in Spaichingen und Tuttlingen betreibt, will den Schülern beibringen, dass sie auf ihre Umwelt achten und vor allem auch die eigene Intuition wahrnehmen sollen.

Sozialkompetenzen

Zwölf Schüler nehmen an dem Schulprojekt „Mein starkes Ich“ teil, das von den beiden Sozialpädagoginnen Miriam Moser und Daniela Beck von Mutpol acht Wochen lang an der Realschule geleitet wird. „Wir haben gemerkt, dass Sozialkompetenzen bei den Schülern oft zu kurz kommen. Und auch die Berufswahl und

das Auftreten nach außen“, sagt Miriam Moser.

Im Gespräch mit Lehrern und dem Rektor der Realschule, Holger Volk, haben die beiden Sozialpädagoginnen das Konzept für das freiwillige Projekt „Mein starkes Ich“ entwickelt. Hier sollen die Schüler ihre sozialen Fähigkeiten weiterentwickeln und sich über ihre Berufsziele klar werden. Am Ende der acht Wochen bekommen die Schüler dann ein Zertifikat, dass sie bei Bewerbungen beilegen können.

Rollenspiele für Wahrnehmung

„Beim Kampfsport geht es vor allem um Dinge wie Disziplin, Respekt, Ehre. Das sind Tugenden, die man auch als Mensch haben sollte“, sagt Thomas Buschkamp. Der Student der Schauspielpädagogik macht in den eineinhalb Stunden Unterricht deshalb vor allem Rollenspiele mit den Schülern.

Sie sollen sich zum Beispiel gegenüber sitzen und nacheinander aufzählen, was ihnen an dem Gegenüber auffällt. „Nach spätestens drei Minuten hat man alle Kleidungsstücke durch. Dann beginnen die Schüler, Stimmungen wahrzunehmen. Ihre Wahrnehmung allgemein wird geschärft“, erklärt Buschkamp.

Bei einer anderen Übung, dem sogenannten „Stare down“, übersetzt etwa „herunter starren“, lernen die Schüler, dass jeder Mensch einen gewissen Abstand zu anderen hält – und dass dieser individuell ist und

respektiert werden muss. Außerdem sollen die Schüler sich gegenseitig Eigenschaften zuschreiben, die der andere ihrer Meinung nach noch braucht, um sein Ziel zu erreichen.

Soziales und Selbstverteidigung

„Ich fand es besonders gut, Sachen zu lernen über uns selbst und andere, die wir zuvor so noch nicht wussten“, sagt Endrita Pervizaj. Ihre Mitschülerin Cara Kleibert ergänzt: „Ich hätte nicht gedacht, dass das einen Kampfsportler ausmacht.“

Zum Schluss machen die Schüler dann doch noch eine sportliche Übung zur Selbstverteidigung. Sie lernen, wie sie ihren Kopf schnell hinter ihren Armen schützen können. „Es ist voll cool, zu lernen wie man sich selbst verteidigt, in so kurzer Zeit“, sagt Ilka Weissert.

Doch Thomas Buschkamp dämpft sofort die Erwartungen: „Damit ihr euch wirklich selbst verteidigen könnt, reicht das bisschen Übung jetzt nicht aus. Es kommt so wieso viel mehr darauf an, dass ihr wisst, wie ihr Auftreten müsst, damit ihr gar nicht in solche Situationen kommt.“ Und genau das sollten die Schüler bei dieser Unterrichtseinheit gelernt haben.



Thomas Buschkamp gibt Tipps für bessere Sozialkompetenzen. FOTO: GEUPEL

Ein Video zur Unterrichtseinheit gibt es online unter www.schwaebische.de/spaichingen_wahrnehmung