Boxtraining als sozialpädagogisches Ergänzungsangebot : Rituale des Respekts

Autor(en): **Tremp, Urs**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Curaviva : Fachzeitschrift**

Band (Jahr): **89 (2018)**

Heft 4: **Sport : wie Bewegung und Training Körper und Seele guttun**

PDF erstellt am: **02.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-834366

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Boxtraining als sozialpädagogisches Ergänzungsangebot

Rituale des Respekts

Mike Schilliger ist angehender Sozialpädagoge. Neben dem Studium und seiner Arbeit in einer Institution bietet er Trainingskurse im Boxen an. Sein «pädagogisches Boxen» wendet sich im Besonderen auch an Kinder und Jugendliche «mit Aufenthalt in einer Jugendeinrichtung».

Von Urs Tremp

Die Sportart Boxen assoziiert manch einer mit Halbwelt. Irgendwo am Hudson in New York verprügeln sich in der rauchgeschwängerten Luft einer umfunktionierten Lagerhalle vierschrötige Gesellen, bis das Blut spritzt. Im Publikum sitzen feiste Typen in feinstem Tuch, mit goldenen Ringen an den Fingern und leichten Mädchen im Arm. Und immer geht es um Geld, viel Geld: Preisgeld, Wettgeld, Schmier- und Bestechungsgeld.

Das Romero-Haus in Luzern ist alles andere als ein solch finsterer Ort. Hier widmet man sich dem Frieden, dem interreligiösen Dialog, der sozialen Gerechtigkeit. Und doch wird hier geboxt. Im Keller hat sich Mike Schilliger eingerichtet. Er betreibt dort zusammen mit einem Kollegen seit vier Jahren einen Trainingskeller. «Knock-In» heisst er. Und was Schilliger anbietet, ist «pädagogisches Boxtraining». Es wendet sich an Kinder und Jugendliche. Ein weiteres Angebot, das Programm «Plus», richtet sich speziell an Kinder und Jugendliche «mit stationärem Aufenthalt in einer Jugendeinrichtung».

Auch eine theoretische Beschäftigung mit dem Sport

Schilliger ist 30 Jahre alt und macht derzeit die Ausbildung zum Sozialpädagogen an der Höheren Fachschule für Sozialpädagogik HSL von Curaviva in Luzern – berufsbegleitend. Er gehört mit einem Pensum von 70 Prozent zum Betreuungsteam des Therapieheims «Ufwind» in Neuenkirch am südlichen Sempachersee. Dass er sich als Sozialpädagoge mit Sport als pädagogische Massnahme beschäftigt und darüber auch die Abschlussarbeit an der HSL verfassen wird (s. Box S. 22), hat auch mit seiner Vergangenheit zu tun. Er sei schon immer ein sportlicher Mensch gewesen, sagt er. Schilliger hat als Jugendlicher selbst geboxt (Thai-Boxen). Die Erstausbildung erhielt er in einem Sportartikelfachgeschäft. Das habe ihm zwar auch gefallen, weil er als Detailhandelsangestellter ebenfalls mit Menschen zu tun gehabt habe. Dass er nun allerdings mit seiner Arbeit im «Ufwind» und mit dem «Knock-In» nicht allein Sportgeräte und Sportkleider verkaufen, sondern Sport als Weg zu einem gesunden Selbstgefühl, zu körperlichem und emotionalem Gleichgewicht vermitteln könne, da sei er doch noch einmal etwas näher bei den Menschen.

Es geht in Mike Schilligers Trainingsraum nicht um blutige Nasen und harte K.o-Siege. Die Mädchen und Buben, die jungen Männer und Frauen sollen bei ihm Respekt, Selbstvertrauen, Selbstkontrolle, Durchhaltewillen lernen. Nicht um den Gegner im Ring geht es, sondern um sie selbst. «Kinder und Jugendliche, die verhaltensauffällig sind, brauchen nicht Wettkampfsport», sagt Schilliger. Sie sollen über den Sport sich selbst kennenlernen. Sich selbst kennenlernen, das heisst zuerst einmal, von sich selbst etwas wegkommen, mit anderen in Kontakt treten, sich mit anderen verständigen, mit anderen gemeinschaftlich etwas tun. «Kinder und Jugendliche, die mit sich selbst Probleme haben, haben sie auch mit anderen.» Mit den anderen finden diese Mädchen und Burschen auch zu sich selbst. Darum wird in Schilligers Boxkeller nicht zuerst das Einzel-, sondern das Gruppentraining gefördert. Gemeinschaftliche Rituale sind wichtig. Erfolgserlebnisse werden gemeinsam zelebriert – als Rituale des Respekts.

Die Jugendlichen sollen die Erfahrung machen können, dass Sport gute Gefühle auslösen kann.

Wenn etwas keinen Platz hat im Boxkeller, dann sei es die Gewalt. «Aggressivität wird im Training zu einer positiven Kraft. Boxen hat nichts mit einer Schlägerei zu tun.»

«Positive Erfahrungen machen»

«Sportliche Betätigung bietet die Möglichkeit für positive Erfahrungen und kann zur Festigung des Selbstvertrauens und der Selbstwahrnehmung beitragen sowie das Körperbewusstsein stärken. Alles Themen, die mir im Zusammenhang mit der Identitätsfindung wichtig erscheinen», schreibt Mike Schilliger in der Einleitung zu seiner Abschlussarbeit an der HSL. Er ist im «Ufwind», wo sieben Jugendliche lernen, selbstverantwortlich ein Leben zu führen, gleichfalls für die sportlichen Belange zuständig. Er leitet Sportlager im Sommer und im Winter. In der Institution gibt es zudem wöchentlich durchgeführte Bewegungsnachmittage.

Auch im «Ufwind» geht es nicht zuerst um die Optimierung der Leistung, sondern darum, dass die jungen Menschen, die – oft wegen einer Suchtkarriere – eine Beziehung zum Körper verloren haben und denen die Erfahrung abhanden gekommen ist, dass Sport gute Gefühle auslösen kann. Diese Jugendlichen sollen wieder spüren,

- wie die Muskeln kräftiger werden,
- wie Bewegungen und Koordinationsfähigkeiten sich verbessern,
- wie die Sinne offener werden,
- wie Gemeinschaft neu erlebt wird.

>>

Boxtraining im «Knock-In» mit Sozialpädagoge Mike Schilliger (linkes Bild hinten): Es geht nicht um blutige Nasen und harte K.o.-Schläge, sondern um Selbstkontrolle.

Sport bietet die Möglichkeit, Gefühle auszuleben. Gleichzeitig lehrt Sport auch, Gefühle zu beherrschen. «Im Idealfall passiert die Sportpädagogik in enger Zusammenarbeit mit anderen Disziplinen», sagt Mike Schilliger. Will heissen: Sportpädagogik, Musikpädagogik, Therapiegespräche sollen miteinander den Rahmen schaffen, damit Jugendliche zu sich und damit in die Gesellschaft finden.

Gruppentraining: Sport bietet die Möglichkeit für positive Erfahrungen.

Sportpädagogik und Sporttherapie

Seit etwa 40 Jahren hat sich für das gesonderte Sportsetting in der Arbeit mit vehaltensauffälligen Jugendlichen der Begriff der sozialen Sporttherapie ausgebildet. Im Gegensatz zur Sporttherapie, unter der man zumeist eine medizinische, somatisch ausgerichtete Therapie versteht (Physiotherapie nach Bruchverletzungen, Aufbautraining nach Herzinfarkten, Bewegungs- und Koordinationstraining nach Schlaganfällen), stellt die soziale Sporttherapie eine Beeinflussung des sozialen Verhaltens und die Persönlichkeitsentwicklung ins Zentrum. Die im Sport geltenden Regeln und Usanzen (Fairplay) sollen zu einem sozialen Verhalten im Leben auch ausserhalb des Sports führen. Über Sport erwerben junge Menschen mit Verhaltensauffälligkeiten «soziale Handlungskompetenz». Darum geht es auch Schilliger – als Sozialpädagoge und als Boxtrainer: «Es geht beim Sport zwar um ein Körperkonzept: Wie zufrieden bin ich mit meinem Körper, wie beweglich, wie stark? Das beinhaltet aber auch Komponenten wie Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein.»

Im Boxtraining von Mike Schilliger gehen die Buben und Mädchen diesen Weg. Friedlich, respektvoll – fernab vom Klischee eines Sports, bei dem unter dem Gejohle des Publikums draufgehauen wird, bis das Blut spritzt. Trotzdem hat Schilliger Verständnis, wenn jemand für sich lieber eine andere Sportart ausüben will als Boxen. Einmal sei ein Jugendlicher zu ihm gekommen mit dem Wunsch, lieber fischen zu gehen als bei ihm zu boxen – ob das auch ein Sport sei. So grosszügig müsse man sein, sagt Schilliger. Der Junge sei ein ganz glücklicher Fischer geworden. ●

Sport in Theorie und Praxis

Therapieheim «Ufwind»: Erfahrungen im Heimalltag

Mike Schilliger (s. Haupttext) studiert an der Höheren Fachschule für Sozialpädagogik Luzern HSL und schliesst die Ausbildung mit einer Arbeit über «Sport und Bewegung im sozialpädagogischen Setting als Chance bei der Bewältigung von Entwicklungsaufgaben» ab. Er geht darin der Frage nach, wie sportliche Betätigung die Möglichkeit bieten kann, positive Erfahrungen zu machen und Selbstvertrauen und Selbstwahrnehmung zu festigen. Als Sportbegeisterter seit Kindheit geht Mike Schilliger auch von eigenen Erfahrungen aus. «Während ich im Grundschulalter früh mit dem Leistungsdruck der Schule konfrontiert wurde, machte ich im Sport vielerlei positive Erfahrungen», beschreibt er die persönliche Motivation, sich mit Sport in der Sozialpädagogik zu beschäftigen. Andererseits kann der angehende Sozialpädagoge aus der Praxis schöpfen. Im Therapieheim «Ufwind» in Neuenkirch LU, einer Institution für junge Menschen mit verschiedenen Entwicklungsstörungen oder Beeinträchtigungen, ist Sport eine der Hilfestellungen und Massnahmen, die Jugendliche und junge Erwachsene während des sogenannten Selbstfindungsprozesses unterstützen sollen. Schilliger gehört im «Ufwind» zum Betreuungsteam. Wichtig ist Mike Schilliger, dass er die jungen Menschen motivieren kann, nach dem Aufenthalt im Therapieheim weiter Sport zu treiben. Er sucht dafür auch den Kontakt mit verschiedenen Sportvereinen.