



Foto: © Laureus

KICK im Boxing – Hier zählen Respekt und Disziplin

18 Sep 2015 geschrieben von Nils Borgstedt

Egal ob Fairplay, Disziplin oder Respekt – Werte sind im Sport wie im Alltag unerlässlich, um miteinander leben zu können. Das Projekt KICK im Boxing vermittelt Kindern und Jugendlichen ebensolche. Und zwar mit Boxen.

Boxen als Mittel, um Respekt und Disziplin zu lernen? Und das darüber hinaus mit Kindern und Jugendlichen, die es häufig gewohnt sind, Konflikte mit Gewalt zu lösen? Die selbst häufig Gewalt erfahren haben? Wie kann das funktionieren?

Das Projekt KICK im Boxing

„Wir haben bei uns im Projekt Jungs aus über 16 Nationen. Wir haben verschiedene Religionen vereint unter einem Dach. Von Muslime über Christen und russisch Orthodoxe bis hin zu Atheisten. Und alle haben ein Ziel: Sie wollen Boxen lernen“, erklärt Projektinitiator Tom Jansen.

Und diesen Antrieb, diese Motivation, Boxen zu lernen, nutzen Jansen und sein Team, um den Jugendlichen Werte des alltäglichen Miteinanders zu vermitteln. „Boxen zu lernen, mit einer so bunten Truppe, kann nur funktionieren, wenn sich die Teilnehmer tolerieren, akzeptieren und respektieren“, sagt er. Und genau das ist auch der Grund, warum KICK im Boxing mehr ist als bloßes Boxtraining. Die Kinder und Jugendlichen finden auch abseits des Sports Unterstützung. Es gibt Hausaufgabenbetreuung und Nachhilfe für die, die sie benötigen. Wer hier trainieren will, muss auch in der Schule Leistung bringen. „Wir sind immer zukunftsorientiert“, sagt Jansen. Und das von Anfang an. Wer neu dazukommt, wird im Gespräch nach seiner Motivation befragt, Boxen zu lernen. Es werden Ziele herausgearbeitet, Wünsche, Zukunftspläne. „Viele der Jugendlichen, die zu uns kommen, haben gar keine Ziele. Da setzen wir an, das wollen wir ändern.“



Dass zum Erreichen solcher Ziele Disziplin und Respekt anderen gegenüber entscheidende Werte sind, erfahren die Jugendlichen auf und abseits des Boxrings. „Das Boxen ist ein gutes Medium, um diese beiden Werte zu erlernen. Man bekommt schließlich direkt die Konsequenzen seines Handelns zu spüren. Wer zu aggressiv ist, vergisst seinen Selbstschutz und bekommt dadurch schnell einen auf die Nase. Wir zeigen hier auf, dass eine gesunde Angst etwas Positives ist“, erklärt Jansen, der früher selbst geboxt hat.

KICK im Boxring im Alltag

Das Prinzip lässt sich in den Alltag übertragen. Nur wer ein gewisses Maß an Disziplin aufbringt, wird verhindern auf die Nase zu fliegen, im Boxring wie in der Schule. Nur wer seine Aggressionen richtig kanalisieren kann, wird auch auf der Straße entsprechend handeln. Die Teilnehmer beginnen immer mehr, ihr Handeln zu reflektieren. „Sie fragen sich selbst, ob das Sinn macht, was sie gerade tun. Ob das ihren Zielen förderlich ist“, sagt Jansen. Und dazu gehört auch, Konflikten auf der Straße aus dem Weg zu gehen. „Natürlich gibt es viele, die zu uns kommen, um sich auf der Straße verteidigen zu können“, schränkt der Trainer ein, „aber auch mit ihnen arbeiten wir. Wir zeigen ihnen, dass das Boxen für Konflikte auf der Straße nicht die richtige Lösung ist. Wir wollen außerdem ihre Aggressivität positiv nutzen.“ Die Jugendlichen sollen Durchhaltevermögen und Ehrgeiz beispielsweise in der Schule und bei der Verwirklichung ihrer gesteckten Ziele einbringen. „Denn Aggression kann durchaus etwas Positives sein, wenn man sie richtig einsetzt.“

Und wie sieht es mit Respekt aus? Klar, auch der ist wichtig im Boxring. Wer seinen Gegner nicht ernst nimmt, läuft Gefahr auf die Nuss zu kriegen. Bei KICK im Boxring geht es aber schon abseits des Rings respektvoll zu. Wer hier mitmachen möchte, muss Deutsch sprechen, „gutes Deutsch, in ganzen Sätzen“, wie Jansen sagt. Und höflich sein. „Wir zeigen den Teilnehmern auf, dass an dem Sprichwort: ‚Wie man in den Wald hinein ruft, so schallt es heraus‘ durchaus etwas dran ist. Gerade wenn ich etwas von jemandem möchte, muss ich ihm natürlich mit Respekt begegnen“, erklärt Jansen. Und das gilt bei Behördengängen oder gegenüber den Lehrern genauso wie in der Trainingshalle. Eine einheitliche Sprache beugt zudem Konflikten vor. Wer sein Gegenüber nicht versteht, interpretiert Blicke leicht falsch, wird verunsichert. „Das kann natürlich ein Problem sein. Folgendes Beispiel: Wir haben auf der einen Seite eine Gruppe Araber stehen, auf der anderen eine Gruppe Russen. Nun sprechen die Araber Arabisch untereinander, die Russen Russisch. Keiner von der jeweils anderen Gruppe versteht, was gesprochen wird. Wenn sich dann noch die Blicke kreuzen, kann es schnell zu Konflikten kommen. Und das, obwohl vielleicht nur über das Wetter gesprochen wurde“, schildert Jansen seine Erfahrungen. „Und ich möchte natürlich auch verstehen, was gesagt wird“, fügt er an. Dass die Teilnehmer pünktlich sein müssen, um am [Training](#) teilnehmen zu können, setzt Jansen ebenfalls voraus. Sonst gibt es auch mal einen Anpfiff und man darf eben nicht mittrainieren.

KICK im Boxring – heute und in Zukunft

Ziel hinter all diesen Dingen ist es, den Jugendlichen die Strukturen näher zu bringen, die sie auch im wirklichen Leben vorfinden. Seit 2007 arbeitet das Team von KICK im Boxring daran, diese zu vermitteln. Mit Erfolg. Inzwischen gibt es vier Standorte in Berlin und über 2500 Kinder und Jugendliche nehmen das Angebot an. Doch Jansen reicht das nicht. „Wir wollen noch etwas Neues machen. Eine Art Lernzentrum, in dem auch Kinder und Jugendliche pädagogisch unterstützt werden können, denen die Voraussetzungen für KICK im Boxring noch fehlen, die beispielsweise kein Deutsch sprechen, oder kognitiv und motorisch nicht fit genug sind“, blickt er in die Zukunft. „Es muss immer weitergehen. Stagnation ist Tod. Es muss sich etwas entwickeln. Wenn Stillstand herrscht, fühle ich mich selbst nicht wohl.“ Und nicht nur Jansens Pläne bergen neue Herausforderungen. Auch die aktuelle Flüchtlingssituation stellt eine solche da. „Klar schauen wir auch hier, wie wir den Flüchtlingen helfen können und sie auch in unser Projekt integrieren können.“ Unterstützt wird das Laureus Projekt heute und in Zukunft übrigens von [Ex-Boxer Axel Schulz](#) – der hat schließlich selbst einen immensen Erfahrungsschatz im Boxring vorzuweisen und engagiert sich seit Jahren für die Laureus-Stiftung, die insgesamt 14 Projekte in Deutschland und Österreich unterstützt.