

Exposé zum Buch

Von der Aggression zur Selbstbehauptung

Ein pädagogisches Konzept zur Gewaltprävention

Seit etlichen Jahren führe ich Anti-Gewalt-Trainingskurse für einschlägig auffällig gewordene Jugendliche und junge Erwachsene durch. Dabei handelt es sich überwiegend um junge Menschen, die wegen Körperverletzung verurteilt worden sind.

Für diese Jugendlichen habe ich auf der Grundlage des dialogisch - pädagogischen Menschenbildes Martin Bubers ein Konzept für ein Anti - Gewalt - Training entwickelt, das in seiner Wirksamkeit meine anfänglichen Erwartungen bei Weitem übersteigt.

Der dialogische Ansatz ist offensichtlich eine Art, Jugendliche in ihrem Sein zu bestätigen und sie in ihrem Werden-Können zu fordern und zu fördern, die die Jugendlichen in ihrem Innersten erreicht. Es geraten Veränderungsprozesse in Gang, von denen die Jugendlichen selbst überrascht sind. So bringen sie in der Endauswertung des Trainings Äußerungen vor wie: „Durch das, was wir hier machen, kann ich keine Sch... mehr machen.“, „Das hier ist nicht nur gegen Gewalt, das ist für's Leben. Jeder sollte das machen.“, „Wenn ich provoziert werde, weiß ich, was ich tun kann, um nicht auszurasen.“, „Ich glaube, ich bin jetzt anders. Irgendwie ruhiger.“, „Selbstbehauptung ist auch Selbstbefreiung.“

Das Konzept, das ich entwickelt habe, eignet sich als Intervention für Jugendliche, die bereits gewaltauffällig geworden sind, als auch als Prävention für alle Jugendlichen sowie als Anleitung zu einem würdevollen, kränkungs- und gewaltfreien Umgang mit der Andersartigkeit anderer Menschen für Jedermann.

In dem Buch **Von der Aggression zur Selbstbehauptung – Ein pädagogisches Konzept zur Gewaltprävention** habe ich das Training in all seinen Facetten beschrieben.

Drei Arbeitsebenen

Der Anti-Gewalt-Trainingskurs besteht aus unterschiedlichen Modulen und zeigt in seiner Gesamtheit mannigfaltige Möglichkeiten zu einem würdevollen Umgang und zu kränkungs- und gewaltfreien Konfliktlösungen auf. Die Arbeit im Kurs findet im Wesentlichen auf drei Ebenen statt, die eng miteinander verzahnt sind:

1. Theoretische Ebene. Um den Jugendlichen eine andere als die bekannte Sicht auf Konflikte, Provokation, verletzter Stolz, Aggression und Gewaltverhalten zu geben und um in dieser Hinsicht ihren kognitiven Rahmen zu erweitern, bekommen sie von mir unterschiedlichen theoretischen Input vermittelt.

2. Praktische Ebene. Was von mir als Kursleiter an Aspekten und Anregungen zu einem würdevollen und gewaltfreien Umgang vorgetragen wird, und was von den Teilnehmern an Ideen zu Gewaltalternativen vorgebracht wird, wird in Form von Übungen und Rollenspielen unmittelbar praktisch bearbeitet. Dadurch wird der Kurs erlebnisreich, und der Lerneffekt wird verstärkt. Bei diesen praktischen Elementen wird jeder Teilnehmer aktiv einbezogen.
3. Beziehungsebene. Natürlich verhalten sich Teilnehmer in der aktuellen Gruppensituation anderen Teilnehmern aus der Gruppe, oder auch mir als Kursleiter gegenüber immer wieder geringschätzig, arrogant, ignorant, abwertend oder legen anderweitig ihr vertrautes destruktives Sozialverhalten an den Tag. In einem solchen Fall wird der Teilnehmer sofort gestoppt und konsequent konfrontiert; und zwar in der Form, dass der Betreffende auf sein verletzendes Verhalten hingewiesen wird, und dass ihm aufgezeigt wird, welche zerstörerischen Wirkungen es hat. Er wird darin begrenzt, ohne selbst verletzt zu werden.

Kursinhalte

- Darstellung der Dynamik einer Gewalteskalation und erstes gemeinsames Sammeln von Alternativen zu Gewaltverhalten
- Austeilen? Einstecken? Oder was? – Darstellung von Selbstbehauptung als echte Alternative zu austreten (Aggression) oder einstecken (Depression)
- Wesentliche Merkmale von Selbstbehauptung: Als Person deutlich werden, ohne den Anderen zu verletzen
- Übungen zur Entdeckung und Entwicklung von Selbstbehauptung
- Auseinandersetzung mit der eigenen Täterschaft
- Zivilcourage: Effektives Eingreifen mit geringstem Risiko für die eigene Unversehrtheit
- Gruppendruck: Darstellung der manipulativen Strategien der Gruppe und Möglichkeiten, die Wirkungen dieser Strategien zu entkräften
- Gewalt als Zeichen persönlicher Unreife
- Probleme eines Angreifers (Selbstwertprobleme, innere Leere etc.)
- Vorstellung konkreter Strategien, wie man unter besonders schwierigen Umständen Angriffe abwehren kann, ohne selbst aggressiv zu werden
- Praktisches Anwenden und Erleben dieser Strategien
- Gewaltsuchend – Gewaltbereit – Gewaltfrei. Selbsterfahrungen in diesen drei Haltungen
- Klärung der Frage, was sich die Teilnehmer von einem Leben ohne Gewalt versprechen („Was wird mir durch ein Leben ohne Gewalt möglich?“)
- Übungen zur Identifikation mit den eigenen gewaltfreien Persönlichkeitsanteilen
- U.a.

Das Buch gliedert sich im Wesentlichen in vier Teile

1. Einführende Überlegungen zur subjektiven Realität jugendlicher Gewalttäter und zu den oftmals enormen psychischen und sozialen Spannungsfeldern, in denen sie sich befinden
2. Klärungsprozesse zwischen den Trainingsanwärtern und mir vor dem Anti-Gewalt-Training. Anregungen für die Entstehung einer intrinsischen Motivation zur Teilnahme bei den Anwärtern
3. Beschreibung der einzelnen Trainingsmodule
4. Ausblicke auf Möglichkeiten systematischer und gezielter Gewaltprävention an Schulen und anderen pädagogischen Einrichtungen

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen.

Jürgen Bittner

Dipl. Soz.-Arb. FH

Gestalttherapeut und Supervisor

Europäisches Zertifikat für Psychotherapie