

Stockkampfkunst mit verhaltensoriginellen Jugendlichen

Eine Pilotstudie der SRH Hochschule Heidelberg bietet Einblicke in die Arbeit mit den Stöcken

Zu den Entwicklungsaufgaben der Adoleszenz gehören anspruchsvolle Schritte, darunter die Akzeptanz eines sich verändernden Körpers, der Erwerb einer erwachsenen Denkweise, der Aufbau reiferer Beziehungen zu Gleichaltrigen verschiedener sexueller Orientierungen, der Zuegang an Unabhängigkeit von der Familie und die Entwicklung der eigenen Identität. Doch gerade die organischen, kognitiven, seelischen und sozialen Bereiche bilden die Felder, die Menschen mit einer Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung vor besondere Herausforderungen stellen, was **Jugendliche mit ADHS** zu besonders schutzbedürftigen Wesen macht.

*Sich und den eigenen Raum in Bewegung wahrnehmen,
Widerstand spüren, Grenzen setzen und Muster verändern,
eine Beziehung erforschen,
Nähe und Distanz regulieren,
einen gemeinsamen Rhythmus erarbeiten,
lernen, eigene Kräfte und Emotionen zu modulieren,
Fehler machen dürfen und das Innehalten üben,*

das sind einige der Angebote, die die Stockkampfkunst im **geschützten Rahmen** der Tanz- und Bewegungstherapie bieten kann.

Können Jugendliche mit ADHS von einem Bewegungsangebot mit Stockkampfkunst profitieren? Die Komplexität von ADHS verlangt nach ganzheitlichen Therapieformen, die gleichzeitig der hohen Individualität der Erscheinungsformen nachkommen. Als eine Methode, die körperliche, geistige, emotionale und soziale Aspekte einbezieht, bietet die **Tanz- und Bewegungstherapie** viele Anhaltspunkte, um sowohl die Kernsymptomatik der Betroffenen als auch die damit einhergehenden Begleitscheinungen anzugehen (wie die veränderte Wahrnehmungsfähigkeit, der Umgang mit Emotionen oder ein geschwächtes Selbstwertgefühl).

Die **philippinische Stockkampfkunst** ihrerseits gewinnt in der pädagogischen und therapeutischen Landschaft in Deutschland zunehmend an Bedeutung, welche sich in ihrem Einzug in Fachtagungen und in Weiterbildungsangeboten für Fachkräfte widerspiegelt. Aus philippinischer Tradition hat sich die Stockkampfkunst durch die kriegerischen Auseinandersetzungen mit den spanischen



Eroberern und im Laufe der Jahrhunderte unter dem Einfluss verschiedener Kulturen entwickelt. Die vorerst primitiven, nur mit Kraft ausgeführten Schläge wurden mit zunehmender Kampferfahrung und intensivem Studium laufend verbessert und führten zu einem geschmeidigen, ästhetischen, präzisen und äußerst effektiven Kampfstil. Als die Spanier 1764 die Kampfkünste verboten, integrierten die Filipinos die vertrauten Bewegungen in die einheimischen Tänze, um ihr kulturelles Erbe zu bewahren. Mittlerweile haben sich daraus weltweit mehr als hundert Kampfstile mit unterschiedlichen Methoden, Techniken und Waffen etabliert.

Besonders interessant für die **therapeutische Praxis** sind die traditionellen Sinawali-Schlagfolgen, die mit wirbelnden Bewegungen und hoher Geschwindigkeit mit einem Partner ausgeführt werden, technische Übungen, um den Umgang mit dem Stock zu trainieren wie Wurftechniken, Jonglieren und Balancieren sowie selbsterzeugte Rhythmen, bei denen die Stöcke, der Boden und die Füße einbezogen werden. Zum Einsatz kommen 65 cm lange Stöcke aus ungeschältem Rattan.

Motivation der Studie

Wir haben uns in der Mitte des Klassenzimmers Platz verschafft, es ist früher Nachmittag. Die Kalorienzufuhr und die anregenden Gespräche am Mittagstisch hinterlassen eine prickelnde Energie in der Luft, doch nach dem farbenfrohen Klang der Tingsha entstehen forschende Augenkontakte. Während einer Stunde, umrahmt von einem Anfangs- und Abschlussritual, treffe ich mich mit einer kleinen Gruppe