



Liebe Eltern,

28.09.2015

im Oktober werden Kolleginnen aus den jeweiligen Kindergarten- und der Hortgruppe an einer Fortbildung zum Thema „**Faires Raufen**“ teilnehmen. Ziel ist, dass unsere Mitarbeiter den Kindern diese gewaltpräventive Maßnahme zugänglich machen kann.

Was ist „Faires Raufen“?

Der Name ist Programm: Faires Raufen ist eine gute Möglichkeit, im körperlichen Kontakt mit einem Gegenüber auf faire Art und Weise vorhandene, oft auch verborgene Aggressionen im geschützten Rahmen auszuleben. Jeder Mensch, unabhängig von Geschlecht und Alter, trägt Aggressionen in sich, die ihren Raum fordern. Faires Raufen geht zudem davon aus, dass Aggression nicht nur eine einzudämmende Vorstufe zur Gewalt ist, sondern dass sie eine Energie ist, die vielen Arten menschlichen Verhaltens zugrunde liegt. So liegt dem Wort *Aggression* der lateinische Wortstamm *agredi* zugrunde, was so viel bedeutet wie *an etwas herangehen, etwas auf sich nehmen*. Der bewusste Umgang mit dieser Gefühlsregung ist ein wichtiges Thema, auch bei uns in der Kindertagesstätte.

Das offensichtliche Bedürfnis von Kindern, miteinander Kampfszenen (z.B. StarWars) nachzuspielen oder auch im Affekt körperliche Macht auszuüben um eigene Ziele zu erreichen (z.B. in Konfliktsituationen) ist naturgemäß groß; wieder anderen Kindern fällt es schwer, sich zu behaupten. Für Kinder, die aus Überschwang im Spiel andere Kinder verletzen, ist Faires Raufen ein natürliches Aggressionstraining, welches beim Einüben der richtigen „Dosis“ sowie beim Kennenlernen der eigenen Grenzen (und der der anderen) helfen kann. Ebenso haben zurückhaltende Kinder die Möglichkeit aus sich heraus zu kommen, über ihre Grenzen hinauszuwachsen, sich kräftig zu fühlen und spüren „Ich kann was bewirken mit meiner Körperkraft“ - ohne dass jemand zu Schaden kommt.

Das Bedürfnis nach aggressiven, energiegeladenen Verhaltensweisen wird von außen in Kindertagesstätte und Schule meist stark reglementiert. In Abwesenheit der reglementierenden Person (Eltern, Erzieher, Lehrer) können schädigende Verhaltensweisen leider umso stärker hervortreten, quasi heimlich, z.B. auf dem Schulweg.

Das Faire Raufen öffnet den Kindern einen Raum, der meist durch Regeln und soziokulturelle Grenzen verschlossen ist oder nur in den Medien (Actionfilme, PC-Spiele, Boxkämpfe) akzeptiert wird.

Dieser Raum ermöglicht die konkrete und körperlich spürbare Einsicht, dass man sich nach einem Konflikt/Kampf, der mit Respekt und Fairness ausgetragen wurde, besser fühlt, als wenn Abwertung und Verletzung im Spiel waren.

Die Philosophie des Aikido, dass der „Gegner“ zum „Partner“ wird, der dem „An-einander-Lernen“ dient, spielt daher eine zentrale Rolle beim Fairen Raufen. So kann das Ausleben und Kennenlernen der eigenen aggressiven Energien zur Ressource für soziales Lernen werden.

Durch die klaren Grenzen und Regeln beim Fairen Raufen werden in sicherer Atmosphäre die Körperwahrnehmung, das Selbstbewusstsein und eine realistische Selbst- und Fremdwahrnehmung gefördert. Diese Grenzen werden u.a. von den Kindern im Vorfeld selbst formuliert.

Wie läuft „Faires Raufen“ konkret ab?

Eine Einheit „Faires Raufen“ beinhaltet nach dem gemeinsamen Aufstellen von klaren Fairness-Regeln immer eine Anwärmphase zum Vertiefen gruppenspezifischer Prozesse, eine Raufrunde in der die zwei Partner versuchen sich gegenseitig auf den Boden zu drücken (gewonnen hat, wer den anderen ein paar Sekunden an beiden Schultern auf die Matte gedrückt hält) und einer Entspannungsphase.

Das Geschehen auf der Matte wird vom/von der /dem absolut präsenten AnleiterIn in Form einer Sportreportage kommentiert. Damit signalisiert sie den Partnern, dass sie nach dem Motto „Ich sehe genau was ihr macht, melde Euch dies zurück und solange ihr Euch fair verhaltet bekommt ihr meine ganze Wertschätzung“ voll und ganz präsent ist.

Jede Faires-Raufen – Einheit schließt mit einer Reflexionsrunde ab, in welcher die Kinder zur Wort kommen. Sie können den Anderen mitteilen, was ihnen gefallen hat, was nicht gut war und was es neues über sich und andere erfahren hat. Hier können auch Regeln überdacht und verändert, Beziehungen gepflegt und einander Anerkennung geschenkt werden.

Haben sie Interesse an einem Elternabend zum Thema Faires Raufen?

Frau Hirt würde sich dafür als Referentin zur Verfügung stellen, wenn sich genügend Eltern in die Liste beim Büro eintragen.

Wir wünschen uns, dass dieses Projekt zu einer Bereicherung für den alltäglichen Umgang miteinander wird.

Ihr Kleine-Freunde-Team