

Hamburg, im Februar 2008

Mein Name ist Kordula. Ich bin 44 Jahre alt und Mutter von Zwillingen.

Celia und Anton sind jetzt sieben Jahre alt und seit Sommer 2007 in der ersten Grundschulklasse. Mit 4 Jahren haben die beiden mit dem Kung Fu Unterricht bei ihrer Lehrerin Ayten Gülec begonnen.

Das Kung Fu tut meinen Kindern in vielfältiger Weise gut und wurde schnell zu ihrer ganz eigenen Angelegenheit.

Zum ersten erfahren und lernen meine Kinder das Lernen. Sie erfahren, was es bedeutet, an einer Sache von Anfang an dran zu bleiben, Fortschritte zu machen, stärker durch Üben zu werden, Vertrauen und Respekt zum Lehrer zu entwickeln und ihr eigenes Tempo auf dem Weg zu bestimmen (keine Überforderung).

In der Beziehung zu ihrer Lehrerin, die auf Respekt und Aufmerksamkeit beruht und in der die Qualitäten des Einzelnen hervorgehoben werden, in der aber auch Aufmerksamkeit und Respekt eingefordert wird, lernen die Kinder einen rücksichtsvollen und achtsamen Umgang mit anderen Schülern in ihrer Gruppe, sowohl mit den Fortgeschritteneren als auch mit Jüngeren. Die Freude am eigenen Fortschritt und dem der anderen ist enorm motivierend.

Meine Kinder machen Kung Fu aus sich heraus, es bedarf keiner Ermahnungen oder Motivation meinerseits- ganz im Gegenteil!

Das Körpergefühl der Kinder und das richtige Einschätzen ihrer Kräfte ist sehr gestärkt, ihre Ausdauer und Konzentration, so wie die gesamte Ausrichtung in Lernsituationen auch außerhalb des Kung Fu Unterrichts, wächst stetig.

Ein rücksichtsvoller Umgang mit Schwächeren und auch ein Sich-Behaupten im Umgang mit Grossen, das ihnen im Kung Fu Unterricht vermittelt wird, hilft besonders meinem Sohn auf dem Schulhof. So können meine Kinder bei einem Gerangel gut und geschickt ausweichen (ticken), behalten eine distanzierte

Übersicht bei Eskalationen und wissen sich manchmal mit kleinen erlernten Tricks zu helfen (Befreiung aus jedem Schwitzkasten). Gleichwohl sind sie auch in der Lage, in ernsteren Situationen ihren „Gegnern“ mit einem gezielten, überlegten und positionierten Tritt oder Schlag (nie als erste/r und immer mit vorheriger Ansage, um dem Gegner einen Rückzug zu ermöglichen) zu signalisieren, dass mit ihnen zwar zu spaßen ist, nicht aber respektlos umgegangen werden kann.

Ayten Gülec bespricht mit ihren Schülern im Kung Fu Unterricht offen und klar auch über Gewaltsituationen in ihren Schulen oder im Alltag allgemein. Mit den Kindern gemeinsam überlegt sie, was da zu tun ist, wo die Kinder sich Hilfe holen können und müssen (Lehrer und Eltern informieren, keine schlechten Geheimnisse) und welche die einzelnen Schritte im Umgang mit Mobbing, mit gewaltbereiten Mitschüler/Innen oder auch mit Übergriffen seitens Erwachsener sind. Das verschafft den Kindern einen bewussten Vergegenwärtigen dessen, was vorgeht und sie können verschiedene Situationen klarer und vorbereiteter einschätzen. Dadurch sind sie leichter in der Lage, sich überlegt und defensiv aus gewaltsamen oder eskalierenden Konflikten heraus zu ziehen aber auch, - sofern nicht vermeidbar- gezielt und bewusst ihr Können und ihre Kraft einzusetzen, um sich zu behaupten.

Kung Fu ist aus meiner Sicht auch eine Methode, anhand derer die Kinder verinnerlichen, dass es einen Weg zu ihren Zielen gibt. Was immer sie in Zukunft lernen oder erreichen möchten oder lernen und erreichen müssen – das Werkzeug dazu erlernen sie hier.

Sie werden wissen, dass man durch stetiges Üben besser wird, dass Spaß am eigenen Lernen wichtig ist, um sich eine Sache anzueignen. Sie werden gelernt haben, auf einen Lehrer, eine Lehrerin zu hören, ihn anhand seiner Worte und seines Handelns zu prüfen und einzuschätzen, und werden ein mitfühlendes und

begleitendes Lehrer-Schüler Verhältnis erlebt und gelebt haben. Ob Geige, Klavier oder BWL-Studium, meines Erachtens ist das Kung Fu eine Art des Schwimmenlernens für alle Gewässer ihres zukünftigen Lebens.

Einmal im Jahr findet ein Kinder-Kung-Fu Turnier in Hamburg oder Umgebung statt. Dieses kann ich allen interessierten Eltern und auch Pädagogen sehr empfehlen, die sich für Kung Fu und die Entwicklungsmöglichkeiten von Kindern interessieren:

Alle beteiligten Kinder und Jugendlichen sind so konzentriert, ambitioniert und eigenverantwortlich bei der Sache, dass es mich tief bewegt hat. Die hohe Konzentration der einzelnen Prüflinge, die Aufmerksamkeit, mit der die übrigen der jeweiligen Gruppe mit den Einzelnen während ihrer Prüfung mitfiebern, ihr geduldiges Warten bis sie selbst an der Reihe sind und auch ihre zugeflüsterten Hilfestellungen....

Später dann bei allen offene Augen und Münder bei den Vorführungen der erwachsenen Braun- und Schwarzgurte.

Und während des ganzen Tages bestaunte ich die enorme Achtsamkeit und den feinfühligem Umgang der Lehrer und Prüfer mit den Schülern und ihren so vielfältigen und unterschiedlichen Leistungen... An so einem Turniertag erfährt man, wie viele verschiedene Aspekte Kung Fu besitzt und fördert und wie viel mehr Kung Fu - mal im Ganzen gesehen - ist und besitzt.

Die dem körperlichen, dem kognitiven und auch emotionalen Wohl der Kinder dienende ehrliche Arbeit und Verlässlichkeit, die Aytan Gülec in jeder Unterrichtsstunde gleich bleibend leistet, beeindruckt mich tief und immer wieder neu.

Fazit: Kung Fu macht beweglich, stark, mitfühlend und schlau!