

# Inhaltsverzeichnis

<b>EINLEITUNG</b> .....	<b>11</b>
<b>UNTERSUCHUNGSWEG</b> .....	<b>11</b>
<b>1. ZUM BEGRIFF DER AGGRESSION</b> .....	<b>13</b>
<b>1.1 Aggressionsarten</b> .....	<b>13</b>
1.1.1 Emotionale Aggressionen .....	14
1.1.1.1 Vergeltungs-Aggression .....	14
1.1.1.2 Frustrations-Aggression .....	15
1.1.1.1.1 Frustration durch Hindernisse.....	16
1.1.1.1.2 Frustration durch Provokation .....	17
1.1.1.1.3 Frustration durch psychische Stressoren.....	18
1.1.1.3 Spontan-Aggression .....	19
1.1.2 Instrumentelle Aggression.....	19
1.1.2.1 Abwehr-Aggression .....	20
1.1.2.2 Erlangungs-Aggression.....	21
1.1.3 Personale Gewalt als Teilbereich der Aggression .....	21
1.1.4 Ursachen von Aggressionen.....	23
<b>1.2 Aggressionen und die Theorie ihrer Erlernbarkeit von Modellen</b> .....	<b>24</b>
1.2.1 Lernen am Erfolg .....	24
1.2.2 Lernen am Modell.....	24
1.2.2.1 Aggressive Modelle vermittelt durch die Medien .....	25
1.2.2.2 Aggressive Modelle in unserer Gesellschaft.....	26
1.2.2.3 Aggressive Modelle in der Familie .....	27
<b>1.3 Zwischenergebnis</b> .....	<b>28</b>

<b>2. AGGRESSIONEN UND GEWALTPRÄVENTION .....</b>	<b>29</b>
<b>2.1 Katharsis-Hypothese .....</b>	<b>29</b>
2.1.1 Theorie der Katharsis-Hypothese .....	29
2.1.2 Katharsis-Hypothese und Kampfkunst.....	30
<b>2.2 Soziologische Sichtweise des Labeling Approach (L.A.).....</b>	<b>31</b>
<b>2.3 Umgang mit Aggressionen .....</b>	<b>34</b>
<b>2.4 Zwischenergebnis .....</b>	<b>36</b>
<b>3. DAS VERHÄLTNIS ZWISCHEN KAMPFKUNST UND KAMPFSPORT .....</b>	<b>37</b>
<b>3.1 Bedeutung des Zen in der Kampfkunst .....</b>	<b>39</b>
<b>3.2 Bedeutung des Do in der Kampfkunst.....</b>	<b>40</b>
<b>3.3 Die Bedeutung der Etikette in der Kampfkunst .....</b>	<b>41</b>
<b>3.4 Zwischenergebnis .....</b>	<b>43</b>
<b>4. KAMPFKUNST ALS PRÄVENTIVMITTEL GEGEN GEWALT .....</b>	<b>45</b>
<b>4.1 Kampfkunst in der Jugendarbeit.....</b>	<b>45</b>
4.1.1 Kampfkunst und soziales Verhalten.....	46
4.1.2 Vorteile der Kampfkunst .....	47
<b>4.2 Kampfkunst als Präventivmittel.....</b>	<b>49</b>
4.2.1 Hinweise zur Arbeit mit Jugendlichen.....	50
4.2.2 Hinweise bei der Anwendung von Kampfkunst .....	52
4.2.3 Gefahren bei der Anwendung von Kampfkunst.....	54
<b>4.3 Zwischenergebnis .....</b>	<b>55</b>

<b>5. KAMPFKUNST IN DER SCHULE: EINE DIDAKTISCHE ANALYSE ANHAND DES JU-JUTSU .....</b>	<b>57</b>
<b>5.1 Elemente und Prinzipien des Ju-Jutsu.....</b>	<b>57</b>
5.1.1 Geschichtliche Hintergründe des Ju-Jutsu .....	57
5.1.2 Ju-Jutsu heute .....	58
<b>5.2 Kampfsport in der Schule.....</b>	<b>59</b>
5.2.1 Grundsätze und Bestimmungen für Kämpfen im Schulsport.....	61
5.2.2 Aufgaben des Schulsports.....	61
5.2.3 Ziele des Schulsports.....	62
5.2.3.1 Sachkompetenz .....	63
5.2.3.1.1 Feinziele der Sachkompetenz.....	63
5.2.3.1.2 Übertragung der Feinziele der Sachkompetenz auf Ju-Jutsu .....	64
5.2.3.2 Selbstkompetenz.....	65
5.2.3.2.1 Feinziele der Selbstkompetenz.....	66
5.2.3.2.2 Übertragung der Feinziele der Selbstkompetenz auf Ju-Jutsu .....	66
5.2.3.3 Sozialkompetenz.....	68
5.2.3.3.1 Feinziele der Sozialkompetenz .....	68
5.2.3.3.2 Übertragung der Feinziele der Sozialkompetenz auf Ju-Jutsu .....	69
<b>5.3 Zwischenergebnis .....</b>	<b>69</b>
<b>6. KAMPFKUNSTPROJEKT IM JUGENDZENTRUM HANNOVER-DÖHREN .....</b>	<b>71</b>
<b>6.1 Das Jugendzentrum Hannover-Döhren.....</b>	<b>71</b>
<b>6.2 Angaben zum Kampfkunst Projekt „Körper unter Kontrolle“ .....</b>	<b>71</b>
6.2.1 Erläuterungen zur Kampfkunst „Jeet Kwon Do“ .....	72
6.2.2 Trainingsinhalte einer Jeet Kwon Do Einheit .....	73

6.2.3 Persönliche Eindrücke.....	75
6.2.4 Angaben zum Trainer Abbas Balkiz.....	76
<b>6.3 Befragung der Teilnehmer.....</b>	<b>77</b>
6.3.1 Ziel der Befragung.....	78
6.3.2 Methodik.....	78
6.3.3 Aufbau des Fragebogens.....	78
6.3.4 Auswertung der Fragebögen.....	79
6.3.4.1 Altersgruppen der Teilnehmer.....	79
6.3.4.2 Zusammensetzung der Teilnehmer.....	80
6.3.4.3 Herkunft der Teilnehmer.....	81
6.3.4.4 Motivationen für das Erlernen der Kampfkunst.....	82
6.3.4.5 Motivation, im Jugendzentrum Hannover-Döhren zu trainieren.....	84
6.3.4.6 Zeitraum des Trainings.....	84
6.3.4.7 Trainingshäufigkeit nach Alter.....	85
6.3.4.8 Allgemeine Trainingshäufigkeit.....	86
6.3.4.9 Auswertung der vorgegebenen Aussagen.....	87
<b>6.4 Zwischenergebnis.....</b>	<b>88</b>
<b>7. ENDERGEBNIS.....</b>	<b>91</b>
<b>8. ANHANG.....</b>	<b>93</b>
8.1 Fragebogen.....	93
8.2 Interview mit Abbas Balkiz vom 15. Juni 2006.....	97
8.3 Zeitungsausschnitte zum Kampfkunstprojekt.....	102
8.4 Broschüre zum Kampfkunstprojekt.....	104
<b>LITERATURVERZEICHNIS.....</b>	<b>109</b>