

Ki-do: Der Weg der Kinder

- Die sinnvolle Art der Selbst-Verteidigung -

Das Problem ist hinlänglich bekannt: Gewalt an unseren Kindern. Gewalt durch Klassenkameraden, Jugendliche aber auch durch Erwachsene. Die Spannbreite ist groß: Prügeleien, Abziehen (verharmlosende Bezeichnung für Raubüberfall!), Mobbing, sexuelle Gewalt. Das Opfer weiß sich oft nicht zu helfen. Bei Beobachtern herrscht vielfach Gleichgültigkeit statt Hilfsbereitschaft. Hinterher ist der Aufwand oft groß! Was aber wird vorher getan?

Unsere Kinder - liebevoll und gewaltfrei erzogen - sind der außerhalb des Heims auftretenden Gewalt oft völlig wehrlos ausgeliefert. Sollte es nicht darum gehen, unsere Kinder so stark zu machen, daß sie sich wehren können, daß sie nicht zu Opfern werden? Und daß Gewalt auch dadurch vermieden wird, daß die „lebhafteren“ Kinder mehr Kontrolle und Fairness lernen?

Aufgrund der Vorfälle an der Schule seiner Kinder und an den Schulen, an denen er unterrichtet hat, hat Ralf R. Ide 1992 begonnen, an einem praxisorientierten und kindgerechten Sicherheitstraining und Selbstverteidigungssystem zu arbeiten, das er **Ki-do** genannt hat. Der Pädagoge u. Kampfsportler (3. Dan Karate) leitet seit nun über 20 Jahren Selbstverteidigungskurse für Frauen und Mädchen. Nicht nur die Erfahrungen in diesem Bereich sondern insbes. sein Studium (Sport, Pädagogik, Theologie/Ethik und Psychologie) machen sein **Ki-do** zu einer runden Sache. Seit 10 Jahren wird er bundesweit von Elternvertretern oder Schulleitern an die Schulen gebeten, um Kurse speziell für Grundschulkindern durchzuführen.

Der Begriff Selbst-verteidigung ist mit vielen Vorurteilen verbunden. Tatsächlich bedeutet er: Ich muß mich selbst verteidigen, es tut sonst keiner. Ich verteidige mich, ich greife nicht an! Ich verteidige mein Selbst, meine psycho-physische Gesundheit, gegen jegl. Art von Angriff.

Ki-do ist kein Kampfsport! Gegen Schienbeine treten, Nasenbeine brechen, Kniestoß in die Genitalien: nichts von dem wird hier gelehrt. Letztlich kann sich ein Kind mit solchen Dingen ohnehin nicht gegen einen Erwachsenen durchsetzen. Noch wichtiger ist jedoch, daß wir die Gewalt auf den Schulhöfen etc. nicht durch Vermittlung von Kampftechniken noch schüren. Deshalb distanziert sich R.R. Ide ausdrücklich von „Experten“, die derlei Dinge vermitteln. Das japanische **do** bedeutet Schulungs-Weg. **Ki** ist doppeldeutig: Abkürzung für Kinder und der jap. Begriff für geistige Energie. **Ki-do** ist also: Der Weg der Kinder und Der Weg der geistigen Energie. **Ki-do** ist die Selbst-Verteidigung mit Köpfchen statt mit Fäusten. **Ki-do** hilft den Kindern, sich in allen möglichen schwierigen Situationen selbst zu helfen. Und wer psychisch überlegen ist, kann auch einen körperlich überlegenen Angreifer besiegen.

Ki-do ist ein pädagogisch und psychologisch ausgerichtetes Sicherheits-Training. Es ist kein Erwachsenen-Konzept, das leicht abgewandelt auf Kinder gestülpt wird. **Ki-do** ist eigens für Kinder entwickelt worden und orientiert sich an ihren Möglichkeiten (psycho-physisch) und ihren Gewalt-Problemen, die R.R. Ide durch seine Tätigkeit als Lehrer bestens vertraut sind. Richtig verstanden ist optimale Gewaltprävention eine erzieherische Aufgabe und nicht die Vermittlung von brutalitätsfördernden Kampftechniken. **Ki-do** ist das Ergebnis aus dem Zusammenwirken von Pädagogik, Psychologie, Sportwissenschaft, Theologie/Ethik, jahrzehntelanger Beschäftigung mit Budo-Disziplinen und Selbstverteidigung. Was wird geschult? Die Kinder sollen Stärke ausstrahlen. Richtige Körpersprache schützt. Wachsamkeit hilft, Gefahren zu vermeiden. Gelassenheit nimmt Angreifern die Freude am Ärgern und Angreifen. Detektivische Fähigkeiten helfen, Täter zu ermitteln. Rollenspiele, Wahrnehmungsaufgaben, Ausweichübungen, Durchhalte-Tests, Haltungsschulung, spielerisches Kräfteressen, aber auch Gespräche und Geschichten werden von den Kindern begeistert aufgenommen.

Das Ergebnis: ein spürbar gewachsenes Selbstvertrauen, eine starke Ausstrahlung aber auch eine neue Qualität im Sozialverhalten.

Ki-do Team

Gewaltpräventions-Seminare für Schule und Kindergarten

Ralf u. Andrea Ide · Segeberger Str. 25 · 23858 Reinfeld · Tel.: 04533/2222 · Fax: 2216

Gemeinsam gegen Gewalt an Kindern – Kinder stärken mit Ki-do

Das Projekt Ki-do: Gewaltprävention und Selbst-Verteidigung

Ki-do in den 5./6. Klassen

Das Problem der Gewalt steigt! Betroffen sind alle: Kinder, Jugendliche, Erwachsene. Angegriffen wird, wer unterlegen erscheint. Wer körperlich unterlegen ist, kann aber trotzdem gewinnen – wenn er geistig überlegen ist. Während über 20-jähriger Tätigkeit auf dem Gebiet Sicherheitstraining und Selbst-Verteidigung haben wir das psychologische und pädagogische Konzept **Ki-do** entwickelt. **Ki-do** ist Der Weg der Kinder und Der Weg der geistigen Kraft. **Ki-do** ist das Original! Es ist das erste Kinder-Sicherheitstraining in Deutschland und wurde bereits 1992 speziell für Kinder entwickelt: kindgerecht und praxisorientiert. Es distanziert sich von den üblichen SV-Konzepten und lehnt die Vermittlung aggressiver Kampftechniken ab! **Ki-do** wirkt auf anderen Ebenen und leistet gerade deshalb im Alltag einen besonders effektiven Beitrag zur Bekämpfung der Gewalt an unseren Kindern.

Wir führen Schulungen durch für Kinder ab 5 Jahren: von Basis- bis zu Profi-Seminaren. Abgerundet wird das Projekt mit Fortbildungsveranstaltungen f. Eltern, Erzieher- u. Lehrerinnen.

Alle **Ki-do-Seminare** sind speziell auf die Bedürfnisse von Kindern abgestimmt: kindgerecht, praxisnah, effektiv! Kinder sind am wehrlosesten und brauchen am meisten Schutz.

Der einzigartige, übergreifende Ansatz des **Ki-do** gibt Schutz und hilft den Kindern, sich selbst in Gewalt- u. Gefahren-Situationen zu helfen. Das Seminar besteht aus 3 Teilen:

1. Teil: Einführungsveranstaltung – für Eltern, Erzieher und Lehrer

Vortrag zum Thema „Gewalt an Kindern – Möglichkeiten der Prävention“

Zeit: 20 – 22 Uhr; Termin nach Vereinbarung. Die Teilnahme am Vortrag ist unverbindlich.

2. Teil: Die 7 Säulen des Ki-do - Sicherheitstraining für Kinder

1. Die äußere Haltung – starke Ausstrahlung und Körpersprache: „Mit mir nicht!“
2. Die innere Haltung – die Stärkung des Ich: Selbstvertrauen, Selbstwertgefühl, etc.
3. Wachsamkeit und Vor-Sicht schulen - Gefahren erkennen, Gefahren vermeiden
4. Das „schlechte Gefühl“ sensibilisieren: horchen, darauf vertrauen, danach handeln
5. Kontrolle behalten – trotz Angst, Wut, Schreck, Schmerz überlegt und überlegen handeln
6. Detektivarbeit: Täter- und PKW-Beschreibung – weitere Taten vermeiden helfen
7. Partnerschaftlicher Umgang, Stärkung des Wir-Gefühls und der Zivilcourage

3. Teil: Abschlussveranstaltung – für Eltern, Erzieher und Lehrer

Bericht über Kursinhalte und Gruppe, Austausch und Ausblick: Möglichkeiten zum Weiter-üben zu Hause und in der Schule (Im Anschluß an die letzte Kurseinheit; ca. 2 Stunden)

Zeitlicher Rahmen, Kosten und Teilnehmerzahl:	Kurz-Seminar: 2 x 120 Minuten für € 20,- bei mind. 15 Kindern Voll-Seminar: 14 Unterrichtsstunden an 3 Vor- o. Nachmittagen o. am Wochenende für € 55,- bei mind. 15 Kindern (ev. Raummiete excl.)
Termin und Ort:	Nach Absprache in Ihrer pädagogischen Einrichtung
Hospitation:	Pädagogen jederzeit; Eltern täglich die letzte halbe Stunde
Information:	Bitte rufen Sie uns an oder schauen Sie ins Internet!