

# **Martial-Arts-Praxis zwischen Kollektivkörper und Konfliktfähigkeit – Interkorporale Bewegungspädagogik zur Stärkung sozialer Kohäsion am Beispiel Taekwondo**

**MARTIN MINARIK**

## ***Vorbemerkung***

Dieser Artikel basiert in einigen grundlegenden Merkmalen auf einem Essay des Autors, der unter dem Titel „Zwischen Selbstermächtigung und Gemeinschaftssinn – Taekwondo als Mittel einer integrativen Bewegungspädagogik“ in der Fachzeitschrift „Taekwondo Aktuell“ (Jg. 2018, 1, (1), 14–16) erschienen ist. Dieser Artikel hat wiederum Reflexionen, die gemeinsam mit Natalia Grybos im Rahmen des Teilprojekts ›Martial Arts for Peace‹ (DOSB/ GiZ) bei der Gestaltung eines methodischen Instrumentariums für Kampfkunst und sozialen Zusammenhalt unternommen wurden, als Ausgangspunkt.

## **I. Einführung**

Dieser Beitrag zielt auf die Frage, wie die breite Praxis von Martial Arts<sup>1</sup> einen gesellschaftlichen Mehrwert schaffen könnte. Schließlich ist gesellschaftlicher Mehrwert eine Programmatik, durch die viele der weltweit führenden Kampfsport-Institutionen ihre Legitimation behaupten. Kampfsport, so wird wiederholt postuliert, bringe nicht nur gesunde und belastbare Individuen hervor, sondern könne auch zu einer ›gesunden‹ Gesellschaft beitragen.

Ziel dieses Beitrags ist es weniger zu hinterfragen, ob es Kampfsport-Institutionen tatsächlich gelingt, diesen hohen Ansprüchen gerecht zu werden, sondern vielmehr zu fragen, auf welche Weise die Praxis von Kampfsport tatsächlich zu einer ›gesunden‹ Gesellschaft beitragen könnte.

Was ist jedoch unter einer ›gesunden Gesellschaft‹ zu verstehen? Eine erste Assoziation mag die Verknüpfung mit medizinischen Fragestellungen suchen; einer solchen Argumentation entsprechend könnte sich eine gesunde Gesellschaft etwa aus physiologisch und psychologisch gesunden Individuen konstituieren. Eine weitere Assoziation mag sich auf die menschenverachtende Biopolitik der Nationalsozialisten beziehen, welche eine Reinigung des sogenannten ›Volkskörpers‹ von vermeintlich ›pathogenen‹ Faktoren wie Juden, Menschen mit Behinderung, ›Asozialen‹, Homosexuellen anstrebte. ›Eugenik‹

---

<sup>1</sup> Der Terminus ›Martial Arts‹ wird für den weiteren Verlauf dieses Beitrags verwendet werden. Dies hat in erster Linie den Grund, dass die Begriffe ›Kampfkunst‹, ›Kampfsport‹ und ›Selbstverteidigung‹ nicht trennscharf verwendet werden können und sich ein Terminus, der diese Klassifikationsproblematik umgeht, daher anbietet.

ist hier ebenfalls ein wichtiges und makaber euphemistisches Schlagwort, unter dem gezielte Geburtenpolitik betrieben wurde, um genetisch angeblich höherwertige Individuen hervorzubringen. Beide Lesarten setzen ihren Fokus auf das physiologisch und psychologisch ›gesunde‹ Individuum als Grundlage einer ›gesunden Gesellschaft‹. Diese Setzung soll jedoch nicht den Ausgangspunkt für den vorliegenden Beitrag bieten. Stattdessen liegt diesem Beitrag ein Verständnis von gesunder Gesellschaft als ›intersubjektivem Phänomen‹ zugrunde. Eine ›gesunde‹ Gesellschaft, so die grundlegende Setzung als Ausgangspunkt dieses Beitrags, ist eine ›kohäsive Gesellschaft‹. Alltagssprachlich wird dieser Zusammenhang zumeist als ›gesellschaftlicher Zusammenhalt‹ bezeichnet. Im politischen und sozialwissenschaftlichen Diskurs hingegen hat sich der Begriff der ›sozialen Kohäsion‹ bzw. ›*social cohesion*‹ etabliert, der als systematisch elaborierter Terminus ein zentrales Konzept dieses Beitrags darstellt. Die darauf aufbauende forschungsleitende Fragestellung ist daher, wie Martial Arts genauer, Martial-Arts-Training, einen Beitrag zu sozialer Kohäsion leisten können.

Bezogen auf die Bundesrepublik Deutschland etwa zeigen bisherige Studien keine signifikante Gefährdung sozialer Kohäsion (vgl. Schiefer et al., 2012), wobei Studien zur aktuellen, post-pandemischen Lage noch ausstehen. Der gegenwärtige mediale Diskurs beklagt hingegen immer wieder eine Verrohung der Umgangsformen, insbesondere im digitalen Raum, die fortschreitende Individualisierung, den Verlust sozialer Kompetenzen bei Kindern und Jugendlichen wie auch die gesellschaftliche Spaltung zugunsten unterschiedlicher Gruppenidentitäten. Unabhängig davon, ob konkrete Gefahren für soziale Kohäsion in Deutschland, in Europa oder auch weltweit bestehen, kann jedoch ein (pro-)aktives Engagement für soziale Kohäsion ein nachvollziehbar wichtiges sozialpolitisches Projekt darstellen.

Die Überlegungen in diesem Beitrag basieren auf einem Gesellschaftsbegriff mit praxeologischen Konnotationen. ›Das Soziale‹, das in seinen verschiedenen Organisationsformen die Gesellschaft als Ganzes konstituiert, wird somit in erster Linie als ›soziale Praxis‹ verstanden. Praxis als situatives, ›performatives‹ Phänomen – wie es im Zusammenspiel von Subjekten, Artefakten und Räumen in interkorporalen<sup>2</sup> Arrangements produziert wird – konstituiert sich diesem Verständnis nach aus verschiedenen nicht-diskursiven Praktiken, routinierten „*doings and sayings*“ (Reckwitz, 2008, S. 113), die in verkörperte Prozesse der Subjektivierung und Intersubjektivität eingebunden sind. Das Sozia-

---

<sup>2</sup> Der Begriff ›Interkorporalität‹ wurde durch den französischen Philosophen Maurice Merleau-Ponty als leibesphänomenologische Erweiterung des Konzepts der Intersubjektivität geprägt. Körperlichkeit ist demnach der primäre Modus des Wahrnehmens und Wahrgenommen-werdens, während der menschliche Körper stets sozialer und kultureller Formung unterliegt (vgl. Haller, 2016).

le als interkorporale Praxis ist demnach wesentlich durch solche routinierten Praktiken geprägt.

Ein wichtiges Konzept in diesem Zusammenhang ist ›Habitus‹, wie er von Pierre Bourdieu ausformuliert wurde. Bourdieu beschreibt diesen als eine „strukturierende Struktur“, als eine verkörperte „Kosmologie“ oder Weltanschauung, die Individuen durch die Einverleibung der impliziten Normativität spezifischer Praktiken herausbilden (Bourdieu, 1976, S. 164 ff.) und auf diesem Weg ihre gesellschaftliche Mitspielfähigkeit entwickeln. Das Bewusstsein gesellschaftlicher Akteure für soziale Normen und Wertvorstellungen wird so immerwährend anhand unterschiedlicher Praktiken in der sozialen Praxis angeeignet. Phillip Zarrilli bemerkt dazu in seinem einflussreichen Werk zum Kalarippayattu, einer kämpferischen Bewegungspraxis, die sich insbesondere im südindischen Kerala entwickelt hat:

„Because practices are not things, but an active, embodied doing, they are intersections where personal, social and cosmological experiences and realities are negotiated. [...] [A] practice is not a discourse, but implicit in any practice are one or more discourses and perhaps paradigms through which the practice might be reflected upon and possibly explained. [...] Psychophysiological techniques are practiced in order for the practitioner to be transformed to attain a certain normative and idealized relationship between ›self‹, ›agency‹, ›power‹, and behaviour. Ideally, the practitioners ›self‹ is reconstituted through long-term practice to achieve agency, power and a type of behaviour which can be deployed, personally, socially, even cosmologically. Such a transformation can only be actualized through the body-in-practice“ (Zarrilli, 2021, S. 5).

In diesem Zusammenhang werden Martial Arts, in diesem Artikel am Beispiel des Taekwondo, nicht etwa auf Grundlage ihrer sogenannten Philosophien oder Wertekonzepte als bewegungspädagogische Instrumente beleuchtet, sondern auf Basis ihrer unterschiedlichen konstitutiven Praktiken, welche durchaus unterschiedlichen impliziten Logiken folgen können und sich dementsprechend besser oder weniger gut in bewegungspädagogischen Kontexten zur Stärkung sozialer Kohäsion einbringen lassen. Es geht daher nicht darum, Taekwondo *per se* als bewegungspädagogisches Instrument zu propagieren. Stattdessen werden am Beispiel Taekwondo bestimmte Praktiken(-ensembles), welche in ähnlicher Form in unterschiedlichen kämpferischen Bewegungssystemen beobachtet werden können, systematisch herausgearbeitet und diskutiert. Neben der Arbeit mit soziologischer und politikwissenschaftlicher Theorie erfolgt die Argumentation nicht zuletzt auf Basis der eigenen langjährigen Praxis als Taekwondo-Praktizierender und -Lehrender.

Einer praxeologischen Konzeption folgend werden im weiteren Verlauf der Argumentation die Praktiken-Gruppen ›Bewegungsformen‹ und ›(Frei-)Kampf‹ in ihren unterschiedlichen Variationen thematisiert und ihre potenzielle Eig-

nung im Hinblick auf die körperlich-ästhetische Erfahrung von Kollektivität und Konfliktfähigkeit theoriegeleitet diskutiert. Neben praxeologischen Theoriekonzepten werden Überlegungen aus den Bereichen Theater-, Performance- und Tanztheorie miteinbezogen. Der Ansatz, auf diese Theorietraditionen zurückzugreifen, folgt der Prämisse, dass Martial-Arts-Praxis nicht zuletzt als ästhetische Praxis betrachtet werden kann und die genannten Theorietraditionen daher interessante Sichtweisen auf ästhetische Erfahrungen im Kontext von bewegungspädagogischen Prozessen in Martial Arts liefern können. Zunächst folgt jedoch eine Einführung zum sozialwissenschaftlichen Konzept der sozialen Kohäsion und dessen praxeologische Operationalisierung im Rahmen dieser Studie.

## **II. Soziale Kohäsion: Konzeptionalisierung und praxeologische Operationalisierung**

Wie Kuhnt et al. (2017) feststellen, können Grundzüge dessen, was heute unter dem Begriff ›soziale Kohäsion‹ verstanden wird, auf den arabischen Geschichtsschreiber und politischen Akteur Ibn Khaldun (1332–1406) zurückgeführt werden. Für den modernen soziologischen Diskurs seien jedoch insbesondere Überlegungen Émile Durkheims (1858–1917) wegweisend gewesen, die wiederum Formen ökonomischen Handelns mit entsprechenden Arten sozialen Zusammenhalts in Verbindung brachten (ebd., S. 5; vgl. Durkheim, 2019).

In den Arbeiten Pierre Bourdieus zu Beginn der 1980er Jahre finden sich mit dem Konzept des ›sozialen Kapitals‹ (vgl. Bourdieu, 2012) ebenfalls Anknüpfungspunkte zum Begriff der sozialen Kohäsion. Bourdieu meint mit sozialem Kapital eine individuelle Kapitalform neben anderen; dem ökonomischen Kapital, dem kulturellen Kapital und dem symbolischen Kapital. Soziales Kapital meint dabei die Qualität und Quantität der jeweiligen individuellen sozialen Bindungen innerhalb einer Gesellschaft, die es dem jeweiligen sozialen Akteur ermöglichen,

„Unterstützungsleistungen wie praktische Arbeitshilfen bei anstehenden Aufgaben, materielle Unterstützung, Informationen und Beratung, aber auch Anerkennung und Zugehörigkeitsbewusstsein, Orientierung für adäquates Verhalten, Geborgenheit sowie Ermutigung in schwierigen Lebenssituationen [...]“

in Anspruch zu nehmen (vgl. Diewald & Sattler, 2010, S. 691 f., zitiert nach Moisl, 2019, S. 8). Eine gesamtgesellschaftliche Verortung erfuhr das Konzept des sozialen Kapitals durch Robert Putnam (vgl. Putnam, 2000). Wie Kuhnt et al. schreiben, hat sich in Bezug auf den Begriff des ›sozialen Kapitals‹ jedoch mit Autorinnen und Autoren wie Maria Carrasco (vgl. Carrasco et al., 2016) und Gaël Giraud (vgl. Giraud et al., 2013) eine überwiegend akteurszentrierte

Lesart durchgesetzt, welche soziales Kapital als individuelle Befähigung versteht, auf ausgedehnte und handlungsfähige soziale Netzwerke zuzugreifen (Kuhnt et al., 2017).

›Soziale Kohäsion‹ und ›soziales Kapital‹ teilen trotz unterschiedlicher Schwerpunktsetzung dennoch gemeinsame Kernelemente, allen voran Vertrauen als wesentliche Qualität sozialer Interaktion (ebd., S. 7). Eine klare Definition beider Konzepte kann aufgrund der jeweils unterschiedlichen Zugänge und empirischen Anwendungsfelder nicht festgestellt werden (vgl. Jenson, 1998). Im Rahmen einer Studie der Bertelsmann-Stiftung zu sozialer Kohäsion in Deutschland (2012) wurde jedoch, auf Basis einer umfassenden Metaanalyse unterschiedlicher Definitionen, eine konsensuelle Definition sozialer Kohäsion vorgeschlagen, die aufgrund ihrer umfassenden Betrachtungsweise nun kurz thematisiert werden muss. Sie umfasst sechs konstitutive Kernaspekte: ›soziale Beziehungen‹, ›Gemeinwohlorientierung‹, ›geteilte Werte‹, ›Verbundenheit‹, ›Gleichheit/ Ungleichheit‹ sowie ›subjektive und objektive Lebensqualität‹ (Schiefer et al., 2012, S. 17). Diesen Aspekten lassen sich wiederum verschiedene „Teildimensionen“ zuordnen, welche als „Konkretisierungen“ und „Messindikatoren“ – positiv, wie auch negativ – verstanden werden können. Diese werden von den Autorinnen und Autoren der Studie wie folgt zugeordnet (Schiefer et al., 2012, S. 20; vgl. auch Schiefer & Noll, 2017):

- ❖ „Soziale Beziehungen: Soziale Vernetzung, Partizipation, Vertrauen, Akzeptanz von Diversität
- ❖ Gemeinwohlorientierung: Gesellschaftliches Verantwortungsbewußtsein [sic!], Solidarität, Anerkennung sozialer Ordnung und sozialer Regeln, Anomie<sup>3</sup>
- ❖ Geteilte Werte: Präferenz für Zusammenhalt fördernde Wertvorstellung, Wertekonsens
- ❖ Verbundenheit: Zugehörigkeitsgefühl, Identifikation
- ❖ Gleichheit/ Ungleichheit: Gleichverteilung, Soziale Exklusion, Kulturelle Diversität
- ❖ Subjektive und objektive Lebensqualität: Psychisches Wohlbefinden, Körperliche Gesundheit, Objektive Lebensbedingungen“.

Wenngleich diese Strukturierung eine sehr differenzierte Betrachtungsweise erlaubt, ist ihre Komplexität doch für das Anliegen der vorliegenden Studie eher hinderlich, zumal es sich an dieser Stelle nicht um eine empirische Studie handelt, deren Anspruch es ist, unterschiedliche Indikatoren zu messen. Für die hier unternommenen theoretischen Überlegungen, für deren Grundverständnis Praxis und Praktiken als materielle Grundlage des Sozialen im Mittelpunkt stehen, ist die vorgestellte Ausdifferenzierung in ihrer Komplexität

---

<sup>3</sup> Die Autorinnen führen Anomie als negativen Teilaspekt an. Sie beschreiben damit die mangelnde Bereitschaft, bei der Erreichung individueller Ziele soziale Regeln einzuhalten.

ebenfalls ungeeignet. Mit dem interkorporalen Grundgedanken dieses Beitrags ist eine weniger komplexe, auf die relationalen Aspekte von sozialer Kohäsion beschränkte Operationalisierung sinnvoller. Eine solche findet sich etwa in der Ausführung von Simon Szreter und Michael Woolcock (2003), die soziale Kohäsion anhand dreier relationaler Bindungsgefüge definieren. Mit Bezug auf Putnams Konzeption des sozialen Kapitals beschreiben sie drei Formen, die ein solches annehmen kann: *bonding*, *bridging* und *linking*.

›*Bonding*‹ beschreibt dabei eine vertrauensbasierte, kooperative Relation zwischen Subjekten, die sich einander hinsichtlich ihrer sozialen Identität als gleichartig wahrnehmen. ›*Bridging*‹ hingegen beschreibt eine Relation von Subjekten, die sich nicht als gleich wahrnehmen – etwa hinsichtlich ihres Alters oder ihrer kulturellen bzw. sozialen Identität – deren Interaktion dennoch von gegenseitigem Respekt und Achtung geprägt ist. ›*Linking*‹ schließlich beschreibt Relationen zwischen Subjekten und Institutionen bzw. zwischen Subjekten über Institutionen; demokratische Beteiligung ist hier ein Stichwort (vgl. Szreter & Woolcock, 2003, S. 5 f.). Während *bonding* und *bridging* horizontale Interaktionsebenen zwischen Subjekten beschreiben, bezieht sich *linking* auf die vertikale Relationsebene von Subjekten, Repräsentanten und Institutionen (vgl. Kuhnt et al., 2017, S. 12). Eine sehr ähnliche Konzeptualisierung wurde von Langer et al. (2016) vorgenommen, die diese drei zentralen Relationen aufgreifen und zusätzlich ausdifferenzieren. Ihr Modell mit der Bezeichnung *Social Cohesion Index* (SCI) operationalisiert die drei genannten relationalen Ebenen anhand der Aspekte ›Ungleichheit‹ (*inequality*), ›Vertrauen‹ (*trust*) und ›Identität‹ (*identity*) (ebd., S. 324 ff.), anhand derer sich die Qualität der jeweiligen relationalen Ebene mittels quantitativer Fragebögen für Gesellschaften (hier: Nationalstaaten) messen lassen.

Nachdem bereits mögliche Konzeptualisierungen und weiterführende Operationalisierungen sozialer Kohäsion vorgestellt wurden, stellt sich nun die Frage, wie diese für die theoretischen Überlegungen dieses Beitrags nutzbar gemacht werden können. Bezugnehmend auf die drei relationalen Ebenen *bonding*, *bridging* und *linking* werden lediglich die beiden ersteren für die folgende Argumentation in den Fokus genommen. Mit der Beschreibung von Praktiken-Ensembles – also Bündel oder Komplexe aus unterschiedlichen Praktiken – aus dem Taekwondo wird gezeigt, wie diese nutzbar gemacht werden können, um die von Langer et al. genannten Aspekte Ungleichheit, Vertrauen und Identität erfahrbar und transformierbar zu machen. Entsprechend einer möglichen praxeologischen Lesart von sozialer Kohäsion, dass diese als Qualität einer sozialen Praxis gedacht werden kann, in der Subjekte in der Lage sind, *bonding* und *bridging* (und *linking*) zu vollziehen, sind für deren *accomplishment* bestimmte *skills* notwendig: der Umgang mit Ungleichheit, das Vermitteln und Erfahren von Vertrauen sowie der Umgang mit Identität(en).

Martial-Arts-Praxis wird darauf aufbauend als Erfahrungs- und Lernraum beleuchtet, in dem diese *skills* über interkorporale Anordnungen verkörpert und konsekutiv habitualisiert werden können. An dieser Stelle soll es zunächst bei dieser abstrakten Arbeitsdefinition bleiben, da eine genauere Beschreibung mit Bezug auf die konkreten Praktiken-Komplexe zu viel vorwegnehmen würde. Was nun folgt, ist eine einführende Erläuterung zu Taekwondo, die bisher ausgeblieben ist.

### III. Taekwondo – Ein kurzer Überblick

Zweifelsohne ist Taekwondo, betrachtet man die vielen verschiedenen Institutionen und Stilrichtungen, die sich über die Jahre hinweg herausgebildet haben, ein überaus komplexes System. Angesichts der teilweise gravierenden Unterschiede zwischen den verschiedenen institutionellen Ausprägungen ist es daher problematisch, Taekwondo überhaupt als ein distinktes Phänomen zu bezeichnen.

Eine vollständige Darstellung aller relevanten Institutionen und Verbände, die den Anspruch erheben ›Taekwondo‹, ›Taekwon-Do‹ oder auch ›Tae Kwon Do‹ zu repräsentieren, ist aufgrund ihrer Vielzahl kaum möglich, geschweige denn im Rahmen dieses Beitrags. Eine zumindest grundlegende Differenzierung unterschiedlicher Taekwondo-Institutionen, -Verbände und -Stilrichtungen ist etwa in der Monografie des Autors (Minarik, 2022) nachzulesen.

Alle Beschreibungen, Terminologien etc., die im weiteren Verlauf des Beitrags verwendet werden, beziehen sich auf das sogenannte *Kukki-Taekwondo*, im weiteren Verlauf lediglich ›Taekwondo‹ genannt. Hierbei handelt es sich um den weltweit – gemessen an den Praktizierenden – größten Stil, der hinsichtlich Graduierungen sowie Standardisierung von Terminologie und Curriculum durch das *World Taekwondo Headquarter Kukkiwon* in Südkorea reglementiert wird. Die wettkampf- bzw. leistungssportliche Administration wird von *World Taekwondo (WT)*; ehemals *World Taekwondo Federation, WTF*) umgesetzt. *World Taekwondo* ist gleichzeitig der einzige Taekwondo-Verband, der vom Internationalen Olympischen Komitee anerkannt ist. *Kukki-Taekwondo*, genauer: der wettkampfsportliche Zweikampf nach WT-Reglement, ist seit dem Jahr 2000 vollwertige olympische Wettkampfdisziplin, während es bei den Olympischen Sommerspielen 1988 in Seoul und 1992 in Barcelona bereits Demonstrationssportart gewesen war.

Ein kontroverser Aspekt ist die Geschichte des Taekwondo, deren institutionell propagiertes Narrativ besonders strikt durch nationalstaatlich und militaristisch geprägte Ideologie und damit verbundene Mythologisierung verbunden ist. Aufgrund der Komplexität kann im Rahmen dieses Beitrags, dessen Schwerpunktsetzung eine gänzlich andere ist, ebenfalls nicht im Detail

auf die Geschichte des Taekwondo eingegangen werden. Auch hierzu findet sich eine differenzierte Darstellung in der Monografie des Autors (ebd.). Den umfangreichsten und detailliertesten englischsprachigen Beitrag zur Geschichte des Taekwondo liefert aktuell Udo Moenigs vielbeachtete Monografie „Taekwondo: From a Martial Art to a Martial Sport“ (2017). Eine umfassende Beschreibung der Geschichte des Taekwondo speziell in Deutschland bietet die unveröffentlichte Dissertation von Thomas Kuklinski-Rhee „Introduction and Transition of Taekwondo in Germany (1960~2000)“ (2010). Relevante kultursoziologische Aspekte, die mit der Geschichte und der kultur- und bildungspolitischen Einbindung des Taekwondo, speziell in Südkorea, zusammenhängen, werden jedoch in der abschließenden Diskussion aufgegriffen.

In der gegenwärtigen Ausprägung handelt es sich bei Taekwondo um ein komplexes Bewegungssystem, welches aus unterschiedlichen Teildisziplinen besteht, die sich als Praxen aus unterschiedlichen Praktiken und Praktiken-Ensembles zusammensetzen. Unter Taekwondo-Praktizierenden kursiert überwiegend die Einteilung in die Disziplinen ›Grundtechniken‹ (*Gibondongjak* 기본동작), ›Bewegungsformen‹ (*Pumsae* 품새), ›(Frei-)Kampf‹ (*Gyeorugi* 겨루기), ›Selbstverteidigung‹ (*Hosinsul* 호신술) und ›Bruchtest‹ (*Gyeokpa* 격파), wobei die hier angegebene Reihung nicht zwangsläufig einer didaktischen Abfolge entsprechen muss. Nichtsdestotrotz beziehen sich die verschiedenen Disziplinen mehr oder weniger stark aufeinander. Marc Tedeschi schreibt hierzu:

„These five core activities are intended to have both combat value and to help practitioners evolve physically, mentally, and spiritually. In actual training, all activities are interrelated. None is more important than the other, and all are mutually interdependent, constituting an indivisible whole. For example, fundamental skills [›Grundtechniken‹], such as punches, kicks, and blocks, are ingrained through constant repetition of basic motions. These skills are further refined by practicing prearranged patterns of movements and techniques (called forms) [›Bewegungsformen‹], against imaginary opponents. Speed and power are further refined and tested by attempting to break various materials [›Bruchtest‹]. Lastly, techniques are further developed through various forms of sparring (self-defense or sport) [›Selbstverteidigung‹ und ›(Frei-)Kampf‹], in which the student must interact with a real opponent. This builds improvisational skills, footwork, and a realistic sense of combat“ (Tedeschi, 2003, S. 10).

Was Tedeschi hier beschreibt, ist eine Idealvorstellung ganzheitlicher Taekwondo-Praxis, die in der tatsächlichen Praxis oftmals in dieser Form keine direkte Umsetzung findet. Stattdessen werden in unterschiedlichen Taekwondo-Schulen und Vereinen unterschiedliche Schwerpunkte gelegt, bestimmte Disziplinen favorisiert, während andere weniger oder gar nicht praktiziert werden. Nicht zuletzt eine wettkampfsportliche Ausrichtung führt in einigen Schulen und Vereinen dazu, dass ein besonderer Fokus auf eine bestimmte Disziplin – sportlicher Zweikampf oder Bewegungsformen – gelegt wird, wäh-

rend die anderen Disziplinen überwiegend bis vollkommen vernachlässigt werden. Diese Tendenzen können sicherlich in mehr oder weniger ausgeprägter Form in Taekwondo-Schulen und -Vereinen weltweit beobachtet werden, wobei eine solche Spezialisierung nicht zuletzt mit einer steigenden Professionalisierung zusammenhängt. Während mehrerer Forschungsaufenthalte in Südkorea konnte etwa beobachtet werden, dass in den Kontexten, in denen Taekwondo als bewegungspädagogisches Freizeitprogramm, überwiegend für Kinder und Jugendliche im Grund- und Mittelschulalter, angeboten wurde, alle genannten Teildisziplinen praktiziert wurden. Ein Fokus im Trainingsumfang lag jedoch auf Grundtechniken und Bewegungsformen, während ›(Frei-)Kampf‹ eine deutlich untergeordnete Rolle einnahm. Auf höherer Leistungsebene konzentrierte sich das Training jedoch ausschließlich jeweils auf die Teildisziplinen ›Bewegungsformen‹ oder ›(Frei-)Kampf‹ und auf damit zusammenhängendes Konditions-, Beweglichkeits- und Krafttraining, da es sich bei diesen beiden um offizielle Wettkampfdisziplinen des Sportverbandes *World Taekwondo* handelt. Ein dritter Fokus war ›Demonstration‹, eine Performance-orientierte Schwerpunktsetzung, bei der Bewegungsformen und akrobatische Tritte im Mittelpunkt standen (vgl. Minarik, 2022). Wie Tedeschi schreibt, ist es jedoch erst die Verbindung aus allen genannten Teildisziplinen, die es den Trainierenden ermöglicht, sich körperlich, geistig und spirituell zu entwickeln. Sein Grundgedanke, dass die Verbindung der einzelnen Teildisziplinen erst eine ausgewogene Entwicklung der Praktizierenden ermöglicht, dient als Axiom in der weiterführenden Argumentation dieses Beitrags.

Die nun folgenden Überlegungen nehmen die beiden Teildisziplinen ›Bewegungsformen‹ und ›(Frei-)Kampf‹ in den Blick. Dazu erfolgt zunächst eine Beschreibung ihrer jeweils konstitutiven Praktiken-Ensembles und ihrer trainingspädagogischen Abfolge. Diese Beschreibung erfolgt auf Basis der eigenen Beobachtungen als Taekwondo-Praktizierender auf der einen Seite und mithilfe pädagogisch-didaktischer Ansätze aus der eigenen Lehrpraxis auf der anderen Seite. Alle diese Praktiken-Ensembles besitzen eine implizite Normativität, die in ihrer Materialität, also der Art und Weise, wie die entsprechenden Praktiken die Anordnung von Körpern im Raum und ihre Bezugnahme aufeinander vorgeben, angelegt ist. Das *Accomplishment* dieser Praktiken erfordert die Einverleibung dieser impliziten Normativität. Durch die kontinuierliche Wiederholung dieser Verkörperungsprozesse durch die teilnehmenden Subjekte werden die impliziten Normen habitualisiert und wirken sich dadurch auch auf deren Interaktionsweisen in anderen Kontexten aus; letzteres sei vorerst lediglich als Postulat zu betrachten.

Die Praxis von ›Bewegungsformen‹ als Gruppe, so die These, bietet die Möglichkeit der unmittelbar leiblichen Erfahrung von Gleichheit, Vertrauen und kollektiver Identität und kann somit einen wesentlichen Beitrag zur Habitua-

lisierung von *bonding*-Erfahrungen beitragen. Die Praxis von ›(Frei-)Kampf‹ wiederum wird anhand seiner unterschiedlichen praktischen Rahmungen als Möglichkeit argumentiert, den respekt- und vertrauensbasierten Umgang mit potentieller Ungleichheit und unterschiedlichen Identitäten körperlich erfahrbar und somit habitualisierbar zu machen. Beide gemeinsam, so das Argument, sind als einander ergänzende Erfahrungen hilfreich, um auf der einen Seite Gemeinschaftsgefühl erleben und vermitteln zu können und gleichzeitig dem ›Anderen‹, anderen Meinungen, Lebensentwürfen, Identitäten etc. respektvoll gegenüberzutreten.

#### IV. ›Bewegungsformen‹, kollektive Verkörperungen und *bonding*

›Bewegungsformen‹, wie sie im Rahmen dieses Beitrags verstanden werden und in dieser oder vergleichbarer Form in vielen Martial Arts praktiziert werden, können in vereinfachter Form als choreografierte Sequenzen von Angriffs- und Abwehrbewegungen verstanden werden, deren kämpferische Bedeutung den jeweiligen Praktizierenden bekannt oder unbekannt sein kann. Laut Michael Rosenbaum verkörpern Bewegungsformen Techniken und Strategien für bewaffnete und unbewaffnete physische Konfrontationen. Sie verkörpern darüber hinaus jedoch auch Ideen und Konzepte, Werte und Haltungen der sozialen und kulturellen Kontexte, in denen sie geformt und weiterentwickelt wurden (Rosenbaum, 2004, S. 169).

Die Bewegungsformen des Taekwondo, die gegenwärtig das Standardcurriculum des *Kukkiwon* bilden, werden als *Poomsae* (*Pumsae* 품새) bezeichnet.<sup>4</sup> Diese gliedern sich in acht *Poomsae* für Anfänger, die *Taegeuk Poomsae* (*Taegeuk Pumsae* 태극 품새), und neun *Yudanja Poomsae* (*Yudanja Pumsae* 유단자 품새) für fortgeschrittene Praktizierende. Ihre jeweiligen Bezeichnungen verweisen auf unterschiedliche Konzepte traditioneller koreanischer Denkschulen. So stehen die Bezeichnungen der *Taegeuk Poomsae* jeweils für ein metaphysisches Konzept aus dem chinesischen Klassiker, dem sogenannten ›Buch der Wandlungen‹ (chin. *Yijing* 易經, kor. *Yeokgyeong* 역경). Jeder der acht *Taegeuk Poomsae* ist dabei einem der Acht Trigramme (chin. *bā guà* 八卦, kor. *Palgwae* 팔괘) zugeordnet, bei denen es sich um Symbole aus drei jeweils waagerechten, durchgehenden oder unterbrochenen Linien handelt. Diesen Symbolen entspricht das Schrittmuster der *Taegeuk Poomsae*, wenn diese im Raum ›gelaufen‹ werden.

<sup>4</sup> Während ›*Poomsae*‹ die gängige internationale Schreibweise des koreanischen 품새 darstellt, lautet die korrekte Transkription nach revidierter Romanisierung hingegen ›*Pumsae*‹. Zur Bedeutung schreibt Riegel: „*Pum* als unvollständiges Substantiv steht, an ein Verb gekoppelt, für eine Bewegung oder Ausführung, *sae* bedeutet Stil, Form, Erscheinung“ (Riegel, 2013, S. 101).

Die Verteilung der durchgehenden und der unterbrochenen Linien wirkt sich auch auf das Schrittmuster der jeweiligen *Poomsae* aus. Andrea-Mercedes Riegel schreibt hierzu:

„Über durchgezogene oder unterbrochene Linie entscheidet die Schrittfolge: Wird der Ausgangspunkt verlassen, entsteht eine durchgezogene *Yang*-Linie, wird er nicht verlassen, entsteht eine unterbrochene *Yin*-Linie. Der Übergang von einer Linie zur nächsten erfolgt über das Vorwärtsgehen in langen oder kurzen Gehstellungen“ (Riegel, 2013, S. 93).

Auch die *Yudanja Poomsae*<sup>5</sup> entsprechen, ihren jeweiligen Bezeichnungen nach, Konzepten traditioneller koreanischer Denkschulen. Ihnen ist jeweils ein bestimmtes Symbol zugeordnet, das mit ihrem Schrittmuster im Raum zusammenhängt.

Die *Poomsae* sind grundsätzlich symmetrisch konzipiert, sodass sich Bewegungssequenzen zur linken und rechten Seite spiegeln. Dies trifft eingeschränkt auch für Sequenzen nach vorne und hinten zu. Darüber hinaus ist ihr Start- sowie Endpunkt identisch, d.h. eine *Poomsae* endet bei regelmäßiger Schrittlänge dort, wo sie begonnen hat – zumindest in der Theorie. Ihre symmetrische und regelmäßige Kompositionsweise macht die *Poomsae* besonders geeignet, um sie in Gruppen zu praktizieren. Diese Qualität steht im direkten Zusammenhang mit den nun folgenden Überlegungen. Was im Kontext dieses Beitrags von zentraler Bedeutung sein soll, sind die interkorporalen Beziehungen, die Praktizierende in der kollektiven Ausübung von Bewegungsformen eingehen und welche verkörperten Erfahrungen hinsichtlich sozialer Kohäsion diese hervorbringen können.

Die praktische Rahmung für diesen performativen Erfahrungsraum ist die Praxis in Form eines sich synchron bewegenden Kollektivkörpers. Ziel ist es also, dass sich alle Praktizierenden in kontrollierten und regelmäßigen Bewegungen im selben Rhythmus bewegen. Für eine *skillful performance* (vgl. Reckwitz, 2008) dieser interkorporalen Anordnung sind mehrere didaktische Schritte notwendig. Im ersten Schritt steht das Erlernen der jeweiligen Bewegungsform (*Poomsae*) im Mittelpunkt. Dies geschieht individuell unter Anleitung der Übungsleitung und im Selbststudium der Trainierenden. Wesentlich ist hierbei das Memorieren der Bewegungssequenzen, sodass die Trainierenden am Ende dieses Übungsschrittes dazu in der Lage sind, die jeweilige Bewegungsform auswendig und dem vorgegebenen Tempo und Rhythmus entsprechend auszuführen wie auch den Start- und Endpunkt möglichst exakt einzuhalten. Im zweiten Schritt kommen die Praktizierenden als Gruppe zusammen und ordnen sich in einer gleichmäßigen geometrischen Formation im Raum an. Diese kann variieren; besonders in einer frühen Lernphase eignen

---

<sup>5</sup> ›*Yudanja Poomsae*‹ bedeutet lediglich *Poomsae* für Dan-Träger (*Yudanja* 유단자).

sich jedoch aufgrund der Übersichtlichkeit gleichförmige viereckige Anordnungen der Praktizierenden im Raum. Bereits in dieser Phase ›laufen‹ die Praktizierenden die jeweilige Bewegungsform als synchrones Kollektiv, der gemeinsame Rhythmus wird jedoch noch durch das verbalisierte Zählen der Übungsleitung sichergestellt. Jeder akustische Impuls der Übungsleitung initiiert dabei die jeweils nächste Bewegungssequenz in der Bewegungsform, so dass eine synchrone Bewegung als Gruppe möglich wird. Im letzten Schritt entfällt das impulsgebende Zählen der Übungsleitung, bzw. beschränkt sich auf einen Initialimpuls, der den Beginn der kollektiven Bewegungsform einleitet. Der synchrone Ablauf entsteht nun nicht mehr durch die ordnende Vokalisation der Übungsleitung, sondern durch einen kollektiven Rhythmus, der implizit verhandelt wird, indem die Praktizierenden ihre Aufmerksamkeit auf die sie umgebenden Praktizierenden richten und ihre Bewegungen simultan mit diesen synchronisieren.

Ein wichtiger Aspekt hierbei ist das Kultivieren der peripheren Sichtwahrnehmung. Statt ihre visuelle Wahrnehmung auf einen bestimmten Punkt zu fokussieren, wie es gewöhnlich der Fall ist, sind die Praktizierenden dazu angehalten, ihre visuelle Wahrnehmung auf ihr gesamtes Sichtfeld zu erweitern, um so ihre Bewegungen kontinuierlich mit den unmittelbar um sie herum angeordneten Praktizierenden zu synchronisieren. Dies bezieht sich nicht nur auf das gemeinsame Tempo und den gemeinsamen Rhythmus, sondern auch auf die Länge der Schritte und die räumlichen Abstände zu den umliegenden Praktizierenden. Während dies zunächst noch bewusst abläuft, wird dieser Prozess sukzessive automatisiert.

Die Dauer des kollektiven „Laufens“ kann dann, je nach Gruppe, kontinuierlich ausgeweitet werden. Beginnend mit lediglich einer Bewegungsform mit einer zeitlichen Dauer von ca. einer Minute kann die Praxis schrittweise verlängert werden, etwa indem dieselbe Bewegungsform in einer Schleife mehrmals hintereinander gelaufen wird oder dass verschiedene Bewegungsformen bzw. *Poomsae* unmittelbar nacheinander gelaufen werden. Dies wird durch die Tatsache ermöglicht, dass der Anfangs- und Endpunkt einer Bewegungsform identisch sind. Eine zeitliche Ausdehnung verstärkt dabei die Wirkung der Übung, es gilt jedoch zu beachten, dass die Dauer nicht wesentlich über die Aufmerksamkeitsspanne der Praktizierenden hinaus ausgedehnt wird.

Der Faktor ›Aufmerksamkeit‹ hängt mit einem zentralen Wirkungsmechanismus dieser Übung zusammen; dem sogenannten ›Fluss‹- oder ›*flow*‹-Zustand, wie er prominent durch den Psychologen Mihály Csíkszentmihályi (1990) für besondere Erfahrungen der Einheit von Handlung und Bewusstsein, des Im-Hier-und-Jetzt-Seins in einer verkörperten Tätigkeit, eingeführt worden ist. Csíkszentmihályis ›Fluss‹ ist in erster Linie als individuelles Wahr-

nehmungsphänomen zu verstehen, welches durch sechs Erfahrungsaspekte gekennzeichnet ist (vgl. Turner, 2009, S. 89 ff.):

- 1) *Das Erleben des Verschmelzens von Handeln und Bewusstsein*: Der Vollzug von Bewegungen, Praktiken, Choreografien verläuft weitgehend automatisiert, was jedoch nicht geistige Abwesenheit bedeutet, sondern vielmehr ein In-dem-Moment-Sein, ein bewusstes, jedoch nicht-konzeptuelles Agieren.
- 2) *Bündeln der Aufmerksamkeit*: Der Fokus liegt auf dem Hier und Jetzt und umfasst ein begrenztes Reizfeld. Hierfür ist ein „Wille zur Teilnahme“ notwendig, während eine Verdichtung und Begrenzung der Aktionsräume durch Regeln (eine Inszenierung) zusätzlich befördert werden kann.
- 3) *Ich-Verlust*: Das Ich als verhandelnder, bewertender Akteur wird reduziert; „Selbstvergessenheit“ tritt auf. „Realität wird tendenziell so stark vereinfacht, daß [sic!] sie verständlich, definierbar und handhabbar wird.“ Das kinästhetische Bewusstsein wird erweitert, jedoch „seine volle Wirksamkeit [...] gebrochen.“
- 4) *Kontrolle über seine Handlungen und die Umwelt*: Es entsteht ein subjektives Gefühl der Kontrolle; Verschwinden von Sorgen und Angst, aufgrund einer optimalen Auslastung, die weder als zu anspruchsvoll, noch als zu anspruchslos empfunden wird.
- 5) *Nicht widersprüchliche Handlungsanweisung/ klare, eindeutige Rückmeldung*: Dies „ergibt sich aus der Einschränkung des Bewusstseins auf ein begrenztes Feld von Möglichkeiten.“
- 6) *Keine äußeren Ziele oder Belohnungen werden benötigt*: Der Moment der Fluss-Erfahrung ist ein Moment der tiefen Zufriedenheit. Fluss-Erfahrungen sind selbstzwecklich.

Laut dem Ethno- und Anthropologen Victor Turner kann eine solche individuelle Erfahrung in kollektiven Praxen als soziale Erfahrung wirksam werden. Dieses kollektive Erleben von ›Fluss‹ nennt Turner ›existenzielle‹ oder ›spontane *Communitas*‹. Er beschreibt damit ein prä-intellektuell empfundenes Wir-Gefühl, welches auf Basis einer in der kollektiven Praxis erfahrbar und als sozialer Kitt zwischen den Teilnehmenden wirksam wird (vgl. Turner, 2009, S. 93). Das gemeinsame Erleben ›spontaner *Communitas*‹ bietet, laut Turner, eine Grundlage für das Entstehen ›ideologischer *Communitas*‹, einer gemeinschaftlichen Identität, die sich durch das reflexiv-diskursive Erinnern an eine gemeinsam erlebte ›spontane *Communitas*‹ herausbilden kann (ebd., S. 76).

Die beschriebene kollektive Praxis der Bewegungsformen bietet eine potentiell wirksame Rahmung für das Entstehen von ›spontaner‹ und darauf aufbauend ›ideologischer *Communitas*‹. Dies ist nicht zuletzt in den vollzogenen

Praktiken angelegt, die auf der rhythmisch-synchronen Ausführung ästhetisch stilisierter Bewegungen fußen; laut *Performance*-Theoretiker Richard Schechner eine Gemeinsamkeit ritueller Praktiken und wichtiger Faktor für das Entstehen ›spontaner *Communitas*‹ (vgl. Schechner, 2008, S. 106). Bezugnehmend auf die zuvor genannten Operationalisierungen sozialer Kohäsion kann hinsichtlich *bonding* konstatiert werden, dass die kollektive Praxis von Bewegungsformen daher die Erfahrung von ›Gleichheit‹, ›Vertrauen‹ und ›kollektiver Identität‹ ermöglichen kann; Gleichheit und Vertrauen durch das gemeinschaftliche Erleben ›spontaner *Communitas*‹ sowie darauf aufbauend das Entwickeln kollektiver Identität als ›ideologische *Communitas*‹, die sich auf Grundlage der gemeinsam durchlebten ›spontanen *Communitas*‹ gebildet hat.

## V. ›(Freies) Sparring‹, respektvolle Agonalität und *bridging*

›(Frei-)Kampf‹ ist ein wesentlicher Bestandteil vieler Martial Arts. Doch was genau kennzeichnet diese Praxis? Und noch wichtiger: Wie kann etwas, das gemeinhin vor allem mit Destruktivität in Verbindung gebracht wird, zu sozialer Kohäsion beitragen? So schreibt Axel Binhack:

„Der Kampfbegriff wird im allgemeinen mit Militärwesen, Destruktion, per se illegitimer Gewalttätigkeit assoziiert und ist von Seiten der Gesellschaftswissenschaften [...] meist nur unter sozial dysfunktionalen Aspekten, kaum aber als eigenständiges, positives Phänomen betrachtet worden“ (Binhack, 1998, S. 14).

Für Binhack hingegen ist „Kampf“ jedoch, seiner grundlegenden Formalstruktur nach, kein rein destruktives Phänomen, sondern schlechterdings ein neutrales. Gerade das Töten des Gegners stehe, so Binhack, im genauen Gegensatz zur aktiven Dynamik des Kampfes. „Kommt es zur Existenzvernichtung eines der beiden Träger des Kampfes, ›stirbt‹ damit im gleichen Moment das Kampfphänomen selbst“ (ebd., S. 24). Und weiter heißt es:

„[S]o zeigt sich bereits im grundlegenden, vermeintlich rein destruktiven antagonistischen Moment des Kampfes eine inhärente formal-positive Tendenz. Indem jede antagonistische Kraft ihre eigene Durchsetzung anstrebt, gewinnt sie an ihrem Widerpart Profil, Schärfe, Konzentration“ (ebd., S. 25).

Diese Ambivalenz von Destruktivität und Konstruktivität, von Anziehung und Abstoßung, von Vollzug und Entscheidungsorientierung (vgl. ebd., S. 30) kennzeichnen laut Binhack den Kampf, den er als „anthropologische Grundkonstante“ begreift und anderen Formen sozialer Beziehungsgefüge – Arbeit und Spiel – gegenüberstellt. Kampf ist bei Binhack ein „kommunikatives Beziehungsgeschehen“ (ebd., S. 42), welches sich in unterschiedlichen sozialen Phänomenen in unterschiedlicher Erscheinung offenbaren kann: bspw. in politischen Wahlkämpfen oder sportlichen Wettkämpfen. So ist das Phänomen

„Wettkampfsport“ laut Binhack auch als Verbindung von Kampf, Spiel und Arbeit zu verstehen, woraufhin dann „Kampfsport“ wiederum als „Radikalisierung des sportlichen Kampfes [im Sinne von Wettkampf]“ (ebd., S. 112) verstanden werden kann. Mit seiner Definition bringt es Binhack dann auf den Punkt, wenn er schreibt:

„Der Begriff Zweikampfsport bezeichnet ein körperbetontes, sportlich reglementiertes, eingeschränkt ernstkampfähliches Bewegungsgeschehen, worin man in reziproker aktiv-antagonistischer Bezogenheit auf einen individuellen Gegner anstrebt, dessen jeweilige Kampffähigkeit – unter Beibehaltung der eigenen – zu überwinden“ (ebd., S. 116).

Eine in wesentlichen Punkten ähnliche Konzeption nimmt ebenfalls Janet O’Shea vor, auch wenn sie ›Kampf‹ weniger als formale Kommunikationsstruktur begreift, welche wiederum auf physische Konflikte angewendet werden kann, sondern als konkreten physischen Vollzug. Während Binhack den Unterschied zwischen Kampf und Gewalt nicht klar herausarbeitet – für ihn ist Kampf *per se* ambivalent – stellt O’Shea hier zusätzlich eine klare Unterscheidung her. Kampf (*fight*) grenze sich laut ihr von Gewalt (*violence*) durch das Element der Freiwilligkeit (*consent*) ab (O’Shea, 2019, S. 11). Kampf sei daher laut O’Shea von einer körperlich intersubjektiven, also interkorporalen Beziehung geprägt, während Gewalt eine Subjekt-Objekt-Beziehung darstelle.

Das im Kontext dieses Beitrags als ›(Frei-)Kampf‹ bezeichnete Phänomen verhandelt O’Shea unter dem Begriff ›*Sparring*‹, wobei sie bei ›*Sparring*‹ zwar einerseits qualitativ zwischen Trainings- und Wettkampf-Kontext unterscheidet, hier aber andererseits keine klare begriffliche Unterscheidung trifft. ›*Sparring*‹ ist für O’Shea, analog zu Binhacks Konzeption, eine Form des Kampfes, die durch eine klare Begrenzung durch explizite Regeln gekennzeichnet ist. Doch nicht nur durch explizite ›Spielregeln‹: Ebenso wichtig für die Praxis des ›*Sparrings*‹ bzw. ›(Frei-)Kampfs‹ sei die Rahmung durch bestimmte Praktiken, welche das Kampfgeschehen in ein konsequenzvermindertes und somit spielerisches Kampfgeschehen umwandeln. So schreibt sie:

„The framing gestures of a sports fight, whether a bow, a handshake, a touch of gloves, or a fist bump, operate as meta-communicative statements. They are play markers“ (ebd., S. 29).

Dies bewirke, so O’Shea, dass alle verkörperte Kommunikation innerhalb dieses Rahmens eine Bedeutungsverschiebung in ihrer Zeichenhaftigkeit erfährt. Ein Schlag oder ein Tritt, deren Bedeutung außerhalb des ›(Frei-)Kampfs‹ einer aggressiven Handlung entspricht, die umso aggressiver ist, je intensiver, kraftvoller sie ausgeführt wird, sei der Bedeutungszusammenhang im ›(Frei-)Kampf‹ geradezu umgekehrt. Mit Verweis auf Alex Channon stellt O’Shea fest:

„When it comes to sport fighting, meanings are inverted so that refrain from hitting or to hit too lightly implies an opponent is not skilled enough to handle a strike. To not hit, in the martial arts context, is to withhold respect, whereas in the real world, to hit is to withdraw respect” (ebd., S. 29).

›(Frei-)Kampf‹ könne daher als Praxis der sozialen Regulation von Gewalt dienen, da in diesem Formen der Gewalt – Schläge, Tritte usw. – ihrer gewalttätigen Bedeutung entzogen und transformiert werden. Emotionen wie Aggression und Angst werden gleichsam kontrolliert erfahrbar und schließlich ebenso transformierbar. ›(Frei-)Kampf‹ werde somit nicht zum Austragungsformat von Gewalt, sondern von Meinungsverschiedenheit (*disagreement*) (ebd., S. 14) und biete gleichzeitig einen Lernkontext, in dem der respektvolle Umgang mit Meinungsverschiedenheit und dem Gegenpart innerhalb dieser Meinungsverschiedenheit habitualisiert werden könne. Laut O’Shea biete insbesondere das Risiko, dem sich die Kontrahenten im ›(Frei-)Kampf‹ aussetzen, ein besonderes soziales Lernpotential, da Risiko Verletzbarkeit (*vulnerability*) offenlegt. Der Umgang mit Verletzbarkeit innerhalb eines geschützten Rahmens biete wiederum zwei verkörperte Erfahrungsräume. Zum einen, dass Gegner, die aufgrund bestimmter äußerer Merkmale als schwächer wahrgenommen werden, durchaus auch in der Lage sein können, erhebliche kämpferische Fähigkeiten zu mobilisieren. Zum anderen, dass Vertrauen (*trust*) in risikobehafteten Praxen von großer Wichtigkeit ist: Vertrauen den eigenen Fähigkeiten gegenüber, noch mehr aber Vertrauen dem Kontrahenten gegenüber (ebd., S.72).

Eine besondere pädagogische Bedeutung misst O’Shea dem ›(Frei-)Kampf‹ in einem Trainingskontext gegenüber dem ›(Frei-)Kampf‹ in einem Wettkampfkontext zu, da in ersterem nicht der Ausgang der Begegnung die oberste Priorität hat, sondern der Prozess selbst. Und so gehe es auch nicht darum, die Begegnung möglichst schnell und effizient durch einen *Knock Out* zu beenden (sofern die Regeln dies gestatten), sondern im Gegenteil, die Begegnung möglichst in Vollzug zu halten. Gerade bei besonders ungleichen Paarungen sei hierfür das kontextsensible Agieren der Kontrahenten notwendig (ebd., S. 56). Festzuhalten ist also, dass es sich bei ›(Frei-)Kampf‹ um eine durch Regeln, Praktiken und Räume gerahmte körperlich-agonale Praxis handelt, die Gewalt-Praktiken spielerisch-ästhetisch aufgreift und in potentiell produktive soziale Lernräume für Meinungsverschiedenheit transformiert. Durch die Offenlegung von Verletzbarkeit erfordern sie Vertrauen und ermöglichen daher die Erfahrung von Vertrauen zu sich selbst und etwaigen Kontrahenten gegenüber. Angst vor Konflikt und ungezügelter Aggression in Konflikten können potentiell transformiert werden und somit ein respektvolles agreement in disagreement hervorbringen.

Diesen Konzeptionen entsprechend kann auch der Taekwondo-›(Frei-)Kampf‹ (*Gyeorugi* 겨루기) beschrieben werden. Auch hierbei handelt es sich um

eine durch Regeln, Praktiken und Räume gerahmte körperlich-agonale Praxis. Ein wichtiges Merkmal ist etwa das gegenseitige Verbeugen vor und nach jedem Kampf. Die Regeln können prinzipiell je nach Trainingsthematik variiert werden, doch ist, aufgrund der institutionalisierten Wettkampfpraxis, ein spezielles Regelwerk dominant. Für dieses sind drei Punkte konstitutiv:

- ❖ Angriffe mit der Faust zum Kopf/ zum Gesicht sind verboten
- ❖ Angriffe unterhalb der Gürtellinie sind verboten
- ❖ Das Greifen und/ oder Werfen des Gegners ist verboten

Mit der institutionalisierten Wettkampfpraxis ist außerdem das Tragen spezieller Schutzausrüstung verbunden. Hierzu zählt ein Kopfschutz, ein Brustpanzer, Schienbein- und Unterarmschutz sowie offene Handschuhe, Fuß- und Tief- wie auch Zahnschutz.

Taekwondo-›(Frei-)Kampf‹ hat aufgrund seines Reglements eine bestimmte Kampfdynamik, die ihn wesentlich von anderen Martial Arts unterscheidet. Vereinfacht handelt es sich um einen (fast) reinen Fußkampf mit hohen, gesprungenen und gedrehten Fußtechniken. Taekwondo-›(Frei-)Kampf‹ führt damit die von O’Shea postulierte qualitative Transformation von Gewalt in spielerische Lern- und Erfahrungsräume einen Schritt weiter, indem die konstitutiven kämpferischen Praktiken für diese Form des (Frei-)Kampfs in einer besonders ästhetisierten Form vorliegen. Diese können, wie bereits an anderer Stelle anhand Eugenio Barbas Konzeption theatraler „Ausnahme-Techniken“ (vgl. Barba, 1996) argumentiert, unter dem Begriff „Ausnahme-Fußtechniken“ (vgl. Minarik, 2014) subsumiert werden. Ein gewisses Risiko und das wichtige Element der Verletzlichkeit bleiben dabei dennoch erhalten und ermöglichen so die Erfahrung von Vertrauen und gegenseitigem Respekt in verkörperten Konfliktsituationen. Hier ist anzumerken, dass das Risiko als zentraler Wirkungsaspekt ggf. kontinuierlich mit zunehmendem Alter und Fähigkeitsniveau gesteigert werden kann, etwa indem Schutzausrüstung reduziert wird oder risikoreiche Techniken freigegeben werden.

Zurückkommend auf die drei operativen Aspekte von sozialer Kohäsion mit Bezug auf *bridging* können nun mehrere Zwischenergebnisse festgehalten werden. ›(Frei-)Kampf‹ kann einen Lern- und Erfahrungsraum bieten, um den individuellen Umgang mit Ungleichheit zu erproben und zu kultivieren. Ungleichheit bezieht sich in diesem Kontext auf die Ungleichheit von Stärke und Ausdauer sowie von technischen und strategischen Fähigkeiten. Gerade prozessorientierte, spielerische Trainingskontexte, im Vergleich zu zielorientierten Wettkampfkontexten, bieten die Möglichkeit des gegenseitigen Lernens und Erprobens solidarischen Handelns gerade aufgrund der bestehenden Ungleichheit und ggf. ihrer möglichen Überwindung. Hierfür bieten insbesondere Kampf-Paarungen mit ausgeprägter Fähigkeitendifferenz einen wichtigen so-

zialpädagogischen Lernrahmen, indem sie den Stärkeren in eine besondere Verpflichtung dem Schwächeren gegenüberstellen.

Des Weiteren bietet ›(Frei-)Kampf‹ einen Kontext, in dem Vertrauen auf Basis von Interkorporalität erfahrbar gemacht werden kann. Vertrauen, nicht nur zwischen Gleichen, sondern auch zwischen Individuen, die einander in agonalen Beziehungen gegenüberstehen und dabei gleichzeitig ein respektvolles, regelbasiertes Miteinander verkörpern. Schließlich bietet ›(Frei-)Kampf‹ auch in Bezug auf Identität – sowohl die eigene als auch die ›andere‹ – einen möglichen Lern- und Erfahrungsrahmen.

Auf der einen Seite kann die eigene Identität, im Sinne von Selbst-Bewusstsein, durch Selbstwirksamkeit auf Grundlage der eigenen verkörperten Konfliktfähigkeit gestärkt und bestätigt werden. Auf der anderen Seite kann, durch die verkörperten Erfahrungen im ›(Frei-)Kampf‹, eine konkurrierende Identität innerhalb eines antagonistischen Beziehungsgeflechts als gegensätzliche, aber dennoch legitime Identität anerkannt werden – gegensätzlich aufgrund antagonistischer Kräfte, aber dennoch gleich in ihren Wünschen und Bestrebungen und daher legitim. ›(Frei-)Kampf‹ bietet auf diese Weise einen Lernkontext, andere, vielleicht als vollkommen gegensätzlich empfundene Identitäten in ihrer Legitimität anzuerkennen und gegenteilige Überzeugungen in einem respektvollen und regelgeleiteten Dialog aushandeln und ggf. ein *agreement* in *disagreement* anerkennen zu können, ohne der jeweils anderen Identität ihre grundlegende Legitimität abzuspochen.

## VI. Zusammenfassung und Diskussion

Dieser Beitrag widmete sich der Frage, wie Martial-Arts-Praxis einen Beitrag zur Stärkung sozialer Kohäsion leisten kann. Grundlage hierfür war eine praxeologische Konzeption des Sozialen. Soziale Kohäsion wurde darauf aufbauend als intersubjektive Qualität innerhalb gesellschaftlicher Praxen konzipiert, die innerhalb der Beziehungsgefüge *bonding*, *bridging* und *linking* anhand der Merkmale Ungleichheit, Vertrauen und Identität operationalisiert werden kann.

Am Beispiel Taekwondo wurden die Praktiken-Komplexe ›Bewegungsformen‹ und ›(Frei-)Kampf‹ vorgestellt und jeweils ihre pädagogische Eignung in Bezug auf *bonding* (›Bewegungsformen‹) und *bridging* (›(Frei-)Kampf‹) argumentiert. Beide Praktiken-Komplexe, so das Argument, dienen als verkörperte psycho-soziale Lern- und Erfahrungsräume hinsichtlich der Operatoren ›Ungleichheit‹, ›Vertrauen‹ und ›Identität‹. ›Bewegungsformen‹ bieten, als kollektive Praxis, einen Lern- und Erfahrungsraum für *bonding*, indem sie Gleichheit und Vertrauen durch das gemeinschaftliche Erleben ›spontaner *Communitas*‹ erlebbar machen. Auf derartige Erfahrungen aufbauend, ermöglichen sie die

Entwicklung kollektiver Identität als ›ideologische *Communitas*‹ auf Grundlage der gemeinsam durchlebten ›spontanen *Communitas*‹.

›(Frei-)Kampf‹ als spielerischer, regelbasierter und prozessorientierter Zweikampf hingegen ermöglicht Lernerfahrungen für den Umgang mit Ungleichheit und das Erleben von ›Vertrauen‹ und ›Respekt‹ in (verkörperten) Meinungsverschiedenheiten. Bezüglich ›Identität‹ kann ›(Frei-)Kampf‹ einen Erfahrungsraum bieten, um Selbstbewusstsein, Selbstvertrauen und somit auch Vertrauen in die eigene Identität zu stärken. Gleichzeitig kann hierin aufgezeigt werden, dass eine als bedrohlich oder gar gegensätzlich empfundene Identität in ihrer Legitimität anzuerkennen ist und gegenteilige Überzeugungen in einem respektvollen und regelgeleiteten Dialog ausgehandelt werden können, der für beide Teilnehmenden eine Möglichkeit zum individuellen Wachstum bieten kann.

Eine zentrale Position im Zuge dieser Argumentation ist, dass das volle Potential von Martial Arts für die Stärkung von sozialer Kohäsion nur in der Einbeziehung beider Praktiken-Komplexe voll ausgeschöpft werden kann. Dies ist gerade in besonders heterogenen gesellschaftlichen Kontexten wichtig. Ein starker Fokus auf ›Bewegungsformen‹ und *bonding* kann zwar engere Beziehungen innerhalb relativ homogener Kleingruppen fördern, könnte aber gleichzeitig Individualität und Offenheit gegenüber anderen Gruppen und Identitäten schwächen. Ein Fokus auf ›(Frei-)Kampf‹ und *bridging* kann wiederum die individuelle Selbstwirksamkeit und den respektvollen Umgang mit anderen Meinungen und Identitäten stärken. Gleichzeitig besteht bei einem ausschließlichen Fokus hierauf jedoch die Gefahr, dass die Erfahrung von Kollektivität, Gleichheit und Gemeinschaft nicht gewährleistet sein könnte und somit potenziell eine Kultur der übermäßigen Individualisierung in vornehmlich kompetitiven Beziehungsgefügen gefördert würde.

In Ergänzung bieten beide Praktiken-Komplexe hingegen, bei individueller und kontextabhängiger Schwerpunktsetzung, eine sozial ganzheitliche pädagogische Methode. Diese wiederum könnte als Grundlage für AGs und Projekte im Schulkontext eingesetzt werden, ebenso wie im außerschulischen Bildungsbereich für Kinder und Jugendliche. Prinzipiell wäre ein derartiges bewegungspädagogisches Programm jedoch in ähnlicher Form für alle Altersgruppen geeignet, wie etwa im Zusammenhang mit beruflichen (Fort-)Bildungskontexten.

Angesichts des Schwerpunkts dieses Beitrags – Martial Arts-spezifische Praktiken-Komplexe – ist ein wichtiger Aspekt in sozialen Lern- und Erfahrungskontexten außer Acht geblieben: die Rolle der Übungsleitung. Während die jeweiligen Praktiken eine verkörperte Rahmung für subjektive Erfahrungen bieten, liegt es an der Übungsleitung diese ›zum Leben zu erwecken‹ und eine geeignete Lernatmosphäre zu bieten. Gerade im ›(Frei-)Kampf‹ ist diese

Rolle besonders wichtig, da Erfahrungen von Selbstwirksamkeit, Vertrauen, Respekt und Solidarität schnell in Erfahrungen von Frustration, Angst und Hilflosigkeit umschlagen können. Um dies zu vermeiden, ist die kontextsensible Anleitung der Übungen durch die Übungsleitung unabdingbar; gerade hinsichtlich der Aufteilung von Teilnehmenden in sinnvolle Übungspaare und der schrittweisen, didaktisch sinnvoll konzipierten und risikosensiblen Hinführung der Teilnehmenden zum Zweikampf.

Es sollte an dieser Stelle außerdem noch einmal darauf hingewiesen werden, dass es sich bei diesem Beitrag in erster Linie um eine theoretische Argumentation handelt. Weiterführende empirische Studien über die tatsächliche Wirksamkeit des hier vorgestellten pädagogischen Designs wären daher wünschenswert. Hiermit hängt auch die Frage nach der kontextuellen Übertragbarkeit der Erfahrungen aus dem Training zusammen. Bezüglich ›Bewegungsformen‹ und *bonding* stellt sich die Frage, welche Wirkung diese außerhalb der direkten Trainingssituation entfalten können. Die Annahme ist hier, dass sich die wiederholte, regelmäßige Erfahrung von Gleichheit und Vertrauen auch auf das Leben außerhalb des Trainings und der Trainingscommunity auswirkt, indem die wiederholte Erfahrung von Gleichheit und Vertrauen in der Gruppe auch die Bereitschaft fördert, dies in anderen Gruppenzusammenhängen zu suchen und mitzugestalten. Auch bei ›(Frei-)Kampf‹ und *bridging* ist die Frage nach der Übertragbarkeit wesentlich. Die Annahme ist hier ebenfalls, dass die Erfahrungen, die in der Trainingspraxis gemacht werden, implizit auch auf Konfliktzusammenhänge außerhalb des Trainings übertragen werden. Bei beiden Praktiken-Komplexen – ›Bewegungsformen‹ und ›(Frei-)Kampf‹ – legen Bourdieus und darauf aufbauende Überlegungen zum Habitus und Habitualisierung nahe, dass einverlebte implizite Logiken in alle Lebensbereiche ausstrahlen können.

Abschließend bleibt festzuhalten, dass die Argumentation eine Grundlage bilden kann, um einerseits die praktische sozialpädagogische Arbeit mit Martial Arts theoretisch zu fundieren und andererseits, um weitere empirische Forschung auf dem Gebiet der Bewegungspädagogik anzustoßen.

## VII. Danksagung

Besonderer Dank geht an Dr. Jana Kuhnt vom Deutschen Institut für Entwicklungspolitik, deren Expertenvorschläge dazu beitrugen, die Argumentationsstruktur zu stärken.

## VIII. Literaturverzeichnis

- Barba, E. (1996). Wiederkehrende Prinzipien. In W. Pfaff, E. Keil & B. Schläpfer (Hrsg.), *Der Sprechende Körper* (S. 77-98). Museum für Gestaltung Zürich und Alexander Verlag Berlin.
- Binhack, A. (1998). *Über das Kämpfen. Zum Phänomen des Kampfes in Sport und Gesellschaft*. Frankfurt a.M. & New York: Campus Forschung.
- Bourdieu, P. (1976). *Entwurf einer Theorie der Praxis auf der ethnologischen Grundlage der kabyliischen Gesellschaft*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- Bourdieu, P. (2012). Ökonomisches Kapital, kulturelles Kapital, soziales Kapital. In U. Bauer, U. Bittlingmayer & A. Scherr (Hrsg.), *Handbuch Bildungs- und Erziehungssoziologie* (S. 229–242). Wiesbaden: Springer VS. (Original veröffentlicht 1983).
- Carrasco, M. A. & Bilal, U. (2016). A sign of the times: To have or to be? Social capital or social cohesion? *Social Science & Medicine*, 159, 127–131.
- Csikszentmihályi, M. (1990). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. New York: Harper and Row.
- Durkheim, È. (2019). *Über soziale Arbeitsteilung. Studie über die Organisation höherer Gesellschaften*. Frankfurt a. M.: Suhrkamp (Original veröffentlicht 1930).
- Giraud, G., Renouard, C., l’Huillier, H., de la Martinière, R. & Sutter, C. (2013). *Relational Capability: A Multidimensional Approach*. In: Research Center ESSEC Working Paper 1306.
- Haller, M. (2017). Interkorporalität. In Gugutzer, R., Klein, G., Meuser, M. (Hrsg.), *Handbuch Körpersoziologie* (S. 59–63). Wiesbaden: Springer VS.
- Jenson, J. (1998). *Mapping social cohesion: the state of canadian research, Paper SRA-321*. Strategic Research and Analysis Directorate, Department of Canadian Heritage.
- Kuhnt, J., Rischke, R., David, A. & Lechtenfeld, T. (2017). Social Cohesion in Times of Forced Displacement – The Case of Young People in Jordan. In: *Poverty, Equity and Growth: Discussion Papers 243*. Göttingen: Georg-August-Universität.
- Kuklinski-Rhee, T. (2010). *Introduction and Transition of Taekwondo in Germany (1960~2000)*. Dissertation, Seoul: Department of Physical Education, Korea National Sport University.
- Langer, A., Stewart, F., Smedts, K. & Demarest, L. (2016). Conceptualising and Measuring Social Cohesion in Africa: Towards a Perceptions-Based Index. *Social Indicators Research*, 131, 321–343.
- Minarik, M. (2014). *Taekwondo zwischen Spektakel und Ritual. Kampfkunst im sozialpolitischen Kontext*. Wien: Promedia.
- Minarik, M. (2022). *Im Gleichschritt des Dao. Zur Performativität von Normen, Werten und Idealen in der Taekwondo-Praxis in Südkorea*. Bielefeld: Transcript.
- Moenig, U. (2017). *Taekwondo. From a Martial Art to a Martial Sport*. London & New York: Routledge.

- Moisl, D. (2019). Die Verfügbarkeit von Unterstützung durch soziale Netzwerke: Soziale Kohäsion im regionalen, zeitlichen und internationalen Vergleich. In S. Borrmann, C. Fedke & B. Thiessen (Hrsg.), *Soziale Kohäsion und gesellschaftliche Wandlungsprozesse Herausforderungen für die Profession Soziale Arbeit* (S. 9–37). Wiesbaden: Springer VS.
- O’Shea, J. (2019). *Risk, Failure, Play. What Dance Reveals about Martial Arts Training*. New York: Oxford University Press.
- Putnam, R. (2000). *Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community*. New York: Simon & Schuster.
- Reckwitz, A. (2008). Grundelemente einer Theorie sozialer Praktiken. In A. Reckwitz (Hrsg.), *Unschärfe Grenzen. Perspektiven der Kulturosoziologie* (S. 97–130). Bielefeld: Transcript.
- Riegel, A. (2013). *Taekwondo. Hintergründe und Philosophie einer asiatischen Kampfsportart*. Heidelberg: Werner Kristkeitz.
- Rosenbaum, M. (2004). *Kata and the Transmission of Knowledge in traditional Martial Arts*. Boston: YMAA Publications.
- Schechner, R. (2008). *Performance Theory*. New York: Routledge (Original veröffentlicht 1977).
- Schiefer, D., van der Noll, J., Delhey, J. & Boehnke, K. (2012). *Kohäsionsradar: Zusammenhalt messen. Gesellschaftlicher Zusammenhalt in Deutschland – ein erster Überblick*. Gütersloh: Bertelsmann Stiftung.
- Schiefer, D. & van der Noll, J. (2017). The Essentials of Social Cohesion: A Literature Review. *Social Indicators Research*, 132, 579–603.
- Szreter, S. & Woolcock, M. (2003). Health by association? Social capital, social theory and the political economy of public health. *International Journal of Epidemiology*, 33, 1–18.
- Tedeschi, M. (2003). *Taekwondo: The Essential Introduction*. Turnbull: Weatherhill.
- Turner, V. (2009). *Vom Ritual zum Theater. Der Ernst des menschlichen Spiels*. Frankfurt a.M.: Campus Bibliothek (Original veröffentlicht 1982).
- Zarrilli, P. (2021). *When the Body Becomes All Eyes: Paradigms, Practices, and Discourses of Power in Kalaripayattu, a South Indian Martial Art*. New Delhi: Oxford University Press (Original veröffentlicht 1998).