

# Selbstbewusstsein für den langen Weg

Boxtraining stärkt jugendliche Flüchtlinge der Inneren Mission

Ausdauer, Pünktlichkeit, neuer Wortschatz, Fairness und Selbstbewusstsein: Beim Boxen lernen junge Flüchtlinge mehr als nur einen Sport.

Der erste Gegner ist eine mit Postern und Zeitungsausschnitten beklebte Wand. »Werft den Tennisball dagegen und fangt ihn wieder auf. Los geht's!«, ruft Box-Trainer Tim Yilmaz. Die neun Jungen im Alter von 15 bis 18 Jahren stehen noch etwas unsicher neben ihm, doch nach und nach nimmt jeder einen gelben Ball aus einer Kiste und wirft ihn gegen die Wand – erst zögerlich, dann immer kräftiger. »Sehr schön!«, lobt Yilmaz.

In den folgenden 90 Minuten absolviert er mit den Jugendlichen fast das ganze Pensum eines normalen Box-Anfänger-Trainings. Und doch ist heute alles anders. Denn die Jungen, die in den Box-Keller des MTV 1879 in der Münchner Ludwigsvorstadt gekommen sind, sind unbegleitete minderjährige Flüchtlinge aus Afghanistan, Irak und Eritrea und erst seit wenigen Wochen in Deutschland.

»Irgendwann ist mir die Idee gekommen, ein Box-Training für jugendliche Flüchtlinge zu organisieren«, erzählt Florian Wurzer, der das Training beobachtet. Der 35-Jährige hat im Studium einen Verein gegründet, mit dem er Spenden für soziale Einrichtungen sammelt. Tim Yilmaz kennt er aus der Schulzeit und konnte ihn für seine Idee gewinnen. Sie fanden Sponsoren und den Sportverein MTV als kostenfreien Trainingsort. Die ersten Flüchtlinge kommen aus einer Einrichtung der Inneren Mission München. »Das Boxen soll den Jungs vor allem dabei helfen, ihr Selbstbewusstsein zu stärken für den langen Weg, den sie noch vor sich haben, und die Rückschläge, die sie erleben werden«, erklärt Wurzer.

## »Lernen, Nein zu sagen«

Unterdessen hat Yilmaz die Tennisball-Übung beendet und verrät, worum es ihm dabei ging: »Rewas, du hast als Einziger mit links geworfen. Dann ist bei dir die rechte Hand die Führhand und die linke die Schlaghand. Bei den anderen ist es andersherum.« Die Jungen nicken. Ob sie Wörter wie »Führhand« und »Schlaghand« verstehen, ist nicht ganz ersichtlich, aber wenn Yilmaz etwas vor-macht, machen sie es einfach nach.

»Als der Vorschlag mit dem Box-Training kam, haben wir geschaut, wer noch mehr Selbstbewusstsein gebrauchen kann«, erzählt Diakonin Ursula Zenker, zuständig für die



■ Trainer Tim Yilmaz (r.) erklärt seinen neuen Schülern die Grundregeln beim Boxen.

Foto: Innere Mission/Bauer

Beschulung der Jugendlichen in der Flüchtlings-einrichtung. Alle hätten auf der Flucht Unterdrückung, Gewalt und teilweise auch Folter erlebt. »Es waren Momente, in denen die Jungs sehr schwach waren. Beim Boxen sollen sie jetzt neu lernen, Nein zu sagen.« Der Sport habe auch noch weitere positive Auswirkungen: Die Jungs lernten hier, sich ganz auf eine Sache zu konzentrieren. Das sei zum einen wichtig für Schule und Ausbildung, ermögliche ihnen aber auch, in der Zeit nicht an ihre schlimmen Fluchterlebnisse zu denken.

Beim Training merkt man den Jugendlichen mittlerweile kaum noch Unsicherheit an. Aus einem großen Pappkarton angeln sie sich Boxhandschuhe und Bandagen. Kaum haben sie die Handschuhe angezogen, beginnen sie herumzualbern und sich zu knuffen. »Ich habe Boxen im Fernsehen gesehen. Es macht mir Spaß«, erzählt Linkshänder Rewas, der vor einigen Monaten aus dem Irak geflohen ist. Ein Teil seiner Geschwister ist ebenfalls in Deutschland, die anderen sind noch in der Türkei. Mehr will er über seine Flucht nicht erzählen.

Aber kann das Boxen nicht sogar Gewalt auslösen? Zenker verneint: »Gewalt ist unkontrolliert. Der Sinn des Trainings ist es gerade, die eigenen Aggressionen steuern zu lernen.«

Auch Tim Yilmaz sieht hier keine Gefahr – im Gegenteil. »Die lernen hier eine Sportart, nicht, sich zu schlagen«, erklärt der Trainer. Gerade der Körperkontakt beim Boxen sei etwas sehr Wichtiges. Anders als zum Beispiel beim Fußball ist man dem Gegner viel näher und lernt, eigene Distanzen zu überwinden und mit der Nähe des anderen umzugehen.

Nachdem das Training mit Zweierübungen zu Ende gegangen ist, ist er erleichtert, dass es keine Berührungängste zwischen den Jugendlichen gab. »Wir sind wie Brüder«, bestätigt der 18-jährige Abdul aus Ghana und verstaubt das Springseil in seinem Rucksack, das jeder der Jungen behalten darf, um zu Hause damit zu trainieren.

Das Training ist zunächst bis Februar finanziert. Danach wünscht sich Initiator Florian Wurzer, dass die Jugendlichen sich in den Verein integrieren und dort Anschluss finden. Für den Aufbau weiterer Gruppen überlegt er, eine Crowdfunding-Aktion zu starten. Diakonin Zenker bestätigt, dass es bereits jetzt mehr Anfragen für das Training gab als Plätze. Das Boxen ist für sie Integration: »Die Jugendlichen lernen auch über den Sport hinaus viel: zum Beispiel neue Wörter oder Regeln wie Pünktlichkeit. Und – ganz einfach: Sie haben jetzt in der Schule etwas zu erzählen.« Imke Plesch