

STARK DURCH SELBSTVERTEIDIGUNG

>>> Benjamin Piwko aus Hamburg ist gehörlos. Als Selbstständiger hat er sich im wahrsten Sinne des Wortes seinen Platz erkämpft – er unterrichtet andere Menschen in der Kunst des Kämpfens.



Mal wirkt er ruhig und nachdenklich, im nächsten Augenblick ist er voller Energie, erzählt begeistert von seiner selbst entwickelten Kampfkunst, die er Wun Boxing Thai Style Self-Defence – oder kurz WBT Defence – getauft hat. Benjamin Piwko verkörpert mit seinen 1,92 Metern und seiner durchtrainierten Figur überzeugend seine Leidenschaft zum Kampfsport. Als Trainer bringt er sowohl Erwachsenen als auch Kindern bei, wie sie durch Selbstverteidigung mehr Ausdauer, Ausgeglichenheit und Selbstbewusstsein erlangen können.

Aller Anfang ist schwer

Der Weg zum freiberuflichen Kampfsporttrainer war nicht leicht. Arbeitsamt und Handelskammer prüften zunächst Piwkos Businessplan, um zu sehen, ob seine Geschäftsidee umsetzbar ist. Nach der Bewilligung investierte der Existenzgründer viel Geld in Trainingsgeräte, um seinen Unterricht zu einem besonderen Erlebnis zu machen. Inzwischen hat der talentierte Trainer eine stetig wachsende Zahl an festen Mitgliedern: Kinder, Jugendliche und Erwachsene kommen in seine Unterrichtsräume nach Hamburg-Altona, um die Kunst der Selbstverteidigung zu erlernen. Zwischen vielen Mitgliedern haben sich Freundschaften entwickelt. „WBT Defence ist wie eine Familie, und Benjamin macht seine Arbeit mit sehr viel Herz und Verstand“, sagt Managerin Brigitte Werner.

Das Integrationsamt Hamburg unterstützt den 30-Jährigen finanziell, damit er sich Arbeitsassistenten, z. B. für Telefonate, leisten kann. Vorher haben ihn Schüler ehrenamtlich unterstützt und Telefongespräche angenommen. Inzwischen stehen

Hamburg



ihm Annika Lange und Brigitte Werner professionell zur Seite. Viel Zeit investiert Benjamin Piwko nicht nur in das eigene Training, sondern auch in die Planung seiner Kurse. Werbeflyer entwirft er sogar selbst. Da der Unterricht sehr umfangreich ist und Prüfungen vom Weiß- bis zum Schwarzgurt beinhaltet, verfasst Piwko eigene Lehrbücher – mit Fotos, die einzelne Bewegungsabläufe zeigen, damit die Übungen nachvollziehbar sind. Eine DVD über effektive Selbstverteidigung soll die Unterrichtsmaterialien schon bald ergänzen.

Vorbild für gehörlose und hörende Kinder

Ein Berufserlebnis der besonderen Art hatte Benjamin Piwko während der Hamburger Herbstferien: Zusammen mit seinem achtjährigen Privatschüler Patrick Seifert flog er für zwei Wochen zu einem Urlaubsprojekt auf die griechische Insel Rhodos. Dort versuchte Benjamin mit viel Geduld und Empathie, dem fast gehörlosen Patrick mehr Kommunikati-

Der junge Kampfsportler mit seiner Mutter



Benjamin Piwko im zarten von XXX Alter

onskompetenz zu vermitteln und ihm zu zeigen, für sein Handeln selbst verantwortlich zu sein. Und das konnte er mit seinem gehörlosen Trainer als Vorbild und Mentor oft besser als mit seiner hörenden Mutter. Piwko kennt die Situation: Er ist selbst mit einer hörenden Mutter aufgewachsen. Daher weiß er, wie schwer die tägliche Erziehungsarbeit ist. Und auch, wie schwierig Gespräche zwischen hörenden Eltern und gehörlosen Kindern sein können.

Die Zusammenarbeit mit jungen Menschen wird auch weiterhin ein Schwerpunkt seiner Arbeit sein. Piwkos nächstes Projekt: In einer WG für gehörlose Kinder und Jugendliche will er im nächsten Jahr Einzeltraining geben und auch die Gruppe insgesamt stärken.

Hartes Sprachtraining in der Schweiz

Benjamin Piwko, der am 11. April 1980 in Hamburg zur Welt kam, verlor als achtmonatiges Baby durch eine Virusinfektion sein Gehör. Um ihrem Sohn später eine lautsprachliche Verständigung zu ermöglichen, zog die Mutter, eine Lehrerin, mit ihm vorübergehend für ein paar Jahre in die Schweiz um. In Meggen am Vierwaldstättersee lernte der kleine Benjamin bei Susann Schmid-Giovannini – eine nach dem Krieg noch als „Taubstummenlehrerin“ ausgebildete Wienerin – zu sprechen und von den Lippen abzulesen. Da Gebärden und sogar linkshändig schreiben dort absolut tabu waren, lernte er aus freiwilligem Antrieb die Gebär-

densprache erst mit vierzehn Jahren im Konferenzraum der Schwerhörigenschule in Hamburg.

Vom Tischler zum Fighter

Bereits im zarten Alter von sechs Jahren entdeckte Benjamin seine Leidenschaft für Judo und andere Kampfsportarten. Er freundete sich mit Sifu Emanuel Bettencourt und Joe Alexander an – beide Meister der Kampfkunst, von denen der junge Schüler viel lernte. Doch bevor er seine Karriere als Stuntfighter und Choreograf begann, ließ er sich zum Tischler ausbilden. Benjamins Begeisterung für den Kampfsport trug jedoch stets den Siegedavon, sodass seine Zeit als Geselle nicht lange währte. Auch die spätere Überlegung, Sportwissenschaften zu studieren, gab er auf. Er sieht sich heute weder als Handwerker noch als Akademiker, sondern möchte seinen Beruf als Kampfsportlehrer frei und kreativ ausüben.

Hawaiianische Lehrjahre

Im September 2004 traf der damals 24-Jährige eine Entscheidung, die sein weiteres Leben stark prägen sollte: Er ging in die USA, nach Hawaii. Dort trainierte er bei Sigung Al Dacascos, dem Begründer des weltweit erfolgreichen Kampfkunst-Stils Wun Hop Kuen Do. In jener Zeit unterrichtete Piwko auch antiterroristische Spezialeinheiten

der US-Army und Marines in Techniken des Nahkampfes. Über drei Jahre blieb er auf der Insel, lebte mit Großmeister Dacascos und seiner Familie zusammen, entwickelte fürs Hawaii Theatre eigene Kampf-Choreografien und arbeitete in den lokalen Filmstudios für eine TV-Serie. Auch den schwarzen Gürtel erkämpfte er sich – trotz eines gebrochenen Fußes. Zwischendurch kehrte er nach Deutschland zurück, wo er in zwei „Tatort“-Folgen mit Filmemacher Thomas Bohn arbeitete. Auch für andere Fernseh- und Filmproduktionen entwickelte er neben seinen Kursen noch immer Choreografien und Stunts – oder spielt einfach selbst mit. Benjamin Piwkos Traum war schon immer, eine eigene Schule zu eröffnen. Mit den auf Hawaii gesammelten Erfahrungen und seinem inzwischen





gereiften Kampfkunststil WBT Defence kehrte er endgültig nach Hamburg zurück und erfüllte sich diesen Traum.

Weitere Informationen über Benjamin Piwko mit Terminen zu Seminaren, Workshops, Privattraining oder WBT-Defence-Ausbildung gibt es auf der Website www.wbtdefence.com

Interview mit Benjamin Piwko

Life InSight: Benjamin, du verhilfst deinen Kunden zu einem stärkeren Selbstwertgefühl? Wie funktioniert das?

Benjamin Piwko: Es kommt darauf an, was man möchte. Es ist möglich, einer Person oder einer Gruppe relativ schnell Selbstverteidigung beizubringen. Mit effektiven Methoden zum Selbstschutz wird erreicht, dass Frauen auf dunklen Wegen keine Angst mehr haben, Männer sich allgemein sicherer fühlen und alle ein besseres Körpergefühl bekommen. Das Trainingsergebnis wird immer sein, dass sich die Menschen danach anders verhalten als vorher. Auch nach so kurzer Zeit fühlen sie sich stärker und sind dadurch automatisch entspannt, locker und offener. Das Training zeigt dir Disziplin und Respekt, zeigt dir Möglichkeiten der Verteidigung und des Selbstschutzes, es

ist ein mentales und sehr umfassendes Training.

Wie funktioniert deine Methode, die du WBT Defence nennst?

WBT Defence als effektive Selbstverteidigung umfasst sowohl traditionelle als auch moderne Techniken. Es geht nicht nur darum, seinen Gegner zu besiegen. Kampfsport steigert die Selbstsicherheit und schärft die Sinne. Er soll die Schüler motivieren, ihnen neue Energie geben und ihre soziale Kompetenz stärken. WBT Defence variiert mehrere Kampfkunst-Techniken. Die Ausdauer wird verbessert, durch spezielle Kraftübungen entwickelt man einen eisernen Willen und versucht, immer ein Stück weiter über seine eigene Grenze zu gehen. Das bedeutet auch, dass ich meinen Schülern beibringe, nicht so schnell aufzugeben. Kleine Erfolge motivieren zum Weitermachen, und wenn sie einen schlechten Tag hatten, finden sie im Training wieder Ruhe und Kraft.

Was unterscheidet Erwachsene und Kinder, Hörende und Gehörlose?

Mit Kindern macht es mir Spaß, weil sie so begeisterungsfähig sind. Wenn ich ihnen was sage, nehmen sie es sehr ernst, und oft verändern sie ihr Verhalten, z. B. nach einer Rauferei in der Schule.

Ich finde, es gibt keinen großen Unterschied beim Training von hörenden und gehörlosen Kindern. Ich will beide Welten vereinen. Es kommt auf das Temperament eines Menschen an, was er von Geburt an mitbekommen hat. Manche lernen schneller als andere. Das gilt aber auch für Erwachsene. Bei Kindern ist immer Augenkontakt wichtig, egal ob gehörlos oder hörend. Ich mag Menschen, die mutig und offen sind, es schaffen, ihre Fremdheitsgefühle abzulegen. Besonders freue ich mich, wenn meine Schüler Fortschritte machen.

Auf was müssen gehörlose Existenzgründer unbedingt achten?

Existenzgründer brauchen vor allem: Positive Ausstrahlung, um auf andere zugehen zu können. Egal wie die Kunden sind – immer ruhig und geduldig bleiben! Gerade für gehörlose Freiberufler gilt es, alles nach und nach aufzubauen und die Ansprüche erst einmal auf einem realistischen Level zu halten. Und natürlich sollte man sehr kreativ sein, viele Ideen und Pläne machen. Wenn sich etwas ändert oder nicht gleich klappt, sollte man flexibel sein. Mein Motto: Neugierig bleiben und immer viel lernen!

Ein Netzwerk mit anderen Gehörlosen, die in ähnlichen Bereichen arbeiten, ist

wichtig. Aber nicht nur der Austausch mit Gleichgesinnten, sondern jede Art von Austausch ist förderlich. Auch die Fähigkeit, Kritik anzunehmen, ist eine Voraussetzung, um seine Wirkung nach außen und die eigene Arbeit zu verbessern. Ein großer Vorteil für Gehörlose ist, dass sie Körpersprache verstehen, das ist sehr wertvoll und liefert oft mehr Informationen als jedes gesprochene Wort.

Möchtest du nach dem Projekt auf Rhodos mer Kinder fördern?

Das ist nicht erst seit Rhodos so. Ich habe seit Langem diesen Wunsch. Aus eigener Erfahrung weiß ich, wie es sich anfühlt, als Außenseiter zu gelten oder anders zu sein. Das passiert ganz schnell. Ich wünsche mir, dass ich Kindern zeigen kann, dass mit ihnen alles in Ordnung ist und dass wir uns alle Disziplin, Toleranz und Respekt aneignen müssen, um hilfsbereit, offen und freundlich auf die Welt zuzugehen und unsere Vorurteile und Ängste abzulegen. Kindern möchte ich zeigen, dass Angst nichts Schlimmes ist, wir haben alle mal Angst. Wir brauchen ein starkes Selbstbewusstsein, um uns selbst und andere besser zu verstehen und gut miteinander umzugehen.

Du hast die Gebärdensprache erst mit 14 gelernt. War das ein Fehler?

Für mich war das kein Fehler. Ich bin froh, dass ich so viel lernen durfte und freue mich, dass ich so offen auf die Welt zugehen kann. Sprechen zu lernen war sehr hart für mich, aber das ist kein Grund, seine Energie auf etwas zu verschwenden, was schon längst passiert ist. Ich habe etwas sehr Wertvolles erhalten, was mich freier macht. Es war auf keinen Fall ein Fehler.

Was rätst du hörenden Eltern, deren Kinder hörgeschädigt sind?

Hörende Eltern sollten abwägen, was ihr Kind verträgt. Ich meine damit, dass Eltern ihrem Kind die Möglichkeit bieten sollten, so viel wie möglich zu lernen, aber es nicht permanent zu überfordern. Spaß, Freude und Erholung gehören auch dazu. Es gibt jedoch kein allgemeingültiges Rezept für alle.

Welche Hobbys hast du?

Ich liebe meine Arbeit sehr, sie ist zugleich mein Hobby. Aber ich bin sehr gerne draußen auf dem Land oder erhole mich im Sommer am Meer. Ich bin ein Arbeitstier, mir reichen ein paar Urlaubstage aus, danach bin ich wieder voll aufgeladen und will weitermachen. Ich habe sehr viel Energie, bin gerne mit Menschen zusammen, bin offen und neugierig. Für mich ist das Leben nie langweilig. Es gibt so viel zu sehen und zu erleben.

Auf welche Auszeichnung bist du besonders stolz?

Ich habe im März den Award für „Outstanding Achievement in Martial Arts 2010“ erhalten – für meine herausragenden Leistungen als Kampfkünstler. Er wurde von der Hall of Honour & Spirit in München vergeben. Diese Auszeichnung ist eine außerordentlich große Ehre für mich, weil sie nur an die weltbesten Kampfkünstler verliehen wird. Ich freue mich, nächstes Jahr wieder teilnehmen zu dürfen, um andere internationale Kampfsportler kennenzulernen.

Bericht, Interview:
Dr. Herman Nilson
Fotos: Benjamin Piwko, Brigitte Werner

