

Zivilcourage kann man üben

30 Menschen machten bei Training mit – Im Notfall kann man auf Erprobtes zurückgreifen

Dossenheim. (dw) Jeden hat sein ganz eigenes Erlebnis zum „Zivilcouragetraining“ in die Mühlbachhalle geführt. Aber jeder der rund 30 Teilnehmer hatte das gleiche Ziel: gefährlichen Situationen künftig nicht hilflos gegenüberzustehen. Günther Bubenitschek, Geschäftsführer des Vereins „Kommunale Kriminalprävention“ und zugleich Referent Kriminalprävention beim Polizeipräsidium Mannheim, stellte gemeinsam mit Stefanie Ferdinand die Handlungsmöglichkeiten vor.

Im Alltag kann man leicht in Situationen geraten, die ein persönliches Eingreifen erfordern. In Bus oder Bahn wird man schnell Zeuge von Pöbeleien oder Handgreiflichkeiten. Ebenso in Kneipen oder auf der Straße. Vermeintlich Schwächere – etwa Ältere, Frauen oder Menschen, die ohne Begleitung unterwegs sind – werden oftmals belästigt. Aber wenn man so etwas beobachtet, was kann man dann machen?

Genau das wurde trainiert. Wesentliches Element des Trainings war das Simulieren von Konfliktsituationen. „Sie



Stefanie Ferdinand und Günther Bubenitschek (v.l.) setzten auf das Nachstellen von Konfliktsituationen. Foto: Alex

befinden sich hier in geschützten Situationen, aber die Gefühle sind echt“, betonten Bubenitschek und Ferdinand immer wieder.

Das „Schauspielen“ habe einen wichtigen Effekt: Das richtige Handeln schon einmal geübt oder einfach nur durchdacht zu haben, hilft in realen Notsituationen. Denn mit all dem Adrenalin fällt es oft schwer, einen kühlen Kopf zu bewahren. Da ist es hilfreich, auf Erprobtes

zurückgreifen zu können. Das Nachstellen einer Szene bewirkt zwar noch keinen Automatismus, aber es entwickelt sich eine Vorform der Routine.

Die Teilnehmer trainierten daher auch einzelne Elemente wie „bestimmt zu sein“. Bestimmtheit wird gebraucht, um Angreifer zu bremsen. „Stopp“ ist eine eindeutige Anweisung an Losstürmende. Bestimmtheit ist auch gefordert, wenn andere mithelfen sollen. Bubenitschek sprach von der „Verantwortungsdiffusion“, wenn also viele schauten, aber keiner etwas unternahme.

Bei jedem Eingreifen sind ferner sechs Regeln zu beherzigen. Der oberste Grundsatz lautet: „Ich helfe, ohne mich selbst in Gefahr zu bringen.“ Diesem schließt sich an: „Ich fordere andere aktiv und direkt zur Mithilfe auf.“ Dazu gehört auch, Hilfe unter der Notrufnummer „110“ anzufordern. Hilfe heißt auch, sich um das Opfer zu kümmern. Wer in diesen Stresssituationen entspannt bleiben kann, der sollte außerdem genau beobachten und sich Merkmale des Täters einprägen. So werde man später zum aussagekräftigen Zeugen.

„Zivilcourage ist ein Thema, das uns alle beschäftigt“, hatte Bürgermeister Hans Lorenz bei seiner Begrüßung gesagt. „Sie leisten eine wertvolle, wichtige Aufgabe“, lobte Lorenz das Engagement des Vereins.