

Die Macht der Körpersprache

Wie sich Rettungskräfte vor Gewalt im Einsatz schützen können

Andrea Fürstberger hat Skrupel. Als der Mann sie belästigt, ihr immer dichter auf die Pelle rückt, laut und aufdringlich ist, weicht sie vor ihm zurück. »Ich sehe in allen Menschen das Gute«, wird sie später sagen, und: »Ich wusste nicht, wann und wie ich reagieren darf.« Glücklicherweise handelt es sich bei dieser Szene nur um eine Übung. Der Mann heißt Christopher Lindh und ist Experte für Sicherheit und Selbstverteidigung. Mit dem Belästigungs-Training verfolgt er ein bestimmtes Ziel: Das »Opfer« muss lernen, Stopp zu sagen. Mit Worten und mit Gesten. Speziell für Rettungs- und Pflegekräfte hat er eine dreistufige Ausbildung zur Gewaltprävention und Eigensicherung konzipiert. Neben Andrea Fürstberger nehmen an diesem Nachmittag vier weitere Feuerwehrfrauen aus dem Landkreis Rottal-Inn teil. Was sie bei Lindh lernen, kann ihnen nicht nur beim Einsatz, sondern auch privat nützen.

Von Anja Bischof*

Gewalt gegen Rettungskräfte hat zugenommen. Das fühlt nicht nur *Andrea Fürstberger*, die Frauenbeauftragte der bayerischen Feuerwehren. Dafür gibt es harte Zahlen aus der Polizeilichen Kriminalstatistik (PKS). Erst seit wenigen Jahren ist klar, dass nicht nur die Einsatzkräfte der Polizei immer häufiger mit gewalttätigen Übergriffen zu tun haben. Es sind auch die Rettungskräfte von Feuerwehr und Hilfsorganisationen, die im Einsatz jedes Jahr öfter mit Aggressionen konfrontiert werden. Erst seit dem Jahr 2011 gibt es eine gesonderte Statistik für Rettungskräfte. Der Trend, der sich in den Jahren zwischen 2011 und 2016 abzeichnet, ist so eindeutig wie erschreckend. Bei den Straftaten gegen die persönliche Freiheit verzeichnet die Statistik eine Steigerung um fast 100 Prozent. Vorsätzliche einfache Körperverletzung hat sich laut PKS in nur fünf Jahren fast verdreifacht.

Die Gründe für diese Zunahme der Gewalt gegen Helfer und Retter sind vielfältig und in jeder Situation individuell. Oft spielen heftige Emotionen eine Rolle: Angst,

Schmerzen, schlechte Erfahrungen bei anderen Notfällen oder Drogenkonsum. Die Rettungskräfte sind deshalb gut beraten, wenn sie sich wappnen. Zum Beispiel mit der Teilnahme an einem Gewaltpräventionskurs, wie ihn die Feuerwehrfrauen aus Rottal-Inn bei *Christopher Lindh* organisiert haben. Der Coach braucht im ersten Ausbildungsabschnitt nur einen halben Tag, um ihnen Sicherheit und ein Konzept für den Notfall an die Hand zu geben. Zuerst lehrt er sie, dass Achtsamkeit der erste Schritt zur Deeskalation ist. »Wenn Sie merken, jemand wird aggressiv, sollten Sie versuchen, ihm nicht ebenso zu begegnen. Nehmen Sie ihn ernst. Fragen Sie, wie Sie ihm helfen können. Stellen Sie sich mit Ihrem Namen vor. Teilen Sie ihm mit, wofür Sie zuständig sind und wofür nicht. Ein Lächeln kann sehr stark sein.« Zum professionellen, ruhigen Auftreten gehört auch die Überzeugung, dass der Aggressor nicht den Menschen persönlich angeht, sondern dessen Funktion, die er oder sie in Einsatzkleidung in diesem Moment bekleidet. »Er meint nicht Sie«, sagt Lindh eindringlich.

Sich das bewusst zu machen und

ruhig zu bleiben, kann eine Prüfung sein. Andrea Fürstberger hat zwar noch keine Gewalt im Einsatz erlebt, ist aber mit Unverschämtheiten konfrontiert worden. »Wenn wir eine Straße sperren müssen, wurde das früher selbstverständlich akzeptiert. Heute reagieren manche Autofah-

Den Eskalationskreislauf unterbrechen und dabei auch immer an den Eigenschutz denken ...

rer so, als würden wir das nur tun, um sie zu ärgern. Der Respekt vor unserer Einsatzkleidung und unserem ehrenamtlichen Engagement hat einfach abgenommen.« In den professionellen Modus zu schalten, empfiehlt Sicherheitsexperte Lindh in solchen und weitaus bedrohlicheren Fällen. Den Eskalationskreislauf unterbrechen und dabei auch immer an den Eigenschutz denken. Speziell dafür hat er die Eselsbrücke F-R-A-G-E kreiert. Das F steht für Fluchtweg finden (mit den Augen). R heißt Reaktionen checken: Wie reagieren Betroffene und Zuschauer auf mich als Einsatzkraft? A meint die Anzahl der involvierten Perso-

nen. G steht für Gefährdungen durch Gegebenheiten (zum Beispiel Feuer) oder Menschen. E für den Einsatzort: Ist es ein Gebäude, befinden wir uns in der Öffentlichkeit, sind Tiere involviert? »Ein Einsatzort ist dynamisch. Deshalb muss diese Checkliste bewusst und mit allen Sinnen immer wieder geprüft werden«, rät der muskulöse Sicherheitsprofi mit den wachen Augen. Wenn sich die Situation nicht entschärfen lässt, ist Flucht eine der besten Optionen. Wer

»Wir sparen wertvolle Minuten, wenn wir es schaffen, die Situation zu entschärfen« ...

die Checkliste ständig durchspielt, kennt seinen Fluchtweg und weiß, wann der richtige Moment gekommen ist, die Beine in die Hand zu nehmen. Auch Andrea Fürstberger resümiert: »Eskalation kostet mehr Zeit. Wir sparen wertvolle Minuten, wenn wir es schaffen, die Situation zu entschärfen.«

Doch welche Reaktion ist angemessen, wenn die Deeskalation nicht funktioniert hat und der Aggressor aufdringlicher wird? Zu nahe kommt? »Ich kenne jetzt meine Bereiche«, sagt Andrea Fürstberger und öffnet die angewinkelten Arme. »Das hier ist mein Freunde-Bereich.« Wer hier ungefragt eindringt, löst in ihrem Kopf die Warnanlage aus. »Bis vor wenigen Jahren hieß es, laut Stopp zu rufen wäre angemessen«, erklärt Christopher Lindh. »Aber ein stärkeres Zeichen setzt man mit dem sogenannten Stopp-Stoß.« Er demonstriert die Ausgangsposition: aufrechte Körperhaltung, fester Blick in die Augen des Gegenübers, die Hände sind auf Brusthöhe geöffnet. Kommt er immer noch näher, fährt eine Hand geöffnet nach vorne und prallt mit Wucht auf das Brustbein des Angreifers. »Damit kann eine kleinere Frau auch größere Männer stoppen und aus dem Gleichgewicht bringen«, versichert Lindh. Es ist das letzte deutliche Zeichen, wo die Grenze ist und der letzte Versuch, den Angreifer zur Raison zu bringen.

Im schlimmsten Fall ist nun eine Flucht nicht möglich und die kör-

perliche Auseinandersetzung unausweichlich. Auch für diese Entwicklung kennt Lindh Tricks, die körperliche Unterlegenheit wettmachen können. Von Pfefferspray rät er ab, denn »das könnte der Angreifer gegen Sie selbst richten.« Lindh bevorzugt den Taschenalarm, ein lippenstiftgroßes Gerät, das einen schrillen Alarmton erzeugt, wenn man einen Stift zieht. Gegen das Ohr des Angreifers gepresst, schenkt es wertvolle Sekunden, die für eine Flucht genutzt werden könnten.

Dann ist da noch Lindhs Liebling – der Kubotan. Dies ist eine Art fester Stift, der auf bestimmte Körperpunkte gepresst wird und dort keinen bleibenden Schaden, aber großen Schmerz anrichtet. Weil die Spitze stumpf ist, dringt der Kubotan nicht in die Haut ein. Als sogenannter Druckpunktverstärker ist er in der Bundesrepublik erlaubt. In anderen Ländern, wie z.B. der Schweiz, gilt er als Waffe. Der unscheinbare Not Helfer kann in der Hosentasche oder in der Handtasche immer dabei sein und ist trotz Umklammerung schnell gezückt.

Ein mit den Fingern oder dem Kubotan gut erreichbarer Nervenpunkt liegt zum Beispiel in der Kuhle zwischen Hals und Brust. Ein anderer hinter dem Ohr läppchen. Diesen Punkt kennt Christopher Lindh besonders gut. Noch heute verzieht er das Gesicht, wenn er an die Demonstration denkt, bei der ihm ein Trainer den Zeigefinger auf diesen Punkt gepresst hatte. »Drei Tage lang habe ich zerdrückte Bananen gegessen«, erzählt Lindh mit schiefem Grinsen.

»Ein solcher Kurs sollte allen Rettungskräften angeboten werden«, meint Andrea Fürstberger, »egal, ob Mann oder Frau.« Das scheint eine gute Idee zu sein, denn eine Studie von *Dr. Janina Lara Dressler* mit 1.659 Rettungskräften von Berufsfeuerwehr und verschiedenen Hilfsorganisationen bekräftigt den Trend der Polizeilichen Kriminalstatistik. Etwas mehr als jeder zweite Befragte (55,5 %) ist demnach im Jahr 2014 Opfer irgendeiner Form von körperlicher Gewalt geworden. Typischerweise ging es dabei um leichtere körperliche Übergriffe wie Schubsen, Schlagen oder Treten,



aber auch um deutlich gefährlichere Handlungen wie Bedrohung mit einer Waffe oder einem gefährlichen Gegenstand bis hin zum Angriff damit. Knapp 61 Prozent der Befragten sind während ihrer Dienstzeit schon mit Feuerwerkskörpern beworfen worden. Die Studie entstand am Kriminologischen Seminar der Universität Bonn. Sie zeigt auch deutliche Unterschiede zwischen den vier Großstädten. Während die

Bild o.: Ausgerüstet mit Schlagpolstern kann die eigene Kraft ausgetestet werden; Bild u.: Coach Christopher Lindh mit den Teilnehmerinnen des Gewaltpräventionskurses.

AUS DEM MINISTERIUM

Es ist unerträglich, wenn Helferinnen und Helfer bei der Ausübung ihres Dienstes Zielscheibe von Angriffen werden. Deshalb hat sich der Freistaat auf Bundesebene erfolgreich für eine Verschärfung des Strafrechts bei Gewalt gegen und Behinderung von Einsatzkräften und der Polizei stark gemacht. Das Strafmaß für tätliche Angriffe auf Einsatzkräfte wurde auf eine Freiheitsstrafe von drei Monaten bis zu fünf Jahren erhöht. Gleichzeitig ist es jetzt auch strafbar, Helfer zu behindern. Daher können nun auch »Gaffer« härter strafrechtlich belangt werden. Während früher lediglich eine Behinderung von Einsatzkräften durch »Gewalt oder Drohung mit Gewalt« unter Strafe gestellt war, gilt seit 30. Mai 2017: Wer bei Unglücksfällen oder gemeiner Gefahr oder Not eine Person behindert, die einem Dritten Hilfe leistet oder leisten will, wird mit Freiheitsstrafe bis zu einem Jahr oder mit Geldstrafe bestraft (§ 323c Abs. 2 des Strafgesetzbuchs). Unter den Tatbestand fällt insbesondere, wer durch »Gaffen« an einer Unfallstelle auf der Autobahn die Versorgung von Verunglückten erschwert. Die Bayerische Polizei verfolgt erkannte Verstöße konsequent.

Rettungskräfte aus Berlin und Hamburg im Jahr 2014 durchschnittlich mit 3,3 Übergriffen pro Person zu tun hatten, waren es in Köln 2,7 und in München 1,8 Vorfälle. Doch jeder einzelne Vorfall ist einer zu viel.

Dr. Janina Lara Dressler begrüßt ausdrücklich die Arbeit in der Gewaltprävention, denn sie könne indirekt die notfallmedizinische Versorgung der Bevölkerung verbessern: »Ein Rettungsdienst, der ohne Angst und ohne Polizeischutz arbeiten kann, kommt allen zugute, die sich in einer echten Notlage befinden und auf schnelle Hilfe angewiesen sind.«

Im Ausbildungskurs zur ersten Gewaltpräventionsstufe »GS1« von

Christopher Lindh wachsen die fünf Feuerwehrfrauen am Ende noch einmal über sich hinaus. Lindh stattet sie mit Schlagpolstern für Hände und Oberkörper aus und bittet sie, richtig zuzuschlagen. Zunächst wissen alle nicht so recht, wie sie ihre Kräfte dosieren sollen. Die Hemmschwelle fällt, als sie merken, sie tun niemandem weh. »Frauen unterschätzen sich meistens, Männer wiederum überschätzen ihre Power«, sagt Lindh und beobachtet wie die Teilnehmerinnen ihre Zurückhaltung überwinden und ihre Fäuste immer stärker auf die Polster prasseln. »Es geht beim Polstertraining nicht darum, für den Ernstfall harte Schläge

zu trainieren. Es geht darum, ein Bewusstsein zu schaffen, dass jeder Mensch über ausreichend Kraft verfügt«, betont Lindh. Eine Hemmschwelle darf niemanden daran hindern, sich zu schützen.

Die vier Feuerwehrfrauen und Andrea Fürstberger haben in Lindhs Kurs gelernt, ihre Kräfte und ihre Grenzen besser einzuschätzen. Ob Fürstberger in einer ähnlichen Situation wie beim Belästigungstraining wieder vor jemandem zurückweichen würde? »Zumindest bin ich jetzt gewappnet«, sagt die Feuerwehrfrau selbstbewusst. »Aber ich hoffe, dass ich mein Wissen nie brauche.« □