

**Schiller-Schule:** Neuntklässler lernen im Gewaltpräventionstraining „Cool. Sicher. Selbstbestimmt.“ Möglichkeiten kennen, um Eskalationen in Konflikten zu vermeiden

## Abstand halten und nicht einknicken

Von unserem Redaktionsmitglied  
**Vanessa Schäfer**

**REILINGEN.** Der Unbekannte an der Ecke, der einen schon seit Minuten beobachtet. Der Rabauke am Bahnhof, der einen grundlos anrempelt. Der Unheimliche, der nur die Uhrzeit wissen will, einen dann aber in ein ganzes Gespräch verwickelt. Situationen, in denen einem mulmig zumute ist, kennt jeder. Oft entpuppen sie sich als völlig harmlos. Was aber, wenn sich das Gefühl bestätigt und der andere tatsächlich auf Ärger aus ist, ja gar solchen provoziert? Welches Verhalten ist dann angemessen?

An einer passenden Antwort auf diese Fragen fehlt es den Schülern der Klasse 9b der Friedrich-von-Schiller-Schule noch am Morgen. Fern scheint für viele der Gedanke zu sein, tatsächlich einmal in eine Situation zu geraten, die mit einem Gewalteingriff enden könnte. Dabei kann es jeden treffen, machen Barbara Engelmänn und Thorsten Unsöld den Neuntklässlern und ihrem Klassenlehrer Peter Hancke deutlich. Die beiden Besucher wollen den Schülern an diesem Vormittag die Augen öffnen, ihnen aufzeigen, wie sie rechtzeitig Gewaltsituationen erkennen können und wie sich diese vermeiden lassen.

### Grenzüberschreitende Übungen

Und die Schüler, zunächst ein wenig verhalten, lassen sich schließlich ein auf „Cool. Sicher. Selbstbewusst“, das Gewaltpräventionstraining der Vereine Kommunale Kriminalprävention Rhein-Neckar und „Sicherheit“, unterstützt durch die Polizeidirektion Heidelberg. „Wir machen dabei grenzüberschreitende Übungen und reflektieren hinterher über

die Reaktionen der Schüler“, erläutert Trainer Thorsten Unsöld im Gespräch mit unserer Zeitung. Es dauert nicht lange und die Neuntklässler sind mittendrin. In kleinen Übungseinheiten schlüpfen sie in die Rolle des Opfers, streifen quer durch das Klassenzimmer – jedoch nicht ohne Hindernisse. Denn Unsöld stellt sich ihnen mal in den Weg, mal hält er sie am Arm fest, mal bedrängt er sein Gegenüber – so, wie es im Ernstfall sein könnte.

### Täter nicht noch mehr anheizen

Eine angemessene Reaktion? Leo versucht mit frechen Worten zurückzuschlagen. In einer Realsituation ein No-Go, verdeutlicht Barbara Engelmänn. Dadurch könne der Täter noch mehr angeheizt werden. Auch Klein-Machen, so wie es im Rollenspiel ein paar der Schülerinnen zunächst tun, empfiehlt sich im Ernstfall nicht. „Täter benutzen ihre Opfer als Tankstelle für ihr Selbstbewusstsein“, verdeutlicht Unsöld. Und genau das gilt es zu vermeiden.

Die durch die Rollenspiele gesammelten Beobachtungen an Fehlverhalten führen schließlich zu den Lösungen. „Wenn ihr jemanden seht, bei dem ihr ein komisches Gefühl habt, dann haltet Abstand“, gibt das Trainerteam den Schülern mit auf den Weg. Neben einer selbstsicheren Körpersprache, das lernen die Schüler schnell, spielt die Stimme eine entscheidende Rolle. „Stopp“ ertönt es lautstark und der ein oder andere der Neuntklässler zuckt kurzerhand zusammen. Mit diesem einen Wort, laut und deutlich gesprochen, hat Thorsten Unsöld deutlich seine Grenzen markiert: bis hierher und nicht weiter.

„Soll man im Ernstfall, wenn man sich bedroht fühlt, Hilfe rufen?“,



Ernstfall simuliert: Trainer Thorsten Unsöld packt Leo. In Rollenspielen lernten die Schüler, sich in brenzligen Situationen richtig zu verhalten.

BILD: LENHARDT

### Effektive Handlungsmöglichkeiten im Ernstfall

- **Abstand halten** und weglaufen, wenn Sie bei jemandem ein ungutes Gefühl im Bauch haben!
- **Kopf hoch** und nicht einknicken! Auf eine **selbstbewusste Körpersprache** kommt es an!
- **Setzen** Sie Ihre **Stimme ein** – laut und deutlich. Sprechen Sie Menschen gezielt an, Ihnen zu Hilfe zu kommen!
- **Vermeiden** Sie es, den Täter zu duzen. Mit einem „**Sie**“ schaffen Sie Distanz!
- **Seien Sie nicht ansprechbar!**
- **Vermeiden** Sie **Provokation!** Beleidigen Sie Ihr Gegenüber nicht! Greifen Sie nicht an!
- **Sind** Sie Zeuge einer Gewalttat, dann helfen Sie dem **Opfer**, indem Sie es in **Sicherheit bringen**. Holen Sie sich, wenn nötig, weitere Verstärkung.
- **Weitere Informationen** unter [www.praevension-rhein-neckar.de](http://www.praevension-rhein-neckar.de) und [www.sicherheit.de](http://www.sicherheit.de).

VS

rät Barbara Engelmänn: Gezielt ansprechen. „Sie da mit dem roten Pullover, helfen Sie mir, ich werde belästigt“ – bei so einer konkreten Ansage würde keiner einfach wegsehen und weitergehen. „Und für den Täter bedeutet das, dass es Zeugen gibt, und die kann er nicht gebrauchen.“

### Schüler lernen schnell

Die Schüler lernen schnell. Die Basics, die ihnen am Morgen noch fremd waren, versuchen sie wenige Stunden später im Rollenspiel anzuwenden – mit Erfolg. „Lassen Sie mich in Ruhe“, sagt Rebecca energisch, einen weiten Bogen um den fiktiven Täter machend. Von Mitschüler Nikita bekommt dieser eine Packung Taschentücher mit den Worten „Hier nimm!“ zugeworfen. Eine gelungene Reaktion, finden die Trainer. „Du nutzt den Überraschungsmoment, lenkst ab, um dir Zeit zum Fliehen zu verschaffen, gut!“

Am Ende des Schultages sind alle reicher. „Es war gut, dass die Trainer nicht nur erklärt haben, sondern wir uns auch selbst versuchen konnten“, lobt Rina. „Wir wissen jetzt, was aus einer kleinen Provokation heraus entstehen kann und wie man richtig handelt“, fügt Marlon hinzu. Mit dem richtigen Verhalten, egal, ob als vermeintliches Opfer oder als Helfer ist die Klasse von Peter Hancke nun gewappnet und dieses lässt sich mit drei Worten zusammenfassen: cool, sicher und selbstbestimmt.



Einen Eindruck vom Gewaltpräventionsprogramm an der Schiller-Schule gibt es im Video unter [www.schwetzingen-zeitung.de](http://www.schwetzingen-zeitung.de).

wollen die Schüler von den Experten wissen. Diese verneinen, auch der weit verbreitete Trick „Feuer“ zu rufen, um auf sich aufmerksam zu ma-

chen, funktioniere nicht immer. „Aber es gibt etwas, was 100-prozentig funktioniert, wenn ihr Leute in so einer Situation aktivieren wollt“, ver-