

## **Das „Echtzeit“-Anti-Gewalt-Training der Festen Hand im Sommer 2011**

Das Anti-Gewalt-Training der „Festen Hand“ vom 1.8. bis zum 24.10.2011 wurde in Kooperation mit der Diakonie Krefeld von mir als Trainer der Firma „Echtzeit“ und Herrn Semy Ayadi als Co-Trainer mit acht Teilnehmern im Alter zwischen 16 und 22 Jahren durchgeführt.

Dieses Anti-Gewalt Training beruht auf einem ganzheitlich orientierten konfrontativpädagogischem Ansatz, welcher gruppendynamische Prinzipien nutzt, um durch Gewalttaten strafrechtlich in Erscheinung getretene Jugendliche mit Ihrem Verhalten zu konfrontieren, Ihre sozialen Kompetenzen zu entwickeln, sowie Ihnen alternative Handlungsstrategien zu vermitteln und sie zu deren Umsetzung zu motivieren.

Das Training erstreckte sich über insgesamt 13 Treffen: zwölf wöchentliche Treffen a zwei Stunden und eine erlebnispädagogische Ganztagesaktion.

Diese Aktion fand nach circa 4 Wochen statt und bestand in einem actionreichen Besuch eines Hochseilgarten mit dem Schwerpunkt auf vertrauensbildenden und teambildenden Maßnahmen, der Auseinandersetzung mit eigenen Ängsten und Grenzen. Die Gruppe nahm diese Maßnahme sehr gut und aktiv an und bewies eine gute Entwicklungsfähigkeit im Bereich der sozialen Interaktion, sowie den Willen, an den eigenen Grenzen zu arbeiten und die vorhandenen Kommunikationsstrukturen zu reflektieren.

Der weitere Ablauf des Trainings gliederte sich in folgende Phasen:

### **Erarbeitung und Festlegung von Regeln**

Es wurden gemeinsam Regeln erarbeitet, die den geschützten Rahmen für das Training bilden sollen. Diese Regeln wurden in Form eines Vertrages von jedem unterschrieben, um so eine hohe Verbindlichkeit herzustellen.

### **Kooperation und Gruppendynamische Interaktion**

#### **Bearbeitung des Themas „Gewalt“ in seinen Facetten**

Ein wesentlicher Fokus des Trainings in dieser Phase lag darauf, dass die Gruppe sich „findet“, die gruppendynamischen Interaktions- und Kommunikationsprozesse in Gang kommen, denen bei der späteren Konfrontation und Tatbearbeitung eine

wichtige Rolle zukommt. Die Teilnehmer lernten sich kennen, sowohl durch Informationsaustausch in Form von Kommunikationsübungen und Partnerinterviews, durch die Abgabe persönlicher Statements und durch die Lösung gemeinsamer Aufgaben. Diese Kooperationsübungen haben einen stark erlebnispädagogisch geprägten Hintergrund.

### **Beispielübung: Sumpfwanderung**

In einem Raum werden weniger Stühle, als TN ungeordnet aufgestellt. Die TN stellen sich darauf.

Aufgabe: Sie dürfen den Boden nicht berühren.

Regel: Die TN dürfen nicht länger als 3 Sekunden auf demselben Stuhl verweilen. Die Stühle dürfen jeweils nur mit einem Fuß berührt werden. Unbesetzte Stühle werden entfernt.

Material: Anstelle der Stühle können Teppichfliesen, Getränkekisten, o.ä. benutzt werden.

Die TN müssen sich gegenseitig helfen und stützen.

Es stellte sich heraus, dass alle Teilnehmer sich an den Übungen beteiligt haben- Verweigerungen gab es nicht. Allerdings waren einige Teilnehmer eher zurückhaltend und haben die anderen mehr agieren und reden lassen.

Im Rahmen dieser Phase fand auch die erlebnispädagogische Ganztagsaktion im Hochseilgarten bei unserem Kooperationspartner Hoch3 in Mönchengladbach statt.

Dort wurde zum einen durch weitere Kooperationsübungen in großem Stil

(z.B. „The Wall“: die TN müssen ohne Hilfsmittel gemeinsam eine dreieinhalb Meter hohe Holzwand überwinden, oder die Überquerung eines Niedrigseilparcours als geschlossene Gruppe) die Fähigkeit zur sozialen Interaktion und Kommunikation der Teilnehmer weiter trainiert.

Im anderen Schwerpunkt dieser Trainingsphase wird die Begrifflichkeit „Gewalt“ in ihren Facetten beleuchtet.

Auf Basis eigener Erfahrungen und durch die Einordnung und Wertung bestimmter Gewaltsituationen in Form eines „Gewaltbarometers“ wird eine eigene Definition des Begriffes Gewalt gesucht und entwickelt:

- Es gibt Täter und Opfer
- Jemand wird geschädigt (psychisch, physisch, finanziell)
- Gewalt geschieht gegen den Willen des Opfers
- Der Täter hat die Macht und missbraucht diese - Machtgefälle

Es wurde beispielsweise auch herausgearbeitet, welche subjektiven Gründe der Teilnehmer für die Ausübung von Gewalt sprechen und diese auf einer Flipchart gesammelt:

- Gewalt ist einfach
- Sich in der Gruppe profilieren
- Sich Respekt verschaffen (Angst vs. Respekt)
- Verletzter Stolz – Ehre
- Alkohol
- Unüberlegtes Handeln
- Man hat selbst Gewalt erfahren
- Keine Worte
- Beleidigung
- Provokation durch Blicke, Körperhaltung

In gleicher Art und Weise werden die Gründe gegen Gewalt gesammelt, darunter auch die negativen Konsequenzen von Gewalt, die viele Teilnehmer bereits erlebt haben:

- Gewalt lohnt sich nicht
- Kurzer Augenblick Befriedigung- weitreichende , dauerhafte negative Konsequenzen
- Haft
- Beziehung geht kaputt
- Eltern, Familie sind enttäuscht, traurig
- Jemand wird verletzt, ich selbst u.U. auch
- Anzeige, Schadensersatz – Schulden
- Jemand bekommt Macht über mich (Justiz)

Diese beiden Listen werden gegenübergestellt und die Teilnehmer werden angehalten, eine Kosten-Nutzen Überlegung hierzu anzustellen. Was bringt mir Gewalt dauerhaft und was kostet mich diese. Wohin hat sie mich bisher gebracht? Es herrschte recht bald Einigkeit darüber, dass die Kosten den Nutzen überwiegen und Gewalt daher keinen Sinn macht. – Dies ist allerdings nur die theoretische kognitive Herangehensweise, wichtig ist es, die emotionale Haltung und die Verhaltensstrukturen hierzu zu verändern. Dafür kamen wir jedoch im Laufe des weiteren Trainings immer wieder auf diese Auflistungen und Erkenntnisse zurück.

## **Eskalationsfaktoren und Mechanismen von Gewalt erkennen – Entwicklung einer eigenen deeskalativen Haltung - Erlernen alternativer Handlungsstrategien**

In dieser Phase werden Eskalationsmechanismen anhand von Übungen und Diskussionen verdeutlicht. Die Übungen sind bewusst darauf ausgelegt, einen Konflikt herbeizuführen, welcher vom Trainer (im geschützten Rahmen) durch gezielten Einsatz weiterer Eskalationsfaktoren verschärft und zur kontrollierten Eskalation gebracht wird.

### **Beispielübung: Das ist meins**

Ein TN legt sich in die Mitte des Raumes auf den Boden. Er bekommt einen Gegenstand, den er nicht verlieren darf. Die übrige Gruppe hat die Aufgabe, diesen Gegenstand zu bekommen. Mit allen Mitteln! Die Gruppe bekommt ein Zeitlimit (z.B. 40 Sec.) Bekommt sie den Gegenstand nicht, erhält sie eine Strafe (z.B. Liegestütz)

Auf Basis der darin gemachten Erfahrungen wurde eine Eskalationskurve exemplarisch und grafisch dargestellt. Es wurden die Punkte (Phasen) herausgearbeitet, an denen durch das eigene Handeln eine Deeskalation möglich ist, was mit fortgeschrittenem Verlauf immer schwieriger wird und vom Beteiligten immer mehr Überwindung erfordert.

In weiteren intensiven Übungen, schwerpunktmäßig im Rahmen der sogenannten „Hohlen Gasse“ wurde durch Haltungsanalyse, Verhaltensanalyse und verbale- sowie nonverbale Kommunikationsanalyse und –Training, sowie in Form von Rollenspielen nach und nach ein deeskalatives Verhaltensrepertoire und auch die persönliche Motivation entwickelt, diese Verhaltensalternativen umzusetzen.

Für die Entwicklung dieser Haltung wurde auch die Sensibilisierung für und der Umgang mit eigenen Emotionen im Rahmen von gezielten Übungen trainiert, in deren Verlauf sich die Teilnehmer auch in Opferrollen begeben, „Macht“ abgeben und „Machtmissbrauch“ durch den Trainer im geschützten Rahmen ertragen und sich ihre eigenen Erfahrungen dabei bewusst machen.

So wurde im Rahmen der Hohlen Gasse auch der Umgang mit Beleidigungen erfahren und trainiert mit dem Ziel in Gedanken eine Entkoppelung der Aussage des gegenüber mit der eigenen Person herzustellen und die dahinterliegende Provokation zu erkennen und nicht darauf einzugehen. Alle diesen Übungen konnten

jederzeit durch ein Stopp-Signal abgebrochen werden, dies wurde jedoch nicht genutzt.

Einige Teilnehmer äußerten in der anschließenden Diskussion und Reflexion, die obligatorisch nach jeder Trainingseinheit erfolgen, empathische Gefühle mit ihren ehemaligen Opfern.

Erfahrbar gemacht wurden auch die verschiedenen Formen von Aggression: Unkanalisierte Aggression, welche sich in emotional schwierigen Situationen in Gewalt entlädt und kanalisierte Aggression, als Antrieb, um ausdauernd ein Ziel zu verfolgen und zu erreichen, sich im übertragenen Sinne im Leben durchzuboxen- unter Einhaltung gesellschaftlicher und sozialer Regeln des gesunden Miteinanders. Hierzu eine Motivation zu geben und den Teilnehmer ein Stück auf diesem Weg zu begleiten wurden entsprechende Übungen, oft in Form von sogenannten Kampfspielen nach festen Regeln durchgeführt.

Eine sehr prägnante Übung, die für die Teilnehmer auch einen hohen Symbolgehalt hatte und bei ihnen tiefen Eindruck hinterlassen hatte, war :

#### **Beispielübung: Mauerdurchbrechen**

Jeder Teilnehmer benennt sein nächstes wichtiges Lebensziel (z.B. Ausbildung schaffen etc.) dieses wird an eine Wand in der Turnhalle (am besten an eine aufrecht stehende Matte mit Klebeband befestigt.) die anderen Teilnehmer stellen sich mit sog. Schlagpolstern (Kissen) ausgerüstet davor. Sie sollen ihn daran hindern, sein Ziel zu erreichen indem sie ihn immer wieder zurückdrängen. Unter Einhaltung der Regeln (Niemand wird verletzt etc.) muss der Teilnehmer nun versuchen, sein Ziel zu erreichen.

Es gibt hierzu viele Strategien: pure Kraft, Ausdauer, aber auch Schnelligkeit und Täuschung. Jeder Teilnehmer hat hier seinen eigenen Weg gefunden und teils nach langem „Kampf“ ein Erfolgserlebnis mitnehmen können. Oft bleibt auch die Erkenntnis dass pure Kraft nicht reicht, sondern man flexibel bleiben und sich den passenden Weg zwischen den Hindernissen suchen muss.

#### **Die deliktspezifische Intensivkonfrontation**

Den zentralen Schwerpunkt, sozusagen das Herzstück des Trainings bildete die deliktspezifische Intensivkonfrontation.

Die DIK ist eine vom Trainer im Laufe seiner Tätigkeit weiterentwickelte, speziell auf die Bedürfnisse und Persönlichkeiten der Teilnehmer und den Gegebenheiten der

Gruppe abgestimmte Form der konfrontativ-pädagogischen Intervention, in welcher der Teilnehmer in einem von gegenseitigem Respekt, aber auch von direkter wertschätzender „echter“ Konfrontation geprägten Rahmen Stellung zu seiner Tat beziehen, einen Perspektivenwechsel zur Opferperspektive vollziehen, Verantwortung für seine Taten übernehmen und so sein Verhalten reflektieren, bearbeiten und für die Zukunft verändern soll.

Dies geschieht durch verbale Konfrontation

- mit der eigenen Gewalttat, dem konkreten Tatgeschehen, den eigenen Handlungen/Anteilen daran.
- mit dem aktuellen Verhalten auf dem „heißen Stuhl“ (Verunsicherung durch verbale Strategien, Aushalten der eigenen Machtlosigkeit)
- durch kritisches Spiegeln und Hinterfragen der Persönlichkeit, teilweise mit Hilfe von Biografiearbeit

Besonders die letzten Punkte erfordern ein hohes Maß an Vorsicht, Umsicht und Einfühlungsvermögen. Ziel ist es nicht, die Person zu brechen oder anderweitig zu erniedrigen, sondern Denkblockaden, Abstumpfung und bewusste oder unbewusste Abgabe von Verantwortung und Schuld zu durchbrechen.

Ziel des konfrontativpädagogischen AGT generell, vor allem aber speziell im Rahmen der DIK ist es, die Teilnehmer dazu zu bringen, und sie dabei zu unterstützen, eine eigene soziale Haltung zu entwickeln, die es ihnen ermöglicht, das eigene Verhalten zu reflektieren, dafür Verantwortung zu übernehmen, ein Selbstbewusstsein zu entwickeln und konstruktive soziale Interaktion, statt destruktiven Verhaltens zur Erreichung ihrer Ziele zu nutzen.

Die DIKs wurden in diesem Trainings nach circa sechs Wochen fester Bestandteil jeder Trainingseinheit. In jedem Treffen wurde ein Teilnehmer circa eine Stunde lang nach den o.g. Prinzipien mit seiner Tat und seinem bisherigen Verhalten konfrontiert. Im Rahmen dieser Gruppe waren sehr intensive DIKs möglich, die Gruppe konnte sogar in diesen Prozess konstruktiv und intensiv eingebunden werden., denn alle Teilnehmer entwickelten recht bald die hierzu erforderliche Mischung aus Engagement und Feingefühl.

Sowohl meiner Meinung nach als auch nach Ansicht von Herrn Ayadi sowie entsprechend der uns durch die Teilnehmer gegebenen Rückmeldungen ist das Training sehr intensiv und erfolgreich verlaufen.

In der Persönlichkeit und der Haltung vieler Teilnehmer ließ sich über den langen Trainingszeiten eine deutlich positive Entwicklung erkennen.

**Martin Kragl**

Diplom-Sozialpädagoge

Master of Social Management (MA)

Anti-Gewalt-Trainer (LVR)