

# Helfen statt tatenlos zuschauen

Training Murat Sandikci zeigt Neu-Ulmer Bürgern, wie sie in gefährlichen Situationen richtig eingreifen können

VON ANIKA TAIBER

Neu-Ulm Murat Sandikci richtet sich auf. Spannt den Oberkörper an, bringt die Schultern nach hinten. Den Hals kerzengerade nach oben, die Hände nach vorne. Sandikci spreizt die Finger auseinander, die Handflächen weisen ab, seine Stimme klingt bestimmt und voll: „Hör auf jetzt! Das tut mir weh!“

Einige der Frauen und Männer, die sich im Sitzungssaal des Neu-Ulmer Landratsamtes versammelt haben, nicken zustimmend. So klingt das überzeugend – „Sie müssen laut und deutlich sprechen, das gibt Ihnen Selbstvertrauen“, erklärt Murat Sandikci. Der 41-jährige Laupheimer ist heute für ein Seminar mit 25 Bürgern nach Neu-Ulm gekommen – als Trainer für Zivilcourage. Im Rahmen der Tage der Begegnung in Ulm und Neu-Ulm soll er den Teilnehmern zeigen, wie sie sich in Situationen richtig verhalten, in denen ihr Eingreifen gefragt ist.

## In den Köpfen stecken schreckliche Szenen

Die Gruppe ist bunt gemischt, Lehrer, Mitarbeiter aus dem sozialen Bereich, Privatpersonen. Die meisten interessiert vor allem: Wann soll ich eingreifen? Und wie bringe ich mich dabei nicht selbst in Gefahr? In den Köpfen stecken Szenen, die viele aus den Medien kennen: Jugendliche verprügeln ihr Opfer im U-Bahnhof, Zuschauer stehen herum, unternehmen nichts, bis das Opfer auf dem Boden liegt und sich nicht mehr rührt. „Warten Sie nicht, bis irgendjemand anderes etwas tut“, lautet einer von Sandikcis Ratschlägen.

Um das zu verdeutlichen, holt er die Teilnehmer zwischen die Tischreihen in die Mitte des Raums. Links an der Wand klebt ein gelber Zettel mit einem großen „Ja“ darauf, rechts einer mit „Nein“. Dann stellt er eine Frage, und die Männer und Frauen sollen sich entscheiden – trifft ja oder nein zu? „Mögen Sie Talkshows? Sollten Politiker ein Bußgeld zahlen, wenn sie ein Wahlversprechen nicht einhalten? Hat Ihnen schon einmal eine völlig fremde Person geholfen?“ Schnell ist klar: Sich eindeutig zu entscheiden ist manchmal nicht einfach. „Es gibt mehr und es gibt weniger gute Talkshows“, sagt eine Frau, die sich letztendlich für „Ja“ entschieden hat. „Sehen Sie, Sie merken schon: Manchmal wäre es gut, wenn es eine Mitte geben würde. Bei Zivilcourage ist das aber ganz entscheidend: ‚Ich könnte vielleicht eingreifen‘ gibt es eben nicht“, erklärt Sandikci das Fazit der Übung.

Sandikci ist in Ulm und Umgebung ein gefragter Mann, was Themen rund um Gewaltprävention und Zivilcourage angeht. Der 41-Jährige hat jahrelang im Sicherheitsdienst gearbeitet und vieles an Erfahrungen gesammelt. Dabei sei ihm aufgefallen, dass der erste Gefängisaufenthalt bei Jugendlichen oft weniger abschreckend als vielmehr der Startpunkt einer richtigen kriminellen Karriere gewesen sei: „Ich fand, man sollte Jugendlichen die Chance geben, sich zu verändern.“ Deshalb wurde er Anti-Ag-



Murat Sandikci (rechts) zeigt den Teilnehmern am Zivilcourage-Kurs, wie wichtig es ist, in einer gefährlichen Situation zu helfen und nicht tatenlos zuzuschauen. „Warten Sie nicht, bis irgendjemand anderes etwas tut“, lautet einer von Sandikcis Ratschlägen. Foto: Alexander Kaya

## Zehn Tipps für Zivilcourage

- Beim **Zivilcourage-Training** in Neu-Ulm gab es ganz konkrete Tipps. Hier die Regeln in Kürze:
- **Vorbereitung** Überlegen Sie, wie Sie eingreifen. Schätzen Sie Ihre körperlichen Voraussetzungen ab.
- **Ruhe bewahren** Konzentrieren Sie sich darauf, das zu tun, was Sie sich vorgenommen haben. Nicht von Gefühlen und Ängsten ablenken lassen.
- **Sofortiges Handeln** Erwarten Sie nicht, dass ein anderer hilft. Je länger Sie zögern, desto schwieriger wird es, einzugreifen.
- **Hilfe holen** Sprechen Sie Personen direkt an und fordern Sie sie zur Hilfe auf. Im Bus: Alarmieren Sie den Fahrer und rufen Sie die Polizei. Auf der Straße: Schreien Sie laut um Hilfe.
- **Aufmerksamkeit erzeugen** Ziehen Sie Passanten oder Zuschauer in die Verantwortung: „Sie in der gelben Jacke, helfen Sie mir! Holen Sie die Polizei!“ Sprechen Sie laut und mit fester Stimme. Das gibt Ihnen Selbst-

- vertrauen und ermutigt andere zum Einschreiten.
- **Täter verunsichern** Schreien Sie laut, machen Sie auf sich aufmerksam. Tun Sie so, als würden Sie das Opfer kennen. Sagen Sie, dass Hilfe oder der Krankenwagen unterwegs ist, nicht: „Ich rufe gleich die Polizei.“
- **Zum Opfer halten** Nehmen Sie Blickkontakt zum Opfer auf. Sprechen Sie es direkt an: „Ich helfe Ihnen.“
- **Keine Gewalt** Begeben Sie sich nicht selbst in Gefahr. Fassen Sie den Täter nicht an.
- **Täter nicht provozieren** Siezen Sie den Täter, damit andere nicht denken, es handle sich um einen Familienstreit. Schauen Sie dem Angreifer nicht direkt in die Augen. Kritisieren Sie sein Verhalten, nicht seine Person.
- **Polizei rufen** Genau beobachten: Merken Sie sich Gesicht, Kleidung, Fluchtweg der Täter. Erstellen Sie Anzeige bei der Polizei. Stellen Sie sich als Zeuge zur Verfügung. (tai)

gressivitäts-Trainer. Verurteilte Jugendliche können in Verbindung mit einem solchen mehrmonatigen Training eine Strafe auf Bewährung erhalten. Aus dieser Tätigkeit ergab sich für Sandikci dann auch die Frage nach dem Opfer – Grund für seine Kurse in Sachen Zivilcourage, die er in Schulen und anderen Einrichtungen hält.

## Sofort einen Notruf absetzen

Wer Zivilcourage zeigt und eingreift, kann einiges tun, damit die Situation für ihn und für das Opfer weniger gefährlich ist, meint Sandikci. Zunächst sollten die Männer

und Frauen die Situation genau beobachten und abschätzen, wie sie am besten helfen könnten. „Setzen Sie sofort einen Notruf ab, Sie kommen später vielleicht nicht mehr dazu.“ Am Wichtigsten sei, dass sich der Eingreifende ganz auf das Opfer konzentriere, statt den Täter anzufassen – das könnte diesen noch mehr provozieren. „Suchen Sie Blickkontakt zum Opfer. Suchen Sie sich Verbündete.“ Diesen solle man konkret sagen, was sie tun sollen: „Bitte helfen Sie mir, das Opfer aus dieser Situation herauszubringen.“

Wichtig ist Sandikci die Ausrichtung auf das Opfer, um die Gefahr für den Helfer möglichst gering zu



Jugendliche prügeln am U-Bahnhof und niemand hilft dem Opfer: Diese Szenen sind bei vielen im Kopf, wenn es um Zivilcourage geht. Beim Kurs in Neu-Ulm zeigte der Trainer, wie die Teilnehmer richtig eingreifen können. Archivfoto: dpa

halten. Widme man sich dem Täter, nehme einen dieser schnell selbst ins Visier. Sandikcis nächster Tipp: Aufmerksamkeit erzeugen. „Schreien Sie laut um Hilfe, dazu müssen Sie nicht einmal nah am Geschehen dran sein.“

Eine Teilnehmerin schildert, dass sie einmal Zeuge war, wie mehrere Jugendliche auf ein Mädchen eintraten, das am Bahnhof auf dem Boden lag. „Was hätte ich da tun sollen? Es waren so viele“, sagt sie. „Suchen Sie sich einen Verbündeten und versuchen Sie, das Opfer herauszubringen. Für die Täter ist das kurzzeitig auch erst mal so eine Sperre, wenn da plötzlich jemand anderes vor ih-

nen am Boden ist“, meint Sandikci. Er zeigt in seinem Kurs aber nicht nur Möglichkeiten zum Handeln auf, sondern erklärt auch, wie die Teilnehmer andere Menschen besser einschätzen können. Mimik, Gestik, Körperhaltung – besonders die Bewegung der Augen sage viel über die Gedanken und das Verhalten eines Menschen aus.

Josef Schmidt aus Senden stellt das bei der anschließenden Übung fest: Die Teilnehmer sollen drei Geschichten erzählen, eine davon ist gelogen. Der Übungspartner soll erkennen, welche nicht wahr war. Schmidt ist erfolgreich: „Die Augen waren bei der letzten Geschichte viel

unruhiger, nicht suchend und nach oben gerichtet wie bei den Geschichten vorher, bei denen in den Erinnerungen gekramt wurde.“

Viele kleine Tricks und Tipps ergänzen die Grundregeln, die Sandikci den Teilnehmern im Laufe des Kurses an die Hand gibt (siehe Infokasten). Am Ende bleibt vor allem eines im Kopf: Sich dem Opfer zuwenden, nicht dem Täter. Am wichtigsten ist es aber, überhaupt einzugreifen. Teilnehmerin Jutta Lauterwein aus Pfuhl ist nach Ende des Kurses begeistert. „Vorher habe ich mich unsicher gefühlt – jetzt habe ich keine so große Angst mehr, in eine solche Situation zu kommen.“

# Da ist der Igel los

Paula Print Die Zeitungsente lernt, wie sie den stacheligen Tieren wirklich helfen kann

VON MINH THU TRAN  
UND PAULA PRINT

**Buch** Ein kleiner Igel! Paula entdeckt ihn abends auf der Straße. „Der Arme“, denkt die Ente, „der braucht bestimmt Hilfe!“ Gesagt, getan, Paula klaubt das kleine Stachelbündel auf und watschelt mit ihm am nächsten Tag zum Tierarzt. Doktor Manfred Lehner schaut den Igel an. „Paula, der ist doch ganz gesund, warum hast du ihn denn mitgenommen?“, fragt er verwundert. Paula erklärt, dass der Igel abends ganz alleine herumgelaufen ist. Da muss Lehner lachen. „Igel sind doch

nachtaktive Tiere. Dass sie so spät herumlaufen, ist ganz normal.“ Trotzdem entwirmt der Doktor den Igel und entfernt ihm Zecken, bevor Paula ihn wieder freilassen muss. Nun ist sie neugierig. „Wie erkennt man denn einen Igel, dem geholfen werden muss?“, fragt sie.

„Normalerweise darfst du Igel nicht mit nach Hause nehmen“, erklärt der Tierarzt. „Der Herbst fängt gerade an und jetzt laufen nachts so viele Igel herum, weil sie sich für

den Winterschlaf einen Winterspeck anfressen müssen. Nur wenn du siehst, dass der Igel krank ist, darfst du ihn mitnehmen.“ Aber wie erkennt Paula das?

## Nicht jeder Igel braucht gleich Hilfe

„Ein kranker Igel rollt sich nicht oder kaum zusammen, wenn er einen Menschen sieht. Außerdem hat er matte, eingefallene Augen. Wenn tagsüber ein Igel herumirrt, dann stimmt etwas nicht. Und wenn du Baby-Igel alleine siehst, solltest du eine Stunde abwarten und wiederkommen. Vielleicht war die Mama

nur auf Futtersuche. Ansonsten kannst du sie zum Tierarzt bringen und zu Hause über den Winter pflegen“, erklärt der Tierarzt. „Am besten ist, du richtest zusammen mit deinen Eltern einen igelfreundlichen Garten ein. In Komposthaufen graben sich Igel sehr gerne. Mit Ästen und Laub kannst du ein Laubnest bauen. Dazu baust du mit den Ästen ein Gerüst und schichtest Laub darauf. Das muss am Ende mindestens einen halben Meter groß sein.“ Und was ist, wenn Paula über den Winter einen kranken Igel aufnehmen will? „Dann musst du dem Igel ein Winterquartier einrichten. Am besten

nimmst du eine Kiste, in die du noch eine ganz kleine Kiste rein tust. Knülle Zeitungspapier zusammen und lege die Kiste damit aus. Außerdem solltest du darauf achten, dass es nicht zu warm und nicht zu kalt ist, etwa 18 bis 22 Grad sollte das Nest haben. Füttern kannst du den Igel mit Katzenfutter, rohem Hackfleisch, Fallobst und überreifen Bananen. Baby-Igel kannst du mit Katzeneratzmilch aufpäppeln.“

Paula ist jetzt einiges klar geworden: In Zukunft wird sie nicht mehr jeden Igel mit nach Hause nehmen und sie nimmt sich fest vor, in ihrem Garten ein Igelnest zu bauen.



Solche Komposthaufen sind für Igel ein ideales Zuhause. Foto: Minh Thu Tran