



TOPTHEMA

# SELBSTSCHUTZ IN DER FEUERWEHR

Gastautor Maximilian Eggeling, Deeskalationstrainer

Studien der FUK und auch andere Untersuchungen zeigen: Feuerwehrleute und andere Einsatzkräfte werden immer wieder Opfer von Gewalt. Es gibt mittlerweile Kampagnen, die auf Gewalt gegen Einsatzkräfte aufmerksam machen, Strafrechtsverschärfungen und viele Reden, dass Retter Respekt verdienen. Soweit, so richtig. Aber auch wenig konkret.

Selbstschutz bedeutet im Zusammenhang mit dem BOS-Training (Blaulicht-orientierter Selbstschutz) die Kombination aus Selbstverteidigung, Deeskalation und Kommunikation. Die Grundlage ist hierbei die Haltung: Beherrscht werden soll die Situation, nicht das Gegenüber.

Feuerwehrpersonal kommt zum Helfen an die Einsatzstelle, umso kränkender, wenn von Umherstehenden „Arschloch“ gebrüllt wird oder die Einsatzkräfte angegangen werden.

**80% wollen ihr Verhalten nicht verändern.**

Die Studie der FUK gibt an, dass rund 80% der Einsatzkräfte, die Opfer von Gewalt geworden sind, ihr Verhalten künftig nicht verändern würden. Gleichzeitig muss diesem Ergebnis aber auch offensiv entgegengetreten werden: Einzig unser Verhalten kann uns davor schützen, Opfer von Übergriffen zu werden. Als Profis müssen Angehörige der Feuerwehren professionell reagieren – auch wenn das manchmal schwerfällt.

In Seminaren mache ich die Erfahrung, dass diese Haltung meistens nicht daher rührt, überzeugt zu sein, alles richtig zu machen. Viel öfter mangelt es an Ausbildung und Sicherheit im Umgang mit „schwierigen“ Personen.

**„Das Strahlrohr wird überall gleich angeschlossen.“**

Feuerwehrtechnik ist meist genormt und kann oft intuitiv bedient werden. Für Deeskalation und Selbstschutz gilt das nicht: Meine Kameraden kenne ich zu Hause am besten. Umso wichtiger ist es, sich gemeinsam vorzubereiten.

Ausbildung bei der Feuerwehr wird aber oft zentral angeboten. Das ist richtig und wichtig, vor allem, wenn es (auch) um Vernetzung und Austausch geht. Im Bereich des Selbstschutzes hat die dezentrale Ausbildung aber einen Nachteil: Das Team, das zusammenarbeitet, sollte auch gemeinsam trainieren und Strategien entwickeln.

Zwei einfache Übungen, die in die Ausbildung am Standort eingebunden werden

können, gebe ich Ihnen und euch mit an die Hand, wenn das normale Gespräch nicht ausreicht:

1) „KISS – Keep it short and simple“

Kurz und einfach – das klappt am besten. Uns gegenüber stehen Menschen, die eine Extremsituation erleben, für die sie keine Bewältigungsstrategie entwickelt haben. Es ist daher ratsam, in kurzen, deutlichen Sätzen zu sprechen. Beispielsweise: „Treten Sie von

der Absperrung zurück!“ – Höflichkeitsformen sind dabei zu vernachlässigen. Wir wollen jetzt steuern.

2) „Auf den Balkon gehen“

Eine Übung, die ich in der Paartherapie anwende und die in vielen Situationen möglich ist, jedoch ein bisschen mentale Vorbereitung erfordert. Wir kennen das alle: Die besten Vorschläge und Tipps haben wir

für andere. Wenn wir selbst nicht betroffen sind, können wir ohne Emotionen auf eine Situation schauen. Versuchen Sie das auch in Stressmomenten. Stellen Sie sich auf Ihren inneren Balkon und betrachten Sie die Lage einmal von oben. Was kann ich vielleicht möglich machen um die Situation zu entspannen? Gibt es einen Weg, mit meinem Gegenüber in wertschätzendem Kontakt zu bleiben und so seinen Ärger zu entschärfen?

## Deeskalation und Gewaltprävention – Interview mit Maximilian Eggeling

Max Eggeling ist als Fachberater für PSNV bei der Feuerwehr Lüneburg aktiv und hat sich als psychologischer Berater, Paartherapeut und Ausbilder selbstständig gemacht. In einem Gespräch mit Herrn Eggeling konnten wir mehr über seine spannende und wichtige Arbeit erfahren:

### Herr Eggeling. Welches sind Ihre Haupttätigkeiten als Berater, Paartherapeut und Ausbilder?

Ich arbeite überwiegend mit Menschen, die etwas in ihrem Leben verändern wollen. Das sind ganz vielfältige Fragestellungen: Beruf, Partnerschaft oder Fragen zu sich selbst. Als Ausbilder biete ich vor allem Deeskalations- und Selbstschutztrainings für Feuerwehren und Rettungsdienste an. Da kommt mir meine Ausbildung als Mediator zu Gute.

### Wie sind Sie zu Ihrem jetzigen Beruf gekommen?

Ich habe 2007 Abitur gemacht und dann angefangen, im Rettungsdienst zu arbeiten. Zuerst als Zivildienstleistender und dann im Hauptberuf. Berufsbegleitend habe ich Soziale Arbeit und Diakonie studiert. Ich wollte damals schon mein Interesse für Psychologie und meine Leidenschaft für Feuerwehr und Rettungsdienst zusammenbringen. 2014/2015 habe ich in Japan dann noch ein postgraduales Studium absolviert.

Im Rettungsdienst- und Feuerwehralltag haben wir andauernd mit Menschen in Extremsituationen zu tun. Ich wollte damals vor allem lernen, mit Betroffenen anders umzugehen, daher bin ich dann Notfallseelsorger geworden. Heute arbeite ich fast nur noch mit Einsatzkräften.

### Was gefällt Ihnen besonders an Ihrer Arbeit?

Ich liebe es, auszubilden. Ich hatte Ausbilder, die mich begeistert haben, in der Feuerwehr zu sein und mich zu

engagieren. Ich arbeite unheimlich gern mit Einsatzkräften zu jedem Zeitpunkt ihrer Karriere: Alte Hasen haben natürlich ganz andere Fragen und Erfahrungen als Menschen in der Grundausbildung. Und aus jedem Lehrgang und Training nehme ich auch wieder etwas mit. Der Austausch macht wahnsinnig viel Spaß. Insgesamt begegne ich gern Menschen und gehe mit ihnen in Kontakt, das begleitet mich eigentlich schon mein ganzes Leben.

### Wie ich weiß, sind Sie selbst Feuerwehrmann. Seit wann sind Sie in der Feuerwehr aktiv und was gefällt Ihnen besonders daran, Feuerwehrmitglied zu sein?

Ich bin 1998 in die Jugendfeuerwehr und 2004 in die Einsatzabteilung der Feuerwehr Lüneburg eingetreten. Danach folgte dann eine ziemlich klassische niedersächsische Feuerwehrkarriere: Grundausbildung, AGT, Technische Hilfeleistung, Gruppenführer in einer ABC Einheit, und seit 2019 bin ich Zugführer im 1. Löschzug und Fachberater PSNV/Seelsorge. Darauf bin ich stolz.

Besonders gefällt mir, dass sich bei der Feuerwehr Menschen treffen, die Lust darauf haben, ihre Freizeit für die Gemeinschaft einzubringen. Wenn ich sehe, was meine Kameradinnen und Kameraden ehrenamtlich an Arbeitszeit in Ausbildung, Einsatzdienst usw. stecken, imponiert mir das sehr, ich glaube, da feuern wir uns untereinander alle gegenseitig an.

**Im Februar dieses Jahres haben Sie für uns beim Fachsymposium „Gewalt gegen Einsatzkräfte“ zu Strategien zur Konfliktvermeidung und zur Deeskalation referiert. Ein sehr interessanter und spannender Vortrag, den man auch auf unserer Homepage findet. Wie ich von Ihnen weiß, hat sich seitdem einiges für Sie und Ihre Arbeit**

### in Bewegung gesetzt. Würden Sie einmal erläutern, inwiefern sich da etwas getan hat?

Das Fachsymposium der FUK hat ein wichtiges Thema, nämlich den Schutz von Einsatzkräften gegen Gewalt, in den Fokus gerückt. Auf der Interaktion wurde das dieses Jahr ja auch nochmal aufgegriffen. Ich merke, dass die Anfragen für Workshops steigen und die Nachfrage bei dem Thema Deeskalation und Selbstschutz groß ist. Vor allem hat sich in vielen Feuerwehren und Verwaltungen inzwischen auch die Bereitschaft erhöht, für professionelle Trainings Geld auszugeben. Das war lange ziemlich unüblich, inzwischen erlebe ich da eine größere Offenheit bei Entscheidern, Kommunen und beispielsweise ja auch Ihnen.

### Im Herbst sind sie als Referent bei zwei Deeskalationsseminaren der FUK dabei. Wie wird das Seminar ungefähr ablaufen?

Ja, darauf freue ich mich auch schon sehr. Das Seminar wird sowohl theoretische Inhalte als auch reichlich Praxis enthalten. Um Gewalt gegen uns zu vermeiden, müssen wir ein paar ganz grundlegende Dinge verstehen und danach handeln. Ich bringe außerdem einige Techniken mit, um sich beispielsweise gegen Festhalten zu wehren. Vor allem geht es mir darum, dass Feuerwehrleute handlungsfähig bleiben und in ihrer Autonomie gestärkt werden. Unsere Arbeit ist wahnsinnig wichtig – und wenn ich etwas in die Ausbildung zurückgeben kann, das Menschen hilft, freut mich das sehr.

**Ich danke Ihnen ganz herzlich für das Interview und dafür, dass Sie uns einen Einblick in Ihre Arbeit gegeben haben! Wir freuen uns schon sehr auf die Seminare mit Ihnen.**

**FUK**