

Freudenstadt Antigewalttraining:

Mit Aggressionen umgehen

Von Cassandra Lajko (Schwarzwälder Bote 20.03.2013)



Die Antigewalttrainer Alexander Fix, Sandra Rau und Hans-Martin Haist (von links) sind sich sicher, dass ihr neues Angebot "Leben ohne Gewalt" Männern helfen kann, mit ihren Aggressionen besser umzugehen. Ein passendes Kunstwerk zum Thema haben sie schon – es heißt "Gewalt hinter Schloss und Riegel". Foto: Lajko

Freudenstadt - Man(n) ärgert sich über etwas, wird laut und plötzlich tritt oder schlägt Mann sogar zu. Für gewalttätige Männer bietet die Akademie Eigensinn jetzt ein Antigewalttraining an. Denn Gewalt gibt es in allen Gesellschaftsschichten.

Dass ihr Antigewalttraining "Leben ohne Gewalt" (LoG) wirklich helfen kann, da sind sich Sandra Rau, Hans-Martin Haist und Alexander Fix ganz sicher. Für Jugendliche bietet die Akademie Eigensinn schon seit Jahren Antigewalttrainings an. Ein Kandidat ist den drei Antigewalttrainern besonders im Gedächtnis geblieben. Er war ein hartnäckiger Fall, saß im Gefängnis und wurde zum Antigewalttraining verdonnert.

Heute lebt er straffrei, ist verheiratet, hat ein Haus gebaut, und sein Chef hält große Stücke auf ihn. Diese Erfolge sollen mit dem neuen Antigewalttraining für Männer ab 25 Jahren, die aggressiv oder gewalttätig sind, wiederholt werden. Der Bedarf sei groß, erklärt Alexander Fix, Leiter der Akademie Eigensinn. Dennoch rechnet er damit, dass LoG "schwierig bis zäh" anlaufen wird – welcher Mann will schon zugeben, dass er zu Gewaltausbrüchen neigt und besucht freiwillig ein Antigewalttraining?

"Im ländlichen Raum ist so was nicht leicht anzufangen", meint Hans-Martin Haist, stellvertretender Vorsitzender der Stiftung Eigensinn. Um die Anonymität der Teilnehmer zu wahren, können Männer aus dem gesamten Landgerichtsbezirk Rottweil, zu dem auch Freudenstadt gehört, mitmachen, erklärt Fix.

Das Training "Leben ohne Gewalt" richtet sich aber nicht nur an freiwillige Teilnehmer. Gewalttätige Männer können auch zur Teilnahme verpflichtet werden – über eine richterliche Auflage, zum Beispiel als Bestandteil von Bewährungsaufgaben. Fix setzt aber auch auf Freiwillige: "Ich hoffe, dass es Männer gibt, die merken, so geht's nicht weiter." Haist ist froh, dass es jetzt diese Anlaufstelle für Männer gibt. "Ich glaube nicht, dass ein Mann

glücklich ist, wenn er schlägt", erklärt er. Für Fix ist klar, dass viele Menschen davon profitieren, wenn gewalttätigen Männern geholfen wird – zum Beispiel Partnerinnen und vor allem Kinder.

Aggressionen lernen zu kontrollieren

Beim Training "Leben ohne Gewalt" sollen die Teilnehmer mit Hilfe der Antigewaltstrainer Hans-Martin Haist und Sandra Rau lernen, ihre Aggressionen in Freizeit, Beruf oder Straßenverkehr zu verstehen und richtig zu leiten. "Impulssteuerung" heißt das. Außerdem sollen die Männer in sich neue Ressourcen entdecken und aktivieren. "Es gibt bei jedem Menschen etwas Positives, aus dem man schöpfen kann", ist sich Fix sicher. Die Methoden des Trainings gehen von Gesprächen mit den Trainern, bei denen die Teilnehmer mit ihrem Tun konfrontiert werden, über Rollenspiele und Biografiearbeit bis hin zu Hausaufgaben – schließlich findet das jeweils dreistündige Training einmal wöchentlich oder 14-tägig statt, für die Teilnehmer aber soll das Training zum kontinuierlichen inneren Prozess werden. "Lebensschulung hoch zehn" nennt Haist das.

Finanziert wird "Leben ohne Gewalt" von den Kostenbeiträgen der Teilnehmer, der Stiftung Eigensinn und dem Verein zur Förderung der Bewährungshilfe im Landgerichtsbezirk Rottweil. Fix hofft, dass sich die Finanzierung in drei gleich große Teile aufteilt. Allerdings ist der Kostenbeitrag der Teilnehmer keine feste Größe – er richtet sich nach den finanziellen Verhältnissen der einzelnen Teilnehmer.

Die Gruppengröße soll zwischen sechs und zehn Teilnehmern liegen. Wenn sich genug Interessierte melden oder gemeldet werden, startet das erste LoG-Training über 14 Termine Ende April. Die drei Antigewaltstrainer sind gespannt. Mit leuchtenden Augen wird gefachsimpelt, ob wohl Antigewaltstraining mit Jugendlichen oder mit Erwachsenen einfacher sei. Fix spricht von einer "richtig großen Herausforderung". Eines ist klar: Sandra Rau und Hans-Martin Haist sind bereit, loszulegen und Männern zu helfen, ihre Aggressionen in den Griff zu bekommen.

Weitere Informationen: Akademie Eigen-Sinn, Leiter Alexander Fix, Telefon 07446/547061, oder 0171/ 2248282, E-Mail a.fix@kiwe-eigensinn.de