

Checkliste zur Stabilisierung

Im Folgenden beschreibe ich, wie eine akute Stabilisierung unmittelbar nach einem diskriminierenden Übergriff aussehen kann, um Ruhe und Schutz in die Situation zu bringen.

- Möglichst: ein ruhiger Raum, unbeobachtet und fern von den Angreifenden. Eine Sitzgelegenheit, ein Platz für die Sachen der/des Betroffenen, wo sie gesehen werden. Alternativ eine Schutz bietende Ecke, ein Platz hinter einem Sichtschutz oder freundlich gesonnen Menschen.
- Immer: eine ruhige Ansprechperson, die sich beim Sprechen auf Augenhöhe beugt (nicht von oben herab oder von hinten!) und nur wenn es gewünscht ist, eindeutigen (nicht missbräuchlichen!) Körperkontakt anbietet, wie das Halten einer Hand oder das Drücken der Schulter. Erklärungen werden mit ruhiger Stimme gegeben, eher langsam und in möglichst eindeutigen, klaren Sätzen.
- Klare Kontaktaufnahme: Die Unterstützungsperson stellt sich kurz, aber ruhig vor mit ihrer Funktion und ihren Einflussmöglichkeiten auf die akute Situation. Sie umschreibt die aktuelle Situation und die nächsten Schritte. Falls weitere Informationen eingeholt werden müssen, holt sie von der betroffenen Person die Erlaubnis, jetzt danach zu fragen.
- Möglichst: Blick auf die Körperfunktionen, ist es warm oder kühl genug? Falls nicht, eine Jacke/Decke anbieten bzw. das Fenster aufmachen. Braucht jemand etwas zu trinken oder etwas Süßes für den Blutzucker, müssen Medikamente eingenommen werden? Ruhiges gemeinsames Atmen anbieten, z. B. 3 Schläge einatmen, 5 ausatmen, 1 Schlag halten. (Auf jeden Fall immer länger ausatmen als einatmen!)
- Frage und eigene Überlegung: Wer kann und soll noch dazugeholt werden (u. a. Erziehungsberechtigte, eine Bezugsperson, Vorgesetzte, Notarztwagen, Schul- oder Betriebssozialarbeiter:in, Polizei)?
- Gemeinsames Überlegen: Was sind die nächste Schritte?
- Zum Abschluss muss geklärt werden, wie der/die Betroffene ab sofort vor weiteren verbalen, psychischen und körperlichen Übergriffen geschützt werden kann. Effektive Maßnahmen zur sofortigen Verhinderung einer Wiederholung sind nötig, sonst verlieren die Betroffenen das Vertrauen und werden weiter gequält. Die Gewaltausübenden fühlen sich bestätigt und bauen ihre Machtposition weiter aus. Die Unterstützenden haben sich als machtlos und unzuverlässig erwiesen und werden in Zukunft weniger um Unterstützung gebeten werden.