



## Amok – Konzepte für Streifen- und Rettungsdienst

### Unkonventioneller ballistischer Schutz

## Dynamisches Training für die „Reale Welt“.

Von John.T. Meyer, Jr.,

deutsche Übersetzung/Bearbeitung von Eckhard Niebergall

Der russische Feldmarschall Alexander Vasilevic Suworow (1729-1800) bemerkte einst: „Trainiere hart – kämpfe leicht“. Ich glaube fest an diese Philosophie. Sie ist Teil unseres Trainings, denn sie entspricht unserem höchsten Ziel als Trainer - Leben und Gesundheit unserer Kolleginnen und Kollegen zu schützen. Je härter wir mit ihnen trainieren, je weniger werden sie im Einsatz bluten! Deshalb glaube ich an dynamisches, realistisches Training. Ich glaube auch, dass das Training den Teilnehmern nicht nur vermitteln sollte, wie man mit der Waffe umgeht, sondern vor allem, wie man Problemsituationen löst. Entscheidend dabei ist: Ein realistisches, dynamisches Training gibt den Teilnehmern die Fähigkeiten, die sie benötigen, um sich in der realen Welt durchzusetzen und zu überleben. Dieses Training fordert von ihnen, eigenständig zu denken und sich härter und stärker anzustrengen als je zuvor.

Nehmen wir Schießfähigkeiten als Beispiel: Die meisten Polizeibeamten nehmen ein oder zweimal im Jahr am Qualifikationsschießen teil.

Dabei wird auf einer Schiessbahn bei Tageslicht von einer fixierten Position aus einer Entfernung von 20 m, 15 m und 10 m auf ein statisches Ziel geschossen.

Vergleichen wir das einmal mit den Verhältnissen in der realen Welt. Dort finden polizeitypische Schusswechsel meist unter schlechten Lichtverhältnissen statt, wobei Angreifer und Verteidiger verzweifelt nach Deckung suchen. Bei Auseinandersetzungen dieser Art sind sichere Deckungen eine wichtige Voraussetzung, um zu überleben. Leider sind sichere Deckungen, schlechte Lichtverhältnisse und das Schießen aus der Bewegung selten Bestandteile der Qualifikation.

Das Schießen auf ein Stück Papier trägt nicht dazu bei, die Überlebenschancen eines Beamten zu erhöhen, wenn er in eine tödliche Konfrontation gerät. Deshalb sollte das Qualifikationsschießen grundsätzlich um dynamische, realistische und interaktive Trainingseinheiten erweitert werden, bei denen die Beamten unter realen Bedingungen auf bewegliche Ziele schießen oder nicht schießen müssen. Vergessen wir nicht: Qualifikationsschießen ist lediglich ein Test fundamentaler Schießfähigkeiten. Selbstverständlich muss mit den Grundkenntnissen angefangen werden. Das Ziehen, der richtige Griff, die Abzugskontrolle, das Visieren und die Atmung sind wichtig. Wir können nicht rennen, bevor wir laufen gelernt haben. Dabei ist das Baukasten-Prinzip die richtige Vorgehensweise, um Basiswissen zu erlernen. Nehmen wir als Beispiel die Vier-Stufen-Bewegung aus der Waffenhandhabung:

Dazu gehören:

1. Erfassen der Waffe
2. Ziehen bis zur Gürtelhöhe
3. Hinzufügen der Unterstützungshand
4. Vorwärtsbewegung.

Werden diese vier Elemente korrekt ausgeführt, gehen wir in den „Zielen und Schießen“-Ablauf über, bei dem

1. Stand
2. Griff
3. Visieren
4. Abzugskontrolle
5. Seiten-Beobachtung
- 6 Atmung

wesentliche Grundlagen bilden.

Wenn der Teilnehmer diese Grundlagen beherrscht, muss er, wie beim Autofahren, in einen höheren Gang schalten lernen. Wie gut funktioniert die Vier-Stufen-Bewegung, wenn der Polizeibeamte sich in einem Fahrzeug befindet? Was, wenn er plötzlich von hellem Tageslicht auf halbdunkle Lichtverhältnisse wechseln muss, bei denen er außer seiner Waffe auch noch ein Taschenlampe benötigt? Was, wenn er auf allen Vieren im Dunkeln herumkriechen muss und aus einem Fahrzeug beschossen wird? Erhöhen wir den Stress noch ein wenig: Wie schnell wird er es schaffen die Vier-Stufen-Bewegung durchzuführen und einen Schuss abzufeuern, wenn ein Messerangreifer 15 m von ihm entfernt ist und plötzlich auf ihn los stürmt? Ein Weg herauszufinden, wie ein Polizist unter solchen Bedingungen reagieren würde ist, ihn unter der Leitung von Profis im Training reale Situationen erleben zu lassen. Die Erfahrung zeigt: Polizeibeamte, die nie die Möglichkeit hatten, die Vier-Stufen-Bewegung der Waffenhandhabung und ihre Schießfähigkeiten unter „Reale-Welt-Bedingungen“ zu praktizieren, sind meist nicht fähig, in einer Kampfsituation das Richtige zu tun. Sie zögern und werden vielleicht nicht überleben.

Möchten Sie diese Aussage prüfen? Dann versuchen Sie folgendes: Geben Sie zwei ihrer Beamten eine Wasserpistole oder eine Farb-Markierungswaffe und die erforderliche Sicherheitsausrüstung. Bringen Sie sie auf die Schießbahn und lassen Sie sie auf Ziele schießen, während sie sich von Deckung zu Deckung bewegen müssen. Videografieren Sie diesen Vorgang. Wiederholen Sie die gleiche Übung – diesmal jedoch Mann gegen Mann. Der Unterschied wird wie Tag und Nacht sein. Die gesamte Dynamik wird sich ändern. Die Teilnehmer werden sich mehr bewegen, außergewöhnliche Schießpositionen verwenden, besser Deckungen nutzen und weniger Treffer erzielen.

### **Von Eiskunstläufern und Eishockeyspielern**

Wir haben unsere Teilnehmer trainiert, zahlreiche Techniken anzuwenden, oder viele unserer Training-Drills und Szenarios in abgestimmter Reihenfolge auszuführen. Das macht Sinn als Teil unseres Baukasten-Prinzips in der Grundausbildung. Wir müssen jedoch in unsere Szenarios dynamische Interaktionen einbinden. Lassen Sie es mich auf eine andere Art erklären: Wir führen unsere Drills so aus, als wenn wir die Grundkenntnisse des Schlittschuhlaufens einem Eiskunstläufer oder einem Eishockeyspieler beibringen würden. Beide, Eiskunstläufer und Eishockeyspieler müssen die Grundkenntnisse des Schlittschuhlaufens lernen: Vorwärts, halt, links drehen, rechts drehen, springen und drehen, und dabei immer die Balance behalten. Der Eiskunstläufer arbeitet dann an detaillierten Fähigkeiten, die in choreografischer Reihenfolge auszuführen sind. Auch der Eishockeyspieler festigt detaillierte Bewegungsabläufe, die ebenfalls nach vorbestimmtem Muster ausgeführt werden. Aber Eiskunstläufer und Eishockeyspieler arbeiten mit unterschiedlichen mentalen Einstellungen.

Wenn der Eiskunstläufer einen Fehler macht, werden ihm von der Jury Punkte abgezogen. Fällt er zu Boden, kann er immer wieder aufstehen und weiterlaufen. Die Chance, dass er noch gewinnt ist jedoch sehr gering.

Eishockeyspieler gehen laufend zu Boden. Sie werden gegen die Bande gedrückt, sie erhalten Schläge mit Stöcken - manchmal werden ihnen Zähne dabei ausgeschlagen. Am Ende des Spiels mögen sie zwar blutverschmiert sein, aber sie halten eine Trophäe in den Händen. Deswegen sehen wir Eishockeyspieler mit Verletzungen, die aber immer wieder in das Spiel - den Kampf wenn wir so wollen - zurückkehren und weitermachen. Das ist die richtige mentale Gewinnereinstellung (Winning Mindset). Alle großen Eishockeyspieler

haben sie.

Sie führen das aus, was notwendig ist, um „sportlich zu überleben“. Sie wollen GEWINNEN. Wie entwickeln Eishockeyspieler diese 'Winning Mindset'?

### **„Winning Mindset“ – der Schlüssel zum Überleben**

Anders als Eiskunstläufer, die ständig an einer Feineinstellung ihrer Laufkünste bis ins kleinste Detail und dabei sozusagen in einem Vakuum arbeiten, testen die Eishockeyspieler ihre Fähigkeiten in einer Umgebung, in der andere Spieler sie laufend herausfordern und versuchen, sie am Ausspielen ihrer Fähigkeiten zu hindern. Man bezeichnet das als „Gedränge“ (Scrimmage).

Dieses Training ist eine dynamische, realistische interaktive Methode, die ein reales Spiel simulieren soll. Wir als Trainer organisieren Szenariotrainings mit Farbmarkierungsmunition und den unbewaffneten Nahkampf mit Red-Man Schutzausrüstung. Aber genau genommen verbringen wir die meiste Zeit mit fest ablaufenden Drills in einem Vakuum wie bei den Eiskunstläufern. Deshalb empfehle ich die „Gedränge“ (Scrimmage)-Methode. Diese Methode zwingt die Spieler ihre Fähigkeiten unter realen Bedingungen zu trainieren und zu verbessern. Ein Spiel auf einer Tafel zu beschreiben ist eine Sache, die Spielzüge dann durchzuführen, wenn man einem 285 Pfund schweren Gegner in die Augen schaut, der nicht vor hat zu verlieren, ist eine ganz andere. Wir können das „Gedränge“ (Scrimmage) in unterschiedlicher Weise anwenden. Beim Üben mit taktischer Deckung können wir z.B. ein „Farb-Markierung-Zurückschieß-System“ benutzen. Nichts ist wirkungsvoller als ein Farbkleck auf einer Deckung, um einen Teilnehmer davon zu überzeugen, Deckung zu nutzen oder einen Raum, in dem Gefahr lauert, adäquat „aufzuschneiden“, bevor man ihn betritt.

Die „Gedränge“ (Scrimmage)-Methode ermöglicht es uns auch, die Fähigkeiten der Trainierenden besser zu evaluieren. Nach jedem weiteren Trainingschritt sollten wir uns fragen, warum alles gut verlaufen ist. War der Grund, dass der Trainingsteilnehmer die Situation professionell gelöst hat oder hatte er nur Glück? Wenn die Dinge nicht gut gelaufen sind, sollten wir uns dieselben Fragen stellen. So können wir aus unseren Fehlern lernen. Trainings-Nachbereitungen (Debriefings) sind oft das lehrreichste Instrument, um herauszufinden, welche Taktik funktioniert und welche nicht.

### **Flexibilität in Training und Einsatz**

Das letzte Element von „Trainiere hart - kämpfe leicht“ ist: Flexibilität.

Wir können uns nicht programmieren. Der berühmte Wayne Gretsky hat seine Spiele nie programmiert. Er hat die Möglichkeiten wahrgenommen, wie sie kamen. In jeder Situation schätzte er seine Chancen ein, um dann seine Fähigkeiten zu nutzen, die er sich durch Drills und Scrimmages angeeignet hatte. So besiegte er seine Gegner.

Dynamik und realistisches Training sind wirkungsvoll, weil sie den Trainings-Zyklus vollenden. Sie bringen die Teilnehmer weit über Basisqualifikationen hinaus.

Sie versetzen sie in Szenarien, in denen sie ihre Fähigkeiten, die sie sich während ihres 'Reale-Welt' Trainings aneigneten, nunmehr anwenden und testen können. Sie sind die Elemente der dynamischen Interaktion im Training, das am Ende im Einsatz Leben retten.

**Warum?** Dynamisches, realistisches Training schult mehr, als nur den Umgang mit der Waffe. Dynamisches, realistisches Training vermittelt, wie man Situationen bewältigt und möglichst unbeschadet übersteht.