

Eines ist sicher: Selbstbehauptung beginnt im Kopf

Seit rund zehn Jahren gibt es bei der Polizeidirektion entsprechende Kurse für Frauen – Das Wieslocher Revier bietet die sogar im Psychiatrischen Zentrum an

Von Kirsten Baumbusch

Wiesloch. „Selbstbehauptung beginnt im Kopf“. Das ist einer dieser Sätze von Alexander Faulhaber, die sich wie kleine Häkchen ins Gehirn setzen, um später dann ein quirliges Eigenleben zu entfalten. Der Polizeioberkommissar will Frauen stärken, damit sie Gewalterfahrungen gar nicht erst machen. Dafür hat der ausgebildete Verhaltenstrainer mit seiner Kollegin Daniela Schnappauf eine starke Gefährtin an seiner Seite. Die Polizeihauptmeisterin ist wie er für das Wieslocher Revier zuständig und weiß vom alltäglichen Dienst, was da draußen so los ist.

Bei seinen Einsätzen in Sachen Vorbeugung geht dieses Duo auch ungewöhnliche Wege. Ob das Kurse im Psychiatrischen Zentrum Nordbaden sind oder ab dem Herbst für muslimische Frauen in Zusammenarbeit mit den Moscheen in Wiesloch und Walldorf. Die beiden haben eine Botschaft und die gilt im Bereich der Polizeidirektion Heidelberg schon seit einem Jahrzehnt: „Wehren lohnt sich“. Nicht immer und überall – wenn jemand ein Messer dabei hat, sollte Frau sich nicht mit der Faust dran trauen – aber doch ganz generell. Die Zahlen sind eindeutig: Wehrt sich das Opfer nicht, wird eine Tat nur in rund 15 Prozent der Fälle abgebrochen, bei heftiger Gegenwehr sind es 85 Prozent.

Allerdings gilt hier: Gewusst wie, sonst wird das nichts. „Gewalt ist das Resultat aus Denkfaulheit, Phantasielosigkeit und Gefühlsarmut“. Wieder so ein Satz, aber richtig ist auch, dass der Maßstab für den Grad der Gewalt beim Opfer liegt. Wenn der Taxifahrer also anzügliche Reden schwingt, ist nicht entscheidend, ob er es freundlich gemeint hat, sondern dass sich die beförderte Frau unwohl und belästigt fühlte. „Jede Frau hat



Redakteurin gegen Polizistin? Keine Sorge, das Bild entstand nur beispielhaft für einen Selbstbehauptungskurs. Foto: Helmut Pfeifer

das Recht unerwünschte Situationen mit ihrem Nein zu beenden“. Wieder so ein Häkchen-Satz. Das gilt vor allem in Beziehungen, noch immer der Ort, wo Gewalttaten am häufigsten sind. Den „schwarzen Mann“ aus dem Gebüsch, den gibt es zwar, aber er ist eher selten. Selbstbehauptung ist also nicht das Beherrschen aufwändiger Kampftechniken, sondern eine Haltung, die Entschlossenheit, sich der eigenen Haut zu wehren.

Das kann manchmal schon ein markerschütternder Schrei sein. Auch hier hilft es, gedanklich potenzielle Gefahrensituationen durchzuspielen. Dann ist es kein Problem, auf dem Weg ins Parkhaus einfach den schweren Schlüsselbund werfbar in der Hand zu halten. Unmissverständlich, das sollten Worten wie Gesten stets sein, wenn man sich jemandem vom Hals halten will. Und das richtige Verhalten in der Bedrohung ist erlernbar. Raus

aus der schwachen Rolle, Unerwartetes tun und Hilfe holen! Nur dann muss der Angreifer erkennen, dass er eine Gegnerin vor sich hat, kein Opfer. Gut möglich, dass er dann ablässt. Das wissen die zwei Polizeibeamten aus vielen Berichten.

Oder die Frau schafft es, durch den Überraschungseffekt zu fliehen. Wie eine ältere Dame, bei der der Sonntagsausflug im Auto eines Verehrers zu eskalieren drohte. Der Fahrer bog auf einen Wald-

weg ab und die Dame hatte nur ihre Handtasche parat. Dort fand sie aber ihre harte Haarbürste und schlug ihm so vehement auf den Hosenladen, dass sie bis zur nächsten Straße flüchten und dort einen Wagen anhalten konnte.

Immer wieder beschäftigt die Teilnehmerinnen, dass sie nach einer Notwehr möglicherweise belangt werden könnten. „Wenn Sie angegriffen werden, dürfen Sie sich mit allem, was Ihnen zur Verfügung steht verteidigen“, schärfen die Trainer den jungen Frauen im Psychiatrischen Zentrum an diesem Nachmittag ein. Und das tun sie dann auch im Praxissteil. Da werden Kniestöße versetzt und Ellenbogen eingesetzt. Und was sagt der Verhaltenstrainer zum Schluss? „Jetzt wünsche ich Ihnen, dass Sie sich im Falle eines Falles an alles erinnern, aber es nie brauchen“.

SCHUTZ GEGEN GEWALT

Spezielle Seminare der Polizei

Rhein-Neckar. (kib) „Schutz gegen Gewalt“ werden die Selbstbehauptungsseminare betitelt, die im Bereich der Polizeidirektion Heidelberg seit rund einem Jahrzehnt angeboten werden. Bis zu 20 Mädchen und Frauen können an den kostenlosen Kursen teilnehmen. Für bestimmte Personengruppen, beispielsweise Senioren und Behinderte, gibt es auch spezielle Angebote. Vermittelt werden Handlungsmöglichkeiten, um künftigen Gefahrensituationen besser begegnen zu können. Näheres zu erfahren ist bei den Polizeirevieren oder beim Sachbereich Kriminalprävention der Polizeidirektion Heidelberg, Römerstraße 2 bis 4, Telefon 06221 991241, E-Mail fest.kp@pdhd.bwl.de.