



Sicherheitsexperte Markus Schimpl vermittelt Kindern in seinen Kursen, bei Gefahr auf ihr Bauchgefühl zu achten.



Warnsignale: Der Täter prüft, ob das Opfer, das er auserwählt hat, sich von seinen Signalen beeindruckt lässt.

Auf Warnsignale achten

Opfer von Gewalttaten ignorieren oft Signale, die sie vor einer gefährlichen Situation warnen. Sicherheitsexperten raten, diese Signale ernst zu nehmen.

Hinterher war mir bewusst: Ich hatte ein ungutes Gefühl, als der freundliche Mann mir angeboten hat, meine Taschen in den vierten Stock zu tragen“, lauten oft Aussagen von Menschen, die Opfer eines Überfalls oder einer Gewalttat geworden sind. „Menschen erhalten bei Gefahr Signale, das deutlichste ist Angst“, schreibt der US-amerikanische Sicherheitsspezialist Gavin de Becker in seinem Buch „Vertraue deiner Angst: Wie unsere Intuition uns vor Gewalt schützt“.

Wer keine Angst hat, dem fehlt der Sensor für Gefahren. Wenn Menschen in eine Situation geraten, die ihnen ungeheuer erscheint, spüren sie das oft, oder sie erkennen am Verhalten eines anderen Menschen, dass von ihm eine Gefahr ausgeht. Doch häufig negieren Menschen, die Opfer werden, diese Impulse, die sie rechtzeitig vor einer Gefahr warnen.

Laut dem Sicherheitsexperten de Becker liegt es daran, dass wir verlernt haben, unserer Intuition, der inneren Stimme, dem gefühlten Wissen zu vertrauen. Das „Problem“ sei laut de Becker die Urteilskraft, die einen daran hindere, seiner Intuition zu trauen. Menschen beurteilen ihre Gefühle, anstatt ihnen zu vertrauen.

Statt für diesen Selbstschutzmechanismus dankbar zu sein, erachten wir diese Impulse schnell als lächerlich. Tagtäglich werden Menschen zu Opfern, die sich rühmen, ihre Intuition nicht zu beachten.

Trügerisches Harmoniebestreben.

Menschen werden laut dem Sicherheitsexperten leicht zu Opfern, weil sie so gut darin sind. Eine Frau zum Beispiel könne einem potenziellen Angreifer keine bessere Kooperation anbieten, als sich einzureden, er sei nett. Frauen wollen eher abwiegeln, beschwichtigen, keine Aggressionen hochkommen lassen, die ihnen zum Verhängnis werden könnten. Täter täuschen oft vor, höflich und nett zu sein; deswegen ignorieren Menschen wiederholt die Warnsignale, die sie erhalten, weil sie nicht glauben wollen, dass von einem scheinbar netten Menschen eine Gefahr ausgeht.

Charme oder Nettigkeit seien laut de Becker nicht mit Gutartigkeit zu verwechseln. Charme sei hilfreich, um Kontakt herzustellen. Nettigkeit sei eine Strategie der gesellschaftlichen Interaktion, keine Charaktereigenschaft. Lächeln sei oft eine Maske, um Gefühle zu verbergen. Selbst wenn unsere Intuition uns klar sagt, holen wir laut dem Sicherheitsexperten häufig noch eine andere Meinung ein, anstatt uns selbst zu vertrauen. Das zögerliche Verhalten trage dazu bei, dass Menschen Opfer werden, weil sie in unseren angeblich zivilisierten Gesellschaften darauf getrimmt seien, niemanden vor den Kopf zu stoßen. Täter suchen schwache Menschen aus und nicht starke, die gelernt haben, sich abzugrenzen. Menschen sollen den Mut haben, Nein zu sagen, wenn sie intuitiv spüren, dass etwa „faul“ ist am Verhalten eines anderen.


Auf das Bauchgefühl hören. Sicherheitsexperte Markus Schimpl aus der Steiermark schult Kinder und Erwachsene im Erkennen und Vermeiden von Gefahren und gibt Tipps zum Selbstschutz und zur Selbstverteidigung. In seinen Kursen rät er den Teilnehmerinnen und Teilnehmern, bei Gefahren auf ihre Intuition zu achten. Konflikte haben oft eine Vorgeschichte, der meist ein Warnsignal vorausgeht, eine Intuition. Immer wieder kommt es vor, dass ihm von Situationen berichtet wird, in denen zum Beispiel Kinder in Gefahr gerieten und intuitiv richtig handelten.

Ein achtjähriges Mädchen spazierte auf einem Gehweg hinter ihrer Oma und ihrem Bruder. Ein Mann kam ihnen entgegen, ging an der Oma und ihrem Bruder vorbei, direkt auf das Mädchen zu und verprügelte es grundlos. Schimpl fragte das Mädchen später in einem seiner Kurse: „Was wolltest du eigentlich machen, als der Mann auf dich zukam?“ „Ich wollte umdrehen“, antwortete das Mädchen. Ein neunjähriges Mädchen, das von der Bushaltestelle kam, wurde vor der Haustüre des Hauses ihrer Tante von einem Mann unsittlich belästigt. Schimpl fragte sie, was ihr Bauchgefühl in dieser Situation sagte. „Zur Bushaltestelle zurückgehen“, antwortete sie. Auf die Nachfrage, ob sie genug Abstand gehabt hätte, das zu machen, antwortete sie mit ja. Eine Mutter bedankte sich bei Schimpl, weil seine Tipps und vor allem das Hilfsmittel, der Taschenalarm, ihrer Tochter ge-

holfen hatten, sich aus einer gefährlichen Situation unbeschadet zu entfernen. Ihre zwölfjährige Tochter stieg wie jeden Tag aus dem Bus aus und machte sich die letzten 800 Meter zu Fuß auf dem Weg zur Wohnung ihrer Mutter. Ab Verlassen der Bushaltestelle hatte sie ein ungutes Gefühl, in diesem Moment sagte ihr Bauchgefühl: „Nimm den Alarmpieps einsatzbereit in die Hand und schau, ob dir wer folgt“. Sie entdeckte einen Mann, der ihr folgte, erhöhte ihr Tempo, so wie sie es bei den Selbstbehauptungskursen gelernt hatte. Auch der Mann ging schneller. Das Mädchen aktivierte den Alarmpieps, der Mann flüchtete umgehend.

Risikokompetenz. Laut dem Psychologen Prof. Dr. Gerd Gigerenzer, Direktor des Harding-Zentrums für Risikokompetenz am *Max-Planck-Institut* für Bildungsforschung in Berlin, sollte der Mensch Risikokompetenz besitzen, die Fähigkeit, mit Risiken und Ungewissheiten im Alltag und im Geschäftsleben umzugehen. Wenn wir auf dem Weg zur Arbeit sind, müssen wir achten, dass uns unterwegs nichts passiert. Wir achten bewusst oder unbewusst auf Signale und treffen Entscheidungen, ob wir die Straße überqueren wollen oder nicht, diesen Weg gehen oder einen anderen. Es kann immer und überall etwas passieren und wir haben einen Gefahrensensor, der uns warnt oder zur Vorsicht mahnt. Gigerenzer nennt es Intuition, Ahnung, ein Urteil, das rasch im Bewusstsein auftaucht, dessen tiefere Gründe uns nicht bekannt sind und das stark genug ist, um danach zu handeln. Seit Jahren untersucht Gigerenzer Entscheidungs- und Verhaltensstrategien und ist dabei zu dem Ergebnis gekommen, intuitive Entscheidungen seien oft besser, als rationale. Denn rationale Entscheidungen können wir nur dann treffen, wenn uns alle Fakten, alle Für und Wider, einer Sache bekannt sind. Die Welt, in der wir leben, ist jedoch unsicher.

Verhalten unter Stress. Man kann in Kursen lernen, wie man das Entstehen einer möglichen Konfliktsituation erkennt, wie man mit gefährlichen Situationen unter Stress umgeht, wie man sich abgrenzt. Sicherheitsexperte Markus Schimpl beschreibt in seinem Buch „Ich rette mich“, dass jeder Mensch bei Bedrohung Angst verspürt. Die größten Angstfaktoren sind Angst vor Schmerz



und Angst vor Verletzungen. Das Akzeptieren, Erkennen und Überwinden der Angst ist ein wesentlicher Faktor in Schimpls Kursen. Bei einem Angriff können zwei Reaktionen hervorgerufen werden: Abwehr oder das Erstarren durch Furcht. Schimpl versucht, den Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmern zu vermitteln, wie man das Erstarren aus Furcht auf ein Minimum senkt, um handlungsfähig zu bleiben. Dies erfordert jedoch ein ständiges Üben der erlernten Techniken, um die erlernten Handlungsmuster bei Gefahr abrufen zu können.

Der Anfang zur Verbrechensverhütung liegt laut dem Schweizer Sicherheitsexperten Markus Atzenweiler in der Auseinandersetzung mit der möglichen Tat selbst. Eine Frau, die zum Beispiel weiß, dass auf dem Weg, den sie benutzt, in der Vergangenheit bereits Frauen überfallen worden sind, ist aufgrund dieses Wissens achtsamer und beobachtet ihr Umfeld bewusster. Signale werden laut Atzenweiler vom Täter und vom Opfer gesendet. Das Opfer erhält Signale wie zum Beispiel „der will etwas von mir, der will mir schaden“. Der Täter prüft, ob das Opfer, das er auserwählt hat, sich von seinen Signalen beeindrucken lässt. Seine Signale können einschüchternd sein oder vertrauenserweckend. Er muss vor einem Angriff wissen, ob die von ihm ausgesuchte Person mit starken, schwachen oder gar keinen Zeichen reagiert. Wenn jemand sich nicht einschüchtern lässt und dem Täter entschlossen signalisiert, ich gehe weiter, ich habe keine Angst, kann das dazu beitragen, dass er von seinem Vorhaben Abstand nimmt. Die Signale können mental sein, der innerliche Entschluss, ich habe keine Angst, oder nonverbal (Körperhaltung, Gestik, Gangart, Mimik, Augenbewegungen und die Atmung). *Siegbert Lattacher*

Quellen:

Atzenweiler, Markus: Kriminelle Gewalt und plötzlich bist du mittendrin; vdf Hochschulverlag, Zürich, 2006.

Becker, Gavin de: Vertraue deiner Angst: Wie unsere Intuition uns vor Gewalt schützt, mvg Verlag, München, 2016.

Gigerenzer, Gerd: Bauchentscheidungen: Die Intelligenz des Unbewussten und die Macht der Intuition, Goldmann Verlag, München, 2008.

Schimpl, Markus: „Ich rette mich“, closeprotection.at.