

## Aufrecht gehen, selbstbewusst sein

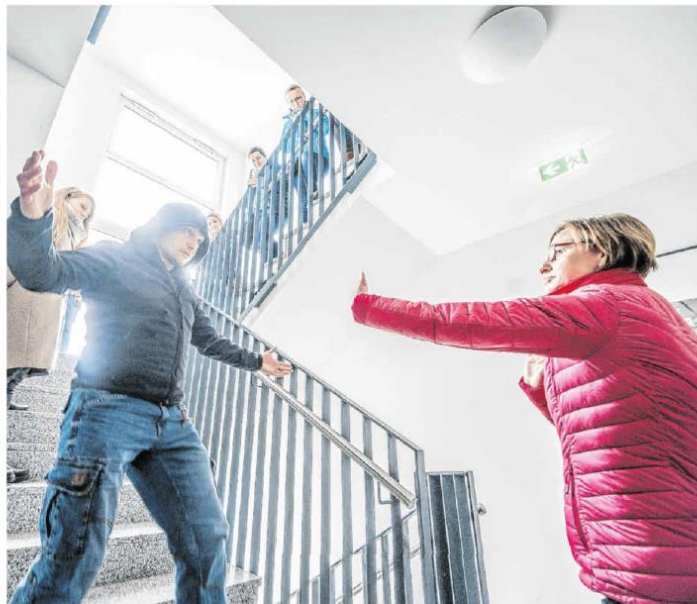
**Kurs** Ob sexueller Übergriff oder Raubüberfall – Gewaltpräventionstrainer Frank Scholz hat 20 Frauen die richtigen Verhaltensweisen und Abwehrtechniken gezeigt. *Von Iris Ruoss*

**T**reppenhaus, Unterführung oder Tiefgarage, mit schummeriger Beleuchtung und nicht einsehbaren Ecken sind beliebte Orte für Sexual- oder Raubdelikte. Doch wie sollen Frauen sich verhalten, können sie sich wehren oder sind sie zwangsläufig in der Opferrolle?

### Übergriffe sind meist geplant

Antworten und ganz Praktisches hat Frank Scholz am Samstagvormittag bei seinem Gewaltpräventionskurs im Geschäftshaus am Eislinger Schlossplatz gezeigt. „75 Prozent der Übergriffe sind geplant“, sagte der Selbstverteidigungs- und Gewaltpräventionstrainer, der im Hauptberuf als Polizeioberkommissar im Einsatz ist. „Ich weiß, wie Täter ticken“, sagte Scholz. Und schon ging es los und der Trainer brachte die 20 Frauen in realistische Situationen.

Ein Mann, der sich auf der Treppe die Schuhe bindet, ein anderer, der nach Luft ringend unten steht oder sogar mit dem Gesicht nach unten auf dem Boden liegt: Beides sind Situationen, die nicht dazu verleiten sollten, prompt Hilfestellung zu leisten. Aus ausreichender Entfernung ansprechen, auf Antwort warten und den Notruf wählen, das sei die richtige Strategie zum Selbstschutz, so Scholz. „Täter suchen sich ihre Opfer aus“, betonte Scholz. Wer in leicht geduckter Fluchhaltung durch die Gänge husche, zeige Schwäche und Opferverhalten. Aufrecht und selbstbewusst, heißt die Devise.



Eine der geübten Szenen beim Eislinger Gewaltpräventionskurs für Frauen betraf Übergriffe im Treppenhaus. *Foto: Giacinto Carlucci*

„Täter suchen Opfer, keine Gegner“, weiß Scholz. Wer entgegenkommenden direkt in die Augen schaue, suggeriere gleich Selbstbewusstsein. Sollte es zum tätlichen Angriff kommen, gibt es einiges, was Frauen tun können.

Frontal zum Angreifer stehen, die Hände in Schutzhaltung erheben oder auch das Hundebwehrspray für den Gegner gut sichtbar in der Hand halten.

Frank Scholz steht ganz offen dazu, dass er den Frauen das Mit-

führen von Pfefferspray empfiehlt, und er zeigt auch, wie und wann es angewandt werden sollte. „80 Prozent der Täter brechen den Angriff ab, wenn sie beim ersten Anlauf nicht zum Zug kommen“, betont Scholz. Ob Schutz-

haltung, gebührender Abstand, Deeskalation oder einfache, aber sehr effektive Abwehrtechniken, es wurde am Samstag erklärt und geübt.

Parkhäuser können zu Fallen werden, gerade auch die ausgewiesenen Frauenparkplätze. Wer sein Fahrzeug zu früh entriegelt, läuft Gefahr, dem Täter die Tür bereitwillig zu öffnen. Teilnehmerin Sophia Mertens hat es hautnah beim Üben erfahren, der Schreck war der Eislingerin deutlich anzusehen. „Im Auto bin ich total erschrocken, als Frank schon

### „Täter suchen Opfer, keine Gegner.“

**Frank Scholz**  
Gewaltpräventionstrainer

drin saß“, sagt die junge Mutter nach der Übung. Jaqueline Moser ist überzeugt, dass sie viel gelernt hat: „Wir wurden für potentielle Gefahren sensibilisiert.“ Einen möglichen Täter direkt anzusprechen, das hätten beide Frauen vor dem Training niemals ins Auge gefasst.

Ob gespielter Parkschaden oder schneller Zugriff aus einem Versteck, Frank Scholz rät in beiden Fällen zur Besonnenheit und vor allem zum Üben der gelernten Abwehrtechniken, damit sie in Fleisch und Blut übergehen können. Die 20 Teilnehmerinnen waren sich einig: Künftig werden sie mit vielen Situationen bewusster umgehen.