

Kapitel 2

Grundlagen der Gefahrenbewältigung

1. Unterschiedliche Gefahrensituationen

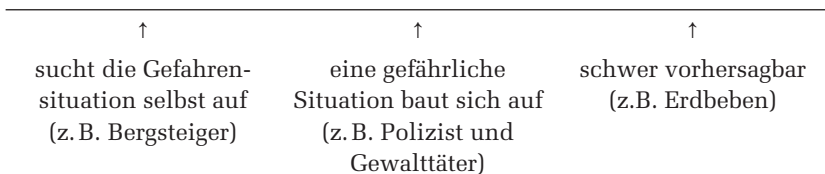
Um Gefahren sachgemäß bewältigen zu können, ist es zunächst einmal wichtig, den abstrakten Begriff „Gefahr“ zu konkretisieren, denn Gefahrensituationen können sich erheblich voneinander unterscheiden und damit auch die Fähigkeiten zu ihrer Bewältigung. Man könnte mögliche Gefahren z. B. klassifizieren gemäß

1. der Art der Gefahr:

Bedrohung, z. B. durch

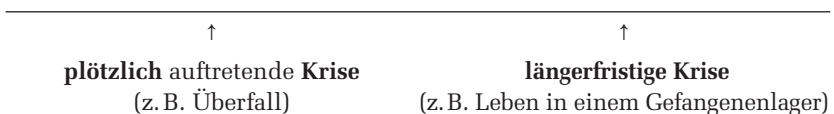
- zwischenmenschliche Situationen, z. B. eine feindselige Person,
- Krankheiten,
- Naturgewalten, Erdbeben, Feuer u. Ä.

2. dem Grade der Beeinflussbarkeit bzw. Entwicklung der Gefahr:



Der Bergsteiger oder ein Stuntman kann z. B. durch eine sorgfältige Planung und Berücksichtigung aller möglichen gefährlichen Situationen und Durchführung entsprechender Maßnahmen seine Gefährdung sehr gering halten, ein Polizist durch sachgemäße Eigensicherung.

3. dem Zeitfaktor:



Für das Bewältigen einer Krise sind gut gelernte oder sogar automatisierte Reaktionen notwendig; in längerfristigen Krisen hat man dagegen mehr Möglichkeiten zu planen. Man ersieht aus diesen Klassifikationsmöglichkeiten, dass zur Bewältigung unterschiedlicher Arten von Gefahren höchst unterschiedliche Fähigkeiten notwendig sein können. So trifft ein Polizist vorwiegend auf Gefahren im zwischenmenschlichen Bereich, während für einen Feuerwehrmann die Bedrohung bei einem Brand durch materielle Dinge verursacht wird wie die Flammen, aber auch durch Rauchentwicklung und die dadurch bewirkte Dunkelheit.

Für die Gefahrenbewältigung ist das Prinzip wichtig: **Vorbereitet sein!** Viele Gefahren sind nämlich voraussehbar, und man kann sich auf sie einstellen.

Richter und Berger (2001) stellten fest, dass in 62,5 % der Angriffe von Patienten gegen Mitarbeiter einer psychiatrischen Klinik ein Konflikt mit anderen Personen vorausgegangen war, in 47,7 % der Fälle mit dem Personal. In vielen Fällen gingen den Ereignissen Anzeichen einer Eskalation voraus: Drohende Gestik der Patienten, geringe Körperdistanz Patient – Personal, Beschimpfungen, offensichtliche Verwirrtheit.

An manche Gefahrenquellen denkt man aber überhaupt nicht, obwohl sie im Beruf auftauchen können.

Eine Befragung von 290 amerikanischen und kanadischen Polizisten ergab, dass 269 (93 %) während des polizeilichen Dienstes hingefallen waren, davon 76 % mehrfach. 89 % fielen während einer Verhaftung hin, wobei 94 % dieser Gruppe vom Boden aus kämpfen mussten (DuCharme, 2001).

Jemand, der jetzt darauf hinweisen würde, dass dies doch eine amerikanische Untersuchung sei und einen selbst beruflich nicht betreffe, weil man selbst noch nie im Dienst hingefallen sei, wäre eine Person mit geringerer Survivability. Denn es geht überhaupt nicht darum, ob diese Prozentzahlen auch für deutsche Polizisten gelten, sondern darum, dass man folgende Fragen beantworten kann: Was mache ich, wenn ich einmal hinfallen sollte? Bin ich auf diese Lage überhaupt vorbereitet?

2. Allgemeine und spezifische Faktoren der Survivability

Die verschiedenen Klassifikationsmöglichkeiten von Gefahren zeigen auf, dass es spezifische Kenntnisse und Fähigkeiten gibt, die zur Bewältigung dieser Gefahrenart notwendig sind, aber nicht für andere. Aber neben rein spezifischen Überlebensfaktoren gibt es auch solche, die *grundsätzlich* für

das Überleben höchst unterschiedlicher Gefahren eine Rolle spielen. Siebert (1996) stellte beispielsweise fest, dass eine *synergistische Persönlichkeit* Gefahren besser bewältigen kann (s. a. Kap. 10), d. h. eine Persönlichkeitsstruktur, bei der weniger das ICH als vielmehr das Gesamtsystem im Mittelpunkt des Denkens steht. Diese ICH-Freiheit des Denkens bewirkt eine *gelessene Wachsamkeit* für das Unterscheiden zwischen harmlosen Dingen und Gefahren und ein ruhiges, sachorientiertes Handeln, gerade in Gefahrensituationen. Wie man diesen angstfreien Zustand erreichen kann, zeigte Jappy (2001) am Beispiel der Bombenentschärfer. Folgende Faktoren halfen ihnen, die Gefahr zu bewältigen: Sorgfalt, Präzision und ein Selbstvertrauen, das nicht aus Überheblichkeit, sondern aus der Einstellung stammt, Teil einer Gemeinschaft zu sein.

In einer Fernsehsendung („Feuer!“; Hessischer Rundfunk 26. 7. 1998) beschrieb ein amerikanischer Feuerwehrmann, wie er in einem Hotel durch eine gute Vorbereitung und besonnenes Handeln im Falle eines Brandes seine Überlebenschancen erhöhen kann. Er nimmt nur ein Hotelzimmer, das höchstens im 7. Stock und zur Straße liegt, weil die meisten Feuerwehrleitern nur bis zum 7. Stock reichen. Sobald er im Hotel angekommen ist, schaut er, ob es Sprinkleranlagen und Rauchmelder gibt, wo Feuerlöscher sind. Er erkundet den Fluchtweg, geht dazu im Hotel den Weg ab und zählt die Türen bis zum Ausgang (damit er sich auch bei Dunkelheit und Rauch schnell retten kann). Die Motivation für seine Vorsichtsmaßnahmen begründet er folgendermaßen: „Ich mache es für meine Sicherheit. Ich mache es noch mehr für meine Familie.“ Gerade dieser letzte Satz ist typisch für Personen mit synergistischer Persönlichkeit.

Das Beispiel dieses Feuerwehrmannes zeigt auch auf, dass der entscheidende Denkansatz der Überlebensfähigkeit lautet: **Vorbereitet sein!** Und dieser Denkansatz ist bei Personen mit hoher Survivability mit bestimmten psychologischen Faktoren verknüpft und wird in problemorientiertes Handeln umgesetzt.

Interessanterweise war es gerade Miyamoto Musashi (1584–1645), der bedeutendste japanische Schwertmeister, der in seinem Werk *Das Buch der fünf Ringe* die Bedeutung von Kooperation schilderte. Er sah das Endziel der Beschäftigung mit Kampfkünsten im Aufbau und sachgemäßem Regieren eines gerechten und gut funktionierenden Staates. Abgesehen vom Spezifischen über den Schwertkampf in seiner Schrift kann man bei Musashi viele Einsichten über das Überleben gefährlicher Situationen und die dazu notwendigen Persönlichkeitsstrukturen und Problemlösungsstrategien finden. Das Buch *Psychologie der Eigensicherung* stellt deshalb gewissermaßen eine wissenschaftliche Weiterführung der systemisch orientierten Gedanken Musashis hinsichtlich des Erkennens und Bewältigens gefährlicher Situationen dar.

3. Die Vernetzung psychologischer und körperlicher Faktoren

Dieses Buch ist kein Ersatz für ein Training von realistischen Situationen für die Eigensicherung; die Survivability ist aber die psychologische Grundlage und sogar *Voraussetzung* für die Umsetzung dieser Techniken. Durch eine passive Haltung, Angst usw. kann nämlich die Umsetzung dieser Techniken in der Praxis verhindert werden.

In vielen sportlichen und polizeilichen Handlungen sind psychologische und körperliche Faktoren oft eng vernetzt.

Beispielsweise erschuf Jigoro Kano, der Vater des modernen Judo, keineswegs nur eine Sportart, sondern formulierte auch das Prinzip der drei Kulturen: der intellektuellen, moralischen und körperlichen Kultur. Die Bedeutung der Erziehung liegt in der Harmonie dieser drei Kulturen (s. Maekawa & Hasegawa, 1963). Und die von Kano gegründete Institution KODOKAN gab mehrere Bücher heraus, in der zahlreiche wissenschaftliche Untersuchungen veröffentlicht wurden. Die Bandbreite dieser Untersuchungen reicht von physiologischen und röntgenographischen Untersuchungen verschiedener Judotechniken bis hin zu Befragungen, welche Motivation jemand hat, Judo zu betreiben. Sie reichen von den Verletzungen, die durch Judo auftreten können, bis hin zu philosophischen und pädagogischen Fragen. Man sieht hier also auch deutlich, dass Judo ein Gesamtsystem darstellt, das nicht nur die körperliche Betätigung umfasst, sondern auch psychologische, pädagogische, ethische und philosophische Gebiete und Themen beinhaltet.

Für das polizeiliche Handeln ist eine Untersuchung von McKee (2000) von allergrößter Bedeutung. Er stellte nämlich fest, dass bei drei psychomotorischen Fähigkeiten, die bei einer Verhaftung eine wichtige Rolle spielen – Handschellen anlegen, Durchsuchung, Kontrolltechnik (z.B. Armhebel) – nach 2 Jahren nur noch 31–36 % der Techniken beherrscht wurden.

Die Konsequenz kann nur lauten: Psychomotorische Fähigkeiten müssen so lange geübt werden, bis sie automatisiert sind, bis sie auch „im Schlaf beherrscht“ werden. Dadurch gewinnt man in Gefahrensituationen ein „Zeitguthaben“: Man muss nicht nachdenken, sondern kann sich voll auf das wirkungsvolle Handeln beschränken.

Auch das sachgerechte Fallen auf den Boden ist nämlich keineswegs nur eine rein körperliche, sondern *auch* eine psychologische Angelegenheit. Für einen Judoka, der den Judo-Bodenkampf gewohnt ist, hätte Fallen die Wirkung, dass er jetzt auf dem Boden weiterkämpft. Für denjenigen, der weder sachgemäß Fallen gelernt hat, noch weiß, was er in dieser Lage tun soll, hat diese Situation wohl eine lähmende Wirkung, da er von dem Gefühl der Hilflosigkeit beherrscht wird. Deshalb weist DuCharme (2001) auf die Notwendigkeit hin, dass Polizisten auch auf ungünstigen Bodenverhält-

nissen und mit behindernder Kleidung (Schutzweste usw.) sachgemäß fallen lernen, z.B. bei schlechten Bodenverhältnissen das Abrollen wie bei einem landenden Fallschirmspringer.

Der entscheidende psychologische Faktor besteht nun darin, *wie* man die Situation des Fallens bewertet. Viele Ungeübte sehen dies so, dass sie jetzt auf der Verliererstraße sind. Der Geübte sieht dagegen das Fallen völlig anders, nämlich lediglich als eine *weitere* Möglichkeit zu kämpfen, und zwar in einer Lage, wo vermutlich die meisten Gegner ungeübt sind und daher dem Experten auch psychologisch unterlegen sind.

Anschaulich hat dies Alain Valin in dem Titel seines 1959 in Paris erschienenen Buches formuliert: *Maitrise et Puissance par le JUDO au sol* („Meisterschaft und Stärke durch das Judo am Boden“), wobei die beiden Wörter *maitrise* und *puissance* dem tieferen Sinn nach das Gleiche ausdrücken: Ich beherrsche die Situation. Und in seinem davor veröffentlichten ersten Band zum Judobodenkampf schildert Valin ausschließlich die vielen Verteidigungsmöglichkeiten, wenn man sich in der unterlegenen Position befindet.

Falls die polizeilichen Techniken nicht richtig beherrscht werden, kann also ein gefährlicher Domino-Effekt auftreten: Wenn man die sachgerechten Techniken bei einer Durchsuchung/Festnahme nicht beherrscht, gerät man leicht ins Straucheln und fällt auf den Boden. Dort entsteht bei einem Untrainierten leicht das Gefühl, „auf der Verliererstraße zu sein“, er empfindet Hilflosigkeit und bleibt eher passiv. Wenn der Untrainierte dann auch noch gewürgt wird, wird dies seine Gefühlslage noch steigern, und die Situation wird lebensbedrohlich. Deshalb ist es wichtig, sich *auch* auf derartige Extremsituationen geistig vorzubereiten und auch auf die Körpergefühle, die in solchen Situationen auftreten können. Dazu ist ein realistisches Training notwendig, wobei die Techniken automatisiert werden müssen.

Eigensicherung hat also als Voraussetzung, dass man nicht passiv bleibt oder hofft, dass einem schon nichts passieren wird. Gefordert sind vielmehr **aktives Denken** und eine sachgerechte Vorbereitung auf *mögliche* Gefahren.

4. Die Notwendigkeit einer theoriegeleiteten Praxis

Was ist an dem Buch *Psychologie der Eigensicherung* eigentlich neu?

Es will auf der Grundlage wissenschaftlicher Erkenntnisse und Beobachtungen aus der polizeilichen Praxis das Thema der polizeilichen Eigensicherung – ohne den Anspruch der Vollständigkeit – möglichst umfassend

darstellen: von der Wahrnehmung von Gefahren, der Vorbereitung und Bewältigung von lebensbedrohlichen Krisen bis hin zum Verhalten bei gefährlichen Verletzungen und Todesgefahr.

Es hat natürlich schon immer Bücher gegeben, die sich mit Verhalten in Gefahrensituationen beschäftigten, wie z. B. die Titel *Survival in the City* von Greenbank (1974) oder *Surviving the street* (Garner, 1998) ausdrücken. Doch dabei handelt es sich oft vor allem um eine Ansammlung von Ratschlägen, die zwar durchaus hilfreich sein können, von denen man jedoch nicht immer weiß, ob sie aus der Realität abgeleitet sind oder nur (stellenweise) lediglich die subjektive Meinung des Autors widerspiegeln (s. z. B. Greenbank, 1974). Andere Bücher loten einzelne Gefahrenbereiche nicht voll aus, weshalb auch nicht alle Probleme und Verhaltensmöglichkeiten dargestellt werden können. Manche Bücher geben durchaus fundierte Ratschläge, die aus der Praxis abgeleitet wurden, verraten aber schon durch den Titel begriffliche Schwachstellen, z. B. Gavin de Beckers (1997) Buch *The Gift of Fear* (Das Geschenk der Angst). Hierbei führt der Begriff *Angst* in die Irre, weil man zur Bewältigung von Gefahren weder Angst haben noch zeigen darf, sondern eine *gelassene Wachsamkeit*. Dies belegt z. B. das Beispiel englischer Bombenentschärfer. Hätten sie bei ihrer gefährlichen Tätigkeit Angst gehabt, hätten sie nicht eine derart hohe Überlebenschance gehabt (Jappy, 2001). Und, wie ich selbst bei Verkehrskontrollen feststellte, ist die wichtigste Voraussetzung für das Verhindern eines Angriffs: **Man muss beobachten, was der Verdächtige mit den Händen macht**, man muss seinen Bewegungen folgen. Dies hat zwei Vorteile: Man kann rechtzeitig erkennen, wenn er eine Waffe zieht. Außerdem erkennt ein Verdächtiger, wenn ich auf ihn **reagiere** und seinen Bewegungen folge, dass **ich** die Situation unter Kontrolle habe, und er wird nicht wagen, eine (versteckte) Waffe zu ziehen.

Die Verwendung des Begriffes *Angst* bezüglich der Eigensicherung ist also falsch. Offensichtlich wird der Begriff *Angst* sogar dann schon verwendet, wenn lediglich ein erhöhtes Aktivierungsniveau vorliegt (Adrenalinreaktion), ohne dass aber die für die *Angst* typischen negativen Gedanken und Vorstellungen vorliegen.

Was die polizeiliche Eigensicherung selbst betrifft, so gibt es hinsichtlich der psychologischen Seite nur einige wenige wissenschaftliche Untersuchungen. So hatte Toch (1969) zwar sehr ausführlich die Entwicklung gewalttätiger Interaktionen analysiert, die sich aus provozierendem Verhalten des Polizisten ergaben (keine Erklärungen für seine Maßnahmen geben usw.). Doch stellen derartige Provokationen nur *eine* Seite des Gefährdungspotenzials für Polizisten dar. Denn manche Gefahren beinhalten das *entgegengesetzte* Problem: Nichtwahrnehmung von Gefahren und Passivität.

Diese Passivität führte z. B. dazu, dass die Täter die auf sie gerichtete Waffe des Polizisten ergreifen und diesen mit der Dienstwaffe töten konnten (FBI, 1992). Aufschlussreich ist auch die deutsche Studie von Sessar, Baumann und Müller (1980), weil sie ausführlich die Fehler von Polizisten analysierte. Doch erst durch die verschiedenen Untersuchungen des FBI und spezifisch von Pinizzotto, Davis und Miller (1997, 1998, 1999) werden die psychologischen Faktoren deutlich, die in dieser Situation wirkten. Wie sah der Täter den Polizisten? Was beeinflusste seinen Entscheidungsprozess, den Polizisten anzugreifen? Wie deutete der Polizist die Situation, den Täter usw.? Was führte zu seinem unangemessenen Entscheidungsprozess und Handeln usw.?

Es wird hier deutlich, dass hinsichtlich der Eigensicherung häufig versäumt wird, bei der Begegnung Polizist – Bürger zu untersuchen, was sich *konkret* in dieser Interaktion zwischen beiden Personen abgespielt hat, wie sie sich gegenseitig beeinflusst haben, also die einzelnen Verhaltensweisen *beider* Personen.

Zur Frage nach der Generalisierbarkeit amerikanischer Untersuchungen ist übrigens zu sagen, dass es zwar spezifische Unterschiede z. B. zwischen amerikanischen und deutschen Polizisten geben mag, doch viele Probleme, Fehler und die wirkenden psychologischen Faktoren grundsätzlich gleich sind.

Beispielsweise kritisierten Gruber und Jedamczik (2000) die Lässigkeit und Defizite junger Beamter im Hinblick auf das dienstliche Auftreten und Einsatzverhalten. Junge und unerfahrene Polizeibeamte sind einem starken Gruppendruck unterworfen, und ihre latente Unsicherheit äußert sich durch überzogene Lässigkeit. Man vergleiche damit die Lässigkeit mancher amerikanischer Polizisten, die im Dienst getötet wurden (s. die Tabelle Verhaltensbeschreibungen in Kap. 21. 4, S. 262).

Das Buch *Psychologie der Eigensicherung* betont die Notwendigkeit, Gefahrensituationen und das angemessene Verhalten genau zu betrachten, zu analysieren und das Handeln demgemäß auszurichten. Gefährlich kann es dagegen werden, wenn man seine unüberprüfte Meinung darüber, wie Menschen sich verhalten, wann Gefahren entstehen usw., seinem Handeln zugrunde legt. Denn manchmal sind die Dinge anders, als man es gedacht hat.

5. Überlebenswichtig: Das richtige Weltbild

Pinizzotto, Davis und Miller (2002) stellten bei Interviews mit Polizisten fest, dass diese bei Verfolgungen von Tätern zu Fuß die Verfolgung aufnehmen, ohne nachzudenken und ohne einen Verfolgungsplan zu formulieren. (Ähnliches gilt auch für die Verfolgung eines Autofahrers.) Warum handeln

die Polizisten oft so gedankenlos, ohne nachzudenken? Weil – wie Pinizzotto, Davis und Miller (2002) betonen – bei Verfolgungen ihrem Denken und Handeln auch einige unangemessene Annahmen zugrunde liegen. Diese Annahmen verraten außerdem – aus höherer Sicht – auch ein falsches Weltbild.

Typisch ist z. B. folgender Gedanke: Wenn ich den Verdächtigen schnell verfolge, werde ich Erfolg haben, ich kann ihn nämlich festnehmen. Die Handlung des Polizisten wird also durch das Ziel ausgelöst, den Täter zu fassen. Pinizzotto et al. (2002) wiesen aber darauf hin, dass es nicht nur darum geht, den Täter zu fassen, sondern den Täter *sicher* zu fassen.

Hier wird ein gefährlicher Denkfehler deutlich: Der Polizist sieht nur sich selbst als Handelnden und berücksichtigt nicht, dass der Verfolgte ebenfalls handeln und zur Gewalt greifen kann. Er berücksichtigt nicht das **Gesamtsystem der Handelnden**: Er selbst *und* der Verfolgte. Was er unter dem Gesichtspunkt seines Erfolgs oder Misserfolgs sieht, kann etwas ganz anderes sein, nämlich ein *Rennen in das Verderben*, wie es auch Bohrer, Davis und Garrity (2000) im Untertitel ihres Artikels formulierten: „Running into danger“.

Man beachte: Wenn der Täter versucht hat, wegen eines (evtl. nur aus der Sicht des Polizisten) relativ kleinen Delikts im Rahmen einer Verfolgung zu Fuß oder mit dem Auto zu entkommen, hat er damit bereits seine Bereitschaft zum Widerstand angekündigt. Der Grund für die Flucht ist wohl meistens ein größeres Delikt, als der Polizist vermutet, z. B. illegaler Drogen- oder Waffenbesitz oder eine Leiche im Kofferraum. Deshalb wird wohl der Widerstand größer sein, als der Polizist vermutet.

Noch problematischer ist, dass der Verdächtige die *Führung der Situation* übernehmen kann. Er lockt den Polizisten z. B. in ein Gebiet, das für ihn vorteilhaft ist, das er besser kennt als der Polizist, oder in ein dunkles oder bewaldetes Gebiet, wo der Polizist desorientiert ist und seinen Kollegen seine Position nicht mitteilen kann. Der Täter kann den Polizisten auch in das Gebiet seiner Gang führen, wo er Komplizen hat, oder er leitet ihn in eine Sackgasse oder einen Tunnel, wo er sich plötzlich umdreht und den Polizisten angreift. Gefährlich wird es auch, wenn ein Polizist – ohne auf einen Kollegen zur Sicherung zu warten – sich dazu verleiten lässt, dem Täter in ein leerstehendes Gebäude zu folgen.

Ein weiterer Denkfehler lautet: Wenn ich friedlich bin, provoziere ich den anderen nicht, und der andere bleibt auch friedlich. Diese Denkweise hat aber eine (manchmal gefährliche) Schwachstelle: Sie gilt nicht für *alle* Situationen, gegenüber *allen* Menschen. Darüber kann sie – wie Beispiele in Rollenspielen, aber auch in der Realität belegen – Passivität oder unangemessenes Verhalten selbst dann auslösen, wenn aktives Handeln zur Gefahrenbeseitigung notwendig wäre.

Bei der Analyse zwischenmenschlichen Verhaltens wies Leary (1957) darauf hin, dass *grundsätzlich* eigene Freundlichkeit bei einer anderen Person Freundlichkeit auslöst, dass es aber Persönlichkeitsstrukturen (z. B. autoritäre) gibt, die Freundlichkeit als Schwäche deuten und ausnutzen bzw. als unausgesprochene Aufforderung, die Führung in der Situation zu übernehmen (s. a. Füllgrabe, 1982, S. 99). Diese Beobachtung von Leary (1957) weist auf die Notwendigkeit hin, Interaktionen gemäß einer **zwischenmenschlichen Spieltheorie** zu betrachten (Füllgrabe, 1997, 2016).

Zahlreiche spieltheoretische Untersuchungen kommen nämlich immer wieder zu dem gleichen Ergebnis: Wer sich *bedingungslos* kooperativ verhält, wer von Beginn an mitteilt, dass er auf *keinen* Fall Gewalt benutzen werde, wird ausgebeutet oder aggressiv behandelt, und die Mitspieler sind immer über ein derartig bedingungslos kooperatives und/oder gewaltfreies Verhalten erstaunt (Reychler, 1979). Dies ähnelt dem Erstaunen von Tätern, die Polizisten töteten, darüber, dass der Polizist nicht die Führung der Situation übernahm oder den Täter nicht daran hinderte, in das Polizeiauto zu gelangen und das Gewehr zu bekommen, dem Polizisten die Dienstwaffe aus der Hand zu nehmen usw. (FBI, 1992).

Shure, Meeker und Hansford (1965, S. 116) zogen aus ihren Untersuchungen die Erkenntnis: **Wer nicht bereit ist, sich zu wehren, lädt zu Ausbeutung und Aggression ein, selbst diejenigen, die nicht zu Beginn der Interaktion diese Absicht haben.**

Shure et al. (1965) finden dieses Ergebnis deshalb so bemerkenswert, weil es sich bei den Versuchspersonen um Studenten handelte, die keine extrem unkooperative Gruppe darstellten. Man kann sich deshalb vorstellen, wie gefährlich eine falsche Strategie sein kann, wenn sie gegenüber gewaltorientierten Personen gezeigt wird (s. z. B. das „Gesetz der Straße“, Anderson, 1994, 1999).

Manche zwischenmenschlichen Begegnungen sind also keineswegs nur einfache Interaktionen, sondern **Machtspiele!** Wie kann man aber den Zustand des Friedens bewahren? Reychler (1979) weist deshalb darauf hin, dass es nicht ausreicht, *nur* ein Image des Pazifisten (der Gewaltfreiheit) zu präsentieren. Damit eine friedliche Strategie erfolgreich ist, muss das Bild, das der andere von einem hat, auch noch beinhalten, dass man aufgeschlossen (für die andere Person, Ideen usw.), intelligent, aktiv und ehrlich, aufrichtig ist, aber nicht starrsinnig, dumm und nur jemand, der Eindruck schinden will.

Deshalb kann ein Polizist – wie dieses Buch zeigt – durchaus gewaltfrei auch mit gewaltbereiten Personen umgehen, wenn er gemäß der TIT FOR TAT-Strategie (s. Kap. 6) handelt: Grundsätzlich freundlich und kooperativ sein, aber *sofort* auf den anderen reagieren und sich zur Wehr setzen.

Man beachte, dass der wichtigste Faktor der Gewaltvermeidung und Kooperationsförderung in der Untersuchung von Reychler (1979) „receptivity“ war, was man übersetzen kann mit aufgeschlossen, beweglich, aufnahmebereit (für Eindrücke, Reize, Ideen, Anregungen usw.) sein. Mit anderen Worten: Man darf nicht statisch sehen und denken, sondern muss in der Situation die Dinge ständig neu bewerten und sofort darauf reagieren können. Diese *Reaktionsfähigkeit*, die ein wesentlicher Faktor der TIT FOR TAT-(TFT-)Strategie ist, ist übrigens nicht nur wichtig für Eigenschaften und Gewaltvermeidung, sondern auch für Lügenentlarven und sachgemäße Vernehmungen (Füllgrabe, 1995). Denn dort muss ich ebenfalls auf *Veränderungen* des Verhaltens meines Gegenübers achten, weil diese wegen der Mehrdeutigkeit von Gestik, Mimik usw. besonders aufschlussreich sind. Und dies gelingt nur, wenn ich durch eine TFT-Strategie die gleiche Situation so gestalte, dass ein Unschuldiger keine Angst vor falscher Beschuldigung empfindet, ein Schuldiger dagegen den Druck vor Entdeckung fühlt.

Im polizeilichen Bereich hat Schmalzl (1999) die TIT FOR TAT-Strategie in seinem Begriff „Strategie der bedingten Freundlichkeit“ für deeskalierendes Einschreitverhalten umgesetzt: Ich bin freundlich, geht der andere auf Konfrontation, zeige ich ihm sofort seine Grenzen auf. Lenkt der andere ein, kehre ich zur freundlichen Grundhaltung zurück (= Versöhnlichkeit von TFT).

6. Das dynamische Weltbild

Es wird also deutlich, dass falsche Denkmuster leicht zu Gewalt und zur Gefährdung des eigenen Lebens führen können. Deshalb muss sich das Denken an den *richtigen* Theorien vom menschlichen Verhalten orientieren, d. h. an Theorien, die nicht nur am grünen Tisch entworfen wurden, sondern sich aus der Beobachtung der Realität geformt haben. Derartige Theorien sind deshalb notwendig, weil sie das Wissen systematisch und übersichtlich darstellen und gleichzeitig praktische Hinweise für das richtige Handeln liefern. Eine bloße Ansammlung von Tipps hat dagegen mehrere Nachteile: Sie ist unübersichtlich, der innere Zusammenhang der Tipps wird nicht deutlich; es ist nicht erkennbar, ob der Tipp tatsächlich nützlich ist oder sogar gefährlich werden kann (s. z. B. Stalking, s. Kap. 14).

Welche Theorien und Paradigmen beispielsweise für die Eigensicherung wichtig sind, ergibt sich aus den bisherigen Ausführungen: Die Betrachtungsweise und sachgemäße Steuerung eines Gesamtsystems (hier das System Polizist – Interaktionspartner) und die zwischenmenschliche Spieltheorie. Dies sind aber nicht nur einfache Theorien, die nebeneinanderstehen.

Vielmehr kann man sie zu einem übergeordneten Paradigma, Denkmodell zusammenfassen: Einem dynamischen Weltbild (Füllgrabe, 2005). Dieses Weltbild ist für die Eigensicherung wichtig, im Gegensatz zu dem Weltbild des geschilderten Polizisten bei der Verfolgung. Dieses war

- *egozentrisch*: Er sieht nur sich selbst als Handelnden und
- *statisch*: Er berücksichtigt nicht, dass der Zustand der Nichtaggression plötzlich in den Zustand der Gewalt gegen ihn umschlagen könnte (= Status quo-Denken im Sinne Dörners, 1989).

Konkret beinhaltet das dynamische Weltbild (Füllgrabe, 2005) unter anderem folgende Paradigmen, die anschaulich darstellen, was man bedenken muss, um Gefahren rechtzeitig zu erkennen, auszuweichen und zu bewältigen:

Waddingtons epigenetische Landschaft

Ein Ball rollt einen Abhang mit verschiedenen Tälern hinab. Deshalb muss sich der Ball an verschiedenen Abzweigungen „entscheiden“, in welches der Täler er weiterrollen will, ob er sich nach links oder rechts bewegen soll. Bei der nächsten Abzweigung muss er sich erneut entscheiden, ob er nach links oder rechts weiterrollen soll (s. a. Füllgrabe, 1997, 2016). Es gibt also höchst unterschiedliche Laufrichtungen für den Ball. Damit wollte Waddington (1957, S. 29) zeigen, dass sich die gleiche Erbanlage je nach Situation im Laufe der Zeit völlig anders entwickeln kann. Aber auch das Schicksal des Polizisten kann sich völlig anders entwickeln: Er kann *plötzlich* angegriffen und verletzt oder getötet werden.

Katastrophentheorie

Ein Zustand kann plötzlich in einen völlig anderen umschlagen, wenn sich vorher eine *Phase der Instabilität* entwickelt hat (Davies, 1988). Durch eigene Unvorsichtigkeit kann der Polizist z. B. bei der Verfolgung eine Situation aufbauen, in der er dem Täter die Möglichkeit verschafft, ihn leicht anzugreifen.

Chaostheorie

Bereits kleine Abweichungen von einem Zustand können völlig andere Endzustände bzw. Entwicklungen des Schicksals bewirken („Schmetterlingseffekt“, Davies, 1988). Kleine Störungen der Aufmerksamkeit können den Unterschied zwischen Leben und Tod ausmachen. Deshalb helfen oft zwei einfache Grundprinzipien, Gefahren zu überleben: Den Gefahrenradar einschalten (z. B. sehen, was der andere mit den Händen macht) und eine Reaktionsdistanz bewahren (s. Mentales Judo, Kap. 8).

Puffersysteme

Dies ist das dem Schmetterlingseffekt entgegenwirkende Prinzip: Die Wirkung negativer Ereignisse kann abgemildert oder sogar aufgehoben werden. Beim Menschen ist z. B. die psychische Belastbarkeit ein derartiges Puffersystem, d. h. die geistige Verarbeitung eines Erlebnisses. Dazu ist z. B. eine *Stressimpfung* notwendig (s. Kap. 11).

Die Steuerung eines sozialen Systems

Man muss damit rechnen, dass man zu bestimmten Zeitpunkten an einen kritischen Punkt kommt, wo sich das Schicksal in die eine oder andere Richtung entwickeln kann. Deshalb muss man sein Schicksal selbst in die Hand nehmen und es in Richtung Frieden steuern (s. Kap. 7). Wichtig ist dazu ein aktiver Lebensstil und aktives Denken (s. Gefahrenradar). Warum überlebten einige Polizisten einen Angriff, während andere in vergleichbaren Situationen starben? Weil Polizisten, die einen Angriff überlebten, z. B. ihr Eigensicherungstraining ernst genommen und in ihrer Freizeit oder sogar auf eigene Kosten trainiert hatten (Pinizzotto, Davis & Miller, 2000).

Soziale und psychologische Fallen

Die sorgfältige Steuerung sozialer Systeme ist auch deshalb wichtig, weil es in der epigenetischen Landschaft *soziale* und *psychologische Fallen* geben kann. Derartige Fallen bewirken, dass Menschen oder Organisationen in eine Richtung gehen oder bestimmte Beziehungen entwickeln, die zunächst positiv und verlockend erscheinen, sich später als unangenehm oder sogar tödlich erwiesen. Es geht also nicht nur um konkrete Fallen, in die ein Polizist z. B. bei einer Verfolgung geraten kann. Typisch für psychologische Fallen sind z. B. die Opfer von Betrügereien oder Frauen, die sich in gefährliche Beziehungen einbeziehen lassen, etwa Frauen, die bei einem Mann bleiben, der sie schlägt (Füllgrabe, 1996), oder Frauen, die Mörder lieben (Füllgrabe, 1997).

Die zwischenmenschliche Spieltheorie

Im Gegensatz zu Waddingtons epigenetischer Landschaft läuft im menschlichen Leben nicht ein Ball in der Situation, sondern auch viele andere Bälle. Dieses Bild der **vielen interagierenden Bälle** entspricht z. B. auch dem Schicksal, das ein Polizist erleiden kann. Viele Begegnungen mit Bürgern verlaufen problemlos, aber gelegentlich treten Entscheidungspunkte (Krisen) auf, wo sich sein Schicksal in die eine oder andere Richtung neigen kann. Dies gilt spezifisch für die Begegnung mit extrem Gewaltbereiten. Hier wird auch der Denkfehler eines Polizisten deutlich, der sagt: „Warum muss ich mir eine schusssichere Weste anziehen, mir ist noch nie etwas

passiert?!“ Dass die *bisherigen* Interaktionen gewaltfrei waren, besagt doch nicht, dass auch die nächste Interaktion ebenfalls gewaltfrei sein wird.

Diese Erkenntnis führt zu der im wahrsten Sinne des Wortes überlebenswichtigen Frage: Wie kann man den Zusammenstoß verhindern oder abmildern? Diese Frage wird durch ein wichtiges Paradigma beantwortet, das bei zwischenmenschlichen Begegnungen eine wichtige Rolle spielt: Die *zwischenmenschliche Spieltheorie*. Denn die Interaktion zweier Menschen erfolgt wie bei einem Schachspiel: Zug um Zug, jeder beeinflusst den anderen, und jeder hat seine Chancen, wie auch sein Gegenüber (Füllgrabe, 1994, 1995, 1997, 2016). Deshalb muss man die Regeln der Interaktion kennen, man muss auf Täuschungen, Lügen, Ablenkungsmanöver, Angriffe usw. achten, *und* man muss ein Verhalten zeigen, das freundlich und kooperativ ist, gleichzeitig aber auch dem Interaktionspartner unmissverständlich signalisiert, dass man sich gegen Ausbeutung und Gewalt zur Wehr setzen wird. Dies ist besonders wichtig gegenüber einem Vergewaltiger. Viele benutzen nämlich die Strategie „**TESTER**“ (Axelrod, 1991), d. h. sie stellen zuerst fest, ob die Frau ängstlich oder unterwürfig reagiert (Füllgrabe, 1997, 2016). Deshalb muss eine Frau sofort zu **Beginn** dieser Interaktion „Nein!!!“ oder „Stopp!!!“ sagen (TIT FOR TAT-Strategie, s. a. Kap. 6). Die Vorsicht der TFT- Strategie schützt auch vor der Strategie „**Tranquili-zer**“ (Axelrod, 1991), die zuerst eine pseudovertrauensvolle Kommunikation zeigt, um ein Vertrauensverhältnis aufzubauen, und dann zuschlägt, wie z. B. der Serienmörder Ted Bundy.