

„Denn Schreien allein hilft nicht“

Von Petra Tempfer

■ Hohe Dunkelziffer bei Vergewaltigungen.
■ Prävention und Verteidigung werden im Kurs gelehrt.

Wien. „Ich bin schon mehrmals von einem Mann belästigt worden“, berichtet die 49-jährige Wienerin, die von nun an wehrfähiger durch die Straßen marschieren möchte. Aus diesem Grund besucht sie den vor kurzem gestarteten Selbstverteidigungskurs für Frauen des Kampfsportvereins „Goshindo Women Defence Vienna“ der Exekutive Wien, den Michael Takacs vom Landespolizei-Kommando leitet – auch die „Wiener Zeitung“ nahm an der ersten Stunde teil.

Goshindo ist eine Stilrichtung der japanischen Kampfsportart Jiu Jitsu, „mit geringstem Trainingsaufwand können in zehn Einheiten die wichtigsten Techniken gelernt werden, wie sich Frauen am besten befreien und verteidigen“, so der Leiter, „denn Schreien allein hilft nicht.“

Sich selbst helfen zu können kann Frauen vor Übergriffen bewahren: „Von Jänner bis August dieses Jahres gab es in Wien etwa 1020 Anzeigen wegen Sittlichkeitsdelikten“, erklärt Takacs, „rund 160 davon waren klassische Vergewaltigungen.“ Die Zahl zeige jedoch lediglich einen Bruchteil der tatsächlich verübten



Verletzliche Körperteile werden gezielt attackiert, um den Würge- und Festhaltegriffen zu entkommen. Foto: Bössner

Delikte auf, „denn die Dunkelziffer ist bedeutend höher“, so der Experte. Das Schamgefühl der Frauen hindere diese oft daran, nach einer Vergewaltigung sofort zur Polizei zu gehen.

Zu den „klassischen Vergewaltigungen“ zählen außerdem nur jene, bei denen der Täter sein Opfer nicht gekannt hat – eine unüberbleibbare Anzahl spiele sich meist innerhalb der Familie ab. „Oft kommt eine Frau regelmäßig zur Polizei, um ein Gewaltverbrechen ihres Mannes zu melden“, sagt Takacs, „am nächsten Tag zieht sie die Anzeile aber zurück.“ Der Grund dafür könne die scheinbar unüberwindbare Machtposition ihres Ehemannes und die Angst vor diesem sein.

Nur einige der Frauen, die bereits sexuell misshandelt worden sind, können laut Takacs darüber reden – viele jedoch nicht. In dem Kurs wollen sie Erfahrungen sammeln, wie man sich besser schützen und zum Beispiel Würgegriffen entkommen kann.

Richtiges Verhalten

„Als ich von unserem Dorf im Waldviertel nach Wien übersiedelt bin, bin ich in öffentlichen Verkehrsmitteln belästigt worden, eine Situation, die ich nicht gekannt hatte“, erzählt eine 19-jährige Kursteilnehmerin. Ihre Kollegin, eine rüstige Pensionistin, ergänzt: „Ich weiß ja gar nicht, wie ich mich in solchen Momenten verhalten soll.“

Die richtige Prävention wird zu Kursbeginn gelehrt – unbewusste Schwächen und Wege zu deren Vermeidung werden aufgezeigt. In die „Schlüsselfälle“ tappten die Frauen am häufigsten: Dort, wo sie sich am sichersten fühlen – vor der eigenen Haustüre – passieren laut Takacs die meisten Vergewaltigungen. Werden Frauen verfolgt und wollen Zuflucht ins Haus suchen, versagt nämlich oft beim Suchen des Schlüssels die Feinmotorik – der Täter gewinnt kostbare Zeit.

Parks und Tiefgaragen hingegen seien weniger gefährlich als in Fernsehkrimis propagiert, „der Sexualtäter folgt seinem Trieb und hält sich dort auf, wo Frauen sind“, erklärt Takacs,

„wie eine Löwin, die einer Antilopenherde aufauert.“ Löst sich eine Frau aus der Menge, etwa in einem unbeobachteten Eck eines Einkaufszentrums, schlage der Triebtäter zu.

„Daher soll die Frau lernen, ihr Gefahrenradar zu aktivieren“, erläutert der Experte, „denn Angst macht sicher.“ Aufmerksames Beobachten der Umgebung genüge oft schon, um gefährlichen Situationen zu entgehen. Das Kursprogramm greife außerdem in die Erziehung der Frauen ein – für die Selbstverteidigung müsse sie lernen, zuzuschlagen und Hemmungen zu überwinden.

Durch Training werden Bewegungsabläufe automatisiert, „durch Kämpfen

lernt man kämpfen“, so der Leiter. Zwei Kurseinheiten sind daher so konzipiert, dass die Frauen ohne Hemmungen zuschlagen können: Auf einen Trainer, der in einem Ganzkörper-Schutzanzug steckt. Die gelernten Techniken sollen dabei mit vollem Kraftaufwand angewendet werden.

Projekte an Schulen

„Ich habe mich nicht getraut, zuzuschlagen“, gibt eine zarte junge Teilnehmerin zu, die von einem Mann belästigt worden ist, als sie allein durch eine dunkle Gasse ging. Die Studentin möchte im Anschluss an den Kurs in die Tiefen des Kampfsports vordringen, zusätzliche Stilrichtungen erlernen und regelmäßig trainieren. Der Kampfsportverein der Exekutive Wien zählt laut Takacs zur Zeit rund 80 Mitglieder, erst nach fünf Jahren habe man die Basis erlernt.

Der Großteil der Vereinsmitglieder und Kursteilnehmerinnen ist laut Takacs zwischen 22 und 42 Jahre alt – eine Lebensphase, in der auch die meisten Vergewaltigungen passieren. „In diesem Alter sind die Frauen viel unterwegs“, erläutert Takacs, „und daher potentielle Opfer.“ Der Selbstverteidigungskurs kann ab 16 Jahren besucht werden, für Jüngere werden Schulprojekte angeboten. „Nach oben gibt es keine Grenzen“, so der Leiter, „das älteste aktive Vereinsmitglied ist 83 Jahre alt.“

www.gwdf.at