

15
S

FRIEDENSGEIST / Gewalt hat viele Gesichter. Aber etwas ganz

Wie aus Gewalt

VON TINA EDER

„Gewalt ist Stress – für das Opfer, den Täter und den Zeugen“, erklärt Rotraud Perner gleich zu Beginn, wenn sie über das breite Thema Gewalt referiert. Deshalb versteht sich die Tiefenpsychologin, Sozialforscherin und Juristin eigentlich als Stressforscherin. „Ein Gewaltopfer ist man schon dann, wenn man Stresshormone ausschüttet, weil man sich bedroht fühlt“, erkennt Rotraud Perner die körperliche Reaktion auf einen Gewaltakt – sei er verbaler, psychischer, ökonomischer, physischer oder sexueller Art.

Gewalt hat aber auch viele Masken: Witze, Verhetzung, Mobbing etc. und auch viele Standorte: Straßen, Wirtshäuser, Schulen, Büros, Wohnungen etc.

Kaum jemand weiß, wie man Gewalt anders begegnen kann als wiederum mit Gewalt. Immerhin will der angeborene „Kampfgeist“ auch auf seine Kosten kommen, ganz nach dem Motto: Lass dir nichts gefallen!

Als Wurzel von feindseligen Handlungen sieht Rotraud Perner immer die Konkurrenz. Beispiel: Eine Person fühlt sich unterlegen.

Um mit solchen Situationen besser umgehen zu können, gibt es Tipps und Tricks, um



Stressforscherin Rotraud A. Perner weiß, wie man Gewalt verhindert. FOTO: BALDAUF

sich erstens körperlich zu beruhigen, um erst gar nicht auf sein „böses“ Gegenüber zu reagieren und zweitens, um dieses Gegenüber wieder freundlich zu stimmen. Besonders hilfreich ist dabei die Intuition. „Ich glaube, dass wir in Zukunft unseren sechsten Sinn schulen müssen. Jeder von uns

Wesentliches haben wir verlernt: Wie man sie vermeidet.

Friede entsteht

kann spüren, wenn in unserem Umfeld Gewalt lauert“, so Perner.

In einer neuen Kampagne gegen Gewalt, die die NÖ Nachrichten zusammen mit Rotraud Perner starten, werden künftig Themen behandelt, die sich mit den verschiedensten Gewaltsituationen auseinandersetzen. Perner: „Meine Wunschvorstellung ist es, den Lesern Modelle anzubieten, wie man Gewalt vermeiden kann. Und wie man sie in Frieden verwandeln kann.“

Thema Schulbeginn

Rotraud A. Perner über den Tatort Schule:

Für viele Kinder bedeutet Schulbeginn bereits Gewalterleben – es geschieht etwas, das man nicht will – und wenn man sich wehrt, setzt es oft Spott, Geschimpfe, manchmal auch Gezerre etc. Ursache dafür ist einerseits die Angst vor dem Unbekannten, andererseits oft frühere Drohung, „Na warte nur, wenn du in die Schule kommst. Dann ist es aus mit lustig!“

Vor allem für allein Erziehende Mütter bedeutet die zusätzliche Belastung, dafür zu sorgen, dass ihr Nachwuchs rechtzeitig in der Schule ist, Stress – und der verändert Atmung, Muskelspannung, Sicht- und Denkweisen und damit auch das Verhalten: Man

wird ungeduldig – und Ungeduld steckt an. Ein Teufelskreis beginnt.

Wichtig ist in diesem Fall: Erstens das Kind in kleinen Dosen – jeden Tag ein bisschen – gut, das heißt „milde“ realistisch darauf vorzubereiten, was in der Schule passieren kann – nicht zu idealistisch, aber auch nicht zu warnend, und dem Kind Verhaltensanleitungen zu geben. Also beispielsweise informieren, dass es Kinder gibt, die einfach aggressiv sind.

Zweitens, wie man bestimmt sagt, „Hör auf!“ oder „Lass das!“. Oder wie man Erwachsene um Hilfe bittet, ohne zu jammern oder zu „petzen“. Es fehlt noch immer das „Vor-Bild“, wenn man nur sagt: „Hol dir Hilfe!“ Viele Gewalttaten sowie -erlebnisse basieren darauf, dass man kein alternatives Verhaltensmodell besitzt. Eltern helfen dem Kind, aber auch sich selbst, wenn sie daran arbeiten, solche Modelle zu „erfinden“.

WWW.HALTGEWALT.AT

„Halt!Gewalt!“ ist ein Projekt der NÖ Landesregierung, mit dem Gewalt schon im Ansatz erstickt werden soll. Nächstes Seminar: 1. und 2. Oktober. Idee & Konzeptionierung: Rotraud A. Perner. www.haltgewalt.at

G. EISENBACHER GmbH MEDIENBEOBACHTUNG

Sendung: ORF 2/NIEDERÖSTERREICH HEUTE

vom: 05.09.2005 **um:** 19:00 **Radio:** Nein

Bestellcode: 001430-E

Zusammenfassung:

Gut ein halbes Jahr der Aktion "Halt Gewalt" nutzen Viele die neu eingerichtete Hotline. Interview mit Rotraud Perner: Primär geht es bei den Hilfsuchenden um psychische Gewalt, aber natürlich auch um physische Gewalt. Eine Reihe von Aktionen (Symposien, Seminare etc...) sollen auf die Problematik aufmerksam machen. Beitragsdauer knapp 2 Minuten.