

## **Strategien gegen sexualisierte Gewalt**

Experte Peter Kuschmierz hilft Frauen und Mädchen im Umgang mit zunehmender Gewalt im öffentlichen Raum

**Das Thema Gewalt gegen Frauen und Mädchen ist präsent wie eh und je. Doch der Essener Peter Kuschmierz weiß Rat: Als Strategieberater gegen Gewalt berät, schult und trainiert er erfolgreich Organisationen, Mitarbeiter\*innen und Privatpersonen zu den Themen Gewaltprävention, Deeskalation und Selbstverteidigung im öffentlichen Raum.**

Immer mehr Menschen werden heute schneller gewalttätig als noch vor fünf bis zehn Jahren. Beleidigungen, Drohungen und sogar körperliche Übergriffe gehören heute zur Tagesordnung in vielen Bereichen des öffentlichen Lebens. Besonders oft sind Frauen und Mädchen von den unterschiedlichsten Formen von Gewalt betroffen. Ihre häufige körperliche Unterlegenheit, gepaart mit immer noch vorherrschendem sexistischen Gedankengut in der Gesellschaft, führt dazu, dass weibliche Personen öfter als „leichte Opfer“ wahrgenommen werden.

### **Auf Gewaltsituationen nicht gut vorbereitet**

Die wenigsten Frauen und Mädchen sind auf Gewaltsituationen im öffentlichen Raum ausreichend vorbereitet. Wie sollen sie reagieren, wenn ein gar zu hilfsbereiter Mann aufdringlich wird? Welche Wege gibt es, sich aus gefährlichen Situationen zu befreien? Und was können Frauen und Mädchen tun, um gar nicht erst als potenzielle Opfer wahrgenommen zu werden?

Peter Kuschmierz weiß, wie Gewaltprävention und Deeskalation funktionieren. Als Strategieberater gegen Gewalt ist er Experte für die unterschiedlichsten Ursachen von Gewalt – und er kennt die besten Mittel, um sie gar nicht erst entstehen zu lassen oder ihr angemessen entgegenzutreten. Dabei verbindet er in bester Weise die Welt der Soziologie und Verhaltenspsychologie mit seinen Erfahrungen aus zwei Jahrzehnten im Sicherheitsbereich und mehr als 25 Jahren Kampfsport.

„Täter suchen Opfer!“, sagt Peter Kuschmierz. „Glücklicherweise können wir jeden Tag viel dafür tun, gar nicht erst als Opfer wahrgenommen zu werden – zum Beispiel durch eine selbstbewusste Körperhaltung, durch klare Mimik und Gestik. Wer nicht wirkt wie ein Opfer, bleibt häufiger verschont. Dieses Thema Selbstbewusstsein ist ein wichtiger Punkt – in meinen Trainings, aber auch im Alltag. Deeskalationstraining und Selbstverteidigung, insbesondere für Mädchen, sollte schon in der Schule einen festen Platz im Stundenplan haben. Fast so wie Sportunterricht.“

### **Mit Deeskalationsberatung gewaltfreie Auswege finden**

Mit seiner Organisationsberatung bietet Peter Kuschmierz seit 2017 ein breites Spektrum an Dienstleistungen rund um das Thema Gewalt in Form von individuellen Beratungen, Workshops und Trainings an. Mehr als 2.800 Teilnehmer\*innen hat er schon erfolgreich geschult. „Ablaufplanung, Notfalltraining, Handlungsstrategien, Kommunikationstraining und verbale Selbstverteidigung sind nur einige Eckpunkte der Beratung“, weiß Kuschmierz.

Krankenhäuser, Verkehrsbetriebe oder Schulen zählen zu den Auftraggebern, aber auch Privatpersonen – und hier insbesondere Frauen und Mädchen –, die Peter Kuschmierz in seinen Trainings schult und fit für den Umgang mit Gewaltsituationen macht. Er hilft dabei, durchdachte Präventionskonzepte zu entwickeln und zu optimieren, schult Mitarbeiter\*innen im Umgang mit Gewalt am Arbeitsplatz und hilft, angemessen zu reagieren und gewaltfreie Auswege zu finden. Und schlussendlich gibt Peter Kuschmierz auch handfeste Tipps für eine adäquate Selbstverteidigung im Notfall.