

Betrifft uns alle

Uwe Füllgrabe, Psychologie der Eigensicherung. Überleben ist kein Zufall. 7. Aufl., Richard Boorberg Verlag, Stuttgart, 2017, kart., 310 S., 33,- Euro

Seit 2002 erscheint Füllgrabes Standardwerk „Psychologie der Eigensicherung“ in immer neuen und erweiterten Ausgaben, nun schon in der 7. Auflage.

Was den Erfolg dieses Fachbuchs ausmacht, lässt sich anhand der Erweiterungen der 6. und jetzt 7. Auflage leicht verdeutlichen. Es sind die zahlreichen lebenswichtigen Verhaltenshinweise, die nicht nur dem Polizeibeamten helfen, seine Eigensicherung zu optimieren. Es sind Hinweise, die jeder für sich nutzen kann, der in eine be-

drohliche oder gewaltgeneigte Situation gerät – und dass niemand davor gefeit ist, in eine solche Lage zu kommen, belegt Füllgrabe mit authentischen Berichten und Fallbeispielen. Dabei zitiert er Opfer wie Täter. Er geht auf die wahngesteuerte Aggressivität eines Schizophrenen ebenso ein wie auf die gezielte Gewalt islamistischer Terroristen.

Die Gefahren, die jedem einzelnen von uns im Alltag begegnen können, erscheinen ihm genauso erwähnenswert wie die Anschläge von Paris oder die sexuellen Übergriffe in der Kölner Silvesternacht 2015. Immer geht es ihm darum aufzuzeigen, dass Vorbereitung und Übung, ob mental oder im Einsatztraining der Polizei, den entscheidenden Vorteil bringt, um selbst massivste Angriffe zu überleben.

Konkret beschreibt er, wie man die räumliche Distanz zu einem potenziellen Aggressor wahrt, wie man die Schockstarre bei einem tatsächlichen Angriff überwindet oder wie man sich mit allen Mitteln wehrt, um nicht zu unterliegen.

Füllgrabes „Psychologie der Eigensicherung“ ist schon im Untertitel programmatisch. Dort heißt es „Überleben ist kein Zufall“. Tatsächlich geht es um die Frage, wie man als Polizeibeamter (oder auch einfach als Mensch) psychisch und physisch in einer Welt überlebt, die nun mal gefahrenträchtig ist. Und das Bewusstsein, dass man sich gegen Gefahren erfolgreich wappnen und schützen kann, ist das psychologische Credo des Autors. Es betrifft uns alle.

Dr. Hans Peter Schmalzl