

Toute méthode digne de ce nom doit reposer sur des principes directeurs et fondateurs qui en font sa colonne vertébrale afin de crédibiliser les techniques enseignées. C'est le cas pour le SPK féminin, qui s'appuie sur des thèmes incontournables tels que : analyse de la situation, comportement psychologique, posture physique, communication verbale, décision, zones de riposte, stratégie, reconnaissances et conseils avertis.



# Chapitre 1

# Analyse de la situation



*« Il est possible que l'on soit sauvé par le simple fait de comprendre clairement un moment décisif, et de faire une analyse de tout ce qu'implique ce moment. »*

Thomas Bernhard

Que se passe-t-il lorsqu'une agression est imminente ? Cette phase est capitale pour la marche à suivre. Sa juste appréciation déterminera le succès ou l'échec de la mise en pratique de notre méthode. Mais comment arrive-t-on à jauger une situation de stress ? Il faut exercer notre esprit à une gymnastique cérébrale relativement simple en se posant les questions suivantes pour gérer la crise : pourquoi ? Quand ? Où ? Comment ? Combien ?

## Motif de l'agression

L'agresseur exige de l'argent ? Si le danger de perdre la vie est important, mieux vaut céder tout en prenant la peine de recueillir le maximum d'indices de description pouvant le confondre ultérieurement.

S'il s'agit d'une agression sexuelle, votre honneur, mais jamais votre vie, vaudra la peine que vous ne vous laissiez pas faire.

Enfin, en cas d'acte de violence gratuite, le degré de dangerosité vous fera pencher dans l'action ou la fuite si les risques de séquelles sont trop grands.

## Moment de l'agression

La scène peut se passer de jour, auquel cas la visibilité vous permettra de mieux identifier le ou les agresseur(s) (physique, nombre, etc.), ainsi que les issues de sortie opportunes. Au contraire, si elle se déroule la