

## **Jedes Mädchen kann sich wehren**

### **Selbstbehauptungstipps für Mädchen mit Behinderung**

Waldshut (sl) Mädchen der Waldtor-Schule und der Carl-Heinrich-Rösch-Schule nahmen am vergangenen Wochenende an einem Selbstbehauptungskurs teil. Laute Verteidigungsschreie wie „Hau ab!“, „Lass mich sofort los!“ oder „Finger weg!“ waren während des zweitägigen Kurses an der Waldtor-Schule, den die Konrektorin Astrid Jehle mit finanzieller Unterstützung des ZONTA-Clubs organisiert hatte, immer wieder zu hören. Und stetig wurden die Mädchen aufgefordert: „Schreie so laut du kannst, aus deinem Bauch heraus!“

Von der Berufs- und Arbeitstherapeutin Bianka Neußer und ihrer Mitarbeiterin Monika Lorenz erhielten die Mädchen zahlreiche Selbstbehauptungstipps sowie körperliche und mentale Techniken für ein neues Selbstbewusstsein. „Jede kann sich wehren!“, lautete die Zielbotschaft für die engagiert mitwirkenden Mädchen, die schon kurz nach Kursbeginn am Samstagvormittag ihre Entschlossenheit zeigten, ihr Leben, ihre Gesundheit und ihre Würde wirkungsvoller zu schützen.

„Vertraue deinem Gefühl!“, „Sei aufmerksam“, „Mach dich groß, baue Dich auf!“, das waren nur einige der Suggestivformeln, die die Mädchen wiederholt in Kombination mit eindrucksvollen Körpersignalen einübten.

Ausgangspunkt dieses für Mädchen ausgearbeiteten Projektes ist die alltägliche Gewalt, die viele Mädchen immer wieder erleben müssen. Mädchen erleben in allen Lebensbereichen unterschiedliche Grenzüberschreitungen, wie unangenehme Blicke, festgehalten und "angegrapscht" werden. Immer wieder sind Übergriffe von gleichaltrigen oder älteren Jungen Gegenstand von Erzählungen, wie z.B. gegen den Willen geküsst werden, Grapschereien bis hin zur Androhung und Erfahrung massiver körperlicher Gewalt. Das neue Selbstbewusstsein hilft den Mädchen künftig auch dazu, Missbräuche nicht mehr zu tabuisieren, sondern dagegen vorzugehen.

Konrektorin Astrid Jehle hatte mit Unterstützung von Kolleginnen das Mädchen-Wochenende organisiert und begleitet und ist überzeugt davon, dass diese Freizeitarbeit eine wirksame und nachhaltige Förderung der Persönlichkeitsentwicklung der 10- bis 15jährigen Mädchen bewirkte.

Die Finanzierung des Mädchen-Wochenendes erfolgte über den „ZONTA-Club“ Bad Säckingen, vertreten durch Sabine Gräfin von Dürkheim und Elke Osten.

Bildtext:

Das gruppendynamische Spiel „Karotten zieh´n“ bereitete den Teilnehmerinnen am Mädchenwochenende besonders viel Spaß. „Wir sind stark und mutig!“ lautete dabei einer der vielen Selbstbehauptungstipps.



Weitere Informationen über den Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurs für Frauen und Mädchen nach Sunny Graf siehe: [www.jede-kann-sich-wehren-bodensee.de](http://www.jede-kann-sich-wehren-bodensee.de)

Weitere Informationen über den Zonta Club Bad Säckingen siehe: [www.zonta-badsaekingen.de](http://www.zonta-badsaekingen.de) !