

# Badische Zeitung



10. Februar 2014

Im Notfall zuschlagen oder treten – Mitarbeiterinnen der Caritaswerkstätten lernen von Bianka Neußer (im grünen T-Shirt), wie sie sich gegen Angreifer wehren können. Foto: Christiane Weishaupt

**BAD-SÄCKINGEN.** Wie sich Frauen mit Behinderung gegen Gewalt wehren können, erfuhren in Bad Säckingen Mitarbeiterinnen der Caritaswerkstätten in einem zweitägigen Kurs mit Bianka Neußer. "Wir möchten die Frauen stärken, in ihren Rechten, in ihrer Selbstbestimmung und sie vor Gewalt schützen." Die Trainerin für Selbstbehauptung und Selbstverteidigung gibt seit zehn Jahren Kurse für Mädchen an Förderschulen im Landkreis Waldshut. Finanziert werden sie vom Zonta Club Bad Säckingen.

"Ich bin froh, hier zu sein. Bin schüchtern und der Kurs stärkt mein Selbstbewusstsein." Die Botschaft einer der 15 Teilnehmerinnen gegen Ende des Kurses ist eindeutig: Sie hat gelernt, Grenzen zu setzen, sich zu wehren und ihre Würde zu schützen. "Mädchen und Frauen mit Behinderung sind besonders häufig von Gewalt betroffen", weiß Bianka Neußer. Verbale Attacken, sexuelle Belästigung und körperliche Übergriffe – Gewalt äußert sich unterschiedlich. Die Täter kommen häufig aus dem persönlichen Umfeld und wollen Macht und Kontrolle über das Opfer bekommen. Frauen mit Behinderung werden als besonders hilflos und schwach wahrgenommen, auch weil ihnen das Neinsagen schwerer fällt als ihren Geschlechtsgenossinnen ohne Handicap. "Fass mich nicht an!" Die Ansage ist deutlich, die Mimik auch: Bianka Neußer sieht ihrem Kontrahenten mit grimmigem Blick in die Augen. Ihr Körper ist auf Abwehr gerichtet. In Rollenspielen zeigt die drahtige Trainerin, wie die Frauen sich bei Grenzüberschreitungen verhalten sollen: Sich bloß nicht kleinmachen, sondern eindeutig Stellung beziehen. Wenn es sein muss, auch mit vollem Körpereinsatz. Dann holt sich der Angreifer eine blutige Nase, bekommt den

Ellenbogen ins Gesicht oder das Knie in den Unterleib. "Darf ich das überhaupt?", fragen sich die Teilnehmerinnen.

Margarete Basler, Amtsgerichtsdirektorin und als Mitglied im Zonta Club bei der Demonstration der Übungen dabei, kann beruhigen: "Wer angegriffen wird und sich in Notwehr wehrt, ist straffrei." Der Kurs macht aber deutlich, dass es nicht ums Zuschlagen geht, sondern um Selbstbehauptung. "Er dient auch der Persönlichkeitsbildung", sagt Anna Ruf vom Caritas-Sozialdienst, die den Kurs begleitet und froh ist, ihn mit Hilfe des Zonta Clubs den Mitarbeiterinnen der Caritaswerkstätten bereits zum zweiten Mal anbieten zu können. Bei vielen Teilnehmerinnen habe der Kurs mit dem Titel "Jede kann sich wehren" bereits nach dem ersten Tag eine positive Wirkung gezeigt.

**Kurse:** Unter dem Namen "Power Girls" fördert der Zonta Club Bad Säckingen seit 2004 Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurse für Mädchen an Förderschulen im Landkreis Waldshut. Schwierige Situationen richtig erkennen und richtig reagieren steht dabei im Vordergrund. Informationen im Internet: <http://www.zonta-badsaeckingen.de>

Autor: Christiane Weishaupt