

Strategien gegen sexuelle Gewalt

Behinderte Frauen lernen Verteidigung



Wut gibt Kraft, und Kraft gibt Selbstbewußtsein – Behinderte Frauen können sich wehren.
Foto: Hänscheid

Münster (KCB) - Ob Macht- ausnutzung im Spiel ist oder ein perverser Trieb – besonders Familienangehörige und Bekannte vergehen sich häufig an behinderten Frauen. „85 Prozent aller behinderten Frauen werden mit sexueller Gewalt konfrontiert“, stellte Lydia Zijdel am Wochenende in der Osthalle fest. Um ihre Kursteilnehmerinnen vor solchen Übergriffen zu schützen, begann die erfahrene Psychotherapeutin und Karatelehrerin zunächst, das Selbstbewußtsein der zwanzig Frauen zu stärken.

„Hau ab“, war das erste, was die Teilnehmerinnen des Selbstverteidigungskurses lernten. „Kann eine Frau mit Krücken laufen, dann kann sie auch treten. Kann sie selbst eine Tasse heben, dann kann sie auch schlagen“, lautete die knappe Feststellung der energiegelichen Niederländerin, die weltweit die einzige weibliche Rollstuhlfahrerin ist, die eine Ausbildung zur Karatemeisterin absolviert hat.

Die „innere Kraft“ ist es, die Lydia Zijdel bei ihren Schülerinnen wecken will. Denn einem Angreifer muß selbstbewußt und hart gegenübergetreten werden. Einem von hinten angreifenden Mann wird der Ellbogen in die Rippen gerammt, greift einer von vorn an die Kehle, wird er erst herangezogen und

dann kräftig fortgestoßen. Auch der Rollstuhl kann als Waffe genutzt werden. Einige Knüffe und Hiebe mußten die Helferinnen schon einstecken, die als Leiterinnen von Selbstverteidigungskursen den behinderten Frauen als Übungsobjekte dienten. Sie nahmen an dem Kurs teil, um das Training mit Behinderten zu lernen.

„Mein Selbstbewußtsein ist gestiegen, ich traue mir zu, mich gegen einen Angreifer zu wehren“, sagte eine Frau mit Gehbehinderung. „Besonders, wenn Wut hinzukommt, entwickelt man eine große Kraft“, hat sie festgestellt. Eine andere fand die Technik sehr wichtig, mit der sie Überfälle abwehren kann. „Frauen mit Behinderungen sind häufig unsicher. Energiereiches Auftreten allein kann schon abschrecken“, meinte eine Frau, die vor allem gelernt hat, sich in ihrem Rollstuhl sicherer zu bewegen. Was wohl alle Frauen mit nach Hause nahmen, war Energie, eine positive Einstellung und ein Gefühl von Sicherheit.

Das Wochenende, an dem nicht nur Praxis vermittelt, sondern auch aufschlußreiche Gespräche geführt wurden, war ein Gemeinschaftsprojekt der Ambulanten Dienste e.V. und der Schwarzen Witwe.