

Kurs

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Gehörlosen-Zeitung**

Band (Jahr): **90 (1996)**

Heft 8

PDF erstellt am: **17.09.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

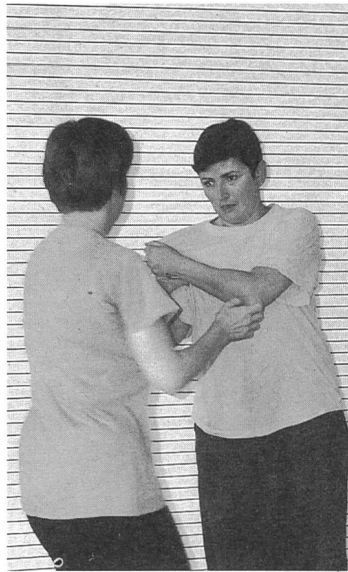
Sich wehren? - Aber wie?

Yvonne Hauser-Bütschi

Bereits zum zweitenmal wurde im März 1996 in der Migros-Klubschule in Bern ein Kurs zur Selbstverteidigung, speziell für Gehörlose, Schwerhörige, Spätertaubte, aber auch Hörende, durchgeführt. Für die Gehörlosen stand eine Dolmetscherin zur Verfügung. An den beiden Kursen nahmen etwa 30 Frauen teil. Jüngere bis Ältere (über 70jährige) machten mutig mit.

Und heute - wie fühlen sich diese ehemaligen Kursteilnehmerinnen? Nachts allein auf der Strasse? An der Wohnungstüre? In der Waschküche? Im Wald usw.? Überall können Gefahren lauern! Seien es Überfälle, Vergewaltigungen, Entreisssdiebstähle, Bedrohungen usw., immer hat man eine gewisse Angst davor. Geht es Ihnen, liebe LeserInnen, manchmal auch so? Fühlen Sie sich auch unwohl oder ängstlich, vor allem wenn Sie allein sind?

An diesen Selbstverteidigungskursen hat uns das sympathische Kursleiter-Ehepaar, Dora und Werner Walther, die Ängste und Unsicherheiten praktisch weggenommen. Wir Frauen, die an diesen Kursen teilgenommen haben, fühlen uns jetzt viel selbstsicherer und sind auch mutiger geworden. Uns wurde gelehrt, wie man sich wehren kann, ohne viel Kraftaufwand. Brutal dürfen und müssen wir gegenüber dem Gewalttäter werden. Kein Erbarmen haben mit ihm und keine Angst, den Gewalttäter zu verletzen. (Er ist selber schuld!) Als Notwehr ist alles erlaubt: nicht nur mit Faust, Krallen, Spucken, Bein und



Mehr Selbstsicherheit in einer bedrohlichen Situation kann man trainieren.

Schreien, auch mit Gegenständen wie z.B. Schlüssel, Schirm, Stein, Dreck. Fast alle möglichen Tricks wurden uns vorgeführt, die wir dann gegenseitig (jedoch ohne brutal zu sein) ausübten. Es gab viel zu lachen dabei, aber es war eine ernste Übung.

Wir lernten nicht nur körperliche Abwehr, sondern auch etwas Theorie und Psychologie. Zum Beispiel: Was geht in einem Täter vor, wenn er jemanden mit einem Messer bedroht, über jemanden Gewalt ausübt? Wie verhalte ich mich in einem solchen gefährlichen Fall? In der Theorie wurden wir z.B. auch aufgeklärt, dass wir alle meldepflichtig sind, wenn wir Verdacht auf ein Verbrechen schöpfen, z.B. auf Überfälle, Gewalttaten, aber auch auf Kindsmisshandlung in der Nachbarschaft.

Dora und Werner erzählten uns auch Beispiele von Verbrechen. Es ist unglaublich, was so alles passiert! Schlimm ist es jedesmal für die Opfer selbst. Die meisten Opfer müssen noch lange mit diesen Erlebnis-

sen und Verletzungen leben. Sehr oft brauchen sie noch psychische Beratungen. Erst seit dem 1.1.93 gibt es für die Opfer ein Opferhilfegesetz (OHG). Dieses Gesetz regelt Anspruchsvoraussetzungen, Entschädigungsfragen sowie den ganzen Beratungsbereich.

Wie und wer kam auf die Idee, Selbstverteidigungskurse anzubieten? Nachdem Schwerhörige offen über ihre Unsicherheiten, vor allem in der Nacht, mit Silvia Hochstrasser (Sekretärin von pro audito, Bern) sprachen, kam diese auf die Idee, einen Selbstverteidigungskurs speziell für Hörbehinderte zu organisieren. Sie fragte die Beratungsstelle für Gehörlose in Bern (mit Sandro De Giorgi und Martin Wiedmer), ob sie gemeinsam einen Selbstverteidigungskurs anbieten könnten. Nachdem sie zusammen in einem solchen Kurs schnupperten, gingen sie mit ihrem Anliegen zur Leiterin der Migros-Klubschule.

Dieses Angebot für den Selbstverteidigungskurs hat sich bewährt. Ab Anfang November sind bereits wieder ein Anfänger- und Fortsetzungskurs geplant. Interessenten wenden sich bitte an die Beratungsstelle für Gehörlose Postfach, Mühlemattstrasse 47 3000 Bern 14 oder an den Schwerhörigen-Verein pro audito Sternengässchen 1 3011 Bern Telescrit 031 311 57 81 Fax 031 311 00 62

«Schade, dass dieser Kurs fertig ist - ich hätte gerne weitergemacht und es hat mir gut gefallen!» sagte mir am Schluss eine 72jährige Teilnehmerin.



Tricks zur Abwehr von Bösewichten werden ausprobiert.