

Dokumentation
I. landesweite Fachtagung

Qualitätsmerkmale

von Selbstbehauptungs- und
Selbstverteidigungskursen

für Mädchen und Frauen

Herausgeberin Aranat e.V.

Impressum



1. Auflage, Dezember 2000

Herausgeberin:

Aranat e.V.

Steinrader Weg 1

23558 Lübeck

Tel. 0451/4082850

<http://www.aranat.de>

Redaktion:

Barbara Scholand

Satz/Layout:

Angelica Ruba

Inhalt

Vorwort **3**

Tagungsablauf **4**

VORTRÄGE

Mechthild Keller **5**

Auswirkungen sexualisierter Gewalterfahrungen auf das Körpergefühl und die Bewegungsentwicklung von Frauen und Mädchen

Ika Hügel-Marshall **11**

Formen und Auswirkungen von Gewalt gegen Migrantinnen und Schwarze Frauen und Mädchen

Bärbel Mickler **16**

Behinderte Mädchen und Frauen-Be-hinderte Sexualität-un-behinderte Gewalt?

ARBEITSGRUPPEN

Leitfaden für die AGs **20**

Protokoll AG 1 **20**

Protokoll AG 2 **23**

Protokoll AG 3 **27**

Evaluation und Fazit **31**

Ergebnisse des Arbeitskreises AG 1 **33**

Literatur **36**

Referentinnen der Tagung **39**

Impressum **39**

Vorwort

Liebe Leserin, lieber Leser

diese Fachtagung richtete sich an Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungs-Trainerinnen, an Lehrerinnen sowie an Mitarbeiterinnen in Institutionen, die Selbstverteidigungskurse anbieten oder empfehlen: z.B. Mitarbeiterinnen von Notrufen und Beratungsstellen, Gleichstellungsbeauftragte, Mitarbeiterinnen bei Staatsanwaltschaft und Polizei, Sportverbänden u.ä.m.

Den Hintergrund dieser Fachtagung bildete die Tatsache, dass der Markt an SelbstverteidigungsanbieterInnen in den letzten Jahren enorm gewachsen und für die Interessentinnen zunehmend unüberschaubar geworden ist. Neben seriösen Trainingsangeboten gibt es auch eine Reihe kritisch einzuschätzender Kurse.

Ziel dieser Fachtagung war es, Qualitätsmerkmale von Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskursen zu erarbeiten, die es den Interessentinnen ermöglichen,

- ein Kursangebot auszuwählen, das ihren Wünschen entspricht und
- seriöse /qualifizierte von unseriösen /unqualifizierten Angeboten zu unterscheiden.

Die Ergebnisse der Fachtagung liegen in dieser Broschüre vor und sollen insbesondere denjenigen, die mit dem Thema Selbstbehauptung und Selbstverteidigung nicht so vertraut sind, erste Anhaltspunkte für die Einschätzung entsprechender Angebote liefern. Darüberhinaus zeigen Rückmeldungen von Organisatorinnen und Trainerinnen, dass die Anregungen, die sie auf der Fachtagung erhielten, ihre Arbeit verändert und bereichert haben. Ein weiteres bemerkenswertes Resultat der Fachtagung ist, dass sich zum Teil neue Vernetzungen und Kooperationen daraus entwickelten. Entsprechende Hinweise finden Sie unter den AG-Ergebnissen.

Wir freuen uns über Rückmeldungen zu dieser Broschüre!

Aranat e.V.

Tagungsablauf

- 12.00** Begrüßung und Einführung von Barbara Scholand
- 12.15** Vortrag von **Mechthild Keller**
„Auswirkungen von sexualisierter Gewalt auf das Körper- und Bewegungsverhalten von Mädchen und Frauen“
- 12.45** Vortrag von **Ika Hügel-Marschall**
„Formen und Auswirkungen von Gewalt gegen Migrantinnen und Schwarze Frauen und Mädchen“
- 13.15** Vortrag von **Bärbel Mickler**
„Formen und Auswirkungen von Gewalt gegen Mädchen und Frauen mit Behinderung“
- 13.45** Kaffeepause
- 14.15** Arbeitsgruppen
AG 1: Auswirkungen sexualisierter Gewalt gegen Frauen und Mädchen - Konsequenzen für die organisatorische und inhaltliche Ausgestaltung von Selbstverteidigungskursen sowie Anforderungen an TrainerInnen.
Leitung: Mechthild Keller
AG 2: Gewalt gegen Migrantinnen und Schwarze Frauen und Mädchen - Anforderungen an Selbstverteidigungskurse und TrainerInnen, die sich an diese Zielgruppe richten.
Leitung: Ika Hügel-Marshall
AG 3: Gewalt gegen Mädchen und Frauen mit Behinderung - Anforderungen an Selbstverteidigungskurse und TrainerInnen, die sich an diese Zielgruppe richten.
Leitung: Bärbel Mickler
- 16.15** Vorstellung und Diskussion der Arbeitsergebnisse im Plenum
- 17.00** Ende der Veranstaltung

Auswirkungen sexualisierter Gewalterfahrungen auf das Körpergefühl und die Bewegungsentwicklung von Frauen und Mädchen

Sexuelle Gewalt ist alltäglich

Sexualisierte Gewalt ist keine Einzelercheinung, sondern ein alltägliches Phänomen dieser Gesellschaft. Um dies zu verdeutlichen seien ein paar Zahlen genannt.

Es kann davon ausgegangen werden, daß über 300.000 Kinder jährlich in Deutschland sexuell mißbraucht werden. Täter waren 1993 zu 97% Männer, zu 3% Frauen, die Opfer zu 75% Mädchen und zu 25% Jungen (wobei sich nach neueren Untersuchungen von Dirk Bange die Zahl bei sehr kleinen Jungen hin zu 50% verschiebt). In nur etwa 5% ist der Täter dem Kind völlig fremd, 2/3 stammen aus der Familie oder dem nahen Umfeld. Dunkelzifferhochrechnungen aus den Niederlanden, den USA und der BRD decken sich in der Annahme, daß jedes 3-4 Mädchen mißbraucht wurde. Auch wenn die Zahlen umstritten sind und sich je nach Definition sexuellen Mißbrauchs etwas nach oben oder unten verschieben, so wird doch deutlich, daß es sich um ein strukturelles Problem unserer Gesellschaft handelt und sexuelle Gewalt ein Geschlecht hat.

„Sexuelle Gewalt setzt unmittelbar am Körper an. Sie zielt auf die Zerstörung der körperlichen und seelischen Integrität. Ein solcher Angriff muß Auswirkungen auf das Verhältnis zum eigenen Körper, auf den Umgang mit dem Körper, auf seine Bewegung, Wahrnehmung und Darstellung haben. Sexuelle Gewalt ist zentraler Bestandteil der Sozialisation von Mädchen und nicht nur mit der individuellen, sondern auch mit der kollektiven Bewegungs- und Körpergeschichte von Frauen in Verbindung zu setzen“ (Birgit Palzkill 1997).

Dies bedeutet, daß nicht nur die Bewegungsentwicklung einzelner Betroffener (Überlebender) damit in Verbindung gebracht werden muß, sondern auch, dass es sinnvoll ist, sogenanntes typisches weibliches Verhalten im Bewegungsunterricht vor diesem Hintergrund zu betrachten.

Folgende Beispiele mögen verdeutlichen, wie sich sexuelle Gewalt sehr alltäglich auswirken kann.

- Viele Frauen haben sich in ihrer Jugend in „Ausdruckskompetenz“ (Haug1983) geübt, d.h. es werden bestimmte

Körperpartien z. B. durch Körperhaltung oder auch Kleidung betont, andere kaschiert, immer in Abhängigkeit zum aktuell gültigen Schönheitsideal.

- Der weibliche Körper wird in eine Landkarte von Bedeutungen aufgeteilt, einige Regionen sind von besonderer sexualisierter Wichtigkeit, andere eher nicht.
- Selbst Frauen, die von sich selbst wissen, dass sie zu haben, (z.B. Volleyballspielerinnen), können sich manchmal nicht vorstellen diese zum eigenen Schutz einzusetzen.
- Mädchen lernen auch heute noch nur sehr vereinzelt im Laufe ihrer Sozialisation, ihren Körper zur Durchsetzung der eigenen Grenzen, resp. zum eigenen Schutz einzusetzen.
- Der Körper und die Bewegungen von Frauen werden nicht selten mit sexualisiertem Blick betrachtet. Dies kann dazu führen, dass bestimmte Bewegungen und Körperhaltungen von vornherein vermieden werden.
- Bei Grenzverletzungen reagieren Frauen häufig mit sog. *Wahrnehmungsverschiebungen*. Auf Beleidigungen wie respektlose Sprüche, abtastende Blicke, sog. *zufällige* Berührungen kann die Reaktion der Betroffenen *zeitversetzt* oder manchmal auch gar nicht erfolgen. Dieses Phänomen begründet sich darin, dass der eigenen Wahrnehmung nicht getraut wird oder darin, dass sich gefragt wird, *wie es wohl gemeint war*.

Auswirkungen von bzw. Überlebensstrategien bei sexuellem Mißbrauch, insbesondere im Bereich von Körper und Bewegung

Die Sportwissenschaft läßt bisher noch viele Fragen zu o.g. Thema offen; soweit wie es Erfahrungen und Ansätze von Antworten gibt, kommen diese v.a. aus dem therapeutischen Bereich.

Im sexuellen Mißbrauch machen Mädchen die Erfahrung, über ihren eigenen Körper keine Kontrolle haben zu dürfen. Zu dem Kontrollverlust kommt die Erfahrung massiver Grenzverletzung sowohl im emotionalen als auch im körperlichen Bereich.

Überlebende müssen erst mühsam wieder lernen, ihre Grenzen zu erkennen und vor allem auch zu spüren. Die dabei u.U. hilfreiche Therapie hat den Cha-

rakter einer "Suchwanderung" (Wirtz 1991): in der gesucht wird, was zum Leben gebraucht wird, welches wiedergefunden werden muß.

Folgende Worte drücken aus, was Überlebende in das Zentrum ihres Leidens führt:

„Habe ich meinen Körper verloren, so habe ich mich selbst verloren. Finde ich meinen Körper, so finde ich mich selbst. Bewege ich mich, so lebe ich und bewege die Welt. Ohne diesen Leib bin ich nicht und als mein Leib bin ich. Er ist der Ausgangspunkt und das Ende meiner Existenz“ (Vladimir Iljine zit. n. Wirtz 1991).

Doch der Wiederaneignung des Körpers sind erhebliche Hindernisse in den Weg gestellt und Überlebende erfahren o.g. Worte mit umgekehrten Vorzeichen.

Der Körper bildet den Beginn der Selbstentfremdung. Die meisten Frauen haben in Bezug auf ihren Körper und ihre Sexualität einen Kampf auszufechten und die Zurückeroberung des verlorenen Territoriums kostet sie sehr viel Energie.

Einen großen Bereich der Überlebensstrategien bilden die Dissoziationen, d.h. Abspaltung von Gefühlen und Wahrnehmungen des Körpers bzw. Teilen des Körpers. Dissoziationen werden als Überlebensstrategie, als Versuch, den Missbrauch zu bewältigen, gesehen. Einige Erscheinungsformen von Dissoziationen möchte ich nennen:

1. Die Fühllosigkeit einzelner Körperteile und besonders jenes Bereichs, der dem Mißbrauch speziell ausgesetzt war, kann sich bis auf die Ebene der physiologischen Abläufe auswirken. Viele Frauen haben ihre Gefühle auf Eis gelegt, weil sie ihnen zu gefährlich und damit unerträglich waren. So beschreibt Fraser (1988) beispielsweise, wie sie ohne emotionale Beteiligung ihr Studium absolviert, nur ihr Kopf, ihr "abgetrennter Kopf" ging zur Universität.

Der Kopf entscheidet, die Signale des Körpers werden ignoriert oder nicht wahrgenommen. Dabei kann der Hals als Verbindung zwischen Kopf und Körper gesehen werden und da über das „Unsagbare“ nicht gesprochen werden darf, bleiben die Worte im Halse stecken. Die Verbindung zwischen Kopf und Körper ist unterbrochen, was dazu führt, daß Frauen und Mädchen ihren Körper nicht fühlen, sondern ihn nur sehen. Sie verlassen ihn auf unterschiedliche Weise: manche immer, einige phasenweise, andere situativ.

Den eigenen Körper nicht ganz wahrzunehmen, kann sich auf folgende Weise zeigen:

- Die Mißbrauchssituation, räumlich gesehen, kann sich direkt auf das Körpergefühl übertragen. Der Arm auf der Seite des Bettes, der vom Vater als Täter kam, wird als nicht vorhanden wahrgenommen.
- Manchmal haben Überlebende das Gefühl, sich nicht bewegen zu können, Arme oder Beine sind nicht vorhanden, weil sie ehemals festgehalten wurden. Sie fühlen sich unfähig die Beine zum Weglaufen oder die Arme zum Schutze einzusetzen.
- Einzelne Körperteile können nicht koordiniert werden, da sie einzeln nicht wahrgenommen werden.

2. Eine andere Form der Abwehr ist eine Mischung aus Lähmung und Müdigkeit. Dieses Gefühl kann charakterisiert werden, als "Lebendig-Tot-sein", als ein Leben "als ob" (Wirtz 1991).

3. Ein weiterer Aspekt der Dissoziation ist die Abwehr physischen Schmerzes und die Erzeugung körperlichen Schmerzes. Es ist möglich, sich bei extremen Schmerzen durch eine Art Selbsthypnose gefühllos zu machen. Diese Fähigkeit kann später auch z.B. bei sportlichen Hochleistungen genutzt werden.

Eine andere Möglichkeit den Mißbrauchsschmerz abzuwehren, besteht darin, sich selbst einen anderen Schmerz zuzufügen. So gefährlich sich der Mechanismus der Dissoziation für die Betroffenen darstellt, so deutlich wird doch, dass es sich dabei um Überlebensversuche handelt, um verzweifelte Bemühungen das in Auflösung begriffene Ich wiederherzustellen. Das Gefühl der Leere, des Abgestorbenseins, der Entfremdung kann sich steigern bis zu der Vorstellung, verrückt zu werden. Akte der Selbstzerstörung können die Funktion übernehmen, sich und den Körper endlich wieder zu spüren und dem Zustand der Leere entgegen zu wirken. Ingeborg Bachmann spricht in ihrem Buch Malina in diesem Zusammenhang von einer "Injektion von Wirklichkeit", um der Entfremdung entgegen zu wirken.

Der Schock ist ein weiteres Phänomen, das mit dem Missbrauch in vielen Fällen einher geht, und zwar insbesondere dann, wenn der Täter ein dem Mädchen nahestehender Mann ist. Bleibt der Schock unbehandelt, kann es selbst Jahre später zu körperlichen Reaktionen kommen, ohne das Frauen sich konkret an das auslösende Ereignis erinnern können. Ein psychischer Schock äußert sich auf körperlicher Ebene durch Absinken des Blutdrucks, Ausbrechen kalten Schweißes, Herzhagen, Blässe, Apathie bis hin zur Bewußtlosigkeit.

Schockzustände, die durch andere Gewalteinflüsse wie beispielsweise einen Verkehrsunfall, hervorgerufen werden, können medizinisch-therapeutisch be-

handelt werden. Dies kann bei sexuellem Mißbrauch nicht immer geschehen, da er noch oft verschwiegen und verdrängt wird. Hinzu kommt, dass bei anders verursachten Schockzuständen, Gedächtnislücken als normale Folge gelten, während bei Mißbrauch und Vergewaltigung das „sich nicht erinnern können“ schnell als Beweis für Unglaubwürdigkeit gesehen wird. Damit bleibt der Schock auf körperlicher Ebene unverarbeitet, das schockierende Erlebnis gräbt sich in den Körper ein. Der Körper wird zum lebendigen Gedächtnis.

Wie können LehrerInnen und TrainerInnen vor diesem Hintergrund ihren Unterricht so gestalten, dass er für die TeilnehmerInnen keine zusätzliche Belastung bedeutet, sondern ihnen eine Hilfe bietet?

Es gibt wenig Antworten, aber viele Fragen. Was für jedes einzelne Mädchen gut und hilfreich ist, wird im Detail sicher niemals endgültig beantwortet werden können. Regine Ulmer (1997) sagt dazu: „Denn was jede Einzelne heute als eine Hilfe und Stütze im Leben mit Gewalterfahrungen empfindet, kann übermorgen etwas sein, das sie hindert, neue Erfahrungen mit ihrem Körper und im Umgang mit ihm kennen zu lernen. Und jede Frau reagiert auf ihre Weise auf sexuelle Gewalt und entwickelt ihre Strategie zu überleben“.

Trotzdem gibt es Bedingungen, Voraussetzungen und Umstände, die den TeilnehmerInnen von Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungsangeboten eine Hilfe und Stütze sein können und die dazu beitragen, die Handlungsfähigkeit von Mädchen und Frauen zu erweitern, gerade in diesem Bereich, um sich im Alltag freier bewegen zu können.

Ich lade herzlich dazu ein, in der anschließenden Arbeitsgruppe die Fragen nach Inhalten, Methoden und Voraussetzungen der TrainerIn im Selbsterteidigungs- und Selbstbehauptungsunterricht vor dem Hintergrund von Professionalität zu diskutieren.

Literatur:

Bachmann, Ingeborg:

„Malina“. Frankfurt a. M. 1971.

Bass, Ellen/**Davis**, Laura:

„Trotz allem: Wege zur Selbstheilung für sexuell mißbrauchte Frauen“. Berlin 1990.

Davis, Laura:

„Verbündete“. Berlin 1992.

“**Die** bewegte Frau“. Vortragsheft zum 2. Forum “Sexuelle Gewalt und Sport“. Köln

Fraser, S.:

„In meines Vaters Haus“. Düsseldorf 1988.

Haug, Frigga (Hrsg.):

„Frauenformen 2“. As 90, Berlin 1983.

Henley, Nancy M.:

„Körperstrategien“. Frankfurt a. M. 1989.

Janssen - Jurreit, Marie-Luise:

„Sexismus“. München, 3. Auflage, 1978.

Kavemann, Barbara:

„Sexueller Mißbrauch im Kindesalter - Einführung in die Problematik“.

In: **Walter, J. (Hrsg.):** „Sexueller Mißbrauch im Kindesalter“. Heidelberg 1989, S. 11-34.

Steinhage, Rosemarie:

„Niemand macht sich die Mühe zu fragen“.

In: **Janshen, Doris (Hrsg.):** „Sexuelle Gewalt“. Frankfurt 1991, S. 101-112.

Steinhage, Rosemarie:

„Niemand macht sich die Mühe zu fragen“.

In: **Janshen, Doris (Hrsg.):** „Sexuelle Gewalt“. Frankfurt 1991, S. 101-112.

Ulmer, Regine:

„Das Lachen im Körper wieder hören - sexuelle Gewalt und Sport / Bewegung“. In: „...auf Bäume klettern ist politisch“. HgIn. Susanne Bischoff, Hamburg 1993

Wirtz, Ursula:

„Seelenmord“. Zürich, 4. Auflage, 1991.

Woesler de Panafieu, Christine:

„Außen- und Innenaspekte weiblicher Körper“.

In: **Klein, Michael (Hrsg.):** „Sport und Geschlecht“. Reinbek bei Hamburg 1983, S. 60-74.

Formen und Auswirkungen von Gewalt gegen Migrantinnen und Schwarze Frauen und Mädchen

In meinen Ausführungen geht es um rassistische Gewalt, die sich ausschließlich auf Frauen anderer Kultur, Herkunft und Hautfarbe bezieht. Migrantinnen, Schwarze Frauen und Mädchen trifft rassistische Gewalt gleichermaßen. Da sich prinzipiell Frauen- von Mädchenarbeit unterscheidet, somit auch Selbstverteidigung für Mädchen, und alles was mit Mädchen zu tun hat, ein ganz eigenständiger Bereich ist, werde ich in meinem Vortrag nicht explizit darauf eingehen können.

Ich beginne mit einer kurzen Einführung zur gesellschaftlich-politischen Situation, denn ohne diesen Kontext zu beschreiben, kann keine Gewaltdiskussion geführt werden und wir können nicht über Formen und Auswirkungen von rassistischer Gewalt gegen Migrantinnen, Schwarze Frauen und Mädchen sprechen und erst recht keine Gegenstrategien entwickeln.

Das in Deutschland und anderen Ländern vorherrschende Klima rassistischer, antisemitischer und rechter Gesinnung hat zu einer Steigerung der Gewalt vor allem gegenüber Schwarzen Menschen und MigrantInnen geführt. Rechtsradikale randalieren, zerstören und verunstalten jüdische Synagogen, Friedhöfe und Denkmäler für die Opfer des Holocaust, verüben Brandanschläge auf Wohnungen von Schwarzen Menschen und MigrantInnen usw. Dabei werden sie durch eine verantwortungslose Haltung und das Nicht-Handeln von PolitikerInnen angespornt, von einem Großteil der Bevölkerung tatkräftig unterstützt und von einer noch größeren schweigenden Mehrheit toleriert. Vor den Augen vieler weißer Passanten greifen Banden von Skinheads und Neonazis Schwarze, Jüdinnen und Juden oder Menschen, von denen angenommen wird, sie seien „Ausländer“, an, schlagen sie zusammen oder töten sie.

Es ist unmöglich, die Funktionsweise eines Unterdrückungssystems zu analysieren, ohne Ähnlichkeiten mit anderen Unterdrückungsstrukturen wie Rassismus, Antisemitismus, Heterosexismus, Klassenunterdrückung und die Diskriminierung von alten und körperlich oder geistig behinderten Menschen zu berücksichtigen. Ebenso wie Vergewaltiger ein Klima von Angst verbreiten, das alle Frauen in ihrem Leben beeinträchtigt und so die Vorteile der Macht für alle Männer sichert, so terrorisieren Skinheads und Neonazis Schwarze Menschen, MigrantInnen und sichern dadurch für alle Weißen Vorteile einer weißen rassistischen Herrschaft. Durch die schweigende Duldung vieler Frauen und Männer und die Komplizenschaft von PolitikerInnen mit RassistInnen wird ein Klima von Mißachtung und Haß geschaffen, dessen Auswirkungen rassistische Gewalttaten sind.

Frauen „nicht-deutschen Aussehens“ sind in Deutschland der alltäglichen Erfahrung von Rassismus ausgesetzt. Rassismuserfahrung ist in ihrer Konsequenz zum Beispiel für eine Studentin türkischer Herkunft, die in Deutschland geboren ist und hier ihren Lebensmittelpunkt hat, anders als für eine Flüchtlingsfrau, die sich seit zwei Monaten in Deutschland aufhält oder einer Migrantin, die seit drei Jahren in Deutschland lebt und arbeitet. Das spezifische Brisante der Erfahrung von Rassismus für z.B. Afrodeutsche - in Abgrenzung beispielsweise zu Mitgliedern der ersten Migrationsgeneration - besteht darin, dass sie die Erfahrung von Ausgrenzung, Gewalt, von zugeschriebener und möglicherweise internalisierter Minderwertigkeit in dem gesellschaftlichen Kontext machen, in dem sie groß geworden und ansässig sind.

Für Menschen, die in einer rassistischen Gesellschaft wie dieser groß geworden sind, haben vergangene, gegenwärtige und zukünftige Erfahrungen von Rassismus vielfältige Bedeutungen und sind für die Entwicklung ihres Selbstkonzeptes, ihres Selbstwertgefühls und die Entwicklung ihrer sozialen Handlungsbereitschaft entscheidend. Rassismuserfahrungen sind Erfahrungen, die Migrantinnen, Schwarze Frauen und Mädchen als Person schlechthin in Frage stellen, und somit (zwar nicht von allen Weißen Deutschen aber auf allen Ebenen der deutschen Gesellschaft) als Symbol von Minderwertigkeit gesehen und auch so behandelt werden.

Ohne sich mit den Rassismuserfahrungen der Betroffenen auseinanderzusetzen, ist jedoch weder eine Gewaltdiskussion, noch ein antirassistisches Handeln und Eingreifen bei rassistischer Gewalt möglich.

Bevor ich näher auf Formen und Auswirkungen rassistischer Gewalt eingehe, möchte ich kurz und nur beispielhaft die unterschiedlichen Formen von Gewalt erwähnen.

1. Rassistische physische Gewalt

Grundsätzlich:

Gewalt dient dem Zweck, eine Person zu verletzen und sowohl Macht, als auch Kontrolle über sie zu erlangen. Es ist wichtig, den Gewaltbegriff klar zu definieren und personelle von struktureller Gewalt zu unterscheiden. Als rassistische Gewalt wird jedes Verhalten definiert, das anderen Personen aufgrund ihrer ethnischen, kulturellen, religiösen Herkunft den Zugang zu ökonomischen, sozialen oder politischen Mitteln verwehrt oder erschwert, sie diskriminiert, ihre Selbstachtung und ihr Selbstwertgefühl unterminiert, zerstört, sie verfolgt und oder tötet.

Unter rassistischer physischer Gewalt verstehen wir jegliches körperliches aggressives Verhalten bis hin zu Mordanschlägen.

2. Rassistische psychische Gewalt

Unter psychischer Gewalt verstehen wir, verbale Attacken, Beleidigungen, Diskriminierungen. Verletzung des Vertrauens und die Mißachtung der Verletzbarkeiten. Betitulierungen, die auf die Hautfarbe bezogen sind, Witze über Migrantinnen, Schwarze Frauen und Mädchen zu reißen, sie über Kontakte zu ihrer eigenen Community auszufragen, Diskriminierungen zu beschönigen (das war doch nicht so gemeint), der Norm des Weisseins zu entsprechen, sich in diskriminierender und unverblümt rassistischer Art und Weise in Büchern, in Medien, Liedern etc. dargestellt zu sehen.

3. Rassistische emotionale Gewalt

Unter emotionaler Gewalt verstehen wir eine Form von psychischer Gewalt, bewußt mit den Ängsten und Schwächen der Betroffenen zu arbeiten, um das Selbstwertgefühl zu zerstören. Eine klare Trennung zwischen psychischer und emotionaler Gewalt kann im Bereich des Rassismus nicht eingehalten werden, denn z.B. Schwarze Frauen und Jüdinnen haben eine lange Geschichte der Verfolgung, Erniedrigung und Nicht-Akzeptanz. Es gibt z.B. kaum eine Schwarze Frau, die nicht die Unterdrückungsgeschichte der Schwarzen in Amerika und Südafrika kennt, oder hier in Deutschland die Erfahrung machen muss, als „Besatzungskind“, immer der Schandfleck der Familie und Gesellschaft zu gelten, von der Mutter versteckt, in Heimen untergebracht, in der Schule als dümmer gegolten zu haben als die weißen Mitschülerinnen und Mitschüler, oder aufgrund ihrer Hautfarbe schweren körperlichen Mißhandlungen ausgesetzt gewesen zu sein. Da Rassismus ebenso eine Komponente der strukturellen /institutionalen, d.heißt, in der Gesellschaft verankerten Gewalt beinhaltet, steht er auf einer Stufe mit Antisemitismus, Sexismus, Heterosexismus, Alten- und Behindertendiskriminierung sowie Adultismus, der Machtlosigkeit von Kindern gegenüber Erwachsenen.

4. Rassistische sexuelle Gewalt

Unter sexueller Gewalt verstehen wir jedes Verhalten, das Personen zu sexuellen Handlungen oder zur Übernahme bestimmter sexueller Rollen unter Androhung oder Ausübung von Gewalt zwingt, die eng mit ihrem Schwarzsein verbunden sind. Dies kann die Forderung nach bestimmten sexuellen Stellungen sein (Schwarze mögen es gerne von hinten), oder die Annahme Schwarze seien ständig zu sexuellen Handlungen bereit und verfügbar, weil sie einen ausgeprägteren Sexualtrieb hätten als Weiße.

Rassistische Gewalt geht vor allem von Männern aus: Zwar gehören auch Frauen der rechtsradikalen Szene an oder sympathisieren mit rassistischem Gedankengut - doch auf der Handlungsebene und damit in bezug auf die konkrete Bedrohung liegt der Hauptanteil bedrohender Personen bei den Männern. Besonders an Migrantinnen, Schwarzen Frauen und Mädchen demonstrieren Gewalttäter ihre Überlegenheit.

Erfahrungen von Rassismus können vielfältige Konsequenzen zur Folge haben. Einige mögliche Konsequenzen möchte ich hier aufführen, um deutlich zu machen, wie weitreichend die Erfahrung von Rassismus ist, und wie umfassend Migrantinnen, Schwarze Frauen und Mädchen bedroht und in Frage gestellt werden.

Konsequenz von Gewalterlebnissen ist die Erfahrung:

- von Ohnmacht
- von Hilflosigkeit
- der ständigen Angst bedroht zu werden
- von Geringschätzung
- von Fremdbestimmung
- dass über sie verfügt wird
- dass sie als jemand angesehen werden, als die sie nicht angesehen werden möchten
- dass sie keine Möglichkeit haben, sich gegen zugeschriebene Bilder dauerhaft wirkungsvoll zur Wehr zu setzen
- dass sie benachteiligt werden
- dass ihre Benachteiligungen für andere selbstverständlich, ja sogar natürlich sind
- nicht anerkannt zu werden
- unerwünscht zu sein
- nicht dazu zugehören
- möglicherweise nie erwünscht zu sein
- ständig auf der Hut sein zu müssen
- niemanden auf der Straße ohne weiteres vertrauen zu können
- dass die eigene Zukunft, aber auch die Zukunft nahestehender Menschen und vielleicht insbesondere die der eigenen Kinder bedroht und ungewiß sind
- anders behandelt zu werden und anders zu sein
- von anderen als unnormal behandelt zu werden und im Zuge dessen auch unnormal zu sein
- minderwertig zu sein
- auf das äußere Erscheinungsbild reduziert zu werden
- nicht als die erkannt zu werden, als die sie sich selbst kennen.

Wichtig erscheint mir in diesem Zusammenhang, Rassismus und Sexismus zu erwähnen.

Migrantinnen, Schwarze Frauen und Mädchen sind nicht nur von rassistischer Gewalt bedroht, sondern auch von Sexismus. Rassismus und Sexismus sind ineinander verzahnte Herrschaftssysteme, die sich gegenseitig unterstützen und erhalten. Viele Feministinnen betrachten Rassismus und Sexismus nach wie vor als unabhängige Probleme und glauben, der Sexismus könne beseitigt werden, ohne den Rassismus anzutasten, oder dass Frauen, die sich gegen Rassismus zur Wehr setzen, die feministische Bewegung nicht unterstützen können.

Ein wesentlicher Unterschied zwischen Sexismus und anderen Formen der Unterdrückung besteht darin, dass alle Frauen potentielle Opfer von sexistischer Gewalt sind, während bei Rassismus und Antisemitismus Frauen sehr wohl auch zu der unterdrückenden und herrschenden Gruppe gehören können.

Rassismus ist das Problem der Weißen und Sexismus das Problem der Männer. Die Verantwortung dafür, das Problem zu lösen, liegt nicht bei den Opfern, sondern bei denjenigen, die es hervorrufen.

Wenn wir in einer gewaltlosen und gerechten Gesellschaft leben wollen, müssen wir uns antisexistisch und antirassistisch engagieren.

Ebenso wie sexistische Gewalt kann rassistische, antisemitische und rechtsradikale Gewalt nicht dadurch verhindert werden, dass sich einzelne wehren. Skinheads, Neonazis, rechtsradikale und konservative Politikerinnen und Politiker müssen wissen, dass ihre Taten nicht nur abgelehnt werden, sondern dass eine breite Koalition von Menschen, die für soziale Gerechtigkeit eintreten, aktiv Widerstand leisten.

Ein Selbstverteidigungskurs kann uns ermutigen, für unsere Rechte einzustehen, Respekt und Freiheit für uns und andere Frauen einzufordern. Gleichzeitig ist es dringend notwendig, dass Migrantinnen, Schwarze Frauen und Mädchen, jüdische Frauen, Lesben, behinderte Frauen und alte Frauen, für sich selbst sprechen und Strategien entwickeln, die auf ihren eigenen Erfahrungen beruhen.

Formen und Auswirkungen von Gewalt gegen Mädchen und Frauen mit Behinderung

BEHINDERTE MÄDCHEN UND FRAUEN - BE-HINDERTE SEXUALITÄT - UN-BE-HINDERTE GEWALT?

Die besondere Lebenssituation von Mädchen und Frauen mit Behinderung

In den folgenden Ausführungen sollen die besondere Lebenssituation von Mädchen und Frauen mit Behinderung sowie unterschiedliche Facetten von Gewalt, die in diesem Zusammenhang auftauchen, aufgezeigt werden.

Behinderung wird im allgemeinen als medizinisches Problem gesehen, ist jedoch in erster Linie ein soziales:

In unserer Gesellschaft ist es nicht normal, verschieden zu sein. Es werden Normen geschaffen, und alle, die diesen nicht entsprechen, werden ausgesondert und in ihren Lebensmöglichkeiten eingeschränkt, und somit behindert.

Behinderte Mädchen und Frauen sind auf Grund ihres Geschlechtes und ihrer Behinderung in wesentlichen Bereichen ihres Lebens von Aussonderung, Herabwürdigung und Vorenthaltung von Lebenschancen betroffen.

Gesellschaftlich sind sie gegenüber nichtbehinderten Mädchen / Frauen als auch behinderten Jungen / Männern stärker diskriminiert und in unterschiedlichen Lebensbereichen erheblich benachteiligt. Sie erfahren mangelnde Anerkennung, sie erleben eine Abwertung ihres Frauseins, ihnen wird eine weibliche Identität überhaupt abgesprochen. Der Buchtitel „Geschlecht: behindert, besonderes Merkmal : Frau“ spiegelt das ihre Lebenssituation bestimmende gesellschaftliche Bild treffend wider.

Zu den Diskriminierungen gehört, dass Mädchen und Frauen mit Behinderung viele Formen von Einschränkungen und Gewalt erleben oder davon bedroht sind. Dies beginnt schon vor der Geburt.

- Es gibt immer mehr Möglichkeiten, Behinderung durch vorgeburtliche Diagnostik festzustellen. Bei diagnostizierter Behinderung wird die Schwangerschaft in der Regel abgebrochen. Behinderung wird zum vermeidbaren Übel; die Existenzberechtigung behinderter Menschen steht daher zunehmend zur Disposition. Diese Tatsache hat gravierende Auswirkungen auf das Lebensgefühl von Menschen mit Behinderung.

- Eine Behinderung wird in der Gesellschaft als Defizit angesehen, das so weit wie möglich durch medizinisch / therapeutische Maßnahmen beseitigt werden muß. Dieses Menschenbild führt bei den behinderten Menschen selbst zu dem Gefühl, daß ihr Körper ein Gegenstand ist, der weder liebens- noch schützenswert ist.
- Ihr Körper wird von den behinderten Menschen quasi als „öffentliches Gut“ wahrgenommen, das für viele Menschen (z.B. ÄrztInnen, TherapeutInnen, KrankengymnastInnen, PflegerInnen etc.) zugänglich ist, regelmäßig untersucht und bewertet werden darf.
- Im Alltag erleben sie viele Formen körperlicher Grenzüberschreitungen. Diese reichen von ungebetenen Hilfeleistungen und Streicheln über den Kopf bis hin zu massiver körperlicher Gewalt.
- Alltägliche Abwertungen und Beleidigungen, denen sie als Mädchen und Frauen mit Behinderung in Familie und Öffentlichkeit ausgesetzt sind, gehen manchmal sogar so weit, dass ihnen das Lebensrecht abgesprochen wird: „So was wie Dich sollte man erschießen.“
- Mädchen und Frauen mit Behinderung erleben häufig, dass ihnen Partnerschaft mit gelebter Sexualität abgesprochen wird.
- Ihre Sexualität wird sogar häufig so weit tabuisiert, daß sie keine oder wenig Informationen über Formen der Sexualität und Verhütung erhalten. Gleichzeitig werden vielen Mädchen und Frauen mit Behinderung Verhütungsmittel oder Sterilisation „verordnet“, oft sogar ohne ihr Wissen.
- Menschen mit Behinderung wird immer wieder vermittelt, dass nichtbehinderte „ExpertInnen“ scheinbar besser als die Betroffenen selbst wissen, was für diese gut ist.
- Oft wird von Nichtbehinderten Hilfe angeboten oder sogar aufgedrängt, ohne zu fragen, ob bzw. wie diese Hilfe von den Menschen mit Behinderung gewünscht ist. Selbst Erwachsene werden oft selbstverständlich mit „Du“ angesprochen. Häufig wird nicht direkt mit ihnen, sondern über sie geredet. In jedem Fall aber wird von den behinderten Menschen als Hilfenehmende Dankbarkeit erwartet.
- Selbst dann, wenn die benötigte Assistenz bezahlt und nicht ehrenamtlich geleistet wird, führt die dauerhafte Assistenzabhängigkeit oft zu dem Gefühl, zur Dankbarkeit verpflichtet zu sein.
- Bei jeder Form von körperlicher Assistenz, insbesondere aber bei der Intimpflege, ist oft ein schleichender Übergang zur sexualisierten Gewalt möglich. „Ganz zufällig“ rutscht im Genitalbereich ständig der Waschlappen aus, o.ä.

- Die Tatsache, dass Mädchen und Frauen mit Behinderung nicht als attraktive Lebens- und Sexualpartnerinnen angesehen werden, führt dazu, dass sexualisierte Gewalt ihnen gegenüber nicht für möglich gehalten wird. Gleichzeitig kann dies auch dazu führen, dass TäterInnen Bedürfnisse der Mädchen und Frauen nach Nähe, Zuneigung und Bestätigung ausnutzen und ihr grenzverletzendes und gewalttätiges Verhalten als Zärtlichkeit ausgeben. Es gibt in Deutschland keine Untersuchung über die Häufigkeit von sexualisierter Gewalt gegen Menschen mit Behinderung. Untersuchungen vergleichbarer Länder sowie die gewaltfördernden Strukturen, in denen behinderte Menschen leben, lassen jedoch eindeutig darauf schließen, dass Mädchen und Frauen mit Behinderung in einem noch höheren Maß (sexualisierte) Gewalt erleben als nichtbehinderte Mädchen und Frauen. Dies wird in unserer Gesellschaft immer noch ignoriert oder bagatellisiert.
- Im Strafrecht wird sexualisierte Gewalt an Frauen mit Behinderung weniger hart bestraft als Gewalt gegen nichtbehinderte Frauen.
- Die Strukturen der Institutionen, in denen viele behinderte Menschen leben (müssen), schränken die Selbstbestimmung behinderter Menschen gravierend ein. Zu den Einschränkungen gehört u.a., dass schon die Wohnform in der Regel nicht selbst gewählt ist. Die Personalstruktur läßt es nicht zu, dass im Alltag die Interessen und Bedürfnisse der Bewohnerinnen im Vordergrund stehen.
- So müssen z.B. Freizeitaktivitäten koordiniert werden.
- Die Bewohnerinnen können nicht entscheiden, mit wem sie die Gruppe oder im ungünstigsten Fall sogar das Zimmer teilen.
- Es muß abgesprochen werden, was wann gegessen wird.
- Die Bewohnerinnen haben - wenn überhaupt - nur einen geringen Einfluß auf die Auswahl des Personals.
- In einer Institution für behinderte Menschen möglichst streßfrei zu leben, bedeutet oft, sich mit den Gegebenheiten zu arrangieren. Die Bereitschaft, „Ja“ zu sagen, ist also gewissermaßen erforderlich.
- Bei der Wahl einer geeigneten Ausbildung bzw. eines geeigneten Berufes stehen nicht die Interessen der Mädchen und Frauen im Vordergrund, sondern Angebote von Institutionen (z.B. Berufsförderungs- und -Bildungswerke, WfB).

Diese genannten unterschiedlichen Beispiele für Abwertung und Einschränkungen erleben nicht nur Mädchen und Frauen, die mit einer Behinderung leben. Im Vergleich zu Jungen und Männern mit Behinderung erfahren sie diese Strukturen aber in verschärfter Form, und von ihnen wird geschlechtsspezifisch erwartet, dass sie sich unauffällig verhalten, anpassen und unterordnen.

Auswirkungen der Gewalt bzw. der gewaltfördernden Strukturen

- Mädchen und Frauen mit Behinderung werden nach wie vor als defizitäre Wesen angesehen. Dies macht es ihnen schwer, ein Bewusstsein dafür zu entwickeln, daß sie das Recht haben, sich gegen Einschränkungen und Grenzüberschreitungen wehren zu dürfen.
- Oft ist es für Mädchen und Frauen mit Behinderung schon schwierig, all diese Facetten der Gewalt überhaupt als Unrecht zu erkennen und zu benennen. Die Grenzüberschreitungen werden als selbstverständlicher Teil eines Lebens mit Behinderung begriffen und erlebt.
- Oft ist es für sie ein langer Lernprozeß, selbstverständlich das Recht in Anspruch zu nehmen, Interessen und Bedürfnisse zu haben und diese auch äußern zu dürfen.
- Für sie ist ihr Recht „Nein“ sagen zu dürfen, keineswegs selbstverständlich.
- Da Frauen mit Behinderung als unattraktive Partnerinnen gelten, kann dies dazu führen, daß ihnen zunächst suggeriert wird, dass die sexualisierte Gewalt eine Form der Zuneigung bzw. Bestätigung als Frau ist.
- Vielen Mädchen und Frauen mit Behinderung kostet es erheblich Kraft, eigene Werte und Normen zu entwickeln.
- Sie müssen oft unterstützt werden, um ihre Fähigkeiten und Kompetenzen (wieder) zu entdecken.
- Da ihnen ständig vermittelt wird, schwach bzw. wehr- und hilflos zu sein, werden sie daran gehindert, ihre Stärken zu sehen.

Daher brauchen Mädchen und Frauen mit Behinderung Gelegenheiten, ihre Fähigkeiten, Kompetenzen und Stärken zu entdecken, um somit ihre Möglichkeiten, sich gegen die unterschiedlichen Facetten von Gewalt zu wehren, auszubauen.

Für solche Angebote, diese Fähigkeiten auszubauen, ist es u.a. erforderlich, daß die Anbieterinnen sich mit der Lebenssituation von Mädchen und Frauen mit Behinderung intensiv auseinandergesetzt haben.

Leitfaden für die AGs

Folgende Stichworte bzw. Strukturierungshilfen zur Diskussion wurden gegeben:

1. Welche Anforderungen ergeben sich aus den jeweiligen Fakten von sexualisierter / rassistischer / behindertenfeindlicher Gewalt gegen Mädchen und Frauen im Hinblick auf:

- a)** die Kompetenzen einer Trainerin/eines Trainers
- b)** den organisatorischen Rahmen und die Öffentlichkeitsarbeit (Anforderungen an die Organisatorin /den Organisator eines Kurses)
- c)** die Kursausschreibung (Ziel, Inhalt und Zielgruppen-Definition) und die Kursinhalte
- d)** Zugänglichkeit für die Zielgruppe (Ort/Umgebung, Erreichbarkeit, Zeitpunkt, Räumlichkeiten, Finanzierung)

2. Wie können diese Anforderungen als Qualitätsmerkmale definiert, durchgesetzt und überprüft werden ?

Protokolle der Arbeitsgruppen

AG 1:

„Auswirkungen sexualisierter Gewalt gegen Frauen und Mädchen - Konsequenzen für die organisatorische und inhaltliche Ausgestaltung von Selbstverteidigungskursen sowie Anforderungen an die Trainerinnen/Trainer“

Ausgehend von dem Vortrag von Mechthild Keller über die Auswirkungen sexualisierter Gewalt auf das Körper- und Bewegungsverhalten von Mädchen und Frauen, stellen sich die Teilnehmerinnen der AG die Frage, was dieses Wissen für Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurse bedeuten könnte.

Nach anfänglichen Schwierigkeiten, sich dem Thema inhaltlich zu nähern, einigen sich die Teilnehmerinnen darauf, sich nicht am Ist-Zustand - d.h., Veranstalterinnen wählen häufig das kostengünstigste Angebot - zu orientieren, sondern sich im Rahmen dieser AG die Freiheit zu nehmen, Kriterien zu sammeln, die für einen Selbstverteidigungskurs wünschenswert wären.

Im Mittelpunkt der nun folgenden Diskussion stehen die Anforderungen an die Qualifikation und Kompetenz der Trainerin/des Trainers. die stichwortartig festgehalten werden:

- Hintergrundwissen über die Auswirkungen sexualisierter Gewalt im Hinblick auf das Bewegungsverhalten
- Bewußter Umgang mit eigenen Interpretationen/Sichtweisen in Bezug auf das Bewegungsverhalten (nicht jede Einschränkung im Bewegungsverhalten ist als Hinweis auf Gewalterfahrung zu werten!)
- Auseinandersetzung mit der eigenen Gewaltgeschichte
- Auseinandersetzung mit der eigenen TäterInnenschaft
- kontinuierliche Reflexion der eigenen Arbeit (Supervision)
- Fachwissen zum Thema „Gewalt in der Gesellschaft“ (strukturelle Gewalt)
- Kenntnis von Statistiken in Bezug auf Gewalttaten (was passiert wer/cher/wem, wann, wo - wer sind die Täter) und deren Aufbereitung/ Weitergabe im Kurs
- Gewährleistung von Transparenz im Hinblick auf die Ziele des Kurses
- Übungsanleitung ohne Leistungsdruck
- Ansatz bei den Stärken der Teilnehmerinnen und nicht bei sog. „Defiziten“
- Kenntnis der Beratungsstellen vor Ort und Weitergabe von Informationsmaterial und Adressen im Kurs
- Vernetzung vor Ort zum Thema „Gewalt“
- Grundsatz der Freiwilligkeit im Training, damit verbunden generell wertschätzender, nicht-beurteilender, achtsamer Umgang mit den Teilnehmerinnen
- Unterstützung der Eigenständigkeit der Teilnehmerinnen
- problemorientiertes Arbeiten, Angebot einer Vielfalt von Strategien (verdeutlichen: es gibt **nicht** die eine „richtige“ Strategie)
- im Training den Bezug zum Alltag der Teilnehmerinnen herstellen

- das Training so gestalten, dass die Teilnehmerinnen eine realistische Einschätzung ihrer Möglichkeiten gewinnen
- Trainingsrahmen und -regeln so gestalten, dass die Teilnehmerinnen Achtsamkeit und das Respektieren von Grenzen anderer im Umgang miteinander erlernen können
- Kenntnis einer Vielzahl/Vielfalt von Übungsformen/Übungen, um immer auch Alternativen anbieten zu können (z.B. bei Übungen, bei denen das Becken oder die Hüften zum Einsatz kommen)

Die AG sieht die Anforderungen an Kompetenzen und Qualifikationen mit dieser Sammlung nicht als abgeschlossen an. Die Frage nach der Überprüfbarkeit der gewünschten Kriterien bleibt ebenfalls offen. Die Frage, ob Männer mit männlicher Sozialisation überhaupt den erwünschten Hintergrund als Trainer haben können, wird diskutiert. In diesem Zusammenhang wird die Studie „Gewalt gegen Frauen und Mädchen im Sport“ von Palzkill/Klein erwähnt, die vom Ministerium für Frauen in Nordrheinwestfalen 1998 herausgegeben wurde.

Angeregt durch die Diskussion in der AG wird ein Arbeitskreis initiiert, der die Arbeit an einem Katalog von Qualitätsmerkmalen für Selbstverteidigungskurse fortführen wird. (*s. Ergebnisse S. 33*).

Die Diskussion wendet sich anschließend dem Thema „Anforderungen an den organisatorischen Rahmen von Selbstverteidigungskursen“ zu, wobei dies aus Zeitgründen nur angerissen werden konnte.

In der Öffentlichkeitsarbeit für Kurse spielt die Presse eine wichtige Rolle. Veranstalterinnen sollten im Vorfeld eines Kurses mit TrainerIn und Teilnehmerinnen abklären, ob die Anwesenheit von Presse erwünscht ist. Die Veröffentlichung des Kursangebotes in der Presse wird durch die Formulierung der Kursinhalte in sachlichen, kurzen Sätzen erleichtert. Die Kursbeschreibung sollte die Zielgruppe genau definieren. Es sollte deutlich werden, was die Teilnehmerinnen im Kurs erwartet und die Kursinhalte sollten ansprechend (zielgruppengerecht) formuliert werden. Die Organisatorinnen/Organisatoren von Kursen sind in diesem Punkt auf die Mitarbeit der Trainerinnen/Trainer angewiesen. Die Ausschreibung sollte auch Informationen über die Person der Trainerin/des Trainers enthalten, in verständlicher Sprache geschrieben sein und passend lay-outet werden. Mit Symbolen, Bildern... im Lay-Out sollte entsprechend der Thematik „Gewalt“ sensibel umgegangen werden. Die Preisgestaltung bei den Kursen sollte so sein, dass jede Frau unabhängig von ihrem finanziellen Hintergrund die Möglichkeit hat, das Kursangebot wahrzunehmen.

AG 2:

Gewalt gegen Migrantinnen und schwarze Frauen und Mädchen -

Anforderungen, an Selbstverteidigungskurse und Trainerinnen, die sich an diese Zielgruppe richten

Die Referentin Ika Hügel-Marshall (im Folgenden I. H.-M.) ermuntert einleitend dazu, Fragen zu stellen. Sie versucht, die vorhandenen Hemmschwellen in Bezug auf das Thema „Rassismus“ abzubauen, indem sie sagt: „Es gibt keine falschen oder richtigen oder blöden Fragen!“

Auf eine entsprechende Frage hin erläutert sie den Begriff „spezifische Rassismus-Erfahrung“: damit ist gemeint, dass eine Migrantin rassistische Gewalt in einem fremden Land erlebt, während afrodeutsche, schwarze Frauen rassistische Gewalt im eigenen Land erleben.

Kompetenzen und Qualifikationen der Trainerin

Als eine Voraussetzung wurde von einer Teilnehmerin die Auseinandersetzung mit der (eigenen) Gewalterfahrung (von Rassismus) genannt. Eine andere Teilnehmerin stellte die Frage, ob eine Trainerin werden kann, wenn sie diese Gewalterfahrung nicht hat? Darauf antwortet I.H.-M., dass es um die Auseinandersetzung mit rassistischer Gewalt geht - eine weiße Deutsche kann die *Erfahrung* dieser Form von Gewalt nicht haben, aber in eine *Auseinandersetzung* damit gehen.

Eine Teilnehmerin äußert grundsätzlichen Zweifel und meint: Es gibt Grenzen; eine weiße deutsche Trainerin kann/darf/sollte nicht Schwarze Frauen oder Migrantinnen in Selbstverteidigung unterrichten.

I.H.-M. fragt zurück: Was, wieso ist diese Grenze? Und setzt hinzu: Wenn diese Grenze auf Schuldgefühlen beruht, ist es wichtig daran zu arbeiten.

An weiteren Kriterien für Trainerinnen wurden in der AG erarbeitet:

In der Ausbildung von Trainerinnen muß Rassismus und (politische) Bewußtseinsbildung Thema sein.

Eine Trainerin muss sich mit der eigenen, rassistischen TäterInnenschaft auseinandersetzen und immer wieder die Aufmerksamkeit dorthin richten: wie äußert sich, manifestiert sich Rassismus, auch im eigenen Verhalten und Denken? Das heißt auch, den eigenen Alltag antirassistisch zu gestalten und z.B. bestimmte Produkte nicht zu kaufen; es bedeutet ständige Arbeit an sich selbst.

Eine weiße Trainerin muss, wenn sie Schwarze Frauen oder Migrantinnen unterrichtet, das Thema „ich bin weiß - du bist schwarz“ ansprechen: „Mir geht es so damit - wie geht es Dir damit?“ Sie muß Raum für einen gleichberechtigten Umgang und Austausch schaffen; d.h., dass sie ihre Rolle als Leiterin für den Zeitraum des gleichberechtigten Gesprächs verläßt und sich zur Diskussion stellt.

„Gespräche schaffen Vertrauen“ - I. H.-M. ermutigt die anwesenden Trainerinnen dazu, ihre Panik und Scheu in Bezug auf das „heiße Eisen“ Rassismus zu überwinden und das Gespräch mit Migrantinnen und Schwarzen Frauen zu suchen.

Es folgen praktische Überlegungen zur antirassistischen Trainingsgestaltung: Grundsätzlich gilt: Kurse für Mädchen müssen anders strukturiert und aufgebaut werden als für Frauen. D.h., Kurse für Mädchen erfordern eine entsprechende Qualifikation/Ausbildung.

Die Trainerin sollte bei der Vorstellung ihres Trainingskonzepts deutlich machen, dass es um Selbstbehauptung/Selbstverteidigung gegenüber jeglicher Form von Gewalt geht, nicht nur gegenüber sexistischer/sexualisierter Gewalt.

Da es den Teilnehmerinnen nicht immer anzusehen ist, welchen kulturellen Hintergrund sie haben, könnte die Trainerin, z.B. in der Kennenlern-Runde, danach fragen und ihren eigenen kulturellen Hintergrund transparent machen.

Wenn von Kursteilnehmerinnen rassistische Äußerungen kommen, muß die Trainerin dazu Position beziehen. Das Thema „Rassismus“ kann in Kursen z.B. in Form von Rollenspielen - Eingreifen bei rassistischen Übergriffen - bearbeitet werden.

Bei Rollenspielen muß beachtet werden: Schwarze Frauen sollten nicht die Angreifer-Rolle gegenüber weißen Frauen übernehmen, da dies rassistische Vorurteile verstärkt.

Weißer Kursteilnehmerinnen berichten häufig von Belästigungen durch Schwarze Männer - die Trainerin muß klarstellen, dass in Deutschland (sexualisierte) Gewalt gegenüber Frauen und Mädchen überwiegend von weißen, deutschen Männern ausgeübt wird. Eine mögliche Reaktion auf die Kursteilnehmerin könnte sein, sie zu fragen, ob die Hautfarbe des Angreifers eine Rolle spielt bzw. warum es für sie wichtig ist, den Täter als „schwarz“ zu benennen.

Ein anderer Weg wäre, im Kurs immer die Hautfarbe des Täters mit zu benennen. Die Gegenargumentation lautet, die Hautfarbe nicht zu benennen, da sie für das Geschehen keine Rolle spielt: „Anmache ist Anmache!“

Im Selbstverteidigungskurs sollte das Thema „Identität“ Platz finden: Was gehört zur jeweiligen Identität der Kursteilnehmerinnen, woraus ziehen sie ihre Stärke? Dabei kann der jeweilige kulturelle Hintergrund eine wichtige Rolle spielen und über diesen Weg offen gelegt und gewürdigt werden. In Bezug auf die weiße deutsche Kultur wird dies zwiespältig gesehen: eine Würdigung der Identität und Herkunft muß (selbst)kritisch erfolgen und darf nicht zu nationalistischer (Selbst)-Verherrlichung führen.

Letztendlich gibt es keine „Rezepte“ - wichtig ist, dass die Trainerin ihr Konzept und ihr Verhalten im Kurs immer wieder überprüft; sie sollte sich in Arbeitsgruppen zum Thema „Rassismus“ vernetzen und durch entsprechende Fortbildungen ihr Trainingskonzept weiterentwickeln. Der zentrale Ansatzpunkt für die antirassistische Arbeit im Training bleibt, den Weitertransport rassistischer Bilder und Vorurteile zu stoppen und diese durch ein Verständnis der Funktionsweise von Unterdrückungsmechanismen (sei es nun Rassismus, Sexismus, Schwulen-,/Lesben-,/Alten-, oder Behindertenfeindlichkeit oder...) zu ersetzen.

Organisatorischer Rahmen und Öffentlichkeitsarbeit

In der Kursausschreibung sollten verschiedene Formen von Gewalt benannt werden. Die Trainerin sollte in ihrer Selbstdarstellung schreiben, was ihr besonders am Herzen liegt und wichtig ist. Sie sollte sich bewußt sein, welche Zielgruppe sie mit ihrer Ausschreibung ansprechen will und die Ausschreibung zielgruppengerecht gestalten - sowohl vom Sprachlichen her als auch in Bezug auf das Lay-Out.

Die Trainerin bzw. Organisatorin eines Kurses ist in der Verpflichtung, die Zielgruppe, die sie ansprechen will, auch aufzusuchen - d.h., der Trainingsgrundsatz, „die Frauen dort abzuholen, wo sie sind“ ist auch konkret räumlich (z.B. stadtteilbezogen) zu verstehen.

Es wird die Befürchtung geäußert, dass in der Ausschreibung mögliche Teilnehmerinnen „vergessen“ werden, d.h., nicht mitbenannt werden. Ein anderer Einwand lautet, dass es möglicherweise auch Frauen gibt, die ihren kulturellen Hintergrund nicht benennen wollen, z.B. jüdische Mädchen und Frauen - sowohl aufgrund der Verfolgung und Ermordung in der Vergangenheit als auch aufgrund der Bedrohung durch den nach wie vor existierenden Antisemitismus.

Dem wird entgegengehalten, dass das *Benennen* verschiedener kultureller Hintergründe den Anfang eines Weges darstellt, der langfristig zu einer wirklichen Öffnung der Kurse für das Zusammenkommen von Frauen/Mädchen unterschiedlicher Herkunft, Erfahrung, Fähigkeit...etc. führen soll.

Gleichzeitig müssen aber die derzeitigen Begrenzungen transparent gemacht werden: z.B. müsste in der Ausschreibung stehen, ob eine Dolmetscherin zur Verfügung steht oder nicht oder „Trainerin spricht nur deutsch“. Kursteilnehmerinnen sollten in den Kursen nicht als Dolmetscherinnen funktionalisiert werden. Sollte es sich in einem Kurs als notwendig erweisen, dass eine Kursteilnehmerin für eine andere übersetzt, sollte dies angesprochen und abgeklärt werden (und nicht selbstverständlich davon ausgegangen werden).

Das Sprachproblem sollte nicht zu kompliziert gesehen werden - es sollte nicht daran hindern, einfach einen Anfang zu machen und Kurse für Migrantinnen und schwarze Frauen zu öffnen. Es muß nicht alles mit „deutscher Gründlichkeit“ organisiert werden - die kann sich eher hinderlich auswirken!

Das Thema der Arbeitsgruppe konnte aufgrund der zeitlichen Begrenzung nicht erschöpfend behandelt werden; einige Teilnehmerinnen erklären, dass sie daran weiter arbeiten werden.

Kontakt über: Barbara Scholand, c/o Aranat, Steinrader Weg 1, 23558 Lübeck, Telefon 0451 - 40 828 50/ Telefax 0451 - 40 828 70.

AG 3:

Anforderungen an Selbstverteidigungskurse und Trainerinnen/Trainer für Mädchen und Frauen mit Behinderung

Anforderungen an Kompetenzen und Qualifikation der Trainerinnen/Trainer

In dem Vortrag von Bärbel Mickler wurde deutlich, wie sehr Fremdbestimmung und Grenzverletzungen Teil des Alltags von Mädchen und Frauen mit Behinderung ist. Normalität ist auch die Annahme vieler Nicht-Behinderten, dass Nicht-Behinderte besser als Behinderte wissen, was für diese gut ist.

Deswegen ist die Bereitschaft von SelbstverteidigungstrainerInnen wichtig, im Kurs Transparenz herzustellen

- sie sollten bereit sein, sich hinterfragen zu lassen und
- bereit sein zu erklären, warum sie/er was macht.

Die Trainerin/der Trainer sollte als Grundhaltung mitbringen: **„Jedes Mädchen/ jede Frau ist Expertin für ihr eigenes Leben.“** D.h., dass die Nicht-behinderten Trainerinnen/Trainer nicht als Expertinnen/Experten auftreten, die besser als Mädchen und Frauen mit Behinderung wissen, was diese brauchen, sondern

dass sie neben ihrem Fachwissen den Teilnehmerinnen Raum und Zeit für den Austausch von deren Erfahrungen und Erkenntnissen anbieten.

TrainerInnen sollten sich, bevor sie Kurse anbieten, ein Hintergrundwissen über Sozialisation und Lebensbedingungen von Mädchen und Frauen mit Behinderung erarbeiten. Im Kurs sollten sie offen sein für die Erfahrungen der einzelnen Teilnehmerinnen.

TrainerInnen sollten in der Lage sein, flexibel auf die jeweilige Kursgruppe und die einzelnen Teilnehmerinnen einzugehen.

Dafür ist es auch notwendig, dass es pro Kurs genügend viele Trainerinnen/Trainer gibt und dass diese sich ausführlich vorbereiten und ein auf die jeweiligen Teilnehmerinnen abgestimmtes Trainingskonzept entwickeln.

Kursinhalte

Für Mädchen und Frauen mit Behinderung ist es nicht selbstverständlich, eigene Grenzen zu spüren und benennen zu dürfen. Lebenslang wird von vielen Frauen mit Behinderung erwartet, dass sie Hilfe dankbar annehmen und sich anpassen.

Die Themen „Grenzen“, „Wahlmöglichkeiten“ und „Nein sagen dürfen“ sollten deshalb einen großen Teil des Kurses einnehmen, z.B.:

- im Kurs vermitteln: das Recht jedes Menschen auf eigene Grenzen
- Übungen zum Spüren der eigenen Grenzen und zu Grenzsetzungen als ein Kursinhalt
- Freiwilligkeit im Kurs: bei jeder Übung des Kurses sollte Jede Teilnehmerin frei entscheiden dürfen, ob sie die Übung mitmacht oder nicht.
- Wahlmöglichkeiten: keine Vermittlung von Patentrezepten, sondern Ermutigung zur Entwicklung eigener Wege der Selbstbehauptung und Selbstverteidigung im Alltag

Ebenso wichtig wie das Setzen von Grenzen sind für den Alltag und als Kursinhalte:

- das Recht, eigene Bedürfnisse spüren zu dürfen
- eigene Forderungen und Handlungsanweisungen an andere denken und formulieren zu können

Jede Teilnehmerin sollte die Erfahrung machen können, dass sie Möglichkeiten hat, sich zu behaupten und zu verteidigen: „ressourcenorientiertes Empowerment“.

Kursinhalte müssen an der Alltagsrealität ansetzen und an alltäglichen Grenzverletzungen.

Der Kurs sollte Gespräche und Übungen enthalten, die es Mädchen und Frauen möglich machen, Selbstbehauptung und Selbstverteidigung in unterschiedlichen Situationen zu erproben. Unbedingt enthalten sollte jeder Kurs:

- Selbstbehauptung gegen ungebetene Hilfeleistungen
- Selbstbehauptung gegen Diskriminierung von Frauen und Mädchen mit Behinderung
- Selbstbehauptung und Selbstverteidigung gegen unterschiedliche Formen sexualisierter Gewalt
- Selbstbehauptung und Selbstverteidigung gegen Personen des sozialen Nahfeldes und gegen Unbekannte
- Möglichkeiten, Hilfe und Unterstützung von anderen zu bekommen bzw. einzufordern

Zusätzliche Gedanken zu Kursen in Einrichtungen der Behindertenhilfe

Für Kurse in Einrichtungen kommen als Themen hinzu:

- Wie können Mädchen und Frauen mit Sanktionen umgehen, die kommen können, wenn sie eigene Forderungen stellen und Nein sagen?
- Wie können sie umgehen mit Sanktionen, die sie in der Einrichtung nicht grundsätzlich ändern können?
- Welche Hilfs- und Beratungsmöglichkeiten gibt es innerhalb und außerhalb der Einrichtung?

Bei Kursen für Mädchen und Frauen, die in Einrichtungen leben, ist das zusätzliche Angebot einer Mitarbeiterinnenfortbildung sinnvoll. Für alle Beteiligten muss aber deutlich sein, dass MitarbeiterInnen keine Informationen über die Teilnehmerinnen des Selbstverteidigungskurses erhalten.

Wenn für den Kurs Assistentinnen notwendig sind, sollten diese möglichst keine Mitarbeiterinnen der Einrichtung sein. Dies ist sinnvoll, um es den Teilnehmerinnen zu ermöglichen, über Einschränkungen und Gewalt innerhalb der Einrichtung zu reden und um das Betreuungssystem der Einrichtung nicht in den Kurs zu tragen. Für die Teilnehmerinnen soll deutlich werden: Ich kann das auch alleine.

Kursauschreibungen sollten die Information enthalten, dass die Finanzierung einer Gebärdendolmetscherin gesichert ist. Die Erfahrung zeigt, dass gehörlose Frauen sich oft nicht anmelden, wenn erst nach ihrer Anmeldung nach einer Dolmetscherin oder nach Möglichkeiten für deren Bezahlung gesucht wird.

Kursausschreibungen müssen deutlich machen, für welche Mädchen oder Frauen der Kurs wirklich offen ist, z.B. für Frauen mit geistiger, körperlicher und Sinnesbehinderung. Falls die Ausschreibung z.B. lautet „für Frauen mit Behinderung“, sollte der Kurs wirklich offen sein für Frauen mit unterschiedlicher Behinderung, nicht nur für Frauen mit Körperbehinderung.

Kursinhalte sollten so verständlich formuliert sein, dass Frauen mit geistiger Behinderung mit angesprochen werden.

Ausschreibungen sollten für blinde und sehbehinderte Frauen zugänglich und lesbar sein.

Organisation von Kursen

Um im Kurs offen und flexibel arbeiten zu können, ist es sinnvoll vor dem Kurs Informationen von den Teilnehmerinnen zu erfragen:

Welche Auswirkungen hat die Behinderung?

Was braucht die Einzelne für ihre Teilnahme am Kurs (z.B. Gebärdendolmetscherin, Assistenz, bestimmte Sitzmöglichkeiten, etc.)

Der Kursort

- muss so in der Region liegen, dass er für jede Frau gut erreichbar ist, mit Auto und öffentlichen Verkehrsmitteln
- barrierefreie Räume und Toiletten

Zur Erreichbarkeit gehören auch

- die Überlegung, ob für manche Mädchen oder Frauen ein Fahrdienst organisiert werden sollte
- ggf. die Unterstützung von Wohngruppen- oder Werkstattmitarbeiterinnen oder Eltern, um zu erreichen, dass Teilnehmerinnen an den Kurs erinnert, zum Kurs begleitet werden, etc.

Finanzierung

Teilnahmegebühren sollten für die Zielgruppe bezahlbar sein (Dabei muss das geringe Gehalt von Frauen mit geistiger Behinderung berücksichtigt werden).

Grundsätzlich sollte die Teilnahmegebühr für Selbstverteidigungskurse für Mädchen und Frauen mit Behinderung nicht höher sein als die Kurse für nicht-behinderte Mädchen und Frauen.

In der Finanzierung muss enthalten sein:

- die Bezahlung mehrerer TrainerInnen und AssistentInnen
- Bezahlung von GebärdendolmetscherInnen

- Anmietung barrierefreier Räume
- evtl. unterschiedliche Formen der Ausschreibung und Werbung
- evtl. Informationsveranstaltung oder Fortbildungen für MitarbeiterInnen einer Einrichtung, in der ein Selbstverteidigungskurs stattfindet

Angebot von Informationen für MitarbeiterInnen bei Kursen für Frauen und Mädchen mit Behinderung in Einrichtungen

Befürchtungen und Vorstellungen, die sich MitarbeiterInnen in Einrichtungen von Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskursen für Frauen und Mädchen mit Behinderung machen, führen häufig dazu, dass die Informationen über solche Kurse nicht zu den Frauen und Mädchen gelangen. Dies verändert sich häufig, wenn Informationen über Art und Inhalte der Kurse gegeben werden.

Deshalb kann es im Einzelfall notwendig sein:

- frühzeitig über Selbstverteidigungskurse zu informieren
- einzugehen auf Befürchtungen der MitarbeiterInnen
- die Unterstützung der Frauen und Mädchen, die sich für die Kurse interessieren, bei MitarbeiterInnen einzufordern

Evaluation

Zur Auswertung der Fachtagung wurden 27 Fragebögen ausgegeben, davon wurden 17 ausgefüllt zurückgegeben.

Teilnehmerinnen-Zusammensetzung:

Es hatten sich 25 Frauen für die Fachtagung angemeldet. Teilgenommen haben - neben der Organisatorin und den drei Referentinnen - **24 Frauen im Alter von 23 - 47 Jahren**, die aus verschiedenen Berufsfeldern kamen:

- **3** Gleichstellungsbeauftragte
- **1** Mitarbeiterin des Frauenministeriums
- **9** Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungstrainerinnen
- **11** Mitarbeiterinnen von Beratungsstellen und anderen Einrichtungen, von denen einige auch als Trainerinnen arbeiten bzw. zukünftig arbeiten wollen

Unter den Teilnehmerinnen waren nach Kenntnis der Organisatorin einige wenige, die einen anderen kulturellen Hintergrund oder eine (sichtbare) Behinderung aufwiesen.

Die Arbeitsgruppen

waren unterschiedlich besucht:

- **AG 1** (Auswirkungen sexualisierter Gewalt...) hatte mit 10 Teilnehmerinnen den stärksten Zulauf
- **AG 2** (Gewalt gegen Migrantinnen und schwarze Frauen und Mädchen...) wurde von 9 Teilnehmerinnen besucht
- **AG 3** (Gewalt gegen Frauen und Mädchen mit Behinderung...) hatte 5 Teilnehmerinnen

Die Vorstellung der Arbeitsergebnisse im Plenum machte deutlich, dass zu allen 3 Themen weiterer Diskussionsbedarf besteht. Zum Teil haben sich die Arbeitsgruppen für weitere Treffen verabredet bzw. sind aus den Arbeitsgruppen heraus weiterführende Vernetzungen entstanden.

Wie haben die Teilnehmerinnen von der Fachtagung erfahren?

9 Teilnehmerinnen hatten das Falblatt entweder persönlich zugesandt bekommen oder durch Auslage in einer Beratungsstelle erhalten. 7 Frauen hatten durch Mund-zu-Mund-Propaganda von der Fachtagung erfahren, 1 durch die Presse.

Was waren die Motive zur Teilnahme?

Vielfach wurde der allgemeine Wunsch nach Vernetzung, Weiterbildung und nach mehr fachspezifischer Information zum Thema „Selbstverteidigung/Selbstbehauptung für Frauen und Mädchen“ genannt. Eines der Hauptmotive war jedoch das Bedürfnis nach Argumentationshilfen in Bezug auf die Durchsetzung und Finanzierung von speziellen Kursen für Mädchen und Frauen. Es wurde deutlich, dass von den Teilnehmerinnen eine differenzierte Erstellung von Qualitätsmerkmalen als wichtige Hilfe zur Argumentation gewünscht wurde.

Wurden die Erwartungen der Teilnehmerinnen erfüllt?

Möglich war hier eine Bewertung auf einer Skala von 1 (= total) bis 6 (= gar nicht).

Zweimal wurde eine 1 vergeben, achtmal eine 2, jeweils zweimal eine 3 bzw. 4 bzw. 5; ein Frau machte keine Angabe.

Was hat den Teilnehmerinnen besonders gut gefallen?

Hier gab es ein breites Spektrum an Antworten. Mehrfach genannt wurden die Vorträge der Referentinnen; einige Teilnehmerinnen betonten die gute (Arbeits-)Atmosphäre und die befriedigende Arbeit in den Kleingruppen. Anderen gefiel besonders die Struktur und Organisation der Fachtagung sowie der Service und die Gastlichkeit von Aranat e.V.

Was hat den Teilnehmerinnen gefehlt?

Hier wurde vor allem die begrenzte Zeit bemängelt. Außerdem wurde von einzelnen Teilnehmerinnen kritisiert: zu wenig Hintergrundinformation zur Fachtagung, das Fehlen anderer Träger von Selbstverteidigungskursen (Sportvereine, Polizei), mangelnde Strukturierung der Arbeitsgruppen, das Fehlen konkreter Qualitätskriterien.

Konsequenzen für die berufliche Praxis der Teilnehmerinnen?

Für viele Teilnehmerinnen bestand die Konsequenz aus der Fachtagung darin, dass sie zu den Inhalten und Themen weiter arbeiten wollen bzw. sich vernetzen wollen. Einige erklärten, dass sie die Ergebnisse, Anregungen und Argumente in ihre Arbeit integrieren und weitertragen werden. Vier Teilnehmerinnen sahen keine Konsequenzen für ihre berufliche Praxis.

Bewertung der Organisation, der Betreuung, des Service?

Die Bewertung fiel insgesamt sehr positiv aus. Hervorgehoben wurde die klare Struktur und der reibungslose organisatorische Ablauf der Tagung; desweiteren die Versorgung mit Info-Mappe und mit Speisen und Getränken. Auch Ort und Räumlichkeiten fanden ungeteilten Zuspruch. Kritisiert wurde der enge zeitliche Rahmen, das Fehlen einer Literaturliste zum aufgestellten Büchertisch und das Fehlen einer Wegbeschreibung.

Fazit

Aufgrund des hohen Diskussionsbedarfs scheint es sinnvoll, eine 2. landesweite Fachtagung anzubieten. Diese sollte einen ganzen Tag umfassen und damit mehr Raum und Zeit für fachlichen Austausch bieten. Schwerpunktmäßig sollte es darum gehen, inwiefern die auf der 1. Fachtagung erarbeiteten Kriterien in der Praxis von Organisatorinnen und Trainerinnen umgesetzt werden konnten, bzw. sich als sinnvoll / nicht sinnvoll erwiesen haben.

Zu überlegen ist, ob und wie der Kreis der Teilnehmerinnen erweitert werden kann, bzw. ob auch männliche Interessenten angesprochen werden sollen: Da in Bezug auf Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungskurse für Mädchen und Frauen häufig Männer die Geldgeber, Entscheidungsträger und/oder Organisatoren in den Kommunen, (Volkshoch-)Schulen, Sportvereinen etc. sind, muss angestrebt werden, die Qualitätskriterien auch in diese Kreise hineinzutragen.

Ergebnisse des Arbeitskreises AG 1:

Aus der AG 1 „Auswirkungen sexualisierter Gewalt gegen Frauen und Mädchen - Konsequenzen für die organisatorische und inhaltliche Ausgestaltung von Selbstverteidigungskursen sowie Anforderungen an die TrainerInnen“

kristallisierte sich ein kleiner Arbeitskreis von Frauen heraus, welcher im Laufe eines knappen Jahres Qualitätsmerkmale für SV- und SB-Angebote erarbeitete.

Zu diesem Arbeitskreis gehören:

Mechthild Keller (Dipl. Sportwissenschaftlerin, Hamburg)

Dora Beckmann (Gleichstellungsbeauftragte der Gemeinde Rellingen)

Gaby Rüger (Pro Familia, Lübeck)

Maren Rebetje (Notruf für vergewaltigte Frauen und Mädchen Lübeck)

Andrea Dallek (Frauentreff Norderstedt)

Diese Qualitätsmerkmale werden im Folgenden in ihrer „puren“ Form als Anhang dokumentiert. Eine ausführliche, mit erläuternden Texten angereicherte Variante erscheint voraussichtlich Ende 2000/Anfang 2001. Die hier formulierten Qualitätsmerkmale tragen hoffentlich zur besseren Orientierung im Bereich von SB- und SV-Angeboten bei und lassen die Spreu und den Weizen deutlicher erkennbar werden.

Mechthild Keller, 6. November 2000

Qualitätsmerkmale für Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurse für Frauen und Mädchen

1. Rahmenbedingungen

- Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurse werden als geschlechtsspezifische Angebote für Mädchen / Frauen oder für Jungen / Männer unterbreitet.
- Bei der Organisation und Durchführung der Kurse ist auf spezifische Anforderungen unterschiedlicher Zielgruppen zu achten (z.B. barrierefreie Räume, Gebärdendolmetscherin, Übersetzerin, TrainerInnenschlüssel, u.s.w.)
- Die Kurse finden in Räumen statt, die hell, warm und geräumig sind.

- Die OrganisatorInnen der Kurse sind zu Beginn und am Ende der Veranstaltungen anwesend, um die jeweilige institutionelle Einbindung der VeranstalterInnen deutlich zu machen. Sie begrüßen und verabschieden die TeilnehmerInnen.
- Auf eine zentrale Lage der Räume und eine gute Anbindung an öffentliche Verkehrsmittel wird geachtet.

Zur allgemeinen Orientierung an Kursbedingungen kann darüberhinaus gelten:

- Mädchen im Alter von 10 -13 Jahren können gut über Kurse, die als Freizeitangebot (sowohl am Wochenende als auch fortlaufend unter der Woche) laufen, erreicht werden.
- Mädchen im Alter von 14-18 Jahren werden eher durch die Einbettung von Kursen in den Schulalltag erreicht (z.B. in Form von Projekttagen oder AGs)
- Bei einem Kursangebot innerhalb der Schule sollte, vor allem bei Kursen für unter 14 Jährige Mädchen, sichergestellt sein, dass es eine oder mehrere kompetente LehrerInnen gibt, die als AnsprechpartnerInnen zum Thema „(sexualisierte) Gewalt“ zur Verfügung stehen.

2. Qualifizierung der TrainerInnen

Es werden ausgebildete TrainerInnen eingesetzt. Die Ausbildung beinhaltet / vermittelt:

- eine fundierte theoretische Auseinandersetzung mit der Bedeutung von Gewalt im Geschlechterverhältnis
- fundierte Kenntnisse über die Auswirkungen sexualisierter Gewalt auf das Bewegungsverhalten von Mädchen und Frauen
- fundierte gruppenpädagogische Kenntnisse
- Kenntnisse über die Bewegungs- und Körperentwicklung bei Mädchen / Frauen
- unterschiedliche Selbstverteidigungstechniken aus verschiedenen Kampfsportarten
- die Auseinandersetzung mit der eigenen Lebensgeschichte / Gewaltbiographie
- die Reflexion der eigenen Bewegungsbiographie
- einen hohen Selbsterfahrungsanteil im Hinblick auf die Auseinandersetzung mit Geschlechteridentität / Geschlechterrollen / dem eigenen Frau-Sein
- die Auseinandersetzung mit der eigenen Täterinnenschaft
- kontinuierliche Reflexion der eigenen Arbeit: Supervision

3. Ziele für Kurse mit Mädchen/Frauen

Selbstbehauptungs- und -verteidigungskurse sollen:

- das Selbstvertrauen, die Handlungssicherheit und damit das Sicherheitsgefühl der Teilnehmerinnen stärken
- die Wahrnehmung schulen und verbale, körperliche und körpersprachliche Möglichkeiten der Gefahrenabwehr durch das Erleben der eigenen körperlichen Kraft und mentalen Stärke aufzeigen
- das Erlernen von subjektiv sinnvollen und anwendbaren Selbstbehauptungsstrategien und Selbstverteidigungstechniken ermöglichen
- eine Atmosphäre schaffen, in der alle konkreten Erfahrungen der Mädchen und Frauen ernstgenommen und ihre bisherigen Handlungsstrategien wertgeschätzt werden,
- für Gewaltsituationen sensibilisieren
- über Gewalt und deren Folgen informieren (Mythos abbauen) sowie Schuldzuweisungen und -gefühlen auf seiten der Frauen und Mädchen entgegenwirken
- tauglich sein für die Gegenwehr in Alltagssituationen
- Hilfsangebote bezüglich (sexualisierter) Gewalt aufzeigen,
- Spaß am gemeinsamen Erleben in einer Frauen- bzw. Mädchengruppe vermitteln,
- Ich-Stärke durch das Vorbild der Trainerinnen erfahrbar machen.

4. Methodisch-didaktische Grundprinzipien

- Den Mädchen /Frauen wird Wertschätzung entgegen gebracht,
- das Kursangebot setzt an den Stärken von Mädchen / Frauen an
- der Kurs setzt bei den Alltagserfahrungen der Mädchen / Frauen an
- Die Partizipation der Mädchen/Frauen wird gefördert, indem sie den Gruppenprozess sowie den Ablauf des Kurses mitgestalten; im Kursverlauf wird Raum für Rückmeldungen gegeben, eigene Erfahrungen können in der Gruppe thematisiert werden, die Gruppengröße ermöglicht allen Beteiligten ein aktives Einbringen.
- Die Teilnahme an Übungen beruht auf Freiwilligkeit; jede Teilnehmerin hat das Recht auf Rückzug innerhalb des Kurses, ohne dies begründen zu müssen.
- Die persönlichen Informationen der Teilnehmerinnen werden vertraulich behandelt und nur nach vorheriger Absprache weitergegeben.
- Die Trainerin stellt Transparenz über ihre Arbeitsweise, die Regeln der Zusammenarbeit und dem Kursablauf her.

Literatur

1. Zum Thema „Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen“

- **Herle**, Ulrike:
Selbstverteidigung beginnt im Kopf. München 1994
- **Caignon**, D. und **Groves**, Gail (Hgin):
Schlagfertige Frauen, Ffm 1998
- **Berckhan**, Barbara:
Die etwas intelligenteren Art, sich gegen dumme Sprüche zu wehren.
München 1998
- **Berckhan**, Barbara:
Die etwas gelasseneren Art, sich durchzusetzen. München 1996
- **Lichthardt**, Christiane:
Laut(er) starke Mädchen. Münster 1995
- **Wortberg**, Christiane:
Bye, Bye Barbie. Münster 1997
- **Wortberg**, Christiane (Hgin):
„Macht uns nicht an!“. Münster 1998
- **WenDo für Mädchen mit und ohne Behinderung**. Broschüre hg. von **Aranat**
e.V., Lübeck 1999

2. Zum Thema „Sexualisierte Gewalt“

- siehe Literaturangaben unter dem Vortrag von Mechthild Keller (Seite 9).
Da die Literatur zu diesem Thema inzwischen zahlreiche Titel aufweist, verweisen wir an dieser Stelle auf den Katalog „Wissen macht Mut“, kostenlos zu bestellen bei DONNA VITA, Postfach 5, 24973 Ruhnmark.

3. Zum Thema „Schwarze Mädchen und Frauen/Migrantinnen/Rassismus“

- **Hügel-Marshall**, Ika:
Daheim unterwegs. Berlin 1998

- **Mansfeld, Cornelia:**
Fremdenfeindlichkeit und Fremdenfreundlichkeit bei Frauen. Ffm. 1998
- **Hooks, Bell:**
Sehnsucht und Widerstand. Berlin 1996
- **Rommelspacher, Birgit:**
Dominanzkultur. Berlin 1995
- **Wölfingseder, M. (Hgin):**
Biologismus, Rassismus, Nationalismus: Rechte Ideologien im Vormarsch, Wien 1995
- **Tillner, C.(Hgin):**
Frauen - Rechtsextremismus, Rassismus, Gewalt, in: „Beiträge zur feministischen Theorie und Praxis“ Münster 1994
- **Hügel-Marshall, Ika (Hgin u.a.):**
Entfernte Verbindungen, 1993
- **Aktionshandbuch gegen Rassismus**, (Hg. Kölner Apell e.V. Der andere Buchladen, Köln1993)
- Rassismus - Antisemitismus - Fremdenhass, in: „Beiträge zur feministischen Theorie und Praxis“, Köln 1990
- **Kalpaka, A./Räthzel, N.:**
Die Schwierigkeit, nicht rassistisch zu sein. Leer 1990
- **Broek van den, Lida:**
Am Ende der Weißheit: Vorurteile überwinden. Berlin 1988
- Sind wir uns denn so fremd ? Ausländische und deutsche Frauen im Gespräch, Berlin 1985
- **Davis, Angela:**
Rassismus und Sexismus. Berlin 1982

4. Zum Thema „Frauen und Mädchen mit Behinderung/Gewalt“

- **Becker, Monika:**
Sexuelle Gewalt gegen Mädchen mit geistiger Behinderung. Daten und Hintergründe, Heidelberg 1995
- **Noack, Cornelia/Schmid, Hanna J.:**
Sexuelle Gewalt gegen Menschen mit geistiger Behinderung. Esslingen 1996

- **Roth, Gabriele:**
Zwischen Täterschutz, Ohnmacht und Parteilichkeit. Zum institutionellen Umgang mit „sexuellem Missbrauch“. Bielefeld 1997
- **Voss, Anne/Hallstein, Monika (Hgin):**
Menschen mit Behinderungen: Berichte, Erfahrungen, Ideen zur Präventionsarbeit. Ruhnmark 1993
- **Senn, Charlene Y.:**
Gegen jedes Recht. Berlin 1993
- **Friske, Andrea:**
Als Frau geistig behindert sein. München 1995
- **Rommelspacher, Birgit:**
Behindertenfeindlichkeit. Göttingen 1999
- **Weikert, Aurelia:**
Genormtes Leben. Wien 1998
- **Sierck, Udo/ Radtke, Nati:**
Die Wohltätermafia: vom Erbgesundheitsgericht zur Humangenetischen Beratung. Ffm 1988
- **AG SPAK (Hgin)/Ewinkel, C.:**
Geschlecht: behindert; besonderes Merkmal: Frau. München 1988
- **AG SPAK (Hgin) / Barwig, G. / Busch, C.:** Unbeschreiblich weiblich?
München 1993
- Behinderte Frauen im Frauenzentrum, Frauenzentrum und Notruf für Frauen, (Hgin) Mainz 1997

Die Referentinnen

Mechtild Keller

Dipl. Sportwissenschaftlerin, WenDo-Trainerin, Hamburg

Ika Hügel-Marshall

Autorin, Selbstverteidigungstrainerin, Mitarbeiterin des Orlanda-Verlags, Berlin

Bärbel Mickler

Dipl. Soz. päd., Mitarbeiterin von „Autonom Leben“ e.V., Hamburg

Durchführung und Moderation

Barbara Scholand

Aranat e.V

Veranstalterin

Aranat e.V.

