

Schülerinnen lernen sich zur Wehr zu setzen

 nrwz.de/aktuelles/schuelerinnen-lernen-sich-zur-wehr-zu-setzen/20150409-1313-86552

NRWZ-Redaktion



Schülerinnen der Gustav -Werner-Schule Rottweil übten mit Schülerinnen der Wittumschule Schramberg "Nein" zu sagen. Foto: pm

ROTTWEIL (pm) - „Stop „hau ab lass mich in Ruhe diese wenig freundlichen aber doch sehr einprägsam Rufe waren in der letzten Zeit im Sonnenhaus im Gymnastikraum häufig zu hören. Schülerinnen der Gustav -Werner -Schule Rottweil und der Wittumschule Schramberg übten gemeinsam in einem Kurs zur Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für junge Frauen und Mädchen wie sie sich gegen Belästigungen zur Wehr setzen können.

Die Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper und der persönlichen Abgrenzung gegenüber anderen Personen war ebenso Thema wie die Wirkung der persönlichen Körperhaltung und Blick auf den Gegenüber. „Wer aufrecht und stolz wie eine Königin „-so lautete ein Merkspruch -einen selbstbewussten Eindruck vermittelt muss weniger Distanzlosigkeit anderer Menschen befürchten als jemand der schwach und wehrlos wirkt.

Der Kursleiterin Sabine Fröchte-Mink gelang es mit vielfältigen anschaulichen Übungen die entwicklungsbehinderten Schülerinnen sehr gut zum Mitmachen zu motivieren und emotional anzusprechen. In partnerschaftlichen Rollenspielen wurde geübt wie man sich sprachlich und durch Körperausdruck gegen Aufdringlichkeiten wehren kann. Techniken wie sich die Teilnehmerinnen auch körperlich gegen Übergriffe zur Wehr setzen können rundeten die vier Übungsnachmittage ab.

Zum Abschluss erhielten die Schülerinnen eine Urkunde mit der Ihnen die erfolgreiche Teilnahme am Kurs bestätigt wurde. Die Übungseinheiten konnten dank der finanziellen Unterstützung des Fördervereines der Gustav -Werner -Schule mit Dir „durchgeführt werden

