

WENDO - Selbstschutz und Selbstbehauptung für Mädchen und Frauen mit und ohne Behinderung zur Prävention von (sexueller) Gewalt

KT 602/

Zielgruppe:

Mitarbeiterinnen der öffentlichen und freien Jugendhilfe, aus ambulanten, teilstationären und stationären Einrichtungen der Jugendhilfe, aus Jugendämtern, Internaten, Beratungsstellen

Ziele/Inhalte

Viele Mädchen und Frauen kennen das:

- Sprachlos bei abfälligen Bemerkungen
- Allein im Dunkeln immer schneller laufen
- Ungewollt angefasst werden an intimen Körperzonen

Oft bleiben unangenehme Gefühle oder Schlimmeres. Statt Ärger herunterzuschlucken und sich vor Angst einzuschränken lernen Frauen und Mädchen im WENDO effektiv und individuell zu handeln. Trainiert werden Wahrnehmung und Reaktion, Stimme, Körpersprache, verbale Selbstbehauptung sowie einfache und wirksame körperliche Abwehr- und Befreiungstechniken. In Gesprächsrunden finden Austausch über Erfahrungen, Unterstützungsangebote, juristische Infos sowie Auseinandersetzung mit Frauenbildern und Schuldzuweisungen Raum. WENDO ist ein über dreißig Jahre bestehendes, ständig aktualisiertes Konzept, welches von Frauen für Frauen und Mädchen entwickelt wurde. Wichtigstes Ziel ist Stärkung des Selbstbewusstseins und Selbstwertgefühls, die beste Voraussetzung der Opferrolle entgegenzuwirken und das eigene Leben selbst bestimmt und frei von Gewalt zu gestalten.

Es ist geeignet für Jede, da Sportlichkeit nicht erforderlich ist.

Inhaltliche Schwerpunkte

- NEIN - sagen, die Teilnahme an jeder Übung, Gesprächsrunde, Entspannung ist freiwillig
- Gefühle als Wegweiser für individuelle Bedürfnisse
- Körperliche und seelische Grenzen kennen, benennen, setzen
- Konstruktiver Umgang mit Angst
- Wertschätzung bisheriger Selbstschutzstrategien
- Spaß am Erleben eigener Stärken
- Anregungen für die eigene präventive Arbeit
- Kriterien zur Geeignetheit für Klientinnen

Termin:
28.03.- 29.03.2012

Referentin:
Sabine Lubetzki
Freiberufliche Bildungsreferentin
Schwerpunkte Gewaltprävention,
Kommunikation, Genderfragen;
Beraterin und Mediatorin

Auskunft zu Inhalten:
Frau Heide-Marie Kriesel
Dipl.-Sozialpädagogin
Tel.: 0345/514 1649

**Auskunft zur Anmeldung/
Organisation:**
Frau Petra Merten
Telefon: 0345/514 1725
Petra.Merten@lvwa.sachsen-anhalt.de

Teilnehmerzahl: 16

**Veranstaltungsort: Vor Ort
Veranstaltung Dessau**

Kosten: 75 €