

Integration zum Anfassen – Im wahrsten Sinne des Wortes

Im Rahmen der Interkulturellen Woche der Stadt Mainz vom 8. – 17. September 2023 hat der SB 15 am 15. September 2023 erstmalig einen Selbstbehauptungskurs für Frauen aus Integrationskursen angeboten.

Schon seit Mitte des vergangenen Jahres bietet unsere Zentrale Prävention in enger Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) Vorträge in den Sprach- bzw. Integrationskursen im Bereich der Stadt Mainz an, in welchen die Polizei in ihren unterschiedlichen Facetten als auch die wichtigsten Gesetze bzw. Rechte und Pflichten in unserem Land vorgestellt werden. Daneben gibt es nützliche Informationen, wie z.B. die Notrufnummern von Polizei und Feuerwehr, Präventionshinweise hinsichtlich verschiedener Betrugsmaschen und dem sicheren Miteinander im Straßenverkehr.

Ziel dieser Präventionsmaßnahme ist es, Vorbehalte abzubauen und Barrieren zu durchbrechen, die einige Migrantinnen und Migranten aufgrund schlechter Erfahrungen mit der Polizei in ihren Herkunftsländern haben. Nur wenn ein gewisses Vertrauen gegenüber der Polizei herrscht, können Straftaten verfolgt oder bestenfalls verhindert werden.

Da die Gewalt gegenüber Frauen und Kindern ebenfalls ein großes Thema unserer Präventionsarbeit ist und an den Integrationskursen auch Frauen aus Ländern teilnehmen, in denen diese Gewalt trauriger Alltag ist, kamen wir gemeinsam mit unserer Ansprechpartnerin im BAMF auf die Idee, die Frauen nicht nur zu informieren, sondern sie zu stärken.

Umgesetzt wurde diese Idee voller Tatkraft und Energie von der Kollegin Isabell Steyer, welche aufgrund ihrer langjährigen Erfahrung als Einsatztrainerin und ihrem privaten Engagement im Kampfsport die perfekte Übungsleiterin für diese Veranstaltung war und der man angemerkt hat, wie wichtig ihr die Vermittlung von Selbstbehauptung und Selbstverteidigung gerade für Frauen ist.

Insgesamt nahmen an der Veranstaltung im Jakob-Steffan-Raum 25 Teilnehmerinnen aus zwei unterschiedlichen Integrationskursen teil.

Die anfänglichen Befürchtungen, dass die Frauen Berührungsängste haben könnten und daher der Teil der praktischen Übungen eher als Vorführung gestaltet werden müsste, hatten sich schnell in Luft aufgelöst. Durch ihre lockere Art konnte die Kollegin Steyer die Teilnehmerinnen schnell motivieren und zum Mitmachen animieren.



Vom selbstbewussten Gang, dem Standhalten von Blicken, dem lautstarken Artikulieren von Grenzen, dem Rauswinden aus festen und würgenden Griffen und dem beherzten Tritt in die empfindlichen Körperregionen des Angreifers – die Teilnehmerinnen waren mit Feuereifer und Spaß dabei.



Nicht nur die Teilnehmerinnen, sondern auch wir konnten von diesem Tag einiges mitnehmen und haben festgestellt, dass das nicht die letzte Veranstaltung dieser Art bleiben sollte.

Danke an Isabell Steyer vom SB 23 und Frau Braun vom BAMF und ein besonders großer Dank an die Teilnehmerinnen und ihre Kursleitungen. Es hat uns viel Spaß gemacht!

Kristina Brandt, Jana Litzki und Ina Wernet vom SB 15.