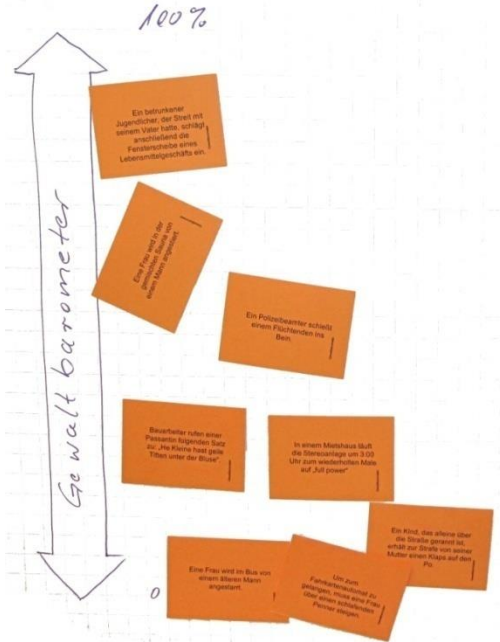
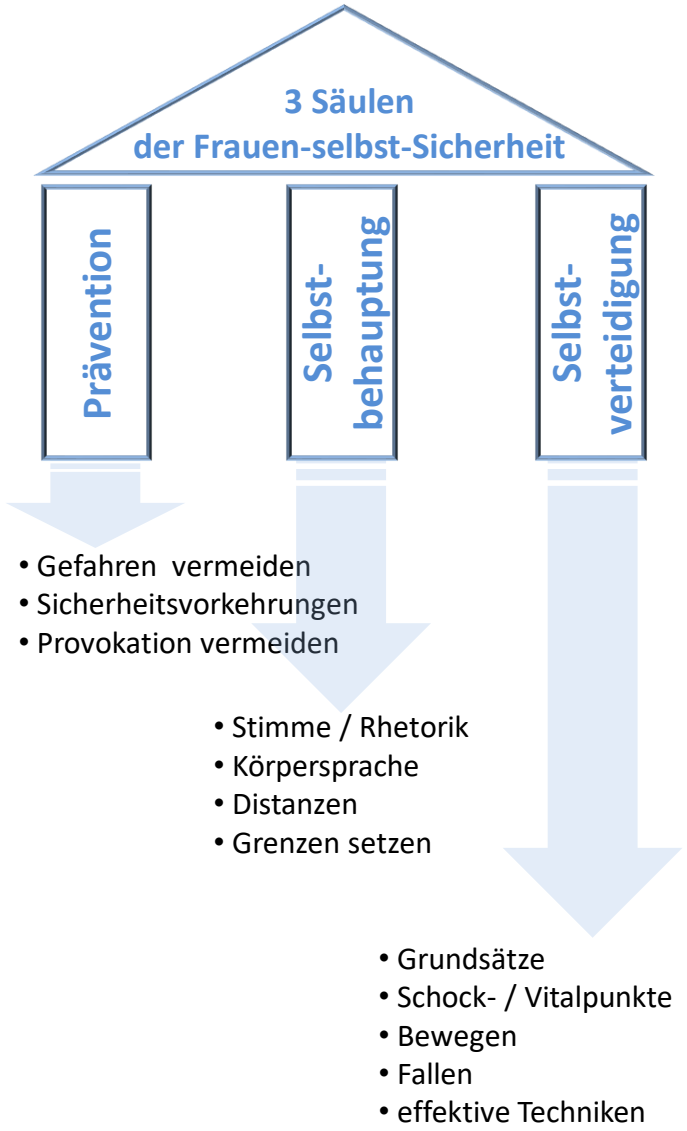


Auch auf diese Fragen gibt es Antworten

- Was ist Gewalt?
- Welche Formen der Gewalt gibt es?
- Opfer- / Täterprofile?
- Wie sieht die rechtliche Seite aus?
- Wie verhalte ich mich im Konfliktfall?
- Wie kann ich mich zur Wehr setzen?



Schwerpunkte



Ziele

- Angepasstes Verhalten
- Situationsbezogene Reaktion
- Klare Aussagen
- Was will ich
- Selbstbestimmtes Handeln
- Selbstverteidigungstechniken und ihre Wirkung kennen



Erwartungen / Grenzen

- Körperliche Grenzen
- Sportlich? – nicht notwendig
- Waffen der Frau
- Hemmungen / Ängste