



sophiescheurer.ch

begleiten : bewegen : bilden

Bericht über den ersten Teil der Wen-Do-Trainerinnenausbildung in Matagalpa / Nicaragua (6.-26. September 2013)

Ein Projekt von Sophie Scheurer

**Der Bericht wurde geschrieben von Dolores Zoé Bertschinger
aufgrund eines Gespräches mit Sophie Scheurer**



Für Unterstützungsbeiträge:

IBAN CH35 0900 0000 5002 8826 8, Sophie Scheurer, Zürich, Vermerk „Nicaragua“

Vorgeschichte des Projektes

Nicaragua ist nach Haiti das ärmste Land in Lateinamerika. Ein Grossteil der Bevölkerung lebt in einfachsten Verhältnissen und hat kaum das Nötigste zum Überleben. Das Land wird seit Jahrzehnten geschüttelt, sowohl von landesinneren Kriegen und korrupten Regierungen, als auch von Naturkatastrophen wie Erdbeben, Vulkanausbrüchen, Hurrikans. So ist das Thema Angst und Gewalt in allen Bereichen des alltäglichen Lebens spürbar. Nahezu alle Frauen und Mädchen, die Sophie in Nicaragua kennenlernte, erzählten von Gewalterlebnissen zuhause und auf der Strasse. Die Beziehungen zwischen Mann und Frau sowie zwischen Erwachsenen und Kindern sind davon betroffen. Es gibt wenig Zärtlichkeit, Zuwendung, Verständnis – es kümmern sich alle in erster Linie um das eigene Überleben.

Sophie beschäftigt sich als Psychologin seit dreissig Jahren mit dem Thema Gewalt. Sie arbeitete über zehn Jahre in einem Frauenhaus und liess sich in den 90er Jahren zur Wen-Do-Trainerin ausbilden. Inzwischen hat sie selber etliche Frauen in der Schweiz zu Wen-Do-Trainerinnen ausgebildet. Wen-Do ist eine Form von Selbstbehauptung und Selbstverteidigung, die von Frauen für Frauen und Mädchen entwickelt worden ist. Es geht in den Kursen darum, die Teilnehmerinnen zu befähigen, aus der Opferrolle wieder in ein aktives und selbstbestimmtes Leben zu gehen. Das Training setzt bei den Stärken und Möglichkeiten einer jeden Teilnehmerin an, es nimmt dabei auch Bezug zum Alter und zur körperlichen und geistigen Verfassung. In den Kursen geht es insbesondere darum zu üben, für sich und die eigenen Bedürfnisse einzustehen, Grenzen spüren und setzen zu lernen und die Erfahrung eines geschützten und solidarischen Raumes zu erleben, in dem die eigenen Erfahrungen mit anderen geteilt werden können.

Seit Jahren reist Sophie regelmässig nach Nicaragua und hat in dieser Zeit mit vielen Personen und Organisationen Beziehungen aufbauen dürfen. Mit deren Unterstützung führte sie zusammen mit Eveline Müller, einer anderen Wen-Do-Trainerin, vor drei Jahren erstmals Kurse für Frauen und Mädchen an verschiedenen Orten in Nicaragua durch. Es stellte sich schnell heraus, dass ein grosses Bedürfnis danach besteht und dass die Teilnehmerinnen sehr begeistert und gestärkt aus den Kursen nach Hause zurück kehrten und sich mehr wünschten.

Daraus entstand die Idee, Frauen in Nicaragua zu Trainerinnen auszubilden, damit sie es selber weiter geben können. Vom 6. bis 26. September 2013 weilte Sophie daher einmal mehr in Matagalpa (Nicaragua). Diesmal ging es tatsächlich darum, andere Frauen zu Kursleiterinnen auszubilden – ihnen also sowohl das technische wie auch das pädagogische Know-How für künftige Wen-Do-Kurse mit auf den Weg zu geben. Der folgende Bericht soll einen Einblick liefern in Sophies Engagement, die Erfahrungen der Kursteilnehmerinnen sowie die Herausforderungen und Erfolgsmomente dieser gemeinsamen Zeit. Viel Vergnügen beim Lesen!



Zweiteilige Ausbildung

Wie bereits beim Aufenthalt zwei Jahre zuvor fanden die Kurse auch dieses Mal wieder in Kooperation mit dem *Colectivo de Mujeres Matagalpa*¹ statt. Besonders Bea, die in diesem Colectivo als Theaterpädagogin aktiv ist, stand Sophie unterstützend zur Seite. Als Veranstaltungsort hatte man die etwas ausserhalb von Matagalpa gelegene *Fundación Maria Cavalleri*² gewählt. Die Italienerin Maria Cavalleri war während der Revolution nach Nicaragua gekommen und ermöglichte kurz vor ihrem Krebstod dank ihrem Vermögen die Einrichtung dieser Fundación als Aus- und Weiterbildungszentrum sowie als Naherholungsgebiet für die Bewohner/innen von Matagalpa und Umgebung.

In diesem Zentrum übten sich die Kursteilnehmerinnen unter Anleitung von Sophie in Selbstverteidigung und Selbstbehauptung, erarbeiteten Kursinhalte und gaben diese zum Teil auch gleich vor Ort weiter. Voraussetzungen für die Teilnahme an der Ausbildung waren einerseits ein bereits besuchter Grundkurs zum Thema Selbstverteidigung für Frauen und andererseits das Engagement in einer sozialpolitischen Organisation oder NGO, die es im Anschluss an diesen ersten Ausbildungsblock ermöglichen sollen, dass die Wen-Do- Kurse in den jeweiligen Ländern und Städten auch wirklich stattfinden können.

Den Kurs selbst hatte Sophie als zweigliedriges Modul gestaltet: Die Ausbildung an sich und darauf aufbauend in der folgenden Woche verschiedene Frauenkurse, in denen das Erlernte umgesetzt, vertieft und reflektiert werden konnte.



Die Ausbildungsgruppe lernt sich kennen

Die Frauen der Ausbildungsgruppe

Neben der besonderen Disposition des Kurses als Ausbildungsgang war auch die Zusammensetzung der Gruppe bemerkenswert: Die Frauen waren im Alter zwischen 23 und 55 Jahren. Von den vierzehn Frauen reisten sechs extra aus El Salvador an. Sie hatten dort im Frühjahr einen Wen-Do-Kurs bei Eveline aus Zürich besucht und nutzten nun die Gelegenheit, ihre Erfahrungen zu vertiefen und auszubauen, um sie sodann praktisch und sinnvoll weitergeben zu können. Drei Salvadorenseninnen kamen aus der Hauptstadt San Salvador, wo sie für *Las Melidas*³ arbeiten, die anderen drei kamen aus Suchitoto vom *Colectiva Feminista*⁴. Acht Teilnehmerinnen stammten aus Matagalpa selbst, wobei fünf im Colectivo tätig und drei weitere in einer anderen Frauengruppe bzw. in einem Kulturcafé engagiert sind. Teilweise kannten sich die Frauen seit Jahren sehr gut. Die Frauen sprachen aufgrund ihrer Herkunft nicht nur verschiedene spanische Dialekte, sondern sie kamen mit unterschiedlichsten Hintergründen, Erfahrungen und Geschichten in den Kurs.

¹ <http://www.cmmmatagalpa.org.net/> Zudem findet sich ein spannender (spanischer) Bericht über Bea Huber, Ana Ara und ihr (Bildungs-)Theater unter <http://www.educacionsinfronteras.org/es/82/684438>.

² <http://www.fundacion-mariacavalleri.org/>

³ <http://www.lasmelidas.org/>

⁴ <http://colectivafeminista.org.sv>

Gewisse Frauen hatten bereits viel Erfahrung mit Bühne und Publikum gesammelt und also keine Mühe, vor einer Gruppe zu stehen. Andere brachten ihre Gewohnheiten aus dem Leben in der Guerilla und aus der Politarbeit mit und traten entsprechend auf. Wieder andere hatten Spass am Reden, jedoch keinerlei Erfahrung im Umgang mit der Rolle als Kursleitung. Wieder andere waren scheu und trauten sich kaum, vor anderen Leuten zu sprechen. Gemeinsam war allen, dass sie eigene Gewalterfahrungen mitbrachten, wenn auch sehr unterschiedliche.

Erster Teil der Ausbildung: Grundlagen erarbeiten

Konkret umfasste das Ausbildungsprogramm in den ersten eineinhalb Tagen eine Rekapitulation von zentralen Wen-Do-Kursinhalten. In einem zweiten Schritt wurden die verschiedenen Kurseinheiten selber geübt, vertieft und analysiert. Nach Training und Analyse bestand eine dritte Aufgabe in der selbstständigen Erarbeitung eines Kursprogramms sowohl eines Schnupperkurses von zwei Stunden wie eines längeren Kurses von 6-8 Stunden. Dabei sollten Überlegungen zu Zweck und (Lern-)Zielen des Kurses, zu den jeweiligen Teilnehmerinnen erarbeitet sowie die Möglichkeiten sowie Schwierigkeiten dieser unterschiedlichen Kursformate reflektiert werden.



erste praktische Übungen



Kursprogramme werden erarbeitet

Bereits anhand der ersten Übungen wurde viel diskutiert, gelacht und ausprobiert. Die körperlichen Übungen gaben Anlass zu vertiefter Auseinandersetzung. Vielen Teilnehmerinnen wurde erst im Laufe des Kurses klar, dass sie nicht einen „normalen“ Kurs besuchten, sondern einen Kurs, der sie dazu befähigen sollte, selbst Trainerin zu sein. Die Reflexion der Übungen, deren Zweck und Ziele und vor allem auch die Umsetzung selbst waren herausfordernd. Auch musste der Umgang sowie die Anleitung zu konstruktiver Kritik und Korrektur und das Akzeptieren von unterschiedlichen Unterrichtsstilen gelernt werden. Die Frauen erlebten, dass so wie eine Übung vorgezeigt wird, sie auch nachgemacht wird, und diese Einsicht des „Vorbild-seins“ war herausfordernd und brauchte Zeit. Für Sophie bedeutete dies vor allem, als Ausbilderin aus dem „Wen-Do-Training“ auch ein „Selbst-Bewusstseins-Training“ zu machen, sodass die neuen Trainerinnen mit Kraft und Mut aus dem Kurs gehen würden, um diese Übungen anderen Frauen und Mädchen weiterzugeben und diese wiederum auf deren Weg zu mehr Selbstvertrauen zu begleiten.



Zertifikatsübergabe

Dieser erste Ausbildungskurs wurde am Freitagabend mit Feedbackrunde, Zertifikatsübergabe und Gruppenfoto abgeschlossen. Die Teilnehmerinnen haben nun das erste Niveau absolviert und können im Folgekurs nächstes Jahr darauf aufbauen. Mit den erarbeiteten und erprobten Kurskonzepten sollen sie in der Zwischenzeit mindestens vier Wen-Do-Kurse durchführen. Um die Erfahrungen dieser Kurse auswerten und den Folgekurs entsprechend gestalten zu können, hat Sophie ein Raster zur Kontrolle und für Rückfragen erstellt.

Zweiter Teil der Ausbildung: Erste Erfahrungen sammeln in der Praxis

Die ersten Schritte in die Praxisumsetzung fanden für die Salvadorenseninnen, welche nur eine Woche in Nicaragua bleiben konnten, bereits innerhalb der ersten Woche statt. Nach drei Tagen gaben sie am Abend einer Gruppe von jungen Bibliothekarinnen einen Schnupperkurs. Diese Bibliothekarinnen – zumeist noch Studentinnen oder Schülerinnen, die in ihren Dörfern für kleine Bibliotheken, Nachhilfeunterricht oder andere Bildungsaktivitäten verantwortlich sind – waren für eine mehrtägige Weiterbildung in der Fundación zusammengekommen. Die Frauen aus El Salvador durften als Trainerinnen das soeben erst Erlernte mit zwei Gruppen à etwa fünfzehn jungen Frauen anwenden und unterrichten. Dies im Beisein und mit Unterstützung von Sophie bzw. Bea. Dabei traten einige der oben beschriebenen Schwierigkeiten offensichtlich zutage und konnten in den restlichen Ausbildungstagen besprochen und verarbeitet werden.



Die jungen Bibliothekarinnen beim konzentrierten Verzieren ihres durchschlagenen Brettes

Für die Frauen aus Matagalpa stand der Realitätstest erst in der darauf folgenden Woche bevor. In unterschiedlichen Teamkonstellationen leiteten sie verschiedene Kurse - immer mit Unterstützung von Sophie und bei sehr grossen Gruppen zusätzlich auch von Bea. Diese Kurseinheiten wurden vorgängig zusammen vorbereitet und anschliessend gemeinsam besprochen und ausgewertet. Durch diese Vorgehensweise konnten alle angehenden Wen-Do-Trainerinnen auf ihren ersten „Schritten“ begleitet werden und dadurch Sicherheit für ihre zukünftige Rolle gewinnen.

So stand gleich am Montagnachmittag ein Kurs mit ca. 35 Gesundheitspromotorinnen auf dem Programm. Diese Frauen übernehmen ähnlich den Bibliothekarinnen eine wichtige Funktion in ihren Heimatdörfern: Sie sind für alle möglichen kleineren Gesundheitsprobleme Ansprechperson und betreiben dafür auch eine kleine Apotheke. Auch sie hielten sich in der Fundación im Rahmen eines Weiterbildungskurses und zum gegenseitigen Austausch mit den medizinischen Fachfrauen des Colectivo auf. Im Wen-Do-Kurs ging es nun darum, mit diesen Frauen ihr Selbstbewusstsein und ihre Selbstständigkeit zu stärken, um die Sicherheit am Arbeitsplatz, aber auch Zuhause zu erhöhen.



Im Kurs für die Gesundheitspromotorinnen aus den umliegenden Gemeinden

An einem Vormittag fand ein Kurs für die Angestellten der Fundación (Küche, Wäsche, Putzen) und für die drei Weberinnen von *Entre Hilos*, die ihren Arbeitsort ebenfalls dort haben, statt. Da sich das Gelände der Fundación relativ abgelegen und mitten im Grünen abseits der Strasse befindet, sind die Frauen bei der Arbeit oftmals alleine unterwegs. Deshalb war geplant, nicht nur die Grundlagen der Selbstverteidigung und Selbstbehauptung zu erarbeiten, sondern auch Übungen im Gelände durchzuführen – dieser Plan „ertrank“ jedoch buchstäblich im strömenden Regen jener Tage und konnte darum nur im Esssaal umgesetzt werden. Die Frauen konnten dennoch wichtige Tipps und Anregungen aus diesem Kurs mitnehmen. Beispielsweise wurden die Frauen darin bestärkt, nicht ins Gelände zu gehen, falls sie ein mulmiges Gefühl haben, oder wenn, dann zu zweit die weit entfernte Waschküche oder die Schafsäle aufzusuchen.



Im Kurs mit den Mitarbeiterinnen der Fundación Maria Cavalleri

Zwei weitere Kurse, welche jeweils an drei aufeinanderfolgenden Nachmittagen beziehungsweise Abenden stattfanden, waren zuvor in Matagalpa öffentlich ausgeschrieben und promoted worden. Auch über Radiosender *Vos*⁵ – dem Sophie in einem Interview Rede und Antwort stand – wurden die Kursinformationen verbreitet. Diese Kurse waren mit durchschnittlich 30 Frauen sehr gut besucht. Beim dritten Nachmittagstermin kam eine junge Teilnehmerin mit ihrer kleinen Tochter. Obwohl die Kurse zumeist ohne kleine Kinder stattfinden, war dies für Sophie eine Gelegenheit, die Kursgrenzen (einmal mehr) zu erweitern, denn: Auch mit einem Kind auf dem Arm muss sich eine Frau verteidigen und wehren können! Darum wurden die Übungen sogleich für Mutter und Kind adaptiert, was sehr gut gelang und für die junge Mutter ein wichtiges, selbstsicherheitsstärkendes Erfolgserlebnis war! Eine weitere Anekdote nahm Sophie aus einem der Abendkurse mit nach Hause: Eine Mutter kam mit ihren beiden Töchtern im Teenageralter zum Kurs. Nach dem Kurs verriet sie Sophie, dass es das erste Mal seit 15 Jahren gewesen sei, dass sie das Haus abends verlassen habe!



Impressionen aus den frei ausgeschriebenene Kursen

Wie geht es weiter?

Nun steht den frisch ausgebildeten Trainerinnen ein Jahr des Ausprobierens und Erfahrungen Sammelns bevor. Im nächsten Spätsommer wird Sophie wieder nach Matagalpa reisen und mit den

⁵ www.radiovos.org

Frauen weiterarbeiten. Je nach den Anliegen der Frauen wird der Aufbaukurs andere Schwerpunkte haben. Dies kann die vertiefte Auseinandersetzung mit der Verteidigung gegen einzelne bewaffnete Personen oder auch gegenüber mehreren Angreifern sein. Es kann die Verteidigung von Angriffen beinhalten, wenn die Frau bereits auf dem Boden sitzt oder liegt. Gut vorstellbar ist auch, dass sich die Frauen auf Kurse mit Mädchen vorbereitet wollen. Vielleicht wollen sie aber auch üben, wie sie ihre Kursteilnehmerinnen mehr an ihre eigenen Kräfte und ihren Mut heranführen können. Neben dem Aufbaumodul soll es einen zweiten Grundkurs geben für neue interessierte Frauen aus Zentralamerika.

Daneben soll es auch wieder frei ausgeschriebene Kurse für Mädchen und Frauen geben. Drei Themen liegen Sophie für zukünftige Kurse besonders am Herzen:

Erstens sollen wenn möglich auch Frauen aus der Hauptstadt Managua zu Trainerinnen ausgebildet oder zumindest in Kursen erreicht werden. Sophie hat während ihrem diesjährigen Aufenthalt an der Eröffnung des neuen Zentrums von *aguas bravas*⁶ in Managua teilgenommen. Dieses Zentrum gegen sexuelle Ausbeutung und Gewalt hat auch regionale Selbsthilfe-Gruppen, deren Leiterinnen ausgebildet werden könnten, damit sie das Wen-Do in ihre Arbeit mit einbauen.

Als Zweites sieht Sophie einen immensen Bedarf an Aufklärung, Sensibilisierung und Schulung von Mädchen und Teenagern im Umgang mit den neuen *Social Media*. Immer mehr Mädchen und Jungen wurden in Nicaragua in letzter Zeit über anonyme, hinterhältige Kontaktaufnahmen, Versprechungen und Komplimente zu Opfern von Prostitution, Kinder- oder Organhandel. Die Kinder und Jugendlichen wissen nicht zu unterscheiden zwischen gut und böse gemeinten Angeboten.

Und angeregt durch die eine Kurserfahrung mit der jungen Mutter möchte sie drittens einen Spezialkurs für Mütter mit kleinen Kindern anbieten, bei dem die Frauen ihre Kinder mitbringen und so in geschütztem Rahmen ausprobieren können, wie sie sich mit dem einen Kind auf dem Arm und dem zweiten an der Hand gegen körperliche und/oder verbale Angriffe wehren können.



Weitere Impressionen aus den frei ausgeschriebenen Kursen

Zur Finanzierung des Projektes

Das Projekt wird über private Spenden finanziert. Das eingehende Geld ist für die Frauen und Mädchen bestimmt. Es soll ihnen die Teilnahme an den Kursen ermöglichen, indem die Reisekosten, die allfällige Unterkunft und die Essensspesen übernommen werden können. Ebenso sollen die neuen Trainerinnen ein Entgelt für ihre Trainerinnentätigkeit erhalten, so dass sie damit etwas für ihren Lebensunterhalt verdienen können.

Sophie ist in der Schweiz freiberuflich tätig und kann somit ihre Arbeitszeit selber einteilen. Diese Ausbildung sowie die Kurse gibt sie unentgeltlich. Ihr „Lohn“ sind all die Begegnungen mit den Menschen dort und das Gefühl, etwas wirklich Sinnvolles zu tun und mit ihrer Arbeit einen kleinen Beitrag zu einer gerechteren Verteilung der Güter in dieser Welt zu leisten!

Wer das Projekt unterstützen möchte:

IBAN CH35 0900 0000 5002 8826 8, Sophie Scheurer, Zürich, Vermerk „Nicaragua“

⁶ www.wildwasser-berlin.de/aguas-bravas-nicaragua.htm