

Teil der Ausbildung: Konflikte lösen lernen

Rund 20 Frauen nehmen an einem Selbstverteidigungskurs in Reichenbach teil – Organisatorin plant Zweitaufgabe in diesem Jahr für den Herbst

VON JEANNINE NÄUMANN

Reichenbach. „Auf welche Musik steht Ihr? Also mir gefällt Rammstein“, gesteht Torsten Badstübner. Gelächter im Raum. Doch mit dieser Reaktion hat der junge Mann gerechnet. Ist er doch von rund 20 Damen mittleren Alters umringt, die seinen Musikgeschmack nicht teilen. Sie alle lernen bei ihm Selbstverteidigung. Auch lernen sie, andere und ihre Meinung zu akzeptieren – deshalb das Beispiel mit Rammstein.

Theorie und Praxis standen auf dem Unterrichtsplan. Der zwölf Stunden dauernde Kurs begann vor drei Wochen. Mittwochs trafen sich die Frauen. Morgen ist die letzte Trainingseinheit im Haus der Vereine in Reichenbach. Organisiert wurde der Kurs von der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt, Annett Uhlmann. „Es ist bereits die fünfte Veranstaltung hier in Reichenbach“, sagte sie. So gut besucht wie jetzt war er allerdings noch nie. Die große Resonanz freute Uhlmann.

Sie plant bereits den nächsten: im Herbst oder Frühjahr 2009. Die Frau kann sich vorstellen, solch einen Kurs auch einmal speziell für



Torsten Badstübner lernte Heidemarie Stepanek, wie sie sich im Ernstfall zur Wehr setzen kann. Der Selbstverteidigungskurs im Haus der Vereine in Reichenbach stieß auf große Resonanz.

– FOTO: FRANKO MARTIN

Mädchen und junge Frauen anzubieten. Sie selbst hat eine Tochter. Sie besucht die zehnte Klasse. „Man kann nicht früh genug anfangen, Techniken der Selbstverteidigung

zu erlernen“, meinte Uhlmann. „Schließlich weiß man nie, in welche Situation man kommt.“

Aus diesem Grund besuchte auch Heidemarie Stepanek aus Rei-

chenbach den Kurs. „Ich bin zwar meistens mit dem Auto unterwegs. Aber ich finde es schon wichtig zu wissen, was man in einem Ernstfall tun kann“, meinte die Frau.

„Schließlich ist niemand sicher.“ Der Meinung war auch Dunja Gebauer. Mit ihren 31 Lenzen gehörte sie zu den jüngsten Kursteilnehmerinnen. „Ich bin aus beruflichen Gründen hier“, sagte sie. Die junge Frau aus Wildenau arbeitet in einer Tank- und Rastanlage im Vogtland. „Ich habe oft mit gestressten Berufskraftfahrern zu tun. Da wollte ich einfach mal wissen, wie man sich in Stresssituationen verhält.“ Zudem habe sie als Schichtleiterin Verantwortung für ihre Mitarbeiter.

Doch auch für die Kindererziehung nahm sie Tipps mit nach Hause. „Ich habe einen dreieinhalbjährigen Sohn“, erzählte sie. Da entstünden auch schon einmal Konflikte daheim. Wie sie diese in Zukunft löst, lernte Dunja Gebauer ebenfalls im Kurs bei Torsten Badstübner. Er arbeitet für den Verein für Aktivität und Prävention im erzgebirgischen Aue. Selbstverteidigung lehrt er vor allem Schülerinnen. Die Arbeit mit den Reichenbacher Frauen habe ihm großen Spaß gemacht. „Das war mal etwas anderes“, meinte er. Und auch die Damen waren ganz angetan von dem jungen charmannten Mann, der sie sogar von Rammstein überzeugte.