

Referenz von Frau Dr.Susanne Leitner, Verein Hilfe zur Selbsthilfe e.V., Reutlingen zum „Training für Behörden, Institutionen, Arztpraxen und Kanzleien“
Juli 2018

Lieber Marc,

ich habe heute auch nochmal die Kolleginnen gefragt, sie geben alle ein durchweg sehr positives Urteil für beide Kurse ab. Wie du auch schon, ist Peter mit seiner offenen Art sehr gut angekommen. Wir haben zwar alle Blessuren wie Muskelkater & blaue Flecke davon getragen, aber es hat sich gelohnt :-)

Ich muss auch ehrlich sagen, dass ich am Anfang, als im Team so stark der Wunsch nach einem Selbstverteidigungskurs aufkam, erstmal skeptisch war, weil ich da auch schon schlechte Erfahrungen gemacht habe. Es gibt vor allem in der Anti-Gewalt-Arbeit auch Gestalten, die Konzepte haben, die m.E. nicht für alle passen. Zum Beispiel denke ich, dass es in einer Vielzahl von Situationen zuallererst darum geht, zu erkennen, auf welcher Eskalationsstufe man ist und wie noch deeskaliert oder die Situation beendet werden kann - und selbstsicheres Auftreten lerne ich als Frau nicht unbedingt dadurch, dass ich ein paar Mal auf eine Prätze haue.

Aber im Gegensatz dazu habt IHR die Unterscheidungen der verschiedenen Situationen ja sehr deutlich gemacht und diese eher körperlichen Abwehrtechniken sehr stark auf die Momente bezogen, in denen schon eine echte, konkrete Gefahr besteht und in denen jeder Mensch in den fight or flight-Modus schalten und automatisch auch entsprechende Kräfte freisetzen würde. Das hat mir/uns wirklich gut gefallen.

Liebe Grüße soweit,

Susanne Leitner