

Projektbeschreibung: Gewaltspezifische Aus- und Weiterbildung für Pallas Trainer:Innen / Gesuch Nr. 21-012

Der Verein Pallas ist im Feld der Selbstbehauptung und Selbstverteidigung zur Prävention von Gewalt gegen Mädchen und Frauen schweizweit tätig. Ziel ist es, im Sinne der Selbstwirksamkeit, Mädchen und Frauen zu stärken, damit sie sich verbal behaupten und im Notfall physisch verteidigen können. Die Finanzhilfe wurde für die Weiterentwicklung und Konsolidierung des gewaltspezifischen Aus- und Weiterbildungsangebots für die Kurstrainerinnen gesprochen. Im Zentrum stehen insbesondere die von Pallas angebotenen Kurse für gewaltbetroffene Frauen.

Dank der Finanzhilfe vom Bund konnten wir in der Weiterentwicklung der Aus- und Weiterbildungen von unseren Pallas Trainer:Innen zur Thematik Gewalt gegen Frauen und Mädchen sowie häuslicher Gewalt Fortschritte erzielen.

Im Jahr 2021 (inkl. 2020 wegen Covid) bis Juni 2023 haben sich 38 Personen aus der Deutsch- und Westschweiz zur Pallas Trainer:In ausbilden lassen, welche nun in der Gewaltprävention tätig sind. Wenn wir davon ausgehen, dass jede neue Trainerin pro Jahr 8 Kurse mit 10 Teilnehmenden unterrichtet, so sind dies über 3'000 Frauen und Mädchen, welchen wir unsere Strategien und Techniken weitervermitteln können.

Selbstwirksamkeit bedeutet für Pallas:

- Mädchen und Frauen stehen selbstbewusst für sich ein und haben den Mut und die Fähigkeit, so aufzutreten, dass sie sich in Gewaltsituationen behaupten können. Es soll weniger Opfer geben.
- Bereits im Kindesalter sollen Mädchen unterstützt, informiert und gestärkt werden, damit sie selbstsicher für sich einstehen können und sich couragiert gegen jede Art von Grenzverletzung und Gewalt wehren.
- Sich angemessen zur Wehr zu setzen: einfache, dem Alter entsprechende, effiziente Techniken zur körperlichen Verteidigung anwenden
- Gewaltfreie Beziehungen leben: Merkmale für respektvolles / respektloses Verhalten in Beziehungen und sensibilisieren für Warnsignale von Gewalt in intimen Beziehungen
- Informationen über technologiegestützten sexuellen Kindesmissbrauch (TA-CSA): z.B. die Exposition gegenüber pornografischem Material als Minderjährige, Online-Grooming, das zu sexualisierter Gewalt online und/oder offline führt, sexualisierte Bilder und die visuelle Darstellung von sexuell eindeutigen Verhalten.
- Wir machen Aufklärungsarbeit an der Front, in Zusammenarbeit mit Eltern, Lehrpersonen, Fachpersonen usw. und geben verschiedene Merkblätter dazu ab.

Unsere Vision ist es, dass jedes Mädchen und jede Frau einmal einen Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurs besuchen kann.

Unsere Zusatzausbildung «Selbstverteidigungstrainerin für Frauen mit Gewalterfahrung» haben insgesamt 16 Trainerinnen absolviert. Diese Pallas-Trainerinnen haben

Administration Pallas
079 646 85 45
admin@pallas.ch
www.pallas.ch

pallas

Schweizerische Interessengemeinschaft
Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen

spezifisches Fachwissen rund um die traumatischen Auswirkungen, welche diverse Gewaltformen hinterlassen können. Sie unterrichten in kleinen Gruppen von gewalt- und/oder übergriffsbetreffene Frauen und Jugendliche. Dabei verfolgen wir folgende Ziele: Stabilisierungsarbeit, Förderung des Selbstvertrauens und der Selbstsicherheit sowie sinnvolle Massnahmen zur Erhöhung der Selbstwirksamkeit. Zum Kursinhalt gehören verbale Abgrenzungen und wirkungsvolle Techniken, um sich in einer Gefahrensituation zu schützen und zu verteidigen. Die Trainerinnen arbeiten in vielen Kantonen mit Opferhilfestellen und Frauenhäusern zusammen.

Diese Zusatzausbildung wird seit 2022 mit einem angepassten Grundkonzept neu konzipiert und aufgelegt, da ein Generationenwechsel in der Leitung ansteht. Die Kompetenzentwicklung für die Fachpersonen in der Leitung sollen gefördert und begleitet werden. Zusätzlich werden sämtliche Fachunterlagen für die Ausbildung im Jahr 2024 überarbeitet, aktualisiert und neu erarbeitet.

Vielen Dank für Ihre finanzielle Unterstützung, denn damit sind wir ein Teil vom schweizerischen Netzwerk gegen Gewalt an Mädchen und Frauen. Immer wieder ist sichtbar, dass wir mit unserer Arbeit sowohl in der Primär-, Sekundär- und Tertiärprävention einiges dazu beitragen können.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI
**Eidgenössisches Büro für die Gleichstellung
von Frau und Mann EBG**
Finanzhilfen