

Zeitschrift: Emanzipation : feministische Zeitschrift für kritische Frauen
Herausgeber: Emanzipation
Band: 6 (1980)
Heft: 1

Artikel: Bücher zum Thema "Gewalt gegen Frauen"
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-359168>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

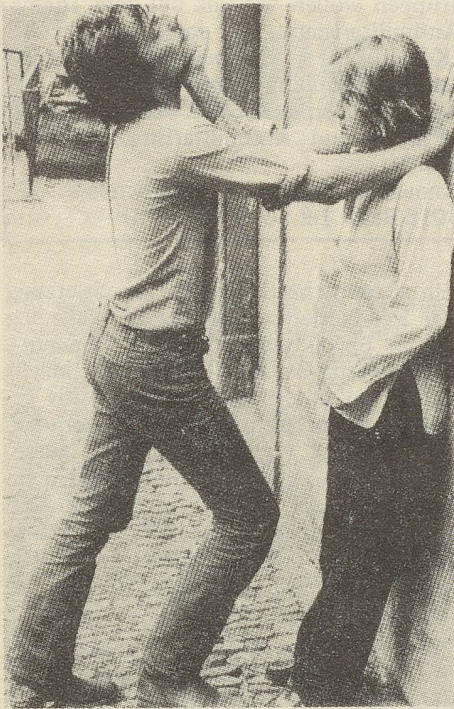
Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 05.04.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Frauen wehrt Euch !

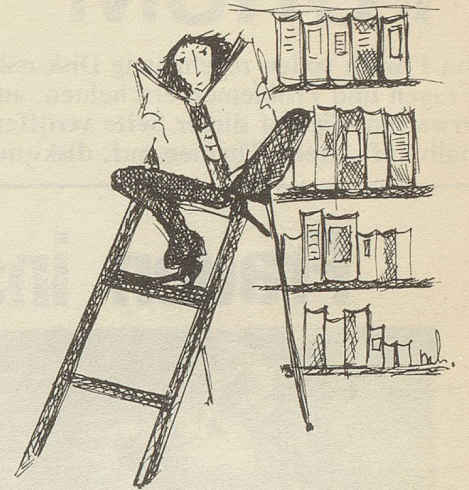


Selbstverteidigung für Frauen

Unter diesem Titel ist letztes Jahr eine Broschüre von Lina Jent und Regula Wyss erschienen, die, durch zahlreiche Photos illustriert, eine Anleitung zur Verteidigung bei körperlichen Angriffen gibt. In der Schweiz werden alljährlich tausende von Frauen vergewaltigt, geschlagen und misshandelt, wobei die Dunkelziffer viel höher ist. Frauen sind der männlichen Gewalt und Aggressivität oftmals hilflos ausgeliefert, nicht zuletzt wegen einer ihr Selbstvertrauen wenig stärkenden Erziehung. Sich bei männlichen Angriffen wehren zu können, ist der Zweck dieser Broschüre. Sie soll eine Hilfe zur Selbsthilfe sein, die uns Frauen nicht nur die Möglichkeit zur Selbstverteidigung im Notfall gibt, sondern die auch unser Selbstvertrauen stärkt. Ein sicheres Auftreten ist oft bereits ein guter Schutz vor Angriffen. In der Broschüre wird jeder einzelne Schritt eines Abwehrgriffs in Worten und Photos festgehalten. Alle aufgeführten Abwehrgriffe können durch Selbststudium und häufiges Üben gelernt werden. Frau kann lernen, wie sie sich wehren kann, wenn sie z.B. an eine Wand gedrängt oder gewürgt wird, in den "Schwitzkasten" genommen wird, am Handgelenk festgehalten, mit einem Stock, einem Messer oder einer Pistole bedroht wird.

Die Broschüre kostet Fr. 14.50 und kann beim Ofra-Sekretariat in Bern (Laupenstr. 5) bestellt werden.

Übrigens hat sich Linda zur Verfügung gestellt im Frühjahr und Herbst für die Ofra Kurse durchzuführen. Ein Kurs umfasst 12 Lektionen, welche in zwei Teile (Frühjahr/Herbst) aufgeteilt werden, immer 6 Stunden am Block alle 14 Tage, jeweils am Montag, pro Lektion Fr. 10.-). Dazwischen üben die Frauen selber. Die interessierten Frauen sollen sich in den einzelnen Sektionen zusammenschließen und sich gemeinsam auf dem Berner Seki melden, ebenfalls einen Übungsort in ihrer Stadt (z.B. Turnhalle). Im Juli macht Linda noch zusätzlich eine ganze Woche einen Kurs (Näheres auf dem Berner Seki zu erfahren).



Bücher zum Thema "Gewalt gegen Frauen"

Frauenhäuser: Gewalt in der Ehe und was Frauen dagegen tun. Hrsg. von Sarah Haffner. Wagenbachs Taschenbücher (11.--)

Erin Pizzey, Schrei leise. Misshandlungen in der Familie. Fischer TB 3404 (5.80)

Erica Fischer, Brigitte Lehmann, Kathleen Stoffel, Gewalt gegen Frauen. Kiepenheuer u. Witsch (14.80)

Susan Lau u.a., Aggressionsopfer Frau. rororo 7241 (6;80)

Susan Brownmiller, Gegen unsern Willen, Fischer TB 3712 (7.80)

Rolf Butzmühlen. Vergewaltigung. Die Unterdrückung des Opfers durch Vergewaltiger und Gesellschaft. Ideologien, Fakten und Erklärungen. Focus Verlag (7.--)

Emanuele Durand Mai. Vergewaltigung. Edition Queimada (4.50)

Schweiz:

Gewalt gegen Frauen. Untersuchung der Frauenzentrale Basel im Jahr 1978. Hrsg. von der Frauenzentrale Basel, 1979 (5.50)

Marianne Pletscher. Weggehen ist nicht so einfach. Gewalt gegen Frauen in der Schweiz. Gespräche und Informationen. Limmat Verlag (10.--)

Berlin:

Frauen gegen Männergewalt. Berliner Frauenhaus für misshandelte Frauen. Erster Erfahrungsbericht. Frauenselbstverlag (14.80)

Gewalt gegen Frauen und was Frauen dagegen tun. Hrsg. von Vergewaltigte Frauen - Notruf und Beratung - Frauen gegen Vergewaltigung e.V. Berlin, Frauenbuchvertrieb (7.--)