

Zehn Jahre Ägypten – wie hat es Sie dorthin verschlagen?

SALEM Nach meinem Studium habe ich zunächst bei der Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) in Frankfurt gearbeitet. Da ich halb Deutsche, halb Ägypterin bin, wollte ich schon immer mal nach Ägypten. Als es 2011 zur Revolution dort kam, war es soweit: Ich wollte unbedingt dorthin.

Und, wie war der „Arabische Frühling“?

SALEM Diese Revolutionszeit war eine der spannendsten Zeiten in meinem Leben. Ich hätte – nur, um dabei zu sein – auch meinen Job aufgeben dafür. Es war ein tolles Gefühl, Demokratie in den Kinderschuhen hautnah mitzuerleben. Dazu hat es sich ergeben, dass ich für die GIZ in einem Frauenprojekt mitarbeiten konnte. Habe aber dann schnell festgestellt, dass ich lieber mit Menschen als mit Regierungen arbeiten möchte. Und überlegt: Was kann ich dazu beitragen, dass dieses Land Fortschritte macht?

Und was war das?

SALEM Die Bearbeitung des Themas Sexuelle Belästigung. Mich hat es gewurtelt, dass das in Kairo so Alltag war. Meine Freundinnen haben das Thema ignoriert. Das kann doch nicht sein, habe ich mir gedacht, da muss man mal eine Ansage machen! Und mich an meinen eigenen Selbstverteidigungskurs erinnert, als ich so zwölf, dreizehn war. Ein WenDo-Kurs. Als ich aus dem rausgekommen bin, habe ich gedacht: Boah, ich kann alles schaffen! Und mir in Ägypten gesagt: Genau das braucht das Land jetzt! Das soll mein Beitrag sein, WenDo nach Ägypten zu bringen. Also habe ich die GIZ verlassen und mich zur WenDo-Trainerin ausbilden lassen.

Wie ging es weiter?

SALEM Als freischaffende Trainerin habe ich – in Zusammenarbeit mit der GIZ – WenDo-Kurse gegeben. Und angefangen, Ägypterinnen als WenDo-Trainerinnen auszubilden. Damit wir ganz viele Frauen und Mädchen erreichen können. Insgesamt sind es 40 Trainerinnen geworden, die jetzt überall in Ägypten wirken, vor allem in Jugendzentren.

Was ist WenDo? Was ist das Besondere an dieser Technik?

SALEM WenDo ist ein Präventivkonzept gegen Grenzüberschreitung. Das heißt, man setzt nicht da an, wo es eigentlich schon zu spät ist, sondern vorher. Viel wichtiger als die Fähigkeit zur Selbstverteidigung ist, dass du gar nicht erst in Bedrängnis kommst. Dafür macht man Übungen. Wo sind deine Grenzen? Wie merkst du, dass sie überschritten werden? Wer muss handeln, wenn sie überschritten werden? Das heißt: Wir bringen den Menschen in die Eigenverantwortung. Zu sagen: Jetzt reicht es mir, jetzt wehre ich mich, oder jetzt gehe ich weg!

Wie sind die Mittel?

SALEM Beim WenDo geht es um Körpersprache, Stimme und Blick. Diese Werkzeuge nutzt du, um eine Haltung auszustrahlen. Und das üben wir. Wir üben, was man wie am besten sagt, wenn man eine Situation beenden möchte. Das Schema ist so: Man macht den Betreffenden erst selbstbewusst, stark, dann bringt man ihm eine Fähigkeit bei, zum Beispiel wie man am besten nein sagt. Und dann spielen wir das. Ich



„Von Ägypten lernen? Aber ja doch!“

INTERVIEW Die in Langenfeld aufgewachsene Schirin Salem hat vor zehn Jahren die Frauen-Selbstverteidigung WenDo an den Nil gebracht. Jetzt kehrt die 40-jährige zurück, nach Monheim. Mit Kind, Hund und reichlich interkultureller Erfahrung.

spiele den Belästiger, den Mobber, denjenigen, der Ärger macht. Und die andere ist in der Situation, das Gelernte anwenden zu müssen. Auch wenn es nur gespielt ist: Diese Situation hinterlässt Eindruck!

Sie geben neben WenDo- auch Strong-Kids-Kurse. Was ist da der Ansatz?

SALEM Ich habe mich gefragt: Weshalb muss man jugendlichen Mädchen und Frauen erst beibringen, dass sie alles können? Wo ist der Knackpunkt? Und da ist mir aufgefallen bei meinem Sohn, der jetzt sechs ist: Im Kindergarten-Alter herrscht noch die Überzeugung, ich kann alles! Aber die etwas älteren Kinder sind nicht mehr so. Irgendwo dazwischen scheint also etwas verloren gegangen zu sein. Ich habe deshalb angefangen, Strong-Kids-Kurse zu geben, um genau in diesem frühen Alter anzusetzen. Und zwar in El Gouna am Roten Meer, wo wir inzwischen hingezogen waren. In Kindergärten dort, aber auch gelegentlich bei Aufenthalten in Deutschland.

Was lernen die Kinder?

SALEM Die Kindern lernen, dass es da eine Grenze ihnen gegenüber gibt, die nicht überschritten werden darf. Dass sie berechtigt sind, dagegen aufzustehen, wenn jemand diese Grenze verletzt. Das trägt dazu bei, dass in Ägypten eine selbstbewusste Frauengeneration entsteht. Wenn ich Ende Juni nach Monheim zurückgekehrt bin, mit Kind und Hund, dann würde ich diese Kurse gerne auch in heimischen Kindergärten und Grundschulen anbieten, aber auch WenDo für Mädchen und Frauen in Jugendbildungszentren und Familienzentren.

Spielt der jeweilige kulturelle Hintergrund der Mädchen und Frauen in den WenDo-Kursen eine Rolle?

SALEM Nein, im Prinzip nicht. Denn

es geht immer nur darum: Du bist verantwortlich für deine Welt, dafür, wenn deine Grenze überschritten wird, du bist stark, du kannst das, du hast das Recht, deine Grenzen zu verteidigen, ja du hast die Pflicht, für dich selber einzustehen! Das gilt kulturübergreifend. Vielleicht gibt es eine Besonderheit, vor allem für die Frauen aus Kairo: Weil es dort immer so voll ist, mag es für viele neu sein, dass das nicht jemand anderes für sie übernimmt. Aber die Idee ist immer die gleiche, egal in welchem Kontext man arbeitet. Auch wenn die Beispiele typischer Belästigungen, mit denen wir in den Kursen arbeiten, je nach Land unterschiedlich sind. Im Endeffekt geht es um eine Grenzüberschreitung.

Was – würden Sie sagen – können wir Deutschen von den Ägyptern lernen?

SALEM Ganz klar: Auch mal fünf Minuten sein zu lassen, flexibler zu sein. Spontaner zu sein. Beispiel: Wenn ich vorübergehend in Deutschland war und mich mit meinen Freundinnen treffen wollte, dann musste man das schon ziemlich langfristig planen. In Ägypten dagegen ist das so: Wenn du fragst, hast du in der Woche mal Zeit, dann kommt die Antwort: Die Woche ist noch so lange hin, frag mich einen Tag vorher noch mal! Das, finde ich, ist ein gesunder Ansatz.

Aber Planung hat ja doch auch seine positive Seiten, oder?

SALEM Natürlich. Deshalb ist Deutschland ja auch da, wo es ist, und Ägypten ist ebenfalls da, wo es ist. Es ist – trotz seiner tollen Kultur und seiner schönen Ecken – leider immer noch ein Entwicklungsland.

Was könnten Ägypterinnen denn

von deutschen Frauen lernen?

SALEM Ich denke, in ihrer Rolle als Mutter zu verstehen, dass sie einen riesigen Einfluss darauf haben, wie ihre Töchter und ihre Söhne die Welt begreifen, wie das Selbstbild ihrer Kinder sein wird. Gerade in den ersten Lebensjahren der Kinder bist du es als Mutter, die die neue Generation von Frauen und die neue Generation von Männern erzieht. Das, glaube ich, ist den Frauen in Ägypten nicht so bewusst wie den deutschen Frauen. Die Ägypterinnen beschwerten sich regelmäßig, dass die Männer nicht mit anpacken, dass sie so egoistisch sind und sich nur um sich selber kümmern. Aber zugleich machen sie genau das mit ihren Söhnen: Sie benuttern sie, verwöhnen sie von morgens bis abends, tragen ihnen alles hinterher, der Sohn muss noch nicht mal seinen eigenen Teller in die Spüle stellen. Und ihren Töchtern müssen sie beibringen: Du hast auch Rechte in dieser Gesellschaft, du bist wichtig und ich stehe hinter dir! Du lässt dich nicht von irgendjemandem blöd anmachen, und du lässt dich auch von niemandem kleinmachen!

Und die ägyptischen Männer? Was sollten die lernen?

SALEM Da zu sein für die Familie, für die Frau, wann immer es nötig ist, Verantwortung zu übernehmen in allen Bereichen. Das ist, was ägyptische Männer nicht gut können: Verantwortung übernehmen. Das kriegen die einfach nicht beigebracht. Was die beigebracht kriegen, ist: Die Kohle nach Hause schaffen.

Und die deutschen Männer? Was können sie von den Ägyptern lernen?

SALEM Tja, mmhhh ... mir fehlt – ehrlich gesagt – bei den deutschen Männern so ein bisschen das Feuer. Ich finde es ganz toll, wie sie sich der Verantwortung stellen. Aber da ist zu wenig Pfeffer. Doch das kann

man, glaub ich, nicht lernen. Entweder man hat es, oder man hat es nicht. Vielleicht noch: Spontanität. Nicht so verschlossen sein, Emotionen auch mal zulassen. Ägypter sind hochemotionale Männer, sowohl bei Trauer und Wut als auch bei den Glücksgefühlen. Beim Thema Liebe sind die ganz schnell dabei, die empfinden ganz schnell und viel. Die Herzen sind irgendwie offener.

Wie haben Sie Corona erlebt?

SALEM Ich hatte das große Glück, die Zeit der Pandemie in Gouna am Roten Meer zu verbringen, und dort war es kaum spürbar. Der Kindergarten lief weiter. Maskenpflicht gab's nur in Supermärkten. Manchmal waren Hotels und Gaststätten geschlossen, aber mit Freunden hat man sich weiter getroffen. Von daher sind wir mit den ganzen psychischen Auswirkungen, von denen ich über Deutschland lese, gottseidank nicht so konfrontiert. In Ägypten hatten wir auch nicht dieses gegenseitige Kontrollieren und Bespitzeln. Das über Deutschland zu hören hat mich sehr schockiert. Klar: Auch wir hatten Corona-Fälle. Es sind auch Menschen gestorben, mit Vorerkrankungen wie Diabetes oder im Bronchialsystem. Aber die meisten aus unserem Umfeld, die infiziert waren, hatten einen milden Verlauf und sind entspannt damit umgegangen. Vielleicht hat es auch damit zu tun: Man ist hier viel draußen, viel in der Sonne, entsprechend hoch ist der Vitamin-D-Pegel, und die Stimmung ist gut. Das stärkt bekanntlich die Abwehrkräfte.

Was werden Sie an Ägypten vermissen?

SALEM Es ist dort praktisch immer blauer Himmel. Die Tage, an denen es regnet, kannst du an einer Hand abzählen. Man kann immer raus. Die Kinder können immer raus. Man kann den Tag draußen

INFO



Schirin Salem (r.) in einem ihrer Selbstverteidigungskurse und vor den Pyramiden (großes Bild).

In der Jugend bei den „Sozialen Brennpunkten“

Wer Schirin Salem (40) wuchs in Langenfeld auf, wo sie sich als Jugendliche unter anderem beim Projekt „Soziale Brennpunkte“ (Hausaufgabenbetreuung etc.) engagierte. Vom Konrad-Adenauer-Gymnasium wechselte sie nach der zehnten Klasse aufs Landrat-Lucas-Gymnasium in Opladen. Nach dem Abi Studium der Gender Studies, Medienwissenschaften und Pädagogik in Bochum.

Wie Nach zehn Jahren in Ägypten kehrt Schirin Salem dieser Tage mit ihrem sechsjährigen Sohn ins Rheinland zurück (nach Monheim). Ihre WenDo- und Strong-Kids-Kurse will sie weiter geben. Infos/Kontakt: SchirinWenDo@gmail.com; https://instagram.com/schirin_salem; <https://www.facebook.com/SchirinSalem/>; <https://own-your-power.jimdosite.com>.

verbringen. Das werde ich auf jeden Fall vermissen. Auch die Spontanität. Es geht alles von jetzt auf gleich. Hast du Lust, heute Abend was zu machen? Ja! Hat dein Junge Zeit, mit meinem Sohn zu spielen? Ja! Ich glaube, das kann ich in Deutschland vergessen. Ich hoffe, ich werde eines Besseren belehrt, aber nach meiner Erfahrung musst du mindestens eine Woche vorher anfragen, ob was geht. Vermissen werde ich sicher auch die Wüstentrips im Winter, mit wandern und in die Weite schauen. Mit Lagerfeuer und richtig krassem Sternenhimmel. Aufs Meer rausfahren, Delphine beobachten, mit ihnen schwimmen. Die Leichtigkeit, das Entspannte. Da hab ich einen Kloß im Hals, wenn ich daran denke.

Dann wollen wir mal versuchen, den Kloß etwas zu schrumpfen: Worauf freuen Sie sich in Deutschland, am Rhein?

SALEM Ich freue mich auf meine neue Wohnung und darauf, sie einzurichten. Auf Wald, Seen, Felder, Wolken, verschiedene Wolkenformationen. Im Moment freue ich mich sogar auf Regen. Und auf die frische Luft, die deshalb anders frisch ist als in Ägypten. Ich freu mich auf Brötchen, Vollkornbrot, Inspiration, Vielfalt. Nach fünf Jahren El Gouna ist mir langweilig geworden in diesem Paradies. Das habe ich mich immer gefragt: Wie ist es, wenn der Urlaub nie vergeht, wenn du immer am Strand liegen kannst, wenn das gute Wetter nie aufhört? Die ersten zwei Jahre dachte ich: der absolute Jackpot! Aber die letzten Jahre: Das ist so eintönig, immer das Gleiche. Der Mensch braucht Abwechslung. Ich freu mich auf Monheim mit seinem offenbar supercoolen Bürgermeister, auf Kultur, auf Austausch und auf Natur.

DIE FRAGEN STELLTE THOMAS GUTMANN



Schirin Salem hat es in Ägypten besonders das Meer angetan (l. und r.). Kinder, Jugendliche und Frauen machte sie in WenDo- und Strong-Kids-Kursen (m.) stark.

