

No eres tan débil como creen. 2ª parte

Defensa personal contra agresores

Vila, María Del Carmen

Editorial: Alas

ISBN: 9788420306001

Páginas: 247

Dimensiones: 17 x 23,5 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 18,00 €



SINOPSIS

La Defensa Personal Femenina contra agresores conocidos es un campo mucho más difícil en el que implicarse, que cualquier otro tipo de defensa. No sólo porque la persona está en un “riesgo máximo” por ser una “víctima potencial”: también hay que tener en cuenta que debemos tener una “sensibilidad especial” para ayudar a quienes la padecen. No existe un “camino corto” para aprender a defenderse, pero en el caso de la violencia contra agresores conocidos debemos abreviar al máximo el tiempo de aprendizaje y ser lo más efectivos posible a la hora de enseñar. La víctima trabaja a “contrarreloj”...

La defensa personal pasiva en el caso de la violencia doméstica consiste siempre en abandonar al agresor. No sirve de nada enseñar a defenderse a una mujer que convive con su agresor: tarde o temprano, la matará.

Es importante estar preparadas física y mentalmente para la defensa, pero lo que es aún más importante: debemos evitar tener que emplear aquello que hemos aprendido.

Nuestra inferioridad física de condiciones se convierte en nuestra mejor “arma”, aunque sólo nosotras sabemos que ¡NO SOMOS TAN DÉBILES COMO CREEN!