

Gewaltprävention

durch Förderung der sozialen und emotionalen
Kompetenz von Jugendlichen



Methodenhandbuch

Für Personen aus der schulischen und außerschulischen
Bildungs-, Jugend- und Sozialarbeit sowie BeamtInnen
des offenen und geschlossenen Jugendstrafvollzugs.



International Institute
for Nonviolent Action

Eine Publikation von

SÜDWIND

IMPRESSUM

HERAUSGEBERINNEN: Elisabeth Nagy, Carolina Lebesmühlbacher, Jennifer Rieder, Johannes Raher

ÜBERSETZUNG:

ITAL: Andrea Antonelli

ENG: Elaine Christina Chen

ESP: Armando Galindo

ERSCHEINUNGSJAHR- UND ORT: 2019

LAYOUT & DESIGN: Armando Galindo

DRUCK: druck.at

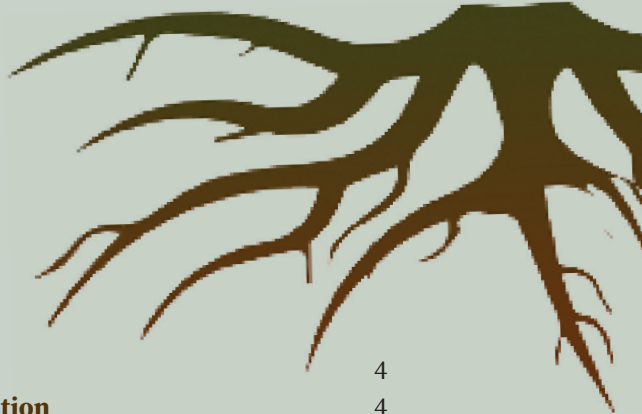
RHIZOME AGAINST POLARISATION

Rhizome against Polarisation hat zum Ziel, soziale Polarisierung und gewalttätige Radikalisierung in Europa, insbesondere in Spanien, Italien und Österreich, durch einen menschenrechts- und gemeinschaftsbasierten Ansatz und die Stärkung der Zivilgesellschaft zu verhindern. Rhizome against Polarisation, dessen Namen an die weitverzweigten und stabilitätgebenden Wurzelgeflechte von Pflanzen erinnern sollen, wird als gute Grundlage gegen gewaltbereiten Extremismus gesehen. Es werden die aktuellen Vorurteile und Definitionen des „gewaltbereiten Extremismus“ in Frage gestellt, indem alle Ausprägungsformen betrachtet werden und das Risiko einer Stigmatisierung eines bestimmten Kollektivs vermieden wird.



This handbook is funded by the "Internal Security Fund – Police" of the European Union. This publication reflects the views only of the author, and the European Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained.

Inhalt



1.	Projektbeschreibung	4
	1.1. Handbuch zur Gewaltprävention	4
2.	Einführung in die Präventionsarbeit	5
	2.1. Präventionsansätze	5
	2.2. Prinzipien für die Präventionsarbeit	6
	2.3. Zwölf praktische Tipps für die Präventionsarbeit	7
3.	Definitionen	8
	3.1. Gewalt	8
	3.2. Polarisierung	10
	3.3. Radikalismus vs. Extremismus	12
	3.4. Gewaltbereiter Extremismus	13
	3.5. Ursachen von gewaltbereitem Extremismus	16
4.	Methodenteil – Gewaltprävention durch Förderung der Sozialen und Emotionalen Kompetenz	19
	4.1. Einstiegsübungen	19
	4.1.1. Was macht mich aus?	20
	4.1.2. „Zukunftsbilder“	21
	4.1.3. PoP - Pick one Pic	21
	4.1.4. Bingo!	22
	4.1.5. Gewaltbarometer	23
	4.1.6. Statuentheater	24
	4.2. Kommunikation	25
	4.2.1. Selbsttest: Auf welchem Ohr empfängst du Nachrichten?	27
	4.2.2. Bildermalen	34
	4.2.3. Seilkunstwerk	35
	4.2.4. Auflockerungsübung: Friedensalphabet	36
	4.4.1. Auflockerungsübung: 45 Sekunden	37
	4.3. Identität und Persönlichkeit	37
	4.3.1. „Wer bist du?“	39
	4.3.2. Powerflower	40
	4.3.1. Privilegientest	42
	4.3.3. Vergangenheit, Gegenwart, Zukunft	43
	4.3.4. Schatzschächtelchen	45
	4.3.5. Abschlussmethode: Rücken stärken	45
	4.4. Gruppendynamik & Gruppenprozesse	46
	4.4.1. Blumen über Blumen	46
	4.4.2. Sumpfüberquerung	47
	4.4.3. Ausgrenzung	48
	4.4.4. Eierflyer	49
5.	Materialien	51
6.	Quellen	57



1. Projektbeschreibung

Rhizome against Polarisation (in diesem Handbuch mit RaP abgekürzt) zielt darauf ab, durch primäre Präventionsmaßnahmen wie der Förderung der sozialen und emotionalen Kompetenz, Polarisierung und Radikalisierung in drei europäischen Ländern (Österreich, Italien und Spanien) zu verhindern.

Das Wort „Rhizom“ ist in der Botanik ein unter der Oberfläche oder dicht über dem Boden wachsendes Wurzelsystem. Durch eine partizipative Methodik wird Fachleuten aus der Praxis wie Lehrpersonen, Jugend- und SozialarbeiterInnen, Justizbeamten sowie öffentlichen Institutionen und politischen Parteien Instrumente zur Verhinderung von Polarisierung, Radikalisierung und in weiterer Folge Extremismus zur Verfügung gestellt. Die Widerstandsfähigkeit von Jugendlichen soll gegenüber extremistischen Einflüssen gestärkt werden.

Das Verhältnis von Polarisierung und Radikalisierung wird als Prozess verstanden. Während sich Polarisierung auf das Konzept von Gegnern („wir“ und „sie“) bezieht, bezieht sich Radikalisierung auf politische, soziale und religiöse Fragen. Beides kann zu Feindseligkeiten, Entfremdung und Intoleranz führen, wenn sich Radikalität in eine Form von Extremismus wandelt. In jüngster Zeit ist im europäischen Raum zunehmend gewaltsamer Extremismus zu beobachten. Rassismus, Islamfeindlichkeit oder rechtsextreme Ideologien sind institutionell vertreten. Unter Berücksichtigung dieser Situation werden im Rahmen des RaP-Projekts bewährte Verfahren gesammelt, um den Aufbau und die Entwicklung praktischer Methoden und deren Verbreitung sowie Anwendung auf europäischer Ebene voranzutreiben.

1.1 Handbuch zur Gewaltprävention

Kurzfilme

Des Weiteren können Sie die sechs zum Handbuch gehörenden Kurzfilme, die Sie auf der Projekt-Website finden, als visuelle Einleitung oder Ergänzung zu den Methoden oder als Diskussionsanregung verwenden.

Südwind erstellte im Rahmen des RaP-Projekts dieses Methodenhandbuch für Personen, die in der schulischen und außerschulischen Bildungs-, Jugend- und Sozialarbeit tätig sind, sowie für BeamtInnen des offenen oder geschlossenen Jugendstrafvollzugs. Die Methoden sind für Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 12 und 24 Jahren geeignet.

Zum Gebrauch des Handbuchs:

Das Handbuch gibt einerseits Einblick in die pädagogischen Grundlagen der primären Gewaltprävention, andererseits finden Sie weiterführende Methoden und Übungen, die die soziale und emotionale Kompetenz von Jugendlichen fördert. Ein besonderer Fokus des Handbuches ist, Jugendliche dabei zu unterstützen, ihre Bedürfnisse zu erkennen sowie ihre Gefühle zu benennen und damit Empathiefähigkeit aufzubauen, sich selbst zu reflektieren, ihre Identität und ihren Selbstwert zu fördern, sowie Raum für Austausch und kritische Diskussionen zu schaffen.

Sie finden unter dem Punkt „**Materialien**“ alle Vorlagen, die Sie für die Durchführung der Übungen brauchen.

2. Einführung in die Präventionsarbeit

2.1. Präventionsansätze

Im pädagogischen Kontext wird zwischen primärer, sekundärer und tertiärer Prävention differenziert.

PRIMÄRPRÄVENTION

Primäre Prävention basiert auf der Vermittlung von Normen und Werten. Zentral darin ist der Aufbau von sozialen Kompetenzen und Lebensbedingungen, die eine positive gesellschaftliche Entwicklung im Sinne demokratisch ausgehandelter Normen im Sinne des Allgemeinwohls unterstützt. In der primären Prävention gibt es keine speziellen Zielgruppen. Sie dient dazu, überhaupt zu verhindern, dass Personen Handlungen setzen, die den gesellschaftlich ausgehandelten Normen widersprechen.

SEKUNDÄRPRÄVENTION

In der sekundären Prävention wird mit bereits identifizierten und gefährdeten Personengruppen daran gearbeitet, dass sie in ihren meist schwierigen Lebenssituationen Unterstützung erhalten, um dadurch problematische Handlungen zu verhindern bzw. abzumildern. Im besonderen Fokus stehen hier bereits vorbestrafte Jugendliche im Hinblick auf politisch motivierte Handlungen oder Personen mit einer Affinität zur Gewalt.

TERTIÄRPRÄVENTION

Personen, die bereits gegen bestimmte gesellschaftlichen Normen und Werten verstoßen haben, werden im Zuge der tertiären Prävention dahingehend unterstützt, dass sie einen Weg finden, um sich wieder in die Gesellschaft zu integrieren¹.

KRITISCHE SICHTWEISE AUF PRÄVENTION

Für Michaela Glaser, die in der Forschung zu pädagogischen Ansätzen der Extremismusprävention tätig ist, ist Prävention ein Eingriff in das Leben der Betroffenen. Deswegen, so argumentiert sie, braucht es für diese Form der Bildung besondere Begründungen und eine Legitimation. Sie sieht Prävention als problematisch, wenn bei der Durchführung keine genügend scharfe Trennlinie gezogen wird zwischen Ausdrucksformen politischer Gesellschaftskritik, die durch die Verfassung rechtlich geschützt sind und menschen- bzw. verfassungsfeindlichen Aussagen².

Dies bringt uns zu einem wichtigen Thema im Kontext der Präventionsarbeit: Die Rolle des/der JugendarbeiterInnen. Dahingehend beschäftigt sich der folgende Teil mit Prinzipien und Best Practice in der Gewalt- und Extremismusprävention.

¹ vgl. Kommission Rechtsextremismus“ o.J.: 64ff

² vgl. Glaser 2011: 17

2.2 Prinzipien für die Präventionsarbeit

IDENTITÄTSARBEIT

Eine zentrale Herausforderung, mit der junge Menschen konfrontiert werden, ist die Bildung ihrer eigenen Identität, d.h. die Entwicklung einer inneren Einheit der als „Selbst“ erlebten Person. Nach der weitest gehenden Auflösung vorgeformter Lebensentwürfe steht es dem Menschen im 21. Jahrhundert grundsätzlich frei, sein eigenes Leben nach Belieben zu gestalten. In dieser sozialen Situation, die auch von tiefgreifenden wirtschaftlichen Umbrüchen geprägt ist, steigen vor allem die Anforderungen an junge Menschen, aus all den vielen möglichen Bausteinen eine eigene Identität, ein eigenes „gutes Leben“ zu schaffen. Gerade junge Menschen, die über wenig wirtschaftliche, soziale und kulturelle Ressourcen verfügen, erleben diese Pluralisierung nicht so sehr als Befreiung, sondern als Verlust an Sicherheit und Zuverlässigkeit und damit vor allem als Belastung. Diese jungen Menschen fühlen sich angesichts ihrer Defizite - tatsächliche oder von außen zugeschriebene - überfordert und können der Versuchung erliegen, nach unerschütterlichen Gewissheiten und moralischen Leitlinien zu suchen. Extremistische Gruppen richten sich an die Bedürfnisse junger Menschen nach Unterstützung, Orientierung und Identität³.

Jugendliche und junge Menschen in dieser Phase ihrer Entwicklung zu begleiten, ist ein wichtiger Teil der Präventionsarbeit. Dies stellt nicht nur Gewalt- und Extremismusprävention dar, sondern bietet Unterstützung in der postmodernen Identitätsarbeit, wobei die Bedürfnisse nach Struktur und Sicherheit thematisiert werden können.

RAUM FÜR AUSTAUSCH

Die Gesellschaft sollte den Jugendlichen einen sicheren Raum bieten, um sensible Themen wie sexuelle Orientierung, Rassismus, politische Ansichten, kulturelle Unterschiede, Religion und psychische Gesundheit diskutieren zu können. Die Tabus und Kontroversen, die manchmal mit diesen Themen einhergehen, verursachen bei vielen Eltern und Fachleuten ein Gefühl von Unsicherheit, was dazu führt, dass solche Themen oft nicht ausführlich diskutiert werden. Doch das Ignorieren lässt die Themen nicht verschwinden und so kann ein extremistisches Milieu entstehen, das Antworten gibt. Tabus zu diskutieren bedeutet sicher, Risiken einzugehen, aber auch Verantwortung für die psychologische Entwicklung der kommenden Generation zu übernehmen⁴.

³vgl. Prinzjakowitsch, W. 2015

⁴vgl. RAN Issue Paper 2018: 1

2.3 Zwölf praktische Tipps für die Präventionsarbeit

1

Ermutigen Sie die TeilnehmerInnen, ihre eigenen Meinungen und Ideen zu äußern und ihre Erfahrungen mit einzubringen. Bewerten Sie keine Aussagen als sinnlos, lächerlich, irrelevant oder dumm!

2

Schaffen Sie eine Kultur des gegenseitigen Respekts und eine Atmosphäre, in der sich die TeilnehmerInnen sicher fühlen. Das kann für eine Atmosphäre sorgen, in der sich die Jugendlichen trauen, ihre Meinungen in die Gruppe einzubringen. Achten Sie darauf, dass die Gruppe niemanden ausschließt, ignoriert, verurteilt oder respektlos behandelt. Führen Sie gleich am Anfang Regeln ein und achten Sie auf deren Einhaltung.

3

Halten Sie keine langen Vorträge und vermeiden Sie verallgemeinernde Aussagen, damit kann sich die Gruppe nicht identifizieren und Sie verlieren nur das Interesse der TeilnehmerInnen! Stellen Sie offene Fragen und ermutigen Sie die Gruppe zum Diskutieren und hinterfragen. Wenn Unsicherheiten angesprochen und thematisiert werden, schafft es eine Verbindung zur Lebenswirklichkeit der TeilnehmerInnen.

4

Die Welt der Jugendlichen kennen: Explizites Wissen über das unmittelbare Lebensumfeld, die sozialen, wirtschaftlichen und kulturellen Bedingungen der Jugendlichen ist eine grundlegende Voraussetzung für die Zusammenarbeit mit ihnen.

5

Eignen sie sich Wissen über Themen an, die für junge Menschen wichtig sind: In der Diskussion könnten JugendarbeiterInnen befürchten, dass ihnen das Wissen über eine bestimmte Religion oder Ideologie fehlt und deshalb verleitet sein, diese Themenbereiche im Gespräch zu meiden. Oft ist jedoch gar kein fundiertes Hintergrundwissen notwendig und es reicht, ein paar Eckpunkte zu kennen, um mit den Jugendlichen ins Gespräch zu kommen und ihre Sicht der Dinge kennen zu lernen.

6

Wenn Sie etwas nicht wissen, täuschen Sie nichts vor. Ermutigen Sie die TeilnehmerInnen, die Antworten selbst zu suchen oder sagen Sie der Gruppe, dass Sie die betreffenden Antworten herausfinden werden. Ehrlichkeit in der Gruppenführung schafft Respekt.

7

Diskutieren Sie mit den TeilnehmerInnen auf Augenhöhe und ermöglichen Sie ihnen, die Antworten selbst für sich zu finden. Versuchen Sie nicht der Gruppe eine Lösung aufzuzwingen.

8

Eine Gruppe engagiert sich, wenn sie ernst genommen wird und aktiv partizipieren kann. Folgen sie nicht streng irgendeinem Programm, sondern gehen sie auf die Interessen der Gruppe ein.

9

Empathie ist ein zentraler Bestandteil der Präventionsarbeit. Fragen Sie die TeilnehmerInnen, wie sie sich fühlen bzw. wie sie sich fühlen würden, wenn XY passiert. Seien Sie auf unerwartete Reaktionen gefasst und sammeln Sie der Gruppe unterschiedliche Sichtweisen für das konkrete Beispiel.

10

Reflektieren sie im Vorfeld Ihre eigenen Standpunkte in Bezug auf das Thema und drücken Sie klar aus, wenn Sie Ihre eigene Sichtweise wiedergeben. Ermöglichen Sie das kritische Hinterfragen von „anerkannten Wahrheiten“ und tun Sie das auch selbst. Benutzen Sie Ihre Position als GruppenleiterIn nicht dazu, eine Diskussion abzuwürgen.

11

Unterscheiden Sie das Verhalten einer Person von der Person an sich: Eine dauerhafte Beziehung kann nur mit der gegenseitigen Wertschätzung der beteiligten Personen funktionieren. Bei verbalen oder körperlichen Vergehen muss das Fehlverhalten der Person im Fokus der Kritik liegen und nicht die Person selbst, insbesondere wenn es um Gewalt, Verherrlichung von Gewalt oder Rassismus geht.

12

Prävention braucht Zeit und Kontinuität: Erwarten Sie keine schnellen Lösungen. Nachhaltige Präventionsarbeit braucht viel Zeit und Geduld.

3. Definitionen

3.1. Gewalt

Um uns der Definition von Gewalt anzunähern, verwenden wir das „Gewalt-Dreieck“ von dem weltweit bekannten Friedensforscher und Soziologen Johan Galtung. Die drei Arten der Gewalt sind voneinander abhängig. Jede Form der Gewalt kann sich auf die anderen Arten übertragen und diese beeinflussen. Wenn zum Beispiel strukturelle Gewalt institutionalisiert und kulturelle Gewalt zunimmt, dann besteht die Gefahr, dass die direkte Gewalt wächst.

Laut Johan Galtung entsteht Gewalt immer dort, wo Menschen so beeinflusst werden, dass ihre physische und mentale Entwicklung unterhalb ihres eigentlichen Potentials liegt. Gewalt ist daher die Ursache für den Unterschied zwischen potenzieller Entwicklung und tatsächlicher Entwicklung.

Galtung unterscheidet zwischen drei Arten von Gewalt:

DIREKTE GEWALT:

Wird von einem/einer AkteurIn unmittelbar ausgeübt. Diese Gewalt ist sichtbar und von physischer oder psychischer Natur. Es gibt eine/einen TäterIn und ein Opfer. Die direkte Gewalt ist das, was normalerweise als Gewalt verstanden wird (Folter, Mord, physischer oder psychischer Missbrauch, Demütigung, Diskriminierung, Mobbing,...)

STRUKTURELLE GEWALT:

Diese Art von Gewalt ist ähnlich zur sozialen Ungerechtigkeit und den Strukturen, die diese soziale Ungerechtigkeit fördern. Sie ist eine eher unsichtbare Gewalt, die von den Strukturen gebildet wird, die die Befriedigung grundlegender Bedürfnisse verhindern. Sie äußert sich meist indirekt und hat keine unmittelbar sichtbaren Verursacher. Sie liegt nach Galtung immer dann vor, wenn Menschen so beeinflusst werden, dass sie sich nicht so verwirklichen können, wie dies eigentlich potentiell möglich wäre (Apartheid, Rassentrennungsgesetze, Gesetzliche Bestimmungen zur Unterwerfung der Zivilbevölkerung, in Form von ungerechten Sozialverhältnissen, ungleicher Zugang zu Bildung/Ausbildung, entwürdigende Wohnverhältnisse, Armut,...)⁵

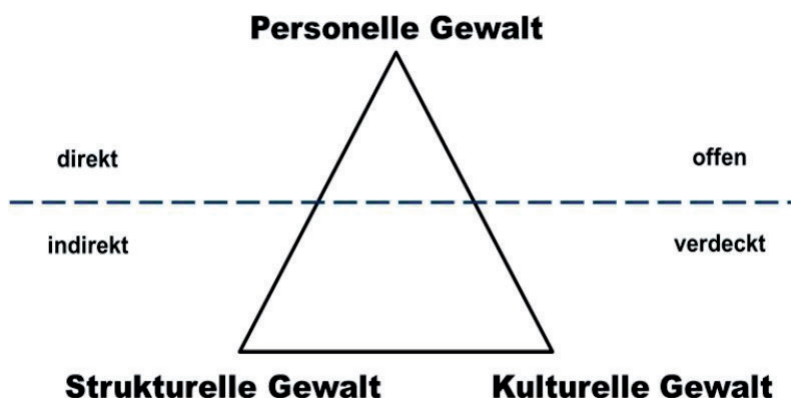
KULTURELLE ODER SYMBOLISCHE GEWALT:

Aspekte einer Gesellschaftskultur, die die Verwendung von direkter oder struktureller Gewalt legitimiert. Die kulturelle und die symbolische Gewalt zeigen sich häufig in Einstellungen und Vorurteilen (Rassismus, Sexismus, Faschismus, Islamophobie,...).

⁵<https://www.lebenshaus-alb.de/magazin/010544.html>

Die unsichtbare Ebene bezeichnet den Umstand, dass bei der strukturellen und kulturellen Gewalt niemand in Erscheinung tritt, den man verantwortlichen machen könnte. Die strukturelle Gewalt ist in das System eingebaut und äußert sich in ungleichen Machtverhältnissen und folglich in ungleichen Lebenschancen.

Alle drei Arten von Gewalt sind voneinander abhängig. Um eine zu verhindern, muss man sich auch mit den andern beiden beschäftigen und diese bei Aktionen adressieren⁶.



Das Risiko, gewalttätig zu werden, wird im Kinder- und Jugendalter unter anderem verringert durch:

- elterliche Fürsorge und positive Beziehung zu den Eltern, sowie zu anderen Erwachsenen,
- stabile Bindungen,
- soziale Kompetenz,
- soziale Unterstützung und ein stabiles soziales Umfeld,
- Erfolg und Erfolgserlebnisse in der Schule,
- mittlere bis hohe Intelligenz,
- eine prosoziale Entwicklung und soziale Werthaltung,
- Problemlösungskompetenzen,
- hohe Selbstwirksamkeitserwartungen⁷.

⁶ vgl. Galtung 1990: 291 ff

⁷ vgl. MAHLE Natascha, SANDIKCI Murat: „Sung in der Schule - Unterrichtsmaterial zur Gewaltprävention“. 1. Auflage 2010//<http://www.selbstsicherschuetzen.com/downloads/Achtung%20in%20der%20Schule.pdf>

3.2 Polarisierung

Für den niederländischen Philosophen Bart Brandsma braucht es keinen wirklichen Konflikt, sondern nur ein Feindbild, um Polarisierung voranzutreiben. Er entwickelte ein Schema zur Beschreibung der Polarisierung, das drei Gebote und fünf „Rollen“ identifiziert.

Die drei Gebote:

- Polarisierung ist ein reines Mindset, ein Gedankenkonstrukt
- Sie braucht ständig neuen Treibstoff, neue Abgrenzungen
- Sie ist ein Bauchgefühl, das nicht rational erklärbar ist

Die fünf Rollen:

Es gibt immer Meinungsbildner, die sogenannten „Pusher“, die gegen die „Anderen“ mobilisieren. „Pusher“ sind Menschen, die ihre AnhängerInnen emotional aufrütteln und so soziale Spaltungen und Gegenbewegungen provozieren. Diese „Pusher“ sind davon überzeugt, dass ihre Ansicht die einzig Wahre ist und ihre Anhänger – die „Joiner“ – lassen sich von den „Pushern“ mitreißen, lehnen aber jede Verantwortung ab. Die Medien verstärken diese Dynamik durch eine einseitige und effekthaschende Berichterstattung, so dass die gesellschaftliche Mitte („the Silent“), in dem das eigentliche soziale Leben Tag für Tag stattfindet, meist ungehört bleibt. „Brückenbauer“ positionieren sich sichtbar zwischen den beiden Gruppen, fungieren als Vermittler zwischen den unterschiedlichen „Pushern“ und versuchen den Raum für Debatten zu halten.

Mit zunehmender sozialer Polarisierung wird die Mitte kleiner. Verhandlungsprozesse kommen ins Stocken und Anhängerschaften werden wichtiger. Wer sich keiner Seite zuordnen und im unabhängigen Zentrum bleiben will, läuft Gefahr, zum „Sündenbock“ der beiden polarisierten Gruppen zu werden⁸.

Polarisierung tritt auf, wenn sich eine oder beide Parteien nicht gehört oder verstanden oder ignoriert fühlen. Polarisierung ist ein Prozess der Eskalation von Interaktionen, in dem eine der beiden Seiten des Konflikts immer fester in ihrer Position festhält und nicht in der Lage ist, auf die andere zu hören

Wenn eine Situation zu polarisieren droht, ist es wichtig, sich daran zu erinnern, dass Polarisierung ein kommunikativer Prozess ist. Im Falle der Polarisierung verschlechtert sich die Kommunikation, und wenn der Konflikt wächst, ist die Kommunikation noch schwieriger. Emotionen wie Enttäuschung, Verzweiflung, Schmerz und Wut könnten die Oberhand gewinnen und die Akteure dazu bringen, ihre Macht zu nutzen und andere zu verletzen. Polarisierung tritt auf, wenn sich eine oder beide Parteien nicht gehört oder verstanden oder ignoriert fühlen. Eine mögliche Interventionsmethode besteht darin, sich auf die Kommunikation zu konzentrieren, die in diesem Moment stattfindet, und beide Seiten zu ermutigen, nicht nur ihre Positionen, sondern auch ihre Gefühle, Erfahrungen und Bedürfnisse auszudrücken. Dies erleichtert die Schaffung einer Atmosphäre, in dem sich der Dialog verlangsamen kann (Polarisierung beschleunigt stattdessen die Situation!), in dem man die eigene Macht und relative Position verstehen und zum Wohle der gesamten Gemeinschaft und nicht nur eines Teils davon nutzen kann. Polarisierung ist ein Prozess der Eskalation von Interaktionen, in dem eine der beiden Seiten des Konflikts immer fester an ihrer Position festhält und nicht in der Lage ist, auf die andere zu hören. Dies kann leicht noch stärkere Emotionen hervorrufen und eine Atmosphäre schaffen, in der Hass vorherrscht. Wie können wir diese Eskalation von Konflikten verhindern und stattdessen die

Kommunikation bereichern, nicht nur mit unseren Meinungen und Ansichten, sondern auch mit den damit verbundenen Emotionen und Erfahrungen?

Einer der Schlüsselfaktoren zur Verhinderung von Polarisierung ist die Fähigkeit, einen nachhaltigen Dialog zu schaffen, bei dem das Zuhören ein aktiver Teil des Prozesses ist. Ein Dialog, in dem wir nicht nur auf Fakten und Positionen hören, sondern auch offen sind für die Möglichkeit, unsere Vorurteile zu überdenken, Stereotypen zu revidieren, Vielfalt als Möglichkeit und nicht als Hindernis zu sehen.

TIPPS ZUR VERMEIDUNG VON POLARISIERUNG

- Erkennen Sie die Anzeichen einer Eskalation des Konflikts, sobald sie auftreten.
- Nutzen Sie die Macht zum Wohle aller; wenn Sie sie nur zum Wohle einer Seite einsetzen, besteht die Gefahr, dass sie zu einer missbräuchlichen Macht wird.
- Trainieren Sie Ihre Kommunikationsfähigkeiten, hören Sie mit Interesse zu, versuchen Sie, die hinter Meinungen verborgenen Emotionen zu identifizieren, erforschen Sie die Erfahrungen, die diese Emotionen hervorgebracht haben.
- Seien Sie bereit zu hinterfragen, Vorurteile zu überdenken, Stereotypen zu durchbrechen, Vielfalt als Chance und nicht als Hindernis zu betrachten
- Förderung des inneren und äußeren Dialogs

Es ist sehr schwierig, einzugreifen, wenn wir vor einer stark polarisierten Situation stehen, in der die Grenze der Gewalt bereits überschritten ist. Es gibt jedoch einige Praktiken, die bei dem Versuch, den Konflikt zu lindern, nützlich sein könnten. Wenn Sie es mit einer Situation zu tun haben, in der die Polarisierung zu extremer Gewalt geführt hat und die beiden Seiten nicht reagieren werden, können Sie diesen Anweisungen folgen:

SCHRITTE ZUR DE-ESKALATION

- Festlegung von Regeln zur Beendigung des Einsatzes von Gewalt.
- Identifizieren von Mitgliedern beider Gruppen, die mit der Intensität des Konflikts nicht zufrieden und offen für alternative Wege und Lösungen sind.
- Aufbau eines Minimums an Beziehungen zwischen den beiden Parteien
- Identifizieren Sie in beiden Gruppen Personen, die eine Art Verbindung oder Beziehung zu Personen in der anderen Gruppe haben, das heißt zwei oder mehr Personen, die, obwohl sie miteinander im Konflikt sind, ein Interesse daran haben, eine Beziehung aufrecht zu erhalten.
- Sobald Sie diese Personen identifiziert haben, nutzen Sie Ihre Konfliktlösungsfähigkeiten um die Kommunikation und das gegenseitige Verständnis zu erleichtern

Als ModeratorIn können Sie die Macht nutzen, um gleichzeitig “Nein” zur Gewalt (psychologisch und physisch) und “Ja” zur Person zu sagen. “Du bist stark und ich will dich unterstützen. Ich werde dir jedoch nicht erlauben, anderen zu schaden. Ich möchte, dass du deine Macht zu nutzen lernst, ohne jemanden zu verletzen oder zu schaden”⁹

⁹ „Plan of Action“ von OPEV: Plan de acción de la sociedad Euromediterránea para prevenir todas las formas de Extremismo violento, 2017, del Observatorio para la Prevención del Extremismo Violento (OPEV): <http://opev.org/wp-content/uploads/2017/05/EuroMed-PVE-Plan-de-Accion-ESP.pdf> (February 2019)

3.3. Radikalismus vs. Extremismus

„Extremisten neigen dazu, engstirnige HerrscherInnen zu sein, während Radikale normalerweise offene und egalitäre Visionen bevorzugen.“¹⁰

„**RADIKAL**“ kann als die Position verstanden werden, die Menschen einnehmen, wenn sie nach einer tiefgreifenden Transformation des Systems suchen, in dem sie leben, um ein ganz anderes System zu erreichen. Der Radikalismus als solcher zielt nicht darauf ab, Systeme auf Kosten von „den Anderen“ zu transformieren, und er ist nicht von Natur aus mit gewalttätigen Methoden verbunden¹⁰.

„**EXTREMISMUS**“ bezieht sich auf eine politische Agenda oder eine Lebensvorstellung, die durch eine tiefe Transformation auf Kosten anderer sozialer Gruppen Freiheit anstrebt. Extremismus impliziert eine Vorstellung, wo diese Gruppen der „Anderen“ ihnen untergeordnet/unterworfen sind. Aus dieser Perspektive konzentriert sich Extremismus auf Gewalt, während der Radikalismus dies nicht tut.

Oft werden die Begriffe „Radikalismus“ und „Extremismus“ in der Alltagssprache synonym verwendet. Aus Sicht der Sicherheitsbehörden gibt es eine klare Definition: Der Radikalismus ist der Vorläufer des Extremismus und ist nicht per se strafbar. Die Sicherheitsbehörden ziehen beim kriminellen Verhalten die Grenze und sprechen von Extremismus, wenn Gewalt als legitimes Mittel zur Durchsetzung der eigenen politischen Interessen angesehen wird. Antifaschistische Gruppen werden in diesem Konzept genauso klassifiziert wie rechtsextreme Gruppen. Dadurch werden jedoch die Unterschiede zwischen extremistischen Gruppen und ihren Zielen (Ideologien der Ungleichheit - Ideologien der Gleichheit) nicht wahrgenommen und komplexe soziale Zusammenhänge vereinfacht.

DALGAARD-NIELSEN
Postuliert folgende
Definition von Extremismus
und Radikalismus:

Radikalismus bedeutet, sich alleine oder in der Gruppe für etwas einzusetzen – aber man berücksichtigt dabei die Anderen. Das steht im Gegensatz zum Extremismus, bei dem sich jemand auf Kosten anderer Menschen für etwas einsetzt. Entweder werden bestimmte gesellschaftliche Gruppen direkt angegriffen oder sie erleiden Schaden durch die Aktionen und Methoden der ExtremistInnen. Werden bestimmte gesellschaftliche Gruppen direkt angegriffen, so wird diese Form als „Gewaltbereiter Extremismus“ bezeichnet.

Gewaltbereiter Extremismus liegt vor, wenn man gemeinsam mit Gleichgesinnten¹² Andere mit einem Akt direkter Gewalt dominieren möchte.

¹⁰ Entspricht dem Geist der Definition von Dalgaard-Nielsen (Anja Dalgaard-Nielsen Direktorin des Institute for Strategy am Royal Danish Defence College, einem der Experten für die Prävention extremistischer Gewalt. (2010: 798)

¹¹ Gewalttätiger Extremismus und Gewaltloser Extremismus, zwei Seiten einer Münze. Bezieht sich auf Manus I. Midlarsky, Origins of Political Extremism: Mass Violence in the Twentieth Century and Beyond, (Cambridge: University Press, 2011)

¹² vgl. Dalgaard-Nielsen 2010: 798

3.4. Gewaltbereiter Extremismus

„Gewaltbereiter Extremismus ist die Ideologie, die danach strebt, politische Macht zu erlangen, indem sie gewalttätige Methoden anstelle von Überzeugungen einsetzt. Gewalttätige extremistische Ideologien basieren auf totalitären, fanatischen, intoleranten, patriarchalischen, antidemokratischen Staaten¹³“

Gewalt gibt es in den unterschiedlichsten Stufen und Formen, die alle verhindert werden sollten. Für gewaltbereiten Extremismus sind jedoch folgende Elemente entscheidend:



- Eine fundamentale Zukunftsvision (Extremismus),
- die nicht inklusiv ist (schließt bestimmte Gruppen aus, die „Andersdenkenden“),
- und von einer Gruppe „Gleicher“ unterstützt wird,
- die gewalttätige Methoden anwendet (einschließlich struktureller und kultureller Gewalt).

Obwohl sich die Definitionen für gewaltbereiten Extremismus immer ähnlicher werden, gibt es bisher noch keine universelle Charakterisierung. Häufig werden die Wörter „radikal“ und „extremistisch“ fälschlicherweise als Synonym für „gewaltbereiten Extremismus“ und „Terrorismus“ verwendet. Daher muss zunächst die Bedeutung der Begriffe „Radikalismus“, „Extremismus“ und „Gewalt“ geklärt werden, um zu definieren, was „Gewaltbereiter Extremismus“ ist und um die Faktoren zu verstehen, die ihn nähren.

Diese Gleichung kann für die Analyse von extremistischer Gewalt herangezogen werden:

GEWALTBEREITER EXTREMISMUS = (UNTERWERFUNG VON ANDERSDENKENDEN + DIREKTE GEWALT) X (MIT GLEICHGESINNTEN)

Es gibt zwei Schlüsselemente in dieser Gleichung. Die Idee der „Andersdenkenden“ und die Idee der Gewalt. Auf der einen Seite gibt es „die Anderen“, die jemand zu unterwerfen versucht (wird als Feind, minderwertig oder als Hindernis gesehen), und auf der anderen Seite gibt es die „Gleichgesinnten“, mit denen sich jemand identifiziert und mit denen der Extremismus aufgebaut ist.

MIT GLEICHGESINNTEN: Gewaltbereiter Extremismus ist kein isolierter Ausdruck von Gewalt, der zufällig gegen ein Individuum ausgeübt wird. Es ist eine Art von Gewalt, die auf eine gemeinsame Identität reagiert, eine Ideologie, die einen gemeinsamen Feind identifiziert und eine Vision der Welt hat, die sie erreichen will. Sie wird von einer Gruppe durchgeführt, die „das Andere“ unterdrücken will, um die Welt zu verändern. Bsp: Es gibt einen großen Unterschied, ob eine Person Mehrfachmord aus persönlichen Gründen begeht, oder im Rahmen einer Ideologie einer Gruppierung, auch wenn die Verbindung zu der Gruppierung einfach nur durch eine gemeinsame Identität besteht. Eine bestimmte Ideologie ist nicht der Hauptgrund für den Beitritt zu gewaltbereiten Bewegungen oder Gruppen, sondern die Wahrnehmung, die gleiche Ungerechtigkeit zu erleiden wie diese Gruppen (gemeinsame Opferidentität). In vielen Fällen kommt die Ideologie danach.

¹³ Diese Definition stammt aus dem „Plan of Action“ von OPEV: Plan de acción de la sociedad Euromediterránea para prevenir todas las formas de Extremismo violento, 2017, del Observatorio para la Prevención del Extremismo Violento (OPEV): <http://opev.org/wp-content/uploads/2017/05/EuroMed-PVE-Plan-de-Accion-ESP.pdf> (February 2019)

UNTERDRÜCKUNG ANDERSDENKENDER, um ihre Vision der Welt zu erreichen. Diese Art von Gewalt wird gegen Andersdenkende ausgeübt, die als Feindbilder deklariert wurden, die die Erreichung ihrer Visionen verhindern versuchen. Gruppen, die gewaltbereiten Extremismus anwenden, haben oft einen gemeinsamen Feind, und die Existenz der Gruppe wird durch den Kampf gegen die Andersdenkenden gerechtfertigt.

DIREKTE GEWALT: Jede Form von Extremismus impliziert an sich kulturelle Gewalt (da ihre Anhänger übermächtig sind und andere Ideologien ausschließen). Diese Form von Extremismus übt auch direkte Gewalt aus, wenn Absichten verwirklicht werden sollen oder das extremistische Weltbild durchgesetzt werden soll.

	mit Gleichgesinnten	Unterdrückung Andersdenkender	Direkte Gewalt	Gewalttätiger Extremismus
Terrorismus	Organisiert von einer Gruppe oder einem Staat (Staatsterrorismus). Es herrscht eine Übermacht, die auf Gleichheit der Mitglieder beruht	Impliziert eine Unterdrückung durch Terror	Terrorismus wird durch Mord oder anderen Formen direkter Gewalt wie Folterung anderer (die als direkte Feinde gelten) ausgeübt.	Entspricht allen Elementen von gewaltbareitem Extremismus.
Islamophobie	Islamophobie kann die Kernidee einer Gruppenaktivität sein. Dann wäre es eine extremistische Ideologie.	Muslime (aus übermächtiger Sicht, ein bekanntes Feindbild)	Islamophobie beinhaltet bereits das Element der kulturellen Gewalt. Es gibt verschiedene Gruppen, die nach diesem Prinzip gewaltsam gehandelt haben.	Islamfeindlichkeit ist eine extremistische Ideologie, die kulturelle Gewalt impliziert. Die Grenze zwischen extremistischer Gewalt und extremistischer Ideologie kann die Existenz einer Gruppe sein, die direkte Gewalt ausübt.
Apartheid	ein organisiertes System der Diskriminierung und Unterdrückung einiger Gruppen von anderen Gruppen	in Südafrika die schwarze Bevölkerung; in Israel die palästinische Bevölkerung	existiert in verschiedenen Formen (als Mittel zur Durchsetzung ihrer strukturellen Gewalt)	Apartheid hat ihre eigene Identität und ihre eigenen internationalen Maßnahmen, aber sie kann als totalitäres Regime mit gewalttätigem Extremismus im Kern betrachtet werden.

	mit Gleichgesinnten	Unterdrückung Andersdenkender	Direkte Gewalt	Gewalttätiger Extremismus
Faschismus	Eine Ideologie, die um eine Gruppe herum aufgebaut ist und die andersdenkende Gruppen unterdrückt.	Der Faschismus basiert darauf, einen anderen zu identifizieren, der unterworfen werden muss (ein Sündenbock oder ein Feind, der der Gruppe ihre Identität gibt).	Kulturelle Gewalt ist in allen ihren Ausdrucksformen präsent, und direkte Gewalt ist eine der Möglichkeiten, wie sie sich durchsetzt oder Macht behält.	Entspricht allen Elementen von gewaltbereitem Extremismus
Ku-Klux-Klan	es handelt sich um eine klar definierte Gruppe	die Schwarze Bevölkerung	Eine ihrer Strategien und Taktiken	Entspricht allen Elementen von gewaltbereitem Extremismus
Golden Dawn	eine klar definierte Gruppe mit einer neonazistischen und faschistischen Ideologie	Ein konkretes Beispiel für den Faschismus. Die Anderen, die unterdrückt werden müssen, sind die eingewanderte Bevölkerung und andere Rassen.	Obwohl sie es leugnen, fördern sie Gewalt, wurden sie mehrmals vor Gericht gestellt, und einige ihrer Mitglieder wurden wegen verschiedener Grade direkter Gewalt verhaftet.	Entspricht allen Elementen von gewaltbereitem Extremismus
Kriege	hinter ihnen steht eine Gruppe (meist ein Staat)	Werden in der Regel als Abwehrmaßnahmen (präventiv oder reaktiv) gerechtfertigt, und es gibt einen gemeinsamen Feind.	basiert auf direkter Gewalt	Kriege werden rechtlich und interkonventionell besonders behandelt und es ist schwierig, sie in den gewalttätigen Extremismus einzubeziehen.
Sexismus	Es ist eine extremistische Ideologie, die eine gemeinsame Identität schafft, obwohl sie in vielen Fällen eine unbewusste Identität ist.	die weibliche Bevölkerung	Missbrauch von Frauen, Unterdrückung, Belästigung, Misshandlung,...	Sexismus ist eine extremistische Ideologie, die die ganze Gesellschaft durchdringt. Daher könnte es als Extremismus angesehen werden, aber nicht unbedingt als gewaltbereiter Extremismus. In dem Moment, in dem eine bestimmte Gruppe sie benutzt, um andere mit Gewalt zu unterdrücken, wird sie zu gewaltbereitem Extremismus

Ein Weg zu diesem Ziel ist, die grundlegenden menschlichen Bedürfnisse kollektiv und vor allem gewaltfrei zu befriedigen.

Die Unterteilung der Definition in verschiedene Praktiken und extremistische Ideologien zeigt, dass die Grenze zu gewaltbereitem Extremismus oft vage ist, wobei die Grenze klarer erscheint, welche Ideologien extremistisch sind und welche nicht .

Wenn es eine definierte Gruppe gibt, die politische Macht erlangen oder Andersdenkende unterdrücken will, um ihre Weltsicht zu erreichen, wird die Analyse sehr komplex, wenn diese Ideologie auch durch andere Akteure und Aktionen verbreitet wird und es unterschiedliche Einstellungen dazu gibt. Dies ist zum Beispiel bei Kapitalismus, Islamophobie und Sexismus der Fall. Das bedeutet nicht, dass nicht auf diese Gewalt reagiert werden sollte, oder dass es Gruppen geben kann, die nach diesen Ideologien gewalttätigen Extremismus ausüben, doch es ist Tatsache, dass die Klassifizierung von gewaltbereitem Extremismus als Gesamtes immer komplexer wird.

Auf jeden Fall muss eine Gesellschaft danach streben, die Entstehung extremistischer Ideologien zu verhindern, welche die Gewalt in definierten Gruppen (Identität und gemeinsame Ziele) ausüben, um zu dominieren (Macht durch Unterdrückung erreichen).

3.5 Ursachen von gewaltbereitem Extremismus

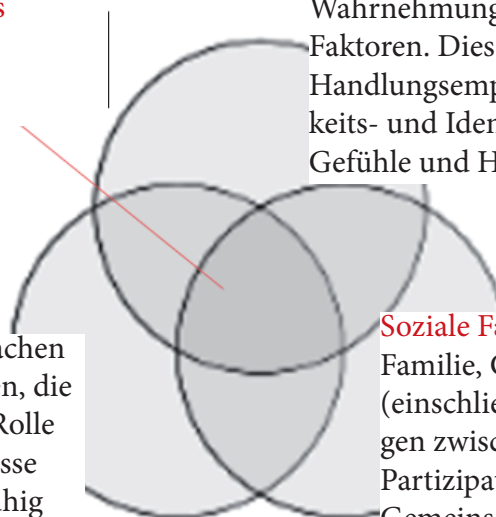
Es gibt verschiedene Möglichkeiten, die Faktoren zu analysieren, die das Auftreten von gewaltbereitem Extremismus beeinflussen können. Einige konzentrieren sich auf die Analyse des Kontextes (strukturelle Faktoren), andere auf den Einfluss sozialer Gruppen (soziale Faktoren) und wieder andere auf die Entwicklung von Individuen (individuelle Faktoren). Einige ExpertenInnen konzentrieren sich darauf, was die Menschen zu gewaltbereitem Extremismus drängt und welche Aspekte anziehen (Push- und Pull-Faktoren), während andere die Bedingungen der Verletzlichkeit und Widerstandsfähigkeit analysieren.

Schlüssel zum Verständnis des Zusammenhangs zwischen Persönlich/Strukturell/Sozial

Strukturelle Faktoren: Konfliktursachen und Quelle der Resilienz, Strukturen, die die Bedürfnisse nicht befriedigen. Rolle der Institutionen, die dies Bedürfnisse lösen und die Bevölkerung nicht ruhig halten. Rolle der Korruption in diesen Institutionen. Strukturelle Gewalt.

Individuelle Faktoren: Motivation, Anreize, Beschwerden, Einstellungen, Wahrnehmungen und psychologische Faktoren. Dies inkludiert auch ein Handlungsempfinden, Zugehörigkeits- und Identitätsfaktoren, wie auch Gefühle und Handlungsmotive

Soziale Faktoren: Zuneigung zu Familie, Gleichaltrige Gemeinschaften (einschließlich Integration, Beziehungen zwischen liebenden Menschen), Partizipation (Engagement in der Gemeinschaft und Entscheidungsfindung). Dazu gehören auch die Beziehungen zwischen Menschen und Gruppen auf lokaler und nationaler Ebene.



Die Hauptthese ist, dass Menschen, die Gewalt ausgesetzt sind (direkte, strukturelle und kulturelle), eher mit Gewalt reagieren. Strukturelle Gewalt ist als eine Situation zu verstehen, in der die „grundlegenden menschlichen Bedürfnisse¹⁵“ nicht oder negativ befriedigt werden. Wenn Menschen und ihr soziales Umfeld Gewalt ausgesetzt sind und diese Gewalt in einem Krisenkontext ausgeübt wird, erhöhen sich die Chancen auf gewalttätige Reaktionen. Nach dem Konzept von Max-Neef sind alle Bedürfnisse für jeden Menschen auf der Welt gleich und das große Ziel ist die Befriedigung aller Bedürfnisse und somit die zu erlangende Zufriedenheit.

ES GIBT ZWEI ARTEN VON „BEDÜRFNISBEFRIEDIGERN“

1. KOLLEKTIVE SYNERGISTISCHE BEFRIEDIGER: sind jene, die gleichzeitig mehrere Bedürfnisse befriedigen. Diese Befriediger stehen im Widerspruch zu einer dominierenden Wettbewerbslogik oder einer Nötigung.

2. NEGATIVE BEFRIEDIGER: Die Art und Weise der Bedürfnisbefriedigung schadet oder verhindert die Befriedigung anderer Bedürfnisse auf mittlere und lange Sicht. Diese Befriedigung bedeutet auch, dass andere nicht ihre Bedürfnisse befriedigen können. Wenn es um die Befriedigung von Bedürfnissen geht, funktionieren sowohl gewaltpräventive Mittel als auch Mittel des gewalttätigen Extremismus in der Wahrnehmung der Menschen gleich. Beide Formen bieten auf unterschiedliche Weise Befriedigung für die gleichen Bedürfnisse an. Die Befriediger, die von gewaltbereiten Extremismus-befürwortenden Gruppen zur Bedürfnisbefriedigung angeboten werden, sind oft negative Befriediger -> „Pull-Faktoren“. Sie ziehen Personen in Richtung gewaltbereiten Extremismus. Negative Befriediger dienen häufig als Werkzeug für gewaltbereiten Extremismus, um Unsicherheit, Frustration, Enttäuschung, den Verlust der individuellen Identität oder mangelnde Beteiligung zu erzeugen. Wenn die Gewaltprävention falsche Methoden/Befriediger wählt und sich Personen abgestoßen oder bedroht davon fühlen, kann es Personen ebenso zu gewaltbareitem Exremismus drängen – „Push-Faktoren“.

Positive oder synergistische Befriediger sind hilfreich, die Widerstandsfähigkeit einer Gemeinschaft zu stärken und ihre Fähigkeit, gewaltbereiten Extremismus zu verhindern und zu transformieren, zu verstehen. Wie viele Bedürfnisse gleichzeitig unbefriedigt sein müssen oder auf welcher Ebene, damit sich eine Gruppe oder Person in den gewaltbereiten Extremismus einbringt, ist unklar, aber es besteht kein Zweifel an der Interdependenz zwischen unbefriedigten Bedürfnissen und der Hinwendung zu gewaltbereiten Extremismus. Des Weiteren führt ein hoher Grad der Unzufriedenheit bei einem der Bedürfnisse sicherlich zur Unzufriedenheit bei anderen Bedürfnissen¹⁶.

Die folgende Liste zeigt die für den Menschen grundlegenden Bedürfnisse und einige Faktoren, die der Befriedigung der Bedürfnisse schaden.

¹⁵ vgl. MAX-NEEF, Manfred, 1991

¹⁶ Auszug aus dem "Plan of Action" von OPEV – Observatory to prevent extremist violence

Arten von Gewalt	Bedürfnisse	Schädliche Faktoren	Kollektive synergetische Bedürfnisbefriediger	Negative Bedürfnisbefriediger
Direkte Gewalt		Politische Repression, Verletzung der Menschenrechte		
	Materielle Lebensgrundlage	Mangelnde wirtschaftliche Möglichkeiten und Zugang zu Gütern (Wohnen, Essen, Wasser,...)	Selbstständige Produktion	Lebensmittelversorgungsprogramme
Strukturelle Gewalt	Sicherheit und Schutz	Physische oder psychische Unsicherheit	Netzwerkbildung, gegenseitige Unterstützung, Vertrauen, Präventionsmedizin	Mauern bauen, Waffen sammeln, diejenigen isolieren, die dir das Gefühl geben, unsicher zu sein
	Zuwendung und Liebe	Soziale Frakturen, Individualismus, Isolation	Gemeinsame Betreuung innerhalb der Gemeinde (Unterstützungsnetzwerke im Sozialbereich)	Ohne Bindung, Zuneigung durch Gehorsam, abhängige Beziehungen
	Verständnis	Mangel an kritischen Fähigkeiten, wenig Reflexion und Nachforschung, fehlerhafte Kommunikation, niedriger Bildungsstand	Mehrperspektivität, Empathie und Fähigkeit zu Hinterfragen	Einseitige mediale Berichterstattung; Manipulation, Vermittlung von nur einer „Wahrheit“
	Partizipation	Fehlende Demokratie, hierarchische oder autoritäre Systeme	Partizipative Demokratie, Formate der Soziokratie	Aktiv an einer Gruppe teilnehmen, die an den Rand gedrängt oder ausgeschlossen wird oder eine Teilnahme ohne die Menschen zu kennen; mit denen zusammengearbeitet wird; Meinung äußern, die die Entscheidung nicht wesentlich verändert.
	Identität	Mangelndes Selbstwertgefühl, gefährdete Bräuche, marginalisierte Sprache	Kollektiv gebaute Identität, die Vielfalt zulässt	Identität, die auf einen gemeinsamen Feind basiert
	Freiheit	Unfähigkeit, anderer Meinung zu sein oder seine Meinung zu äußern, Autokratie	Aufbau von Respekt, Toleranz und gegenseitiger Unterstützung	Schaffung von „Freiräumen“, aus denen „die Anderen“ verwiesen werden (Bau von Mauern)
	Kreativität	Nicht offen für neue Ideen, geringe Neugierde auf Neues, begrenzte Ausdrucksmöglichkeit	Demokratische und partizipative Erarbeitung von Problemlösungen	Partizipation nur für ausgewählte Gruppen; Wertung von Vorschlägen
	Müßiggang	Hohes Stresslevel, Ruhelosigkeit	Gleitzeit beim Arbeiten	Erhöhung der gesetzlich geregelten Arbeitszeiten
Kulturelle Gewalt		Marginalisierung und Diskriminierung, Rechtfertigung von Gewalt		

4. Methodenteil

Gewaltprävention durch Förderung der sozialen und emotionalen Kompetenz

Wie essentiell das emotionale und soziale Lernen für die Präventionsarbeit ist, zeigt sich anhand des NESET II Report „How to Prevent and Tackle Bullying and School Violence“ von Paul Downes und Carmel Cefai¹⁷.

Der Bericht bestätigt, je früher soziales und emotionales Lernen ermöglicht wird, desto größer ist die Wirkung bei Kindern und Jugendlichen in der Zeit des Heranwachsens. Um beziehungsfähig zu werden, ist es notwendig, dass Kinder und Jugendliche sich selbst und ihre eigenen Fähigkeiten entdecken und darauf vertrauen lernen. Auch das Erkennen und Benennen der eigenen Gefühle, Emotionen, Bedürfnisse und Empfindungen spielt eine wesentliche Rolle im Aufbau von Empathie gegenüber anderen Menschen. Die Förderung der sozialen und emotionalen Kompetenz ermöglicht starke Beziehungen zwischen Personen und Personengruppen, sowie eine konstruktive Arbeitshaltung und ein positives Selbstwirksamkeitsempfinden, einen konstruktiven Umgang mit Problemen und emotionalen Stress, als auch ein sozial förderliches Verhalten¹⁸.

In diesem Kapitel finden Sie Methoden und Übungen zur Gewaltprävention, die für die Arbeit mit jungen Erwachsenen und Jugendlichen in den verschiedensten Kontexten eingesetzt werden können. Sowohl in der offenen Jugendarbeit als auch im Ausbildungs- und Schulbereich sind diese Methoden anwendbar. Die Übungen sind abänderbar und lassen sich an die Bedürfnisse und Interessen der Gruppe anpassen.

4.1 Einstiegsübungen

Die Einstiegsübungen eignen sich als „Ice-Breaker“ und zum gegenseitigen Kennenlernen. Auch wenn sich die Gruppe schon kennt, empfiehlt es sich, die Übungen anzuwenden, um mit den Themen Identität, Persönlichkeit, Gewalt und Kommunikation vertraut zu werden.

¹⁷ Vgl. NESET II, 2016: „How to Prevent and Tackle Bullying and School Violence – Evidence and practices for strategies for Inclusive and Safe Schools“, DOWNES Paul, CEFAL Carmel

¹⁸ Vgl. WALLNER, Florian. „Mobbingprävention im Lebensraum Schule“, 2018, S. 45

4.1.1. Was macht mich aus?

Gruppengröße:	ab 10 Personen
Zeit:	10-20 Min
Material:	Liste mit „Alle, die ...- Sätzen“
Vorbereitung:	Eventuell Sesselkreis herrichten

ZIELE:

- Die TeilnehmerInnen lernen sich besser untereinander kennen
- Gemeinsamkeiten und Unterschiede werden sichtbar gemacht
- Einstieg in das Thema „Identität“

ABLAUF:

„Alle, die...“ ist eine soziometrische Übung bzw. ein Positionierungsspiel, in dem sich die TeilnehmerInnen anhand von bestimmten Eigenschaften und Interessen in Gruppen zusammenfinden. Die Übung zeigt die Gemeinsamkeiten und Unterschiede in der Gruppe auf, macht die vielen verschiedenen Biografien und Lebenswelten sichtbar.

Die Übung eignet sich auch als Einstieg für ein bestimmtes Thema, wenn die Fragen diesbezüglich abgeändert werden. Darüber hinaus kann sie eingesetzt werden, um Kleingruppen zu bilden.

BEISPIELE:

Alle die,...

- die selbe Augenfarbe haben, stellen sich zusammen
- die selbe T-Shirt/Pullover Farbe an haben, stellen sich zusammen
- die selbe Haarfarbe haben, stellen sich zusammen
- in dieser Gruppe sind, stellen sich der Haarlänge nach auf
- dieselbe Anzahl an Geschwister haben, stellen sich zusammen
- in dieser Gruppe sind, stellen sich dem Alter nach auf
- die im gleichen Land/Ort/Stadtteil leben, stellen sich zusammen
- die gleiche Schuhgröße haben, stellen sich zusammen
- die selbe Smartphone-Marke besitzen, stellen sich zusammen
-

AUFLOCKERUNGSVARIANTE:

Alle sitzen im Sesselkreis – bis auf eineN, der/die in der Mitte steht, weil ein Stuhl zu wenig im Kreis vorhanden ist. Der/diejenige in der Mitte denkt sich einen Satz aus, der mit „alle, die ...“ beginnt, um so einen neuen Stuhl zu erhaschen.

4.1.2 „Zukunftsbilder“¹⁹

Gruppengröße:	ab 5 Personen
Zeit:	15-30 Min je nach Anzahl der TeilnehmerInnen
Material:	Bilderset ²⁰ mit 20-30 Bildern (Fotos von Situationen, Bergen, Gebäuden, Tieren, Industrie, Menschen, Aktivitäten)

ZIELE:

- Einleitung zum Thema Radikalismus
- Erkennen der persönlichen Zukunftsvorstellungen

ABLAUF:

Die verschiedenen Bilder werden so in der Mitte des Raumes platziert, dass die Teilnehmenden rund um sie gehen und ein Bild auswählen können. Das gewählte Bild soll die Zukunft zeigen, die sich die Teilnehmenden für sich persönlich wünschen. Ist ein Bild ausgewählt, setzen sie sich zurück in den Kreis. Sollte ein Bild von zwei Personen ausgewählt worden sein, sitzen die beiden Teilnehmenden nebeneinander.

Sitzen alle wieder im Kreis, stellen alle Personen ihr gewähltes Bild und ihre Assoziation zu ihrer Zukunftsvision vor.

Nach der Vorstellungsrunde werden folgende Fragen als Überleitung zum Thema „Radikalismus und Extremismus“ gestellt:

„Sind wir alle radikal, wenn sich jeder von uns eine Zukunft wünscht, die sich total von der heutigen Zeit, vom Ist-Zustand, unterscheidet? Sind wir alle ExtremistInnen?“

4.1.3. PoP - Pick one Pic

Gruppengröße:	ab 5 Personen
Zeit:	ab 10- 20 Min
Material:	Bilderset mit 20-30 Bildern (wichtig ist darauf zu achten, dass es positiv und negativ wahrnehmbare Bilder sind, Fotos von Bergen, Gebäuden, Tieren, Industrie, Explosionen, Menschen, Aktivitäten, Blut)

ZIELE:

- Selbsterfahrung und Selbstreflexion
- Vertrauen in die Gruppe schaffen durch ein „Sich-gegenseitig-Öffnen“
- Raum schaffen für einen Austausch über persönliche Befindlichkeiten

VORBEREITUNG:

- Bilder ausdrucken
- Platz schaffen

¹⁹ Passende Bilder finden Sie im Kapitel 5. Materialien

²⁰ Das Bilderset kann individuell mit Fotos aus dem eigenen Archiv oder Bildern aus dem Internet zusammen gestellt werden

ABLAUF:

Die Aufgabe funktioniert ähnlich wie die Übung „Zukunftsbilder“. Allerdings sollen sich hier die Teilnehmenden ein Bild aussuchen, das für sie persönlich zu einer vorgegebenen Fragestellung passt, z.B. „Wie geht es dir heute?“, „Was beschäftigt dich im Moment?“, „Wie ist dein letztes Jahr verlaufen?“, „Was wünschst du dir für die Zukunft?“,....

Die Bilder werden gut sichtbar in der Raummitte platziert, sodass die Teilnehmenden rundherum gehen können, um alle Bilder betrachten zu können. Wenn genügend Bilder vorhanden sind, können die Teilnehmenden ein Bild wählen und nehmen, ansonsten lassen sie es liegen.

Nun erzählt jeder im Plenum kurz, welche Assoziationen zu dem jeweiligen Bild und der jeweiligen Fragestellung gekommen sind.

4.1.4. Bingo!²¹

Gruppengröße:	10-30 Personen
Zeit:	30-45 Minuten
Material:	1 „Bingo“-Vorlage pro Person, Stifte, Tixo

ZIELE:

- Persönlichkeitsmerkmale erkennen
- Selbstreflexion stärken
- Empathie fördern und „den/die andere sehen und einschätzen“

ABLAUF:

Jede/r Teilnehmende bekommt eine Bingo-Vorlage zum anonymen Ausfüllen. Danach werden die ausgefüllten Bingo-Blätter eingesammelt und verdeckt wieder ausgeteilt. Wenn jemand sein eigenes Blatt hat, muss die Person ein anderes auswählen. Nun machen sich alle Teilnehmenden auf die Suche nach der Person, der das Blatt gehört. Z.B. kann gefragt werden: „Bist du die Person, die gern....“. Sobald man die Person gefunden, der das Blatt gehört, wird es an die Wand geklebt.

4.1.5. Gewaltbarometer²²

Gruppengröße:	ab 2 Personen
Zeit:	15 Minuten
Material:	Kreppklebeband

ZIELE:

- Bezug zum Thema „Gewalt“ herstellen
- SchülerInnen erkennen, dass Gewalt unterschiedlich wahrgenommen werden kann

VORBEREITUNG:

Ein Streifen Kreppklebeband wird am Boden zur Kennzeichnung angebracht.
Rechts = Körperliche Gewalt,
auf dem Klebestreifen = keine Gewalt
Links = seelische Gewalt

BEISPIELE:

Die Beispiele werden vorgelesen und die SchülerInnen begeben sich auf die jeweilige Seite, die sie für zutreffend halten (rechts = körperliche Gewalt, links = seelische Gewalt, Mitte= keine Gewalt).

- Ein Vater, der sein Kind vor einem Auto von der Straße reißt und ihm dabei wehtut.
- Eine Autofahrerin mit 215 km/h auf der Autobahn.
- Eine Mutter, die ihren Sohn als blöd bezeichnet.
- Ein Mädchen, das ihrem Freund einen Knutschfleck macht.
- Ein Vater, der nie zu Hause ist.
- Ein Profiboxer
- Stauffenberg, der Hitler töten wollte.
- Die Chefin einer Firma, die ihren Giftmüll in Entwicklungsländer schickt.
- Ein Metzger, der ein Kälbchen zu Wurst verarbeitet.
- Eine Politikerin, der gegen Ausländer hetzt.
- Ein Polizist, der dir wegen fehlendem Fahrradlicht 15 Euro abnimmt.
- Eine Frau, die ihrem Mann verbietet, sich mit Freunden zu treffen.
- ...

²² Vgl. Brinkmann/Frech/Posselt 2008, S.172/173

4.1.6. Statuentheater²³

Gruppengröße:	ab 6 Personen
Zeit:	45 Min
Vorbereitung:	Genügend Raum und Platz schaffen, damit sich die ganze Gruppe gut bewegen kann.

ZIELE:

- Kreative Auseinandersetzung mit Themen rund um Polarisierung, Gewalt, Frieden und Extremismus
- Ausdruck von Emotionen durch kreative Prozesse

ANLEITUNG:

Die Teilnehmenden bilden Teams. Innerhalb des Teams wird ausgemacht, wer im ersten Durchgang BildhauerIn und wer Statue ist.

Nun wird den BildhauerInnen ein Thema vorgegeben, nachdem sie ihre Statue formen sollen, z.B. „extremistische Gewalt“, „friedvolle Zukunft“, „sozialer Zusammenhalt“, „seelische Gewalt“, „körperliche Gewalt“, „Zivilcourage“,...

Die BildhauerInnen formen ohne Worte die Statue so, dass sie eine themenspezifische Haltung einnimmt, die eine Situation, ein Gefühl, einen Begriff darstellt. Wenn die Statue geformt ist, flüstert der/die BildhauerIn ihrer Statue einen Satz/ein Statement zu, das die gestellte Pose der Statue unterstreicht und die Statue „zum Leben erwecken“ kann. Dieser Satz wird im folgenden Schritt den Betrachtern zugeflüstert, wenn den Statuen in die Augen geschaut wird.

Sind die BildhauerInnen fertig, versammeln sie sich am Rande der „Statuen-Ausstellung“.

Nun wandern alle BildhauerInnen durch die Ausstellung und begutachten die Statuen. Wollen sie das Statement der Statue hören, müssen sie ihnen in die Augen sehen.

Danach wird gemeinsam reflektiert, wie es den Statuen und den BildhauerInnen ergangen ist, und welche Eindrücke prägend waren. In der nächsten Runde werden die Rollen in den Teams getauscht.

4.2 Kommunikation

Die Sprache ändert sich rasant und beständig, doch eines bleibt immer gleich: Die Kommunikation spielt eine entscheidende Rolle in zwischenmenschlichen Beziehungen. Wie Paul Watzlawick bereits 1985 formuliert hat: „Man kann nicht nicht kommunizieren.“ Egal ob verbal oder nonverbal, Kommunikation kann je nach Anwendung das Wohlbefinden und die Würde des Gegenübers stark beeinträchtigen. Dabei können ausgrenzende, kränkende und verletzende Botschaften nachhaltig schmerzen, Aggressionen hervorrufen, oder emotional abstupfen. Wohlgemeinte, respektvolle und wertschätzende Botschaften fördern hingegen ein offenes und soziales Miteinander.

Vor allem in Zeiten, in der die Welt undurchsichtig und globale Herausforderungen unüberwindbar erscheinen, wird populistische Sprache besonders attraktiv. Es werden einfache schwarz-weiß Erklärungen für komplexe Sachverhalte suggeriert und Schuldige präsentiert. „Wir und die Anderen“, „das Eigene und das Fremde“, „das Gute und das Böse“, „der Freund und der Feind“ sind Gegenüberstellungen, ohne die geübte Populisten nicht auskommen und die polarisieren und entfremden. Es ist auch jene Sprache, die Extremisten zum Zwecke der Rekrutierung und Mobilisierung nutzen. Sie satteln auf das auf, was Populisten vorbereiten und ergänzen es mit einer Kriegsmetaphorik sowie der Forderung nach Gewalt.

Problematisch wird es, wenn dieser Sprachgebrauch es (wieder) in die Alltagssprache schafft: „Volksverräter“, „Gesindel“, „unwertes Leben“ – in den sozialen Netzwerken geschieht dies schon zuhauf, ebenso aber auch auf Schulhöfen, an Stammtischen, sogar in der Politik. Es kommt zu Grenzverschiebungen des Sagbaren, an denen auch demokratische Grundprinzipien nach und nach zu zerbröckeln drohen: Die Gleichheit aller Menschen und die Gewaltfreiheit im zwischenmenschlichen Miteinander²⁴.

Durch die Legitimation von gewalttätiger und polarisierender Sprache im öffentlichen und politischen Diskurs ist es nur umso verständlicher, dass dies auch Einfluss auf die Sprache der Jugendlichen hat und der Umgangston unter Jugendlichen rauer wird. Denn die Jugendsprache hat schon immer durch eine gewisse Härte und Rohheit versucht, sich von der Welt der Erwachsenen abzugrenzen. Daher sind verbale Beschimpfungen heutzutage nicht immer als Warnsignale zu verstehen. Auch der Gesprächskontext spielt eine wesentliche Rolle – untereinander verwenden Jugendliche sicher eine andere Sprache als mit Autoritätspersonen²⁵.

Hirnforscher und Neurobiologe Joachim Bauer ist jedoch der Ansicht, dass die Sprache, die wir benutzen, nicht nur etwas mit anderen macht, sondern auch unser Denken und Handeln bestimmt. Sprechen und Handeln sind im Gehirn eng miteinander verbunden, das neurologische Sprachareal ist beim Menschen in die Netzwerke eingebettet, in denen auch die Handlungen geplant werden. Eine gewalttätige Sprache bereitet also den Boden für gewalttätige Handlungen. Im Umkehrschluss bedeutet dies, dass die gewaltfreie Sprache fruchtbaren Boden für ein friedvolles Miteinander aufbereitet.

²⁴ <https://www.i-p-bm.com/blog/496-radikalisierung-der-sprache-wenn-das-extreme-in-unseren-alltag-dringt/>
von I:P:Bm Experte Nils Böckler

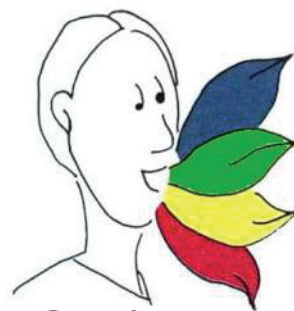
²⁵ <https://www1.wdr.de/wissen/mensch/hass-sprache-wissenschaft-100.html>

Es ist auch nicht außer Acht zu lassen, was eine gewalttätige Sprache mit dem Gegenüber macht. Erfährt ein Mensch soziale Ablehnung oder Zurückweisung durch die verbale oder nonverbale Sprache, werden im Gehirn Schmerzzentren aktiviert, die Aggressionen oder Depressionen fördern. Sogar wenn im Dialog über eine Dritte Person ablehnend gesprochen wird, werden im Gehirn diese Schmerzzentren aktiv.

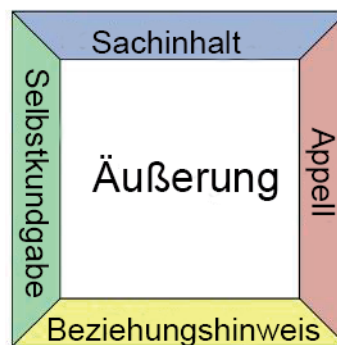
Ob und wann eine Person etwas als Ablehnung oder Zurückweisung wahrnimmt, ist vom Typus abhängig und hat unter anderem auch damit zu tun, welches „Empfangs-Ohr“ stark ausgeprägt ist.

Jede Nachricht besteht aus vier Aspekten, sie bilden gemeinsam das sogenannte „Kommunikationsquadrat“²⁶:

- Sachinhalt (Worüber ich informiere)
- Beziehungsinhalt (Was ich von dir halte und wie wir zueinander stehen)
- Selbstoffenbarungsinhalt (Was ich von mir selbst kundgebe)
- Appellinhalt (Wozu ich dich veranlassen möchte)



Sender
mit 4 Schnäbeln



Empfängerin
mit 4 Ohren

<http://4eyes-model.com/>, eigene Überarbeitung

In jeder Nachricht stecken nicht nur Informationen über die mitgeteilten Sachinhalte, sondern auch Informationen über die Person, die den Sachinhalt mitteilt. Des Weiteren geht aus einer Nachricht hervor, wie der/die SenderIn zum Empfänger/zur Empfängerin steht, was er von ihm/ihr hält. Dies zeigt sich oft in der gewählten Formulierung, im Tonfall und anderen nonverbalen Begleitsignalen wie der Körperhaltung. Fast alle Nachrichten haben auch die Funktion, auf den/die EmpfängerIn Einfluss zu nehmen, was sich im Apellaspekt äußert. Die Nachricht dient also auch dazu, den/die EmpfängerIn zu veranlassen, bestimmte Dinge zu tun oder zu unterlassen, zu denken oder zu fühlen. Dieser Versuch, Einfluss zu nehmen, kann mehr oder weniger offen oder versteckt sein.

Doch nicht nur jede Nachricht kann aus mehreren Ebenen bestehen, auf denen sie verstanden werden kann. Prinzipiell hat auch der/die EmpfängerIn die Wahl, auf welchem der vier Ohren er/sie die Nachricht empfängt: auf dem Sachohr, Beziehungsohr, Selbstoffenbarungsohr oder dem Appellohr.

4.2.1. Selbsttest: Auf welchem Ohr empfängst du Nachrichten?

SITUATION 1

Du stehst in einer Schlange beim Bäcker und wartest schon eine ganze Weile. Endlich bist du an der Reihe und sagst rasch, was du haben möchtest. Die Verkäuferin runzelt die Stirn und murmelt ganz langsam: „Das ist ja eine Hektik heute.“

- A.** Du stimmst ihr zu, dass heute viel los ist.
- B.** Du ärgerst dich, dass die Verkäuferin dich so unfreundlich behandelt, statt sich zu beeilen.
- C.** Du sagst der Verkäuferin, dass du es nicht so eilig hast.
- D.** Du stellst dir vor, dass es wirklich stressig sein muss, an ihrer Stelle zu sein.

SITUATION 2

Auf der Straße triffst du einen alten Schulfreund/eine alte Schulfreundin. Er/Sie grüßt dich nicht.

- A.** Du vermutest, dass er / sie wohl mit den Gedanken woanders ist.
- B.** Du findest, dass es normal ist, dass man sich nach einer gewissen Zeit nicht mehr aneinander erinnern kann.
- C.** Du findest es unfreundlich, dass der Schulkollege/die Schulkollegin dich ignoriert.
- D.** Du vermutest, dass er/sie in Ruhe gelassen werden will.

SITUATION 3

Dein Freund Stefan hat dich zu einer Party eingeladen. Eine dir unbekannte, etwa gleichaltrige Person des anderen Geschlechts fragt dich: „Und woher kennst du Stefan?“

- A.** Du vermutest, dass er/sie ein kontaktfreudiger Mensch ist und gerne auf andere zugeht.
- B.** Du hast den Eindruck, dass er/sie sich für dich interessiert und dich gerne kennenlernen möchte.
- C.** Du vermutest, dass er/sie hier wenige Leute kennt und nimmst dir bewusst Zeit für ihn/sie.
- D.** Du überlegst, wie lange du Stefan kennst, beantwortest die Frage und denkst dir nichts weiter dabei.

SITUATION 4

Ein Schulkollege, zu dem du ein eher distanziertes Verhältnis hast, kommt wegen einer gemeinsamen Gruppenarbeit zu dir nach Hause und sagt: „Ui, das ist ja ganz schön stickig hier.“

- A.** Du stellst fest: „Das kann gut sein. Ich hatte das Fenster heute noch nicht offen.“
- B.** Du denkst: Der Schulkollege möchte offenbar, dass ich das Fenster öffne.
- C.** Du hast den Eindruck, dass dein Schulkollege viel Wert auf frische Luft legt.
- D.** Du denkst dir, dass er ja wieder gehen kann, wenn es ihm hier nicht passt.

SITUATION 5

Du kommst an einem warmen Sommerabend müde und geschafft von einem langen Tag nach Hause. Deine Mutter/dein Vater fragt dich: „Na, willst du erst einmal duschen?“ Er/sie will damit sagen, ...

- A.** dass du schlecht riechst.
- B.** dass er/sie sich um dein Wohlbefinden sorgt und hofft, dass dir die Dusche gut tun wird.
- C.** dass eine Dusche nach einem anstrengenden Tag erfrischend ist.
- D.** dass du duschen gehen solltest.

SITUATION 6

Du erhältst einen Anruf von deiner Mutter/Vatter. Er/sie sagt mit unüberhörbarer Ironie: „Das ist ja unglaublich, dass ich dich heute noch zu sprechen bekomme. Den ganzen Vormittag habe ich versucht, dich zu erreichen und immer war besetzt.“
Du antwortest:

- A.** innerlich gereizt: „Um was geht es denn?“
- B.** mit ehrlicher Anteilnahme: „Das ist ja ärgerlich, dass so oft besetzt war.“
- C.** mit dem Versuch, das Ärgernis wieder gut zu machen: „Das tut mir leid. Was wolltest du denn, kann ich was für dich tun?“
- D.** neutral: „Um was geht es denn?“

SITUATION 7

Du triffst dich mit einer Freundin im Café, weil du ihr etwas erzählen möchtest, was dich belastet. Als du ankommst, tippt deine Freundin am Handy. Deine Freundin sagt „Schieß schon mal los. Ich hör dir zu.“ - und tippt weiter am Handy.

- A.** Du wartest bis deine Freundin fertig ist, weil du sie nicht beim Nachrichten schreiben unterbrechen möchtest.
- B.** Du hast den Eindruck, dass deine Freundin anscheinend im Stress ist und deshalb versucht, zwei Sachen auf einmal zu machen.
- C.** Du findest es taktlos, dass deine Freundin weiterschreibt während du mit ihr sprechen möchtest.
- D.** Du beginnst zu reden und bemerkst kaum, dass sie noch weitertippt.

SITUATION 8

Bei einer engagierten Diskussion im Freundeskreis sagt ein Freund in scharfem Tonfall zu dir: „Jetzt hast du mich schon zum dritten Mal unterbrochen.“

- A.** Du kannst verstehen, dass dein Freund sich ärgert, weil er unterbrochen wurde.
- B.** Du überlegst, ob es stimmt, dass du ihn schon dreimal unterbrochen hast.
- C.** Du versuchst, ihn jetzt nicht mehr zu unterbrechen.
- D.** Du fühlst dich angegriffen und bloßgestellt.

SITUATION 9

Du sitzt zuhause am Frühstückstisch und bist in dein neues Lieblingsbuch vertieft. Deine Mutter stellt nach einiger Zeit die Frage: „Sag mal, was gibt’s eigentlich so Interessantes zu lesen?“

DU ERWIDERST:

- A.** „Dich stört es, dass ich lese, nicht wahr?“
- B.** Du erläuterst ihr, was gerade im Buch passiert.
- C.** „Ich werde ja wohl noch Bücher lesen dürfen!“
- D.** „Ich in gleich fertig mit dem Kapitel!“

SITUATION 10

Bei einer Besprechung, in der es um die Planung des lang ersehnten Wochenendausflug mit deinen Freunden geht, schlägst du vor, mit dem Rad wohin zu fahren. Dir gefällt es, Rad zu fahren, Zeit in der Natur zu verbringen und auch Fahrtkosten zu sparen. Eine gute Freundin ist total gegen deine Idee und sagt: „Da mach ich sicher nicht mit!“

- A.** Du bist verärgert, dass deine Freundin deinen Vorschlag so abwürgt und denkst dir „Na dann fahr halt nicht mit.“
- B.** Du versuchst, den Vorschlag so zu verändern, dass deine Freundin dir zustimmt und ihr einen Kompromiss findet.
- C.** Du erklärst deiner Freundin noch einmal die Vorteile deines Vorschlages.
- D.** Du merkst, dass deine Freundin sich unsicher fühlt, mit dem Rad wohin zu fahren und versuchst zu verstehen, welche Bedenken sie hat.

AUSWERTUNGSTABELLE

Bitte übertrage nun deine Antworten in die folgende Tabelle. Danach addiere die Zahl der Kreuze in jeder Reihe. Je höher die Anzahl ist, desto ausgeprägter ist das jeweilige „Kommunikationsohr“ bei dir. Oft können es auch zwei Ohren sein, die gleich sind.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Kommunikationsohr	Anzahl
A	B	D	A	C	D	D	B	B	C	Sachohr	
B	C	B	D	A	A	C	D	C	A	Beziehungsohr	
C	D	C	B	B	C	A	C	D	B	Appellohr	
D	A	A	C	D	B	B	A	A	D	Selbstaussageohr	

BESCHREIBUNG DER VIER OHREN²⁷

SACHOHR:

Dir ist die Sachinformation eines Gesprächs, einer Aussage oder eines Textes wichtig und du achtest gern auf dessen Richtigkeit, Exaktheit und Vollständigkeit. Dir geht es um die Klärung eines Sachverhalts. Du bleibst immer bei der Sache, ohne große Gefühlsregungen. Das kann durchaus angenehm sein, auch für deine/n GesprächspartnerIn.

Es spielen bei einer Nachricht aber auch Gefühle eine wesentliche Rolle, doch du tust dir schwer, diese herauszuhören. Mit Menschen, die sehr gefühlsbetont reagieren, kommst du nicht so gut klar, weil du dir schwer tust, die Botschaft zu verstehen. Beziehungsprobleme sind schwer für dich zu lösen, dafür kannst du Sachlagen gut klären.

Manche Situationen sind jedoch nicht mit Sachargumenten zu lösen. Vor allem in zwischenmenschlichen Beziehungen kann es zu Problemen führen, wenn ausschließlich mit Sachargumenten argumentiert wird, und die Metaebene außer Acht gelassen wird. Die Fronten könnten sich verstärken und das Gespräch könnte in eine starke Auseinandersetzung führen.

Hörst du überwiegend mit dem Sach-Ohr, wird es verhängnisvoll, wenn das eigentliche Problem im zwischenmenschlichen Bereich liegt. Häufig entstehen Situationen, in denen beide Gesprächspartner ein Beziehungsproblem auf der Sachebene ausfechten. Wenn es z.B. nicht mehr um die Sache selbst geht, sondern darum, wer von beiden recht behält.

BEZIEHUNGSOHR:

Dich beschäftigt oft die Frage, was der/die andere wohl über dich denkt und bist oft ein bisschen zu kritisch mit dir selbst. Dir ist Zugehörigkeit sehr wichtig, und dass zwischenmenschlich alles in Balance ist. Atmosphärische Störungen oder zwischenmenschliche Spannungen hältst du nicht gut aus und möchtest sie so schnell wie möglich bereinigen. Du bist sehr offen dafür, was andere über dich denken, und welche Beziehung ihr zueinander habt. Eine achtsame Kommunikation ist dir sehr wichtig, weil du dir vieles zu Herzen nimmst. Oft reagierst du auch sehr emotional.

Du achtest sehr darauf, dass jeder mit dir zufrieden ist und man dich mag. Deine Stärke ist auch, dass du dich selbst hinterfragen kannst und man mit dir auch offen über persönliche Probleme reden kann.

²⁷ Die Auswertung wurde mithilfe der Ausarbeitung „Die 4 Ohren stellen sich vor“ von Dr. Thomas Hilsenbeck erstellt. http://www.thomas-hilsenbeck.de/wp-content/uploads/Dr-Th-Hilsenbeck-Schulz-von-Tun-Die-4-Ohren-stellen-sich-vor-Vers-6_0.pdf

Du bist jedoch auch immer etwas unsicher und wachsam, was schnell dazu führt, dass du dich angegriffen fühlst. Wenn jemand sauer ist, fragst du dich schnell: Ist die andere Person sauer auf mich? Wenn jemand lacht, fragst du dich: Lacht er/sie mich aus? Wenn du zu wenig Feedback von außen bekommst, wird das „Auf-Sich-Beziehen“ so groß, dass du gar nicht mehr zur Ruhe kommst. Du stellst dich dann immer und überall in Frage. Du hörst dann häufig von anderen, dass du anstrengend bist, obwohl du eigentlich am liebsten hören würdest, dass du in Ordnung bist.

Denk daran, manchmal sind Botschaften als Selbstoffenbarung gemeint, und haben nichts mit dir zu tun!

SELBSTOFFENBARUNGSOHR:

Du kannst dich gut in andere Personen hineinversetzen und dich auf die Gefühle deines Gegenübers einlassen. Du fragst oder fühlst ständig, wie es deinen Mitmenschen geht und was sie beschäftigt. Es fällt dir nicht schwer, Beziehungen aufzubauen und anderen nah zu sein. Du hörst gerne anderen zu, bist verständnisvoll und einführend. Du kannst dich auch gut in Situationen hineinendenken und kannst verstehen, wie es anderen geht, ohne dass sie viel sagen. Empathie ist eine große Stärke von dir, das kann vielen Menschen helfen, weil sie sich verstanden fühlen.

Wenn die Empfangsweise jedoch zu einseitig ist, könnte es sein, dass du Informationen, die dich betreffen, nicht an dich herankommen lässt. In solchen Situationen nimmst du deinen Gesprächspartner nicht ernst, sondern betrachtest ihn als ein zu diagnostizierendes Objekt und die sachliche Seite der Nachricht wird nicht genügend gewürdigt. Hierbei kann die Methode des „aktiven Zuhörens“ helfen. Beim aktiven Zuhören wird versucht, sich nicht wertend in die Gefühls- und Gedankenwelt des Senders/der Senderin zu versetzen.

Oft bist du gedanklich ein bisschen zu viel bei den anderen und zu wenig bei dir selbst. Vor zu viel Einfühlen in Andere vergisst du manchmal dich selbst. Du fühlst nicht, ob dich etwas ärgert, ob du unsicher bist, ob dich gerade jemand beleidigt oder gekränkt hat. Das bedeutet auch, wenn jemand wirklich verärgert über dich ist, siehst du zwar, dass es dem anderen nicht gut geht, aber du siehst nicht, dass es mit dir zu tun hat. Manchmal interpretierst du auch zu viel in die Menschen um dich herum und trittst ihnen damit zu nahe.

APPELLOHR:

Du hörst vor allem die Aufforderungen in den Botschaften deiner Mitmenschen. Du scannst die Nachrichten nach dem, was du tun sollst. Du magst gerne klare Botschaften, bei denen dir genau kommuniziert wird, was Sache ist. Dann

kannst du klar entscheiden, ob du der Aufforderung nachkommst oder nicht. Du versuchst, es immer allen recht zu machen und hörst die Wünsche der anderen, in allem was gesagt wird. Wenn es dir zu viel wird, reagierst du bockig und verschlossen und möchtest deine Ruhe haben. Manchmal weißt du auch schon gar nicht mehr so genau, was DU eigentlich möchtest, weil du so mit den Wünschen der anderen beschäftigt bist.

Weil du Appelle sehr genau hörst, ist das eine große Chance für die Zusammenarbeit mit anderen Menschen. Du kannst auch gut anderen Menschen, die wütend oder gekränkt sind, den Wind aus den Segeln nehmen, weil es dir nicht schwer fällt, nach ihren Wünschen zu fragen. Es ist für dich sehr schön zu hören, dass du wichtig und unentbehrlich bist, denn dir gefällt es, wenn du in deinen Bemühungen gesehen wirst.

Um mit dem 4-Ohren-Modell weiter zu arbeiten, können folgende Reflexionsfragen zur Nachbearbeitung dienen:

- *Auf welchem Ohr höre ich besonders gut?*
- *Welches Ohr ist bei mir sehr klein? Hätte ich dieses Ohr gerne größer?*
- *Wie könnte mir das kleine Ohr im Alltag helfen? Wie könnte ich es größer werden lassen?*

Untersuchungen zeigen, dass Menschen, die ihre Bedürfnisse, Wahrnehmungen und Empfindungen für sich selbst benennen und auch anderen mitteilen können, mit ihren Gefühlen und Emotionen besser umgehen können²⁸. Durch den Kontakt zu den eigenen Bedürfnissen und Gefühlen, ist es Menschen auch eher möglich, Empathie und Einfühlungsvermögen anderen gegenüber aufzubauen.

Mit der folgenden Übung kann das achtsame und genaue Senden einer Botschaft geübt werden. Der/die SenderIn bekommt ein Gefühl dafür, wie die Differenz dessen sein kann, was er/sie mitteilen will und was beim Gegenüber ankommt. Da während dieser Übung auch Frustgefühle durch Missverständnisse entstehen können, sollte im Anschluss an die Übung unbedingt eine Reflexion erfolgen, in der die Teilnehmenden üben können, ihre Gefühle und Bedürfnisse zu benennen.

²⁸ Vgl. Joachim Bauer, <https://www.deutschlandfunknova.de/beitrag/hasserfuellte-sprache-wie-du-sprichst-so-handelst-du-auch>

4.2.2. Bildermalen

Gruppengröße:	ab 2 Personen
Zeit:	60 Minuten
Material:	2 verschiedene Bildvorlagen, Papier, Stifte, Tixo

ZIELE:

- Förderung des genauen Zuhörens und des konkreten Beschreibens
- Förderung von Empathie
- Einleitung zum Thema „Kommunikation“
- Bewusstmachen der „Sender“- und „Empfänger“-Rolle in der Zweiwegkommunikation

VORBEREITUNG:

- Genügend Platz für die Arbeit in Teams schaffen

ANLEITUNG:

Die Gruppe wird in Teams aufgeteilt. In den Teams einigen sich die Teilnehmenden, wer die „Sender“- und wer die „Empfänger“-Rolle übernimmt. Der/Die SenderIn erhält eine Bildvorlage, die der/die EmpfängerIn nicht sehen soll. Der/Die EmpfängerIn erhält einen Stift und ein Blatt Papier. Nun beginnt der/die SenderIn, möglichst genau das Bild zu beschreiben, und der/die EmpfängerIn versucht die Beschreibung auf Papier zu bringen. Nach 20 Minuten endet die erste Runde und die Rollen werden getauscht. Der/die neue SenderIn erhält eine neue Vorlage.

SCHWIERIGKEITSSTUFE:

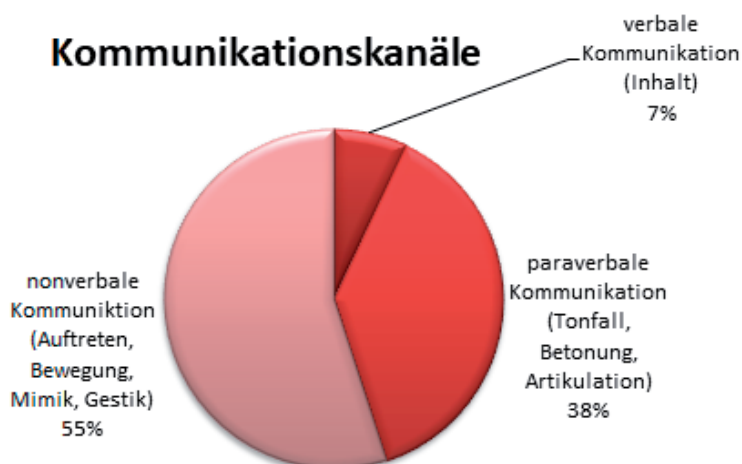
Der/Die EmpfängerIn darf nicht sprechen.

Zum Schluss wird gemeinsam reflektiert:

- In welcher Rolle hast du dich wohler gefühlt?
- Gab es Schwierigkeiten, wenn ja, wo?
- Was hättest du dir anders gewünscht?
- Welche Gefühle hattest du während der Übung und wann sind sie aufgetreten?

In der folgenden Übung erfahren die Teilnehmenden, wie gut (oder schlecht) non- und paraverbale Kommunikation funktioniert. Menschen kommunizieren nicht nur über Worte, im Gegenteil, viele Informationen werden über den Tonfall, Mimik und Gestik transportiert. Dabei nimmt der/die Zuhörende die Nachricht folgendermaßen wahr:

Kommunikationskanäle



4.2.3. Seilkunstwerk

Gruppengröße:	ab 8 Personen
Zeit:	30-45 Minuten
Material:	5-10 Meter-Seil, Stifte, Papier

ZIELE:

- Lernen, wie Kommunikation ohne Sprache funktioniert
- Beobachtung von Gruppendynamiken und -prozessen
- Selbstreflexion „Wie gehe ich mit ungewohnten Situationen um?“
- Beobachtung des eigenen Verhalten in der Gruppe
- Erkennen von Differenzen in der Selbst- und Fremdwahrnehmung

ABLAUF:

Die Gruppe wird in zwei geteilt – die eine Hälfte sind die Beobachtenden, die andere Hälfte die SeilkünstlerInnen.

Die Beobachtenden setzen sich in den hinteren Teil des Raumes, von wo sie gut die SeilkünstlerInnen beobachten können. Sie notieren, was sie bei den SeilkünstlerInnen beobachten können: Wer aktiv Ideen einbringt und wie, wer sich eher raus hält und die anderen entscheiden lässt, wer kritisch ist, wie sie die Gruppenstimmung wahrnehmen,...

Die SeilkünstlerInnen stehen mit dem Seil in einem Kreis und bekommen die Aufgabe, sich ohne Worte auf ein Motiv zu einigen, das sie im Anschluss mit dem Seil darstellen wollen. Dies kann z.B. die Skyline von Wien sein (mit Stephansdom, Riesenrad, Hochhäusern, Schloss Schönbrunn,...), eine Tierform, Ein Hochhaus, ein Baum,... Die Gruppe hat dafür 10 Minuten Zeit.

Der/die GruppenleiterIn gibt bekannt, wenn die Hälfte der Zeit um ist und wenn nur mehr eine Minute bis zum Fertigwerden Zeit ist. Sind alle Gruppenmitglieder vor Ablauf der Zeit mit dem Ergebnis zufrieden, kann die Gruppe die Zeit stoppen. Zuerst wird reflektiert, wie es den SeilkünstlerInnen gegangen ist.

Es können folgende Reflexionsfragen dafür genutzt werden:

- Wie ist es euch bei der Übung gegangen?
- In welcher Rolle habt ihr euch wahrgenommen?
- Welche Gefühle sind in euch hochgekommen?
- Wie hat die Teamarbeit funktioniert?
- Wie konntet ihr verstehen, was andere Gruppenmitglieder versucht haben, euch mitzuteilen?



Danach teilen die Beobachtenden ohne Wertung mit, was sie wahrgenommen haben.



Nun werden die Rollen der SeilkünstlerInnen und der Beobachtenden getauscht.

EIN GUTES FEEDBACK...

...beschreibt die eigene Wahrnehmung anstatt eine Situation zu bewerten.

...ist klar und genau formuliert, um nachvollziehbar zu sein.

...ist ohne moralische Verurteilung. Die Person, die Feedback bekommt, soll nicht das Gefühl haben, sich verteidigen zu müssen!

...ist konkret und situationsbezogen.

...ist die Mitteilung einer reinen Beobachtung, nicht von Vermutungen oder Interpretationen.

...erfolgt zur rechten Zeit, am besten unmittelbar nach einer Situation.

4.2.4. Auflockerungsübung: Friedensalphabet

Gruppengröße:	ab 10 Personen
Zeit:	15 Minuten
Material:	2 Flipcharts, Stifte

ZIELE:

- Auflockerungsübung/Energizer
- Anregung der Kreativität
- Förderung der Problemlösungskompetenz
- Förderung der Teamarbeitskompetenz

VORBEREITUNG:

- das Alphabet auf Flipcharts aufzeichnen (pro Gruppe ein Alphabet)

ABLAUF:

Die Gruppe wird in zwei oder mehr Gruppen aufgeteilt. Die Gruppen stellen sich in Reihen auf einer Seite des Raumes auf. Auf der anderen Seite sind mehrere Flipcharts (ein Flipchart pro Gruppe bzw. ein Alphabet pro Gruppe) an den Wänden befestigt, auf denen das ganze Alphabet vertikal geschrieben steht:

A_____	O_____
B_____	P_____
C_____	Q_____
D_____	R_____
E_____	S_____
F_____	T_____
G_____	U_____
H_____	V_____
I_____	W_____
J_____	X_____
K_____	Y_____
L_____	Z_____
M_____	
N_____	

Die Gruppen laufen um die Wette und müssen so schnell wie möglich zu jedem Buchstaben ein zum Thema passendes Wort aufschreiben. Es darf immer nur eine/einer pro Gruppe nach vorne laufen und etwas aufschreiben. Sobald die Person zurück gelaufen ist, darf die nächste Person in der Reihe starten.

Diese Methode kann mit unterschiedlichen Themenvorgaben durchgeführt werden. Um die Übung in den Gewaltpräventionskontext zu setzen, können z.B. folgende Themen gewählt werden:

Friede, Gerechtigkeit, Zusammenhalt, Gleichheit, Gendergerechtigkeit, Freunde und Familie, Gemeinschaft, Fairness, Stärken der Gruppe, Wünsche für die Zukunft der Menschheit, was braucht es für ein gutes Leben für alle, ...

4.2.5. Auflockerungsübung: 45 Sekunden

Gruppengröße:	ab 5 Personen
Zeit:	5-10 Minuten
Material:	Ball, Stoppuhr

ZIELE:

- Aktivierungsübung, um den Kopf frei zu bekommen

ABLAUF:

Die Gruppe steht im Kreis. Ein/e TeilnehmerIn wirft jemanden den Ball zu und gibt der Person einen Begriff. Dieser Begriff muss aus einer vorher definierten Kategorie sein. Zum Beispiel kann die Kategorie „Länder“ gewählt werden – so kann man einer Person das Wort „Italien“ sprichwörtlich zuwerfen. Die Person, die den Ball mit dem Wort zugeworfen bekommt muss nun 45 Sekunden nonstop etwas erzählen, was sie mit dem Begriff verbindet. (Bei „Italien“ vielleicht eine Geschichte über den letzten Urlaub dort.)

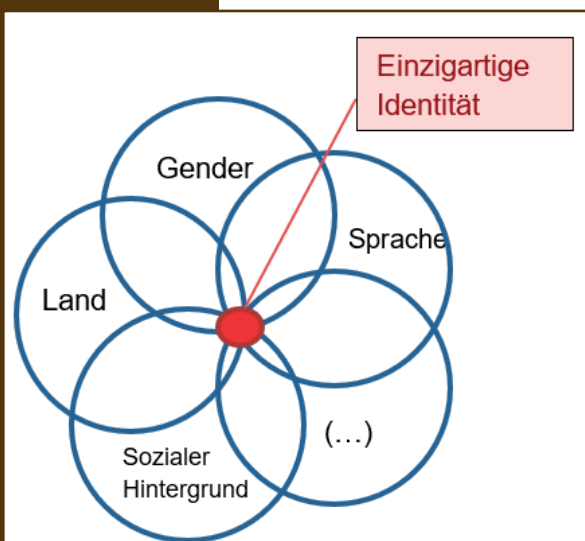
Bei einer Gruppe, die sich schon mit dem Thema „Extremismus“ auseinandergesetzt hat, kann man auch Extremismus als Kategorie vorgeben oder je nach Themensetzung des Workshops die Kategorie verändern.

4.3 Identität und Persönlichkeit

Um zu verstehen, was es bedeutet, wenn das Bedürfnis nach Identität nicht befriedigt ist, bedarf es zuerst eines Verständnisses darüber, was die Identität eines Menschen prägt und was es zum Aufbau der eigenen Identität benötigt.

IDENTITÄTSKONZEPT

Identität kann als eine Kombination von soziokulturellen Merkmalen definiert werden, die einige Individuen teilen und die sie von anderen Individuen unterscheidet. Die Identität einer Person basiert auf einer Vielzahl von Elementen, mit denen sich diese Person identifiziert. Diese Elemente können von unterschiedlicher Art sein: Sprache oder Sprachgruppen, religiöser Glaube, Geburts- oder Wohnsitzland, kulturelle Identität, ethnische Gruppe, Hautfarbe, Geschlecht, sexuelle Orientierung, politische Ideologie, Beruf, sozioökonomischer Status, Alter usw. Die Identifikation mit diesen Elementen lässt uns etwas mit vielen Menschen teilen, obwohl jede Person wahrscheinlich die einzige ist, die alle diese Elemente gleichzeitig teilt²⁹. Das ist es, was uns unsere einzigartige Identität gibt (die wir als Ganzes erleben).



²⁹ MAALOUF, Amin: „Mörderische Identität“

Identität wird im Laufe der Zeit aufgebaut und auch verändert. Die Muster und Gewohnheiten, mit denen sich eine Person identifiziert, variieren. Die Identität ist also eine kontextuelle Erfahrung und ein lokalisiertes Erlebnis abhängig von der spezifischen Situation, in der sich die Person befindet.

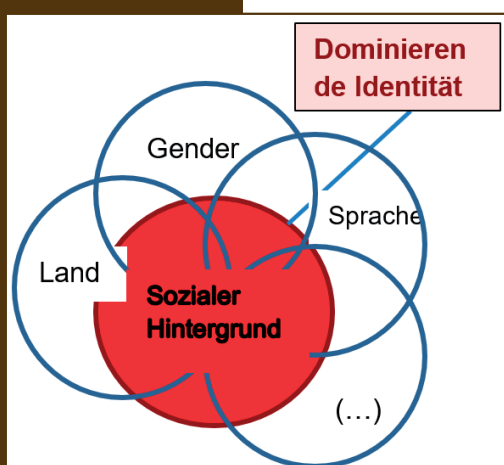
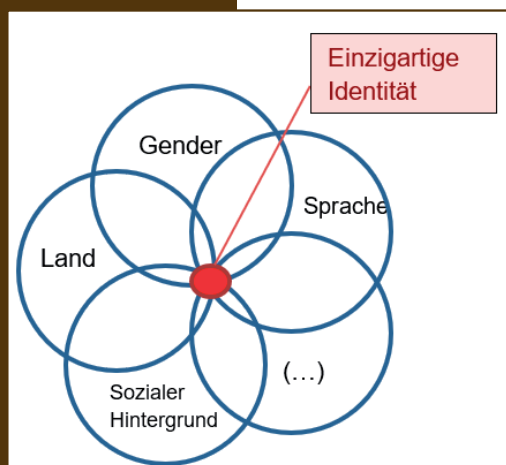
Die Menschen in unserer Nähe und unserer Umgebung beeinflussen unser Sein, unabhängig davon, ob wir uns mit einer bestimmten Gruppe oder einer anderen identifizieren. Obwohl es mehrere Elemente gibt, die unsere Identität aufbauen, kann einzelnen Elementen oft mehr Priorität gegeben werden. So etwa konstanten Elementen wie der Sprache (obwohl dies kein Gefühl der Einheit unter den Sprechern derselben Sprache garantiert), Elementen wie der Religion (besonders wenn der Gläubige alle seine Handlungen dieser zentralen Kategorie unterwirft), oder zufällige einmaligen Ereignisse, die unsere Identität maßgeblich mitbestimmen.

DIE GEFÄHRDUNG DER IDENTITÄT

Wenn wir das Gefühl haben, dass eines der Elemente in unserer Identität bedroht ist, neigen wir dazu, unsere gesamte Identität in diesem einzigen Aspekt zusammen zu fassen. Wir erkennen uns selbst in der Zugehörigkeit, die wir für angegriffen halten, und versuchen sie zu schützen, indem sie alle weiteren Aspekte der Identität übersteigt.

Das Gefühl, dass die Identität gefährdet ist, kann zu Angst oder Unsicherheit führen. Je größer die Bedrohung ist, die wir wahrnehmen, desto größer sind die Chancen, eine starke Haltung einzunehmen, polarisiert zu werden und extremistische Positionen zu entwickeln. Wir neigen dazu, imaginäre Grenzen der Zugehörigkeit zu denen zu schaffen, die wir für eine Bedrohung für uns halten (oft werden sie als ein homogenes Ganzes gesehen). Je größer die Polarisierung wird, desto größer wird der Abstand zwischen den „Gleichgesinnten“ und den „Andersdenkenden“. Manchmal bauen wir unsere Identität sogar im Gegensatz zu dem, was der/die „Rivale/ Rivalin“ repräsentiert; wir verstehen uns als „was der Rivale/die Rivalin nicht ist“³⁰.

Im Herzen jeder Gemeinschaft, die sich bedroht fühlt, besteht die Notwendigkeit, auf diese Bedrohung zu reagieren. Aus der Logik von gewaltbereitem Extremismus können jene Menschen oder Gruppen, die die Flagge einer Gemeinschaftsidentität führen, das Bedürfnis nach einer starken Gemeinschaftsidentität gerecht werden, indem sie extreme Ausdrücke verwenden und „die Wunden der Menschen der Gruppe heilen“. Sie helfen, den Durst nach Rache zu stillen und fördern die Idee, dass „sie es verdienen“³¹.



³⁰ Auszug aus dem „Plan of Action“ von OPEV – Observatory to prevent extremist violence

³¹ MAALOUF, Amin: „Mörderische Identität“

METHODEN ZUR PERSÖNLICHKEITSSTÄRKUNG IDENTITÄTSBILDUNG & SELBSTREFLEXION

4.3.1. „Wer bist du?“

Gruppengröße: ab 5 Personen
Zeit: 15 Minuten

ZIELE:

- Die Teilnehmenden verstehen das Konzept von „Identität“
- Selbstreflexion und Selbsterkenntnis
- Sichtbarmachen von Diversität
- Erkennen der verschiedenen Rollen, die jeder hat

ABLAUF:

Für diese Übung wird der verfügbare Platz in zwei Hälften geteilt. Eine Hälfte bedeutet „Ja“, die andere „Nein“. Der gesamte Platz zwischen den beiden Polen kann genutzt werden (man kann sich eine Skala von 0-100% vorstellen) um sich dort zu platzieren, wo die folgenden Statements für einen persönlich am ehesten zutreffen:

„Ich sehe mich selbst als Mann/Frau“

„Ich sehe mich selbst als lustig/unlustig“

„Ich sehe mich selbst als religiös, esoterisch, spirituell/nicht“

„Ich sehe mich selbst als Teil der Arbeiterklasse/nicht“

„Ich sehe mich selbst als privilegiert/nicht“

„Ich sehe mich als introvertiert/extrovertiert“

„Ich sehe mich als sichere Person/unsichere Person“

„Ich sehe mich als kritische/tolerante Person“

Usw.

FÜR DIE REFLEXION:

Wir alle bestehen aus all unseren verschiedenen Identitäten - die Mitte all dieser Identitäten ist unsere gemeinsame Gruppenidentität.

Wenn Teile unserer Identität bedroht sind, beginnen sie, dominanter zu werden und können ein Handeln hervorrufen, das als extrem angesehen wird.

Wenn von zwei Identitäten nur eine Legitimität erhält, wird sich die andere Identität bedroht fühlen.

Instabilität: Der eine versucht, Macht über den anderen zu erlangen = Unsicherheit. Wenn ich Instabilität spüre, suche ich nach Menschen, die meiner Identität ähnlich/gleich sind. Z.B.: Beziehung zwischen österreichischen Nationalisten und den Niederlanden.

Der Schlüssel zur Radikalisierung ist = einfache, klare und vereinfachte Botschaften für komplexe Probleme.

4.3.2 Powerflower³²

Gruppengröße:	12-30 Personen, Kleingruppen:4 – 6 Personen
Zeit:	60 Minuten
Material:	für alle Teilnehmenden eine Kopie des Arbeitsblattes „PowerFlower“, Stifte

ZIELE:

- Reflexion der eigenen Positionierung in der Gesellschaft
- Auseinandersetzung mit der eigenen (Ohn-) Machtposition und (De-)Privilegierung
- Thematisieren von gesellschaftlichen Machtasymmetrien
- Entwickeln eines verantwortungsvollen und konstruktiven Umgangs mit der eigenen Macht und den eigenen Privilegien

VORBEREITUNG:

- Reflexionsfragen auf Flipchart schreiben

ANLEITUNG:

Auf dem Arbeitsblatt „Power Flower“ sind verschiedene gesellschaftlich wirksame Differenzierungskategorien dargestellt (Religion, Sprache, Hautfarbe,...). Dabei sind die in der Power Flower genannten Differenzierungskategorien als sozial konstruierte Kategorien zu verstehen, die aber dennoch real wirksam sind.

Gemeinsam werden in der gesamten Gruppe verschiedene Kategorien zu den Differenzierungskategorien festgelegt – z.B. für Hautfarbe: weiß / nicht-weiß, oder für Sprache: Deutsch als Muttersprache / andere Sprache als Muttersprache, usw. In den mittleren Kreis (kleineres der beiden Blütenblätter) wird jeweils die Kategorie eingefügt, die im gesellschaftlichen Kontext als privilegiert angesehen wird. Im äußeren Blütenblatt werden die Kategorien eingefügt, die gesellschaftlich als weniger privilegiert angesehen werden.

Nun malen die Teilnehmenden die Blütenblätter aus, zu denen sie sich selbst dazu zählen.

Die Blumen werden dann im Plenum besprochen und reflektiert. Es sollte deutlich werden, dass das Schema der Power Flower sich auf Kategorisierungen bezieht, die konstruiert sind und in ihrer Vereinfachung die komplexe Realität nicht adäquat abbilden – gleichwohl sind sie jedoch gerade in dieser Form gesellschaftlich wirksam und eng mit der Verteilung von Privilegien und mit dem Zugang zu Ressourcen verknüpft. Wichtig ist dabei, dass wir oft gezwungen sind, uns in diesem dualistischen System zu positionieren bzw. in diesem System positioniert werden. Zudem geht es darum zu erkennen, dass alle Individuen am Schnittpunkt verschiedener Differenzierungskategorien positioniert sind und sich dabei einmal eher in der privilegierten Position, ein andermal mehr in der nicht-privilegierten Position befinden.

VARIANTE:

Eine weitere Variante ist, dass die Teilnehmenden die „privilegiert/weniger privilegiert“-Kategorien in Einzelarbeit ausarbeiten, die für sie zutreffenden Blütenblätter ausmalen und die Ergebnisse in Kleingruppen besprechen.

³² Die Powerflower-Vorlage finden Sie unter Kapitel 5. Materialien

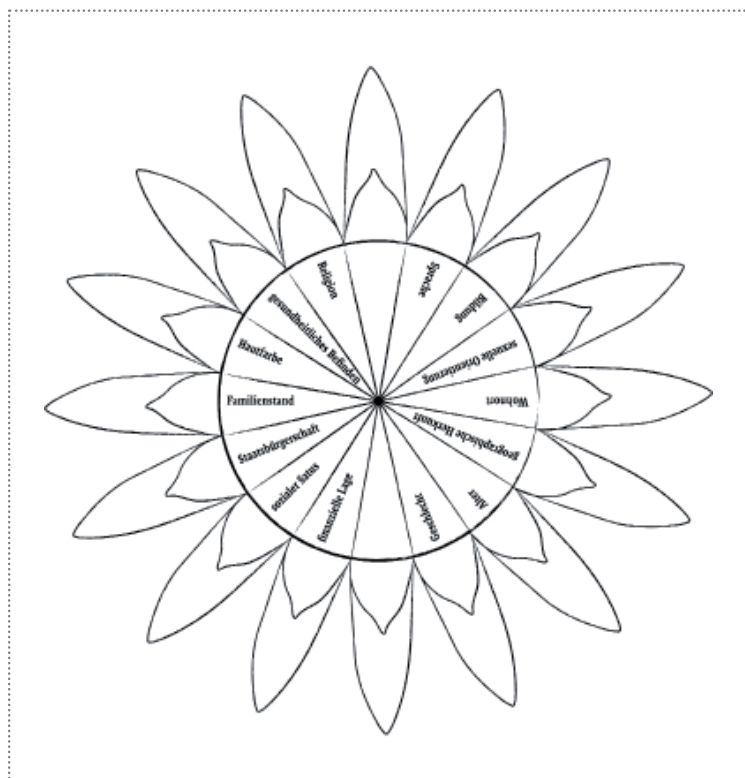
KLEINGRUPPEN

Wenn alle Teilnehmenden ihr Arbeitsblatt fertig markiert haben, begeben sie sich in Kleingruppen (4-6 Personen), um die Power Flower zu diskutieren. Folgende Fragen, die auf einem Plakat für alle sichtbar festgehalten werden sollten, können ihnen dabei zur Orientierung dienen:

- Welche gesellschaftlichen Gruppen habe ich gewählt? Warum?
- Wie ist das Verhältnis von inneren (privilegierten) und äußeren (nicht-privilegierten) Blüten auf meiner Power Flower?
- Wie fühlt es sich an in der inneren/ äußeren Gruppe zu sein?

WEITERE REFLEXIONSFRAGEN:

- Ist die Zugehörigkeit zu den Kategorien in den Blütenblättern deine eigene freiwillige Entscheidung oder wurde diese Zugehörigkeit von ‚außen‘ zugewiesen? Welche Konsequenzen hat dies?
- Ist die Zugehörigkeit zu den Blütenblättern veränderbar?
- Können privilegierte/nicht-privilegierte Zugehörigkeiten andere Zugehörigkeiten nach sich ziehen?
- Wie und wann können wir auch in marginalisierten Positionen machtvoll sein?
- Wie geht es dir mit deiner Macht bzw. Ohnmacht und was können wir jetzt mit dieser Analyse machen?³³



³³ <https://www.mangoes-and-bullets.org/wp-content/uploads/2015/02/8i-Power-Flower.pdf>

4.3.3. Privilegentest³⁴

Gruppengröße:	8-30 Personen
Zeit:	20-30 Minuten
Material:	Frageliste, jeweils ein Schild mit „JA“ und „NEIN“

ZIELE:

- Förderung von Empathie
- Selbstreflexion von Privilegien und Chancenverteilung

ANLEITUNG:

Im Raum wird eine imaginäre Linie gezogen. An einem Ende ist das „JA“-Schild platziert, am anderen Ende das „NEIN“-Schild.

Nun werden den Teilnehmenden Statements vorgelesen, und je nachdem, wie sie das Statement für sich selbst beantworten können, platzieren sie sich entlang dieser Linie.

Zwischen den Statements können immer wieder einzelne Teilnehmende gefragt werden, warum sie sich so platziert haben.

1. Du hast nie in ernsthaften finanziellen Schwierigkeiten gesteckt.
2. Du lebst in einem Haus oder in einer Wohnung mit fließendem Wasser, Strom und einer Toilette.
3. Du hast das Gefühl, dass deine Sprache, Religion und Kultur in der Gesellschaft, in der du lebst, respektiert werden.
4. Du hast das Gefühl, dass deine Meinung über soziale und politische Fragen eine Rolle spielt und dass man dir zuhört.
5. Andere Menschen holen zu verschiedenen Problemen deinen Rat ein.
6. Du hast keine Angst, in eine Polizeikontrolle zu kommen.
7. Du hattest nie das Gefühl, dass du aufgrund deiner Herkunft diskriminiert wirst.
8. Deine sozialen und medizinischen Bedürfnisse werden ausreichend abgedeckt.
9. Du kannst einmal im Jahr verreisen und Urlaub machen.
10. Du kannst Freundinnen und Freunde nach Hause zum Essen einladen.
11. Du wurdest von deinen Eltern bestärkt, dass du letztlich erreichen und werden kannst, was du wirklich willst.
12. Du hast ein interessantes Leben und bist zuversichtlich, was deine Zukunft betrifft.
13. Du hast das Gefühl, du kannst studieren und dir deinen Berufswunsch erfüllen.
14. Du hast keine Angst, auf der Straße oder in den Medien belästigt oder angegriffen zu werden.
15. Du kannst bei allen Wahlen deine Stimme abgeben.
16. Du kannst mindestens einmal pro Woche ins Kino oder in einen Club gehen.
17. Du hast keine Angst um die Zukunft deiner Kinder.
18. Du kannst dich verlieben, in wen du willst.
19. Du hast das Gefühl, dass deine Fähigkeiten in der Gesellschaft, in der du lebst, Anerkennung finden.
20. Du hast als Kind mit deinen Eltern regelmäßig Museen, Ausstellungen oder das Theater besucht.
21. Du hast Zugang zum Internet.
22. Du hattest nie das Gefühl, ausgegrenzt zu werden.

Bei dieser Übung geben die Teilnehmenden viel von sich preis. Es ist wichtig, jene zu Wort kommen zu lassen, die etwas von sich erzählen möchten, denn das gegenseitige Öffnen trägt zu einem gegenseitigen Vertrauen bei!

REFLEKTION:

Oft nimmt man seine eigenen Privilegien im Alltag nicht bewusst wahr. Nur diejenigen, die zurückbleiben, nehmen wahr, dass andere im Leben mehr Chancen haben. Mit den Teilnehmenden kann darüber diskutiert werden, wie das gesellschaftliche Zusammenleben gestaltet sein müsste, damit auch jene mit weniger oder gar keinen Privilegien Chancen im Leben bekommen.

4.3.4 Vergangenheit, Gegenwart, Zukunft

Gruppengröße:	2 Personen, Einzel- und Teamarbeit
Zeit:	60 Minuten
Material:	Stifte, Papier, Flipchart mit Fragen über Vergangenheit, Gegenwart, Zukunft

ZIELE:

- Förderung der Selbstreflexion
- Erstellung von positiven Zukunftsbildern
- (An-)Erkennen der eigenen Stärken, Schwächen, Wünsche und Bedürfnisse
- Stärkung des Selbstwertgefühls

VORBEREITUNG:

- Fragen auf Flipchart aufschreiben

ANLEITUNG:

Zuerst erarbeiten die Teilnehmenden die folgenden Fragestellungen für sich persönlich, danach werden sie im Zweiergespräch reflektiert. Die Fragestellungen sollen der Reihe nach beantwortet werden: Vergangenheit – Gegenwart – Zukunft.

VERGANGENHEIT/KINDHEIT

Was wolltest du werden, als du ein Kind warst?
Wovor hast du dich gefürchtet?
Was konntest du gut?
Wer war dein Vorbild, zu wem hast du aufgesehen?
Wo hast du dich besonders wohl gefühlt?
Was hast du am liebsten gemacht?
Wer hat dich geprägt in deiner Kindheit?
Welche Erlebnisse oder Erinnerungen sind dir bis heute erhalten geblieben?

GEGENWART

Was macht dich im Moment zufrieden?/ Womit bist du im Moment zufrieden?
Was beschäftigt dich, was geht dir nah?
Wenn du einen Wunsch frei hättest, was würdest du verändern wollen?
Was soll für immer so bleiben, wie es jetzt ist?
Welche Menschen begleiten dich auf deinem Weg, die dich stärken und stützen?
Wo kannst du neu „auftanken“?
Bist du aktuell da, wo du sein möchtest? Wenn ja, wo ist das? Wenn nein, wo wärst du gerne?
Was siehst du als deine Stärken?
Was sehen andere als deine Stärken?
Was würdest du gern besser können?

ZUKUNFT

Was ist dein Wunsch für die nächsten 5-10 Jahre?
Was ist dein Wunsch für die nächsten 10-20 Jahre?
Was wünschst du dir für alle Menschen und den Planeten?
Was braucht es, um die Zukunft zu erlangen, die du für dich und alle Menschen wünschst?
Wenn du dir dich in der Zukunft vorstellst – wie möchtest du sein?
Was möchtest du erreichen?

NACHARBEIT:

Diese Methode ermöglicht den Teilnehmenden den Kontakt mit sich selbst. Sie dient dazu, bewusst zu machen, wie einzigartig jede Person mit seiner Geschichte, seinen Wünschen, Zielen, Träumen und Hoffnungen ist. Gleichzeitig zeigt uns die Methode, das wir alle eine Gemeinsamkeit haben – wir alle haben Wünsche und Träume.

Sie dient dazu, ein positives Zukunftsbild mit den Teilnehmenden zu gestalten, in dem sie sich ihrer Träume und Wünsche, Stärken und Schwächen bewusst werden und sie als Teil von sich annehmen. Ergänzend dazu kann eine kleine Geschichte zum Abschluss der Methode erzählt werden:

DER SPRUNG IN DER SCHÜSSEL

Es war einmal eine alte Frau, die zwei große Schüsseln hatte, die von den Enden einer Stange hingen, die sie über ihren Schultern trug.

Eine der Schüsseln hatte einen Sprung, während die andere makellos war und stets eine volle Portion Wasser fasste.

Am Ende der langen Wanderung vom Fluss zum Haus der alten Frau war die andere Schüssel jedoch immer nur noch halb voll.

Zwei Jahre lang geschah dies täglich: die alte Frau brachte immer nur anderthalb Schüsseln Wasser mit nach Hause.

Die makellose Schüssel war natürlich sehr stolz auf ihre Leistung, aber die arme Schüssel mit dem Sprung schämte sich wegen ihres Makels und war betrübt, dass sie nur die Hälfte dessen verrichten konnte, wofür sie gemacht worden war.

Nach zwei Jahren, die ihr wie ein endloses Versagen vorkamen, sprach die Schüssel zu der alten Frau:

„Ich schäme mich so wegen meines Sprungs, aus dem den ganzen Weg zu deinem Haus immer Wasser läuft.“

Die alte Frau lächelte.

„Ist dir aufgefallen, dass auf deiner Seite des Weges Blumen blühen, aber auf der Seite der anderen Schüssel nicht? Ich habe auf deiner Seite des Pfades Blumensamen gesät, weil ich mir deines Fehlers bewusst war. Nun gießt du sie jeden Tag, wenn wir nach Hause laufe. Zwei Jahre lang konnte ich diese wunderschönen Blumen pflücken und den Tisch damit schmücken. Wenn du nicht genauso wärst, wie du bist, würde diese Schönheit nicht existieren und unser Haus beehren.“

Jeder von uns hat seine ganz eigenen Macken und Besonderheiten, aber es sind genau jene Einzigartigkeiten, die unser Leben so interessant und lohnenswert machen.

Man sollte jede Person einfach so nehmen, wie sie ist und das Gute in ihr sehen.

4.3.5. Schatzschächtelchen

Gruppengröße: ab 5 Personen
Zeit: 60-120 Minuten
Material: 1 leere Streichholzschachtel pro Person | Materialien zum Ausschneiden (verschiedene Magazine und Zeitungen, Postkarten,...) | Dekomaterialien (Glitzerstaub, Sticker,...) | Genügend Scheren, genügend Klebstoff, Stifte, buntes Papier, Bastelunterlagen

ZIELE:

- Stärkung des Selbstwertgefühls
- Förderung des Gemeinschaftsgefühls
- Förderung der Empathiefähigkeit
- erkennen, wie andere einen wahrnehmen

VORBEREITUNG:

- Dekomaterialien vorbereiten
- Entweder Teilnehmende selbst bitten, eine leere Streichholzschachtel mitzubringen, ansonsten selbst zur Verfügung stellen

ABLAUF:

Die Teilnehmenden haben 30-60 Minuten Zeit, ihre Streichholzschachtel kreativ so zu gestalten, dass es ihnen selbst entspricht und sie es als kleine persönliche Schatzkiste sehen. Jede Gruppe kann verschieden lange dafür brauchen – manche vertiefen sich sehr lange in diese Aufgabe, andere sind in 10 Minuten fertig. Hier liegt es an der Übungsleitung, die Zeitangabe für eine Gruppe gut einzuschätzen.

Irgendwo auf der Schatzkiste soll gut leserlich der Name der/des Besitzers/Besitzerin stehen.

4.3.6. Abschlussmethode: Rücken stärken

Gruppengröße: 10-100 Personen
Zeit: 20 Minuten
Material: Filzstifte, Papier, Kreppklebeband

ZIELE:

- Stärkung der Persönlichkeit durch die Gruppe
- Förderung eines positiven Selbstbildes
- Erkennen der Unterschiede von Selbst- und Fremdwahrnehmung

ABLAUF:

Alle Teilnehmenden bekommen ein Blatt Papier und einen Filzstift. JedeR schreibt nun auf das Blatt Papier seinen/ihren Namen, danach wird es mit Kreppklebeband auf den eigenen Rücken geklebt. Die Teilnehmenden haben nun 20 Minuten Zeit, sich gegenseitig auf den Rücken zu schreiben, was sie an der jeweiligen Person schätzen, welche Stärken sie in der Person erkennen, eine kurze Anekdote über ein schönes/verbindendes gemeinsames Erlebnis, etwas, das sie der anderen Person wünschen,...

Es darf ausschließlich Nettes und Wertschätzendes auf die Rücken der anderen geschrieben werden!

Wenn Sie als GruppenleiterIn sicher gehen wollen, dass die Übung ohne „Gemeinheiten“ funktioniert, können Sie dazu sagen, dass immer der Name unter die jeweilige Botschaft geschrieben werden muss.

4.4. Gruppendynamik & Gruppenprozesse

Gruppendynamische Übungen haben zum Ziel, Gruppenprozesse gezielt zu begleiten und zu moderieren. Somit sind sie ein wichtiges Tool in der Präventionsarbeit. Festgefahrene Rollenbilder, die selbst auferlegt oder von der Gruppe zugeschrieben wurden, können aufgebrochen, Vorurteile abgebaut, und das „Wir“-Gefühl durch gemeinsame Erfolgserlebnisse nachhaltig gestärkt werden. Eine positive Gruppe/Gemeinschaft, in der sich jede/r wohlfühlt, gut eingebunden ist, sich gesehen und gehört fühlt und somit „sicher“ ist, beugt radikalen Handlungen, Mobbing und jeder Art von Gewalt vor.

4.4.1. Blumen über Blumen

Gruppengröße: Ab 10 Personen
Zeit: 20 Minuten
Material: Stifte und Papier

ZIELE:
Förderung des Verständnis von Diversität als stärkendes Element einer Gemeinschaft

ANLEITUNG:

Die Teilnehmenden bekommen Papier und einen Stift und werden aufgefordert, eine Blume zu zeichnen. Es sollten keine weiteren Anweisungen erfolgen und die Mitspielenden sollten sich auch nur auf ihre Blume konzentrieren. Sobald alle fertig sind, bewegen sie sich mit ihrer Zeichnung durch den Raum, um anderen ihre Blume zu zeigen und die Zeichnungen der anderen zu begutachten. Nach der Blumenschau macht der/die GruppenleiterIn Platz für zwei Kategorien im Raum, und bittet die Teilnehmenden sich jeweils dort zu platzieren, wo sie mit ihrer Zeichnung hinpassen.

WIE SIEHT DEINE BLUME AUS:

1. mit Stiel /ohne Stiel
2. ausgemalt/nicht ausgemalt
3. wachsend aus der Erde/ohne Erde
4. mit einem Blumentopf/ohne Blumentopf
5. mit symmetrischen Blütenblättern/mit chaotischen Blütenblättern
6. mit Blätter/ohne Blätter“

Nach der Übung findet eine Reflexionsrunde statt, folgende Punkte können dazu hilfreich sein:

- Es gibt viele kleine und große Unterschiede und Varianten, aber allen Varianten ist gemeinsam: jede Blume ist eine Blume, jedes Blatt ist ein Blatt auch wenn sie unterschiedlich aussehen,...
- Einige Blumen unterscheiden sich in manchen Punkten, in anderen Punkten sind sie gleich.
- Es gibt immer Aspekte, die gleich ausgeprägt sind wie bei anderen.
- Wenn es für jemanden nicht möglich ist, eine Blume zu zeichnen (z.B. durch eine Beeinträchtigung), nennt man dies „Exklusion“!
- In einem Aspekt ist man auf der Seite der Minderheit, doch bei der Betrachtung eines anderen Aspekts, ist man in der Mehrheit oder Gleichheit.
- Wenn man im Bereich der Mehrheit ist, ist es oft schwierig, die Minderheit zu sehen.
- Minderheiten könnten sich beschämt/stolz/traurig,... fühlen – wie ist es den Teilnehmenden in den jeweiligen Rollen ergangen?
- Minderheiten haben normalerweise weniger Macht/Status
- Minderheit + Mehrheit = Diversität!!! Nicht Exklusion und Problem

4.4.2. Sumpfüberquerung

Gruppengröße:	10-15 Personen
Zeit:	30-50 Minuten
Material:	der Gruppengröße entsprechende Anzahl an PVC-Fliesen (A4 Größe), 2 Markierungslinien (Seil, Stöcke oder Kreppklebeband), einige Augenbinden

ZIELE:

- Erwerb von sozialen Kompetenzen
- Kooperations- und Teamarbeitskompetenz
- Reflexion der eigenen Rolle in einer Gruppe
- Stärkung der Gruppe durch gruppendynamischen Problemlösungsprozess

VORBEREITUNG:

- Raum schaffen
- Spielfeld markieren

ANLEITUNG:

Diese Methode kann in einem großen Klassenzimmer, in der Turnhalle oder am besten im Freien durchgeführt werden.

Zuerst wird ein Spielfeld von mind. 10 Metern Länge mit zwei Linien mithilfe der Stöcke/ dem Kreppklebeband markiert. Es kann sich eine Spielgeschichte dafür ausgedacht werden.

Die gesamte Gruppe befindet sich außerhalb des Spielfeldes der 1. Linie, jede/r bekommt eine A4 große PVC-Fliese.

Nun werden folgende Spielregeln erklärt:

- Die gesamte Gruppe muss gemeinsam den Sumpf (das Spielfeld) überqueren
- Die Teilnehmenden dürfen das Innere des Spielfeldes ausschließlich mit den Fliesen betreten, da das Sumpfterrain sie sonst „verschlucken“ würde.
- Passiert der 1. Fehltritt und ein Fuß steigt in den Sumpf, wird die Person mit einem Kreppklebeband markiert, beim 2. Fehltritt verliert die Person entweder einen Schuh oder „erblindet“ und muss fortan eine Augenbinde tragen. Bei einem 3. Fehltritt derselben Person muss die gesamte Gruppe zurück zum Start und die Übung beginnt von vorne.
- Sobald jemand mit beiden Füßen in den Sumpf steigt, muss die gesamte Gruppe ebenfalls zurück an den Start und die Übung beginnt von Neuem.
- Sobald eine Fliese den Sumpfboden berührt, muss sie immer mit einem Körperteil in Verbindung sein. Wenn eine Fliese unbedacht im Sumpfgebiet herum liegt, wird sie schnell von der Spielleitung weggenommen. Ist eine Fliese einmal verloren, wird sie nicht mehr zurück gegeben, auch nicht bei einem Neustart. (Die Übung wird erst so richtig spannend und kooperativ, sobald ein paar Fliesen weniger sind.)
- Die Übung ist erst geschafft, wenn alle SpielerInnen UND alle Fliesen über die zweite Markierung gebracht wurden.
- Die Gruppe hat nun 5 Minuten Zeit, sich eine gemeinsame Strategie zu überlegen.

GRUPPENREFLEXION:

Eine ausführliche Gruppenreflexion nach der Übung ist essentiell!

Reflexionsfragen können sein:

- Welche Personen hatten entscheidende Rollen?

(Selbstverständlich sind ALLE Gruppenmitglieder bei dieser Übung notwendig, diese Erkenntnis ist sehr wichtig für ein positives Gruppengefühl.)

- Wo gab es Schwierigkeiten und wie wurden sie gelöst?
- Was war wichtig im Prozess?

(Planung, Besprechung, jemanden der die Führung oder die Moderation übernommen hat,...)

- Was hättet ihr anders gemacht?
- Wie geht es euch jetzt?

Falls die Übung nicht geschafft wurde, könnte es passieren, dass Mitspielende für den Misserfolg verantwortlich gemacht werden – in diesem Fall ist es sehr wichtig, zu intervenieren, und darauf hinzuweisen, dass diese Übung NUR als Gruppe zu schaffen ist, und niemand alleine die Verantwortung für den Misserfolg trägt. An dieser Stelle kann ein guter Umgang mit Misserfolgen und eine positive Fehlerkultur eingebracht werden. Jede/r wird im Leben Situationen erleben, die nicht rund laufen. Doch wichtig sind nur der richtige Umgang mit Misserfolgen und die Kompetenz, aus den Fehlern zu lernen. Fehler sind unsere wichtigsten Lehrmeister! Um die Übung dennoch mit positiven Gefühlen zu verlassen, kann nach der Reflexion ein weiterer Versuch gestartet werden.

4.4.3. Ausgrenzung

Gruppengröße: Ab 10 Personen
Zeit: 30 Minuten

ZIELE:

- Selbsterfahrung & Selbstwahrnehmung
- Erkennen der persönliche Strategien in schwierigen Situationen
- Reflexion und persönliches Erleben von Ausgrenzungs-Dynamiken
- Förderung der Empathiekompetenz

VORBEREITUNG:

- Überlegung von zu lösenden Aufgaben

ANLEITUNG:

Bei dieser Übung wird das „Ausgegrenzt-Sein“ nachgestellt und die damit verbundenen Gefühle aller Parteien nachfolgend reflektiert.

Drei freiwillige TeilnehmerInnen verlassen vorübergehend den Raum, sodass sie nichts von der restlichen Gruppe mitbekommen. Die verbleibende Gruppe wird indessen in eine spezielle Aufgabe eingewiesen. Die drei Freiwilligen werden nacheinander in den Raum zurückgerufen und versuchen, die für sie bestimmte Aufgabe zu lösen.

Die Aufgaben können zum Beispiel Folgende sein:

„Möglichst fies zu schauen“ und alle „strategisch wichtigen“ Plätze im Raum zu besetzen. Der/Die Freiwillige, der/die nun dazukommt, möge sich nun einen Platz im Raum suchen, an dem er sich wohlfühlt. Eine unlösbare Aufgabe! Hier kann dann das Gefühlsleben des Ausgegrenzten „nachgestellt“ und gemeinsam bewertet werden.

Oder es wird eine typische U-Bahn Situation nachgestellt: 8 Personen stehen „Spalier“, einer will durch, wie löst er/sie das Problem?

Oder die Gruppe soll wild durch den Raum gehen und stets sich herzlich per Handschlag begrüßen. Jede/r begrüßt jede/n, nur die freiwillige Person wird gemieden. Was tut sie, um mit der Ausgrenzung klarzukommen? Resignation? Gewalttames Erzwingen einer Begrüßung? Charmantes Überreden? Solidar-PartnerInnen suchen?

Auch bei dieser Übung ist eine ausführliche Reflexion sehr wichtig!

1. Wie ist es den Freiwilligen gegangen?
2. Wie ist es der Gruppe gegangen, die ausgegrenzt hat?
3. Welche Strategien haben die Freiwilligen verwendet, um die Situation zu lösen?
4. Welche Gefühle waren im Spiel?
5. Haben Mitspielende ähnliche Situationen/Gefühle schon im Alltag erlebt?
6. Hatte jemand aus der Ausgrenzungsgruppe das Bedürfnis, gegen die vorgegebene Rolle zu handeln und mit den Freiwilligen zu kooperieren?

4.4.4. Eierflyer

Gruppengröße: 4-40 Personen,
Kleingruppen zu je 4-5 Personen

Zeit: 45-60 Minuten

Material pro Kleingruppe:

- ein rohes Ei
- 3 mal A4 Papier
- 1 mal A3 Papier
- Schere
- 2m Tixo oder Kreppklebeband
- 2m Schnur oder Wolle
- Stift
- eine leere Klopapierrolle
- etwas Watte

Die Liste kann nach Bedarf ergänzt oder Materialien ausgetauscht werden. Je weniger Materialien, desto schwieriger wird die Übung.

ZIELE:

- Förderung der Kooperations- und Teamarbeitskompetenz
- Selbstreflexion durch Erfahrung der persönlichen Rolle in der Gruppe
- Selbsterfahrung durch Kommunikation und kreativen Ausdruck
- Erlernen eines positiven Umgangs mit Fehlern durch Gruppenerfahrung

VORBEREITUNG:

- Ein Materialienpaket pro Gruppe wird vorbereitet
- Tische oder Räumlichkeiten werden für Kleingruppenarbeiten hergerichtet
- Damit das fliegende Ei getestet werden kann, muss eine „Abflug“ von 7-10m Höhe möglich sein – z.B. von einem Fenster im dritten Stock.

ANLEITUNG:

Zu Beginn wird pro Kleingruppe ein Materialienpaket ausgeteilt. Nun haben die Teilnehmenden 20-30 Minuten Zeit, aus den vorhandenen Materialien ein Flugobjekt für das rohe Ei zu bauen, sodass das Ei einen Flug aus 7-10 Meter Höhe „überlebt“.

Sobald alle Gruppen fertig sind und ihrem rohen Ei einen Namen gegeben haben, werden die Kleingruppen jeweils in die Hälfte geteilt – eine Kleingruppenhälfte lässt das Ei vom 3. Stock aus fliegen, die andere Kleingruppe wartet unten, um zu sehen, ob das Ei überlebt hat. (Wenn alle Eier überleben, hatten die Gruppen zu viele Materialien zur Verfügung.)

Bevor ein Ei seinen Flug antritt, wird von der gesamten Gruppe von 10-0 gezählt und das rohe Ei mit Namensrufen angefeuert.

ALS ABSCHLUSS WIRD GEMEINSAM REFLEKTIERT:

1. Was ist während des Flugobjekte-Baus gut gelaufen?
2. Was hat bei der Ausarbeitung nicht so gut funktioniert?
3. Konntest du all deine Ideen einbringen?
4. Wie hat die Teamarbeit funktioniert?

5. Materialien

Hier finden Sie die nötigen Materialien, die Sie für die Durchführung mancher Übungen benötigen.

Methode 4.1.4 „Bingo“

Bingo!

Wer bin ich? (Wird erst später eingetragen!)	Mein Highlight des letzten Jahres war...	Meine Lieblingsmusik ist...
Mein Lieblingsessen ist...	Was ich immer schon einmal machen wollte...	Ich spreche folgende Sprachen...
Der schönste Ort für mich ist...	Wenn ich 10.000€ gewinnen würde, würde ich...	Vor dieser Person ziehe ich meinen Hut...
Andere schätzen an mir...	Angst habe ich, wenn...	Ich sehe mich in zehn Jahren...

Methode 4.1.2. „Zukunftsbilder“-Vorschläge



Grüne Zukunftsstadt: <https://www.n-tv.de/wissen/Gruene-Hochhaeuser-spruessen-in-den-Staedten-article16195471.html>

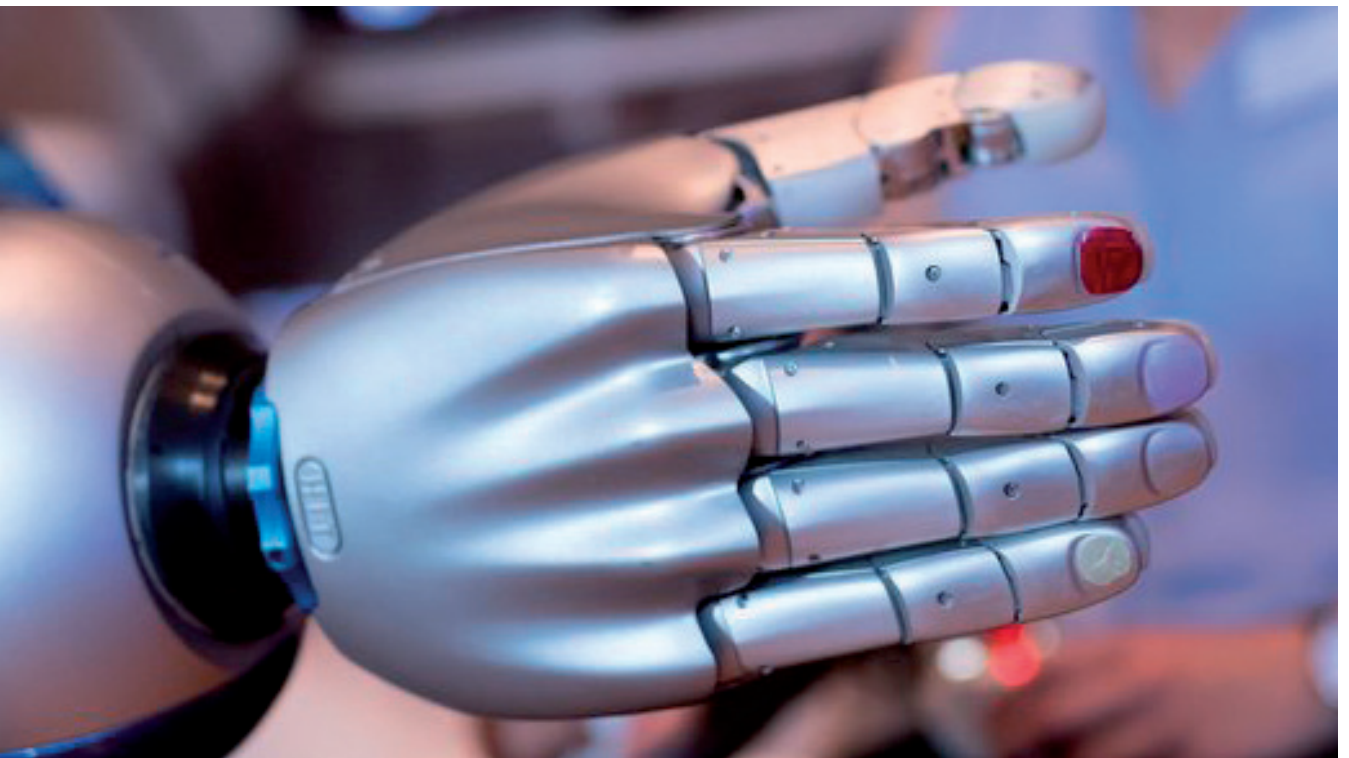


Drohne: <http://www.drohnen-kaufen.com/>

Methode 4.1.2. „Zukunftsbilder“-Vorschläge



Freizeit:<https://www.impulse.de/leben/die-generation-y-machen-sie-keine-ueberstunden-mehr/2012250.html>



Computerhand:<https://www.br.de/mediathek/podcast/nachtstudio/mythos-festanstellung-weniger-arbeit-fuer-alle/1301464>

Methode 4.1.2. „Zukunftsbilder“-Vorschläge



Bäume pflanzen: www.rp-online.at



"Am Marktstand" by kohlmann.sascha is licensed under CC BY-SA 2.0

Methode 4.1.2. „Zukunftsbilder“-Vorschläge

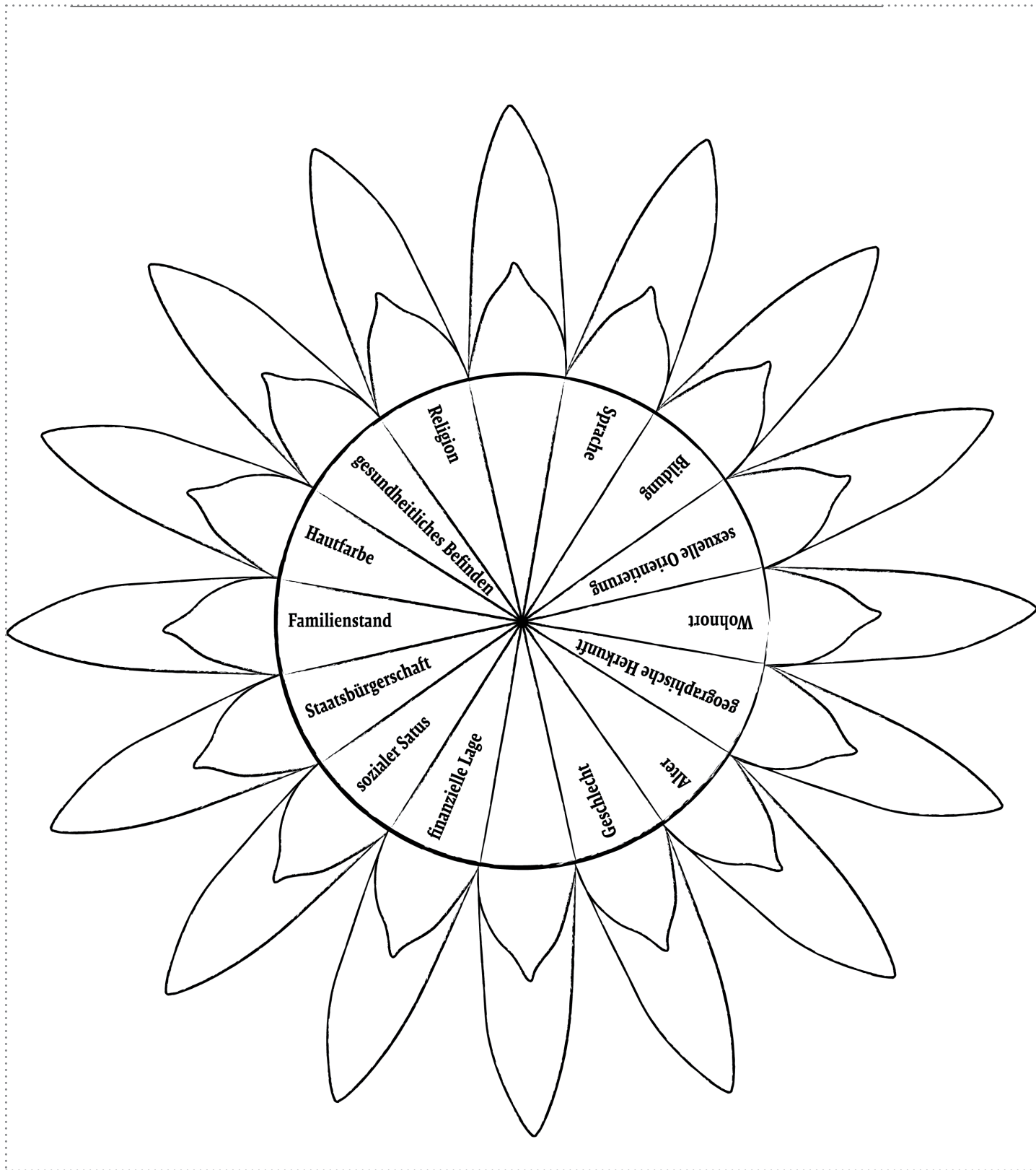


„People Dancing at a Discotheque“ by www.audio-luci-store.it is licensed under CC BY 2.0


















Close-up of trees torching during the Manning Creek stand replacement fire“ by [usfs_pnwrs](https://www.flickr.com/photos/usfs_pnwrs/) is licensed under CC PDM 1.0

Methode 4.3.2. „Powerflower“



6. Quellen

-  Anti-Bias-Werkstatt (2007)
<http://www.anti-bias-werkstatt.de/?q=de/content/downloads>
-  Brandsma (2017): Bart Brandsma über die Dynamik von Polarisierung.
<https://www.bpb.de/mediathek/261904/bart-brandsma-ueber-die-dynamik-von-polarisierung>
(01.08.2019)
-  Dalgaard-Nielsen, Anja (2010): Violent Radicalization in Europe: What We Know and What We Do Not Know. In: Studies in Conflict and Terrorism, 2010.
-  Galtung, Johan (1990): Cultural Violence. In: Journal of Peace Research, Jg. 27, Nr. 3/1990.
-  Glaser, Michaela / Greuel, Frank / Johannson, Susanne / Münch, Anna Verena (2011): Etablierte Praxis, neue Herausforderungen. Pädagogische Präventionsarbeit gegen Extremismus im Jugendalter galt in Deutschland bisher vor allem rechtsextremen Erscheinungsformen. In: DJI Impulse. Das Bulletin des Deutschen Jugendinstituts, 2, S. 15-17.
-  Heitmeyer, Wilhelm (Soziologe, Universität Bielefeld, 2011): Deutsche Zustände. Folge 10. Berlin: Suhrkamp.
-  Heitmeyer, Wilhelm (Soziologe, Universität Bielefeld, 2011): Deutsche Zustände. Folge 10. Berlin: Suhrkamp.
-  Kommission „Rechtsextremismus“ (o.J.): Abschlussbericht und Präventionsvorschläge. http://www.lpr.niedersachsen.de/Landespraeventionsrat/Module/Publikationen/Dokumente/Kommission-Rechtsextremismus-Abschlussberi_F132.pdf (12.05.2019).
-  MAHLE Natascha, SANDIKCI Murat: „8ung in der Schule - Unterrichtsmaterial zur Gewaltprävention“. 1.edition2010//<http://www.selbstsicherschuetzen.com/downloads/Achtung%20in%20der%20Schule.pdf>
-  Max-Neef, Manfred A. (1991), Übersetzung SCHNURPFEIL, Karin (2010): Entwicklung nach menschlichem Maß – Entwurf, Anwendung und weiterführende Betrachtungen, 2010
-  „Plan of Action“ von OPEV: Plan de acción de la sociedad Euromediterránea para prevenir todas las formas de Extremismo violento, 2017, del Observatorio para la Prevención del Extremismo Violento (OPEV): <http://opev.org/wp-content/uploads/2017/05/EuroMed-PVE-Plan-de-Accion-ESP.pdf> (February 2019)
-  Prinzjakowitsch, W. (2015). Die Funktion der Offenen Jugendarbeit in Bezug auf Extremismus und Radikalisierung junger Migranten. In deutsche Jugend, Zeitschrift für Jugendarbeit, Thema Jugend und Migration, Ausgabe 7/8, Weinheim: Beltz Verlag
-  RAN Issue Paper (2018)
https://ec.europa.eu/home-affairs/sites/homeaffairs/files/what-we-do/networks/radicalisation_awareness_network/about-ran/ran-yf-and-c/docs/ran_yf-c_discussing-taboos_controversial_issues_en.pdf (05.08.2019)
-  The role of youth work in the prevention of radicalisation and violent extremism(2017) https://ec.europa.eu/home-affairs/sites/homeaffairs/files/what-we-do/networks/radicalisation_awareness_network/about-ran/ran-yf-and-c/docs/ran_yf_c_role_youth_work_prevention_radicalisation_violent_extremism_06-07_12_2017_en.pdf
-  Youth Combating Radicalisation Toolbox (2018)
https://www.salto-youth.net/downloads/toolbox_tool_download-file-1958/Toolkit%20Youth%20Combating%20Radicalization.pdf



ISBN: 978-3-902906-37-3



9 783902 906373



International Institute
for Nonviolent Action

Eine Publikation von

SÜDWIND