

Projekt

JuRe-Reader

Konzepte & Methoden
zum Wissenstransfer in
der Politischen Jugendbil-
dung

Jugend und Religion. Politische Jugendbildung an Berufsschulen (JuRe)
Bundesarbeitskreis Arbeit und Leben e.V.

JuRe
JUGEND UND RELIGION -
POLITISCHE JUGENDBILDUNG
AN BERUFSSCHULEN

**Arbeit und
Leben**

Inhaltsverzeichnis

	Seite
Einleitung	3
1. Mädchen, Junge, Divers	4
2. Living Library – Lebendige Bücherei: Begegnung und Verständigung	22
3. Eine Reise in meine Zukunft	31
4. Körperlichkeit und Kommunikation	58
5. YOU, ME, IDENTITY. Forschungswerkstatt Identität	71
Impressum	91

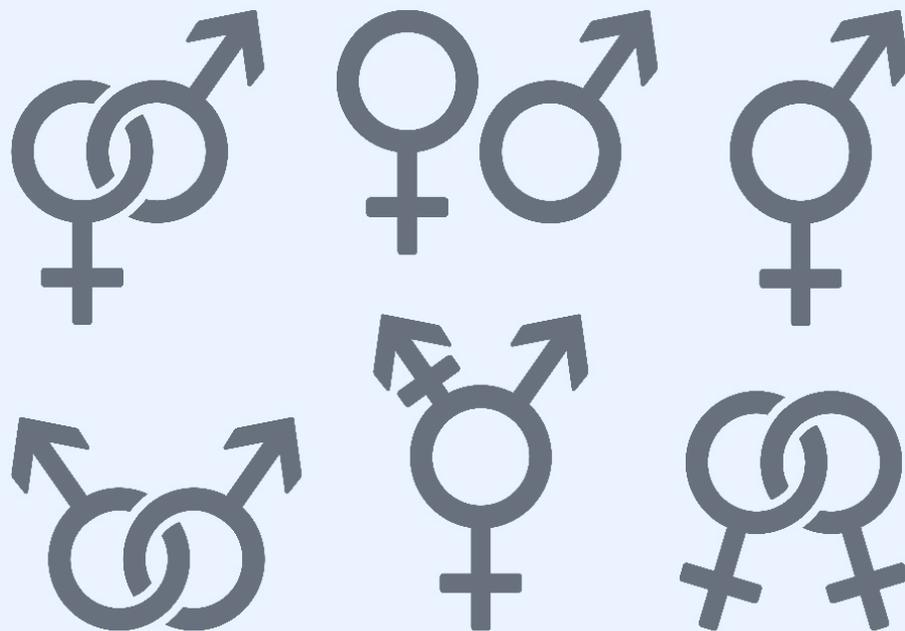
EINLEITUNG

Als im Juli 2023 das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) die Beendigung der Förderung für das Bundesmodellprogramm „Respekt Coache“ sowie die dazugehörigen Projekte der politischen Jugendbildung zum Jahresende bekanntgab, diskutierten wir darüber, was vom Projekt JuRe auch für die KJP geförderte politische Jugendbildung bei Arbeit und Leben von Interesse sein könnte. Gelegenheit dies gemeinsam zu tun, bot sich Mitte September 2023 bei einem gemeinsamen Arbeitsaustausch in Mainz.

Das Projekt JuRe hat für die Durchführung von Angeboten für und mit Berufsschüler*innen eine Vielzahl von Themen in Workshops und anderen Formaten umgesetzt. Dabei waren es sowohl Themen als auch bestimmte Formate, die sich zu Schwerpunkten in der Projektarbeit entwickelt haben. Der Fokus lag besonders auf jenen Schwerpunkten, die auch über das Projekt hinaus für die Praxis politischer Jugendbildung interessant und einsetzbar sind.

Da im September das Zeitfenster recht eng war, innerhalb dessen eine Ausarbeitung und Sammlung solcher Projektschwerpunkte noch möglich war, übernahmen sechs der acht JuRe-Standorte die Ausarbeitung eines Konzeptes. Der JuRe-Standort bei Arbeit und Leben Thüringen machte aus einem besonderen Projekttag zum Thema „Inklusion in Ausbildung und Arbeitswelt“ sogar eine eigene Broschüre, die bereits publiziert ist.

Die anderen fünf Konzepte sind in dieser Praxispublikation zusammengefasst. Sie stehen aber auch als einzeln auf der Seite <https://politische-jugendbildung.blog/> als Downloads zur Verfügung. Die Links dazu finden sich bei jedem Beitrag.

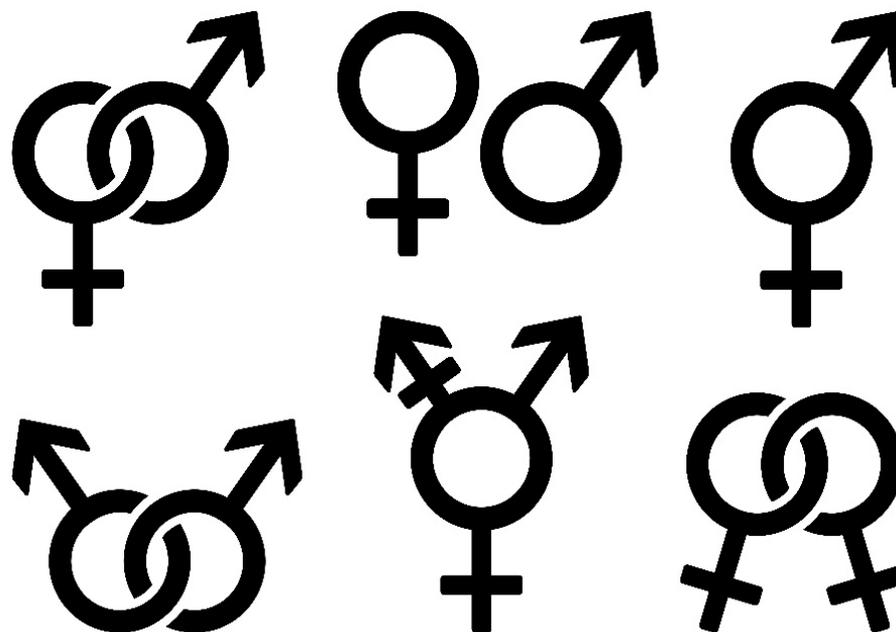


1. Mädchen, Junge, Divers

Meike Vogt, Marie Engelschalk // Blog

In diesem Workshop reflektieren die Teilnehmer*innen vorherrschende Rollenbilder und Geschlechterstereotype. Sexismus steht dabei als Diskriminierungsform im Fokus der Aufmerksamkeit. Im nächsten Schritt wird die Binarität des Geschlechtersystems aufgezeigt. Die Teilnehmer*innen lernen die Vielfalt von Geschlechtsidentitäten, die über das binäre Geschlechtersystem hinausgehen, und die unterschiedlichen Positionierungen darin kennen.

Der Workshop bietet Raum für die Reflexion gesellschaftlicher Strukturen, durch die Menschen auf Grund ihrer Identität diskriminiert werden und für die eigenen geschlechtlichen Positionierungen. Die Teilnehmenden bekommen die Möglichkeit sich in Betroffenenperspektiven hineinzudenken und über eigene Erfahrungen mit Sexismus auszutauschen. Zum Abschluss des Workshops werden anhand von mitgebrachten Fallbeispielen Handlungsoptionen erarbeitet, wie im Alltag ein couragiertes Entgegenreten bei Sexismus aussehen kann.



Bildnachweis: © Sylfida / iStock 1079207502

1.1 Durchführung des Workshops

Der Workshop wurde für einen Schultag von 6 Schulstunden (4.30h und 35 Minuten Pause) konzipiert. Als Zielgruppe eignen sich vor allem Berufsschüler*innen bzw. Jugendliche zwischen 14 und 27 Jahren. Dabei sollte die Gruppengröße 8 bis 25 Personen umfassen. Der Workshop sollte von zwei Teamer*innen durchgeführt werden.

Die Methoden werden im Folgenden ausführlich dargestellt. Im Anhang wird der Workshop-Tag als tabellarisch dargestelltes ZIM (Ziel, Inhalt, Methode), veranschaulicht.

1: Begrüßung

Ziel: Die Teilnehmenden fühlen sich willkommen geheißen, die Teilnehmer*innenliste wird ausgefüllt und alle tragen ein Namensschild.

Durchführung:

Das Team begrüßt die Teilnehmenden authentisch. Beide Teamenden stellen sich mit Namen und Pronomen vor. Dann wird die Gruppe gebeten, die Teilnehmendenliste auszufüllen und sich ein Namensschild zu machen. Dafür wird ein Tesakreppband mit einem Edding herum gegeben. Während die Teilnehmenden die Liste ausfüllen und ihre Namensschilder beschriften, stellt das Team mit Hilfe einer vorbereiteten Flipchart den Tagesplan vor:

Ablaufplan:

- 1 Begrüßung, Kennenlernen, Tagesplan (40 Minuten)
- 2 Echte Männer und richtige Frauen? (55 Minuten)
- Pause (15 Minuten)
- 3 Und was ist das Problem daran? (55 Minuten)
- 4 Divers – Wer steckt dahinter? (40 Minuten)
- 5 Pause (15 Minuten)
- 6 Sexismus – Kann ich was tun? (65 Minuten)
- 7 Feedback und Tschüss! (15 Minuten)

2: Kennenlernen: Die Geschichte meines Namens

Ziel: Das Team lernt die Gruppe besser kennen, alle Teilnehmer*innen haben ihre Stimme einmal laut im Raum gehört und verlieren dadurch die Hemmungen vor Anderen zu sprechen. Es wird eine vertrauensvolle Atmosphäre geschaffen.

Inhalt: Es kann jede beliebige Kennenlernen-Übung genutzt werden, die sich in 20 Minuten durchführen lässt. Wir arbeiten mit der „Geschichte meines Namens“.

Material: Flipchart mit den folgenden Fragen:

Wie heißt Du und wer hat Dir diesen Namen gegeben hat? Warum?

Was ist die Bedeutung Deines Namens?

Welche Bedeutung hat der Name für Dich persönlich?

Gibt es eine Geschichte zu Deinem Namen? Wenn ja, welche?

Hast Du einen Spitznamen?

Gefällt Dir Dein Name?

Wie möchtest Du genannt werden?

Welches Pronomen hast Du?

Ablauf der Übung:

Die Teamenden sollten klare Regeln für die Übung aufstellen: zuhören, respektieren der eigenen Selbstbezeichnung, keine Witze über den Namen und erst recht nicht, wenn von schlechten Erfahrungen oder ähnlichem berichtet wird. Die Teilnehmer*innen werden der Reihe nach aufgefordert, etwas über ihren Namen zu erzählen. Nicht alle Fragen müssen beantwortet werden. Die TN sollen sich die für sie passenden Fragen aussuchen.

3: Umgang miteinander

Ziel: Die Gruppe und die Teamenden legen Umgangsformen fest, die für sie wichtig sind, um den Workshop gut miteinander verbringen zu können.

Durchführung:

Eine der Teamenden sammelt die Umgangsformen auf ein Flipchart, die andere teamende Person moderiert: *„Wir verbringen jetzt diesen Schultag miteinander und besprechen in dem Workshop persönliche und zum Teil aufwühlende Themen. Dabei ist uns wichtig, dass sich alle wohlfüh-*

len. Was für Umgangsformen wünscht ihr euch, um diesen Tag gut miteinander arbeiten zu können?“ Falls aus der Gruppe nicht alle Punkte genannt werden, die für einen guten Workshop wichtig sind, kann das Team selbst eigene Punkte einbringen und diese auf dem Flipchart festhalten. Hinterher sollten die Umgangsformen so aufgehängt werden, dass sie während des gesamten Workshops sichtbar bleiben.

4: Reproduktion von Geschlechterbildern

Ziel: Bei dieser Methode geht es darum Geschlecht zu dramatisieren, um es später zu entdramatisieren.

Material: Flipchart, auf der zwei Boxen aufgezeichnet sind. In der einen steht „Männer“ und in der anderen „Frauen“, Moderationskarten, Stift

Durchführung:

Die Teamer*innen legen die Flipchart mit den Geschlechterboxen in die Mitte des Stuhlkreises. Die Teilnehmer*innen werden dazu aufgefordert zu sammeln, was für sie typisch männlich und was für sie typisch weiblich ist: *„Menschen werden auf Grund von Merkmalen in Schubladen gesteckt und entlang verschiedener Kategorien sortiert - und ihnen anhand dieser bestimmte Eigenschaften und Fähigkeiten zugeschrieben. Auch entlang der Kategorie Geschlecht, werden Menschen in die Schubladen „Frau“ und „Mann“ gesteckt. Diese Schubladen wollen wir uns im Folgenden genauer ansehen. Was sagt euer Umfeld, wie muss ein richtiges Mädchen/Frau oder Junge/Mann sein? Welche Bilder habt ihr im Kopf (auch wenn das nicht eure eigenen sind)?“*

Die Aussagen der Gruppe werden von der Person, die nicht moderiert, auf Karten geschrieben und auf die entsprechende Box gelegt.

5: Dekonstruktion von Geschlechterbildern

Inhalt: Die zuvor gemeinsam reproduzierten Geschlechterbilder sollen nun in der Gesamtgruppe dekonstruiert werden.

Material: Geschlechterboxen mit den beschrifteten Moderationskarten.

Durchführung:

Die Gruppe wird gefragt, ob das entstandene Bild ihrer Einschätzung nach die Realität abbildet. *„Sind denn alle Mädchen/Frauen und Jungen/Männer so, wie unsere Sammlung in den Geschlechterboxen abbildet?“* Im zweiten Schritt wird die Gruppe aufgefordert, gemeinsam zu überlegen, wie diese Geschlechterrollenbilder entstanden sind: *„Was glaubt ihr denn, woher kommen diese Geschlechterbilder?“*

6 und 7: Auswirkungen von Geschlechteranforderungen

Ziel: Durch zwei Videos, bei denen Männer und Frauen über Geschlechteranforderungen sprechen, lernt die Gruppe noch mehr Geschlechterrollenbilder kennen, als die bereits gesammelten.

Material / Links für die Videos:

„48 Dinge, die Frauen in ihrem Leben hören...“ : https://www.youtube.com/watch?v=9yMFw_vWboE

„48 Dinge, die Männer in ihrem Leben hören...“: <https://www.youtube.com/watch?v=jk8YmtEJvDc>

Durchführung:

Bevor den Teilnehmer*innen die englischen Videos gezeigt werden, gibt es eine kurze Anmoderation: *„Wir wollen uns jetzt zwei Videos anschauen, in denen Menschen erzählen, was sie sich als Mädchen/Frauen oder Jungs/Männer immer wieder anhören müssen. Nachdem wir uns die Videos angeschaut haben, teilen wir die Aussagen, mit denen sich die Menschen in den Videos konfrontiert sehen in deutscher Übersetzung aus und ihr habt 5 min Zeit, sie euch nochmal in Ruhe durchzulesen.“*

Nachdem die Videos zu Ende sind, bekommen die Teilnehmer*innen die deutsche Übersetzung ausgeteilt. Sie haben etwa 5 Minuten Zeit, sie sich durchzulesen. Anschließend werden die Teilnehmer*innen in Kleingruppen zu drei Personen eingeteilt und sollen sich anhand von Aussagen, mit denen sich Frauen und Männer konfrontiert sehen, mit den Auswirkungen von Geschlechteranforderungen auseinandersetzen: *„Welche der jeweiligen Aussagen ist euch besonders im Kopf geblieben und warum? Nehmt euch von diesen Aussagen jeweils eine Aussage, die Männer und eine Aussage die Frauen zu hören bekommen und überlegt euch, was eine solche Aussage womöglich mit einem Menschen macht, der sich diese sein gesamtes Leben anhören muss. Notiert eure Gedanken auf Moderationskarten.“*

8. Auswirkungen und Hierarchisierung von Geschlechteranforderungen

Ziel: Teilnehmende haben sich noch tiefer mit Geschlechteranforderungen auseinandergesetzt. Sie erkennen, dass Männer mit Begriffen abgewertet werden, die in Verbindung mit Weiblichkeit stehen.

Durchführung:

Die Teilnehmer*innen werden aufgefordert ihre Gedanken zu den Auswirkungen von Geschlechteranforderungen mit der Gesamtgruppe zu teilen. Im Anschluss sollen sie sich auf den Unterschied zwischen den Aussagen, die Männer und denen die Frauen zu hören kriegen auseinandersetzen: *„Was fällt euch auf, wenn ihr die Aussagen, mit denen sich Männer konfrontiert sehen gegen die haltet, mit denen sich Frauen konfrontiert sehen? Was fällt euch auf? Mit welchen Begriffen werden Männer abgewertet? Mit welchen Frauen? Was wird dadurch deutlich?“* Der Gruppe sollte klar werden, dass Männer in einigen Fällen mit Begriffen abgewertet werden, die in Verbindung mit Weiblichkeit stehen. Die Moderation zieht die Schlussfolgerung: *„Die unterschiedliche Bewertung von als männlich und als weiblich geltenden Eigenschaften liegt daran, dass wir in einer sexistisch organisierten Gesellschaft leben - in der diese Höherstellung von Männlichkeit Auswirkungen auf ganz viele gesellschaftliche Bereiche hat. Aber das schauen wir uns nach der Pause genauer an.“*

9: Warm-up - Alle die...

Ziel: Die Teilnehmenden sollen durch Bewegung aktiviert werden.

Vorbereitung:

Es wird zunächst ein Stuhlkreis gebildet, der genau aus einem Stuhl „zu wenig“ besteht (d.h. ein Stuhl weniger als mitspielende Teilnehmende).

Durchführung:

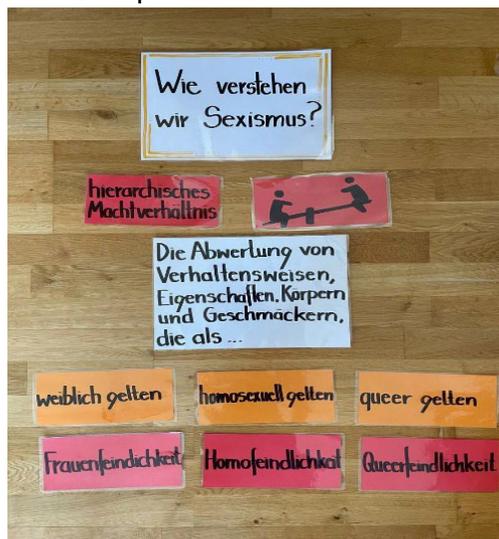
Eine teamende Person stellt sich in die Mitte des Kreises und stellt den anderen (sitzenden) Teilnehmenden eine Frage. Dies könnte z.B. die Frage sein, wer von den Teilnehmenden gerade weiße Socken trägt. Nun müssen alle, auf die dies zutrifft, den Platz wechseln. Sie dürfen sich nicht wieder auf den Platz setzen, auf dem sie gerade saßen oder auf den Stuhl neben ihrem vorherigen Platz. Da ein Stuhl zu wenig existiert, bleibt erneut eine Person übrig. Jetzt muss diese eine neue Frage stellen, und das Spiel geht weiter...

10 - Sexismus-Definition

Ziel: Die Teilnehmer*innen lernen eine Möglichkeit kennen wie sich Sexismus definieren und verstehen lässt. Dabei erkennen sie, dass Sexismus als eine Form gesellschaftlicher Diskriminierung Ausdruck eines gesellschaftlichen Machtverhältnisses ist. Sie verstehen, dass Sexismus sich in der Abwertung von Eigenschaften, Verhaltensweise und Geschmäckern äußert die als weiblich gelten und ihren Ausdruck in Frauenfeindlichkeit finden. Die Teilnehmer*innen kennen Beispiele dafür, wo und wie sich Sexismus im gesellschaftlichen Zusammenleben äußert.

Vorbereitung:

Für den Input sollte eine leere Pinnwand vorbereitet sein und das laminierte DIN A4-Blatt mit der Aufschrift Was ist Sexismus auf dem oberen Teil der Pinnwand befestigt werden. Das Team sollte sich den Rest der laminierten Moderationskarten, die sie für den Input benötigt zur Hand zu nehmen und sich neben der Pinnwand platzieren.



Durchführung: Das Team steht vor den im Stuhlkreis sitzenden TN neben der Pinnwand. Mit Rückbezug auf die vorherige Methode referiert TM den Input zu der Frage: „Wie verstehen wir Sexismus?“

TM erläutert, dass Sexismus ein hierarchisches Machtverhältnis beschreibt: „Wir haben festgestellt, dass Männer mit Begriffen beleidigt werden, die Weiblichkeit darstellen. Warum? Sexismus hat immer etwas mit Macht zu tun. Sexismus ist also Ausdruck eines hierarchischen Machtverhältnisses. Wisst Ihr was damit gemeint sein könnte? (Modkarte „hierarchisches Machtverhältnis“ und nebedran „Wippe“ anpinnen) Genau, es gibt Menschen, denen aufgrund Ihres Geschlechts mehr Macht zugeschrieben wird - und anderen weniger. Diejenigen, die mehr Macht haben, genießen mehr Privilegien (Vorteile) gegenüber denen, die Benachteiligt sind (Nachteile habe).“

TM referiert, dass Sexismus dieses ungleiche Machtverhältnis ausdrückt und sich in der Abwertung von Frauen, und allen die nicht als klassisch männlich gelten, äußert: „Sexismus äußert sich in Form einer Abwertung von Eigenschaften, Verhaltensweise und Geschmäckern, die als weiblich gelten. (entsprechende Mod.-Karten werden angepinnt).

TM weist darauf hin, dass Sexismus eine gesellschaftliche Struktur und keine individuelle Schuld ist: „Wenn wir über Sexismus sprechen, müssen wir verstehen, dass es sich dabei um eine gesellschaftliche Struktur handelt, in die wir hinein geboren werden und die ein Einfluss auf uns als Einzelne aber auch auf die ganze Gesellschaft nimmt. Wir haben uns diese Struktur nicht ausgesucht und können für diese erst einmal nichts. Wenn wir jedoch entscheiden Einfluss auf diese Struktur nehmen zu wollen und etwas zu verändern, ist es hilfreich sie als Machtverhältnis anzuerkennen und unsere eigene Position darin zu begreifen.“

Um den theoretischen Input zu Sexismus für die TN noch etwas greifbarer werden zu lassen, fragt TM die TN, ob Ihnen Beispiele für Sexismus einfallen: „Wenn Ihr Euch die Definition von Sexismus anschaut, fallen Euch Beispiele ein?“

Sollten den TN keine Beispiele einfallen, können folgende Beispiele vom TM angeführt werden:

- 1.) Interpersonelle Diskriminierung/Frauenfeindlichkeit: „Wird Person mit Kleid, also einer Frau auf der Straße hinterher gepfiffen findet hier Sexismus auf interpersoneller Ebene statt.“
- 2.) Institutionelle Ebene: „Obwohl homosexuelle Paare mittlerweile heiraten können - stehen Ihnen in Ihrer Ehe weniger Recht zu als in einer heterosexuellen Ehe.“

3.) kulturelle/symbolische/öffentliche Ebene „Menschen, die sich weder dem männlichen noch dem weiblichen Geschlecht zuordnen, werden durch die am zweigeschlechtlichen System ausgerichteten Toilettenschildern benachteiligt - weil ihre geschlechtliche Ausrichtung keine Beachtung findet.“

Anmerkungen/Tipps & Tricks/Fallstricke: Da heterosexuelle Cis-Männer bei der Aufzählung von Sexismus direkt betroffener Personengruppen explizit nicht genannt werden, kann es sein, dass dies von Teilnehmenden hinterfragt oder angeprangert wird. Als Beispiel könnte hier die Frauenquote oder der pauschale Pädophilie-Vorwurf gegen Männer in Kindertagesstätten angebracht werden. Hierbei ist es wichtig zu betonen, dass zwar alle Geschlechter unter Geschlechteranforderungen leiden, heterosexuelle Cis-Männer als höchstes Glied im Machtverhältnis jedoch nicht direkt von Sexismus betroffen sind. Dennoch können heterosexuelle Cis-Männer indirekt von Sexismus betroffen sein. Wenn die Teilnehmenden den Wunsch haben, könnten sie als indirekt Betroffene ins Schaubild hinzugefügt werden. Dennoch sollte darauf hingewiesen werden, dass der Begriff „Sexismus“ dazu dient das hierarchische Machtverhältnis zu beschreiben und es darum gehe einen Begriff zu finden, der sich von einem Leiden unter Geschlechteranforderungen zu unterscheiden. Da der Input von vielen, eventuell neuen Begriffen gespeist ist, ist es außerdem hilfreich auf die genannten Begrifflichkeiten im Workshop Verlauf wiederholt Bezug zu nehmen.

11 – Normalität und Geschlecht - Was ist schon normal?

Ziel: Die Teilnehmer*innen setzen sich anhand unterschiedlicher Aussagen mit der gesellschaftlichen Normalität des zweigeschlechtlichen Systems kritisch auseinander.

Vorbereitung:

Tische und Stühle sollten zur Seite geschoben werden. Die laminierten Schilder „normal“ und „nicht normal“ werden möglichst weit entfernt voneinander im Raum angebracht. Sie bilden die beiden Extreme einer Skala.

Durchführung:

Die Teilnehmer*innen werden gebeten, sich frei im Raum zu bewegen, dann wird ihnen die Übung erklärt: *„Wir leben in einer Gesellschaft, in der es als normal gilt, entweder ein Junge oder ein Mädchen zu sein und in der wir beigebracht bekommen, wie ein „normaler Junge“ und ein „normales Mädchen“ zu sein hat. Aber: Was ist schon normal? Wir wollen dazu eine kleine Übung zusammen machen, in der wir verschiedene Aussagen vorlesen und ihr euch aufstellen könnt, je nachdem, ob ihr das normal findet oder nicht.“*

Die Teamenden sollten 3-5 Aussagen mitbringen, zu denen sich die Teilnehmer*innen positionieren können. Die Teilnehmer*innen positionieren sich abhängig von ihrem subjektiven Empfinden. Nachdem sie sich positioniert haben, werden 2-3 Leute danach gefragt, weshalb sie sich bei „normal“ oder „nicht normal“ positioniert haben. Die Positionierung von anderen TN soll nicht bewertet oder kommentiert werden – es gibt kein

Richtig oder Falsch. Dennoch ist es möglich sich in den Aussagen aufeinander zu beziehen und nochmal die Position zu verändern, wenn die Erklärung eines TN die eigene Meinung verändert hat.

Beispielaussagen: „Findet ihr es normal...

..., dass Frauen an politischen Wahlen teilhaben dürfen?“

..., dass Frauen sich scheiden lassen können?“

..., dass Frauen ihren Ehemann anzeigen können, wenn er ihr gegenüber gewalttätig ist?“

(Normalität ist historisch.)

..., dass Menschen bei der Geburt anhand von körperlichen Merkmalen eine Geschlechtsidentität zugeschrieben bekommen.“

..., dass diese (den Menschen bei der Geburt zugeschriebene Geschlechtsidentität) sich im Laufe des Lebens verändern kann.“

..., dass Toiletten in Männer- und Frauentoiletten getrennt sind?“

..., dass es die Möglichkeit gibt, divers als dritte Option zur Abgabe der eigenen Geschlechtsidentität anzukreuzen?“

..., dass dein Geschlecht in deiner Geburtsurkunde mit deiner eigenen Identität/Positionierung zusammenpasst?“

Normalität von Zweigeschlechtlichkeit.

Tipps und Tricks und Fallstricke:

- Einige Situationsbeschreibungen können (bewusst) so formuliert sein, dass die TN nicht so genau wissen, was genau mit der Frage gemeint ist und man es so oder so verstehen könne. Den TN wird in einem solchen Fall empfohlen, die Situationsbeschreibung so nehmen, wie sie sie verstehen.
- Die Übung sollte nicht unnötig in die Länge gezogen werden, um einer Langeweile der TN vorzubeugen. Außerdem sollte darauf geachtet werden, dass TN in ausgeglichenerem Maß zu Wort kommen.

12: Unterschiedliche Normalitäten – Auswertung Positionierungsübung

Ziel: Die Teilnehmenden erkennen, dass Vorstellungen von Norm und Abweichung sowohl kontextabhängig ist, als auch von Subjektivität, Relativität, Historizität abhängt.

Durchführung:

Nach Abschluss der Übung können die Teilnehmenden sich wieder hinsetzen. Dann wird die Übung gemeinsam ausgewertet:

„Was denkt ihr warum sich Leute unterschiedlich positioniert/unterschiedliches als normal empfunden haben?“ Die Moderation sollte deutlich machen, dass Normalität subjektiv und von der eigenen Geschichte geprägt ist. Unsere Vorstellungen hängen mit diesen Prägungen zusammen und damit was in der Gesellschaft als Normal und nicht normal gilt.

„Wie glaubt ihr hätten sich Personen vor hundert Jahren positioniert?“ Die Teilnehmenden sollten hinter wissen, dass die Vorstellungen von Normalität nicht nur gesellschaftlich, sondern auch historisch geprägt sind. Es verändert sich von Zeit zu Zeit die Vorstellung davon was als normal gilt. Das macht zum einen auf die soziale Konstruktion von Normalität aufmerksam und zum anderen darauf, dass wir (unsere Generation) Einfluss darauf nehmen können, was als normal und nicht-normal gilt.

13: Out of the Box – Die Vielfalt von Geschlechteridentitäten

Ziel: Die Vielfalt von Geschlechtsidentitäten, die mit Blick auf eine zweigeschlechtliche Norm als abweichend gelten, soll sichtbar werden. Es werden Begriffe zur Beschreibung verschiedener Geschlechtsidentitäten (trans*, inter*, non-binär, genderfluid, queer...) gesammelt und anschließend erklärt, was diese Begriffe bedeuten.

Durchführung:

Einer der Teamenden moderiert, die andere Person schreibt auf Moderationskarten die genannten Begriffe mit und legt diese in die Mitte. Im Idealfall kennen einzelne Teilnehmende verschiedene Geschlechtsidentitäten und können diese den anderen erklären: „Jetzt wollen wir uns damit beschäftigen, welche Geschlechtsidentitäten neben „Frau“ und „Mann“ noch gibt: Kennt ihr noch weitere Geschlechtsidentitäten? Wer möchte diese erklären? Könnt ihr was mit dem Begriff "divers" anfangen? Warum gibt es den?“

Fallstricke:

Kennen die Teilnehmenden keine oder sehr wenige Geschlechteridentitäten neben männlich und weiblich, kann es hier zu einer Überforderung mit all den Begriffen kommen. Dann sollten lieber nur wenige Begriffe, wie zum Beispiel trans* und inter* eingeführt werden, die dann im nächsten Schritt durch Videos noch vertieft dargestellt werden.

14: Perspektiven „Out of the Box“

Ziel: Durch die Videos, in denen Menschen zu Wort kommen, die sich als trans*, inter* oder non-binäre verstehen und fühlen, werden deren Perspektiven auf ihr Selbstverständnis sowie Geschlecht sichtbar.

Inhalt: Die Videos knüpfen an die Geschlechterboxen und an das Normalitätsbarometer an.

Material: Beamer, Laptop, Lautsprecherboxen, Link zu einem der folgenden Videos: 1.) „Nick wurde als Mädchen geboren“: <https://www.swr.de/heimat/rheinhausen/av-o1104732-100.html> oder „Die Frage: Ich bin weder Frau noch Mann“: <https://www.youtube.com/watch?v=eK5xvOaRIP4> (bis Minute 06:26)

Durchführung:

Das Team sollte sich vorher auf ein Video geeinigt haben: *„Als nächstes wollen wir uns mal ansehen, was Menschen denken, fühlen und erleben, die nicht in die binäre Box passen. Wir haben ein Video mitgebracht, ...*

1.) TRANS*- Perspektive

Video Nick: „Nick wurde als Mädchen geboren“

Nick erzählt, wie es ihm ging, in einem weiblichen Körper geboren zu sein, sich aber als Junge zu fühlen“

2.) NONBINÄRE - Perspektive

Video Kato „ich bin weder Frau noch Mann“: Kato erzählt von Katos non-binären geschlechtlichen Selbstverständnis.“ (bis Minute 06:26)

15: Auswertung der Videos

Ziel: Teilnehmende können sich in Nick oder Kato und damit in Perspektiven von Menschen, die sich nicht innerhalb des binären Systems verorten, hineinversetzen. Sie kennen Begriffe, die in der queeren Community verwendet werden.

Inhalt: Anhand unterschiedlicher Fragen wird das Video ausgewertet und offene Fragen geklärt.

Durchführung:

Folgende Fragen können als Hilfestellung dienen:

Nick: *Wie fandet ihr das Video? Was hat Nick über sich erzählt? Wie ging es Nick, als er gemerkt hat, was mit ihm los war? Was hat das Comingout für Nick verändert? Was wünscht sich Nick?*

Kato: *Wie fandet ihr das Video? Was hat Kato über sich erzählt? Wie geht Kato damit um, dass Kato sich weder männlich noch weiblich einordnen kann? Wie geht Kato mit Männlichkeits- und Weiblichkeitsanforderungen um, mit denen Kato sich konfrontiert sieht? Kato spricht über eine sex/gender Unterscheidung. Wisst ihr, was das ist? Was war (sonst noch) neu für euch?*

16: Definition Queerfeindlichkeit - Eine Ergänzung zur Sexismusdefinition

Ziel: Die Gruppe lernt, dass Sexismus sich nicht nur gegen Frauen richtet. Sie bekommen eine griffige Definition zum Begriff Queerfeindlichkeit.

Inhalt: Menschen, die sich nicht innerhalb einer binären Vorstellung von Geschlecht verorten können, sind auch von Diskriminierung durch Sexismus betroffen. Deshalb wird die Sexismus-Definition (Anhang 10) um eine Definition von Queerfeindlichkeit ergänzt.

Durchführung:

Die Pinnwand mit der Sexismus-Definition sollte wieder nach vorne geholt werden. Mögliche Überleitungsfrage aus dem Video zur Herleitung von Cis-Sexismus: *(Nick) Warum hatte Nick Angst davor, sich bei seinen Freunden und in der Schule zu outen? (Kato) Was hat Kato erzählt, wie Menschen auf sie reagieren?"*

Input Queerfeindlichkeit:

„Menschen die sich nicht mit ihrem, bei der Geburt festgelegten Geschlecht identifizieren können, sind auch von Sexismus betroffen. Diese Art von Sexismus nennt man Queerfeindlichkeit. Moderations-Karte Queerfeindlichkeit anpinnen. Queerfeindlichkeit äußert sich in Form von trans, inter*, non-binär- Feindlichkeit. Dabei werden Personen, Merkmale und Verhaltensweisen die als queer gelten, abgewertet. Moderationskarte „queer gelten“ anpinnen Je uneindeutiger sich Menschen in das System der Zweigeschlechtlichkeit einordnen lassen, desto eher sind sie von Diskriminierung betroffen.“*

Tipp: Der Vollständigkeit halber kann hier, wie im Anhang 10 dargestellt, die Definition noch um Homofeindlichkeit ergänzt werden. Das sollte vom Interesse der Gruppe abhängig gemacht werden.

18 und 19: Eigene Berührungspunkte, Erfahrungen, Betroffenheit mit Sexismus

Ziel: Teilnehmende reflektieren und benennen Situationen, die sich im eigenen Umfeld mitbekommen oder selbst erlebt haben. Teilnehmende lernen noch weitere Perspektiven auf sexistische Situationen kennen.

Inhalt: Zuerst erklärt das Team den Teilnehmenden die Aufgabe: *„Tauscht euch darüber aus, ob und wo ihr schon mal Berührungspunkte mit Sexismus hattet. Habt ihr sexistischen Situationen beobachtet oder selbst erlebt? Findet euch dafür in Wohlfühlgruppen von zwei bis drei Personen zusammen. Im Anschluss kommen wir wieder im Plenum zusammen. Alle die wollen, haben die Möglichkeit die Erlebnisse, die sie selbst in die Gruppe eingebracht haben mit der großen Gruppe zu teilen, aber nur wenn ihr das möchtet. Niemand muss etwas teilen.“*

Durchführung:

Die Gruppen haben 10 Minuten Zeit sich über selbst erlebten oder beobachteten Sexismus auszutauschen. Anschließend können die Teilnehmer*innen ihre Erfahrungen mit Sexismus in der Gesamtgruppe teilen. Vorher sollte die Moderation noch einmal darauf hinweisen, dass nur das ins Plenum getragen wurde, dass selbst erlebt oder beobachtet wurde.

20 und 21: Was tun gegen Sexismus?

Ziel: TN kennen unterschiedliche Handlungsoptionen im Umgang mit Sexismus

Inhalt: Die Teilnehmenden versetzen sich in die Situation der Betroffenen, sowie der unterstützenden Person und erarbeiteten Handlungsoptionen im Umgang mit Sexismus. Anhand von 4 unterschiedlicher Fallbeispiele erarbeiten die TN aus Perspektive der unterstützenden Person Handlungsoptionen im Umgang mit sexistischen Situationen, die in den Fällen beschrieben werden. (Die Fallbeispiele können je nach Gruppengröße und thematischen Auseinandersetzungen/Interesse der TN ausgewählt werden).

Durchführung:

Die Gruppe wird in Kleingruppen eingeteilt. Ein Flipchart, das mit folgenden Fragen beschriftet ist, wird aufgehängt:

Lest den Fall in laut in der Kleingruppe vor.

Überlegt euch was das Problem ist, was hier beschrieben wird.

Erarbeitet mindestens 3 Handlungsoptionen aus Perspektive der im Fall beschriebenen unterstützenden Person.

Ein*e Teilnehmer*in wird aufgefordert den Arbeitsauftrag vorzulesen. Dann bekommen alle Gruppen ein Flipchart, Stifte und einen Fall ausgehändigt. Sie haben 20 Minuten Zeit, sich Handlungsoptionen zu überlegen.

Anschließend präsentieren die Kleingruppen die verschiedenen Handlungsoptionen der Gesamtgruppe. Dafür sind pro Fall je ca. 5 min zur Besprechung vorgesehen. Eine der teamenden Personen hält die Handlungsoptionen zusammenfassend auf einer Flipchart fest. Die Aufgabe der Moderation ist es die Betroffenenperspektive stark zu machen.

22 Feedback

Ziel: Das Team bekommt von der Gruppe ein Feedback zum Workshop, die Gruppe bekommt vom Team ein Feedback zu dem Tag.

Durchführung:

Die laminierten Karten mit dem grünen Koffer, dem roten Mülleimer und der gelben Waschmaschine werden an die Pinnwand gehängt: „Wir würden uns sehr freuen, wenn ihr uns noch ein Feedback zum Workshop gebt. Das könnt ihr gerne ehrlich machen, da wir den Workshop immer wieder überarbeiten und verbessern wollen. Da das mündlich manchmal etwas schwierig ist, haben wir euch diese drei Karten mitgebracht. Schreibt auf die roten Karten das was ihr als unbrauchbar bewertet und in den Mülleimer schmeißt, auf die gelben Karten, dass was noch in euch arbeitet, wie im Waschgang und auf grün, das was ihr in den Koffer packt, was ihr mitnehmt. Vielen Dank. Ihr bekommt dafür noch einmal 5 Minuten Zeit. Danach möchten wir euch auch gerne noch ein Feedback geben...“

1.2 ZIM

	Dauer	Ziel	Inhalt	Methode	Material
1	10 min	TN kommen an und können sich orientieren.	Begrüßung/ Organisatorisches Namensschilder, Teilnehmer*innen-Liste und Vorstellung des Ablaufplans	Input	Kreppband + Edding für Namensschilder, TN-Liste, Tagesplan auf Flipchart
2	20min	TM und TN lernen sich kennen.	Kennenlernen Teilnehmer*innen teilen die Geschichte ihres Namens miteinander.	Die Geschichte meines Namens	Flipchart mit Fragen
3	10 min	TM und TN haben sich auf einen Umgang während des WS geeinigt und diesen auf einem Flipchart gut leserlich festgehalten.	Umgang miteinander TM und TN einigen sich auf einen Umgang miteinander während des WS.	Zurufabfrage	Flipchart
4	15 min	TN reaktivieren vorhandene Bilder, Vorstellungen und Rollenklischees über Frauen und Männer.	1. Männlichkeits- & Weiblichkeitsanforderungen Reaktivierung von Geschlechterbildern TN werden dazu aufgefordert vorherrschende Männlichkeits- und Weiblichkeitsvorstellungen zu reproduzieren.	Zurufabfrage & sammeln am auf einem Flipchart	Flipchart- Papier & Eddings

5	10 min	TN erkennen, dass es sich bei den Geschlechterbildern um gesellschaftliche Konstrukte handelt mit denen spezifische Geschlechteranforderungen verbunden sind.	2. Männlichkeits- & Weiblichkeitsanforderungen Dekonstruktion von Geschlechterbildern Die zuvor gemeinsam reproduzierten Geschlechterbilder werden in der Gesamtgruppe dekonstruiert.	Zurufabfrage + Umlegen der gesammelten Eigenschaften und Fähigkeiten in die Mitte der Boxen	
	Dauer	Ziel	Inhalt	Methode	Material
6	10min	TN wissen, dass Menschen mit unterschiedlichen Perspektiven ihr gesamtes Leben mit Geschlechteranforderungen konfrontiert sind und kennen diese	3. Männlichkeits- & Weiblichkeitsanforderungen Eine Fülle an Geschlechteranforderungen TN lernen anhand zweier Videos weitere Geschlechteranforderungen kennen.	Video + Lesen in Eigenarbeit	PC, Beamer, Lautsprecher, Links für die Videos: „48 Dinge, die Frauen in ihrem Leben hören...“ : https://www.youtube.com/watch?v=9yMFw_vWboE „48 Dinge, die Männer in ihrem Leben hören...“: https://www.youtube.com/watch?v=jk8YmtEJvDc Übersetzte Aussagen aus den Videos

7	10 min	TN erkennen, dass Geschlechteranforderungen einengend wirken und sich Menschen durch diese bewertet fühlen.	<p>Auswirkungen von Geschlechteranforderungen</p> <p>Anhand einer Aussage aus den Videos, setzen sich TN mit den Auswirkungen von Geschlechteranforderungen auseinander.</p>	<p>Austausch in Kleingruppen (2-3 Personen)</p>	<p>Arbeitsauftrag auf Flipchart</p> <p>Mod.-Karten und Stifte</p>
---	--------	---	--	---	---



2. LIVING LIBRARY – LEBENDIGE BÜCHEREI:

Begegnung und Verständigung

Kurzbeschreibung

1. Eine Living Library ist ein Konzept der Friedensbewegung in Dänemark. Menschen, lebendige Bücher, denen oft mit Vorurteilen begegnet wird, erzählen von sich persönlich, wie sie ihren Alltag erleben, welche Konsequenzen sie zu spüren bekommen und mit welchen Werten sie für sich und andere einstehen. Es geht darum, miteinander zu reden statt übereinander. Als Einstieg ins Gespräch stellen die ‚lebendigen Bücher‘ sich kurz vor. Gegenstände aus ihrem Alltag veranschaulichen die Erzählungen. Dann stellen die Schüler*innen Fragen. Und auch die ‚lebendigen Bücher‘ können Fragen an die Schüler*innen stellen.

Infobox

Thema:	Diskriminierungssensibilisierung, Kommunikation, Vorurteile
Zeitaufwand:	4 - 5 Stunden; Vorbereitung: 2 - 3 Monate im Voraus
Gruppengröße:	25 - 60
Rahmenbedingungen:	Nutzung schulischer Räumlichkeiten wie Cafeteria, Aula, Klassenräume
Material:	Visitenkärtchen*, Büchereiausweise*, Deko-Elemente, Getränke & Knabbereien, Stifte, Feedbackzettel* (*Vorlagen am Ende des Dokuments)
Für Sprachanfänger *innen geeignet:	Bedingt, wenn Übersetzung vorhanden
Spezielles:	Der Erfolg der politischen Bildung basiert u.a. darauf, dass die Angebote freiwillig wahrgenommen werden und dass eine Beteiligung während der Angebote nicht bewertet wird. (s. Freiwilligkeit) Um persönliche Gespräche zu ermöglichen, die Diskriminierungen verringern und nicht hervorrufen, sind ein paar Bedingungen zu beachten. (s. Geschütztere Räume)

**Ziele politischer
Bildung**

- Pauschalisierungen und Vorurteile in Frage stellen
 - Förderung eines differenzierteren Denkens
 - Perspektivwechsel anregen
- Horizonte erweitern
- Umgang mit diskriminierenden Lebensumständen erfahren

**Personale und
soziale Ziele**

Freiwilligkeit

Eine freiwillige Teilnahme zu ermöglichen, ist an Schule oft schwierig. Denn die Angebote finden meist während der Unterrichtszeit statt und sind somit Pflichtveranstaltungen, da eine Beteiligung im Nachmittagsbereich oft schwierig zu erreichen ist.

Um die Interessen der Schüler*innen zu berücksichtigen und sie somit für den offenen Austausch bei einer Living Library zu motivieren, sollte zumindest die Wahl des ‚lebendigen Buches‘ selbstbestimmt erfolgen.

Dies kann im Vorfeld gut über Büchereiausweise (s. Anhang) geleistet werden, die die Schüler*innen bekommen und auf denen sie ihre drei favorisierten Wunschbücher ankreuzen können.

**BÜCHEREIAUSWEIS ZUR LIVING
LIBRARY**

ZU..... (Titel/Schwerpunkt)

Wie ist es

Beispiel-Fragen an die lebendigen Bi-

in einer christlichen Armee zu sein?

in einen hinduistischen Tempel zu gehen?

...Protestantin zu sein?

als Jude in Deutschland zu leben?

einen ziemlich unbekanntem Glauben an Baha'i zu haben?

sich als Alevitin in einem Jugendverband zu engagieren?

Arbeit und
Leben

JuRe
JUGEND UND RELIGION
POLITISCHE JUGENDBILDUNG
AN BERUFSSCHULEN

Vorbereitung

Die **Büchereiausweise** und **Visitenkärtchen** (s. Anhang) sind Teil der Vorbereitung in den Klassen. Auf ihnen steht, welche lebendigen Bücher kommen und wie ihre Titel und Klappentexte lauten. Die Büchereiausweise bereitet die Leitung der Living Library vor. Die Visitenkärtchen sollen im Vorfeld von den lebendigen Büchern ausgefüllt werden. Diese teilt die pädagogische Fachkraft in der Vorbereitung aus.

Die Schüler*innen notieren nun ihre Fragen zum jeweiligen Buch und diskutieren diese untereinander (in KG): Kann ich diese Frage stellen? Ist sie zu privat? Was würdest du fragen?



Bewertungsfreie Atmosphäre

Dass es für die Beteiligung an den Gesprächen mit den Büchern keine Noten gibt, ist das eine, was eine möglichst bewertungsfreie Atmosphäre schafft. Das andere ist, dass diejenigen, die im System Schule per se bewertende Autoritäten sind (Lehrkräfte, evtl. auch Schulsozialarbeiter*innen), an den jeweiligen Gesprächsrunden mit den lebendigen Büchern nicht teilnehmen. Das ermutigt die Schüler*innen, Fragen zu stellen, die sie sonst vielleicht nicht stellen würden. Und die Schüler*innen können persönliche Dinge von sich erzählen, von denen sie nicht wollen, dass ihre Lehrer*innen diese mitbekommen.

2.1 DAS SETTING EINER LIVING LIBRARY – Räume, Gruppen, Ablauf, Bedingungen

Räume

Für jede Gesprächsrunde mit einem ‚lebendigen Buch‘ sollte so viel Raum zur Verfügung stehen, dass die Gespräche der anderen nicht stören. Und es sollte so viel Nähe zu den anderen Gruppen gegeben sein, dass sich jede Gruppe in das Geschehen eingebunden und unterstützt fühlt und immer ein *e Ansprech- partner*in zu erreichen ist. Geeignete Räume sind beispielsweise mehrere Klassenzimmer nebeneinander oder zumindest auf einer Etage oder die Living Library findet

in einer großen Aula statt. Letzteres ist schön für die Gesprächs-Atmosphäre, weil es mehr einen Café-Charakter hat als die eines Workshops. Manchmal stört das Gemurmel der anderen Gruppen jedoch zu sehr, um in Ruhe persönlich zu reden.

Café-Bereich

Ein extra Raum oder eine Ecke des großen Raumes sollte zur Verfügung stehen, um Getränke und kleine Snacks anzubieten und einen Ort zu schaffen, wo sich die Bücher untereinander und auch die Schüler*innen und alle weiteren begegnen können.



Gesprächinsel

Für eine wertschätzende und lockere Atmosphäre werden die (Klassen-)Räume so umgestaltet, dass für jedes lebendige Buch Sitzgruppen (ein paar Stühle im Kreis; evtl. mit Tisch) entstehen und etwas Deko wie Blumen, Deckchen, kleine Accessoires und etwas Süßes den Raum sinnlich beleben.

Gruppen und Größen

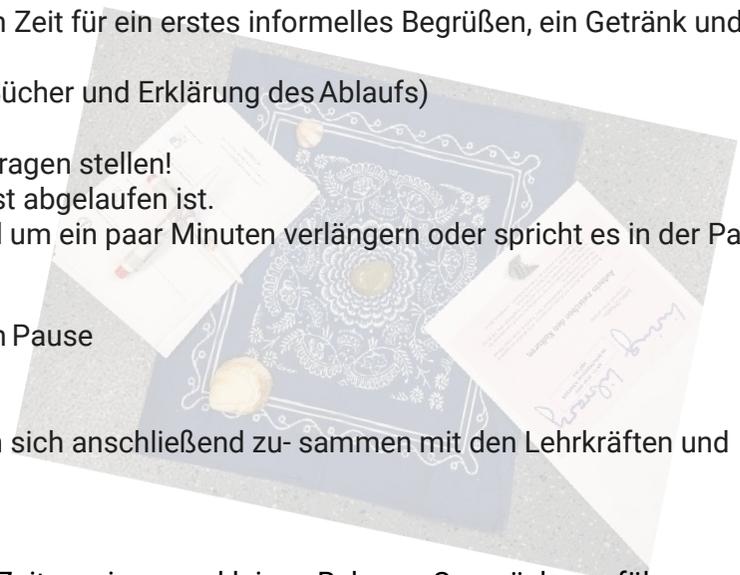
Die Living Library bietet die Möglichkeit, dass mehrere Klassen etwas gemeinsam machen und somit neue Zusammensetzungen entstehen, die einerseits alte Rollenverhältnisse aufbrechen können und andererseits das Kennenlernen neuer Mitschüler*innen ermöglichen. So sollten die Gruppen, die zu den einzelnen Büchern gehen, auch klassenübergreifend gemischt werden. Manchmal kann es sinnvoll sein, Trennungen vorzunehmen, wie nach Geschlecht.

Es hat sich bewährt, die Gesprächsgruppen für 6-8 Schüler*innen zu planen. Die Gruppengröße sollte groß genug sein, damit kein peinliches Schweigen entsteht und klein genug, damit auch zurückhaltendere Schüler*innen sich trauen, ihre Fragen zu stellen. Entsprechend der Anzahl der Schüler*innen sollte auch die Anzahl der ‚lebendigen Bücher‘ geplant werden, damit die gewünschten Gruppengrößen zustande kommen. Eher können thematisch zwei ähnliche ‚lebendige Bücher‘ eingeladen werden als zu viele thematisch unterschiedliche. Denn die Erfahrung zeigt, dass die Schüler*innen gerne mit jedem anwesenden Buch ins Gespräch kommen würden.

Ablauf einer Living Library

Die Living Library sollte ihre Pforten schon vor dem eigentlichen Beginn öffnen, um Zeit für ein erstes informelles Begrüßen, ein Getränk und organisatorische Dinge zu geben.

1. Offizielle Eröffnung der Living Library (inkl. kurzer Vorstellung der lebendigen Bücher und Erklärung des Ablaufs)
2. Kleine Gesprächsrunden à 45 Minuten mit den lebendigen Büchern
Die Schüler*innen können all ihre Fragen loswerden. Und auch das Buch darf Fragen stellen!
Nach ca. 35 Minuten wird ein Zeichen gegeben, dass die Ausleihzeit demnächst abgelaufen ist.
Wer nach 45 Minuten noch gerne weiterreden möchte, kann das Buch nochmal um ein paar Minuten verlängern oder spricht es in der Pause an.
3. Pause à 15 Minuten
4. 2 -3 weitere Durchläufe mit Gesprächsrunden und jeweils einer anschließenden Pause
5. Anonyme schriftliche Feedbackrunde (mögliche Vorlage s. Anhang)
6. gemeinsame kurze Abschlussrunde und Verabschiedung
Vielleicht bleibt der Café-Bereich noch offen für Gespräche. Die Bücher könnten sich anschließend zusammen mit den Lehrkräften und pädagogischen Fachkräften noch zu einem Feedbackgespräch treffen.



Pausengespräche

Für die Pausen sollte ausreichend Zeit eingeplant werden, denn sie sind wertvolle Zeit, um im ganz kleinen Rahmen Gespräche zu führen und Fragen zu stellen. Hier können die Schüler*innen noch weitere Fragen an ein Buch stellen. Auch die Lehrkräfte haben hier Gelegenheit, mal Fragen zu stellen. Oder die Bücher kommen untereinander ins Gespräch.

Geschützte Räume und Ausleihbedingungen

Um persönliche Gespräche zu ermöglichen, die Diskriminierungen verringern und nicht hervorrufen, sind ein paar Bedingungen zu beachten.

Wie in einer Bibliothek, gibt es auch bei der Living Library **Nutzungsbedingungen**:

- Die Ausleihdauer beträgt 45 Minuten. Nach Ablauf der Frist muss das Buch wiederzurückgegeben werden. Die Ausleihdauer kann bei Bedarf beim Bibliothekspersonal verlängert werden.
- Es ist verboten, das Buch zu beleidigen, zu beschimpfen, anzugreifen oder seine Würde in irgendeiner Form zu verletzen.
- Die Leser*innen verpflichten sich, das Buch mental und körperlich unbeschädigt zurückzubringen. Sie haften für den Zustand des Buches.
- Die Leser*innen akzeptieren, dass das Buch das Gespräch jederzeit abbrechen kann, wenn es sich verletzt, unwürdig behandelt oder beleidigt fühlt.
- Alles ‚Gelesene‘ und Erzählte bleibt im Raum und wird nicht weitererzählt.
- Alle Regeln gelten auch für die Bücher.

Bibliotheksaufsicht

Von Zeit zu Zeit sollte die Leitung der Living Library oder in Absprache auch ein*e Lehrer*in durch die Räume gehen und schauen, ob alles okay ist. Dafür könnten mit den ‚lebendigen Büchern‘ Zeichen verabredet werden oder eben einfach gefragt werden, ob etwas benötigt wird. Bei Bedarf kann es zur Unterstützung nötig sein, dass die Leitung doch für eine Zeit in der Gesprächsrunde bleibt.

Wenn der Platz so geräumig ist, dass mehrere Gruppen in einem Raum sitzen können, können auch die Leitung und Lehrkräfte im Raum bleiben, da die einzelnen Gespräche dann nicht mitgehört werden können.



Qualifizierte Lebendige Bücher

Der Grundbaustein einer Living Library sind die ‚**lebendigen Bücher**‘. Hier sollte in der Vorbereitung viel Sorgfalt darauf gelegt werden, die ‚lebendigen Bücher‘ auszusuchen und Vorgespräche mit ihnen zu führen. Darin sollte ihnen vermittelt werden, auf was für ein Setting sie sich einlassen und eruiert werden, ob sie mit evtl. schwierigen Situationen umgehen können. Gute Voraussetzungen für eine Teilnahme sind:

- wenn die ‚lebendigen Bücher‘ schon einmal vor mehreren Menschen gesprochen haben,
- wenn sie sich mit ihrer Lebenssituation bereits auseinandergesetzt haben und einanalytisches Wissen über die ihnen entgegengebrachten Vorurteile haben,
- wenn sie interessiert sind und offen gegenüber anderen Menschen und

- wenn sie selbstbewusst genug sind, um in solche Frage- und Gesprächssituationen einer Living Library zu gehen und auch mal Fragen abzulehnen.

Hilfreich ist auch, wenn die Bücher im Vorfeld mögliche Fragen der Schüler*innen erfahren oder wenn sie mitgeteilt bekommen, welche Äußerungen in der Vergangenheit über ihre Themen schon gefallen sind.

Lebendige Bücher

können beispielsweise sein:

- aus allen Religionen und Weltanschauungen (wie dem Humanismus)
- Obdachlose
- Be-hinderte
- Queere
- mal im Knast gewesene
- migrierte Menschen
- Rom*nja/Sinti*zze
- wegen ihrer Einstellung Verfolgte

...

Die jeweiligen Themen der ‚lebendigen Bücher‘ sollten die Lebenswelten und Einstellungen der Schüler*innen betreffen oder mindestens Bezug auf Unterrichtsinhalte nehmen.

Die ‚lebendigen Bücher‘ zu finden, dauert Zeit und erfordert viel Recherche oder auch gute Beziehungen. Hilfreiche Ansprechpartner*innen sind Verbände, Vereine oder Gemeinden zu den jeweils gewünschten Themen. Mögliche ‚lebendige Bücher‘ finden sich evtl. auch auf thematisch passenden Veranstaltungen.

Nachbereitung

Ein bis zwei Wochen nach einer Living Library sollte eine Nachbereitung für die Gruppe stattfinden. Die Living Library gibt zu min-

Das fand ich super!

- Alles
- Viel Offenheit und geteiltes Wissen
- Neue Leute/Religionen
- Leben & Leben lassen
- Neue Denkweisen und persönliche Einstellungen
- Offene und gesprächige Art der Erzählung
- Bereitschaft auf kritische Fragen einzugehen
- Neue Menschen – neue Meinungen
- Vieles über Religion/Kultur
- Die Kommunikation mit den jeweiligen Stationen
- Gute Aufteilung in die Gruppen
- Verschiedene Menschen mit verschiedenen Kulturen, Lebensgeschichten
- Sehr gute Unterhaltungen



destens drei Themen persönlichen Input. Diese oft neuen Themen für die Teilnehmenden regen zum Nachdenken an – auch über die eigene Persönlichkeit - und werfen dabei Fragen auf. In einem moderierten Nachbereitungsgespräch sollte den Teilnehmenden der Raum gegeben werden, diese Fragen zu stellen oder ihre Gedanken zu äußern. Alternativ könnten die Teilnehmenden ihre Gedanken auch anonym über ein Online-Tool äußern.

Alternativ könnten die Teilnehmenden ihre Gedanken auch anonym über ein Online-Tool äußern. Zudem bietet so ein Tool die Möglichkeit, die Teilnehmenden mit etwas Abstand erneut zu fragen: „Was hat dich an der Living Library interessiert? Was hast du Neues erfahren? Was hat dir gut gefallen?“

Eine weitere Möglichkeit ist, Fragen an die lebendigen Bücher, die die Teilnehmenden im Nachhinein haben, bei der Nachbereitung zu sammeln und die lebendigen Bücher weiterzuleiten mit der Bitte um Beantwortung.

Links

JuRe-Videotalk: *„Living Library – Eine Lehrkraft und ein ‚lebendiges Buch‘ sprechen über ihre Erfahrungen mit Living Libraries“*

JuRe-Videotalk: *„Living Library – Im Gespräch mit Schüler*innen über ihre Erfahrungen mit einer Living Library“*

3. Eine Reise in meine Zukunft



Inhalt

Einführung

Seite 01

Übersicht

**Ziel-Inhalt-Methode
(ZIM)**

Seite 02

**Vorgehensweise und
Spielregeln**

Seite 11

**Vorlagen
für Arbeitsblätter (AB)
und Spielmaterialien**

Seite 16

Einführung

Beschreibung

Der Projekttag EINE REISE IN MEINE ZUKUNFT gibt mit seinen verschiedenen Methoden Jugendlichen eine Möglichkeit, sich über ihre zukünftige Entwicklung Gedanken zu machen, wobei das Arbeitsleben im Fokus stehen kann aber nicht muss.

Der Projekttag bietet sich als eine Ergänzung zur Berufsberatung in allgemeinbildenden Schulen oder auch für Berufsschulklassen an. Mit Hilfe kurzweiliger Spiele zeigt der Projekttag unterschiedliche Gestaltungsmöglichkeiten und denkbare Stationen im Leben eines Menschen auf.

Die Teilnehmenden recherchieren im Internet die Lebensläufe ihrer Vorbilder und entwerfen hiervon inspiriert ihre persönliche Zielcollage, die dabei helfen kann, langfristige Ziele im Blick zu behalten.

Ziel

Ziel des Projekttags ist es, Jugendlichen in ihrer persönlichen Entwicklung ein Bewusstsein für ihre Selbstwirksamkeit aufzuzeigen. Durch das Formulieren und Visualisieren persönlicher Stärken, Wünsche und Ziele kann der Projekttag den Teilnehmenden Motivation vermitteln, aktiv die nächsten Schritte auf ihrem persönlichen Weg selbstbestimmt zu gehen, einschließlich ihrer weiteren schulischen Laufbahn und ihres Einstiegs ins Berufsleben.

Sofern der Projekttag im Kontext der Berufsberatung durchgeführt wird, können die neuen Einblicke zu den Lebenswünschen und -planungen der Teilnehmenden auch Impulse für die weitere Berufsorientierung geben. Die während des Projekttags entstehenden Zielcollagen der Teilnehmenden können Gesprächsanlässe in der weiteren Beratung bieten.

Dauer:

ca. 6 Stunden 30 Minuten plus individuelle Pausen
(Durchführung an 1 bis 2 Projekttagen)

Räumliche Voraussetzung:

Stuhlkreis, Pinnwände (alternativ: Flip Chart/ Tafel)

Durchführung:

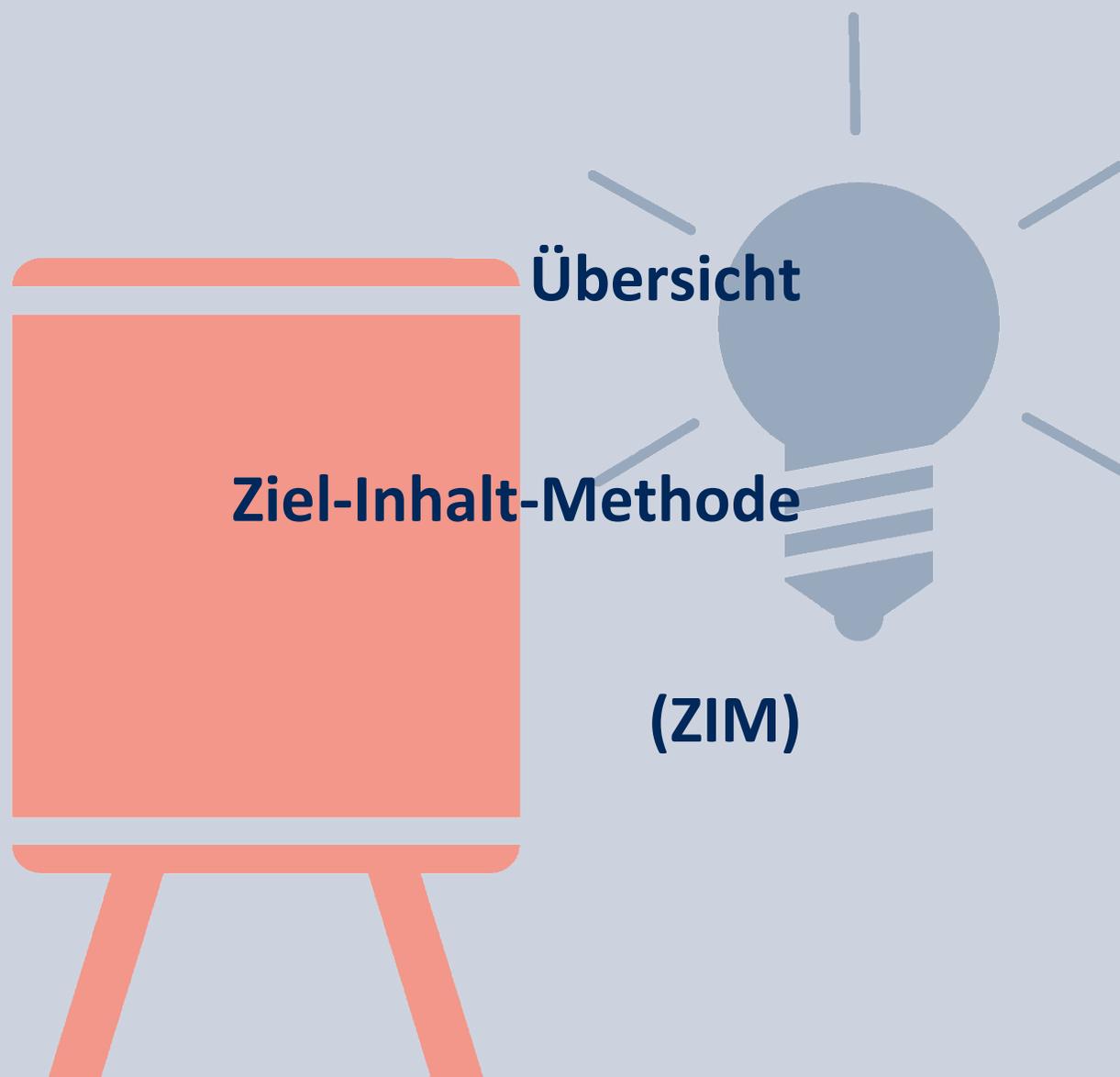
1 bis 2 Teamende (TM)

Teilnehmendenzahl:

zwischen 5 und 25 Teilnehmenden (TN)

Vorbereitungsaufwand:

mittel



Tag 1: Eine Reise in meine Zukunft

Programm- punkt	Dauer	Ziel	Inhalt	Methode	Materialien	Anmerkungen
Gesamt für Tag 1: 10 Programm- punkte	Gesamt für Tag 1: 3 h 30 min (+ Pausen individuell)	Allgemein: TN werden motiviert, sich zu überlegen, wie für sie ein gutes Leben aussehen kann. Dabei muss „Arbeitsleben“ nicht im Fokus der Überlegungen stehen.				
1 Vorstellungs- runde mit the- matisch pas- sender Frage	30 min	Orientierung geben	<p>1. TM stellen sich vor: Anlass, Ablauf, Pausen, Festlegen der Projekttagsregeln;</p> <p>2. TN stellen sich vor und beantworten in diesem Zusammenhang eine Frage/ Aufgabe, die vom TM angeschrieben wird, z. B.:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Was würdest du machen, wenn du jetzt frei hättest? • Welchen Ort, den du noch nicht gesehen hast, möchtest du gerne mal sehen? • Was war ein schönes Ferienerlebnis? 	Vorstellungs- runde mündlich	Namensschilder; Pinboard, Stecknadeln, Moderationskärtchen und Filzstift (alternativ: Flipchart oder Tafel und passendes Schreibma- terial)	

Programm- punkt	Dauer	Ziel	Inhalt	Methode	Materialien	Anmerkungen
2 „Mein perfek- ter Tag“	25 min	Die TN reflektieren Tagesablauf, TN werden sich ihrer Hobbies, Wünsche bewusster und lassen sich von anderen in der Gruppe inspirieren	Anhand zweier Uhrenbilder skizzieren die TN ihren Tagesablauf für einen „perfekten Tag“: 1. TM stellt folgende Aufgabe: „Ihr könnt für euch den perfekten Tag gestalten, an dem ihr sehr aktiv seid und euch euren Lieblingstätigkeiten widmet oder Tätigkeiten, die ihr schon immer mal machen wolltet. Wie sieht ein solcher Tagesablauf aus? Was unternimmt ihr alles?“ 2. TN schreiben Aktivitäten auf die AB. 3. TN stellen nacheinander ihren Tagesablauf vor. TM notiert auf Moderationskärtchen (oder auf Flipchartpapier/ Tafel) die Aktivitäten und stellt Rückfragen. 4. TM gruppiert im Gespräch mit TN die Aktivitäten übersichtlich zu Lebensbereichen, z. B.: Freunde, Familie, Schule, Sport, Musik, Tiere, Gaming, Social Media, politische Aktivitäten, Ehrenamt, Reisen, Essen, Garten, Bauen/ Basteln, Arbeit, Natur, Nichtstun etc.	Kartenabfrage (oder Abfrage auf Zuruf)	2 ABs mit jeweils einer Uhr für die 1. und 2. Tageshälfte (s. beigefügte Vorlagen) Pinboard, Stecknadeln, Moderationskärtchen, Filzstift (alternativ: Flipchart/ Tafel, Stifte)	Sofern nicht mit Moderationskärtchen gearbeitet wird, lässt sich das Gruppieren der Aktivitäten zu Lebensbereichen weniger flexibel/ leicht reversibel gestalten.

Programmpunkt	Dauer	Ziel	Inhalt	Methode	Materialien	Anmerkungen
3 Positionierungsspiel	15 min	<p>TN erkennen, welche Lebensbereiche und Themen ihnen besonders wichtig sind.</p> <p>TN machen sich deutlich, dass je nach Lebenssituation bestimmte Lebensbereiche und Themen an Wichtigkeit zunehmen bzw. verlieren.</p>	<p>1. TN stehen im Raum und positionieren sich zu den in Punkt 2 erarbeiteten Lebensbereichen/ Themen entlang einer gedachten "Wichtig/ Nicht wichtig"-Skala im Raum.</p> <p>2. TM können einzelne TN fragen, z. B.:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Warum ist euch dieser Lebensbereich wichtig/ nicht wichtig? • Gab es Zeiten, in denen diese Bereiche nicht vollständig zur Geltung gekommen sind? • Was ist dir bezüglich dieser Bereiche zukünftig wichtig? 	Bewegungsspiel; Reflexionsgespräch	2 Karten mit den Aufschriften „Wichtig/ Nicht wichtig“	
4 „Mein Traumbaum“	5 min	TN behalten die für sie wichtigen Lebensbereiche vor Augen.	Nach Ende der Positionierung notieren TN auf dem AB „Mein Traumbaum“ in der Baumkrone Lebensbereiche/ Themen, die für sie besonders wichtig sind.	Einzelarbeit	Stifte, AB „Mein Traumbaum“ (s. beigefügte Vorlage)	Variante: Statt die Vorlage zu benutzen können TN als zusätzliche Kreativaufgabe den Baum selbst zeichnen.
5 Eigenschaften	20 min	TN werden sensibilisiert, welche persönlichen Stärken sie für bestimmte Lebensbereiche einsetzen können.	1. Brainstorming in der Gruppe zu Eigenschaften bzw. Stärken von Personen (mit Bezug zu Themenfeldern wie z. B. Familie, Freunde, Sprachen, Geld, Bildung, Wissen, Lebenserfahrung, etc.)	Gruppenarbeit mit Kartenabfrage Alternative: Zuruf	Moderationskärtchen, Stifte Optional das AB „Eigenschaften von Personen“ (s. beigefügte Vorlage)	Das AB „Eigenschaften von Personen“ ist nicht notwendig für die Übung zu nutzen, sondern soll den TN einzig das Finden von Beispielen erleichtern.

Programm- punkt	Dauer	Ziel	Inhalt	Methode	Materialien	Anmerkungen
			<p>2. TN denken an Menschen in ihrem Umfeld, die sie schätzen/ bewundern/ gut finden und notieren drei positive Eigenschaften, Stärken dieser Menschen auf einer Karte. Es ist egal, ob die TN immer an die gleiche Person denken oder unterschiedliche Menschen vor Augen haben.</p> <p>3. TM heftet die Karten an (Pinnwand/ Tafel/ Wand o. Ä.) und stellt zu notierten Stärken ev. Verständnisfragen.</p>			<p>Bevor das AB eingesetzt wird, sollte von TM geprüft werden, ob die Eigenschaftsliste Wörter enthält, die möglicherweise von TN als emotionale „Triggerwörter“ aufgenommen werden. Die Liste sollte dann entsprechend angepasst werden.</p>
<p>6 „Ich mag dich“</p>	<p>15 min</p>	<p>TN bekommen Hinweise auf ihre Außenwirkung; TN bekommen Anerkennung; TN machen sich bewusst, welche guten Eigenschaften andere Personen in der Gruppe haben.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Einteilung in Zweiergruppen 2. TN nennen sich gegenseitig gute Eigenschaften/ Stärken der jeweils anderen Person. 3. TN geben sich gegenseitig Feedback zu den genannten Eigenschaften; entspricht die genannte Eigenschaft der eigenen Einschätzung? 4. TM fragt alle TN in der Runde nach den genannten guten Eigenschaften. 5. TN sagen sich nochmals in großer Runde ihre guten Eigenschaften gegenseitig. 	<p>Partnerarbeit</p>		<p>Falls es eine ungerade Anzahl an TN gibt, Aufteilung in Zweiergruppen und eine Dreiergruppe.</p>

Programm- punkt	Dauer	Ziel	Inhalt	Methode	Materialien	Anmerkungen
7 „Mein Traum- baum“	10 min	<p>TN werden sich ihrer Ressourcen und hilfreichen Eigenschaften bewusst.</p> <p>TN erkennen, dass die gleichen Eigenschaften und Ressourcen je nach persönlicher Situation und Zielen für den einen nützlich und für eine andere Person nicht nützlich sein können.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. TM fragen TN, welche positiven Eigenschaften/ Ressourcen sie selbst mitbringen. 2. TN notieren diese für sich auf dem AB „Mein Traumbaum“ im Wurzelbereich. 3. TM fragen in die Runde, ob jemand sein AB vorstellen möchte. 	Einzelarbeit	AB „Mein Traumbaum“, ev. farbige Stifte	<p>Sofern die Vorlage zum AB „Mein Traumbaum“ genutzt wurde, kann der Baum nun nach Belieben koloriert werden. Wenn eigene Bäume gezeichnet wurden, können die TN diese weiter ausgestalten. Die einzutragenden Eigenschaften können diejenigen aus Programmpunkt 6 sein oder auch andere.</p>
8 Biografien	25 min	<p>Einstieg in das Thema „Biografien“ Beschäftigung mit Lebenswegen Anderer kann</p> <ul style="list-style-type: none"> • motivierend und inspirierend sein • vor Fehlern warnen • erfolgversprechende Wege für einen selbst andeuten 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Klärung des Begriffs „Biografie“ 2. Schauen eines Videos zu einer bekannten Person 3. Nennen möglicher Biografiestationen, z. B. Geburt, Schulabschluss, Ausbildung, Beziehungen, Geburt eigener Kinder, Karriereschritte, Rückschläge, Krankheiten, Tod, etc. 	<p>Gemeinsam Video schauen</p> <p>Zuruf, schriftliches Festhalten durch TM</p>	Flipchart/ Tafel, Stifte Laptop, Beamer, Lautsprecher	<p>Die Wahl, welches Video geschaut werden soll, kann zusammen mit den TN getroffen werden, je nach Interessenlage.</p> <p>TM betonen, dass Leben nicht 100% geplant werden kann.</p>

Programm- punkt	Dauer	Ziel	Inhalt	Methode	Materialien	Anmerkungen
9 „Mein Vorbild“	45 min	Durch die Auseinandersetzung mit Biografien am Beispiel öffentlich bekannter Personen sollen die TN animiert werden, über ihre eigene Zukunft nachzudenken.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Wer sind Helden und Vorbilder in eurem Leben? 2. Recherche zu folgenden Punkten: <ul style="list-style-type: none"> • Warum habt ihr die Person ausgewählt? • Betrachtet verschiedene Kategorien: Arbeit, Familie, Freunde, Selbstverwirklichung • Welche Umbrüche, Veränderungen (positiv/ negativ) fanden statt • Wie waren die Reaktionen darauf? • Würdet ihr gerne mit der Person tauschen? 3. Präsentation der Ergebnisse 	Internetrecherche in Kleingruppen/einzeln an mehreren Endgeräten parallel oder in gesamter Gruppe zusammen mit TM	Laptop, Beamer, Lautsprecher, Online-Zugang, ev. mehrere Endgeräte für Recherchephase (Tablets, Laptops oder Smart Phones)	Die Entscheidung, wieviel die TN eigenständig im Netz recherchieren sollen, hängt von den bereits vorhandenen Kenntnissen und Fähigkeiten der TN mit Rechercheaufgaben ab. Alternativ kann ein TM zentral zu einer Persönlichkeit recherchieren und die TN über Monitor/ Beamer am Verlauf teilhaben lassen.
10 Abschluss	20 min	TN bewerten das Konzept des Projekttags und reflektieren dabei ihre eigenen Tätigkeiten	Evaluation und Verabschiedung	Blitzlichtrunde		

Tag 2: Eine Reise in meine Zukunft

Programm- punkt	Dauer	Ziel	Inhalt	Methode	Materialien	Anmerkungen
Gesamt für Tag 2: 6 Programm- punkte	Gesamt für Tag 2: 3 h (+ Pausen individuell)	Allgemein: TN sensibilisieren sich dafür, dass sie <ul style="list-style-type: none"> • ihr Leben aktiv ge- stalten können. • für ihre Taten Ver- antwortung über- nehmen müssen. • Teil der Gesell- schaft sind und deshalb Acht auf sich und ihre Mit- menschen geben sollten. 				
1 Auftakt	15 min	Ankommen an Tag 2; Orientierung geben	Begrüßung; Zusammenfassung des 1. Projekttags; Nachfrage nach weiterem Feedback und Wünschen für den 2. Tag; Vorstel- lung des Ablaufplans für 2. Tag		Moderationskärtchen oder Flipchart/ Tafel, Stifte	
2 „Montagsma- ler“	30 min	TN machen sich be- wusst, welche Ziele und Träume sie gerade ha- ben und sammeln dadurch Ideen für die „Zielcollage“.	Jede/r TN zeichnet einen persön- lichen Begriff, der sich aus einer gestellten Aufgabe zum Themen- bereich „Wünsche/ Ziele/ Pläne“ ergibt.	Gruppenspiel (Spielregeln s. „Vorgehens- weise und Spiel- regeln“)	Flipchart/ Tafel, Stifte, Aufgabenliste (s. beigefügte Vorlage)	Gespielt wird mit zwei Mannschaften oder in der gesamten Gruppe, je nachdem, ob man einen Wettbewerbscharakter möchte oder nicht.

Programm- punkt	Dauer	Ziel	Inhalt	Methode	Materialien	Anmerkungen
3 „Flaschendre- hen“	45 min	TN sammeln weitere Ideen für die „Zielcol- lage“.	TN sitzen im Kreis, ziehen ab- wechselnd Fragen zum Themen- bereich „Wünsche/ Ziele/ Pläne“ und beantworten diese.	Gruppenspiel (Spielregeln s. „Vorgehens- weise und Spiel- regeln“)	Flasche, ausgedruckte und ausgeschnittene Frage- und Optionskar- ten (s. beigefügte Vorlage)	
4 „Zielcollage“	45 min	TN werden sich einiger ihrer Ziele bewusst und erhalten neue Motiva- tion. Durch die Visualisie- rung können die TN ihre Ziele vor Augen behal- ten.	1. TM erklärt praktischen Einsatz von Zielcollagen z. B. im pro- fessionellen Business- Coaching und erläutert ihre mo- tivierende Wirkung. 2. Auf Grundlage der Ideensamm- lung aus Punkt 2 und 3 gestal- ten TN ein Bild zur Frage „Was bedeutet es für mich, ein gutes Leben zu leben?“	Kreativaufgabe, Selbstreflexion (für weitere In- fos zur Methode und ihrer Durch- führung s. „Vor- gehensweise und Spielre- geln“)	Zeitschriften, Bunt- stifte, Filzstifte, Was- serfarben, Scheren, Kle- ber, Pappe oder Tonpa- pier in A3	Die Zielcollagen können sowohl kurzfristige als auch langfristige Ziele enthalten. Wie die Gestaltung dann formal angepasst wer- den kann s. „Vorgehens- weise und Spielregeln“ unter Methode „Zielcol- lage“.
5 Präsentation	30min	Die visuelle Gestaltung kann TN auch nach dem Workshop dabei helfen, das große Ganze im Auge zu be- halten und sich weniger zu verzetteln, sich von ihren Zielen abbringen zu lassen.	TN stellen, wenn sie möchten, ihre Zielcollagen vor.			Die Zielcollagen dürfen die TN mitnehmen, damit sie zu Hause ihre Ziele vor Augen haben können. Wenn im Bereich der Be- rufsberatung an die Ziel- collagen angeknüpft wer- den soll, wird empfohlen, diese zu fotografieren.
6 Abschluss	15 min	TN bewerten den Pro- jekttag und reflektieren dabei ihre Tätigkeiten.	Evaluation und Verabschiedung	Blitzlichtrunde		

Vorgehensweise und Spielregeln

Methoden „Biografien“ und „Mein Vorbild“ (Tag 1, Programmpunkte 8 und 9)

Kurzvideos zu Lebensgeschichten historischer, aber auch vieler aktueller Persönlichkeiten finden sich z. B. auf dem YouTube-Kanal von „Der Biograph“ (<https://www.youtube.com/@DerBiograph/videos>).

Zu aktuellen bekannten deutschen Persönlichkeiten mit Migrationshintergrund gibt es Videos auf „Germania - Was ist deutsch“ (<https://www.zdf.de/kultur/germania>).



Foto: pixabay.com/MarandaP

Methode „Montagsmaler“ (Tag 2, Programmpunkt 2)



Foto: pixabay.com/gabimedia

Ein TN bekommt eine ausgeloste Aufgabe aus der Liste (s. unten) gestellt und malt seine*ihre Antwort dazu. Die anderen TN erraten, was dargestellt werden soll. Die Rategruppe ist entweder die eigene Mannschaft des*der Zeichnenden (bei Aufteilung in zwei Mannschaften) oder die gesamte Gruppe.

Bei der Mannschaftsvariante wird jeweils die Zeit bis zur Lösung gestoppt, gewonnen hat am Ende die Mannschaft, die nach allen Durchgängen insgesamt am schnellsten die Begriffe erraten hat. TM können zu den Zeichnungen Nachfragen einbauen. Je nach Thema z. B.: Warum? Mit wem oder alleine? Wo? Wann?

Bei der Variante mit der ganzen Gruppe wird die am schnellsten richtig ratende Person die nächste zeichnende Person. Sofern dies jemand sein sollte, der*die bereits mit Zeichnen an der Reihe war, kann diese Person die nächste zeichnende Person bestimmen.

Aufgaben:

- Zeichne deine Liebessportart.
- Zeichne dein Lieblingsinstrument.
- Zeichne das Hobby, welches du pflegen und ausbauen möchtest.
- Zeichne deine Lieblingsfreizeitaktivität.
- Zeichne dein Lieblingstier.
- Zeichne dein Lieblingsfortbewegungsmittel.
- Zeichne deinen Traumberuf.
- Zeichne deinen Lieblingsgegenstand in deinem Zimmer.
- Zeichne das Körperteil, welches du an dir am meisten schätzt.
- Zeichne eine Fähigkeit, die du noch erlernen möchtest.
- Zeichne einen Gegenstand, worüber du mehr wissen möchtest.
- Zeichne eine Tätigkeit/ Sache/ Person, auf die du dich nächste Woche freust.

Methode „Zielcollage“ (Tag 2, Programmpunkt 4)

Eine Zielcollage ist eine Collage aus Bildern, Stichworten und Affirmationen rund um die eigenen Ziele. Sie soll dabei helfen und motivieren, diese auch zu verwirklichen. Durch die Visualisierung ihrer Ziele haben die TN ihre Wünsche konkreter vor Augen. Eine Zielcollage hilft dabei, sich stetig an seine Wünsche, Träume und Ziele zu erinnern und sie fest im Blick zu haben. So behält man das große Ganze im Auge und verzettelt sich weniger.

Weitere Informationen zur Methode finden sich z. B. auf <https://de.wikihow.com/Eine-Zielcollage-machen>, <https://karrierebibel.de/vision-board-erstellen/> und <https://www.wolfgangstrobel.de/coaching/life-coaching/kraftvolle-zielcollage-10-schritte-zum-perfekten-vision-board/>.

1) Zielcollage planen: Ideen sammeln

Durch die Methoden „Montagsmaler“ und „Flaschendreher“ haben die TN bereits Anhaltspunkte für eine Ideensammlung zur eigenen Zielcollage bekommen. Diese Punkte sollen nun in einem Brainstorming gesammelt werden. Die TN werden sich ihrer Träume und Ziele bewusst, formulieren diese für sich und definieren, welche sie verfolgen wollen. Was als reine Stoffsammlung beginnt, wird im Zuge dieses ersten Prozesses anschließend noch sortiert, strukturiert und priorisiert.

Die Kernfragen dabei sind:

- Was ist mir wirklich wichtig?
- Was will ich erreichen?
- Wann will ich es erreichen? (kurzfristige, mittelfristige und langfristige Ziele)

Die großen Fragen lassen sich in Teilbereiche unterteilen, zum Beispiel:

- Welche Fähigkeiten möchte ich noch erlernen; welches Wissen mir aneignen?
- Was möchte ich in meiner Beziehung erreichen; welche Familienziele habe ich?
- Was möchte ich in einem bestimmten Lebensjahrzehnt geschafft haben?
- Welche Länder und Städte möchte ich bereist und gesehen haben?
- Welche körperlichen Ziele habe ich; was möchte ich für meine Fitness tun?
- Welche Hobbys möchte ich pflegen und ausbauen?

Hinweis für Teamende

Um die TN zu unterstützen, ihre Ziele zu konkretisieren, hilft die **SMART-Methode**

Spezifisch: Ziele sollen so spezifisch wie möglich beschrieben werden.

Messbar: Orientierung an messbaren Fakten.

Attraktiv: Es soll so geplant werden, dass man Lust hat, die Ziele umzusetzen.

Realistisch: Die Ziele sollen machbar sein.

Termingerecht: Aufgaben zeitlich bindend planen, z. B.: Bis Ende des Jahres will ich 1-mal pro Woche Sport machen.

2) Zielcollage erschaffen: Ziele formulieren und visualisieren

Im zweiten Schritt geht es um die Umsetzung und Visualisierung der Ziele mittels Stichworten, Merksätzen, Sinnsprüchen, Skizzen, Bildern oder Fotos.

Leitfragen, die den TN helfen können, ihre Ziele zu konkretisieren, lauten:

- Was kann ich tun, um ein solches Leben im Hier und Jetzt zu starten?
- Wenn ich jetzt damit beginnen würde, auf diese Vision hinzuleben, was wäre dann für mich der erste wichtige Schritt?
- Welche Ressourcen habe ich bereits, um diesen Schritt zu gehen?
- Was brauche ich noch, um diesen Schritt zu gehen? (Bsp. Zuverlässigkeit, Kritikfähigkeit, Kreativität, Teamfähigkeit etc.)
- Woran würde ich in einem halben Jahr merken, dass ich einen Schritt in Richtung meiner Vision gegangen bin?

→ Entscheidend ist, dass mit einem Symbolbild jederzeit später derselbe Gedanken verbunden wird und die Ziele so klar formuliert sind, dass man sich inspiriert und angespornt fühlt.

Hinweis für Teamende

Bei sehr zahlreichen Zielen empfiehlt es sich, die TN mehrere Zielcollagen zu verschiedenen Themen gestalten zu lassen, z. B. Beruf, Privates, Reisen etc.

3) Zielcollage gestalten

Die TN suchen und gestalten entsprechend ihrer formulierten Ziele visuelle Elemente aus (ausgeschnittene Bilder, eigene Zeichnungen, Sinnsprüche etc.), die für sie am geeignetsten ihre Ziele veranschaulichen. Anschließend fügen die TN diese Elemente für sie visuell ansprechend in ihrer Zielcollage zusammen.

Die entstandene Darstellung lässt sich bei Bedarf später weiter anpassen und überarbeiten.



Foto: Insa Dressler

Hinweis für Teamende

Damit die Zielcollagen bei Bedarf verschiedene Zeitetappen darstellen können, sollte die Zielcollage im Querformat erstellt werden. So gibt es genügend Platz, um sie in drei Spalten zu unterteilen

Links: kurzfristige Vorhaben; Ziele, die man innerhalb der nächsten 30 Tage realisieren will

Mitte: mittelfristigen Ziele, die innerhalb des nächsten Jahres erreicht werden sollen

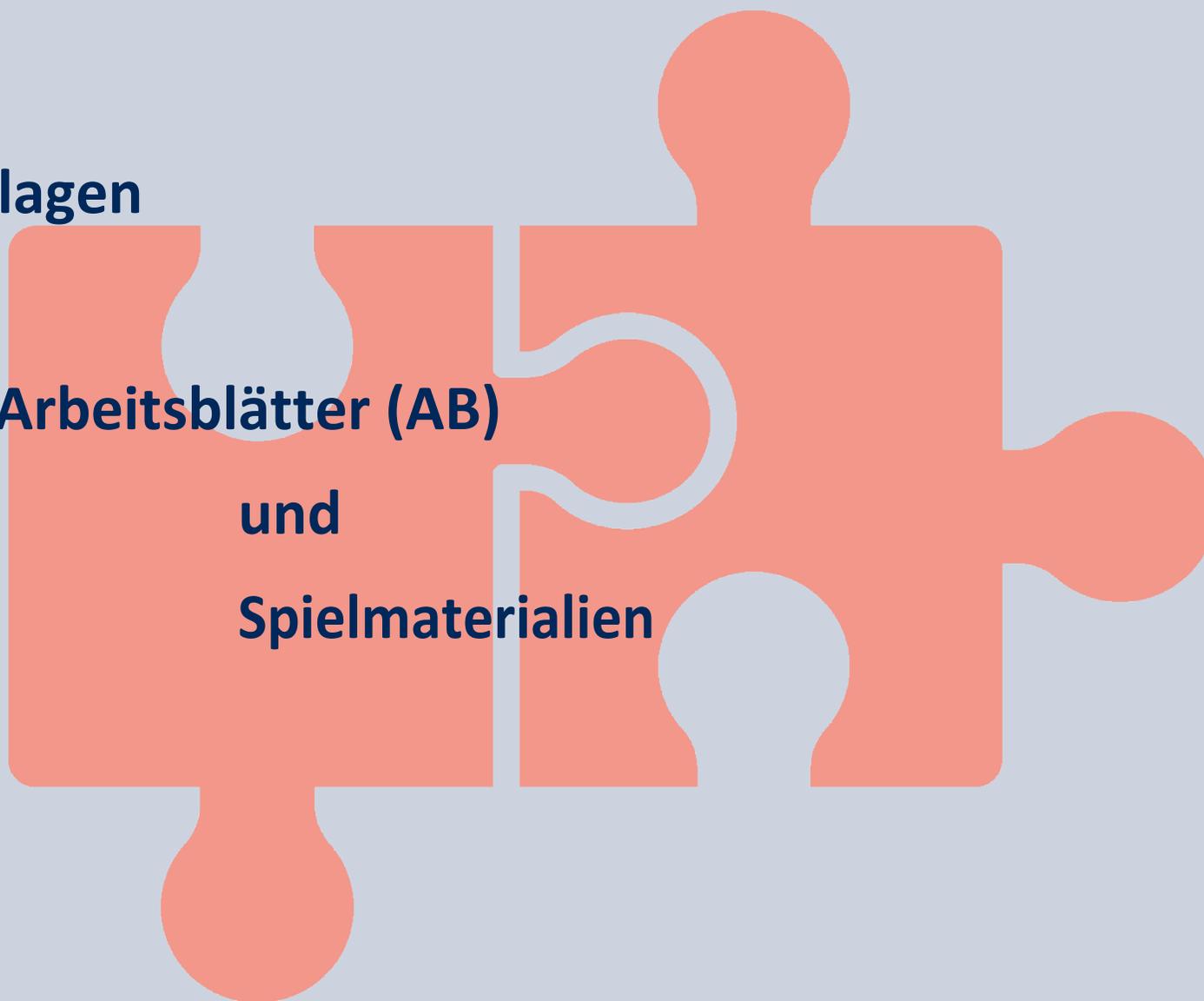
Rechts: große Lebensziele und Träume, die in den nächsten fünf bis zehn Jahren verwirklicht werden sollen

Vorlagen

für Arbeitsblätter (AB)

und

Spielmaterialien



Mein perfekter Tag

1. Tageshälfte



Mein perfekter Tag

2. Tageshälfte



Mein Traumbaum

Eigenschaften von Personen

A

- abenteuerlustig
- arbeitsam
- aggressiv
- analytisch
- anpassungsfähig
- anspruchslos
- anspruchsvoll
- anständig
- attraktiv
- aufdringlich
- aufmerksam
- aufrichtig
- ausdauernd
- ausgeglichen
- außergewöhnlich

B

- bedacht
- beeinflussbar
- begabt
- begeisterungsfähig
- beherrscht
- behutsam
- belastbar
- beliebt
- bequem
- berechenbar
- beweglich
- bissig
- bodenständig
- borniert
- brillant

C

- chaotisch
- charakterstark
- charmant
- cool

D

- dickhäutig
- diszipliniert
- distanziert
- dominant
- durchsetzungsfähig

E

- effizient
- egoistisch
- ehrgeizig
- ehrlich

- einfallsreich
- empathisch
- entscheidungsfreudig
- engagiert

F

- fair
- fantasiereich
- fleißig
- flexibel
- furchtlos

G

- geduldig
- gelassen
- gerecht
- gewissenhaft

H

- hilfsbereit
- hoffnungsvoll
- humorvoll

I

- innovativ
- individuell

J

- jovial
- jugendlich

K

- klug
- kommunikativ
- konfliktfähig
- kritisch
- kreativ

L

- leistungsbereit
- lernbereit
- liebevoll
- loyal

M

- mobil
- motiviert
- musikalisch
- mutig

O

- objektiv
- offen
- offensiv
- optimistisch
- organisiert

P

- penibel
- perfektionistisch
- pragmatisch
- proaktiv

R

- realistisch
- reflektiert
- resilient
- risikofreudig

S

- selbstbeherrscht
- selbstbewusst
- sorgfältig
- sozial
- sportlich

T

- tapfer
- teamfähig

U

- unternehmerisch
- unzufrieden

V

- verantwortungsbewusst
- verträglich
- vielseitig

W

- weise
- widerstandsfähig

Z

- zuverlässig
- zuversichtlich

Fragekarten zu Flaschendreher (Tag 2, Programmpunkt 3)

Was war deine erste Arbeitsstelle?	Welchen beruflichen Weg hast du eingeschlagen?	Was möchtest du mit 30 geschafft haben?
Wie lange hast du pro Tag gearbeitet?	Welchen Stellenwert hat Arbeit für dich eingenommen?	Was möchtest du mit 40 geschafft haben?
Was hat Dir Spaß gemacht?	Was waren für dich sinnerfüllte Tätigkeiten?	Was möchtest du mit 50 geschafft haben?

Fragekarten zu Flaschendreher (Tag 2, Programmpunkt 3)

Wie hast du deine Freizeit verbracht?	Was ist für dich besonders wichtig gewesen im Leben?	Gibt es Länder und Städte, die du gerne bereisen möchtest?
Wie viele Partnerschaften gab es in deinem Leben?	Was waren für dich sinnerfüllte Tätigkeiten?	Bist du viel gereist?
Welche Eigenschaften an dir hast du besonders zu schätzen gelernt?	Was waren schöne Momente in deinem Leben?	Was waren Krisen in deinem Leben?

Fragekarten zu Flaschendreher (Tag 2, Programmpunkt 3)

Wofür hast du dich eingesetzt oder vielleicht sogar gekämpft?	Gab es wichtige Begegnungen und Momente, die dir Energie und Mut gegeben haben?	Wer sind die Menschen, die in deinem Leben wichtig sind?
Mit wieviel Jahren hast du deine große Liebe kennengelernt?	Wer oder was hat dir in deinem Leben am meisten geholfen?	Was macht den Ort, an dem du lebst, lebenswert?
Was wolltest du in deiner Beziehung erreichen; welche Familienziele hattest du?	Was bedeutet es für dich, ein gutes Leben zu leben?	Was wolltest du loslassen, ablegen, nicht mehr bei dir haben?

Optionskarten zu Flaschendreher (Tag 2, Programmpunkt 3)

Ich tausche diese Frage gegen
eine neue Frage aus.

Eine weitere Person soll diese
Frage auch beantworten.

Impressum

Bei Verwendung und Weiterverbreitung der Materialien soll der Urheber wie folgt benannt werden:



Dieses Werk wurde erstellt von Arbeit und Leben und ist lizenziert unter einer [Creative Commons Namensnennung 4.0 International Lizenz](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Herausgeber:

ARBEIT UND LEBEN Sachsen e.V.
Egelstraße 4

04103 Leipzig

0341 71005-0

info@arbeitundleben.eu

www.arbeitundleben.eu

Verantwortlich für den Inhalt:

Miro Jennerjahn

Redaktion:

Steffen Rohkohl, Jeannine Harder

Layout:

Jeannine Harder

Leipzig, Dezember 2023

Das Angebot „Eine Reise in meine Zukunft“ wurde erstellt im Rahmen des Projektes „Jugend und Religion – Politische Bildung an Berufsschulen“.

Projektträger: Bundesarbeitskreis Arbeit und Leben DGB/VHS e.V.

Verantwortlich: Barbara Menke

www.jugend-und-religion.de

Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

4. Körperlichkeit und Kommunikation



Konzeptdokumentation – „Körperlichkeit und Kommunikation“

Kurzbeschreibung:

Das Thema Körperlichkeit spielt im Bewusstsein von jungen Menschen eine wichtige Rolle. Nicht nur die Entwicklung der eigenen Identität, sondern auch soziale Interaktionen in Schule, Freundeskreis oder Berufsleben fordern und prägen gleichzeitig die Zielgruppe von politischer Bildung.

In diesem Workshop soll das Zusammenspiel der Themen Körperlichkeit und Kommunikation erforscht werden, um die essenzielle Rolle des Körpers in unserem täglichen Austausch zu erkunden. Besonders für junge Erwachsene, die sich z.B. auf Bewerbungsgespräche vorbereiten oder mitten in der turbulenten Phase der Pubertät stecken, ist ein bewusstes Verständnis ihrer Körperlichkeit von entscheidender Bedeutung.

Der Workshop sollte einen sicheren Raum bieten, um Distanzen abzubauen und das Selbstbewusstsein in Bezug auf die eigene Körperlichkeit zu stärken. Ziel soll sein, dass das Bewusstsein für einen bewussten Umgang mit unserem Körper nicht nur die Qualität unserer Kommunikation verbessert, sondern auch unsere persönliche und berufliche Entwicklung maßgeblich beeinflusst.

Die folgenden Methoden sind nur eine Ansammlung von Methoden für potentielle Teilnehmer:innen, je nach Bedarf und Möglichkeiten der Einzelnen und der Gruppe sollten vor Ort angemessene Methoden eingesetzt werden.

Für den Einsatz in den verschiedenen Phasen eines Bildungsangebots sind die Methoden in einzelne Module eingeteilt, diese sind jeweils farblich hervorgehoben:

- Ankommen und Kennenlernen
- Wertschätzende Kommunikation
- Persönlichkeitsentwicklung

Viel Spaß beim Ausprobieren!

Raumlauf mit Impulsfragen – Ankommen und Kennenlernen

Lernziele:

- Ankommen am Ort der Veranstaltung (drinnen oder draußen umsetzbar)
- sich kennenlernen und vertraut(er) miteinander werden
- sich zeigen und gesehen werden als sichere Gruppenerfahrung

Lerninhalte:

- Austausch in wechselnden Paaren mit Hilfe von Impulsfragen, die außerdem getauscht werden (eine pro Moderationskarte)
- aufmerksames Hören üben
- Erinnerungen verknüpfen mit einzelnen Gesprächssituationen - körperliches Erleben als Erinnerungsanker
- Abgleich von „Meinen“ und „Verstehen“ (s. „Vier-Ohren-Modell“)



Ablauf:

1. Leitung lässt Impulsfragen von TN verdeckt ziehen
2. Erläuterung des Ablaufs durch Leitung
 - a. „Spaziert durch den Raum/Platz und habt Eure Moderationskarte mit einer ersten Frage an Euch selbst dabei. Während ihr geht, kann Euch die Frage begleiten.“
 - b. „Sobald ihr ein akustisches Signal hört, findet Euch zu zweit und teilt Eure Antwort auf die Frage mit. Berichtet nur das, was ihr auch mit der gesamten Gruppe teilen wollt und hört aufmerksam zu. Im Anschluss tauscht Eure Karten, verabschiedet Euch und geht erneut spazieren.“
 - c. Dieser Vorgang wiederholt sich ein paar Mal.
 - d. Im Anschluss kommen wir wieder im Kreis zusammen, um jede*n vorzustellen:
3. Eine Person beginnt und sagt den eigenen Namen. Im Anschluss berichten die Menschen, die sich mit der Person ausgetauscht haben, was sie über sie erfahren haben. Falls sich bei der Wiedergabe Fehler einschleichen, soll die vorgestellte Person das bitte benennen.

Keywords/Tags:

Kennenlernen, Ankommen

Links:

<https://www.sprachfoerderung.eu/baustein/der-raumlauf/>

<https://improflair.at/momentum/knowledgebase/raumlauf/varianten-des-raumlaufs/>

Nähe – Distanz – Übung – Ankommen und Kennenlernen

Lernziele:

- Wahrnehmung der eigenen Grenzen in Abhängigkeit des Gegenübers
- ehrliches Mitteilen der eigenen Grenzen (verbal und non-verbal)
- wertungsfreies Anerkennen der Grenzen Anderer



Lerninhalte:

- Sensibilisierung der eigenen Wahrnehmung
- Entwicklung von Vertrauen in Körperreaktionen
- Ausloten von Nähe und Distanz zu anderen Personen

Ablauf:

1. Raum wird frei geräumt, Teilnehmende finden sich paarweise
2. Hälfte der Gruppe stellt sich als Reihe - mit Abstand zwischen den einzelnen Personen – an eine Wand des Raums, die Partner*innen stellen sich mit Abstand jeweils gegenüber.

Variante 1 (mit offenen Augen): Eine Hälfte beginnt und läuft so lange im individuellen Tempo auf Partner*in zu bis diese*r „Stopp!“ sagt. Blickkontakt halten. Falls Partner*in näherkommen darf, kann das kommuniziert werden.

Variante 2 (mit geschlossenen Augen): wie Variante 1, wobei die Person, die steht, die Augen schließt und die Wahrnehmung auf die übrigen Sinne fokussiert.

3. Rollentausch und Partner*innen-Wechsel
4. paarweises Reflexionsgespräch, z.B. „Wie hast Du die Übung erlebt?“, „Ist es Dir vertraut oder fremd auf Nähe und Distanz zu achten?“, „Was ist Dir leicht, was ist Dir schwer gefallen?“, „Was hat sich mit dem Partner*innen-Wechsel verändert?“

Keywords/Tags:

Kennenlernen, Ankommen, Nähe, Distanz

Links:

https://www.icja.de/fileadmin/data/YAP-CFD/Downloads/1_Naehе-und-Distanz.pdf

<https://ipc-akademie.com/blog/naehе-und-distanz-die-kraft-der-polaritaet/>

Konzentrierter Dialog – Wertschätzende Kommunikation

Lernziele:

- Erleben des Dreischritts der Wahrnehmung „wahrnehmen-bewerten-interpretieren“
- aufmerksames Hören als Bereicherung für Person, die spricht wie auch für Person, die hört

Lerninhalte:

- klares, prägnantes Formulieren
- wertungsfreies/sachliches Hören und mit eigenen Worten wiedergeben (Spiegeln)
- Abgleich von „meinen“ und „verstehen“

Ablauf:

1. TN finden sich zu dritt, es wird jeweils Rolle A, B und C untereinander verteilt
2. Rollen A und B tauschen sich über selbst gewähltes strittiges Thema aus, z.B. „Handyverbot in der Schule“, wobei A die ersten Gedanken bzw. Argumente zum Thema formuliert. Rolle B gibt das Gehörte zunächst mit eigenen Worten wieder. Dann formuliert Rolle B eigene Argumente zum Thema. Dann gibt Rolle A zunächst mit eigenen Worten das zuletzt Gehörte wieder. Rolle C beobachtet und überprüft Einhaltung der Regeln
3. Dialog wird auf diese Weise 5 Minuten geführt, dann werden Rollen und ggf. auch Themen getauscht, bis jede:r TN alle drei Rollen einmal erlebt hat.
4. Reflexion im Plenum, offen oder z.B. mit folgenden Reflexionsaussagen: „*Leicht lasse ich das unter den Tisch fallen, was mir nebensächlich oder unangenehm ist.*“, „*Bei der Wiedergabe können sich verfälschende Interpretationen einschleichen.*“, „*Leicht bleibe ich an einer Aussage hängen und entwickle meine Gedanken dazu. Was mein Gegenüber in der Zwischenzeit sagt, geht an mir vorbei.*“, „*Wenn ich zuhöre und wiederhole, wird mein Temperament gebremst. Ich antworte behutsamer.*“

Keywords/Tags: Kommunikation, Dialog, Rollen, Regeln

Links:

<https://www.philognosie.net/kommunikation/kommunikationstraining-beobachten-interpretieren-und-bewerten>

Feedback geben und nehmen – Wertschätzende Kommunikation

Lernziele:

- Sprachliche Orientierung, um wertschätzend und konkret Rückmeldung zu einer erlebten Situation zu geben

Lerninhalte:

- Input zu einem Feedback-Leitfaden

Ablauf:

1. Präsentation der Visualisierung des Feedback-Leitfadens:
„www.de“
 - „w“ – Wahrnehmung
 - „w“ – Wirkung
 - „w“ – Wunsch
 - „d“ – Dankeschön
 - „e“ – Entscheidung
2. Person, die Feedback gibt, formuliert als „Ich-Botschaft“, was sie genau wahrgenommen hat (z.B. fehlender Blickkontakt, Lautstärke der Stimme) und wie das auf sie gewirkt hat (z.B. Irritation, besseres Verständnis), um daraus einen Wunsch zu formulieren („Bitte schau mich an, wenn du mit mir sprichst.“ Oder „Behalte dir das gerne bei.“)
3. Person, die Feedback erhält, darf diese Form der Rückmeldung als Geschenk verstehen und entscheidet selber, was sie mit dieser Rückmeldung macht
4. Hinweis: Überprüfe, wenn du Feedback geben möchtest, ob es die passende Situation für dein Gegenüber ist!



Keywords/Tags: Kommunikation, Feedback

Links:

<https://www.ludewig.team/gutes-feedback-geben/>

Gefördert vom:

„Vier – Ohren – Modell“ (nach Schulz von Thun) – Wertschätzende Kommunikation

Lernziele:

- Verständnis für unterschiedliche Situationen und Faktoren, die Kommunikationssituationen beeinflussen
- Vertiefung bzw. Kenntnis und Verständnis der „Vier Ohren“

Lerninhalte:

- Reflektion des eigenen Kommunikationsverhaltens
- Übertragung auf eigenen Alltag

Ablauf:

1. Zusammentragen „Vier-Ohren-Modell“ (siehe Link)
2. Auslegen der vier Ohren (Sach-, Appell-, Selbstaussage und Beziehungsohr)
3. Aufstellen der TN nach Testergebnis (z.B. häufigstes Ohr oder seltenstes Ohr)
4. Reflektieren der Vorteile der einzelnen Ohren/Verstehensebenen
5. Zusammentragen unterschiedlicher Situationen, in denen verschiedene Ohren gebraucht werden

Keywords/Tags: Kommunikation, Zuhören und Verstehen, Situationen

Links: <https://www.schulz-von-thun.de/die-modelle/das-kommunikationsquadrat>
<https://wirksam-kommunizieren.de/vier-seiten-modell-von-schulz-von-thun/>

Zollstock-Übung – Wertschätzende Kommunikation

Lernziele:

- konstruktiver Umgang mit Konflikten
- Stärkung des Miteinanders bzw. Sichtbarmachen und Bearbeiten von versteckten Konflikten
- sachlich Rückmeldung geben und erbitten
- Fokus halten und Ruhe bewahren

Lerninhalte:

- Selbst- und Fremdwahrnehmung („sehen und gesehen werden“)
- Persönlicher Umgang mit Unsicherheit und ungeklärten Fragen, Stress und starken Gefühlen wie Ungeduld und Wut
- Regulation innerhalb der Gruppe

Ablauf:

1. Gruppe wird aufgefordert, sich in zwei Reihen gegenüber aufzustellen und Zeigefinger vor sich auszustrecken
2. Ein Zollstock wird ausgeklappt und der Länge nach auf die ausgestreckten Zeigefinger gelegt
3. Aufgabe an die Gruppe: „Legt gemeinsam den Zollstock auf den Boden ab! Alle Zeigefinger müssen den Zollstock stets berühren. Sprecht miteinander im Team, Pausen sind jederzeit möglich.“
4. Leitung beobachtet und unterstützt/moderiert und spiegelt bei Bedarf

Keywords/Tags: Teamwork, Gruppenarbeit, Zusammenhalt, Kooperation, Konflikte

Link: <https://www.jugendecho.de/spielesammlung/item/28-schwebender-stab-zollstock>

Was ist deine Ressource? – Persönlichkeitsentwicklung

Lernziele:

- Bewusstwerden eigener Stärken
- Aushalten von Momenten der Stille und des Nicht-Wissens
- Erleben, dass weitere Einfälle/Ressourcen auftauchen, wenn wiederholt gefragt wird und Zeit zur Verfügung steht

Lerninhalte:

- Selbstreflexion
- Erleben des persönlichen Umgangs mit „ungefüllter“ Zeit
- Ausdrücken der eigenen Stärken und dabei kommentarlos gehört werden (siehe Rolle B)
- Aufmerksames, wertungsfreies Hören (siehe Rolle A)

Ablauf:

1. TN finden sich paarweise, Verteilung von Rolle A und B
2. Rolle A fragt: „(Name TN), was ist deine Ressource?“, Rolle B antwortet z.B. „Ich bin zuverlässig“
3. Rolle A fragt wieder: „(Name TN), was ist deine Ressource?“, Rolle B antwortet z.B. „Ich kann gut zuhören“
4. Ablauf wiederholt sich entsprechend der Zeitvorgabe (mind. 10 Minuten)
5. Anschließend Zeit für Notizen, dann Rollentausch

Keywords/Tags: Reflexion, Stärken, Schwächen, Persönlichkeit

Überzeugend argumentieren - Der 5-Satz - Persönlichkeitsentwicklung

Lernziele:

- Verständnis für Argumentationsstruktur und Anwendbarkeit

Lerninhalte:

- Argumente sammeln, ordnen und priorisieren
- Perspektivwechsel durch Pro- und Contra-Argumente
- Logisch Denken und Sprechen üben

Ablauf:

1. Input: Argumentationsstruktur im Alltag

- Struktur aus der Rhetorik: 5-Satz (Einleitung, Argument 1, Argument 2, Argument 3, Zwecksatz (Fazit, Appell, Meinung))

2. Vorteile des 5-Satzes: Gegenüber hört Argumente vor Zwecksatz, Argumente sind kurz und prägnant, drei können vom Gegenüber gut aufgenommen werden, Argumente sollten für Gegenüber überzeugend gewählt (siehe Situationsmodell) und in logische Reihenfolge gebracht werden

- *Bsp: Vorstellungsgespräch auf Azubi-Stelle im Altenpflegeheim der Diakonie in Halle/S.*

1. *Einleitung: „Ich freue mich sehr über die persönliche Einladung zum Bewerbungsgespräch!“*
2. *Arg 1: „Aufgrund dessen, dass ich in Halle/Neustadt wohne, hätte ich einen kurzen Arbeitsweg.“*
3. *Arg 2: „Des Weiteren bin ich sehr vertraut mit alten Menschen bzw. dieser Generation, da ich mit meinen Großeltern aufgewachsen bin und regelmäßig engen Kontakt mit ihnen hatte.“*



4. *Arg 3: „Das Leben christlicher Werte liegt mir am Herzen und möchte ich nur allzu gern auch beruflich integrieren!“*
5. *Zwecksatz: „Aus den genannten Gründen würde es mich sehr freuen, wenn ich als Azubi in ihrem Unternehmen arbeiten dürfte!“*

5. Visualisieren und Auslegen der „5-Satz“-Struktur auf Moderationskarten
6. Verteilen kleiner Zettel, auf die jeweils ein Beruf geschrieben werden soll, falten und losen lassen
7. Vorbereiten eines individuellen „5-Satzes“ und während des Formulierens Struktur abgehen

Keywords/Tags: Persönlichkeitsentwicklung, Argumente, Diskussion, Logik, Sprache, Gespräch

Links:

<https://www.schulz-von-thun.de/modelle/das-situationsmodell>

Stories for tomorrow- ein Raum für Wandel und Lernen und Svenja Reinholtz von JuRe SH // Mai 2022 // [Blog](#)

YOU, ME, IDENTITY – Forschungswerkstatt Identität

Was macht meine Identität aus? Welche Rolle spielen Zuschreibungen? Inwiefern beeinflussen unsere Identitätsbausteine unsere Freiheit und wie können wir mit vielschichtigen, sich entwickelnden Identitäten gut miteinander lernen, leben und arbeiten?

Für eine vertiefte Auseinandersetzung mit diesen Fragen haben wir in Kooperation mit Stories for tomorrow - Ein Raum für Wandel und Lernen einen 8 Schulstunden umfassenden Projekttag entwickelt, der besonders von Berufsschulklassen aus angehenden Erzieher*innen und Sozialpädagogischen Assistent*innen gebucht wird. Eine Anpassung und Verkürzung für Klassen, die noch Deutsch lernen wurde ebenfalls erprobt. Hier findet ihr die Inhalte inklusive Angaben zu Material- und Zeitaufwand.



Gefördert vom:

Aufwärmübung: Speed Dating (20 Minuten)

Ziele der Übung:

- Teilnehmende „gedanklich warm machen“.
- Teilnehmende niedrigschwellig zum Reden animieren.
- Über Alltagserfahrungen einen einfachen und nachvollziehbaren Einstieg in das Thema ermöglichen.

Fragenvorschläge:

- Was macht dich einzigartig?
- Was sind drei Dinge, die neue Freund*innen über dich wissen sollten?
- Welchen Gruppen gehörst du an?
- Was war deine letzte Erfahrung in einer Gruppe?
 - o Alternativ: Was war deine letzte positive Erfahrung in einer Gruppe?/...negative Erfahrung in einer Gruppe?

Die Teilnehmenden tauschen sich eine Minute lang zu zweit zu der gestellten Frage aus. Danach erfolgt ein Partnerwechsel, und eine neue Frage wurde diskutiert. Auf diese Weise kommen die Teilnehmenden in kurzer Zeit mit unterschiedlichen Personen ins Gespräch. Zwischen den ca. zweiminütigen Pärchen-Fragephasen gehen die Trainer*innen durch den Raum und Sammeln für die gesamte Gruppe einzelne Eindrücke ein. Vielleicht habt ihr bei dem ein oder anderen Gesprächspaar schon etwas aufgeschnappt, was interessant für die gesamte Gruppe sein könnte. Ziel ist nicht, besonders „gute“ oder sozial erwünschte Antworten zu unterstreichen, viel mehr kann die Spannweite aufgezeigt werden, die das Thema Identität für die Teilnehmenden hat: Einer Person fällt zu ihrer Einzigartigkeit vielleicht ein Hobby ein, einer anderen Person ihre kulturelle Zugehörigkeit. Wichtig: Überlegt sehr bewusst, nach welchen Fragen ihr aktiv auf Teilnehmende zugeht und sie auffordert, ihre Gedanken mit der Gruppe zu teilen. Bei Fragen nach (positiven oder negativen)

Gefördert vom:

Gruppenerfahrungen bietet es sich eher an, in den Raum zu fragen, ob eine Person oder ein Gesprächspaar etwas mit der Gruppe teilen will.

Arbeitsphase: Identität und ich – Identität und wir (90 Minuten insgesamt)

In dieser Arbeitsphase wird den Teilnehmenden vermittelt, wie Identität als individuell und gleichzeitig gesellschaftlich formbare Kategorie wahrgenommen werden kann und wie vielfältig die „Bausteine“ sein können, aus denen wir unsere Identität konstruieren.

Ziele der Übung:

Einzelarbeitsphase:

- Bewusstsein schaffen über eigene Identitätsbausteine – Was ist mir wichtig, was macht mich aus?

Gruppenarbeitsphase:

- Unterschiede und Gemeinsamkeiten erkennen
- Herausarbeiten von übergeordneten Kategorien
- Ggf. Reflexion über Leerstellen und nicht genannte Kategorien

Material: Stifte, Plakate o. Arbeitsblätter „Identitätskreise“, Moderationskarten, Marker, freie Wand o. Pinnwand zum Sammeln, ggf. Kreppband oder Pinnwand-Nadeln.
Zeit: Ca. 90 Minuten: 20 Minuten Einzelübung, 30 Minuten Gruppenübung, 40 Minuten Gruppendiskussion und Ergebnisse festhalten (Pinnwand)



Gefördert vom:

Einzelübung: Identität & Ich

In Einzelarbeit schreiben Teilnehmende 10 Dinge auf, die sie persönlich ausmachen. Anschließend erhält jede Person das Arbeitsblatt mit „Identitätskreisen“ (Konzentrische Kreise in deren Zentrum eine Person abgebildet ist). In den inneren Kreisen werden die wichtigsten Dinge eingetragen, in den äußeren Kreisen die Dinge, die zur Identität gehören, aber von den Teilnehmenden als weniger wichtig gewertet werden.

Gruppenübung: Identität & wir

In Gruppenarbeit stellen die Teilnehmenden sich gegenseitig ihre ausgefüllten Identitätskreise vor und vergleichen ihre Ergebnisse. Was ist ähnlich, wo sind Unterschiede, was wurde unterschiedlich priorisiert? Im Anschluss daran sollen in den Gruppen übergeordnete Kategorien gefunden werden, in die sich die einzelnen Eigenschaften der Teilnehmenden einsortieren lassen. Diese sollen die Gruppen auf Moderationskarten festhalten. Kategorien aus der ersten Durchführung waren hier etwa: *Hobbies, Sport, Freunde, Werte, Heimat, Reisen, Haustiere, Zeit für sich*

Gruppendiskussion:

In einer anschließenden Reflexionsrunde im Plenum (Sitzkreis) berichten die Gruppen von ihrem Prozess des Vergleichens und Kategorien-findens. Mit Moderationskarten und Pinnwand können die Gruppen ihre Kategorien sichtbar anpinnen, die im Anschluss präsentierenden Gruppen können ihre Kategorien ggf. schon dazu ordnen. In der Gruppendiskussion kann nochmal der individuelle Prozess in der Einzelarbeit sowie die Dynamiken in der Gruppenarbeit beleuchtet werden.

- Was ist den Teilnehmenden leicht gefallen?
- Was ist ihnen schwer gefallen?
- Was haben sie zuerst auf ihr Blatt geschrieben?

Gefördert vom:

- Gab es Kategorien, die schnell gefunden wurden?
- Wobei waren die Gruppen sich uneins?

Bei der Diskussion der Kategorien achten die Trainer*innen darauf, diesen Zusammenhang von bewussten und unbewussten Identitätskategorien, gesellschaftlichen Zugängen und der Machtposition der Mehrheitsgesellschaft zu verdeutlichen.

Selbstwahrnehmung, Fremdzuschreibung und Zufälligkeit

Ein Diskussionsstrang kann die Einteilung der individuellen Identitätsbausteine und übergeordneten Kategorien in Selbstwahrnehmung und Fremdzuschreibung sein. Welche Aspekte meiner Identität erwachsen aus externen Erwartungen an mich? Habe ich das Gefühl, dass andere Menschen wissen, was mir wichtig ist?

Welche Differenzen spüren die Teilnehmenden zwischen ihrer Selbstwahrnehmung und Zuschreibungen von außen? Bei strittigen Punkten kann aus der Gruppe ein Meinungsbild eingeholt werden, etwa ob eine bestimmte Kategorie eher als fremd- oder selbstbestimmt wahrgenommen wird. Hierzu können alle Teilnehmenden dazu aufgefordert werden, per Handzeichen ihre Einschätzung zu geben, von null Fingern für vollkommen fremdbestimmt bis hin zu zehn Fingern für komplett selbstbestimmt. Hierbei sollten Trainer*innen natürlich auch die Gruppendynamik im Blick halten, um mit dieser Methode keine Minderheitenpositionen in der Gruppe noch stärker zu marginalisieren. Ein weiterer Punkt, an dem eingehakt werden kann in der Debatte ist die Zufälligkeit bestimmter Identitäts-Bausteine im eigenen Leben. Wir fühlen uns einer bestimmten Region oder Stadt identitätsstiftend zugehörig, obwohl vielleicht „nur“ eine berufliche Entscheidung der Eltern dazu geführt hat, dass wir dort geboren sind. Zugehörigkeiten, die uns ausmachen, sind in vielen Fällen komplett zufällig und ohne unser Zutun entstanden, dennoch messen wir Ihnen in unserer Selbstwahrnehmung viel Bedeutung zu. Auch dieser nicht lösbare Widerspruch lässt sich an passender Stelle in der Diskussion vielleicht verdeutlichen.

Welche Kategorien bedingen andere Kategorien?

Welche Kategorien liefern uns Handlungsfreiheit oder beschränken diese?

Gefördert vom:

Oft werden bei Übungen dieser Art sehr grundlegende Identitäts-Kategorien nicht benannt (Sexualität, Gender, Aussehen, Herkunft, Besitz, Staatsangehörigkeit etc.). Diese Kategorien sind jedoch entscheidend bei der Frage nach gesellschaftlicher Teilhabe und Verteilung von Macht. Als Trainer*in helfen folgende Fragen:

- Nehmen sich weiße Teilnehmende als weiß wahr?
- Nehmen sich christliche geprägte Teilnehmende als christlich geprägt wahr?
- Nehmen sich männliche Teilnehmende als männlich wahr?
- Welche Identitätsbausteine bestimmen unsere Freiheiten?

Ein Ziel der Gruppendiskussion ist, ein Bild davon zu bekommen, welche Identitäts-Kategorien sich wie auf andere auswirken

- Wenn „Reisen“ mich in meiner Identität ausmacht, müssen davor erst Kategorien wie „Staatsangehörigkeit“, „Einkommen“, evtl. auch „Sexualität“ in bestimmter Weise erfüllt sein.
- Wenn „Heimat“ eine Kategorie ist, die von den Teilnehmenden gefunden wurde, dann hängt diese Kategorie auch mit den möglichen Kategorien von „Hautfarbe“ oder „Sprache“ zusammen. Ich reise gerne und lerne andere Kulturen kennen.“ -> Ich habe einen deutschen Pass und die nötigen Ressourcen, um zu reisen.
- „Ich spiele gerne Theater.“ -> Ich habe den nötigen sprachlichen und kulturellen Zugang.
- Ein nachvollziehbares Beispiel für Mehrheitsgesellschaft sind z.B. gesetzliche Feiertage: An christlichen Feiertagen haben Schüler*innen frei, unabhängig welcher Religion sie angehören, nicht-christliche Feiertage werden hier kaum beachtet. Auch wenn ich mich nicht als Christ wahrnehme, sind es dennoch „meine“ Feiertage, an denen ich frei habe und aller Wahrscheinlichkeit auch mit der Familie feiere.

Es soll verdeutlicht werden, dass hinter sehr naheliegenden Identitätskategorien (Sport, Reisen, Hobbies etc.) fast immer komplexere Kategorien versteckt sind, die wir im Alltag oft nicht mitdenken, die aber unsere Handlungsfreiheiten in der Gesellschaft stark beeinflussen. Diese „machtvollen“ Identitätsbausteine sind für Menschen in der Mehrheitsgesellschaft sehr schnell so alltäglich, dass

Gefördert vom:

sie kaum noch wahrgenommen werden. Gleichzeitig sind sie oft Vorbedingung, um andere Bausteine auszuprägen. Hier ist jedoch darauf zu achten, aus der eigenen Trainer*innen-Perspektive einzelne Teilnehmende nicht für ihre ggf. privilegierte Position verantwortlich zu machen oder vor der Gruppe herauszustellen. Es soll lediglich ein Problembewusstsein bezüglich Chancengleichheit und Zugangsvoraussetzungen geschaffen werden.

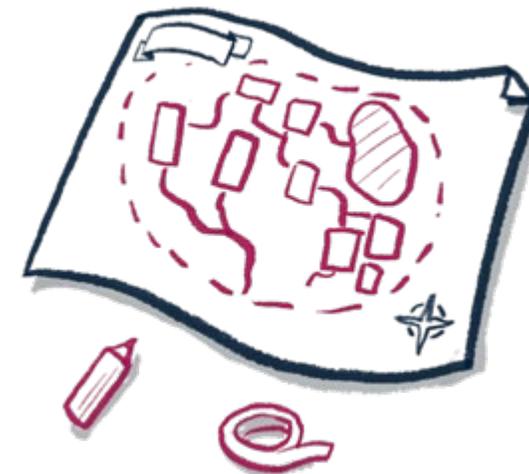
An dieser Stelle ist es wichtig, die zentralen Kategorien zu sammeln und ebenfalls an der Pinnwand festzuhalten, da diese später als Grundlage des World Cafés dienen sollen.

Arbeitsphase: Identität und Gesellschaft - Eine Stadt für alle? (90 Minuten insgesamt)

Ziele der Übung:

- Grundverständnis für den Zusammenhang von Identität und unterschiedlichem Zugang zu Alltagswelten entwickeln.
- Verständnis von identitätsbedingt unterschiedlichen Perspektiven, Freiheiten und Wahrnehmungen
- Toleranz gegenüber einer Welt ohne ideale Lösungen: Offene und plurale Gesellschaften zeichnen sich durch Debatten, Meinungsunterschiede und Konflikte aus, gleichzeitig wird oft suggeriert, dass diese eigentlich etwas Schlechtes seien. Hier soll im Idealfall ein Grundverständnis für die Widersprüchlichkeit offener Gesellschaften erzeugt werden.

Material: Plakate, Papier, Stifte, ausgedruckte Druckvorlagen mit den vorgegebenen Orten. Zeit: Ca. 90 Minuten: 45 Minuten Gestaltung der Städte, 45 Minuten Gallery Walk und Gruppendiskussion

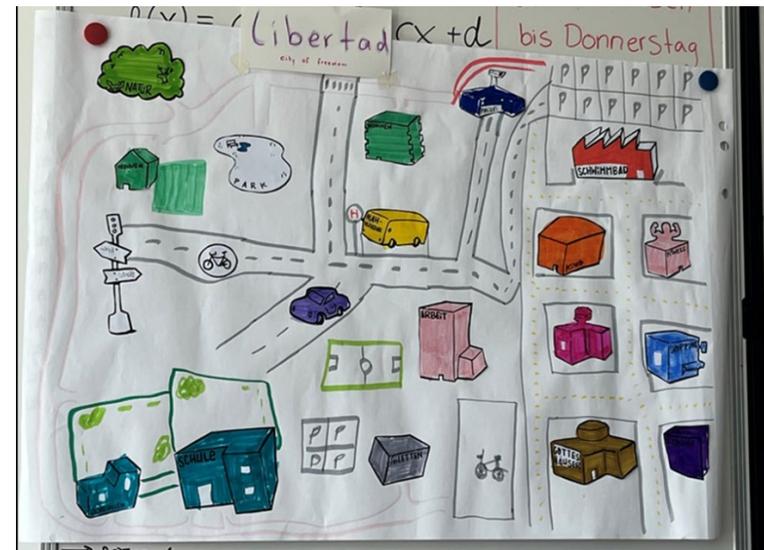


Gefördert vom:

Gruppenarbeitsphase

Die Teilnehmenden kommen erneut in Kleingruppen zusammen und gestalten auf Plakaten ihre „Stadt für alle“. Als Hilfsmittel bekommen sie ein Reihe Arbeitsblätter mit Illustrationen zum Ausschneiden (Krankenhaus, Gotteshäusern, Schule, Park, Toiletten, Bürogebäude, Autos, etc.) sowie Buntstifte und Bastelmaterial. Das Ziel der Arbeitsphase ist, dass jede Gruppe künstlerisch einen „Stadtplan“ ihrer individuellen „Stadt für alle“ erarbeitet. Gebt den Teilnehmenden in der Arbeitsanweisung noch den Hinweis, auch nochmal auf ihre Identitätskreise aus der vorangegangenen Übung zu schauen – dies soll noch einmal die inhaltliche Verbindung zum Thema Identität herausstellen.

- Wo findet sich das, was euch wichtig ist in der Stadt wieder?
- Welche der im Anschluss erarbeiteten Identitäts-Kategorien hat Einfluss auf die Art und Weise, wie Menschen Stadtraum wahrnehmen und nutzen können?



Gefördert vom:

Gallery Walk & Gruppendiskussion

In einem anschließenden Gallery-Walk stellen die Gruppen ihre unterschiedlichen Plakate und dazugehörigen Gedanken vor und diskutieren gemeinsam mit den jeweiligen Plakatgestalter*innen, wo Gemeinsamkeiten und Unterschiede bei den Städten liegen. Welche Widersprüche und Dilemmata wurden sichtbar? Wichtig an dieser Stelle: Es gibt hier keine „richtige“ Antwort. Der Versuch der Utopie-Entwicklung soll der Erkenntnis dienen, dass eine offene Gesellschaft nie ohne Konflikte, Debatten und Widersprüche auskommt. Schaut als Trainer*innen auch hier wieder auf die Elemente, die es nicht in die Städte geschafft haben. Mögliche Fragen an die Gruppen könnten sein:

- Wie wird etwa mit Gotteshäusern umgegangen?
- Gibt es eine Grenze, die definiert, ab wann die erdachte Stadt beginnt?
- Wie würde sich eine Person mit anderen Identitätseigenschaften in dieser Stadt zurecht finden?
- Wie werden die Themen Mobilität und Wohnen gedacht?
- Gibt es in eurer Stadt Obdachlosigkeit?
- Wie entscheidet ihr x in der Stadt? Natürlich geht es nicht darum, die Teilnehmenden auf die Widersprüche in ihrer Utopie festzunageln, viel mehr können stillschweigende Annahmen überprüft werden.

Arbeitsphase: World Café (90 Minuten)

Ziele der Übung:

- Perspektive zurück auf die eigene Lebenswelt richten – von der „Stadt für alle“ hin zur „Schule für alle“.
- Handlungsfähig werden: Sich über Möglichkeiten für inklusiveres und sensibleres Handeln im eigenen (Schul-)Alltag bewusst werden.

Gefördert vom:

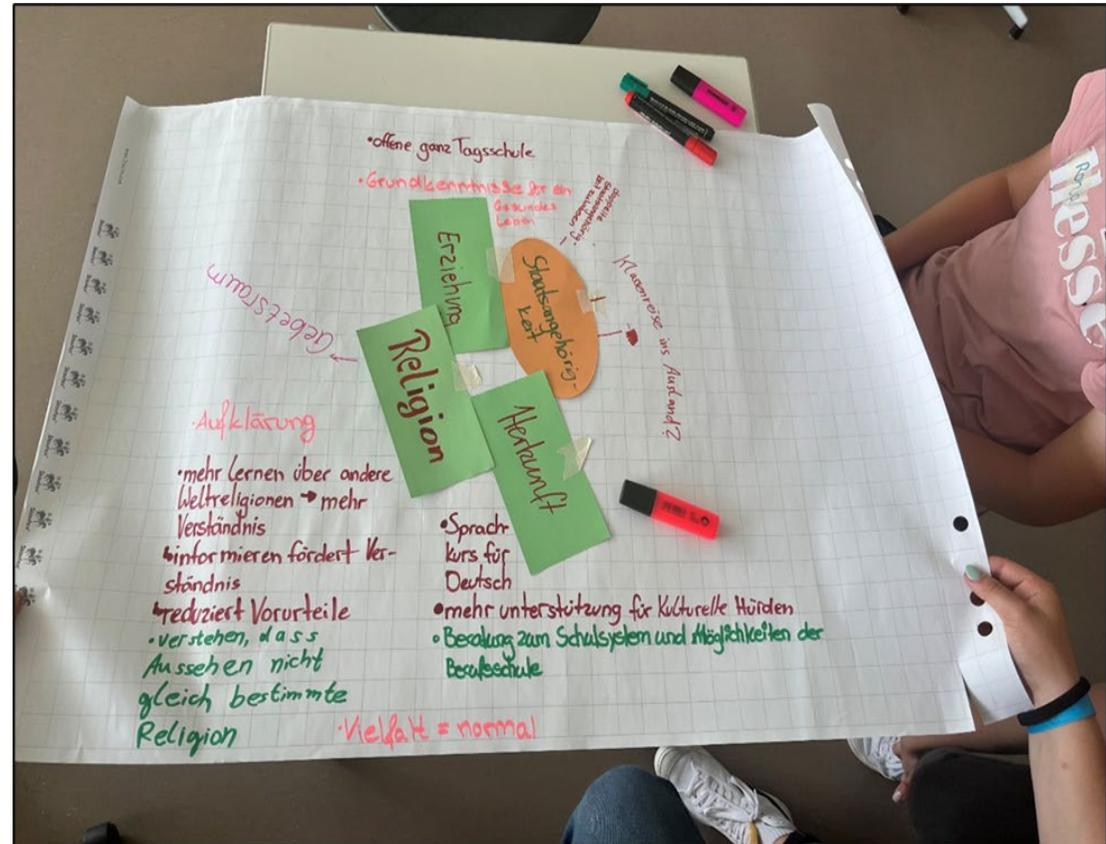
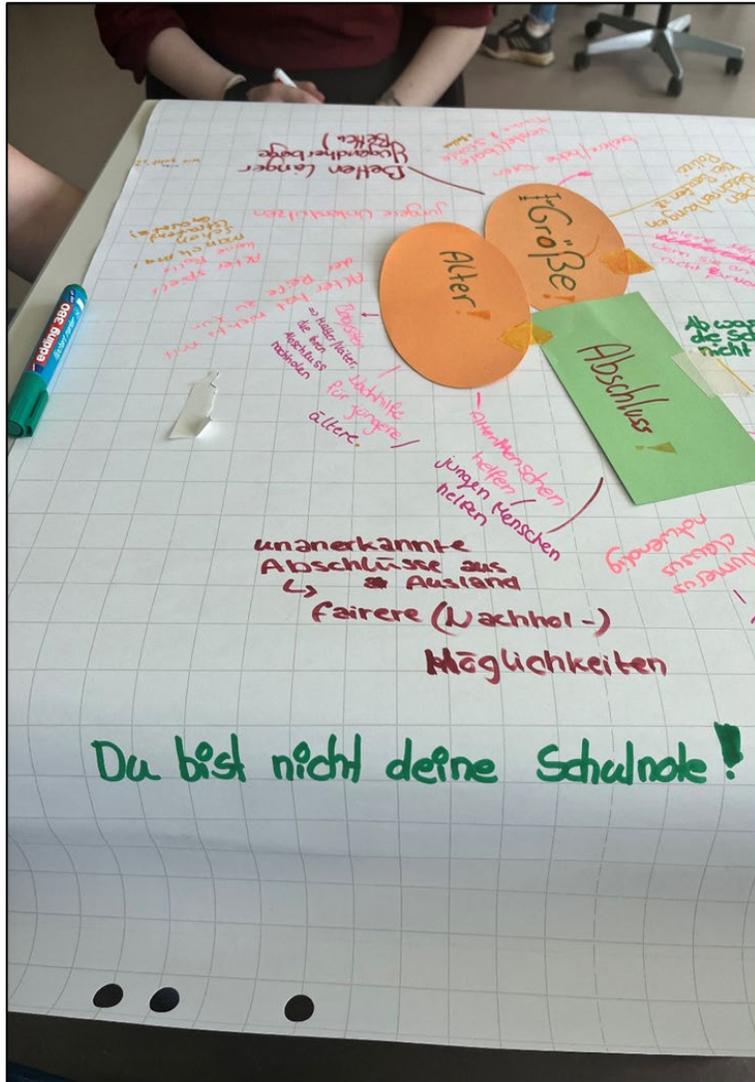
Material: Plakate, Stifte
Zeit: Ca. 90 Minuten, kann aber je nach Anzahl der Tische/Größe der Gruppen angepasst werden.

Neben der Arbeitsphase sollte auch hier eine gemeinsame Betrachtung und Besprechung der Tische eingeplant werden. Wie in einem Café werden mehrere Tische zusammengestellt. Auf jedem Tisch liegt ein großes Plakat mit einer der Identitätskategorien in der Mitte (Sexualität, Gender, Aussehen, Herkunft, Einkommen etc.) die während der Übungsphase „Identität & Wir“ gefunden wurden. Die Teilnehmenden überlegen an den Tischen, wie eine Schule gestaltet sein sollte, um eben diese Identitätskategorien besser zu berücksichtigen. Dazu notieren sie ihre Gedanken und Ideen auf dem jeweiligen Plakat. Die Moderation achtet darauf, dass die Teilnehmenden ihre Ideen so konkret wie möglich formulieren. Nach fünf Minuten erfolgt ein Tischwechsel und die nächste Kategorie wird bearbeitet. So durchlaufen alle Teilnehmenden alle Tische, sehen jeweils die Ergebnisse der vorherigen Gruppen und können inhaltlich ggf. daran anschließen.

Wichtig: Achtet in der moderierenden Rolle darauf, dass die Ideen so konkret wie möglich formuliert werden, auch mit den Bedingungen, die es dafür braucht. Diese Konkretisierung hilft den Teilnehmenden, von „allgemeinen Slogans“ zu echten Handlungsoptionen zu gelangen. Beispiel: „Über Konflikte reden“ -> Gibt es die Zeiträume dafür? Wen müsste man dafür ansprechen? Gibt es Ansprechpartner*innen, die so einen Prozess mitgestalten könnten? (SV etc.) und wer ist eigentlich in der Verantwortung, einen Konflikt anzusprechen?



Gefördert vom:



Gefördert vom:



Grundannahmen für die Gruppendiskussionen

Da wir als Trainer*innen mit der Grundannahme arbeiten, dass sich offene Gesellschaften eher durch Widerspruch und Debatte auszeichnen als durch Harmonie und einheitlichen Lösungen, müssen wir versuchen, unsere erlernten Konzepte auch immer mit ihrem gleichzeitigen Widerspruch zu denken. Die „Unmöglichkeit“ einer Stadt für alle soll am Ende etwa nicht zur Demotivation der Teilnehmenden dienen, vielmehr soll verdeutlicht werden, dass entlang gesellschaftlicher Konfliktlinien verschiedener Interessensgruppen gesellschaftlicher Fortschritt erst möglich ist. Hierzu soll das Verständnis dafür gefördert werden, dass Widersprüche, Konflikte und Interessensunterschiede nicht automatisch als gesellschaftliches Problem dargestellt werden, sondern ein Zeichen von gelungener Teilhabe und gesellschaftlichem Fortschritt sein können – wer aus seiner Position heraus in einen gesellschaftlichen Konflikt tritt, fühlt sich sicher genug, für die eigene Position einzustehen. Um als Trainer*innen Konflikte als Möglichkeit gesellschaftlichen Fortschritts vermitteln zu können, ist es wichtig, die Konzepte für dir wir einstehen gleichzeitig mit den „positiven Aspekten“ ihres Gegenteils zu denken:

- Identität ist oft wichtig, prägt uns und unser Leben, gibt uns Zugehörigkeitsgefühl und Freiheiten.
- Identität ist oft reiner Zufall, wir suchen uns nicht aus wie und wo wir geboren sind oder was uns seitdem geprägt hat.
- Wir haben den Anspruch, alle Menschen gleich und fair zu behandeln.
- Natürlich schenken wir Freund*innen oder der Familie viel mehr Aufmerksamkeit und Zuwendung.
- Als Migrant*in/PoC in einer weiß dominierten Gesellschaft wahrgenommen zu werden, kann je nach Kontext als Ausschluss oder als Empowerment wahrgenommen werden.
- Teil einer Gruppe zu sein kann beklemmend wirken und Freiheiten nehmen, gleichzeitig kann es bestimmte Identitätsaspekte bestärken und somit wieder Freiheiten und Handlungsoptionen schaffen.

Gefördert vom:

Ein entscheidender Aspekt hierbei ist die Position, von der aus Identitäten zugeschrieben werden: Wird eine bestimmte Minderheit von außen als solche „gelabelt“, oder ist die Gruppenidentität eine frei gewählte Selbstzuschreibung? Und welche Gegenstrategien sind denkbar, bei Zuschreibungen von außen?

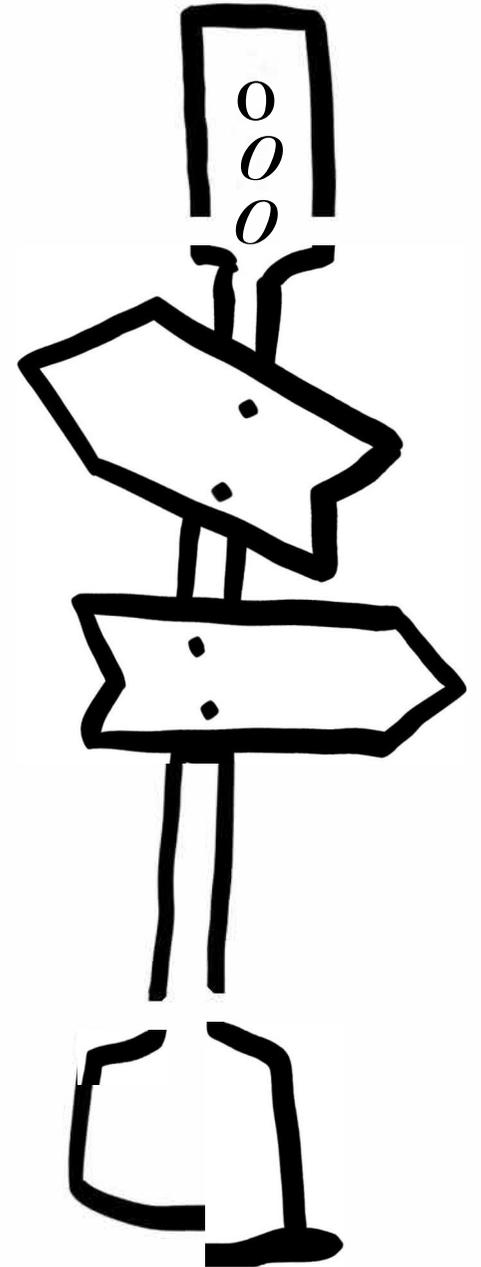
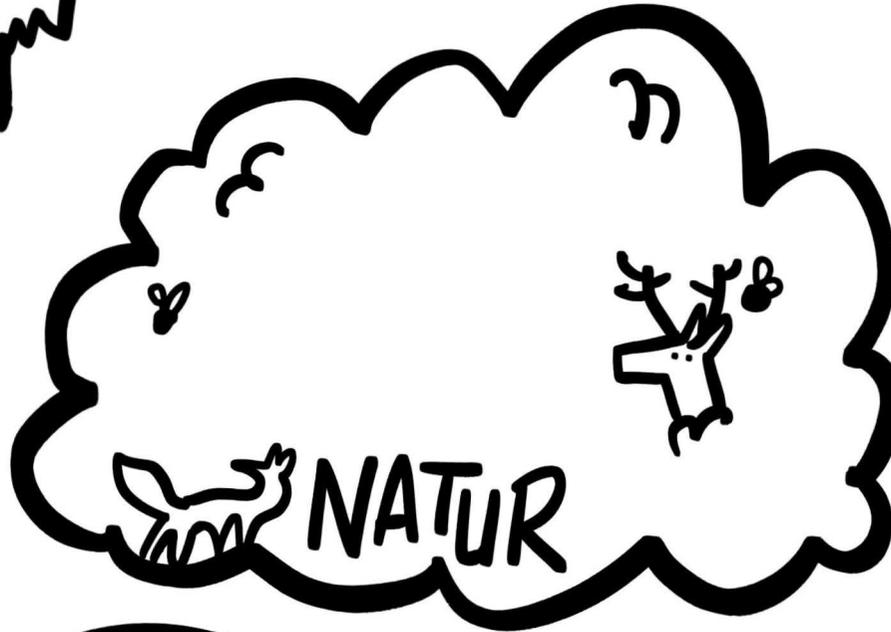
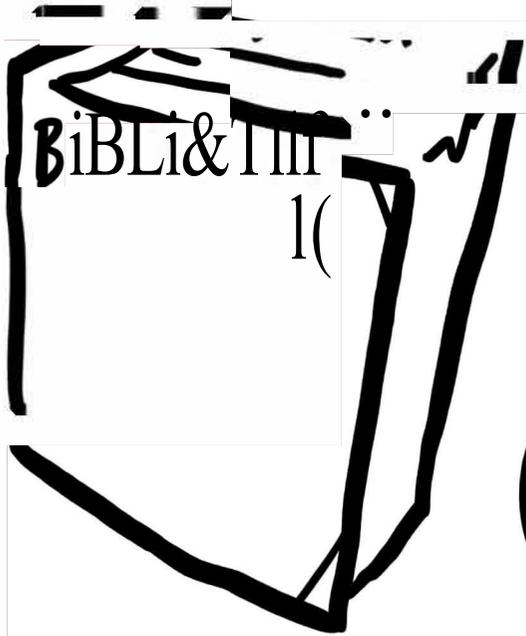
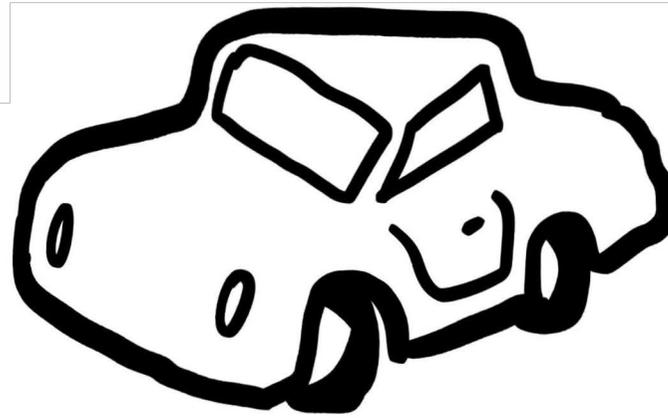
Viel Spaß bei der Durchführung!

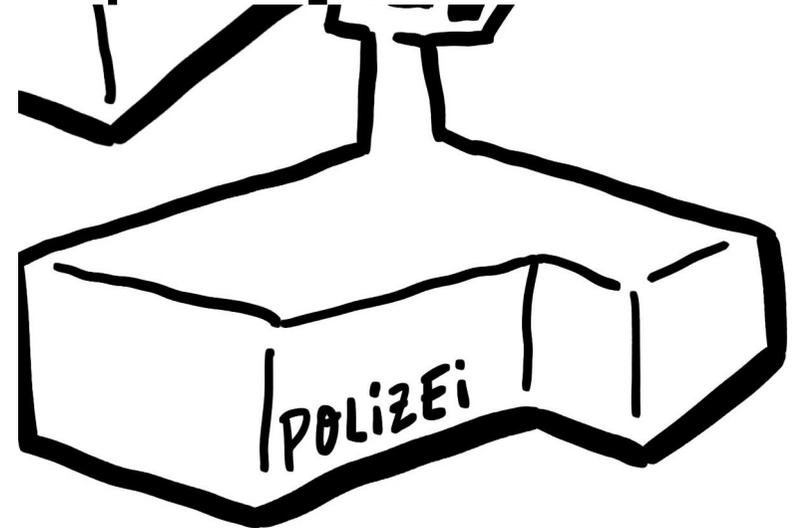
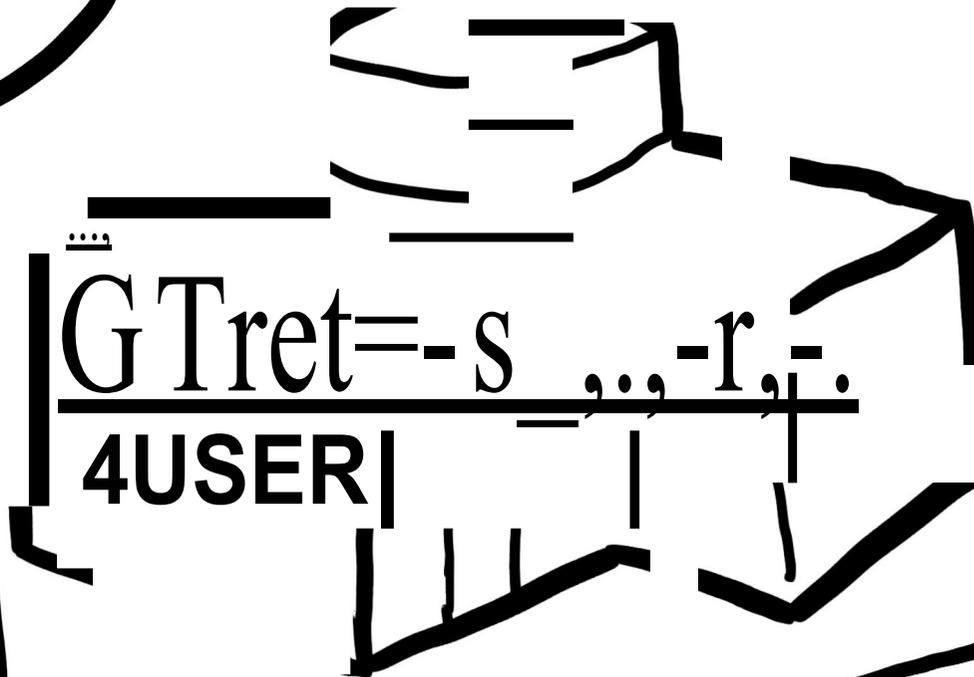
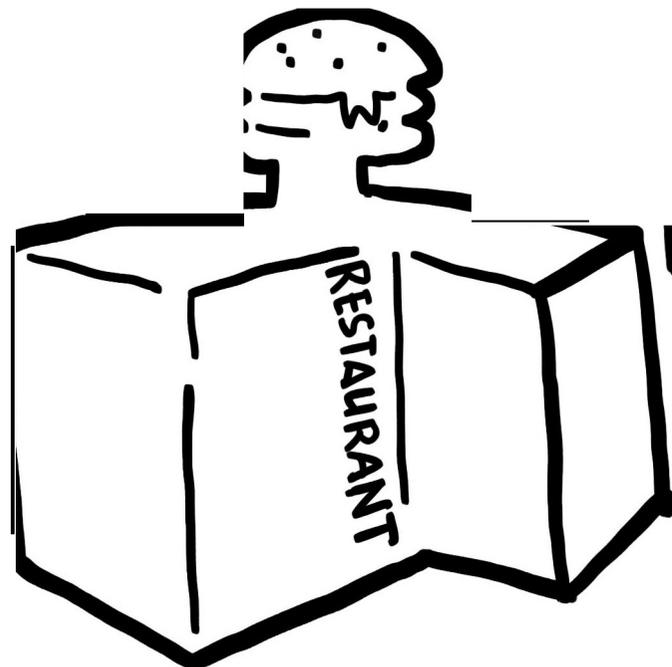
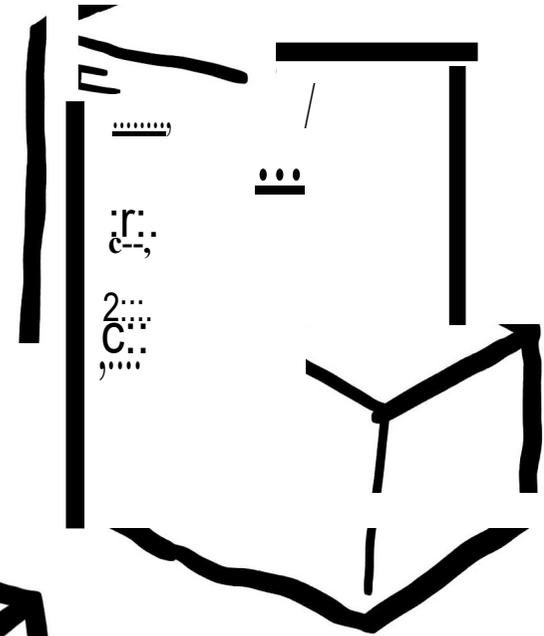
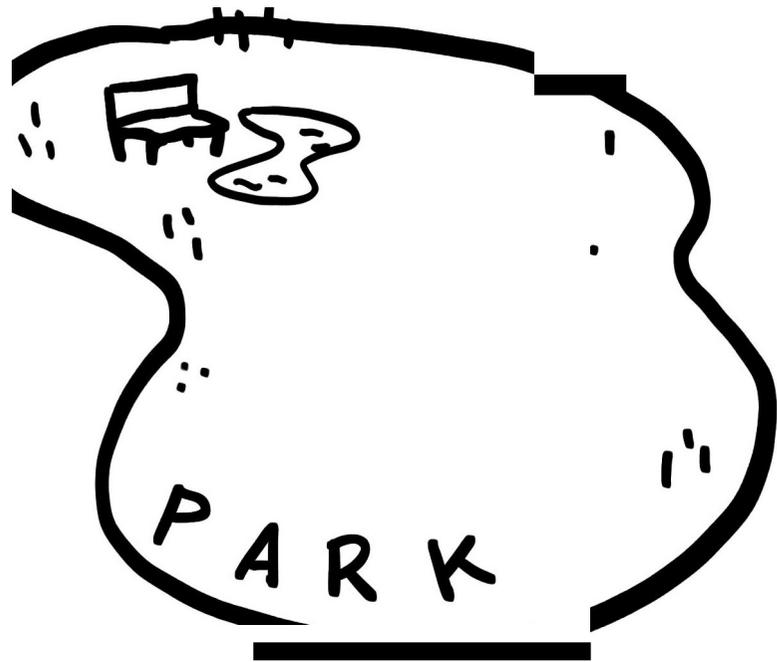
Links:

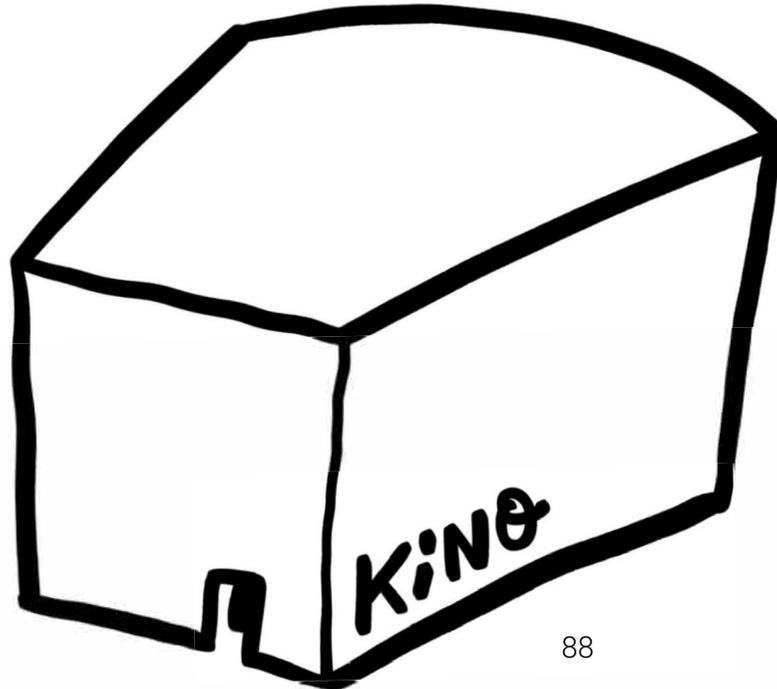
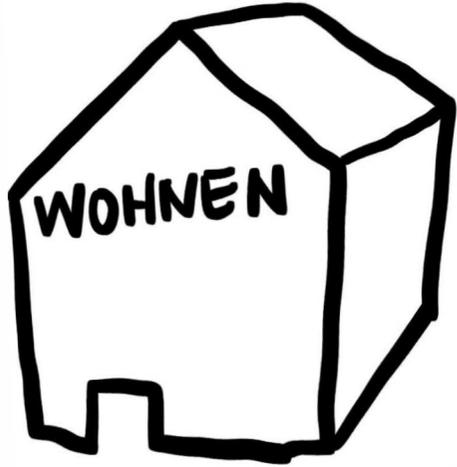
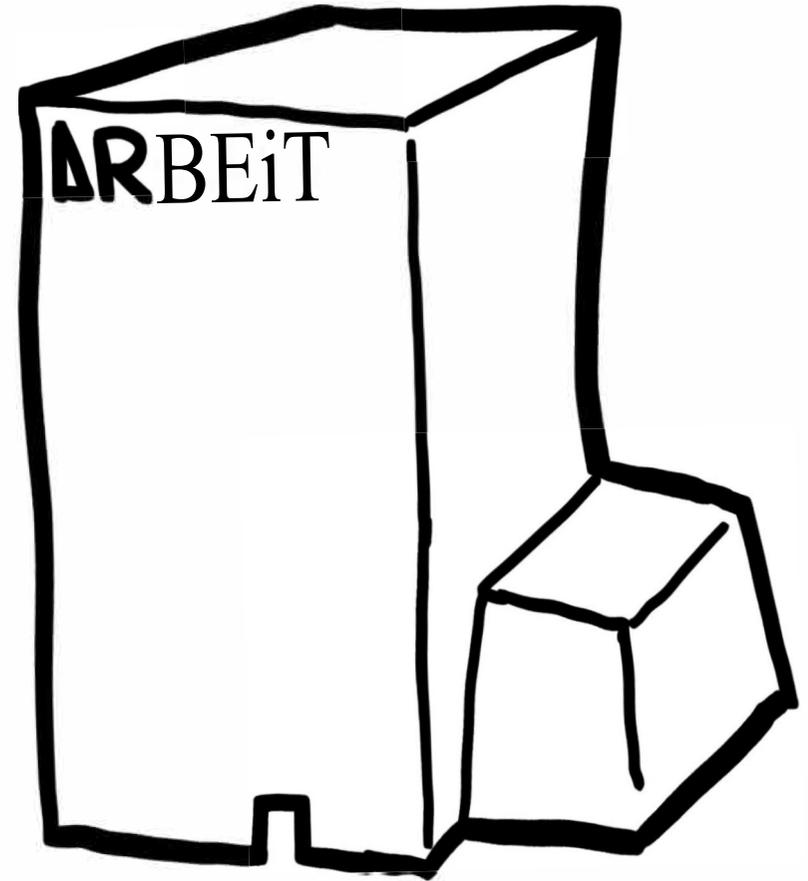
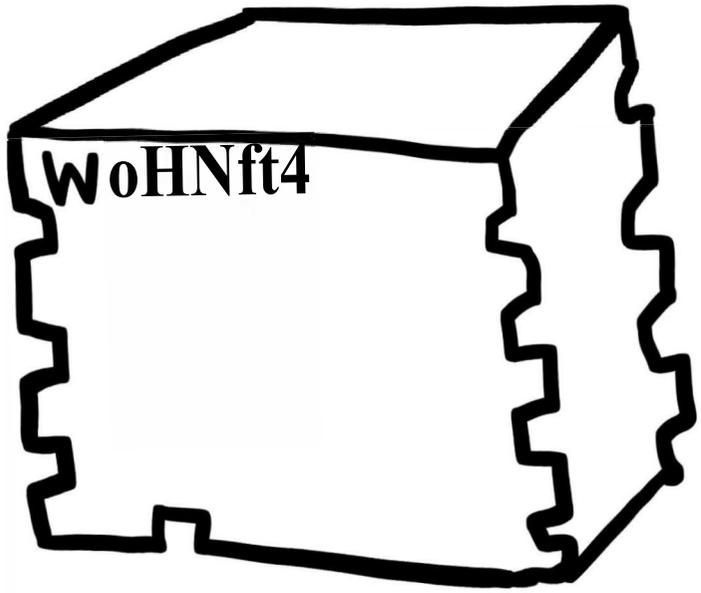
Keywords/Tags:

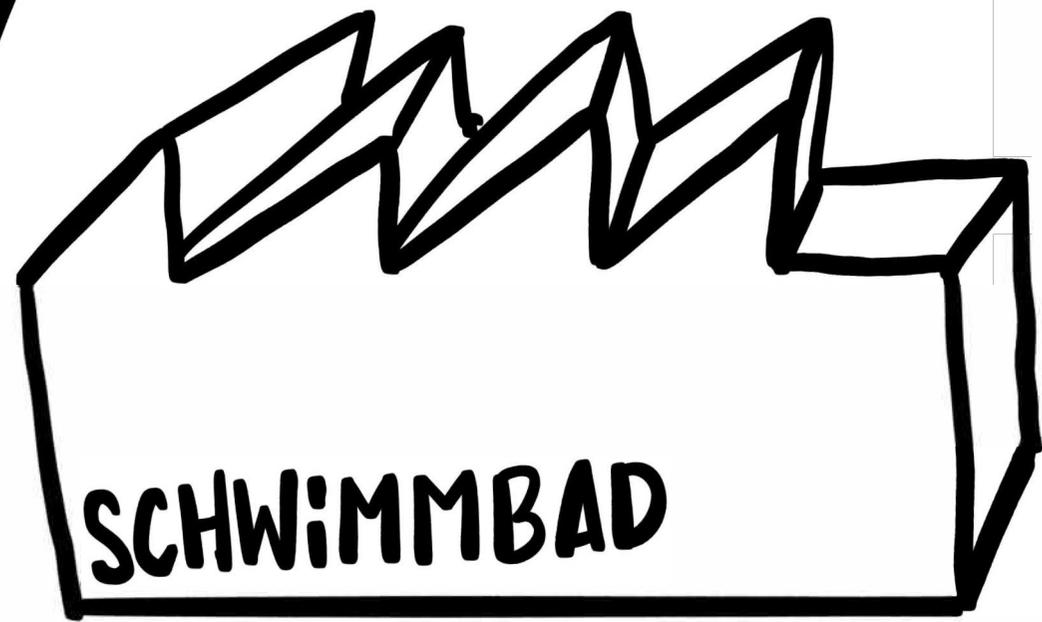
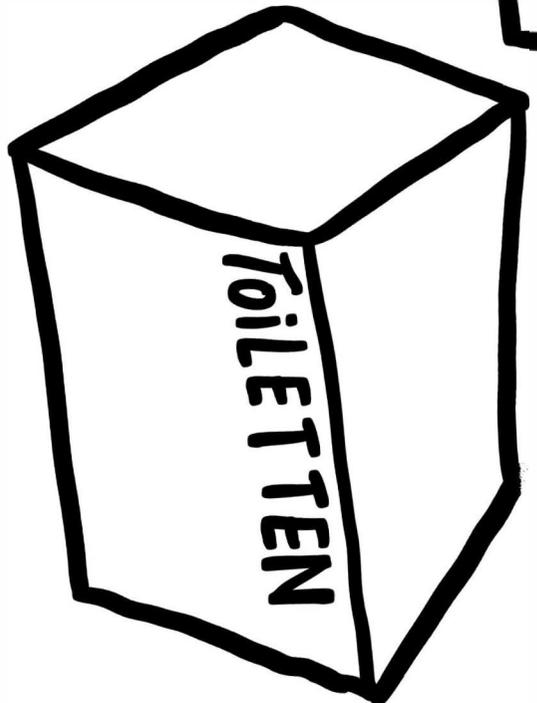
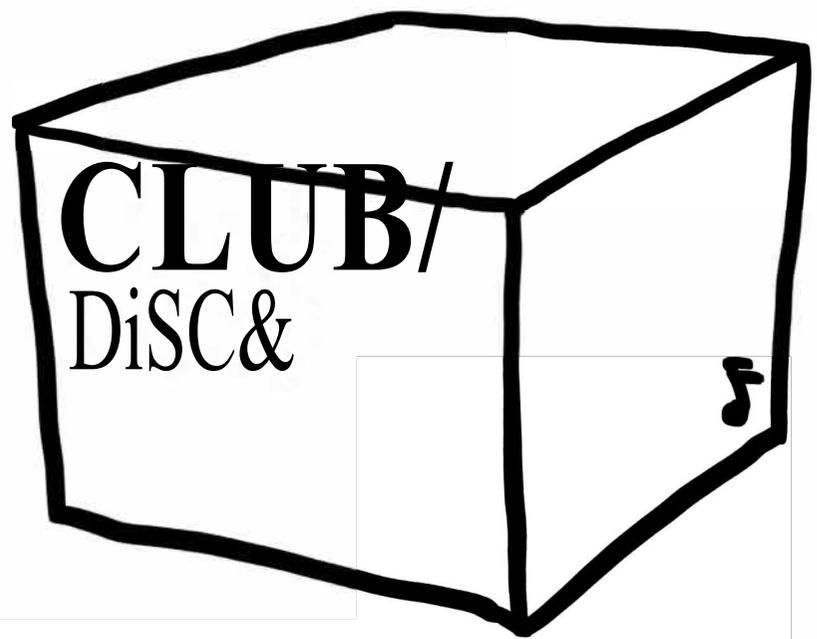
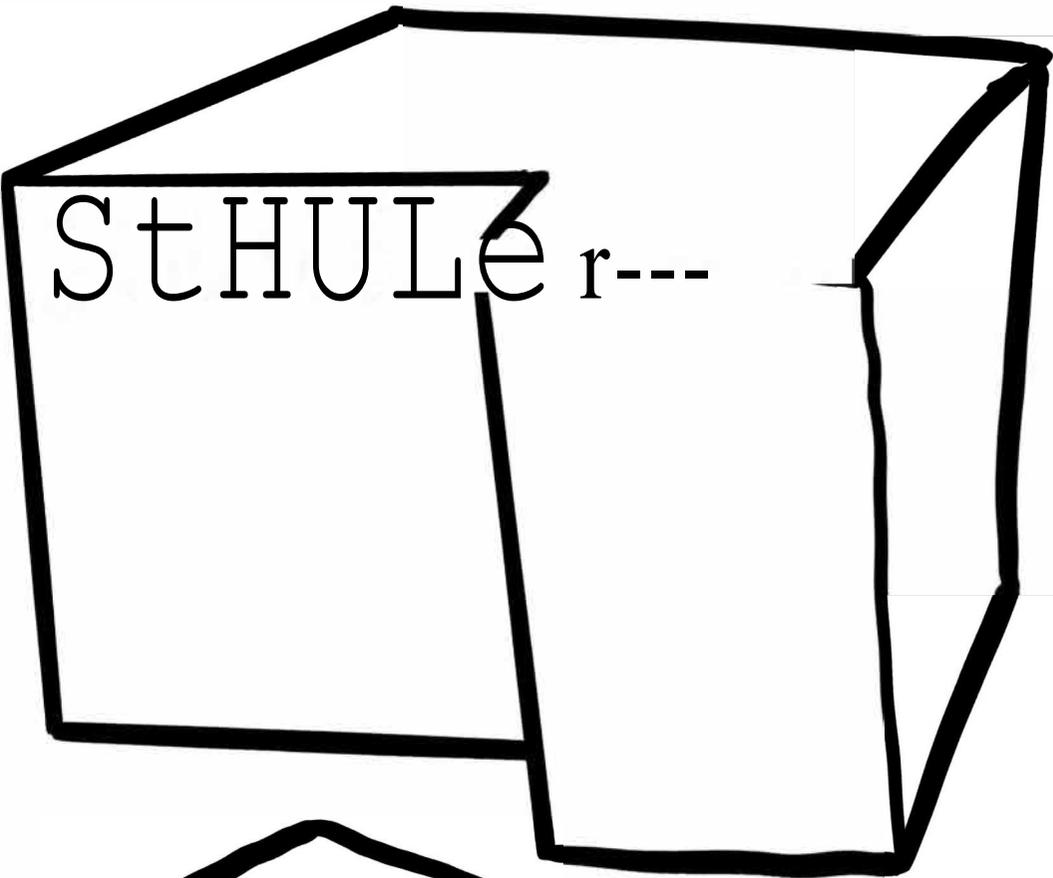
- Identität, Zugehörigkeit, Toleranz, Werte, Zusammenleben, Demokratiebildung, Kreative Methoden

Gefördert vom:











you-me-identity

PROJEKTTAG

STARTER: SPEED DATING

- Was macht dich einzigartig?
- Was sind drei Dinge, die neue Freund*innen über dich wissen sollten?
- Welchen Gruppen gehörst du an?
- Was war deine letzte Erfahrung in einer Gruppe?

ÜBUNG: IDENTITÄT UND ICH

Was sind die Bausteine meiner Identität? Was ist mir wichtig?
Welche Identitäts-Kategorien finden wir?
Identität als individuelle und gesellschaftlich formbare Kategorie wahrnehmen. -----

In Einzelarbeit:

- Zehn Dinge finden, die mich ausmachen
- Die Teilnehmenden tragen diese in die „Identitätskreise“ ihres Blattes
- Je TN ein eigenes Blatt!

IDENTITÄT UND WIR

In Gruppenarbeit:

- Welche Gemeinsamkeiten, welche Unterschiede finden wir?
- Welche Kategorien finden wir?

Reflektionsrunde:

- Welche (machtvollen) Kategorien werden unbewusst nicht genannt?
- Kategorien für das World Cafe festhalten!

ÜBUNG: EINE STADT FÜR ALLE?

Wie wirken sich unterschiedliche Identitäten auf unsere Lebenswelt aus? Wie unterscheiden sich Perspektiven, Freiheiten und Wahrnehmung je nach Identität?

In Gruppenarbeit:

- „Gestaltet auf einer Landkarte die Stadt für alle“
- Hilfestellung: Arbeitsblatt mit Beispiel-Orten
Schule/Club/Gotteshäuser/ Toiletten/ Parks etc.

Reflektionsrunde:

- Gallery-Walk: Wo sind Gemeinsamkeiten? Wo sind Unterschiede?
- Welche Widersprüche und Dilemmata wurden gefunden?
- Eine „richtige“ Antwort gibt es hier nicht, der Versuch der Utopieentwicklung soll der Erkenntnis dienen, dass eine offene Gesellschaft nie ohne Konflikte, Debatten und Widersprüche auskommt.

WORLD CAFÉ: HANDLUNGS- FÄHIG WERDEN!

Die Begriffe auf den Plakaten sind die Kategorien aus Übung 2

- Wie wollen wir in der Klasse/ im Alltag konkret mit Kategorien umgehen?
- Welche Handlungsempfehlung finden wir als Gruppe?

Förderung

Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

**Bundesarbeitskreis
Arbeit und Leben e.V.**

Robertstraße 5a
42107 Wuppertal

T 0202 97404-0
bildung@arbeitundleben.de
www.arbeitundleben.de

(c) Bundesarbeitskreis Arbeit
und Leben e.V.
Auflage 1-2024