

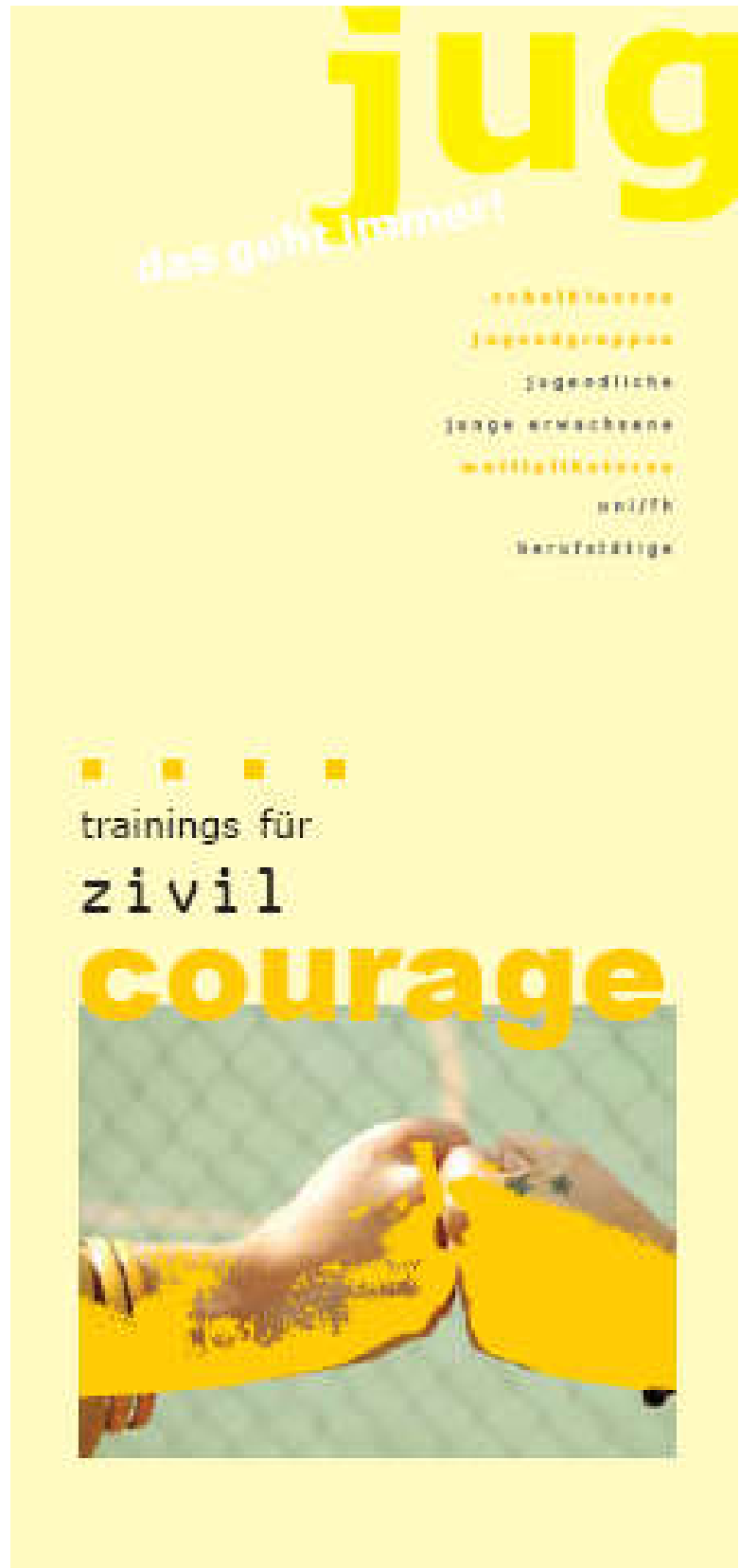


Training für Zivilcourage

Konzeption und Informationen



Ein Seminarangebot der Jugendbildungsstätte Unterfranken für MultiplikatorInnen in der Angebotslinie „Zivilcourage“.



DAS TRAININGSKONZEPT

Wir gehen davon aus, dass Zivilcourage erlernbar ist; dafür sind Zivilcouragetrainings eine gute Basis - geübt werden kann und muss Zivilcourage dann im Alltag: In den Trainings können deeskalierende Handlungsalternativen aufgezeigt werden. Diese müssen einstudiert und immer wieder geübt werden, damit sie spontan abrufbar sind. Dabei ist die Grundlage stets die Auseinandersetzung mit den eigenen Einstellungen und Verhaltensweisen. Es geht darum, die eigene Betroffenheit festzustellen („Was geht *mich* das an? Welche Erfahrungen habe ich?“) und die eigenen Stärken und Kompetenzen überhaupt erst einmal aufzudecken und z.B. in Simulationen und Übungen zu *spüren*.

Die Jugendbildungsstätte hat ein Konzept mit fünf Perspektiven für Trainings in Zivilcourage entwickelt. Dabei wird davon ausgegangen, dass Zivilcourage sehr oft vonnöten ist, um gegen Diskriminierungen vorzugehen, und dass fast Jede und Jeder eigene Erfahrungen mit Diskriminierung hat, sei es passiv oder aktiv.

Wichtig ist, sich bewusst zu sein, dass es vielfältige Formen von Diskriminierung gibt, nicht nur Rassismus, und dass wir folglich im Alltag *alle* aufgerufen sind, die Augen offen zu halten und uns für Diskriminierte einzusetzen - denn Diskriminierung kann alle treffen!

Den Menschen die Worte **Aus fünf Perspektiven zur Zivilcourage**

- Perspektive 1: *Den Menschen die Worte*: Biografienorientierte Auseinandersetzung mit Diskriminierung
 - Persönliche Erfahrungen mit Diskriminierungen aufdecken
 - Diesen Erfahrungen Raum geben
- Perspektive 2: *Den Worten die Bedeutung*: Einordnen von Diskriminierungserfahrungen
 - Unterschiedliche Begrifflichkeiten kennen lernen
 - Lernen, Erfahrungen differenziert zu betrachten
- Perspektive 3: *Der Bedeutung das Leben*: Bedeutung von Diskriminierungserfahrungen erarbeiten
 - Persönliche Konsequenzen aus Diskriminierungserfahrungen benennen
 - Gesellschaftliche Konsequenzen aus Diskriminierungserfahrungen benennen
- Perspektive 4: *Dem Leben den Alltag*: Persönlichen Diskriminierungen im Alltag entgegenwirken
 - Auseinandersetzung mit dem Alltag von Menschen
 - Besondere Alltagssituationen kennen lernen
 - Zivilcourage einüben
- Perspektive 5: *Dem Alltag die Menschlichkeit*: Strukturellen Diskriminierungen im Alltag entgegenwirken
 - Strukturelle Diskriminierungen aufdecken
 - Bürgerbeteiligungen initiieren und Engagement für Zivilcourage entwickeln

Die Annäherung an diese Perspektiven erfolgt über den Einstieg mit Übungen. So kann beispielsweise für die Perspektive **1** mit der Gruppe eine Vorurteilsmauer auf- und abgebaut werden, in Perspektive **2** über Bildermalen ausgetauscht werden, was für jeden einzelnen „Gewalt“ bedeutet, in Perspektive **3** über eine Gruppenaufgabe (möglichst viele Leute überleben gemeinsam auf einer Eisscholle, die immer dünner wird) Asylerfahrungen und Politik reflektiert werden, über Rennspiele in Perspektive **4** entdeckt werden, dass man die Gejagten nur in der Gemeinschaft schützen kann und für die Perspektive **5** Diskussionen aus „Schubladen“ heraus geführt werden, die die Lebensbedingungen unterschiedlicher Personengruppen beleuchten.

Erläuterung der Perspektiven

Perspektive 1:

Auf der ersten Ebene geht es darum, welche Erfahrungen ich mit Diskriminierung persönlich gemacht habe, als „Opfer“ sowie als „Täter“. Denn je nach Situation kann man durchaus schon beide Rollen eingenommen und erlebt haben. Auf welche Lebensgeschichte blicke ich zurück, wie ging es mir mit meinen Erlebnissen? An dieser Stelle ist es legitim, auch mal seinen Gefühlen darüber freien Lauf zu lassen und sich mit anderen auf der persönlichen Ebene auszutauschen.

Die erste Perspektive ist die Ausgangsbasis, von der aus jeder einzelne Mensch seinen Zugang zu dem Thema findet und es ihn persönlich angeht.

Perspektive 2:

Die verschiedenen Begrifflichkeiten, die im Alltag und im Training benutzt werden, sollen bekannt und klar sein. Was ist Zivilcourage, was ist Diskriminierung, was ist ein Außenseiter,...

Es geht um Definitionen - „allgemeine“ sowie die, auf die sich die Gruppe einigen kann - wenn möglich. Es geht darum, dass man weiß, wovon man spricht und was man damit meint, und vor allem: Was ist tatsächlich Diskriminierung, und aus welchen Gründen - und was ist vielleicht nur z.B. persönliche Abneigung, die man erlebt hat? Oder möglicherweise gar eine direkte Reaktion auf ein situatives Fehlverhalten meinerseits?

Auseinanderhalten können, um besser damit umgehen zu können.

Perspektive 3:

Hier geht es auf zwei Ebenen um die Konsequenzen von Diskriminierung. Was bedeutet es für mich und meinen Lebensentwurf, wenn ich diskriminiert werde? Wenn ich ständig entsprechende Erfahrungen mache und mir vielleicht auch den Zugang zu gewissen Ressourcen verwehrt sehe, wird das Einfluss darauf haben, wie ich mein Leben plane und gestalte - und wie es mir damit geht. Auf der breiten Ebene sieht man das dann zum Teil z.B. an Massenunruhen enttäuschter Jugendlicher, die für sich kaum Chancen sehen - hier machen sich die gesellschaftlichen Konsequenzen von Diskriminierung ebenso bemerkbar wie in der Vergeudung von Talenten und Potentialen für die Gesellschaft, wenn Minderheiten gewisse Zugänge nicht gewährt werden.

Perspektive 4:

Was bedeutet es für den Alltag, Opfer von Diskriminierung zu sein? Wie lebe ich damit, wenn ich z.B. als Farbiger immer wieder feindselige Sprüche zu hören bekomme? Wie fühlt es sich an, aufgrund bestimmter Merkmale ausgegrenzt zu werden? Was passiert in einem Konflikt auf der Straße, wenn plötzlich jemand angegriffen wird? Es gilt, sich verschiedene „typische“ Alltagssituationen anzuschauen, in denen Zivilcourage nötig ist und sie nachzuempfinden - um gemeinsam nach Lösungsmöglichkeiten zu suchen und ein angemessenes Verhalten einzuüben, das in solchen Fällen helfen kann.

Perspektive 5:

Auch auf struktureller Ebene sind Diskriminierungen leider nicht selten. Das können Gesetze sein, die Minderheiten ausgrenzen, gesellschaftliche Ungerechtigkeiten, mangelnde Zugänge für Menschen mit Behinderung, erschwerte Teilhabe am Arbeitsmarkt usw. Dass es Diskriminierung auch auf dieser breiten Ebene gibt, ist vielen im Alltag erstmal gar nicht bewusst. Unter Umständen stößt man irgendwann darauf, weil man z.B. mit jemandem befreundet ist, der es erlebt. In jedem Fall ist es wichtig, strukturelle Diskriminierungen überhaupt erstmal zu bemerken und aufzudecken.

Auch hier kann und soll man etwas tun - das kann man in Gruppen und Bündnissen, im gemeinsamen gesellschaftlichen oder politischen Engagement, aber je nach Situation auch alleine. Hier gilt besonders: Sich nicht entmutigen lassen!

ANGEBOT

Die Trainings für Zivilcourage werden für Gruppen, MultiplikatorInnen und Einzelpersonen ab 16 Jahren angeboten. Neben den von der Jugendbildungsstätte über das Jahr verteilt angebotenen Multiplikatorenseminaren sind individuelle Trainings buchbar. Dabei wird auf die speziellen Wünsche und Bedürfnisse der Gruppe eingegangen. Vorgespräche sind daher sinnvoll und wünschenswert. Die Trainingsdauer kann von drei Stunden (Kurzeinheit) bis zu einem Tag, einem Wochenende oder auch drei Tagen unter der Woche gebucht werden.

Bei in der Jugendbildungsstätte gebuchten Trainings bildet mindestens eine der fünf Perspektiven die Trainingsgrundlage - in Absprache mit der Gruppe, jede gewünschte Perspektive ist einzeln möglich. Äußert die Gruppe keine individuellen Wünsche, werden in den allgemeinen Trainings für Zivilcourage in der Regel alle fünf Perspektiven behandelt, um Diskriminierung in allen ihren Facetten zu beleuchten und den Bogen zu spannen von der individuellen Erfahrung bis zu den gesellschaftlichen Ausprägungen und den Möglichkeiten, damit umzugehen. Wichtig ist, sich bewusst zu machen, dass ein *nachhaltiges* Umdenken zu couragiertem Verhalten nicht aus einzelnen Perspektiven zu erreichen ist, sondern alle fünf als zusammenhängend zu sehen und auf das Leben anzuwenden sind. Die Übungen in den Trainings helfen, sich selbst zu positionieren und können auch direkt in die eigene pädagogische Arbeit übernommen werden.

PHILOSOPHIE

Das Vorgehen in den Trainings bezieht drei Phasen mit ein: 1. Erfahrungen machen und Empathie fördern, 2. Sprache finden und Diskurs erleben und 3. Chancen erkennen und Perspektiven entwickeln. Nach diesem Konzept wird im „Krass“-Programm auch mit Schulklassen vorgegangen, dabei sind die fünf Perspektiven zur Zivilcourage, mit weniger theoretischem Ansatz, integriert. Ziel ist es, dass ich verstehe, wie Konflikte entstehen und nicht nur Symptome kurieren möchte; dass ich weiß, wer ich bin und wo ich stehe, und welche Möglichkeiten *ich* habe, mich couragiert zu verhalten und mich dabei auch für meine eigenen Rechte einzusetzen. Es gibt keine Patentrezepte. Ich wäge ab, was ich kann und was nicht, und welche Handlungsweisen zu mir passen und welche ich weiterentwickeln möchte. Und ich erfahre im Training, dass auch schon kleine Schritte und Taten viel bewirken können, wenn ich mich nur traue.

Über das geförderte Bewusstsein für die eigenen Gefühle sowie die Grenzen (die eigenen und die anderer), durch den Erfahrungsaustausch über z.B. positiv gelöste Konfliktsituationen und über neue Blickwinkel auf Handlungsstrategien lernen die Teilnehmenden, ihre eigenen Ressourcen zur Konfliktlösung wahrzunehmen und weiterzuentwickeln. Sie lernen, dass Unterschiede „normal“ sind und verschiedene Menschen verschiedene Bedürfnisse haben - und dass man die daraus unter Umständen entstehenden Auseinandersetzungen zwar nicht abschaffen, aber in ihrer Austragung durch positive Konfliktregelung verbessern kann. Eine wichtige Kompetenz hierfür ist, *Unterschiedlichkeit* als Bereicherung und im weiteren Schritt als Normalität zu erfahren, und sich aus dieser Erkenntnis heraus für interkulturelle Öffnung in der Gesellschaft einzusetzen.

KOSTEN

Entsprechend der Philosophie unserer Einrichtung finden alle Seminare grundsätzlich mit zwei TrainerInnen statt - im Duo mit und ohne Migrationshintergrund. Die Wochentage stehen Ihnen frei. Bei unseren Trainings für Zivilcourage können Sie zwischen drei Varianten in unserem Haus wählen. Grundsätzlich möchten wir Ihnen das 3-Tage-Seminar vorrangig ans Herz legen, da die Erfahrung zeigt, dass nur mit ausreichend zur Verfügung stehender Zeit pädagogisch wirksame Prozesse in Gang gesetzt werden können.

1-Tages-Seminar > 2 Trainingseinheiten (6 Stunden Inhalt)

2-Tage-Seminar > 4 Trainingseinheiten (12 Stunden Inhalt)

3-Tage-Seminar > 5 Trainingseinheiten (15 Stunden Inhalt)

Innerhalb der Jugendbildungsstätte bieten wir auch unsere Kurztrainings (als Impulsanregung) von 1 Trainingseinheit (3 Stunden Inhalt) zu **150,00 €** für zwei TrainerInnen an sowie unser eintägiges Seminar à 2 Trainingseinheiten (6 Stunden Inhalt) zu **300,00 €** für zwei TrainerInnen. **Hinzu** kommen die Tagesraummiete von **30,00 – 150,00 €** je Raumgröße und Preiskategorie, Material- und Technikkosten und nach Wunsch Verpflegungskosten.

Außerhalb der Jugendbildungsstätte besteht als Kurztraining die Möglichkeit, ein bis zu 6-stündiges Training für zwei TrainerInnen für den Pauschalbetrag von **450,00 €** zu buchen. Bitte stellen Sie den TrainerInnen noch eine kleine Verpflegung zur Verfügung. Impulstrainings als pädagogisches Minimum kosten **250,00 €** für 3 Stunden Inhalt.

Bitte beachten Sie, dass hierzu noch **Fahrtkosten** berechnet werden müssen und bei mehrtägigen Seminaren außerhalb der Jugendbildungsstätte ggf. noch **Übernachungskosten** der TrainerInnen. Für Trainings außerhalb von Unterfranken müssen wir einen Fernzuschlag von **50,00 €** berechnen.

Bei den dreitägigen Seminaren ist es auf Anfrage möglich, innerhalb dieser Seminartage folgende Angebote der Jugendbildungsstätte Unterfranken zu integrieren:

- Interkulturelle Stadttour durch Würzburg (3 verschiedene Routen)
- Stolpersteine-Führung durch Würzburg
- Einzel-Exkursionen in die Stadt Würzburg mit einem Besuch ausgewählter Orte (z.B. Moschee, Synagoge, Ausländer- und Integrationsbeirat etc.)

Seminargrundgebühr für 3-tägiges Zivilcourage-Training **400,00 €**
Mit Übungen auf unserem Gelände mit zwei TrainerInnen
bei einer maximalen Gruppengröße von 20 Personen;
incl. Nutzung der Gruppenräume, Medien und Freizeiteinrichtungen,
Ausleihgebühren für Ausrüstung, Workshop-Verbrauchsmaterial und evtl. Exkursionen

Zzgl. Verpflegung/Übernachtung Jugendstandard in der Jugendbildungsstätte Unterfranken **+ je Person 85,00 €**

Der Preis enthält 2 Tagessätze:
2 x Frühstück, 2 x Mittagessen, 2 x Abendessen;
2 x Morgenkaffeepause, 1 x Nachmittagskaffeepause;
2 Übernachtungen im Einzelzimmer, Bettwäsche, Handtücher

Seminargrundgebühr für 2-tägiges Zivilcourage-Training **300,00 €**
Mit Übungen auf unserem Gelände mit zwei TrainerInnen
bei einer maximalen Gruppengröße von 20 Personen;
incl. Nutzung der Gruppenräume, Medien und Freizeiteinrichtungen,
Ausleihgebühren für Ausrüstung, Workshop-Verbrauchsmaterial und evtl. Exkursionen

Zzgl. Verpflegung/Übernachtung Jugendstandard in der Jugendbildungsstätte Unterfranken **+ je Person 70,00 €**

Der Preis enthält 1,5 Tagessätze:
1 x Frühstück, 2 x Mittagessen, 1 x Abendessen;
1 x Morgenkaffeepause, 2 x Nachmittagskaffeepause;
1 Übernachtung im Einzelzimmer, Bettwäsche, Handtücher

Kontakt

Sie erreichen uns für nähere Informationen...

Wir informieren Sie gerne ausführlicher über unsere Angebote.

Ihre Ansprechpartnerin für Beratung und inhaltliche Planung:

Jarka Simmering, Bildungsreferentin der Jugendbildungsstätte Unterfranken

Telefon: 0931-730 410 33

E-Mail: jarka.simmering@jubi-unterfranken.de

Oder Erstanfrage über das pädagogische Sekretariat:

Karolina Vorackova

Telefon: 0931-730 410 30

E-Mail: paedagogik@jubi-unterfranken.de

Webseite: www.jubi-unterfranken.de