

# Demokratie einfach machen!



**Demokratiebildung in der Jugendsozialarbeit**  
Eine Methodensammlung



# Vorwort



Rechtsextreme Gewalttaten, die ungeprüfte Übernahme von Meinungen, einseitige Berichterstattungen und Fake News sowie Hass im Netz bedrohen den Zusammenhalt unserer Gesellschaft. Diese Entwicklungen erinnern uns daran, dass das Zusammenleben in einer Demokratie voraussetzungsvoll ist und ständiges Engagement braucht. Unsere vielfältige Gesellschaft bereichert uns. Sie bringt jedoch im gleichen Maße auch Herausforderungen mit sich. Damit wir diese meistern können, müssen alle Menschen demokratische Werte mit Leben füllen.

In der Jugendsozialarbeit bei IN VIA haben wir besonders die jungen Menschen im Blick, die unter schwierigen sozialen Bedingungen aufwachsen. Ihre gesellschaftlichen und politischen Teilhabechancen sind oft geringer als bei anderen jungen Menschen. Sie haben wenig Zugänge zu geeigneten politischen Bildungsangeboten und sind kaum an demokratischen Entscheidungsprozessen beteiligt.

Nicht zuletzt die Pandemie-Erfahrungen offenbaren die Notwendigkeit, junge Menschen darin zu stärken, ihre Anliegen in Politik und Öffentlichkeit zum Ausdruck zu bringen. Sie haben das Recht, gehört zu werden. Ihre konsequente Beteiligung würde sie zudem in ihrer Selbstwirksamkeit und in ihrem gesellschaftlichen Engagement stärken. Ihre Meinung zählt! Zu lange schon werden Beteiligungsrechte von jungen Menschen nicht ausreichend berücksichtigt. Auch deshalb ist es wichtig, ihnen mehr und besser zugeschnittene Angebote politischer Bildung zu ermöglichen. Dies ist auch eine der Erkenntnisse aus dem 16. Kinder- und Jugendbericht zum Thema „Förderung demokratischer Bildung im Kindes- und Jugendalter“.

Mit dem Projekt „Demokratie einfach machen! (DEIM)“ will IN VIA Katholischer Verband für Mädchen- und Frauensozialarbeit - Deutschland e.V. die Jugendsozialarbeit weiter für das Thema „Demokratiebildung“ sensibilisieren und die Praxis dabei unterstützen, jungen Menschen Demokratieerfahrungen im Alltag, in Projekten oder in Initiativen zu ermöglichen. Hierfür wurden Ansätze und Methoden der Jugendsozialarbeit und der politischen Bildung zusammengetragen, ausgewählt und für die Bedarfe der jungen Menschen in der Jugendsozialarbeit angepasst. Die Methodensammlung soll in den verschiedenen Handlungsfeldern der Jugendsozialarbeit helfen, demokratiebildende Elemente gezielt und dennoch unkompliziert einzubringen. IN VIA Deutschland leistet so einen Beitrag zu Empowerment und Mitbestimmung junger Menschen, die ihnen laut der UN-Kinderrechtskonvention und dem Kinder- und Jugendstärkungsgesetz zustehen. Gefördert wurde das Projekt von der Aktion Mensch.

*Barbara Denz*

Generalsekretärin von IN VIA Deutschland



# Inhaltsverzeichnis

|                                                                                                       |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Vorwort                                                                                               | 3  |
| Einleitung                                                                                            | 5  |
| Welche Rolle spielt Demokratiebildung in der Jugendsozialarbeit?                                      | 5  |
| Wozu dient diese Methodensammlung und wie ist sie aufgebaut?                                          | 7  |
| Wo findet Demokratiebildung Platz in den Angeboten der Jugendsozialarbeit?                            | 8  |
| Empfehlungen zum Einsatz der Methodensammlung                                                         | 9  |
| <br>                                                                                                  |    |
| Module                                                                                                |    |
| Modul 1: Vielfalt wertschätzen                                                                        | 12 |
| Modul 2: Diskriminierung erkennen und vorurteilsbewusst handeln                                       | 21 |
| Modul 3: Informationen kritisch prüfen und mit demokratie- und menschenfeindlichen Äußerungen umgehen | 36 |
| Modul 4: Die eigenen Rechte und Einflussmöglichkeiten kennen                                          | 46 |
| Modul 5: Gesellschaft mitgestalten und Partizipation erleben                                          | 59 |
| Modul 6: Die eigene Meinung vertreten und einen Konsens finden                                        | 67 |
| Modul 7: Respektvoll kommunizieren und konstruktiv zusammenarbeiten                                   | 74 |
| <br>                                                                                                  |    |
| Dank und Impressum                                                                                    | 82 |



## Welche Rolle spielt Demokratiebildung in der Jugendsozialarbeit?

In Paragraph 1 des Kinder- und Jugendhilfegesetzes wird der ganzheitliche Bildungsauftrag der Jugendhilfe formuliert: „Jeder junge Mensch hat ein Recht auf Förderung seiner Entwicklung und auf Erziehung zu einer eigenverantwortlichen und gemeinschaftsfähigen Persönlichkeit.“ Hierzu gehört die persönliche, soziale, kulturelle, politische und religiöse Förderung der jungen Menschen. Dieser Auftrag ist auch der Jugendsozialarbeit gemäß Paragraph 13 des Kinder- und Jugendhilfegesetzes immanent. Sie richtet ihr Augenmerk insbesondere auf sozial benachteiligte oder individuell beeinträchtigte junge Menschen, begleitet sie in ihrer persönlichen Entwicklung und fördert ihre Teilhabe.

Demokratiebildung ist hierfür ein wichtiger Baustein. Angebote zur Demokratiebildung eröffnen Räume, in denen junge Menschen sich ihrer Ressourcen bewusst werden, Kompetenzen entwickeln und Anerkennung erfahren. Junge Menschen lernen, wie sie ihre Anliegen einbringen können. Sie eignen sich konkretes Wissen an, bilden sich eine Meinung und vertreten ihre Position. Zudem lernen sie in der Gruppe einen Konsens zu finden und mit Konflikten umzugehen. Das stärkt sie in ihrer Persönlichkeitsentwicklung und eröffnet ihnen Perspektiven und Lebenschancen. Nur so können sie auch gesellschaftliche und politische Teilhabe erfahren. Erleben Jugendliche diese Selbstwirksamkeit nicht, kann dies Gefühle der Ohnmacht und Resignation auslösen. Im Prozess des Empowerments geht es darum, dass sie „sich über eigene Fähigkeiten, Bedürfnisse und Rechte bewusst [werden], so dass sie stärker an Entscheidungsfindungsprozessen teilnehmen und dadurch in der Lage sind, diese beeinflussen zu können. Neben gesteigerten individuellen Fähigkeiten werden Individuen auch durch das gemeinsame Vorgehen in der Gruppe gestärkt.“<sup>1</sup>

Für die Bundesarbeitsgemeinschaft Katholische Jugendsozialarbeit (BAG KJS) ist die Jugendsozialarbeit ein zentrales Handlungsfeld für Demokratiebildung. Sie erreicht in ihren Angeboten u.a. junge Menschen, die Benachteiligung und Diskriminierung erleben, schulische Schwierigkeiten oder Schwierigkeiten im familiären Umfeld haben, sprachliche Hürden überwinden müssen oder die für die Integration in Ausbildung oder Arbeit zusätzliche Unterstützung benötigen. Die jungen Menschen haben zu klassischen Angeboten politischer Bildung meist wenig Zugang. Auch sind diese häufig voraussetzungsreich und operieren auf einem hohen Abstraktionsniveau. Auch im Alltag der Zielgruppen der Jugendsozialarbeit bieten sich selten Gelegenheiten, Demokratie zu erleben. Die Jugendsozialarbeit kann hier Zugänge zu politischer Bildung schaffen. Sie entwickelt niedrigschwellige, zielgruppen-gerechte Angebote, die unmittelbar an den Lebenswelten der jungen Menschen ansetzen. Zudem kann Jugendsozialarbeit an bestehende vertrauensvolle Kontakte zu jungen Menschen anknüpfen.

Als Ort der politischen Bildung wird die Jugendsozialarbeit bisher jedoch unterschätzt. Dies konstatiert auch der 16. Kinder- und Jugendbericht zum Thema „Förderung demokratischer Bildung im Kindes- und Jugendalter“.<sup>2</sup>

Bei demokratischer Bildung geht es nicht nur um das An-eignen von Wissen zu Institutionen und Rechten, sondern vor allem um das konkrete (Er)Leben im eigenen Alltag und Lebensumfeld von jungen Menschen. Wenn man mit Bildungsprozessen an die individuellen Lebensthemen, Interessen und Anliegen der jungen Menschen anknüpft, wird schnell klar, dass Demokratie nichts Abstraktes oder Akademisches ist. Janine Patz betont, dass „erlernt wird, was auch Teil der eigenen Erfahrungswelt ist“<sup>3</sup> und die theoretische Auseinandersetzung gegen das konkrete Erfahren nur schwer ankommt.

<sup>1</sup> IN VIA Katholischer Verband für Mädchen- und Frauensozialarbeit Deutschland e. V. (2018): Die Würde bleibt. Teilhabe durch Empowerment, S. 5.

<sup>2</sup> Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (Hg.): 16. Kinder- und Jugendbericht. Förderung demokratischer Bildung im Kindes- und Jugendalter, S.477

Angebote sollten auf die differenzierte Lebenssituation von Jugendlichen eingehen und an deren Ressourcen ansetzen. Demokratie kann für die Zielgruppen der Jugendsozialarbeit schwer greifbar und sehr abstrakt sein und bedarf einer praxisnahen Übersetzung der Sprache von Politik, der Maßnahmen, die das eigene Leben betreffen und der Entscheidungsspielräume. Die Zugänge zu Angeboten der Demokratiebildung und Artikulationsmöglichkeiten sollten den individuellen Voraussetzungen und Interessen junger Menschen entsprechen. Hierfür sollten die Methoden abwechslungsreich sein und verschiedene Sinne ansprechen. Sie sollten auf zu große Mengen an Text verzichten, altersgerecht sein und Erleben, Erfahrung, Interaktion, Gespräch und Diskussion in den Mittelpunkt stellen. Jugendsozialarbeit soll jungen Menschen Freiräume bieten, die diese, anders als im schulischen Alltag, ohne Anwesenheitspflicht und Leistungsbewertung<sup>4</sup> gestalten können. Dabei sollten sie als Expert\*innen ihrer Lebenswelt wahr- und ernstgenommen werden. Dazu gehört auch, immer wieder in Erfahrung zu bringen, was sie möchten und was ihnen wichtig ist. Ein weiterer Baustein besteht darin, dass Jugendliche Erfolge erleben und Anerkennung erfahren und so die Wirksamkeit ihres Handelns sinnlich wahrnehmen können. Zudem ist es wichtig, dass sie in einer Peergroup ihre Position finden und dadurch gestärkt werden.

Fachkräfte der Jugendsozialarbeit sind in der Regel selbst keine politischen Bildner\*innen und haben aufgrund der Vielzahl ihrer Aufgaben nur bedingt Ressourcen zur Verfügung, um zusätzlich Angebote der politischen Bildung zu etablieren. Wichtig ist es deshalb, Fachkräfte der verschiedenen Felder der Jugendsozialarbeit zu gewinnen, den Austausch guter Praxisbeispiele zu fördern und praxistaugliche Materialien bereitzustellen. Das Projekt „Demokratie einfach machen! (DEIM)“ leistet hierzu einen Beitrag.

IN VIA setzt sich schon seit vielen Jahren für die Stärkung der Teilhaberechte und Partizipation junger Menschen ein. Beispiele dafür sind das Projekt „Schule für alle“, das auf die Stärkung inklusiver Ansätze an Schulen abzielte, damit alle jungen Menschen mit ihren individuellen Voraussetzungen gesehen und gefördert werden. Im Projekt „M&M Mitreden und Mitgestalten- Zukunft ist kein Zufall!“ wurden Jugendliche bestärkt, ihre politischen Vorstellungen zu entwickeln und zu formulieren und damit die Ausrichtung und Entwicklung von Jugendpolitik mit zu beeinflussen. Im Projekt „Lernen durch Engagement“ konnten junge Menschen erfahren, wie sie einen wichtigen Beitrag für das Gemeinwohl in ihrem unmittelbaren Umfeld leisten können, indem sie sich freiwillig engagieren. Weiterhin formulierte IN VIA Deutschland Leitlinien zu „Empowerment“ und einer „Pädagogik der Inklusion“. Mit dem Projekt „Demokratie einfach machen!“ leistet IN VIA einen Impuls für die Praxis der Jugendsozialarbeit und unterstützt Fachkräfte dabei, Demokratiebildung ohne weitreichenden zusätzlichen Aufwand in ihren bestehenden Angeboten mitzudenken und zu verwirklichen.

<sup>3</sup> Janine Patz (2020): „DEMOKRATIE: Verstehen – Leben – Bilden. Eine kritische Betrachtung“, in: Themenheft 1/2020 Alle sind gefragt! Demokratiebildung und Partizipation in der Jugendsozialarbeit, Landesarbeitsgemeinschaft der Jugendsozialarbeit in Niedersachsen, S.4.

<sup>4</sup> Pingel, Urig (2020): Platz da?! Räume für Partizipation und Demokratiebildung in der Jugendsozialarbeit.  
BAG KJS (2019): „Impulspapier: Ganzheitlich und lebensweltorientiert! Demokratiebildung in der katholischen Jugendsozialarbeit“

# Welches Verständnis hat die Jugendsozialarbeit in katholischer Trägerschaft von Demokratiebildung?

Für die Bundesarbeitsgemeinschaft Katholische Jugendsozialarbeit ist Demokratiebildung...

...ein ganzheitliches, menschenrechtsorientiertes Konzept. Es dient der Persönlichkeitsentwicklung, Selbstpositionierung, Reflexionsfähigkeit und ermöglicht Selbstwirksamkeitserfahrungen von jungen Menschen. Anerkennung von und Zusammenleben in Vielfalt werden gefördert. Demokratiebildung ist Menschenrechtsbildung.

...ein Ansatz, der das Wahrnehmen von Selbstbestimmungs- und Teilhaberechten durch Empowerment fördert in einer Gesellschaft, die von Pluralismus und Diversität geprägt ist.

...ein Erfahrungsraum für demokratische Prozesse. Demokratiebildung ist Grundprinzip und Querschnittsaufgabe im pädagogischen Handeln und in der Interaktion der Fachkräfte der Jugendsozialarbeit mit den jungen Menschen. Die Mitgestaltung und Mitbestimmung der Angebote durch Kinder und Jugendliche selbst muss ermöglicht werden. Ausschlaggebend sind dabei die Haltung und das Agieren der Pädagoginnen und Pädagogen. Damit werden demokratische Prozesse durch unmittelbare Teilhabe erfahrbare.

...konsequent an der Lebenswelt junger Menschen ausgerichtet. Alle Angebote und Projekte mit ihren begleitenden Bildungsprozessen knüpfen unmittelbar an den Interessen und Anliegen von jungen Menschen an.

...auf Vernetzung und multiprofessionelle Zusammenarbeit angewiesen. Je nach Aufgaben- und Zielgruppenkontext sind relevante weitere Professionen in die Angebotsgestaltung und -umsetzung einzubeziehen. Das können benachbarte Arbeitsfelder der Jugendhilfe, z. B. die verbandliche Jugendarbeit sein, aber auch weitere Felder der Sozialen Arbeit, die politische Bildung sowie weitere schulische und außerschulische Bildungsakteure.

# Wozu dient diese Methodensammlung und wie ist sie aufgebaut?

Mit dieser Methodensammlung legt IN VIA Deutschland eine Zusammenstellung praxistauglicher, möglichst niedrigschwelliger Methoden für Demokratiebildung in der Jugendsozialarbeit vor. Die Sammlung soll Fachkräfte inspirieren, Demokratiebildung in der alltäglichen Praxis und bei der Gestaltung von Angeboten mitzudenken sowie Anstöße für wichtige Themen und Methoden der Demokratiebildung geben. Die Sammlung regt an, Möglichkeiten politischer Bildung bewusster zu nutzen und auch selbst an neuen Methoden und Formaten weiterzudenken. Denn auch wenn die Methoden mit Blick auf die Zielgruppen ausgewählt und aufgearbeitet worden sind, bleibt es immer wichtig, sie entsprechend dem konkreten Kontext, der Gruppendynamik und der Bedarfe vor Ort auszuwählen und ggf. anzupassen.

Die vorliegende Sammlung erhebt nicht den Anspruch, alle Aspekte von Demokratiebildung abzudecken. Es wurden vielmehr einige Aspekte exemplarisch ausgewählt, um einen niedrigschwelligen Einstieg in das Thema zu ermöglichen. Die Methoden reichen von Gruppenübungen, Rollenspielen und gemeinsamen Entscheidungsprozessen bis zu kleinen Projekten. Die Bausteine sollen für Fachkräfte mit relativ geringem Aufwand in bestehenden Angeboten umsetzbar sein.

Entstanden ist die Methodensammlung unter Einbezug von Fachkräften aus verschiedenen Handlungsfeldern der katholischen Jugendsozialarbeit, die im Rahmen von „DEIM“ einzelne Methoden mit Jugendlichen ausprobiert und Feedback sowie Anpassungsempfehlungen gegeben haben.

Im Folgenden finden Sie sieben Module. Diese sind nach Kompetenzen benannt, die in einer demokratischen Gesellschaft besonders wichtig sind. Jedes Modul umfasst eine Einführung in das Thema, verschiedene Methoden sowie Arbeitsblätter oder Handouts für Jugendliche in Leichter Sprache. Innerhalb der Module finden sich Verweise auf weiterführende Materialien, auf Basis derer Sie die Modulthemen auch selbst vertiefen oder weiterentwickeln können, ergänzt durch konkrete Praxisbeispiele für Maßnahmen und Projekte zur Demokratiebildung aus Angeboten der Jugendsozialarbeit.

# Wo findet Demokratiebildung Platz in den Angeboten der Jugendsozialarbeit?

Die Angebote der Jugendsozialarbeit sind nicht nur divers hinsichtlich Alter, Sprachkenntnissen und Fähigkeiten der Teilnehmenden. Sie unterscheiden sich auch was die Größe und Beständigkeit der Zusammensetzung der Gruppen, die Zielsetzungen und Spielräume angeht. Während beispielsweise berufsvorbereitende und ausbildungsbegleitende Maßnahmen oft unter engen Fördervorgaben operieren, bieten die Angebote der Offenen Kinder- und Jugendarbeit größere Spielräume, müssen jedoch mit weniger Beständigkeit seitens der Teilnehmenden umgehen. So kann es kein Patentrezept geben, das für alle Handlungsfelder gleichermaßen anwendbar ist. Es geht vielmehr darum, Spielräume für Demokratiebildung zu identifizieren und zu nutzen.

Mit dem Bundesprogramm „Respekt Coaches“, das an die Jugendmigrationsdienste angedockt ist, gibt es bereits seit einigen Jahren ein Angebot zur Demokratiebildung in und mit Schulen. Aber auch außerhalb von eigenständigen Projekten zur Demokratiebildung mit eigener Finanzierung besteht großes Potential in den verschiedenen Handlungsfeldern der Jugendsozialarbeit.

## Jugendmigrationsdienste (JMD)

Neben der Verbesserung der Integrationschancen der jungen Menschen ist es Ziel der JMD, Partizipation in allen Bereichen des sozialen, kulturellen und politischen Lebens, einen fairen Umgang miteinander und Resilienz im Kontext von Diskriminierungserfahrungen zu fördern.<sup>6</sup> Dafür setzen die Jugendmigrationsdienste zusätzlich zur individuellen Integrationsförderung auch Gruppenangebote sowie Angebote zur Förderung von freiwilligem und bürgerschaftlichem Engagement um. In den Rahmenkonzepten der JMD finden sich zahlreiche Hinweise auf einen demokratiebildenden Auftrag.

## Offene Kinder- und Jugendarbeit

In den offenen Angeboten bieten sich weitläufige und kreative Gestaltungsspielräume für Demokratiebildung. Hier besteht die Herausforderung darin, dass demokra-

tiebildende Ansätze stark erlebnisorientiert und besonders niedrigschwellig sein müssen, da oftmals nicht mit festen Gruppen gearbeitet werden kann. Die Zusammensetzung der Teilnehmenden variiert häufig, insbesondere bezogen auf Altersgruppen und Sprachkenntnisse..

## Schulbezogene Jugendsozialarbeit bzw. Schulsozialarbeit

In der schulbezogenen Jugendsozialarbeit bzw. Schulsozialarbeit bieten z. B. Sozialkompetenztrainings Raum für demokratiebildende Methoden. Die Trainings sind ein regelmäßiges präventives Angebot, das Schüler\*innen stärkt.<sup>7</sup> Schon früh lernen junge Menschen so, ihre Gefühle und Anliegen zu benennen, ebenso wie Toleranz den Mitschüler\*innen gegenüber. Sie stärken hiermit ihre Teamfähigkeit sowie Problemlöse- und Argumentationsfähigkeit. Ein gewaltfreier Umgang mit Konflikten wird ebenso eingeübt. Der Austausch und die Übernahme von Verantwortung verbessern nicht nur das Klassenklima, sondern sind auch wichtige Grundlagen für gesellschaftspolitische Teilhabe.

## Jugendberufshilfe

In den Berufsvorbereitenden Bildungsmaßnahmen (BvB) zum Beispiel ist die „Entwicklung und Förderung von Schlüsselkompetenzen als berufsübergreifende Kompetenzen“<sup>8</sup> Teil des Fachkonzepts. Hierunter fallen u.a. persönliche, soziale und interkulturelle Kompetenzen, die auch für den Bereich der Demokratiebildung zentral sind. Beim Training dieser sozialen Kompetenzen können demokratiebildende Methoden gut eingesetzt werden.

## Jugendwohnen

Im Rahmen der sozialpädagogischen Begleitung im Jugendwohnen ergeben sich zahlreiche Spielräume für Demokratiebildung, sei es im Rahmen von Ausflügen, Aktionen oder abendliche Talkrunden, z. B. zum Thema Sozialcourage. In vielen Häusern bringen sich zudem Bewohner\*innenräte in die Gestaltung des Zusammenlebens ein und vertreten die Interessen der Bewohner\*innen. Einen guten Impuls, demokratische Prozesse für die Bewohner\*innen hautnah erlebbar zu machen, stieß diesen Sommer die Landesarbeitsgemeinschaft Katholische Jugendsozialarbeit Bayern (LAG KJS Bayern) an, die Einrichtungen des Jugendwohnens anregte, sich als Wahllokal für die U18-Wahl zur diesjährigen Bundestagswahl anzumelden.

<sup>6</sup> Vgl. Grundsätze zur bundesweiten Förderung der individuellen Begleitung junger zugewanderter Menschen im Kinder- und Jugendplan des Bundes (III. 4 des KJP in der Fassung vom 29.09.16), S. 2.

<sup>7</sup> Vgl. Bundesarbeitsgemeinschaft Katholische Jugendsozialarbeit (BAG KJS) e.V. (2020): Broschüre „Stark! Jugendsozialarbeit in der Schule“. <https://www.bagkjs.de/broschuere-schulsozialarbeit/>

<sup>8</sup> Bundesagentur für Arbeit (2012): Fachkonzept für berufsvorbereitende Bildungsmaßnahmen nach §§ 51 ff. SGB III (BvB 1 bis 3), S.7.



# Empfehlungen zum Einsatz der Methodensammlung

In jedem Modul finden Sie einige Methoden, die Sie zu der jeweiligen Kompetenz mit den Kindern und Jugendlichen durchführen können. Damit die Methoden mit der jeweiligen Gruppe gut funktionieren und die gewünschten Lerneffekte eintreten können, ist es jedoch wichtig, dass Sie prüfen, inwieweit die Methode für die konkrete Gruppe geeignet ist und gegebenenfalls einige Anpassungen vornehmen. So ist es wichtig, das Alter, den Wissens- und Erfahrungshorizont, das Vertrauensverhältnis in der Gruppe und die bestehenden Dynamiken und Themen zu analysieren, bevor Sie eine Methode einsetzen.

**Mögliche Prüffragen, die Sie sich in der Vorbereitung stellen können, sind:**

**Handelt es sich um eine feste Gruppe, die sich gut kennt oder eine neu zusammengekommene Gruppe?**

Wenn die Teilnehmenden sich nicht gut kennen, wählen Sie zunächst besonders niedrigschwellige Übungen aus, die sich zum Kennenlernen eignen, wie zum Beispiel die Methoden „Wer bist du“, „Ich - ich nicht“ aus Modul 1 oder das „Kennenlernbingo“ aus Modul 4.

**Wie ist die Atmosphäre in der Gruppe? Vertrauensvoll oder eher distanziert oder konfliktgeladen?**

Besonders Methoden zu sensiblen Themen, bei denen die Jugendlichen intime Gefühle und Erfahrungen preisgeben, sollten nur in Gruppen eingesetzt werden, in denen ein vertrauensvolles Klima vorherrscht. Hierzu gehören beispielsweise Methoden, mit denen Benachteiligungen, Diskriminierungen oder Mobbing Erfahrungen reflektiert werden. Achten Sie darauf, dass die Methoden nicht dazu führen, dass einzelne Teilnehmer\*innen sich bloßgestellt, stigmatisiert oder ausgegrenzt fühlen könnten.

**Welche Themen beschäftigen die Gruppe gerade bzw. sind für die Teilnehmenden in ihrem Alltag relevant?**

Bei den meisten Methoden gibt es Spielräume, um eigene Themen einzubringen. Nutzen Sie diese Spielräume, um die Methode auf Themen zu beziehen, die die Teilnehmenden in ihrem Alltag beschäftigen. Sostellen Sie Lebensweltbezüge her und holen die Jugendlichen mit Themen ab, bei denen sie mitreden können und die für sie von Interesse sind. Überlegen Sie auch, ob es aktuelle Ereignisse oder Phänomene gibt, die Sie aufgreifen können.

**Welche Ressourcen und Fähigkeiten haben die Teilnehmenden, an die ich anknüpfen kann?**

Überlegen Sie, wie Sie Fähigkeiten der Teilnehmenden nutzen können, um Themen der Demokratiebildung kreativ zu bearbeiten und Erfolgserlebnisse zu erzeugen.

**Wie komplex darf die Methode sein?**

Wählen Sie die Übungen passend zu Wissensstand, Alter und sprachlichen Fähigkeiten der Teilnehmenden aus, um Frustrationen zu vermeiden. Überlegen Sie gegebenenfalls, wie Sie die Methode mit Hinblick auf Ihre Teilnehmenden noch vereinfachen oder abkürzen können.

## Weitere Tipps und Hinweise:

**Starten Sie mit einem „Warm-Up“, enden Sie mit einem „Cool-Down“**

Wenn Ihnen genügend Zeit zur Verfügung steht, bietet es sich an, den einzelnen Methoden jeweils ein kleines „Warm-Up“ voranzustellen und anschließend eine Methode zum „Cool-Down“ einzusetzen. In Modul 4 finden Sie ein Beispiel dafür, wie Sie mehrere Methoden miteinander zu einem Workshop verbinden können, der mit einer Methode zum Kennenlernen beginnt und mit einer Methode für Feedback abschließt. In Modul 7 finden Sie ein weiteres Beispiel für die Rahmung einer Methode mit einem „Warm-up“ und einem „Cool-Down“.

**Planen Sie genügend Zeit zur Reflexion der Methoden ein**

Die Reflexion des gemeinsam Erlebten spielt eine wichtige Rolle dafür, dass die Methoden ihre demokratiebildende Wirkung voll entfalten können. Hierbei geht es darum, mit den Teilnehmenden darüber zu sprechen, was sie während der Übung wahrgenommen und gedacht haben und es in einen größeren/gesellschaftlichen Kontext einzuordnen. Während der Reflexion wird auch besprochen, was den Teilnehmenden bewusst geworden ist, was sie gelernt haben und wie es ihr Verhalten in der Zukunft beeinflussen wird.

Es ist also nicht nur die Durchführung der Methode allein, sondern vor allem die gemeinsame Reflexion und die Herstellung des Bezugs zur eigenen Lebenswirklichkeit, die Demokratielernen fördern. Deshalb kann es auch passieren, dass eine Übung nicht wie geplant verläuft und dennoch gerade dort ein Lernprozess geschieht, wenn im Anschluss gemeinsam reflektiert wird, warum es zu dem jeweiligen Ergebnis kam. Prozesse sind also wichtiger als Produkte.

### Denken Sie gegebenenfalls über eine digitale Umsetzung der Methoden nach

Die meisten Methoden lassen sich in Präsenz am besten durchführen. Dennoch war es während der Pandemie oft notwendig, flexibel zu agieren und Online-Angebote durchzuführen. Einige der Methoden können mit ein wenig Anpassung auch digital umgesetzt werden. Über Videokonferenztools kann im Plenum oder in Breakout-Gruppen diskutiert werden. Materialien können über das Teilen des Bildschirms gezeigt oder den Teilnehmenden über den Chat zugesendet werden. Ergebnisse können auf einem Whiteboard oder z. B. einem Padlet gesammelt werden. Wortwolken und Umfragen können z. B. über Mentimeter gestaltet werden. Ihre Antworten auf geschlossene Fragen können die Teilnehmenden durch farbige Karten oder gehobene oder gesenkte Daumen in die Kamera zeigen.

### Suchen Sie sich Kooperationspartner\*innen

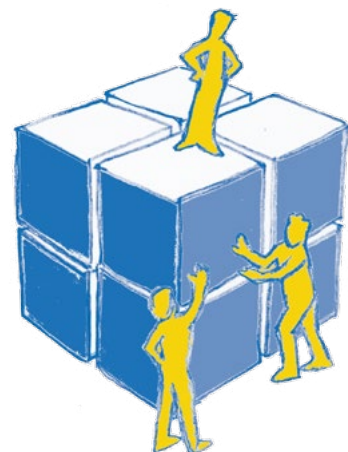
Sie können nicht für jedes Thema Expert\*in sein. Recherchieren Sie deshalb, welche Organisationen oder Angebote es gibt, mit denen Sie zusammenarbeiten oder von denen Sie Materialien beziehen können. Hierzu bieten sich beispielsweise die politische Kinder- und Jugendbildung, Träger der Radikalisierungsprävention oder die Landesdemokratiezentren sowie die Bundes- und Landeszentralen für politische Bildung an. Das „Netzwerk Verstärker - Netzwerk aktivierende Bildungsarbeit“ der Bundeszentrale für politische Bildung bietet eine Plattform für Multiplikator\*innen der politischen Bildung und Sozialen Arbeit, die mit sogenannten bildungsbenachteiligten Jugendlichen arbeiten. Über die Datenbank des Netzwerks ist die gezielte Suche nach Akteur\*innen der politischen Bildungsarbeit in ihrer Nähe möglich. Auch bietet das Netzwerk kostenlose Workshops für Jugendliche zum Thema politischer Meinungsbildung und Engagement an. Die zweitägigen Veranstaltungen können von Jugendzentren und -klubs, Vereinen, Initiativen, Schulen und weiteren interessierten Einrichtungen angefragt werden und werden dann vor Ort von qualifizierten und erfahrenen Teamer\*innen durchgeführt. Auch für Multiplikator\*innen werden Workshops angeboten, in denen sie niederschwellige Methoden der politischen Bildung mit Jugendlichen kennenlernen können.

<https://www.bpb.de/die-bpb/partner/verstaerker/>

Nehmen Sie auch Akteur\*innen in Ihrem Sozialraum in den Blick, etwa zivilgesellschaftliche Organisationen, politische Bewegungen, Projekte, Initiativen, Beratungsstellen, aber auch staatliche Institutionen. So können beispielsweise Politiker\*innen oder Polizist\*innen eingeladen werden, denen die Jugendlichen Fragen zu ihrer Arbeit, rechtlichen Hintergründen etc. stellen können. Hinweise dazu, wie man ein solches Gespräch vor- und nachbereiten kann, finden Sie in Modul 4 unter der Überschrift „Mit Politiker\*innen ins Gespräch kommen“.

### Reflektieren Sie Ihre eigene Haltung

Überlegen Sie, inwieweit die Prinzipien der Selbstbestimmung und Partizipation in ihrer Einrichtung oder ihrem Angebot umgesetzt sind und welche Räume es dafür gibt. Voraussetzung für echte Partizipation ist, dass Sie selbst bereit sind, Macht abzugeben um den Vorstellungen, Wünschen und Ideen der jungen Menschen Raum zu geben.



# Module

## **Modul 1**

**Vielfalt wertschätzen**

## **Modul 2**

**Diskriminierung erkennen und vorurteilsbewusst handeln**

## **Modul 3**

**Informationen kritisch prüfen und mit demokratie- und menschenfeindlichen Äußerungen umgehen**

## **Modul 4**

**Die eigenen Rechte und Einflussmöglichkeiten kennen**

## **Modul 5**

**Gesellschaft mitgestalten und Partizipation erleben**

## **Modul 6**

**Die eigene Meinung vertreten und Konsens finden**

## **Modul 7**

**Respektvoll kommunizieren  
und konstruktiv zusammenarbeiten**

# Modul 1

## Vielfalt wertschätzen

### Einführung

Eine Demokratie zeichnet sich durch eine pluralistische Gesellschaft aus, in der Menschen unterschiedliche Ansichten und Interessen vertreten dürfen. Alle genießen Meinungsfreiheit und sollen sich möglichst frei entfalten können. Gesetze und Regeln sorgen dafür, dass nicht das „Recht des Stärkeren“ gilt, sondern auch Minderheiten geschützt und geachtet werden.

Vielfalt in Form von unterschiedlichen Meinungen und verschiedenen Bedürfnissen kann herausfordernd sein. Und sie macht das Zusammenleben – ehrlich gesagt – oft kompliziert. Doch ohne Vielfalt wäre das Leben grau, eintönig und ziemlich langweilig. Zudem birgt Vielfalt nicht nur Konfliktstoff, sondern ein großes Potenzial: Im besten Fall ergänzen sich Menschen mit ihren unterschiedlichen Eigenschaften, Fähigkeiten und Erfahrungen gegenseitig und entwickeln sich auf diese Weise gemeinsam weiter. Das gilt sowohl für zwischenmenschliche Beziehungen als auch für die Gesamtgesellschaft. Voraussetzung dafür ist, dass wir die Vielfalt wahrnehmen und wertschätzen. „Vielfalt wertschätzen“ und „Diskriminierung erkennen/vorurteilsbewusst handeln“ (Modul 1 und 2) sind wichtige Kompetenzen, die sich junge Menschen durch Demokratiebildung aneignen. Die beiden Module sind eng miteinander verknüpft. Im Modul „Vielfalt wertschätzen“ werden die Grundsteine gelegt für die Auseinandersetzung mit Vorurteilen und Diskriminierung. Daher ist es empfehlenswert, dieses Modul zuerst mit den jungen Menschen zu bearbeiten. Wichtig dabei ist, neben den Unterschieden auch immer wieder die Gemeinsamkeiten zu betonen. Alle Kinder haben eine Familie, alle Jugendlichen fühlen sich ab und zu nicht wohl in ihrer Haut – egal wie sie aussehen. Alle Menschen feiern Feste, auch wenn sich die Anlässe unterscheiden.

Um Vielfalt im Zusammenleben mit anderen als Bereicherung sehen zu können, ist es von großer Bedeutung, dass junge Menschen sich selbst mit ihren Eigenschaften, Merkmalen und Erfahrungen annehmen. Wenn sie ihr vielfältiges Ich und ihre eigenen Stärken kennen, wird es ihnen leichter fallen, auch an anderen Menschen, die sich von ihnen unterscheiden, positive Seiten zu erkennen.

### Lernziele für junge Menschen in diesem Modul sind:

- sich den Facetten der eigenen Identität bewusst werden
- die eigene Zugehörigkeit zu verschiedenen Gruppen kennen
- Unterschiede und Gemeinsamkeiten benennen können
- Empathie für andere Menschen entwickeln



# Wer bist Du?



**Lernziel** Sich den Facetten der eigenen Identität bewusst werden



**Dauer** 30-40 Minuten



**Alter** ab 12 Jahren



**Gruppe** 2er Gruppen, bis zu 30 Personen



**Material** 1 DIN A4-Papier und 1 Stift pro Person

## Anleitung

Die Teilnehmer\*innen stehen oder sitzen im Kreis und bilden Zweiergruppen. Jede\*r bekommt einen Stift und ein Blatt Papier. Die Leitung fordert alle Teilnehmer\*innen dazu auf, ihr Papier in zehn Schnipsel zu reißen. Person A in jeder Zweiergruppe beginnt und stellt Person B zehn Mal hintereinander die Frage Wer bist Du?. Person B antwortet mit „Ich bin...“ und ergänzt ein Wort (Substantiv oder Adjektiv). Jedes dieser Worte schreibt Person A auf, bis alle zehn Papierschnipsel beschrieben sind.

Anschließend fragt Person B zehn Mal „Wer bist Du?“ und notiert ebenfalls die Antworten. Danach erhält jede\*r die Zettel mit ihren\*seinen eigenen Antworten.

Zurück im Plenum fordert die Leitung alle Teilnehmer\*innen dazu auf, jeweils fünf eigene Zettel auf den Boden zu legen, die sie nicht (unbedingt) behalten möchten. Wenn alle das getan haben, bittet die Leitung darum, noch einmal zwei Zettel zur Seite zu legen. Anschließend sollen alle Teilnehmer\*innen noch einmal zwei Zettel zur Seite legen, sodass nur ein Wort übrigbleibt.

In der gemeinsamen Reflexion geht es um folgende Fragen:

- Wie war es für Dich als Du die Zettel zur Seite legen musstet?
- Welches Wort stand auf Deinem letzten Zettel? Warum ist Dir das wichtig?
- Hast Du ein Wort gerne weggelegt? Warum?
- Hättest Du vor einem Jahr dasselbe Wort bis zum Schluss behalten?

Die Methode soll deutlich machen, dass die Identität jedes Menschen durch unterschiedliche Rollen, Gruppenzugehörigkeiten und Eigenschaften geprägt ist. Deren Bedeutung kann sich im Laufe des Lebens oder durch Änderung des Kontextes wandeln. Das symbolische Weglegen von bestimmten Bausteinen der eigenen Identität kann mit einem Gefühl der Befreiung verbunden sein, aber auch mit Verlustgefühlen.

# Ich – ich nicht



## Lernziele · Kennenlernen

- die eigene Zugehörigkeit zu verschiedenen Gruppen kennen
- Unterschiede und Gemeinsamkeiten sichtbar machen



Dauer 50 Minuten



Alter ab 8 Jahren



Gruppe bis zu 30 Personen



Material Zwei Schilder mit der Aufschrift „ich“ bzw. „ich nicht“  
Klebestreifen o.ä. zum Befestigen

## Anleitung

Die Leitung hängt an zwei gegenüberliegenden Stellen im Raum die Schilder mit der Aufschrift „Ich“ bzw. „Ich nicht“ auf. Sie stellt den Teilnehmer\*innen nacheinander Fragen. Auf jede Frage sollen die Teilnehmer\*innen schweigend antworten, indem sie sich in die Nähe des jeweils zutreffenden Schilds stellen. Die Leitung erklärt den Teilnehmer\*innen, dass sie sich klar positionieren sollen und nicht in die Mitte stellen können. Eine kleine Zone des Raums sollte als neutrale Zone definiert werden. Sollte jemand eine Frage gar nicht beantworten wollen, darf der\*diejenige sich bei dieser Frage in die neutrale Zone stellen. Die Leitung fordert die Teilnehmer\*innen auf, nach jeder Frage eine kurze Weile stehen zu bleiben und für sich selbst wahrzunehmen: Mit wem stehe ich in einer Gruppe? Gehöre ich zur Mehrheit oder Minderheit? Wie geht's mir in der Situation? Nachdem sich alle positioniert haben, kann die Leitung auch Nachfragen stellen und sich z. B. nach den konkreten Städten erkunden, in denen die Teilnehmer\*innen geboren wurden.

Bevor es losgeht, kündigt die Leitung an, dass die Teilnehmer\*innen am Ende die Möglichkeit haben, selbst Fragen an die Gruppen zu stellen.

## Mögliche Fragen:

- Wer ist in dieser Stadt geboren?
- Wer möchte mal Bungee-Jumping ausprobieren?
- Wer spielt ein Instrument?
- Wer hat mehr als zwei Geschwister?
- Wer hat schon mal auf einem Pferd gesessen?
- Wer ist schon mal in der Schule sitzen geblieben?
- Wer kann sich in zwei oder mehr Sprachen fließend verständigen?
- Wer ist gerade verliebt?
- Wer wohnt mit beiden leiblichen Elternteilen zusammen?
- Wer hat schon mal leidenschaftlich einen Mann geküsst?
- Wer hat schon mal leidenschaftlich eine Frau geküsst?
- Wer hat schon mal einen Preis verliehen bekommen?
- Wer hat ein Haustier?
- Wer von euch ist Linkshänder\*in?
- Wer möchte noch eine Frage stellen?

### Fragen für jüngere Kinder:

- Wer hat schon mal in der Schule geweint?
- Wer lacht gerne?
- Wer hat schon mal eine gute Note bekommen?
- Wer hat schon mal eine schlechte Note bekommen?
- Wer musste schon Strafarbeit machen?
- Wer wurde schon mal gemobbt?
- Wer hat schon mal einen Kuchen gebacken?

Nachdem alle wieder ihre Plätze eingenommen haben, wird die Methode gemeinsam reflektiert. Dazu kann die Leitung folgende Fragen stellen:

- Wie ging es Euch mit der Übung?
- Was ist Euch aufgefallen?
- Welche Frage hat bei Euch die stärkste Reaktion ausgelöst?
- Warst Du öfter in der Mehrheit oder in der Minderheit?
- Bei welchen Fragen hast Du gerne zur Minderheit gehört? Bei welchen nicht?
- Wie war es, allein auf einer Seite zu stehen?
- Wie hat es sich angefühlt, zu einer großen Gruppe zu gehören?

» Quelle: <http://portal-intersektionalitaet.de/forum-praxis/methodenpool/intersektionalitaet/2012/ich-nicht-ich/>

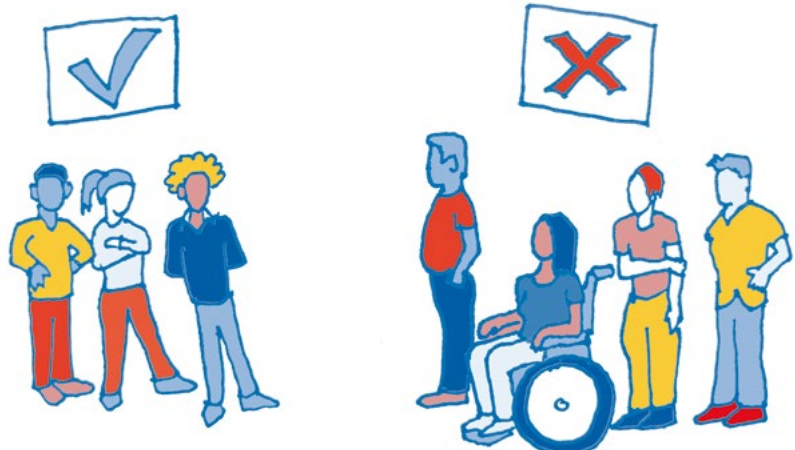
### Non-verbale Version für Kinder und Jugendliche mit geringen Deutschkenntnissen

Das Spiel „Entweder Oder“. Es werden jeweils zwei Bilder hochgehalten, denen sich die Jugendlichen je nach Favorisierung zuordnen können, z. B. Meer / Berge, Reis / Nudeln, Hund / Katze, Sport / Sofa, etc. Es kann als Kennenlernspiel und Eisbrecher innerhalb von (neuen) Gruppen genutzt werden. Man findet Gemeinsamkeiten und Unterschiede. Jede\*r hat eine eigene Meinung und ist in der Gruppe willkommen.

### Handout: „Mein Steckbrief“

Eine Steckbriefvorlage kann besonders in Gruppen eingesetzt werden, in denen die Teilnehmenden sich noch nicht gut kennen. Sie können sich z. B. mithilfe ihrer Steckbriefe gegenseitig vorstellen. Hierbei werden Gemeinsamkeiten und Unterschiede entdeckt.

Download unter: <https://www.invia-deutschland.de/fachliches/projekte/demokratie-einfach-machen-deim/deim>



# Das finde ich gut an Dir



**Lernziele** · Empathie für andere Menschen entwickeln  
· die eigenen Stärken wertschätzen



**Dauer** 30-40 Minuten



**Alter** ab 8 Jahren



**Gruppe** bis zu 30 Personen



**Material** Drei DIN A5-Zettel pro Person; Buntstifte  
optional: Sammlung positiver Charaktereigenschaften in Bildform: <https://bit.ly/3qH4ux7>

## Anleitung

Alle Teilnehmer\*innen schreiben ihren eigenen Namen auf drei DIN A5-Zettel, die sie einmal in der Mitte falten. Die Leitung sammelt alle Zettel in einem Gefäß und mischt sie. Anschließend zieht jede\*r Teilnehmer\*in drei Zettel. Wer den eigenen Namen zieht, tauscht den Zettel. Zu den gezogenen Namen schreiben oder malen die Teilnehmer\*innen nun auf die Zettel dazu, was sie an diesen Menschen mögen. Als Anregung kann die Leitung zuvor eine Liste mit positiven Eigenschaften aufhängen (siehe Link) oder mit den Jugendlichen/Kindern auf einer Flipchart sammeln. Zum Schluss sammelt die Leitung die Zettel ein und übergibt allen Teilnehmer\*innen die Zettel mit ihren Namen.

» Angelehnt an die für Schulklassen konzipierte Methode „Die eigene Wertschätzung“ der Aktion Mensch: <https://www.aktion-mensch.de/ds/inklusion/unterricht/download.php?id=85>

# Auf einer einsamen Insel



**Lernziele**

- Unterschiedliche Fähigkeiten wahrnehmen und anerkennen
- Verstehen, dass Menschen in einer Gesellschaft aufeinander angewiesen sind



**Dauer** 40-60 Minuten



**Alter** ab 10 Jahren



**Gruppe** 10-30 Personen



**Material** Tafel oder Flipchart; Stifte  
optional: Piktogramme, z. B. von <https://thenounproject.com/>

## Anleitung

Die Leitung lädt die Teilnehmer\*innen zu einem Gedankenexperiment ein: Sie sollen sich vorstellen, dass sie mit dem Flugzeug auf dem Weg in den Urlaub waren und nach einer Notlandung auf einer einsamen Insel gestrandet sind. Was braucht die Gruppe zum Überleben? Was hilft ihr, die Zeit bis zur Rettung zu überstehen?

Zunächst wird an der Tafel bzw. auf der Flipchart notiert, welche körperlichen, geistigen und seelischen Bedürfnisse die Gruppe auf der einsamen Insel hat. Statt Begriffe aufzuschreiben können zur Veranschaulichung auch Piktogramme genutzt werden.

Anschließend werden den Bedürfnissen verschiedene Aufgaben zugeordnet (z. B. Feuerholz sammeln, kochen, Tagebuch schreiben, Musik machen, Nachtwache halten, ...). Die Verschriftlichung bzw. Visualisierung kann beispielsweise in Form einer Tabelle oder in einer Mindmap erfolgen.

Zum Schluss melden sich alle Teilnehmer\*innen für mindestens eine Aufgabe, die sie gern übernehmen möchten oder mit Unterstützung anderer durchführen können. Die Leitung sollte darauf achten, dass für alle Teilnehmer\*innen eine Aufgabe dabei ist. Ziel ist es, dass alle eine für die Gruppe wertvolle Aufgabe haben, die auch ihnen selbst zusagt.

» Angelehnt an die aus dem Schulkontext stammende Methode „Auf einer einsamen Insel“ der Aktion Mensch <https://www.aktion-mensch.de/ds/inklusion/unterricht/download.php?id=86>





# Sag mir, ob ich deutsch bin



**Lernziele**

- Deutschland als Einwanderungsland begreifen
- Stereotype und Vorurteile hinterfragen
- reflektieren, dass Deutschland vielfältig ist und dass jede\*r auf seine\*ihre Weise dazugehört



**Dauer** 80 Minuten, Videodauer 17:45 min. / alternativ nur Ausschnitte



**Alter** ab 14 Jahren



**Gruppe** 3-30 Personen



**Material** Abspielmöglichkeit und Video: „Sag mir, ob ich deutsch bin ft. Esra, Dazzle, Mirza Odabasi“  
<https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=cz1YoAeLf5E&t=1s>

## Anleitung

Die Gruppe schaut gemeinsam das Video „Sag mir, ob ich deutsch bin“ an. Im Video werden drei Personen gebeten, nur anhand des Aussehens einzuschätzen, ob sieben Personen deutsch sind oder nicht. Anschließend können sie den Personen Fragen stellen und die Zuordnung noch einmal überdenken. Es folgt die Auflösung und die einzelnen Personen erklären, ob sie sich deutsch fühlen oder nicht.

Minute 00:00 - 01:12

Aufgabenstellung: Einschätzen, ob eine Person deutsch ist

Minute 01:12 - 02:41

Aufgabe, den Personen Statements zuzuordnen

Minute 02:42 - 08:44

Möglichkeit, mit den Personen zu sprechen

Minute 08:45 - 16:15

Auflösung, wer sich deutsch fühlt

Minute 16:15 - Ende

die 3 Proband\*innen reflektieren

## Mögliche Fragen zur Reflexion

- Nach welchen Kriterien entscheiden die Personen im Video, wer deutsch ist und wer nicht?
- Warum haben die Leute im Video Probleme herauszufinden, wer deutsch ist?
- Warum fühlen sich einige der Menschen im Video nicht deutsch?
- Gibt es überhaupt so etwas wie „typisch deutsch“ und wenn ja, wer entscheidet das?
- Welche Diskriminierungen kann es geben, wenn man festlegt, was zu einem Land gehört und was nicht?
- Kann sich das, was als typisch für ein Land angesehen wird, auch verändern? Und ist das positiv oder negativ zu beurteilen?
- Die Personen im Video merken, dass sie viele Vorurteile haben, wenn sie jemandem begegnen, den sie nicht kennen. Wie kann man damit umgehen, wenn man Vorurteile hat? Was ist wichtig?

### Antwortbeispiele:

- sich bewusst sein, dass man Vorurteile hat
- versuchen, nicht zu schnell über Personen zu urteilen
- Interesse an anderen zeigen und sie kennenlernen
- respektvoll nachfragen
- bereit sein, die eigenen Vorurteile zu hinterfragen
- Menschen freundlich begegnen, so kommt man mit ihnen in Austausch

### Alternative Durchführung der Übung

Das Video kann auch nach 1:12 Minuten gestoppt werden und die Teilnehmenden sollen selbst diskutieren, welche der Personen sie als „deutsch“ einschätzen und warum. Dann kann gesammelt werden, auf Basis welcher Kriterien sie zu dieser Einschätzung gekommen sind. Im Anschluss können weitere Teile des Videos geschaut werden, z. B. die Auflösung ab Minute 8:45.

### Fragen zur Reflexion

- Nach welchen Kriterien habt ihr entschieden, wer deutsch ist, und wer nicht?
- Ist es euch schwer oder leicht gefallen? Warum?
- Gibt es überhaupt so etwas wie „typisch deutsch“ und wenn ja, wer entscheidet das?
- Kann sich das, was als typisch für ein Land angesehen wird, auch verändern? Und ist das positiv oder negativ zu beurteilen?
- Glaubt ihr, dass aus der Festlegung, was zu einem Land gehört oder nicht, auch Ungerechtigkeiten oder Diskriminierung hervorgehen können?

### Feedback zur Methode:

Giulia Trimarchi, Sozialpädagogin der Motivia-WerkstattSchule bei IN VIA Köln e.V.

Das Video hat eine interessante Diskussion darüber angeregt „was typisch deutsch ist“. Die Jugendlichen hatten wie die Personen im Video Probleme dabei, einzelne „typisch deutsche“ Merkmale herauszustellen. Wir diskutierten über verschiedene Vorurteile, wo kommen sie her, was machen Vorurteile mit uns und was sind deine eigenen Erfahrungen mit Vorurteilen. Wir prüften, wie viel Wahrheit in einzelnen Vorurteilen steckt und ob diese auf einzelne Personengruppen anwendbar sind. Z. B. hielt sich bei einem Schüler das hartnäckige Vorurteil, dass Deutsche geizig sind, da er des Öfteren eigene Erfahrungen damit gemacht hat – die anderen Schüler argumentierten, dass es unfair sei, dies auf alle Deutsche anzuwenden. Die Jugendlichen kamen zu dem Schluss, dass Vorurteile Ungerechtigkeiten auslösen und einzelne Menschen und Personengruppen diskriminieren. Auch sprachen die Jugendlichen über ihre eigenen Diskriminierungserfahrungen. Wir lernten die Funktion und Mechanismen von Vorurteilen kennen. Auch lernten wir, wie man seine eigenen Vorurteile hinterfragen und im Alltag bewusster steuern kann.

Die Jugendlichen konnten sich gut mit den Protagonist\*innen im Video identifizieren. Einzelne Schüler hatten zunächst Probleme sich ernsthaft auf das Thema einzulassen. Jedoch nach der Auflösung des Videos und in der Diskussion konnte fast jeder Schüler etwas dazu beitragen oder eine persönliche Geschichte dazu erzählen. Die Leitfragen waren gut formuliert, sodass gute Ergebnisse und Denkansätze aus der Diskussion entstanden sind.

» Die Hintergrundinformationen und zwei der Reflexionsfragen stammen aus: Re/Init e.V. (2019): „Was ist dir eigentlich wichtig...?“ Übungshandbuch für Peer-Education in der Rechtsextremismusprävention und Demokratieförderung, S. 75 f.

**Was bedeutet Vielfalt?**

Menschen haben oft unterschiedliche Meinungen und verschiedene Ideen. In einer Demokratie dürfen alle Menschen frei sagen, was sie denken.

Manchmal ist es nicht leicht, wenn Menschen verschiedene Ansichten und unterschiedliche Bedürfnisse haben. Das Zusammenleben kann kompliziert sein. Aber stell Dir vor, alle hätten immer dieselbe Meinung. Alle hätten die gleichen Hobbies. Das wäre doch ziemlich langweilig, oder?

Du kannst Dinge, die deine Freundin oder dein Bruder nicht können. Dein Nachbar kennt sich mit anderen Themen aus als Du. Das ist gut so. Denn dadurch könnt ihr voneinander lernen und euch gegenseitig helfen.

Bei allen Unterschieden vergiss auch nicht: Alle Menschen haben viel miteinander gemeinsam. Zum Beispiel feiern alle Menschen gerne Feste, aber nicht alle machen das zur gleichen Zeit. Für einige ist das Opferfest wichtig. Andere freuen sich sehr auf Weihnachten. Manche feiern am Frühlingsanfang das Fest Nowruz.

Was macht Dich aus? Welche Eigenschaften hast Du? Welche Erfahrungen hast Du gemacht? Finde es heraus! Und dann gehe auf andere zu und tausche Dich mit ihnen aus.

Du wirst feststellen: Du bist ganz besonders und hast viele verschiedene Seiten. Genauso ist jeder Mensch besonders. Wir gehören alle zu vielen unterschiedlichen Gruppen. Wir können über Unterschiede und Gemeinsamkeiten sprechen und uns besser kennenlernen. So klappt das Zusammenleben und wir können gemeinsam die Gesellschaft zum Guten verändern.

In der folgenden Spalte finden Sie diesen Text in Leichter Sprache.

**Was bedeutet Vielfalt?**

Jeder Mensch mag andere Dinge.  
Was jemand gut findet  
findet jemand Anderes schlecht.  
Bei uns darf aber jeder seine Meinung sagen.

Wenn man eine andere Meinung hört  
mag man das vielleicht nicht.  
Deshalb gibt es manchmal Streit.  
Das Zusammenleben wird schwer.

Dabei sind verschiedene Meinungen gut.  
So können alle voneinander lernen.

Jeder Mensch kann andere Dinge.  
Und das ist auch gut so.  
So können sich alle gegenseitig helfen.

**Menschen sind also ganz unterschiedlich.  
Das heißt Vielfalt.**

Aber egal wie unterschiedlich wir sind  
viele ist bei allen Menschen gleich:  
Zum Beispiel feiern alle Menschen gerne Feste.  
Aber wir feiern nicht alle zur gleichen Zeit.

- Manche feiern das Opferfest.
- Manche feiern Weihnachten.
- Manche feiern am Frühlingsanfang das Fest Nowruz.

Versuche herauszufinden:

- Was macht Dich besonders?
  - Wie bist Du?
  - Welche Erfahrungen hast Du?
- Dann sprich mit anderen darüber.

Und darüber  
was an anderen Besonders ist.

Du wirst sehen:

- Du bist ganz besonders.
- Und Du hast viele verschiedene Eigenschaften.
- Jeder andere ist aber auch ganz besonders!

Wir gehören zu vielen verschiedenen Gruppen.  
Darüber können wir sprechen.  
Um uns besser zu verstehen.  
So können wir besser zusammenleben.  
Und die Welt besser machen.

## Modul 2

# Diskriminierung erkennen und vorurteilsbewusst handeln

## Einführung

### Vorurteile

Jeder Mensch hat Vorurteile. Wir erlernen diese von unserer Kindheit an, indem wir Haltungen und Bilder aus unserem Umfeld aufnehmen. „Vorurteile sind stabile [...] Einstellungen gegenüber Gruppen“<sup>9</sup> oder einer Person aufgrund ihrer tatsächlichen oder vermeintlichen Zugehörigkeit zu einer Gruppe. Vorurteile beruhen nicht auf gesichertem, geprüftem Wissen, sind mit Emotionen verbunden und beinhalten eine Wertung. Oft werden dabei die Eigenschaften einzelner Personen auf eine ganze Gruppe projiziert, z. B. Hartz-IV-Empfänger\*innen sind faul, alte Menschen können nicht mit Computern umgehen oder Muslime unterdrücken Frauen. Auch wenn dies möglicherweise auf einzelne Personen zutrifft, betrifft es nicht die gesamte Gruppe.

Vorurteile haben verschiedene Funktionen. Sie bieten uns Orientierung in einer komplexen Welt, können Klarheit über unsere eigene Gruppenzugehörigkeit schaffen und ein positives Selbstbild stärken. Vorurteile sind nicht immer nur mit negativen Zuschreibungen verknüpft, aber sie stecken Personen in Schubladen. Vorurteile können andere auf Basis von Unterschieden abwerten und damit ausgrenzend wirken. Deshalb ist es wichtig, dass wir uns unserer Vorurteile bewusst werden und lernen, mit ihnen umzugehen.



### Anti-Bias als hilfreicher Ansatz

Der Anti-Bias Ansatz beschäftigt sich mit Vorurteilen und den daraus resultierenden Diskriminierungen. Er ist ein Ansatz der antidiskriminierenden Bildungsarbeit. Das englische Wort bias kann übersetzt werden mit „Schiefelage, Einseitigkeit, Voreingenommenheit“. Die Schiefelage kommt dadurch zustande, dass in unserer Gesellschaft bestimmte Merkmale als normal/höherwertig bewertet werden, während andere Merkmale als von der Norm abweichend und als minderwertig gelten. Anti-Bias zielt darauf ab, die beschriebene gesellschaftliche Schiefelage ins Gleichgewicht zu bringen. Das Besondere am Anti-Bias Ansatz ist, dass er alle (gesellschaftlich relevanten) Unterscheidungsmerkmale bzw. Dimensionen, d.h. Gender, Alter, körperliche Befähigung, ethnische Herkunft, Religion, soziale Herkunft, Bildungshintergrund, Aussehen etc. einbezieht und betrachtet, wie verschiedene Diskriminierungsformen zusammenwirken und sich gegenseitig verstärken können.

Der Anti-Bias Ansatz geht davon aus, dass jeder Mensch Vorurteile hat, dass es jedoch möglich ist, einen bewussten Umgang damit zu erlernen. Er geht auch davon aus, dass jede Person Erfahrung damit hat, zu diskriminieren und diskriminiert zu werden, denn Diskriminierung findet in verschiedenen Dimensionen und auf unterschiedlichen Ebenen statt.

Deshalb geht es darum, die eigenen Privilegien zu reflektieren und sich zu fragen, wann man selbst diskriminiert, aber auch darum, zu überlegen, wann man sich selbst diskriminiert fühlt. „Die unterschiedlichen Betroffenheiten von Diskriminierung werden aber nicht einfach gleichgesetzt, sondern in ihrer jeweiligen Besonderheit bewusst gemacht, z. B. ihre geschichtliche Entwicklung und Verbreitung in der Gesellschaft und deren Wirkung auf den Einzelnen.“<sup>10</sup>

Bei Anti-Bias geht es nicht darum, dass man es schafft, sich von allen Vorurteilen zu befreien, sondern sich der eigenen Vorurteile bewusst zu werden und dadurch auch bewusst mit ihnen umgehen zu lernen und Diskriminierung zu vermeiden. Vorurteilsbewusst statt vorurteilsfrei.

<sup>9</sup> <https://www.bpb.de/izpb/9680/was-sind-vorurteile>

<sup>10</sup> CvetkaBovha/ Nele Kontzi: Der Anti-Bias-Ansatz: Vorurteilsbewusstes Miteinander an Berliner Grundschulen, in: Dirk Lange/Ayça Polat: Unsere Wirklichkeit ist anders, Schriftenreihe 1001, Bundeszentrale für politische Bildung Bonn, 2009.

## Was ist Diskriminierung?

Diskriminierung kann entstehen, wenn ein Mensch sowohl Vorurteile gegenüber einer anderen Person hat als auch mehr Macht (im Sinne von Privilegien, Ressourcen und Einfluss) als die betroffene Person und diese Person gegenüber anderen Menschen benachteiligt. Diskriminierung kann auf verschiedenen Ebenen stattfinden: auf der zwischenmenschlichen Ebene (z. B. abschätzende Blicke, Beleidigungen), institutionellen bzw. strukturellen Ebene (z. B. Gesetze, Aufenthaltsrecht) sowie auf der gesellschaftlich-ideologischen Ebene (z. B. Repräsentation in den Medien).

## Folgen von Diskriminierung / Wie können Betroffene unterstützt werden?

Emotionen wie Scham oder Angst führen häufig zum Rückzug der Betroffenen und zur Vereinzelung. Daher ist es wichtig, dass Betroffene Räume haben für Austausch mit Menschen, die ähnliche Erfahrungen machen und dass sie Solidarität erfahren. Die Haltung der pädagogischen Fachkräfte ist hier sehr wichtig: Es geht darum, Äußerungen von Jugendlichen, dass sie sich ungerecht behandelt fühlen, ernst zu nehmen – denn das ist ein positives Zeichen: Die Jugendlichen wollen mehr, als heute möglich erscheint. In dieser Haltung sollten Fachkräfte die Jugendlichen bestärken. Negativ auswirken würde es sich hingegen, den Jugendlichen zu vermitteln, dass sie ihre Erwartungen senken sollen, da dies in die Resignation führen kann.

## Wie können wir Diskriminierung abbauen?

- Intensive Selbstreflexion der eigenen Verstrickung in gesellschaftliche Machtverhältnisse
- Sich eigene Vorurteile bewusst machen
- „Powersharing“ (Macht an weniger privilegierte Menschen abgeben)
- Austausch und Kontakt mit den jeweils anderen Gruppen und Menschen, aber auch innerhalb der eigenen Gruppen: Anerkennung und Wertschätzung des eigenen Hintergrunds ebenso wie anderer Lebensrealitäten – miteinander solidarisieren
- konkrete alternative Handlungsmöglichkeiten entwickeln

## Lernziele für junge Menschen in diesem Modul sind:

- sich eigener Vorurteile bewusst werden
- Kategorisierungen in Frage stellen
- Negative Auswirkungen von Vorurteilen erkennen
- Bewusstsein für eine diskriminierungssensible Sprache entwickeln
- eigene Diskriminierungserfahrungen benennen und reflektieren

## Das Thema Diskriminierung sensibel thematisieren

Bei Methoden, die Ausgrenzung und eigene Diskriminierungserfahrungen ansprechen, ist besondere Sensibilität gefragt. Fragen Sie sich im Vorhinein, inwieweit die Teilnehmenden selbst Ausgrenzung und Diskriminierung erfahren bzw. erfahren haben und ob die Gruppe und die Rahmenbedingungen es erlauben, diese Erfahrungen in einer geschützten Atmosphäre anzusprechen. Ernst und Schmitt empfehlen zum Umgang mit Diskriminierungserfahrungen in pädagogischen Settings: „Keinesfalls sollten diskriminierende Erfahrungen Jugendlicher für die Gesprächsgestaltung „ausgeschlachtet“ werden. Entscheidend ist die [...] interaktive Eigenständigkeit, in der die Jugendlichen miteinander ein Thema behandeln. Ist ein Thema für die Jugendlichen nicht relevant oder scheinen sie dieses – aus welchen Gründen auch immer – nicht vertiefen zu wollen, so ist das in diesem thematischen Zusammenhang unbedingt zu akzeptieren. Gerade Pädagoginnen und Pädagogen, die strukturell keine Benachteiligung erfahren haben, kommt hier in besonderem Maße die Rolle als zurückhaltende/r Moderator/in zu.“<sup>11</sup>

<sup>11</sup> Julian Ernst, Josephine B. Schmitt für bpb.de (2020): Gespräche gestalten zu Videos der Reihe „Say My Name“, <https://www.bpb.de/lernen/digitale-bildung/bewegtbild-und-politische-bildung/saymyname/312453/gespraeche>  
Creative Commons Lizenz „CC BY-NC-ND 3.0 DE - Namensnennung - Nicht-kommerziell - Keine Bearbeitung 3.0 Deutschland“



# „Vier Bärte“ - Eine Wahrnehmungsübung zu Vorurteilen



- Lernziele**
- die eigene Wahrnehmung und Vorurteile reflektieren
  - die Bedeutung kleiner Signale für Kommunikationsprozesse erkennen
  - verstehen, wie Vorurteile entstehen können
  - Erwartungen und Ängste gegenüber anderen Menschen hinterfragen
  - lernen, dass jeder Mensch individuelle Wahrnehmungen hat, die in komplexem Zusammenhang mit eigenen Erfahrungen, Wissen, Vorurteilen etc. stehen.



**Dauer** 30-40 Minuten



**Alter** ab 12 Jahren



**Gruppe** 8-12 Teilnehmende



**Material** Ausdrucke oder Projektion der 4 Bärte, Bildmaterial unter:  
<https://juleicavorbereitung.wordpress.com/2014/02/24/ubung-zu-vorurteilen-vier-barte/>

## Anleitung

Von unseren Wahrnehmungen leiten sich Erwartungen an Menschen, ihre Eigenschaften und ihr Verhalten ab. Kommunikation beginnt nicht erst im Gespräch, sondern bereits viel früher. Wie beeinflusst meine Wahrnehmung von äußeren Signalen meine Einstellungen und mein Verhalten gegenüber anderen? Die Übung „Vier Bärte“ eignet sich sehr gut als Einstieg in diese Thematik.

Die Teilnehmenden sitzen im Stuhlkreis. Die Ziele der Übung werden zunächst noch nicht genannt. Alle Teilnehmenden erhalten die vier Abbildungen der verschiedenen Bärte ohne Gesicht. Sie werden aufgefordert, die vier Bärte einige Minuten still für sich zu betrachten.

Die anleitende Person gibt folgende Denkanstöße:

- Was fällt dir zuerst ein, wenn Du die einzelnen Bärte betrachtest?
- Wie sehen die Gesichter aus?
- Was für Menschen stecken dahinter (Alter, Aussehen, Beruf)?
- Woher kommen sie?
- Wer ist dir sympathisch, wer ist dir unsympathisch?
- Mit wem willst Du etwas zu tun haben?
- Wie reagierst du, wenn Du einem dieser Männer begegnest?

Wenn die gesamte Gruppe mit der Betrachtung der Abbildungen fertig ist, beginnt eine Person, ihre Eindrücke zu schildern. Die anderen hören zu, bis alle Teilnehmenden ihre Wahrnehmung geschildert haben. Alle Teilnehmenden sollten etwas sagen, die Reihenfolge spielt keine Rolle. Die Aussagen der einzelnen Teilnehmer werden in der ersten Runde nicht gegenseitig kommentiert.

Anschließend erfolgt eine gemeinsame Auswertung. Hierbei können folgende Fragen gestellt werden:

- Habt ihr die Bartträger jeweils unterschiedlich beschrieben?
- Wo sind Ähnlichkeiten?
- Wie kommt es dazu?
- Können die Menschen mit den vier Bärten auch ganz anders aussehen als in euren Vorstellungen?
- Wie sehr beeinflussen kleine Signale euer Denken und Verhalten?
- Setzen wir selbst bestimmte Signale ein, um Wirkungen zu erreichen?
- Auf welche Merkmale achtet ihr zuerst, wenn ihr einem Menschen zum ersten Mal begegnet?

Während der Übung achtet die anleitende Person darauf, dass sich Vorurteile und Stereotype nicht verfestigen, indem er\*sie immer wieder darauf hinweist, dass es sich um Bilder in unseren Köpfen handelt, Vorurteile nicht faktenbasiert sind und Personen nicht in Schubladen gehören. Sie kann die Teilnehmenden auch fragen, ob sie Personen kennen, die den genannten Vorurteilen nicht entsprechen.

» Quelle: Czuba-Konrad, Susanne: Integration. Eine pädagogische Handreichung. Frankfurt/Main. 2000. S. 80-81.



# Ich denke er/sie ist...



**Lernziele** · sich eigener Vorurteile bewusst werden  
· negative Auswirkungen von Vorurteilen verstehen



**Dauer** 30 – 45 Minuten



**Alter** ab 10 Jahren



**Gruppe** bis zu 20 Personen



**Material** · Stifte und Papier  
· Videoabspielmöglichkeit  
Kim: <https://youtu.be/-qFB-nmD6AU>  
Marco: <https://youtu.be/3VDmGjSKwDU>  
Thierry: <https://youtu.be/Qp0nRVbl9Zo>  
· Handout „Schritte, die ich gehen kann, ...“

## Anleitung

In der Übung werden die Teilnehmenden aufgefordert, eine Person aufgrund eines ersten Eindrucks einzuschätzen. Hierzu stehen drei Personen zur Auswahl: Kim, Marco und Thierry. Die erste Person wird den Teilnehmenden als Standbild gezeigt. Sie sollen sich die Person ansehen und haben 5-10 Minuten Zeit, sich auf einem Blatt Stichpunkte zu ihrer Einschätzung der Person zu notieren. Dies kann je nach Gruppengröße einzeln oder in Kleingruppen geschehen.

### Er / Sie ist ...

Alter

Nationalität

Schulische Bildung

Beruf

Hobbies

Welche Geschichte könnte die Person erzählen?  
(Notiere Stichpunkte)

Nach 10 Minuten werden die Einschätzungen in der Gruppe zusammengetragen. Dann sieht die Gruppe sich gemeinsam das Video an, in dem die Person etwas über sich erzählt.

## Anschließend wird gemeinsam reflektiert:

- War eure Einschätzung der Person zutreffend?
- Welche Merkmale der Person haben für eure erste Einschätzung eine Rolle gespielt?
- Welche Vorurteile haben wir bei dieser Übung entdeckt?
- Wann können Vorurteile einer Person schaden? Kennt ihr Beispiele?
- Hast Du schon einmal ein Vorurteil über Dich selbst oder über eine Gruppe gehört, der Du angehörst oder angehören möchtest?
- Was können wir tun, damit wir mit Vorurteilen niemandem schaden?

Mit dem Handout „Schritte, die ich gehen kann, um mit Vorurteilen umzugehen“ kann am Ende der Übung besprochen werden, wie man mit Vorurteilen umgehen kann.

Das Handout finden Sie auf der folgenden Seite in Alltagsdeutsch. Eine Version des Handouts in Leichter Sprache können Sie unter: <https://www.invia-deutschland.de/fachliches/projekte/demokratie-einfach-machen-deim/deim> herunterladen.

## Hinweise

Mit der Übung können Stereotypen und Vorurteile erkannt und reflektiert werden. Anschließend wird herausgearbeitet, wie Personen durch Vorurteile negativ betroffen sein können. Besonders Personen, die von gesellschaftlichen Normen abweichen, sind oft von Vorurteilen betroffen, was dazu führen kann, dass sie sich ausgegrenzt fühlen. Vorurteile können auch dazu führen, dass Angst gegenüber bestimmten Personengruppen entsteht oder sogar Feindschaft. Nicht zuletzt können Vorurteile dazu führen, dass Personen anders behandelt werden, also diskriminiert werden.

Es kann in der Gruppe zudem überlegt werden, ob auch scheinbar „positive“ Vorurteile negative Auswirkungen haben können, indem sie z. B. Personen unter Druck setzen, einem bestimmten Bild zu entsprechen oder sie auf bestimmte Merkmale reduzieren.

Natürlich kann es geschehen, dass die von den Teilnehmenden festgestellten Stereotype auch auf eine der Personen zutreffen. Hier sollte diskutiert werden, ob sich daraus eine Allgemeingültigkeit des Stereotyps ableiten lässt.

### Hier gibt es einige treffende, aber einfache Erklärungen zu Vorurteilen:

<https://www.annefrank.org/de/themen/vorurteile-und-stereotype/>

» Quelle: Die Methode „Ich denke, er/sie ist...“ stammt aus dem Projekt „Aktiv gegen Vorurteile“ <https://www.aktiv-gegen-vorurteile.de/material/einstiegsmethoden/einstiegsmethode-ich-denke-ersie-ist/>



Videotipp: Video des WDR zum Thema Vorurteile und Diskriminierung

Im Video erhält eine Gruppe von Schüler\*innen Fotos von vier Kindern. Die Schüler\*innen sollen erraten, welche Hobbies die abgebildeten Kinder haben und wer von ihnen ein\*e Tänzer\*in ist. Dabei wird das Thema Vorurteile reflektiert.

<https://kinder.wdr.de/tv/neuneinhalb/av/video-typisch--woher-kommen-vorurteile-100.html>

## Handout:

### Schritte, die ich gehen kann, um mit Vorurteilen umzugehen

#### 1. Schritt

Es ist wichtig, dass ich erkenne, dass ich manchmal Vorurteile gegenüber anderen habe. Jeder Mensch hat Vorurteile gegenüber Menschen, die er anderen Gruppen zuordnet. Diese Urteile treffen aber niemals auf alle Personen in dieser Gruppe zu. Wenn ich das verstehe, bin ich schon einen guten Schritt gegangen.

#### 2. Schritt

Ich achte darauf, dass ich Menschen nicht anders behandle, nur weil ich Vorurteile gegenüber ihnen habe. Ich sollte niemanden wegen meiner Vorurteile diskriminieren. Außerdem sollte ich Vorurteile gegenüber anderen Menschen nicht weiterverbreiten.

#### 3. Schritt

Wenn ich sehe oder höre, dass jemand in meinem Umfeld andere Menschen beleidigt oder sie aufgrund von einem Vorurteil in eine Schublade steckt, dann widerspreche ich. Weil ich verstehe, dass Vorurteile Menschen verletzen können, sage ich deutlich meine Meinung. Auch wenn meine Freund\*innen oder Bekannten jemanden verletzen, sage ich ihnen, dass das nicht o.k. ist. Auf Social Media mische ich mich ein, wenn Vorurteile verbreitet werden.

#### 4. Schritt

Wenn ich andere Menschen besser kennenlernen, dann wird es schwer für meine Vorurteile! Dann erlebe ich, dass jeder Mensch ganz einzigartig ist und nicht in meine Schubladen passt. Ich nehme mir vor, mal mit einer Person ins Gespräch zu kommen, über die ich ganz wenig weiß.

#### Angelehnt an:

<https://www.annefrank.org/de/themen/vorurteile-und-stereotype/was-kann-man-gegen-vorurteile-tun/>

# Ein Schritt nach vorn



**Lernziele** · Sensibilisierung für ungleiche Chancenverteilung in der Gesellschaft  
· Einfühlungsvermögen in verschiedene Lebenslagen



**Dauer** 60 Minuten



**Alter** ab 14 Jahren



**Gruppe** 10-25 Personen



**Material** · Arbeitsblatt mit Rollenkarten und Situationen, abrufbar unter:  
<https://www.invia-deutschland.de/fachliches/projekte/demokratie-einfach-machen-deim/deim>  
· ausreichend Platz, damit die Teilnehmenden in einer Reihe stehen können und mehrere Schritte nach vorn machen können

## Anleitung

Die Leitung gibt jeder Person wahllos eine Rollenkarte, welche diese für sich behalten und niemandem zeigen sollte. Sie bittet die Teilnehmenden, sich in die Rolle hinein zu versetzen. Um ihnen dabei zu helfen, liest die Leitung einige der folgenden Fragen laut vor. Nach jeder Frage wird eine kurze Pause gemacht, damit alle Zeit haben, sich ein Bild von sich selbst und ihrem Leben zu machen.

### Fragen zum Einfühlen in die Rolle

- Wie war deine Kindheit?  
In was für einem Haus hast Du gewohnt?  
Was für Spiele hast Du gespielt?  
Was haben deine Eltern gearbeitet?
- Wie sieht dein Alltag heute aus?  
Wo triffst Du Dich mit deinen Freund\*innen?  
Was machst Du morgens, nachmittags, abends?
- Wie sieht dein Lebensstil aus?  
Wo lebst du? Wie viel verdienst Du im Monat?  
Was machst Du in deiner Freizeit?  
Was machst Du in den Ferien?
- Was findest Du aufregend und wovor fürchtest Du dich?

Nun werden die Teilnehmenden gebeten, ganz still zu sein und sich wie an einer Startlinie nebeneinander in einer Reihe aufzustellen.

Die anleitende Person erklärt, dass sie nun eine Liste von Situationen und Ereignissen vorlesen wird. Jedes Mal, wenn die Teilnehmenden auf eine Frage mit „Ja“ antworten können, sollen sie einen Schritt nach vorn gehen. Wenn nicht, sollen sie stehenbleiben und sich nicht bewegen.

Die anleitende Person liest die Situationen eine nach der andern vor. Sie macht nach jeder Situation eine Pause, damit die Teilnehmenden ihre Schritte nach vorn machen und sich umsehen können, wie sie im Vergleich zu den anderen stehen.

Am Ende sollen sich alle ihre Schlussposition vergegenwärtigen. Dann erhalten die Teilnehmenden ein paar Minuten Zeit, aus ihrer Rolle zu schlüpfen, bevor sie im Plenum zusammenkommen.



## Fragen zur Auswertung

- Was für ein Gefühl war es, einen Schritt vorwärts zu kommen bzw. hinter den anderen zurückzubleiben?
- Wann haben diejenigen, die häufig einen Schritt nach vorn machten, festgestellt, dass andere nicht so schnell vorwärts kamen wie sie?
- Kann jemand die Rollen der anderen erraten?  
(In dieser Phase dürfen die Rollen bekanntgegeben werden.)
- Wie leicht oder schwer war es, die verschiedenen Rollen zu spielen? Wie hast Du dir die dargestellte Person vorstellen können?
- Spiegelt die Übung die Gesellschaft wider? Inwiefern?
- Welche Schritte müssten als Erstes unternommen werden, um gegen die Ungleichheiten in der Gesellschaft anzugehen?

» Die Methode stammt aus dem „KOMPASS – Handbuch zur Menschenrechtsbildung für die schulische und außerschulische Bildungsarbeit“ von der Bundeszentrale für politische Bildung, Deutsches Institut für Menschenrechte und dem Europarat, Ausgabe 2012/2015.



# Geschlechterbilder in den Medien



- Lernziele**
- Sichtbarmachen von stereotypen Geschlechterbildern
  - Reflexion von Sexismus als gesamtgesellschaftliches Phänomen
  - Reflexion der eigenen Vorstellungen von Geschlechterbildern



**Dauer** 30 Minuten



**Alter** ab 12 Jahren



**Gruppe** ab 8 Personen



- Material**
- ausgedruckte Bilder, die Heterosexismus widerspiegeln
  - Platz für Gruppenarbeit

## Anleitung

In dieser Gruppenarbeit werden die Teilnehmenden für Strukturen sensibilisiert, die Menschen in Geschlechterrollen drängen und sie damit bei der freien Entfaltung ihrer Persönlichkeit behindern. Die Moderation sollte anhand der Beiträge der Jugendlichen zentrale Denkmuster binärer Geschlechterordnungen verdeutlichen (rational vs. emotional, stark vs. schwach, außen vs. innen etc.). Ebenfalls sollte deutlich werden, dass patriarchale Strukturen sowohl Frauen als auch Männer betreffen und sie in bestimmte Rollen drängen.

### Begriffserklärung „toxische Männlichkeit“

Der Begriff beschreibt, dass Genderstereotype für Männer, Frauen und diverse Menschen schädlich sein können. So können Männer unter Druck stehen, sich und anderen ihre Männlichkeit beweisen zu müssen. Zu dieser Vorstellung von Männlichkeit kann es gehören, keine Gefühle oder Schwäche zu zeigen, aggressiv zu sein, Härte zu zeigen, nicht liebevoll und zärtlich zu sein, der Versorger einer Familie zu sein bzw. viel Geld zu verdienen, Risiken einzugehen, eine höhere Machtposition gegenüber Frauen einzunehmen und eventuell auch Homosexualität abzulehnen. Wenn Männer versuchen, diesen Vorstellungen zu entsprechen, kann dies „giftig“ – also toxisch – für sie selbst und ihr Umfeld werden: „Wer nie gelernt hat, eine Verbindung zu seinem Körper und seinen Gefühlen aufzubauen, kann die eigenen Grenzen ebenso wenig respektieren und einschätzen wie die der anderen.“ Dies kann die Unterdrückung anderer oder sogar Gewalt gegen diese nach sich ziehen, aber auch einen „schlechten Umgang mit dem eigenen Körper, eine gesundheitliche Vernachlässigung und eine Tendenz zu Depressionen und Sucht.“<sup>12</sup>



Videotipp zum Thema „Toxische Männlichkeit“:  
<https://www.youtube.com/watch?v=T2WYHNHDiHg&list=PLxXNLkGhcNY48ZV5RViUGtBaqOUiVljuw&index=1>

<sup>12</sup> <https://www.gleichstellung-im-blick.de/das-wird-unter-toxischer-maennlichkeit-verstanden/>

## Vorbereitung

Die Moderation wählt Bilder aus, auf denen Sexismus und stereotype Geschlechterrollen zu sehen sind. Hierzu eignet sich beispielsweise Werbung, Cover von sogenannten Frauen- oder Mädchenzeitschriften, Memes mit sexistischem Inhalt oder auch ein Bild der Männerfußball-Nationalmannschaft.

Anregungen bietet die Internetseite der Protest- und Bildungsorganisation „pinkstinks“:

<https://werbemelder.in/pages/kriterien-und-beispiele>

<https://werbemelder.in/motifs>

Auch der „Zornige Kaktus“, ein Negativ-Preis, der von TERRE DES FEMMES an Unternehmen mit besonders frauenfeindlicher Werbung verliehen wird, bietet viel Bildmaterial stereotyper Geschlechterbilder: [https://www.frauenrechte.de/images/downloads/werbung/KAKTUS-Einreichungen-2020\\_gesamt.pdf](https://www.frauenrechte.de/images/downloads/werbung/KAKTUS-Einreichungen-2020_gesamt.pdf)

## Durchführung

Die Gruppe wird in Kleingruppen bestehend aus 3-5 Personen eingeteilt. Jede Gruppe erhält ein Bild und soll sich darüber austauschen, was auf dem Bild zu sehen ist und welche Vorstellungen von Mädchen/Frauen und Jungen/Männern es vermittelt. Die Kleingruppen bekommen dafür 5-10 Minuten Zeit. Im Anschluss berichtet jede Kleingruppe kurz, was sie in der Gruppenarbeit diskutiert hat.

## Auswertung

1. Was haben diese Bilder gemeinsam und worin unterscheiden sie sich?
2. Welche Rollenbilder tauchen hier auf und welche Folgen haben diese für Mädchen und Jungen?
3. Kennt ihr diese Bilder aus eurem eigenen Alltag?
4. Welche Interessen stehen hinter solchen Bildern?
5. Kennt ihr Bilder, die diesen stereotypen Rollenvorstellungen widersprechen?

## Erweiterung

Wenn die Zeit vorhanden ist und die Teilnehmenden Lust haben, können sie eigene Fotos aufnehmen, in denen sie sich als Personen zeigen, die den Genderklischees nicht entsprechen. Dazu können sie kleine Slogans entwickeln, wie z. B. „Lieber Halfpipe als Haushalt“, „Ich zeige meine Gefühle und bin stolz darauf!“, „Ich koche nicht gern – na und?“ etc.

➤ Quelle: ufuq e.V. (2019): „Wie wollen wir leben? Methoden für pädagogische Praxis zu Islam, antimuslimischem Rassismus und Islamismus“, S. 21f.

## Praxisbeispiel:

### Der „Lila Club“ im Teresa-von-Avila-Haus in Köln

Das Teresa-von-Avila-Haus ist ein internationales Jugendwohnheim für Mädchen und junge Frauen im Alter von 16 bis 27 Jahren in Trägerschaft von IN VIA Katholischer Verband für Mädchen- und Frauensozialarbeit Köln e.V. Mit dem „Lila Club“ laden die Pädagog\*innen die Bewohnerinnen ein, über Geschlechteridentitäten und Rollenverständnisse zu diskutieren. In den alle 2-3 Monate stattfindenden Treffen wird in der Gruppe über Schönheitsideale, stereotype Frauenbilder oder auch das Tragen von Minirock oder Kopftuch diskutiert. Durch die verschiedenen kulturellen Hintergründe der Teilnehmerinnen entstehen oft interessante Diskussionen und es wird über Gemeinsamkeiten und Unterschiede debattiert. Meist bietet ein Film oder Artikel Einstieg und Anstoß für die Diskussion. In den Runden geht es darum, Bewusstsein für eine Vielfalt von Geschlechterrollen und -identitäten zu schaffen und auch über die Machtstrukturen und Normierungen, die damit verbunden sind, ins Gespräch zu kommen. Die Teilnehmerinnen können sich darin bestärken, individuelle Vorstellungen von Körperlichkeit, Identität und Rollenverständnis zu entwickeln und sich kritisch mit vorherrschenden Vorstellungen auseinanderzusetzen.

## Weiterführende Materialien zu Geschlechterklischees & LGBTQIA+

 **Video: „Warum Geschlechterklischees ein Problem sind“** aus der Video-Reihe: „Wie sehr bestimmt das Geschlecht mein Leben?“

*Reporter Frank will herausfinden, wie sehr Geschlechterklischees noch in den Köpfen verankert sind. Er startet ein Geschlechterrollen Experiment in der Fußgängerzone. Er fragt: Was ist eigentlich „typisch Mann“ oder „typisch Frau“?*

<https://www.youtube.com/watch?v=doAGXiOX9zU>

 **Der YouTube Kanal „Auf Klo“**

bietet eine Vielzahl von Videos zum Thema LGBTQIA+, wie z. B. „Non-Binary: Kein Mann & keine Frau!“ oder „Drittes Geschlecht? 11 Fakten über Gender“

<https://www.youtube.com/playlist?list=PLAzd9iYnY-g9Yc4HIFyxEOrrLOvdR3IMpw>



**Das Projekt Klicksafe** hat eine Handreichung mit Hintergrundwissen und Übungen zu Frauen- und Männerbildern in den Medien erarbeitet. Sie eignet sich für einen tieferen Einstieg in das Thema: <https://www.klicksafe.de/themen/medienethik/mediale-frauen-und-maennerbilder/>

# Außenseiterballspiel



- Lernziele**
- Erleben, wie Ausgrenzung funktioniert und welche Gefühle damit verbunden sind
  - Erkennen, was versucht werden kann, um unbekannte „Codes“ zu verstehen und sich anzupassen und welche Anstrengung damit verbunden ist
  - Erfahren, wie man jemanden in eine Gruppe einbeziehen kann



**Dauer** 30 Minuten



**Alter** ab 10 Jahren



**Gruppe** 8 - 25 Personen



**Material** 2-3 kleine Bälle, z. B. Jonglierbälle

## Anleitung

Die anleitende Person sucht drei Freiwillige, die gebeten werden, für fünf Minuten den Raum zu verlassen. Sie erhalten keine weiteren Anleitungen oder Informationen zum Spiel.

Die im Raum verbliebenen Teilnehmenden stellen sich in einem Kreis auf und entwickeln Regeln für ein Ballspiel, das sie spielen werden. Beispielsweise: Der Ball wird so in der Gruppe hin und hergeworfen, dass jeder nur einmal den Ball bekommt. Dadurch ergibt sich eine bestimmte Reihenfolge und die Person, die beginnt, ist auch die Person, die den Ball als letztes erhält. Je nach Geübtheit können mit den Bällen bis zu drei verschiedenen Bahnen geworfen werden und kann die Geschwindigkeit gesteigert werden.

Die Gruppe beginnt zu spielen. Nacheinander werden die Freiwilligen kommentarlos wieder zurück in den Raum geführt. Die Gruppe spielt weiter. Wenn alle drei Freiwilligen wieder zurück im Raum sind, wird das Spiel nach einigen Runden beendet.

Nach Ende des Spieles setzen sich alle Teilnehmer\*innen in einem Kreis nieder und die Reflexion beginnt.

## Auswertung

*Zuerst kommen die Freiwilligen zu Wort:*

- Wie hast Du Dich während der Übung gefühlt?
- Wie hast Du Dich verhalten?
- Welche Reaktionen gab es darauf?
- Hast Du dich/ habt ihr euch willkommen geheißen gefühlt von der Gruppe?
- Wie war das Gefühl, zu einer Gruppe zu stoßen, die gerade ein Spiel spielte, dessen Regeln man nicht kannte?
- Wie war es, dass außer dir noch weitere Freiwillige da waren?
- Was möchtest Du noch gerne loswerden, mitteilen oder fragen?

Dann wird die Gruppe befragt:

- Wie habt ihr euch verhalten?
- Wie habt ihr euch während der Übung gefühlt?
- Wieso habt ihr die Freiwilligen nicht einbezogen?  
Bzw. wieso und auf welche Weise habt ihr sie einbezogen?
- Was hat euch gehindert, sie einzubeziehen?
- Welche Möglichkeiten hätte es gegeben, die Freiwilligen einzubeziehen?
- Hat es Spaß gemacht, über ein Geheimwissen zu verfügen?
- Wann hat der Spaß für euch aufgehört?

#### Reflexionsfragen

- Was hat das Spiel mit „fremd sein“ zu tun?
- Habt ihr selbst schon ähnliche Erfahrungen gemacht und möchtet der Gruppe davon erzählen?
- Was hat in der Situation geholfen bzw. wie habt ihr andere unterstützt?
- Welche Gruppen und Personen sind in unserer Gesellschaft / in unserem Lebensumfeld von Ausgrenzung betroffen?

#### Hinweise für die Leitung

Wenn Sie die Gruppe gut kennen, achten Sie darauf, nicht diejenigen Jugendlichen in die Position der Freiwilligen/Außenseiter zu bringen, die schon oft Ausgrenzung erlebt haben. Achten Sie in der Auswertung besonders darauf, Strategien aufzuzeigen, um gegen Ausgrenzung vorzugehen und das Selbstbewusstsein der Ausgegrenzten zu stärken.

In den meisten Fällen schließen die Mitglieder der Gruppe die Freiwilligen aus, obwohl ihnen dies nicht gesagt wird und es kein Teil der formulierten Aufgabe ist. Die Leitung sollte während der Diskussion auf ein gutes Gleichgewicht zwischen der emotionalen Betroffenheit und der rationalen Diskussion über das Erlebte achten. Angehörige von Mehrheitsgruppen helfen Menschen aus einer Minderheit oft aus Mitleid oder einem Gefühl der Überlegenheit heraus. Dies nicht aus Mitleid zu tun, sondern aus der Haltung, dass alle Menschen gleichberechtigt sind und sein sollten, sollte den Teilnehmenden vermittelt werden.

➤ Die Methode „Außenseiterballspiel“ stammt aus der „Toolbox Flucht Asyl Migration Methoden für die Jugendarbeit“ der Bundesjugendvertretung. Sie wurde ergänzt um Hinweise zur Methode „Drei Freiwillige“ aus Alte Feuerwache e.V. Jugendbildungsstätte Kaubstraße: „Gemeinsam verstehen Umgang mit gesellschaftlicher Vielfalt“. Methode: ©Dorrit Brandstetter, Evangelische Jugend, Stuttgart. Übungen und Inhalte nach Betzavta, siehe [www.betzavta.de](http://www.betzavta.de).



# Migrationshintergrund - Was bedeutet das überhaupt?



**Lernziele**

- Selbstbezeichnung von Menschen respektieren/übernehmen
- Das Zusammenwirken von Sprache und gesellschaftlichen Machtverhältnissen erkennen
- Bewusstsein für diskriminierungssensible Sprache entwickeln



**Dauer** 30 Minuten, Video: 4:14 Minuten



**Alter** ab 15 Jahren



**Gruppe** 3-20 Personen



**Material** Videoabspielemöglichkeit, Flipchart o.ä.  
[https://www.youtube.com/watch?v=zqx-NUK84GE&feature=emb\\_title](https://www.youtube.com/watch?v=zqx-NUK84GE&feature=emb_title)

## Anleitung

Die Leitung fragt die Teilnehmenden: Was versteht ihr unter dem Begriff „Migrationshintergrund“? Aus welchen Kontexten kennt ihr den Begriff? Die Teilnehmenden antworten. Anschließend liest Leitung die Definition des Statistischen Bundesamts vor: „Eine Person hat einen Migrationshintergrund, wenn sie selbst oder mindestens ein Elternteil nicht mit deutscher Staatsangehörigkeit geboren wurde.“ Die Leitung weist darauf hin, dass der Begriff zwar weit verbreitet ist, aber unterschiedlich verstanden wird, und dass damit eine große Gruppe sehr vielfältiger Menschen beschrieben wird.

Alle sehen sich gemeinsam das Video: „Migrationshintergrund - Was bedeutet das überhaupt?“ an. Die Teilnehmenden sollen versuchen, sich zu merken, wie die Personen im Video sich selbst bezeichnen. Anschließend tragen die Teilnehmenden ihre Antworten zusammen:

- Mit welchen Begriffen bezeichnen sich die Personen im Video selbst?  
(Lösungen: Schwarze Frau / Deutsche / Tamin / Desi / Kölner / Turko-deutsch / Zambian / Deutsch-Roma)
- Welche Begriffe kennt ihr noch, mit denen sich People of Colour selbst bezeichnen?

## Begriffserklärung: People of Colour

Der englische Begriff „People of Colour“ ist eine politische Selbstbezeichnung von Menschen, die Rassismus erfahren. Diese Selbstbezeichnung wird von Menschen unterschiedlicher Communities und Hintergründe verwendet, deren Gemeinsamkeit in der Erfahrung von Benachteiligung, Ausgrenzung und Diskriminierung liegt, die nicht-weiße Menschen in weißen Mehrheitsgesellschaften erleben. Um die kollektiven Erfahrungen benennen zu können und um geteilte Interessen besser vertreten zu können, wird eine gemeinsame Selbstbezeichnung verwendet.<sup>13</sup>

<sup>13</sup> <https://www.haw-hamburg.de/respekt/>



## Erklärung:

### Selbstbezeichnung und Fremdbezeichnung

Fremdbezeichnungen sind Begriffe, die von der Mehrheitsgesellschaft gewählt werden, um Gruppen zu bezeichnen, die nicht der gesellschaftlichen Norm entsprechen. Diese Bezeichnungen betonen oft das „Andere“ oder „Fremde“ dieser Gruppe und können von den Bezeichneten als abwertend oder ausgrenzend empfunden werden. Viele Fremdbezeichnungen stammen aus der Kolonialzeit und sind rassistisch. „Im Kolonialismus wurde fast alles ignoriert, was vorher in den kolonisierten Gebieten bestand (Sprache, Besitz, Religion, Kultur, Landesgrenzen etc.) und den weißen Europäer\_innen unterworfen. Dabei bezeichneten sie nicht nur Menschen, wie sie wollten, sondern auch Gebiete - teilten Gebiete mit bestehenden Grenzen zu neuen Gebieten ein - je nach ihren Besitzwünschen. Viele der rassistischen Fremdbezeichnung entstanden aus dieser Eroberungs-, und Unterwerfungslogik, wo alles was dem westlichen Blick unklar war, kategorisiert und bezeichnet wurde.“<sup>14</sup>

Eine Selbstbezeichnung ist hingegen die Bezeichnung für eine Gruppe von Menschen, die diese Gruppe sich selbst ausgesucht hat, z. B. Rom\*nja und Sinti\*zze, People of Colour, Schwarz, Queer etc. Diese Bezeichnungen sollte man respektieren und verwenden.

### Warum der Begriff „Migrationshintergrund“ problematisch sein kann

So werden Menschen „ihren Migrationshintergrund“ auch nach mehreren, in Deutschland geborener Generationen nicht los. Betroffene sehen sich permanenter Erwartungshaltungen gegenüber, ihren Integrationswillen und entsprechende Leistungen zu beweisen, im Gegensatz zu jenen, die nicht mit dieser Zuschreibung konfrontiert sind. Sie wiederum scheinen unabhängig ihrer Sozialkompetenzen, von Geburt an in die Gesellschaft integriert zu sein. Dass rassistische Stereotype dieser Kategorisierung zu Grunde liegen, wird darin deutlich, dass Zugewanderte und Menschen mit nicht deutschen Vorfahren aus Skandinavien, Westeuropa oder auch den Vereinigten Staaten seltener von der Zuschreibung „Migrationshintergrund“ betroffen sind. Zudem wird die Kategorisierung ursächlich für negative und unerwünschte Erscheinungen herangezogen. Gesellschaftliche Erfolgsgeschichten, vorbildhafte moralische oder soziale Verdienste und persönliche Errungenschaften werden nicht als logische Konsequenz von angeblich vorhandenen „Migrationshintergründen“ abgeleitet.<sup>15</sup>



<sup>14</sup> <https://www.haw-hamburg.de/fileadmin/Gleichstellung/PDF/Respekt/Fremdbezeichnung.pdf>

<sup>15</sup> Janine Patz (2020): „DEMOKRATIE: Verstehen – Leben – Bilden. Eine kritische Betrachtung“, in: Themenheft 1/2020 Alle sind gefragt! Demokratiebildung und Partizipation in der Jugendsozialarbeit, Landesarbeitsgemeinschaft der Jugendsozialarbeit in Niedersachsen, S.4.

## Weiterführende Materialien zu Vorurteilen, Diskriminierung und Ausgrenzung

**Broschüre: „Diskriminierung als Alltagsphänomen: Handlungsmöglichkeiten für die Schulsozialarbeit“**, herausgegeben von IN VIA Deutschland, BAG KJS, BAG EJSa, Gewerkschaft Erziehung und Wissenschaft (GEW), 2021. Die Broschüre enthält konkrete Handlungsmöglichkeiten für die Schulsozialarbeit im Umgang mit Diskriminierungen mit einem besonderen Fokus auf Kooperationsmöglichkeiten mit der Antidiskriminierungsberatung.

<https://www.invia-deutschland.de/fachliches/veroeffentlichungen/schule-und-ausbildung/schule-und-ausbildung>

### **Positionierung: Diskriminierungskritisches Professionsverständnis im JMD**

Das Papier erklärt, wie strukturelle und individuelle Diskriminierung auf junge Menschen wirken kann und gibt Empfehlungen für die Arbeit. Ein ausführliches Glossar erklärt zentrale Fachbegriffe aus dem Feld der Anti-Diskriminierungsarbeit.

[https://www.jugendmigrationsdienste.de/fileadmin/media/ueberJMD/Diskriminierungskrit\\_Professionsverst\\_JMD\\_2021.pdf](https://www.jugendmigrationsdienste.de/fileadmin/media/ueberJMD/Diskriminierungskrit_Professionsverst_JMD_2021.pdf)

### **„Begegnen“-Reihe der Bundeszentrale für politische Bildung**

Die Reihe soll in unterschiedlichen Formaten auf Aussagen und Handlungen vorbereiten, in denen Menschen ausgegrenzt und diskriminiert werden. In Wandzeitungen und Flyern werden Handlungsmöglichkeiten aufgezeigt, wie man Diskriminierung begegnet und wie man stereotype Aussagen entkräftet. Erklärfilme zeigen auf, wie sich Betroffene bei Ausgrenzungen fühlen.

<https://www.bpb.de/mediathek/213242/-begegnen>

**Die Antidiskriminierungsstelle des Bundes** bietet Informationen und Beratung zum Thema Diskriminierung. Ein Wegweiser informiert Menschen, die Diskriminierung erfahren haben über ihre Handlungsmöglichkeiten:

<https://www.antidiskriminierungsstelle.de/DE/startseite/startseite-node.html>

Zusätzlich gibt es Informationen zu Diskriminierung in Leichter Sprache:

[https://www.antidiskriminierungsstelle.de/DE/service/LeichteSprache/leichtesprache\\_node.html](https://www.antidiskriminierungsstelle.de/DE/service/LeichteSprache/leichtesprache_node.html)

### **Video: „Woher kommst Du wirklich?“**

Menschen, die eine andere Hautfarbe haben, hören diese Frage oft. Die Reporterin dreht den Spieß um und fragt Passant\*innen nach ihrer Herkunft.

<https://www.youtube.com/watch?v=g7NfYwaahKQ>

### **Video: „Darf ich dir in die Haare fassen?“ - Alltagsrassismus in Deutschland**

„Vor allem für BPOC gehört es zu den Alltagserfahrungen: Jemand meint, er müsse ihnen mal in die Haare fassen. Einfach so, wie selbstverständlich. Doch es ist eine Geste der Ausgrenzung: Du bist anders. Das COSMO-Team hat den Spieß umgedreht und Menschen auf der Straße gefragt, ob man sie mal in die Haare fassen dürfe. Die Resonanz war lebhaft und aufschlussreich.“

<https://www.youtube.com/watch?v=DILY973bq4&t=0s>

### **WDR-Experiment: „Was haben wir alle gemeinsam?“**

Verschiedene Gruppen von Menschen stehen in einem großen Raum. Die Moderator\*innen stellen den Gruppen verschiedene Fragen, um herauszufinden, was diese vermeintlich verschiedenen Menschen gemeinsam haben.

<https://www.youtube.com/watch?v=JjuR3uCuDzM>

# Modul 3

## Informationen kritisch prüfen und mit demokratie- und menschenfeindlichen Äußerungen umgehen

### Einführung

#### Falschinformationen

Informationen bilden die Basis für unsere Entscheidungen, Meinungen und Positionen. Durch das Internet ist die Anzahl verfügbarer Informationsquellen exponentiell angestiegen. Das macht Informationen schneller und einfacher zugänglich. Gleichzeitig ist es schwieriger geworden, zu unterscheiden, welche Informationen und Nachrichten vertrauenswürdig sind und welche nicht. Hinzu kommt der Umstand, dass „FakeNews“ sich im Netz deutlich schneller verbreiten als geprüfte Fakten. Laut einer Studie<sup>16</sup> der Vodafone Stiftung kommen immer mehr junge Menschen regelmäßig mit Desinformation in Berührung. So begegnen 76 Prozent der 14- bis 24-Jährigen mindestens einmal pro Woche Falschnachrichten. In der Befragung der Studie äußerten viele junge Menschen eine generelle Unsicherheit darüber, welchen Informationsquellen sie vertrauen können. Besonders jungen Menschen mit formal niedriger Bildung fällt es schwer, zwischen glaubwürdigen und unglaublichen Informationen zu unterscheiden. Deshalb ist es wichtig, dass Jugendliche lernen, wie sie Informationen auf ihren Wahrheitsgehalt überprüfen können und welche Informationsquellen verlässlich sind.

#### Hatespeech

Mittlerweile findet ein großer Teil des öffentlichen Diskurses im Netz statt. Die größere menschliche Distanz und die Möglichkeit zur Anonymität im Netz lassen bei einigen Menschen die Hemmschwelle sinken, mit ihren Kommentaren provokant, aggressiv oder respektlos aufzutreten. Während unter dieser Verrohung der Kommunikationskultur alle leiden, gibt es Formen digitaler Gewalt, die sich gegen bestimmte Gruppen von Menschen richten. Hassserfülltes und aggressives Verhalten im Netz, das sich gegen Gruppen richtet, bezeichnet man als „Hatespeech“<sup>17</sup>. Die betroffenen Gruppen können beispielsweise durch eine bestimmte Herkunft, Hautfarbe, Religion, ein Geschlecht oder eine sexuelle Orientierung definiert sein.

Hatespeech ist damit eng mit gruppenbezogener Menschenfeindlichkeit verbunden. Zu den Formen gruppenbezogener Menschenfeindlichkeit gehören z. B.

- antimuslimischer Rassismus (Feindlichkeit gegenüber Muslim\*innen)
- Antisemitismus (Judenfeindlichkeit)
- Rassismus und Fremdenfeindlichkeit
- Sexismus (Diskriminierung aufgrund des Geschlechts)
- Homo- und Transfeindlichkeit (Diskriminierung von LSBTIQ)
- Antiziganismus (Diskriminierung von Sinti\*zze und Rom\*nja)
- Ableismus (Behindertenfeindlichkeit)
- Klassismus (Diskriminierung aufgrund der sozialen Herkunft)
- Lookismus (Diskriminierung aufgrund des Aussehens)

Der Begriff Hatespeech „beschreibt abwertende, menschenverachtende und volksverhetzende Sprache und Inhalte, durch die die Grenzen der Meinungsfreiheit überschritten werden.“<sup>18</sup> Hatespeech verstößt damit gegen Artikel 1 des Grundgesetzes: „Die Würde des Menschen ist unantastbar“. Für junge Menschen ist es wichtig, dieses Phänomen erkennen und einordnen zu können und Strategien zu erlernen, um damit umgehen zu können.

### Lernziele für junge Menschen in diesem Modul sind:

- Informationen kritisch hinterfragen
- FakeNews von glaubwürdigen Quellen unterscheiden
- Handlungsoptionen zu Hatespeech im Netz kennen
- für eigene Werte einstehen

<sup>16</sup> Die Jugend in der Infodemie – Eine Studie im Auftrag der Vodafone Stiftung Deutschland: <https://www.vodafone-stiftung.de/wp-content/uploads/2020/12/Studie-Vodafone-Stiftung-Umgang-mit-Falschnachrichten.pdf>

<sup>17</sup> <https://www.klicksafe.de/themen/problematische-inhalte/hate-speech/hate-speech-und-cyber-mobbing/>

<sup>18</sup> <https://www.klicksafe.de/themen/problematische-inhalte/hate-speech/hate-speech-im-netz/>

# Echte von falschen Nachrichten unterscheiden



**Lernziele** • kritisch mit Informationen umgehen  
• Strategien kennen, um Meldungen auf ihren Wahrheitsgehalt zu prüfen



**Dauer** 10 Minuten Warm-up, dann 30-40 Minuten Hauptübung



**Alter** ab 12 Jahren



**Gruppe** ab 2 Personen



**Material** • Papier, Stifte und Klebeband für das Warm-Up  
• Abspielmöglichkeit für ein Video(6:38 Minuten)  
• nach Möglichkeit ein Computer mit Internetanschluss  
• Handout: „Woran erkenne ich FakeNews und was kann ich machen?“  
• Arbeitsblatt „Echte von falschen Nachrichten unterscheiden“  
Download unter:  
<https://www.invia-deutschland.de/fachliches/projekte/demokratie-einfach-machen-deim/deim>

## Anleitung

Als kleines Warm-up werden die Teilnehmenden gebeten, auf ein Blatt Papier untereinander zwei Aussagen zu schreiben. Beide Aussagen schildern etwas, das der\*die Teilnehmende, schon einmal erlebt hat. Eine der Aussagen soll der Wahrheit entsprechen, die andere Aussage soll frei erfunden werden. Nun wird das Blatt Papier auf den Rücken der\*des Teilnehmenden geklebt. Alle Teilnehmenden laufen nun durch den Raum und markieren auf dem Rücken der anderen mit einem Strich die Aussage, die sie für wahr halten. Dann wird ein Kreis gebildet und die Teilnehmenden lösen auf, welche Aussage der Wahrheit entspricht.

Anschließend schaut die Gruppe gemeinsam ein Video an, in dem es darum geht, was Fake News sind und wie man sie erkennen kann:

<https://www.br.de/sogehtmedien/stimmt-das/luegen-erkennen/un-wahrheiten-luegen-erkennen124.html>

Danach werden folgende Fragen gemeinsam besprochen:

- Was sind FakeNews?
- Sind euch schon einmal Fake News begegnet?
- Warum werden Fake News erstellt? Können sie gefährlich sein? Warum?  
(Informationen der bpb zu den Hintergründen von FakeNews: <https://bit.ly/3rrBk8b>)
- Wenn ihr etwas im Internet lest, prüft ihr nach, ob es stimmt?
- Welche Tipps gibt es im Video dazu, wie man Fake News erkennen kann?

Das Handout „Fake News“, das Sie auf den folgenden Seiten finden und das in Leichter Sprache verfasst ist, wird an alle verteilt. Die Tipps zum Erkennen von Fake News werden gemeinsam besprochen.

Zusätzlich oder alternativ kann auch das Video „News oder Fake News - Schon gecheckt?“ (<https://www.youtube.com/watch?v=1NRV0rM9y9E&t=56s>) angeschaut werden, das Tipps zum Erkennen von Fake News enthält.

Danach werden die vier Beispiele auf dem Arbeitsblatt (Download unter: <https://www.invia-deutschland.de/fachliches/projekte/demokratie-einfach-machen-deim/deim>) nacheinander angeschaut. Es sind Artikel und Posts aus dem Internet. Die Teilnehmenden versuchen jeweils herauszufinden, ob es sich um wahre Fakten handelt oder um Fake News. Die Leitung fragt dabei nach, mit welchen Strategien man überprüfen kann, ob die Nachrichten wahr oder falsch sind. Die Teilnehmenden können versuchen, die Informationen im Internet durch Googeln oder die Nutzung der Bilder-Rückwärtssuche zu überprüfen.

➤ Die Idee für das Warm-Up stammt aus der Modulbox zu Hate Speech und Fake News des Deutschen Volkshochschul-Verbandes: [https://www.volkshochschule.de/verbandswelt/projekte/politische\\_jugendbildung/modulbox-zu-hate-speech-und-fake-news.php](https://www.volkshochschule.de/verbandswelt/projekte/politische_jugendbildung/modulbox-zu-hate-speech-und-fake-news.php)

## Weiterführende Materialien und Verweise zum Thema FakeNews

### Online-Test zu FakeNews: SWRFake-Finder

Im Online-Spiel „Fake Finder“ des SWR soll man beurteilen, ob die gezeigten Nachrichten der Wahrheit entsprechen oder FakeNews sind: <https://swrfakefinder.de/>

### Online-Test zu echten und falschen Nachrichten

Etwas komplexer ist der Online-Test der Medienanstalt Berlin Brandenburg, mit dem man überprüfen kann, wie gut man selbst echte von falschen Nachrichten unterscheiden kann. Hierzu werden 24 Fragen aus 5 Bereichen gestellt. Als Teilnehmer\*in sieht man unter anderem Bildausschnitte, die man einordnen soll. Das Quiz ist als Selbsttest konzipiert, kann aber auch in einer kleinen Gruppe gemacht werden, indem man das Quiz mit einem Projektor an die Wand wirft. So können die Beispiele gemeinsam in der Gruppe diskutiert werden. Die Leitung sollte das Quiz vorher einmal selbst komplett durchspielen und sich die Auswertung gut ansehen oder herunterladen, um die korrekten Antworten zu kennen:

<https://www.mabb.de/news-test.html>

## Informationen, Videos und Unterrichtsmaterialien zu Fake News

Beim Projekt „So geht MEDIEN“ finden Sie zum Thema „Lügen im Internet erkennen“ einen möglichen Stundenablauf mit Ideen für den Unterricht, vertiefende Informationen und ein Quiz:

<https://www.br.de/sogehmedien/stimmt-das/luegen-erkennen/un-wahrheiten-luegen-erkennen124.html>

### Fake News online erkennen – Videos und Informationen

Auf der Webseite der Initiative Klickwinkel gibt es grafisch attraktiv gestaltete Informationen und anschauliche Videos zu FakeNews: <https://klickwinkel.de/>

### Modulboxen zur politischen Medienbildung für Jugendliche: FakeNews, Hate-Speech und Verschwörungserzählungen

Der Deutsche Volkshochschul-Verband bietet relativ niedrigschwellige Lernmaterialien und Kurskonzepte zu den Themen Verschwörungserzählungen, Fake News und Hate-Speech an. Die Modulboxen können kostenlos heruntergeladen werden:

[https://www.volkshochschule.de/verbandswelt/projekte/politische\\_jugendbildung/materialien.php](https://www.volkshochschule.de/verbandswelt/projekte/politische_jugendbildung/materialien.php)



**Fake News**Was sind Fake News

Fake News ist aus der Sprache Englisch.  
Es bedeutet: Falsche Nachricht.

Fake News sind Nachrichten die nicht stimmen.  
Manche Menschen machen mit Absicht Fake News.  
Sie wollen  
dass Du die falschen Nachrichten glaubst.

Aber Du kannst oft herausfinden  
ob Nachrichten echt sind.

Was Du tun kannst

So erkennst Du Fake News:

Nachrichten haben oft eine „Quelle“.

**Quelle bedeutet:** Wo kommt die Nachricht her.

Du kannst Dir die Quelle ansehen.

- Steht die Nachricht da?
- Glaubst Du der Quelle?

Ist sie zum Beispiel eine bekannte Zeitung?

Prüfe die Quelle: Kann man ihr glauben?

Die Nachricht gibt es **nur** bei der Quelle.

Und nicht noch woanders.

Gib einen Teil vom Text  
in die Internet-Suche ein.

Gibt es mehr Quellen?

Echte Nachrichten haben mehrere Quellen.

Die Bilder sind geklaut.

Oder sie zeigen nicht das  
was in der Nachricht steht.

Nutze die Rückwärts · suche von Google.

So kannst Du nachsehen:

Woher kommen die Bilder?

Die Nachricht ist übertrieben.

Der Text macht keinen Sinn.

Lies den gesamten Text.

So siehst Du

wenn etwas nicht stimmt.

**Weitere Tipps:**

Denk selbst nach.

- Kann die Nachricht überhaupt stimmen?

- Warum sollte es so sein?

Macht das Sinn?

- Ist es vielleicht Spaß?

Manche Seiten machen Spaß-Nachrichten.

Auch das sind Fake News.

Aber sie sollen lustig sein.

Schaue Dir andere Nachrichten auf der Seite an.

- Wichtig: Erst nachdenken, dann teilen!

- Frage jemand der sich auskennt.

- Schau nach ob die Nachricht auf einer Fake-News-Liste steht.

Zum Beispiel:

Hoaxmap: <https://hoaxmap.org/index.html>

CORRECTIV: <https://correctiv.org/faktencheck/>

Die Tipps sind von „so geht MEDIEN“

<https://www.br.de/sogehmedien/stimmt-das/luegen-erkennen/unterrichtsmaterial-un-wahrheiten-luegen-erkennen-stundenablauf-100.html>



# Rhetorik der Angst



**Lernziele** Verstehen, wie Populismus durch bestimmte Bilder gezielt Ängste schürt



**Dauer** 20-30 Minuten, Video: 3:17 Minuten



**Alter** ab 15 Jahren



**Gruppe** beliebig



**Material** • Abspielmöglichkeit und Video:  
<https://daserste.ndr.de/panorama/Rhetorik-der-Angst,panorama6614.html>  
• Tafel/Flipchart

## Anleitung

Um Menschen von der eigenen Meinung zu überzeugen, können Informationen und rationale Argumente eingesetzt werden. Eine wichtige Rolle spielt jedoch auch die emotionale Ansprache von Menschen. Parteien und Politiker\*innen, aber auch Bewegungen nutzen deshalb oft gezielt Rhetorik, Bilder und Musik, um die Menschen, die sie erreichen wollen, auch auf emotionaler Ebene anzusprechen. Dafür werden z. B. Schlüsselwörter geprägt, die komplexe Sachverhalte vereinfachen und bestimmte Emotionen auslösen, wie „Sozialtourismus“, „Lügenpresse“, „Anti-Abschiebe-Industrie“ oder „Klimahysterie“. Mit Hilfe eines Videos werden die Teilnehmenden für Vorgehensweisen populistischer Rhetorik sensibilisiert. In dem Video vergleicht die ARD-Panorama-Redaktion die Stimmungsmache von Populist\*innen mit einem Hollywood-Katastrophenfilm. Das Video „Rhetorik der Angst“ wird gemeinsam angeschaut. Dabei sollen die Jugendlichen auf einige Aspekte besonders achten:

- Welche 3 Schritte unternehmen die Populist\*innen um ihre Ziele zu erreichen?
- Welche Begriffe verwenden die Politiker\*innen für Migrant\*innen?
- In welchem Zusammenhang werden diese Begriffe normalerweise verwendet?

Das Video kann mehrmals angeschaut werden, jedes Mal mit dem Fokus auf eine andere Frage. Die Antworten werden an einer Tafel gesammelt.

## Lösungen

Welche 3 Schritte unternehmen die Populist\*innen, um ihre Ziele zu erreichen?

1. *Angst schüren/ Vergleich mit einer Naturkatastrophe*  
Überflutung/ Migrantenwellen/ Menschen-schwarm/ Asyl-Orkan/ Katastrophe
2. *ein Untergangsszenario*  
Die Zeit wird knapp/ Wir gleiten in einen Bürgerkrieg ab/ Untergang/ Barbarenstämme/ Desaster/ Es gibt eine feindliche Landnahme/ Wir müssen uns bewaffnen.../ Es gibt Krieg.../ Wir brauchen eine Festung Europa/ Wir müssen mit der Bundeswehr die Grenze schützen/ wir sind verloren, im Krieg, dem Untergang geweiht
3. *die Rettung durch die Helden, die als Einzige das Problem erkennen*  
Wir sind eure Stimme/ Das Land braucht uns/ wir müssen den Islam besiegen/ Heimatland retten/ Kämpfen/ durch uns erfahrt ihr die Wahrheit, keine Lügen

## Welche Begriffe verwenden die Politiker\*innen für Migrantinnen und Migranten?

- Überflutung / Wellen / Schwarm / Orkan / Katastrophe

## In welchem Zusammenhang werden diese Begriffe normalerweise verwendet?

- Tierreich (Schwarm) / Naturgewalten (Orkan, Welle, Flut)
- Durch den Vergleich mit einer Welle oder einem Schwarm wird versteckt, dass es viele einzelne Menschen sind, die individuelle Lebensgeschichten und -schicksale haben und oft aus Ländern kommen, die von Krieg bedroht sind und in Europa Frieden suchen oder sich schlicht eine bessere Zukunft wünschen
- Durch den Vergleich mit Tieren oder Wasser werden die Migrant\*innen nicht als Menschen dargestellt, die Rechte haben und denen man mit Mitgefühl begegnet.

## Reflexion

- Was haltet ihr von der Darstellung der Situation durch die Populisten? Habt ihr das Gefühl, dass die Situation in Deutschland so ist, wie sie von den Populisten erzählt wird?
- Geht es bei den Redebeiträgen mehr um genaue Fakten oder mehr um Gefühle und Bilder?
- Wenn ihr demnächst Beiträge in der Zeitung oder im Internet seht, schaut einmal, ob dort ähnliche Strategien verwendet werden und ob es eher um Gefühle geht oder um Fakten.



# Rollenspiel: Geht es auch anders?



**Lernziele** verschiedene Lösungsmöglichkeiten für schwierige Situationen entwickeln



**Dauer** 30-60 Minuten



**Alter** ab 10 Jahren



**Gruppe** maximal 12 Personen, Kleingruppen aus 2-5 Personen



**Material** 3-5 Requisiten (z. B. Hüte, Brillen, Schals)

## Anleitung

In diesem Rollenspiel können Teilnehmende im geschützten Rahmen verschiedene Umgangsweisen mit schwierigen Situationen entwickeln. Rollenspiele eignen sich eher für Gruppen, die sich schon etwas kennen, da eine vertrauensvolle Atmosphäre wichtig ist. Die anleitende Person sollte die Dynamik des Rollenspiels gut im Blick behalten und darauf achten, dass das Rollenspiel beim gesetzten Thema bleibt und keine Grenzen überschritten werden. Die Leitung weist darauf hin, dass die Teilnahme am Rollenspiel auf Freiwilligkeit basiert und eine Spielsituation jederzeit abgebrochen werden kann, wenn jemand den Wunsch dazu äußert.

» Der Bayrische Jugendring hat einige Hinweise und Grundregeln für Rollenspiele entwickelt:

[https://www.bjr.de/fileadmin/redaktion/allgemein/Praevention/Praetect\\_Materialien/Materialsammlung/Gruppenuebungen/2015-03-19\\_UEbung\\_Grundregeln-Rollenspiel.pdf#](https://www.bjr.de/fileadmin/redaktion/allgemein/Praevention/Praetect_Materialien/Materialsammlung/Gruppenuebungen/2015-03-19_UEbung_Grundregeln-Rollenspiel.pdf#)

Zu Beginn fragt die Leitung die Teilnehmenden, wer schon mal eine Situation erlebt hat, in der menschenfeindliche Äußerungen (z. B. rassistische, antisemitische oder sexistische Kommentare) gefallen sind und davon berichten möchte.

Der\*die Teilnehmende beschreibt die Situation möglichst genau (Ort, Zeit, direkt und indirekt beteiligte Personen, Handlungen). Die anleitende Person und die Teilnehmenden stellen Verständnisfragen, ohne die Situation zu kommentieren.

Entsprechend der Anzahl der in der Situation beteiligten Personen werden Kleingruppen gebildet. Jede Kleingruppe stimmt sich ab, wer welche Rolle übernehmen möchte. Diejenigen, die die Rolle der menschenverachtenden Person(en) übernehmen, erhalten eine Requisite zur Verkleidung. Jede Kleingruppe spielt nun die Situation mehrmals nach. Zwischendrin werden innerhalb einer Kleingruppe die Rollen getauscht. Während die Teilnehmenden beim jeweils ersten Durchgang mit einer neuen Besetzung den tatsächlichen Ablauf der Situation nachstellen sollen, können sie in weiteren Runden auf den kritischen Vorfall anders reagieren und alternative Ausgänge für die Situation entwickeln.

Die Möglichkeit des Perspektivenwechsels, also aus verschiedenen Rollen Situationen zu betrachten, macht den Teilnehmenden das Handeln und manchmal sogar das Fühlen und Denken des Gegenübers bewusst. Dadurch verstehen sie Dynamiken und können ausprobieren, welcher Umgang mit der Situation sich für sie am besten anfühlt. Der Einsatz von Requisiten erleichtert es den Teilnehmenden, die unliebsame Rolle auch nach außen hin sichtbar wieder abzulegen.

## Weiterführende Materialien und Verweise zum Thema Hatespeech

### Helpdesk der Neuen deutschen Medienmacher\*innen zu Hatespeech

Das Webtool bietet passende Gegenrede-Strategien zu den verschiedenen Gesprächsstrategien der Hater\*innen mit vielen Beispielen. Auch die Gesetze gegen Hatespeech, Meldestellen und Informationen über das Erstellen von Anzeigen finden sich auf der Webseite:

[www.neuemedienmacher.de/helpdesk](http://www.neuemedienmacher.de/helpdesk)

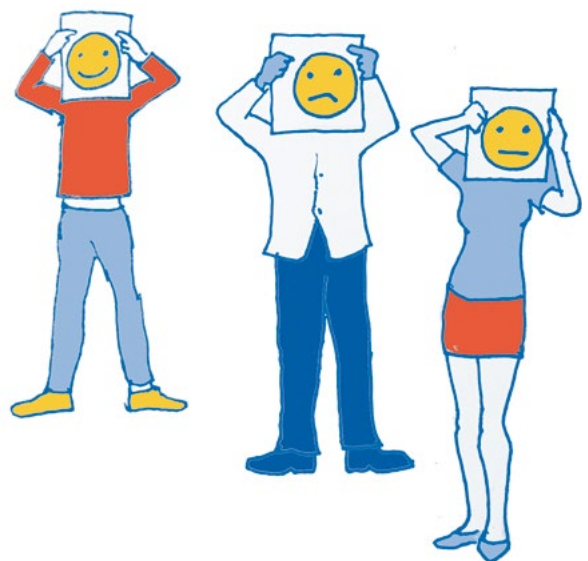
### Die Meldestelle „REspect! – Gegen Hetze im Netz und vor Ort“

Die Meldestelle will dafür sorgen, dass politisch motivierte Drohungen, rassistische Beleidigungen und Volksverhetzung im Internet nicht unwidersprochen hingenommen werden. Bei eingehenden Meldungen prüft sie, ob Gesetze verletzt wurden, und leitet daraufhin weitere Schritte ein. Außerdem meldet sie dem Plattformbetreiber strafbare Einträge, die den Tatbestand der Volksverhetzung, Beleidigung, üblen Nachrede oder Verleumdung erfüllen und fordert deren Löschung. Fälle von Volksverhetzung nach §130 StGB werden konsequent angezeigt:

<https://demokratiezentrum-bw.de/angebote/respect-die-meldestelle-fuer-hetze-im-netz/>

### HateAid - Betroffenenberatung für Betroffene digitaler Gewalt

HateAid ist eine Organisation, die Betroffenen digitaler Gewalt ein kostenloses Beratungsangebot und Prozesskostenfinanzierung bietet: <https://hateaid.org>



**Was Du bei Hass-kommentaren tun kannst**

Überlege Dir:

Was will der Hass-kommentar erreichen?

Was willst Du erreichen?

**Frag nach!**

Frag nach:

- Woher haben Sie diese Information?
- Haben Sie Zahlen und Beispiele dafür?

Sage auch

wenn der Schreiber etwas übersieht und Fehler macht.

**Bleibe höflich!**

Der Hass-Schreiber will Dich wütend machen.

Das sollst Du nicht erlauben.

Also bleibe höflich und beleidige nicht.

Sonst gewinnt der andere.

**Höre anderen zu!**

Jeder hat seine eigene Meinung.

Versuche die Meinung von dem anderen zu verstehen.

Du musst ihm nicht recht geben.

Aber wenn ihr miteinander redet  
gibt es vielleicht keinen Streit.

Aber: Rassismus ist niemals OK.

Wer andere wegen ihrer Hautfarbe  
schlecht findet  
hat niemals recht.

**Gib nicht nach!**

Wenn jemand im Internet andere  
schlecht behandelt  
wehre dich!

**Führe keine Endlos-Gespräche!**

Einfache Regel:

Höchstens 4 Nachrichten schreiben.

Danach ist alles Wichtige gesagt.

Wer jetzt noch weiterredet  
streitet nur noch.

**Sage der Internet-Seite Bescheid!**

Hass-Kommentare sind verboten.

Wenn Du so einen Text siehst,  
sage es der Seite.

Zum Beispiel: Facebook, Twitter, Instagram.

Manche Texte sind so schlimm  
dass man damit zur Polizei gehen kann.

**Schreibe für die Mit-leser!**

Wer Hass-kommentare schreibt

wird seine Meinung nicht ändern.

Aber es gibt nur wenige von denen.

Antworte so

dass die Mit-leser dir Recht geben.

**Lobe ruhige Kommentare!**

Oft will man dem zuerst antworten  
der am unfreundlichsten ist.

Aber so bekommt der Falsche Deine Aufmerk-  
samkeit.

Antworte dem, der ruhig schreibt.

Und sage:

Das ist ein guter Kommentar.

**Fußnote:**

Ideen von „Neue Deutsche Medienmacher: Zehn  
Goldene Regeln im Umgang mit Hass im Netz“  
<https://neuemedienmacher.de/helpdesk/#39>

# Talkrunde zum Thema Zivilcourage



**Lernziele** · Verstehen, was Zivilcourage ist  
· Handlungsmöglichkeiten für verschiedene Situationen kennen lernen



**Dauer** 60 Minuten



**Alter** ab 15 Jahren



**Gruppe** ab 4 Personen



**Material** bei Bedarf: 30 Situationstexte zum Thema „Zivilcourage“  
<https://www.bpb.de/shop/materialien/themenblaetter/211704/zivilcourage/>

## Anleitung

Im Café des Katholischen Jugendgästehauses Freiburg, einem internationalen Gästehaus für junge Menschen und Gruppen, finden regelmäßig „Talkrunden“ statt. Die Teilnahme an den Talkrunden ist freiwillig und das Angebot ist niederschwellig. Jeder Gast kann sich beteiligen oder auch einfach nur zuhören. Die Talkrunden fokussieren jeweils ein bestimmtes Thema zu dem von dem\*der Moderator\*in Impulse gegeben werden, um das Gespräch in Gang zu bringen. Der Fokus liegt auf einem regen Austausch der Teilnehmenden. Ziel ist bei allen Themen, mehr über die Lebenswelt der Jugendlichen herauszufinden, darüber was sie interessiert, wie neugierig sie sind und was sie abholt. Gleichzeitig soll Wissen vermittelt werden, ohne dass die sozialpädagogische Fachkraft wie ein\*e Lehrer\*in wahrgenommen wird. Hier finden Sie ein Beispiel für die Gestaltung einer Talkrunde zum Thema „Zivilcourage“.

### Zivilcourage

Ziel der Talkrunde ist es, die Teilnehmenden für das Thema Zivilcourage zu sensibilisieren. Sie sollen angeregt werden, über Gewaltbereitschaft und die Faszination des Zuschauens nachzudenken und sich mit der Frage des Helfens auseinanderzusetzen.

Die Moderation stellt folgende Schlagworte vor und erklärt diese. Sie kann auch die Teilnehmenden fragen, ob sie die Begriffe kennen und was ihnen dazu einfällt.

- Zivilcourage
- Wertvorstellung
- Zuschauereffekt
- Gewalt
- Hemmschwelle

*Anschließend gibt sie Fragen in die Runde:*

- Wer hat Situationen erlebt, in denen er sich nicht wohl gefühlt hat, Gewalt erlebt hat oder selbst Gewalt angewendet hat? Wann wäre Hilfe angebracht gewesen und wie hätte sie aussehen können?
- Habt ihr schon einmal Zivilcourage gezeigt oder beobachtet, dass eine Person Zivilcourage zeigt?
- Was denkt ihr, geht in den Köpfen derjenigen vor, die Gewalt gegenüber Schwächeren ausüben oder sich anderen Personen gegenüber respektlos verhalten? Manchmal filmen sie sogar ihre Taten, um damit zu prahlen – könnt ihr euch vorstellen warum? Wie würdet ihr reagieren, wenn euch ein\*e Bekannte\*r oder ein\*e Freund\*in so ein Video zeigt?

Um weitere Impulse in die Talkrunde zu geben kann die Moderation verschiedene Situationen vorstellen, in denen Zivilcourage gefragt sein kann und mit den Teilnehmenden besprechen, wie sie selbst reagiert hätten. Die Bundeszentrale für politische Bildung bietet hier 30 Situationstexte zum Thema „Zivilcourage“:

<https://www.bpb.de/shop/materialien/themenblaetter/211704/zivilcourage/>

➤ Die beschriebene Talkrunde wurde im KL Katholisches Jugendgästehaus Freiburg konzipiert und durchgeführt.



# Modul 4

## Die eigenen Rechte und Einflussmöglichkeiten kennen

### Einführung

Gewaltenteilung, Föderalismus und Subsidiarität, parlamentarische Demokratie, Gesetzgebungsprozesse, Erst- und Zweitstimme – in der politischen Bildung wird oft mit komplizierten Begriffen gearbeitet, die das Thema sehr theoretisch und komplex aussehen lassen können. Besonders für junge Menschen mit Lernschwierigkeiten oder geringen Deutschkenntnissen erschwert dies den Zugang. Demokratie und Politik können als etwas erscheinen, das mit ihnen und ihrer Lebensrealität wenig zu tun hat. Deshalb ist es wichtig, möglichst gut erfahrbar zu machen, inwiefern Demokratie und Politik ihren Alltag berühren und welche Möglichkeiten sie haben, sich zu engagieren, mitzubestimmen und ihre Perspektiven und Forderungen einzubringen. Das Modul bietet möglichst niedrigschwellige Ansätze an, um über Grundelemente der Demokratie, politische Themen und Möglichkeiten der Mitbestimmung ins Gespräch zu kommen und gleichzeitig einen Bezug zum Alltag und der Lebenswelt der jungen Menschen herzustellen.

Um sich selbstbewusst gegen Benachteiligungen wehren zu können, ist es wichtig, dass junge Menschen ihre Rechte kennen lernen und wissen, wie sie diese einfordern können bzw. wie sie gegen eine Verletzung ihrer Rechte vorgehen können. Auf völkerrechtlicher Ebene sind es z. B. die Allgemeine Erklärung der Menschenrechte, die UN-Kinderrechtskonvention, die UN-Frauenkonvention oder die UN-Behindertenrechtskonvention, die ihre Rechte festschreiben. Im nationalen Recht sind es die Grundrechte, die im deutschen Grundgesetz verankert sind. Diese Rechte sind in vielerlei Gesetzen weiter konkretisiert, wie beispielsweise im Allgemeinen Gleichbehandlungsgesetz (AGG), das vor Diskriminierung im Arbeitsleben sowie bei Alltagsgeschäften schützt und natürlich im Kinder- und Jugendstärkungsgesetz.

### Lernziele für junge Menschen in diesem Modul sind:

- Wissen und Verständnis von Demokratie und Politik erweitern
- gemeinsam aktuelle politische Entwicklungen in Deutschland reflektieren
- befähigt werden, Politisches in ihrem Alltag und in ihrer Lebensrealität zu erkennen und als solches einzuordnen
- gemeinsam Handlungs- und Beteiligungsmöglichkeiten entwickeln

Im Folgenden finden Sie das Konzept für einen Demokratie-Workshop, der im Herbst 2021 von Julia Jenkner, projektverantwortliche Mitarbeiterin im Bundesprogramm Respekt Coaches des Caritasverbandes Nürnberg e.V. mit Unterstützung von Nicola Bischof, Leitung des AKSB-Projektes „Religionssensible politische Bildung“ an der Akademie Caritas-Pirckheimer-Haus Nürnberg entwickelt und konzipiert wurde. Der Workshop wurde für Schulklassen konzipiert, kann jedoch auch in anderen Kontexten eingesetzt werden.

Für den gesamten Workshop sollten Sie etwa 180 Minuten einplanen. Wenn Ihnen weniger Zeit zur Verfügung steht, können Sie auch einzelne Bausteine auswählen und durchführen.

#### Der Workshop besteht aus folgenden Teilen:

|           |                                |          |
|-----------|--------------------------------|----------|
| Einstieg  | „Kennenlernbingo“              | (15 min) |
| 1. Block  | Quiz: „Demokratie und Wahlen“  | (45 min) |
|           | „Politisches in meinem Alltag“ | (30 min) |
| 2. Block  | „Wonder Bar“                   | (30 min) |
|           | Planung einer eigenen Aktion   | (45 min) |
| Abschluss | „Feedbackzettel“               | (15 min) |

# Kennenlernbingo



**Lernziele** · wichtige Elemente einer Demokratie kennen lernen  
· identifizieren, an welchen Stellen Demokratie das eigene Leben berührt



**Dauer** 20 Minuten



**Alter** ab 12 Jahren



**Gruppe** ab 8 Personen



**Material** · 1 ausgedrucktes Bingoblatt pro Teilnehmer\*in, Druckvorlage im Downloadbereich unter:  
<https://www.invia-deutschland.de/fachliches/projekte/demokratie-einfach-machen-deim/deim>  
· evtl. ein kleiner Preis für den\*die Gewinner\*in

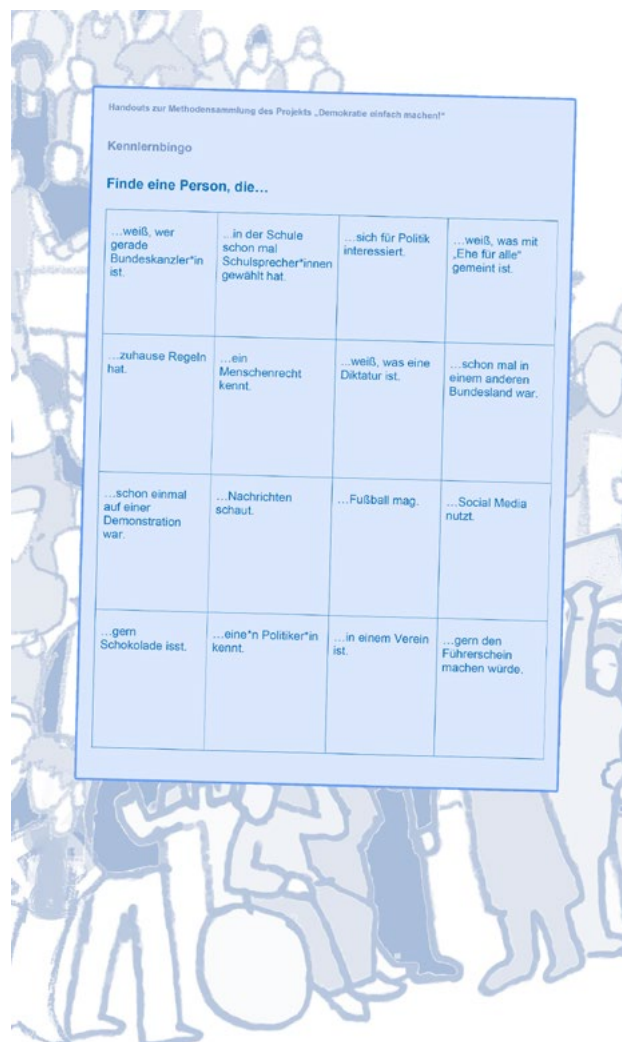
## Anleitung

Diese Methode eignet sich gut als Kennenlernmethode oder Warm-Up. Alle Teilnehmenden erhalten eines der Bingoblätter und versuchen nun, sich im Raum bewegend, dies vollständig auszufüllen. Wer zuerst 8 Felder mit jeweils unterschiedlichen Namen füllen konnte, ruft laut Bingo und gewinnt. Die Gewinnschwelle kann man je nach Teilnehmendenzahl individuell festlegen. Für den\*die Gewinner\*in kann ein kleiner Preis, ein Stift oder eine Süßigkeit, vergeben werden.

Beispiel: Julia fragt Nicola: „Warst Du schon einmal in einem anderen Bundesland?“. Sagt Nicola ja, kann Julia Nicolas Namen in dieses Feld schreiben (und darf dann Nicola nicht noch eine Frage stellen, da jeder Name nur einmal in das Feld eingetragen werden soll).

Das Bingo kann anschließend kurz ausgewertet werden, um so bereits einen leichten Einstieg in das Thema Demokratie und Politik zu finden:

- Für welches Feld war es schwierig, jemanden zu finden?
- Was glaubt ihr, was hat Fußball mit Politik zu tun?
- Welches Menschenrecht kennt ihr?
- Inwiefern passt Schokolade zum Thema Politik und Demokratie (Stichwort fairer Handel)?



# Quiz „Politik, Demokratie & Wahlen“



**Lernziele** · Wissen über wichtige Elemente einer Demokratie erwerben  
· aktuelles politisches Geschehen reflektieren



**Dauer** 45 Minuten



**Alter** ab 14 Jahren



**Gruppe** max. 30 Personen



**Material** 3 Schilder mit den Zahlen 1,2 und 3

Arbeitsblatt mit Quizfragen, Download unter:

<https://www.invia-deutschland.de/fachliches/projekte/demokratie-einfach-machen-deim/deim>

## Anleitung

Als Einstieg kann gemeinsam mit den Teilnehmenden über die letzten Wahlen gesprochen werden. Das kann eine Bundestags-, Landtags- oder Kommunalwahl sein. Die nachfolgenden Quizfragen beziehen sich allerdings im Besonderen auf die Bundestagswahl.

Zunächst kann die Leitung sammeln: Was habt ihr von den Wahlen mitbekommen? Worum ging es denn genau? Welche Meinungen, Zustimmungen oder Haltungen zu den Ergebnissen gibt es in der Gruppe? Anschließend weist die Leitung die Teilnehmenden darauf hin, dass nun zur Einordnung und für einen kurzen Faktencheck ein kleines Quiz stattfinden wird.

Die Teilnehmenden verteilen sich locker im Raum. Die Leitung erklärt die Quizregeln, die frei nach dem Spiel „1, 2 oder 3“ gestaltet sind. Die Frage wird vorgelesen, anschließend gibt es drei verschiedene Antwortmöglichkeiten. Es werden Lamine mit den Zahlen 1, 2 und 3 darauf im Raum verteilt und die Teilnehmende positionieren sich für jede Frage auf der ihrer Meinung nach richtigen Antwortmöglichkeit. Anschließend löst die Leitung die korrekte Antwort auf.

» Sie benötigen noch mehr Quizfragen? Anregungen für weitere Fragen finden Sie im Quiz: „Deutsche Demokratie für Einsteiger“ der bpb:

<https://www.bpb.de/politik/grundfragen/deutsche-demokratie/70810/quiz-deutsche-demokratie-fuer-einsteiger>

### Quiz „Politik, Demokratie & Wahlen“

1. Wie viele Personen in Deutschland dürfen nicht wählen - obwohl sie über 18 Jahre alt sind?

- 12 % der Erwachsenen
- 20 % der Erwachsenen
- 5 % der Erwachsenen

→ 9,7 Millionen Menschen ohne deutschen Pass dürfen nicht wählen, obwohl sie in Deutschland Steuern zahlen.

2. Welche Gruppe durfte bei der Bundestagswahl 2021 zum ersten Mal wählen?

- Menschen mit Behinderungen
- Wohnungs- oder obdachlose Menschen
- Straffällige Menschen



# Politisches in meinem Alltag



**Lernziele** Politisches im eigenen Alltag erkennen



**Dauer** 30 Minuten



**Alter** ab 12 Jahren



**Gruppe** ab 3 Personen



**Material** • Papier und Stift für jeden\*jede Teilnehmer\*in

• von der Leitung vorbereitete Beispiele für Politik im Alltag und dazu passende Gegenstände

## Anleitung

Ziel der Methode ist es, den Teilnehmenden aufzuzeigen, dass unser Alltag durchzogen ist von politischen Inhalten. Welchen Brotaufstrich und welchen Tee ich einkaufe, wie ich mobil bin, welche Themen im Unterricht bearbeitet werden, welche Räume jungen Menschen in ihrer Freizeit zugestanden werden oder eben auch nicht, welche Entscheidungen über Jugendschutz bei Filmen und Spielen getroffen werden und wer zuhause welche Aufgaben übernimmt- all dies sind Dinge, die durch politische Entscheidungen, gesellschaftliche Diskurse und Machtdynamiken beeinflusst werden.

Die Teilnehmenden werden gebeten, sich ein Blatt Papier und einen Stift zu nehmen und sich zu setzen. Die Leitung beginnt, Fragen zu stellen. Die Teilnehmenden können ihre Antworten in den Raum rufen und sollen genannte Begriffe notieren (kursiv geschriebenes stellt exemplarisch dar, was genannt werden könnte).

Stellt euch einen ganz normalen Tag vor.

- Was macht ihr als erstes? *Aufstehen, Frühstücken (Eier, Toast, Nutella, Milch, Tee, Kaffee etc.) ...*
  - Wie geht es weiter? *Duschen, Schminken, in die Schule gehen ...*
  - Wie kommt ihr in die Schule? *Fahrrad, Auto, Bus, U-Bahn, zu Fuß...*
  - Welche Themen bearbeitet ihr in der Schule? *Mathe, Deutsch, Religion, Englisch, Sport, ...*
  - Und nach der Schule, was unternimmt ihr dann? *Mittagessen, zuhause im Haushalt helfen, auf Geschwister aufpassen, Freund\*innen treffen, draußen sein, Sport machen ...*
  - Und wie geht es dann abends weiter? *Abendessen, Zocken, Filme/Serien schauen, auf Instagram unterwegs sein, lesen, schlafen gehen...*
- ➡ im Anschluss an diese gemeinsame Sammlung werden die Jugendlichen nun gebeten, sich ihre notierten Begriffe anzusehen. Fallen ihnen Nennungen auf, die für sie mit Politik zu tun haben?

Es ist sinnvoll, hierbei verschiedene Aspekte zu betrachten und zu beleuchten, wie etwa:

- Wer hat welche Zugänge zu Bildung und anderen Ressourcen, wie dem Gesundheitssystem, Studium, Aufenthalt?
- Wer kann es sich unter welchen Umständen leisten, klimabewusst und fair einzukaufen?
- Wie prägt uns die Historie noch heute (Stichwort Postkolonialismus und Ausbeutung)?
- Was bedeutet Geschlechtergerechtigkeit für unser Zusammenleben?
- Wer darf über wen bestimmen und welche Gruppen sind tendenziell eher aus Diskursen ausgeschlossen?
- Wir lernen im Unterricht vieles- wer bestimmt, welches Wissen vermittelt wird und was macht das mit uns?

All diese Fragen und noch mehr können nun mit den Jugendlichen besprochen werden. Hierfür eignet es sich, vorab einige Beispiele vorzubereiten und anhand dieser politische Fragen zu stellen.

Die Leitung kann hierfür ein Glas Nuss-Nougat-Creme, ein Geschichtsbuch, eine Puppe, ein Playstation-Spiel, Make-Up, Kinokarten etc. mitnehmen und den fiktiven Tagesablauf mit den Jugendlichen durchsprechen. Für einzelne Gegenstände/Themen können dann von der Leitung Gesetze, aktuelle Debatten, Streitpunkte und Aktionen/Beteiligungsformen vorbereitet und aufgegriffen werden. Die Übung ist also ein eher freier, von den Leitungen steuerbarer Austausch mit der Gruppe, der zum Reflektieren und Diskutieren anregen soll.

» In Grundzügen ist diese Übung angeregt worden durch eine erlebte Methode während eines Workshops von Zweitzeugen e.V.



# Wonder Bar



**Lernziele** Kennenlernen von Möglichkeiten politischer Beteiligung



**Dauer** 30 Minuten



**Alter** ab 12 Jahren



**Gruppe** ab 3 Personen



**Material** vorbereitete Stationen mit Informationen zu Möglichkeiten der Beteiligung und Mitbestimmung

## Anleitung

Um die in der vorherigen Methode angesprochenen Thematiken aufzugreifen, bereitet die Leitung eine Art Stationenlauf vor. Für eine entspannte Atmosphäre können Getränke und kleine Snacks bereitgestellt werden. Mit der Methode soll deutlich werden, dass es auch für junge oder anderweitig nicht wahlberechtigte Menschen Möglichkeiten zur Mitgestaltung, zum Protest und zur politischen Einmischung gibt.

Anhand von vier Stationen wird aufgezeigt, wie politische Einmischung abseits von Wahlen aussehen kann. Die Leitung bereitet hierzu vier Plakate vor, auf denen verschiedene Möglichkeiten der Einmischung dargestellt werden. Auf den Plakaten werden unter der jeweiligen Einmischungsform Beispiele und Bilder konkreter Aktivitäten oder Organisationen dargestellt, die zeigen, wie man sich zu aktuell relevanten Themen wie Feminismus, LGBTQIA+\*, Rassismus, FFF/Klimagerechtigkeit oder Flucht einsetzen kann. Außerdem gibt es Fragen, die die Teilnehmenden an der Station miteinander diskutieren können.

## Stationen

### Online-Aktivismus & Aufklärungsarbeit

➔ Was bringt das? Welche Accounts oder Personen kennt ihr, die politische Themen miteinbringen? (einige Beispiele:

<https://www.pointer.de/entertain/netzwelt/16800/politische-influencer.htm>

Welche Themen sind momentan besonders häufig sichtbar?

### Demos

➔ Welche Demos kennt ihr? Um welche Themen geht es? Was bringen Demos?

Video: „Der unfreiwilligste Spendenlauf Deutschlands“ auf <http://rechtsgegenrechts.de/>

### Zivilcourage

➔ Beispiel einer rassistischen Situation: Was würdet ihr in dieser Situation tun? In welchen Situationen ist Zivilcourage wichtig? Habt ihr das schon mal erlebt?

### Organisationen, Vereine, Gruppen

➔ Welche Arten von Gruppen kennt ihr? Was kann z. B. ein Sportverein tun, um sich zu engagieren? Was für politische Organisationen kennt ihr? Googelt: Wie können sich Jugendliche in eurer Stadt politisch beteiligen?



Die Teilnehmenden haben im Folgenden etwa 20 Minuten Zeit, um sich die verschiedenen Stationen anzusehen und die Beteiligungsmöglichkeiten auf sich wirken zu lassen.

Im Anschluss soll eine kurze Abfrage stattfinden: Welche Aktionen findet ihr besonders gelungen? Welche Zielgruppe soll erreicht werden? Geht es um Protest, Unterstützung, Aufrufe oder um das Schaffen von Aufmerksamkeit?

Fließend kann nun der Übergang zur letzten inhaltlichen Übung stattfinden:

### **Entwicklung und Planung einer gemeinsamen Aktion**

Die Teilnehmenden werden nun von der Leitung dazu ermuntert, sich gemeinsam als Gruppe für ein Thema einzusetzen und eine Aktion zu planen. Die Gruppe kann überlegen, welches Thema für sie wichtig ist. Es kann sich dabei um eine vergleichsweise kleine, eher aufwandsärmere Aktion oder aber auch um ein längeres Projekt handeln- vom Malen eines Transparents, einer Aktion auf Social Media bis hin zur Organisation einer Themenwoche ist alles möglich.

Anmerkung für den Bereich Respekt Coaches: Falls die Motivation der jungen Menschen hoch sein sollte, kann der\*die Respekt Coach weiterführende Unterstützung anbieten und eventuell eine finanzielle Förderung durch das Bundesprogramm abklären (je nach Inhalt und Richtung des Projekts).



# Feedbackzettel



**Lernziele** · Reflektion des Besprochenen/Gelernten  
· Feedback geben



**Dauer** 15 Minuten



**Alter** ab 10 Jahren



**Material** 1 Zettel und Stift pro Teilnehmer\*in

## Anleitung

Um die in der vorherigen Methode angesprochenen Thematiken aufzugreifen, bereitet die Leitung eine Art Stationenlauf vor. Für eine entspannte Atmosphäre können Getränke und kleine Snacks bereitgestellt werden. Mit der Methode soll deutlich werden, dass es auch für junge oder anderweitig nicht wahlberechtigte Menschen Möglichkeiten zur Mitgestaltung, zum Protest und zur politischen Einmischung gibt.

Anhand von vier Stationen wird aufgezeigt, wie politische Einmischung abseits von Wahlen aussehen kann. Die Leitung bereitet hierzu vier Plakate vor, auf denen verschiedene Möglichkeiten der Einmischung dargestellt werden. Auf den Plakaten werden unter der jeweiligen Einmischungsform Beispiele und Bilder konkreter Aktivitäten oder Organisationen dargestellt, die zeigen, wie man sich zu aktuell relevanten Themen wie Feminismus, LGBTIQA+\*, Rassismus, FFF/Klimagerechtigkeit oder Flucht einsetzen kann. Außerdem gibt es Fragen, die die Teilnehmenden an der Station miteinander diskutieren können.

Zuletzt soll ein kurzer, gemeinsamer Abschluss stattfinden. Die Leitung schließt den Workshop mit ein paar Sätzen ab und gibt den Teilnehmenden die Möglichkeit, sich selbst zu Wort zu melden. Das gemeinsame Feedback erfolgt nun mit der folgenden Übung:

Alle Teilnehmer\*innen notieren auf einem bereitgestellten Zettel ihr persönliches Feedback zum Tag: Was war gut, schlecht, bleibt besonders in Erinnerung? Gibt es Rückmeldungen an die Leitung? Was könnte verbessert werden?

Sobald die Teilnehmenden fertig sind, zerknüllen sie ihren Zettel und werfen diesen in die Mitte des Raumes. Anschließend (sofern die Zeit ausreicht) nimmt sich jede Person einen der zerknüllten Zettel. Reihum wird nun das Feedback anonymisiert vorgelesen.

**An dieser Stelle endet der Workshop. Im Folgenden finden Sie einige weitere Methoden und Praxisbeispiele**

### Praxisbeispiel: Demokratie rockt! - Junge Menschen auf der Suche nach lebendiger Demokratie

Im Projekt „Demokratie rockt!“ von IN VIA Köln gingen junge Menschen aus den berufsvorbereitenden Maßnahmen der Frage nach: Wo erleben wir lebendige Demokratie in unserem Alltag in Köln? Dabei ging es um Demokratie im Kleinen sowie im Großen. Die Antworten hielten sie fotografisch fest. Aus 134 Fotos, die den Facettenreichtum von Demokratie widerspiegeln, wurden in einem demokratischen Wahlprozess 50 eindrucksvolle Fotos durch die jungen Menschen ausgewählt. Sie zeigen Themen wie Gleichberechtigung, Frieden, Gerechtigkeit, (Grund-) Rechte und Freiheit. Die Themenvielfalt spiegelt sich im Projekt auch in den Unterrichtseinheiten zum Thema Demokratiewider: eine spannende Fragerunde mit zwei Polizisten aus Köln sowie Besuche der Ausländerbehörde, des NS-Dokumentationszentrums und eines interkulturellen Gemeinschaftsgartens.

# Demokratie in Bildern



**Lernziele** · wichtige Elemente einer Demokratie kennen lernen  
· identifizieren, an welchen Stellen Demokratie das eigene Leben berührt



**Dauer** 30 Minuten



**Alter** ab 14 Jahren



**Gruppe** 2-10 Personen



**Material** · Pinnwand oder Wandtafel mit Magneten / alternativ auf dem Boden  
· Ausgedrucktes Bildmaterial, Druckvorlage im Downloadbereich unter:  
<https://www.invia-deutschland.de/fachliches/projekte/demokratie-einfach-machen-deim/deim>

## Anleitung

In die Mitte der Tafel schreibt die Gruppenleitung: „Was ist Demokratie?“. Das Bildmaterial wird auf einem Tisch ausgebreitet. Die Teilnehmenden können sich nacheinander ein Bild aussuchen und es an die Tafel heften. Dann sagen sie, was auf dem Bild zu sehen ist und was das mit Demokratie zu tun haben könnte, z. B. „Auf diesem Bild sehe ich verschiedene Wahlplakate. Sie zeigen, dass es verschiedene Parteien gibt, die man wählen kann. In einer Demokratie kann jeder selbst entscheiden, welche Partei er oder sie wählen möchte.“ Die anderen Teilnehmenden können ergänzen.

Wenn alle Bilder aufgehängt sind, bittet die Gruppenleitung die Teilnehmenden, ihren Namen auf ein Kärtchen zu schreiben und es mit an die Wand zu hängen. Sie erläutert, dass es nun darum gehen soll, was Demokratie mit jeder\*m einzelnen von uns zu tun hat und warum jede\*r von uns für die Demokratie wichtig ist. Anhand der aufgehängten Bilder wird überlegt, wie wir in einer Demokratie Einfluss nehmen können und wie die Demokratie uns schützt.

## Beispiel:

### 1. Runde: Was ist Demokratie?

Auf diesem Bild sehe ich einige Wahlplakate. Sie zeigen, dass es verschiedene Parteien gibt, die man wählen kann. Die Parteien versuchen die Wähler\*innen von sich zu überzeugen. In einer Demokratie kann jeder selbst entscheiden, welche Partei er oder sie wählen möchte. Die Gruppenleitung kann Nachfragen stellen, z. B. Kennt jemand von euch eine Partei? Weiß jemand, mit wie viel Jahren man wählen darf?

### 2. Runde: Was hat Demokratie mit mir zu tun?

Ich kann eine Partei wählen. Vorher kann ich schauen, welche Partei am besten zu mir passt. Ich kann mich auch selbst zur Wahl stellen und versuchen, die Menschen davon zu überzeugen, dass sie mich wählen sollen.

» Angelehnt an die Methode: „Demokratie in Bildern“ von Lothar Scholz, in: Themenblätter im Unterricht Nr. 81: „Demokratie – was ist das?“, Hrsg. Bundeszentrale für politische Bildung / bpb, 2009, Bonn.  
[www.bpb.de/themenblaetter](http://www.bpb.de/themenblaetter)

### Materialtipp: Bilderset zu Demokratie und Grundrechten

Die Landeszentrale für politische Bildung Baden-Württemberg bietet das Kartenset „Ansichtssache(n)!“ mit 100 Zeichnungen und Fotos zu Demokratie und Grundrechten an. Es enthält Hinweise zum Einsatz in pädagogischen Kontexten: <https://bit.ly/3wrNtfu>

# Mit Politiker\*innen ins Gespräch kommen



**Lernziele**

- demokratische Institutionen kennen lernen
- Einblick in das politische Alltagsgeschäft erhalten
- eigene Anliegen vertreten



**Dauer** mehrere Stunden



**Alter** ab 12 Jahren



**Gruppe** ab 3 Personen



**Material** Gesprächspartner\*innen, z. B. Politiker\*innen

## Anleitung

Eine gute Möglichkeit, um Politik direkt erfahrbar zu machen, ist es, Orte aufzusuchen, an denen sie sichtbar wird und mit Personen zu sprechen, die politisch aktiv sind oder in staatlichen Institutionen arbeiten. Dies kann z. B. in Form von Besuchen im Rathaus, im Landtag, im Bundestag, bei einem Gericht, der Ausländerbehörde, dem Migrant\*innenbeirat der Stadt oder dem Besuch bei einer Nichtregierungsorganisation geschehen. Im Gespräch mit einem Vertreter oder einer Vertreterin vor Ort können die Jugendlichen ihre Fragen loswerden und ihre Perspektiven einbringen.

Es ist sinnvoll, sich mit der Gruppe auf die Besuche und Gespräche vorzubereiten. Hierfür liefert die Handreichung „Jugend-Politik-Dialog“ der Berliner Landeszentrale für politische Bildung viele hilfreiche Anregungen. Sie enthält Ratschläge für die Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung von gemeinsamen Gesprächsrunden von Jugendlichen mit Politikerinnen und Politikern.

So macht es Sinn, im Vorhinein gemeinsam zu überlegen, was die Jugendlichen gern besprechen oder fragen möchten oder welche Anliegen und Forderungen sie an den\*die Politiker\*in herantragen wollen. Die Jugendlichen können auch selbst überlegen, welche\*n Politiker\*in sie gern einladen oder welche Institution sie besuchen möchten. In der Vorbereitung auf das Gespräch sollten Informationen zur Person und zu den Themen gesammelt werden. Auch Argumente können vorbereitet werden.

Im nächsten Schritt wird das Gesprächsformat festgelegt, die Reihenfolge der Themen geplant und Aufgaben werden unter den Teilnehmenden verteilt.

Für die Durchführung der Gesprächsrunde gibt die Handreichung Anregungen für eine gelungene Kommunikation, wie das Formulieren von Ich-Botschaften, Aktives Zuhören und die Beachtung non-verbalen Signale.

In der Nachbereitung des Gesprächs wird mit den Jugendlichen besprochen, wie sie den\*die Politiker\*in wahrgenommen haben, ob ihre Fragen beantwortet wurden und ob sie sich mit ihren Anliegen ernstgenommen fühlten. Sie können reflektieren, welche neuen Informationen sie erhalten haben, welche Argumente sie überzeugend fanden und welche nicht und ob sich ihre Meinung zu einem der Themen durch das Gespräch geändert hat. Die Jugendlichen können dann überlegen, ob sie zu den besprochenen Themen noch weiter aktiv bleiben und/oder dem\*der Politiker\*in noch eine Rückmeldung geben möchten.

» Handreichung „Jugend-Politik-Dialog“ der Berliner Landeszentrale für politische Bildung:

[https://www.berlin.de/politische-bildung/publikationen/broschueren/bildungspraxis/181019\\_broschuere\\_jugend\\_politik\\_a5\\_hoch\\_bf.pdf](https://www.berlin.de/politische-bildung/publikationen/broschueren/bildungspraxis/181019_broschuere_jugend_politik_a5_hoch_bf.pdf)

### Praxisbeispiel: Wahllokale für die U18-Wahlen

Zur Bundestagswahl 2021 rief die LAG KJS Bayern Einrichtungen des Jugendwohnens auf, sich als Wahllokale an der U18-Wahl zu beteiligen und die Wahl so für die Bewohner\*innen unmittelbar miterlebbar zu machen. Die U18-Wahlen finden jeweils neun Tage vor offiziellen Wahlterminen (Europawahl, Bundestagswahl, Landtagswahl) statt. Wählen können alle minderjährigen Personen, die sich in Deutschland aufhalten. Die jungen Menschen können selbst ein Wahllokal anmelden. Sie stellen dann Räume, Wahlurnen, Stimmzettel und Wahlkabinen zur Verfügung, zählen die Stimmen aus und geben anschließend die Ergebnisse in ein Online-Tool ein. In Vorbereitung auf die Wahl können verschiedene Aktivitäten mit den Jugendlichen geplant werden, bei denen es darum geht, sie bei ihrer Meinungsbildung zu unterstützen. So kann es um das politische System und die verschiedenen Parteien und Wahlprogramme gehen, aber auch um eigene Themen, Anliegen und Forderungen der Kinder und Jugendlichen. Auch ein Austausch mit Politiker\*innen kann vor der Wahl stattfinden. Die U18-Wahl bietet die Möglichkeit, Wahlen direkt erfahrbar zu machen und selbst mitzugestalten. Ein Wettbewerb um die schönste Wahlurne bietet Raum für Kreativität und Spaß. Koordinierungsstellen auf regionaler, Landes- und Bundesebene stellen vor der Wahl Material zu Parteiinhalten, Methodenvorschläge und Infomaterial für Öffentlichkeitsarbeit zur Verfügung, die als Inspiration und Quelle in politischen Bildungsprojekten helfen können. Alle Informationen und Materialien finden Sie unter: <https://www.u18.org/was-ist-u18>



# Menschenrechte-Talk & Stadtrundgang



**Lernziele** die Menschenrechte kennen lernen



**Dauer** 40 Minuten



**Alter** ab 10 Jahren



**Gruppe** ab 4 Personen



**Material** • virtuelle Menschenrechtskarten:

<https://www.menschenrechte.jugendnetz.de/menschenrechte/menschenrechte-talk/>

• Handout mit 30 Menschenrechten in vereinfachter Form:

[https://www.menschenrechte.jugendnetz.de/fileadmin/Dokumente/Beschreibung\\_Stadtfuehrung\\_Menschenrechte.pdf](https://www.menschenrechte.jugendnetz.de/fileadmin/Dokumente/Beschreibung_Stadtfuehrung_Menschenrechte.pdf)

## Anleitung

### Menschenrechte-Talk

Die Jugendstiftung Baden-Württemberg stellt Materialien zur Verfügung, mit denen man mit den Teilnehmenden zum Thema Menschenrechte ins Gespräch kommen kann. Im „Menschenrechte-Talk“ finden Sie 30 Karten, auf denen die 30 Artikel der Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte in vereinfachter Form dargestellt sind. Auf der Rückseite der digitalen Karten finden Sie jeweils einige Fragen, die Sie mit den Jugendlichen zu dem Artikel diskutieren können und reflektieren können, inwieweit diese Rechte für ihren eigenen Alltag relevant sind. Hier finden Sie die virtuellen Karten:

<https://www.menschenrechte.jugendnetz.de/menschenrechte/menschenrechte-talk/>

### Stadtrundgang zum Thema Menschenrechte

Anschließend können Sie mit den Teilnehmenden eine eigene kleine Stadtführung zum Thema Menschenrechte konzipieren. Dazu wählen die Teilnehmenden 5-7 Menschenrechte aus und überlegen, an welchen Orten der Stadt diese Menschenrechte illustriert werden könnten. So kann das Recht auf Glaubensfreiheit beispielsweise an einer Moschee, Synagoge oder Kirche illustriert werden, das Recht auf Bildung an einer Schule, das Recht zu Heiraten und eine Familie zu gründen am Standesamt etc. Die Teilnehmenden bereiten dann in Kleingruppen einen kurzen Input, ein Quiz, ein Rollenspiel o.ä. für die einzelnen Stationen vor. Die Teilnehmenden können zu ihrer Stadtführung Gäste einladen, wie beispielsweise eine andere Gruppe, Freund\*innen oder auch ihre Eltern. Am Ende der Stadtführung erhalten alle Teilnehmenden ein Handout mit den 30 Menschenrechtsartikeln in Kurzform. Eine ausführliche Beschreibung für die Planung einer Stadtführung zum Thema Menschenrechte mit Beispielen für Stationen und dem Handout mit allen 30 Menschenrechten finden Sie unter: [https://www.menschenrechte.jugendnetz.de/fileadmin/Dokumente/Beschreibung\\_Stadtfuehrung\\_Menschenrechte.pdf](https://www.menschenrechte.jugendnetz.de/fileadmin/Dokumente/Beschreibung_Stadtfuehrung_Menschenrechte.pdf)

➤ Die Methoden stammen von der Jugendstiftung Baden-Württemberg: <https://www.menschenrechte.jugendnetz.de/menschenrechte/>



## Weiterführende Materialien und Verweise

„Kompass – Handbuch zur Menschenrechtsbildung für die schulische und außerschulische Bildungsarbeit“, Hrsg. Deutsches Institut für Menschenrechte und bpb, 2020.

Das Handbuch bietet eine sehr umfangreiche Methodensammlung samt Theorieteil zum Thema Menschenrechte: [https://www.institut-fuer-menschenrechte.de/fileadmin/Redaktion/Publikationen/Kompass\\_Handbuch\\_zur\\_Menschenrechtsbildung.pdf](https://www.institut-fuer-menschenrechte.de/fileadmin/Redaktion/Publikationen/Kompass_Handbuch_zur_Menschenrechtsbildung.pdf)

**Video: „Mitmachen, sich engagieren – Zutaten für die moderne Demokratie“**

Im Video des Bildungskanals ARD-alpha sucht der Syrer Ramo Ali Antworten auf die Frage, was Demokratie bedeutet und ausmacht. Dauer: 28:07 Minuten, ab 15 Jahren.

<https://www.br.de/mediathek/video/respekt-demokratie-einfach-erklart-mitmachen-sich-engagieren-zutaten-fuer-die-moderne-demokratie-av:5c1ae143945a0100189bf49b>

**„Wie geht Demokratie?“- niedrigschwellige Arbeitsmaterialien in Leichter Sprache**

Die AKSB (Arbeitsgemeinschaft katholisch-sozialer Bildungswerke) hat Materialien entwickelt, um gleichberechtigte politische Teilhabe von Menschen mit Lernschwierigkeiten zu unterstützen. Auf der Webseite gibt es Arbeitsbücher und niedrigschwellige Materialien in Leichter Sprache zum kostenlosen Download und Videos zu Themen wie Demokratie, Wahlen und dem politischen System.

<https://www.aksb.de/themen/projekte/wie-geht-demokratie/arbeitsmaterialien/>

**Materialien zum Thema Bundestagswahl in Leichter Sprache**

Die Webseite der Katholischen Erwachsenenbildung im Bistum Limburg bietet Videos und Hefte zur Bundestagswahl in Leichter Sprache. Es wird erklärt, was der Bundestag macht und wie die Wahl funktioniert.

<https://www.leichte-sprache.online/wahlen>

**einfach POLITIK - Informationen in einfacher Sprache**

Unter dieser Rubrik bietet die Bundeszentrale für politische Bildung, Hörspiele, Nachrichten, Lexikoneinträge und Hefte zum Thema Politik in einfacher Sprache an.

<https://www.bpb.de/politik/grundfragen/politik-einfach-fuer-alle/>

**Zeitung „Das Parlament“ in Leichter Sprache**

Die Zeitung des Bundestags bietet aktuelle Nachrichten mit Erklärungen in leichter Sprache:

[https://www.bundestag.de/leichte\\_sprache/was\\_macht\\_der\\_bundestag/parlament](https://www.bundestag.de/leichte_sprache/was_macht_der_bundestag/parlament)

**Mitmischen.de - Das Jugendportal des Bundestages**

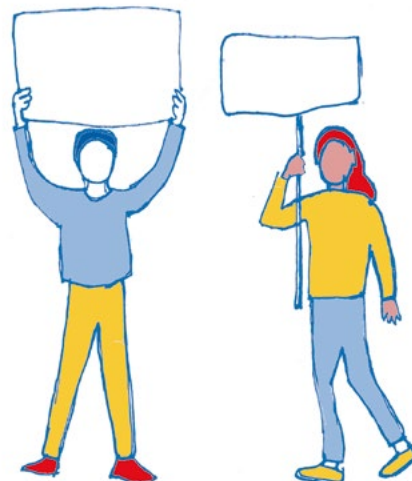
Auf dem Portal gibt es aktuelle Meldungen, zahlreiche Erklärvideos, die wichtigsten Lexikon-Begriffe und vieles mehr zum Deutschen Bundestag.

<https://www.mitmischen.de/>

**Mehrsprachiger Wahl-O-Mat für Landtags-, Bundestags- und Europawahlen**

Der sogenannte „Wahlswiper“ zeigt dem\*der Nutzer\*in politische Forderungen der Parteien. Zu jeder Forderung gibt es ein Erklärvideo. Je nachdem, ob man die jeweilige Forderung gut findet oder nicht, wischt man nach links oder rechts und erfährt am Ende, welche Partei am besten zu einem passt. Der Wahlswiper ist in verschiedenen Sprachen verfügbar.

<https://www.voteswiper.org/de/deutschland>



# Modul 5

## Gesellschaft mitgestalten und Partizipation erleben

### Einführung

Die Beteiligung und die Partizipation junger Menschen sind in den Kinderrechten verbriefte. Beides gehört auch zu den Grundprinzipien der pädagogischen Arbeit in der Jugendhilfe und der Jugendsozialarbeit. Echte Beteiligung und Partizipation sind gelebte Demokratie, auch wenn sie erst einmal in einem kleinen Rahmen und in der Jugendsozialarbeit teils sehr niedrigschwellig stattfinden. Wichtige Demokratieerfahrungen können hierüber ermöglicht werden. Aber natürlich kommt es bei der Beteiligung auch auf das Wie an. Sind alle in gleichem Maße beteiligt? Wie kommt man zu gemeinsamen Entscheidungen? Wer setzt sich am Ende durch und warum? Insofern kommt es für die Jugendsozialarbeit darauf an, Beteiligung nicht nur umzusetzen, sondern auch gemeinsam mit den jungen Menschen zu reflektieren, wie diese Prozesse ablaufen, und wie man dabei z. B. mit unterschiedlichen Meinungen konstruktiv umgeht. Dabei sollten die jungen Menschen am konkreten Beispiel bewusst erleben, wie Demokratie funktioniert und warum demokratische Prinzipien in unserer Gesellschaft wichtig sind. Diese Reflexion des Erlebten ermöglicht den notwendigen Transfer von Beteiligung und Partizipation zu gesellschaftspolitischen Fragen und soll damit eine demokratiebildende Wirkung gewährleisten.

Die Haltung der Fachkräfte ist hierbei sehr wichtig. Sie müssen den jungen Menschen mit ihren Ideen und Beiträgen Raum geben und so ggf. auch auf einen Teil ihrer Macht verzichten. Denn „Partizipation bedeutet, an Entscheidungen mitzuwirken und damit Einfluss auf das Ergebnis nehmen zu können. Sie basiert auf klaren Vereinbarungen, die regeln, wie eine Entscheidung gefällt wird und wie weit das Recht auf Mitbestimmung reicht.“<sup>19</sup> Damit unterscheidet sich Partizipation von reiner Beteiligung, bei der nicht sicher ist, dass die Meinung der Beteiligten in den Entscheidungsprozess einfließt und Auswirkungen auf das Ergebnis hat.

Die reine Information über anstehende Entscheidungen, die Äußerung einer Meinung oder Stellungnahme sind hierbei nur Vorstufen der Partizipation, da nicht sichergestellt ist, dass dadurch Einfluss auf die Entscheidung genommen wird. In ihrer Partizipationspyramide beschreiben Straßburger und Rieger diese verschiedenen Stufen der Partizipation. Die Pyramide zeigt auf, was Partizipation aus Perspektive der Fachkräfte und aus der Perspektive der jungen Menschen bedeutet. Sie kann Fachkräften als Grundlage für das Selbstverständnis der eigenen Arbeit dienen (<http://www.partizipationspyramide.de/>).

Partizipation kann z. B. damit beginnen, dass junge Menschen Einrichtungen, Angebote oder ihr schulisches Umfeld mitgestalten. So können sie lernen, ihre Meinung zu äußern, im Gespräch Lösungsstrategien zu erarbeiten und Verantwortung für ihre Angelegenheiten und das Miteinander zu übernehmen. Aber auch im Sozialraum gibt es Möglichkeiten zur Mitgestaltung. Dies kann durch die gezielte Nutzung politischer Mitbestimmungsmöglichkeiten oder zivilgesellschaftliches Engagement geschehen. Darüber können junge Menschen „eigene Fähigkeiten entdecken, einsetzen und weiterentwickeln und so Selbstvertrauen gewinnen. Sie können soziale Kontakte knüpfen und ihre Motivation auch für zukünftiges Engagement stärken.“<sup>20</sup>

### Lernziele für junge Menschen in diesem Modul sind:

- Verantwortung für die Gestaltung des eigenen Umfelds übernehmen
- Erfahren, was es bedeutet, Macht auszuüben
- Selbstwirksamkeit erleben und mitbestimmen

<sup>19</sup> Straßburger/Rieger (Hg.) Partizipation kompakt - Für Studium, Lehre und Praxis sozialer Berufe 2014: S.230.

<sup>20</sup> Vgl. Rahmenkonzept Nr. 6: Förderung von freiwilligem und bürgerschaftlichem Engagement junger Menschen mit Migrationshintergrund. <https://www.jugendmigrationsdienste.de/ueber-jmd/#c106>

# Die Notwendigkeit eines Vertrags



**Lernziele**

- Erfahren, was es heißt, Macht auszuüben (sowohl durch Beteiligung als auch durch Enthaltung)
- Erkennen, dass Macht mit Verantwortung verbunden ist
- Verstehen, dass gemeinsame Regeln notwendig sind, um geteilte Interessen zu verfolgen



**Dauer** 60-75 Minuten



**Alter** ab 15 Jahren



**Gruppe** 10-25 Personen



**Material** eine (Moderations-) Karte und ein Stift pro Teilnehmer\*in

## Anleitung

Die Leitung bittet alle Teilnehmenden, ihren Namen auf jeweils eine Karte zu schreiben. Sie weist darauf hin, dass es in der folgenden Übung zum Thema Demokratie kein „richtiges“ oder „falsches“ Verhalten gibt. Dann kündigt sie an, dass sie gleich die Zeit stoppen wird und dann folgendes gilt: „Wo 15 Minuten nach Beginn der Übung die meisten Karten sind, darf eine Regel verkündet werden, die für alle Personen in diesem Raum verpflichtend ist. Die Regel muss innerhalb dieses Raums umsetzbar sein.“ Falls nötig, wiederholt die Leitung die Anleitung oder fasst sie in andere Worte, jedoch gibt sie keinesfalls weitere Erklärungen oder Beispiele für Regeln. Sie zieht sich zurück, beobachtet die Situation und kann sich Aussagen der Teilnehmenden notieren, die sie später evtl. in die Diskussion einbringt (z. B. „Ich muss meine Karte jemandem abgeben“ oder „Ich gewinne, wenn ich die meisten Karten habe“). Eine Minute vor Ablauf der Zeit weist sie darauf hin.

Nach Ablauf der Zeit setzen sich alle in den Stuhlkreis. Die Leitung erkundigt sich, wo die meisten Karten sind und wie die Regel lautet, die für den Rest der verbleibenden Zeit (des Tages) für alle gilt.

In der Regel werden in der Auswertung Vergleiche mit realen gesellschaftlichen Vorgängen hergestellt (z. B. Wann werden Gesetze von der Bevölkerung akzeptiert? Wie sollte das Gesetzgebungsverfahren gestaltet werden?). Die Teilnehmenden werden sich über ihre Verantwortung für den Verlauf der Übung und generell für ihre Verantwortung in gesellschaftlichen Prozessen bewusst. Wichtig ist, dass die Leitung darauf achtet, dass weder die Persönlichkeit noch das Verhalten von einzelnen Teilnehmenden zum Gegenstand der Diskussion wird.

*In der anschließenden Auswertung und Diskussion können folgende Fragen gestellt werden:*

1. Seid ihr mit der Regel einverstanden? Werdet ihr euch daran halten?
2. Wie ging es euch während der Übung und wie fühlt ihr euch jetzt? (Blitzlicht-Runde)
3. Wie habt ihr euch jeweils verhalten? (z. B. Was ist mit deiner Karte passiert? Warum hast Du deine Karte behalten? Wie bist Du zu diesen Karten gekommen? Welche Regel wolltest Du verkünden?)
4. Welche Art von Regel hat es geschafft und warum?
5. Kann man den Verlauf der Übung mit Situationen aus eurem Alltag vergleichen? Gibt es Parallelen zu gesellschaftlichen Vorgängen?
6. War der Prozess demokratisch?
7. Was hat euch bei der Übung überrascht? Was habt ihr gelernt?

» Die Methode stammt aus: Landeszentrale für politische Bildung Nordrhein-Westfalen im Ministerium für Familie, Kinder, Jugend, Kultur und Sport des Landes Nordrhein-Westfalen (Hrsg.) (2015): DEMOKRATIE KONKRET! Bildungsbausteine zur Demokratiekompetenz. Ein Angebot für Schülerinnen und Schüler ab der 9. Jahrgangsstufe, S. 42 ff.

<https://www.politische-bildung.nrw.de/fileadmin/imperia/md/content/projekte/demokratiekonkret/handreichung-demokratie-konkret.pdf>

# Der Partizipationsbaum



**Lernziele** · eigene Ideen und Wünsche artikulieren  
· Angebote mitgestalten

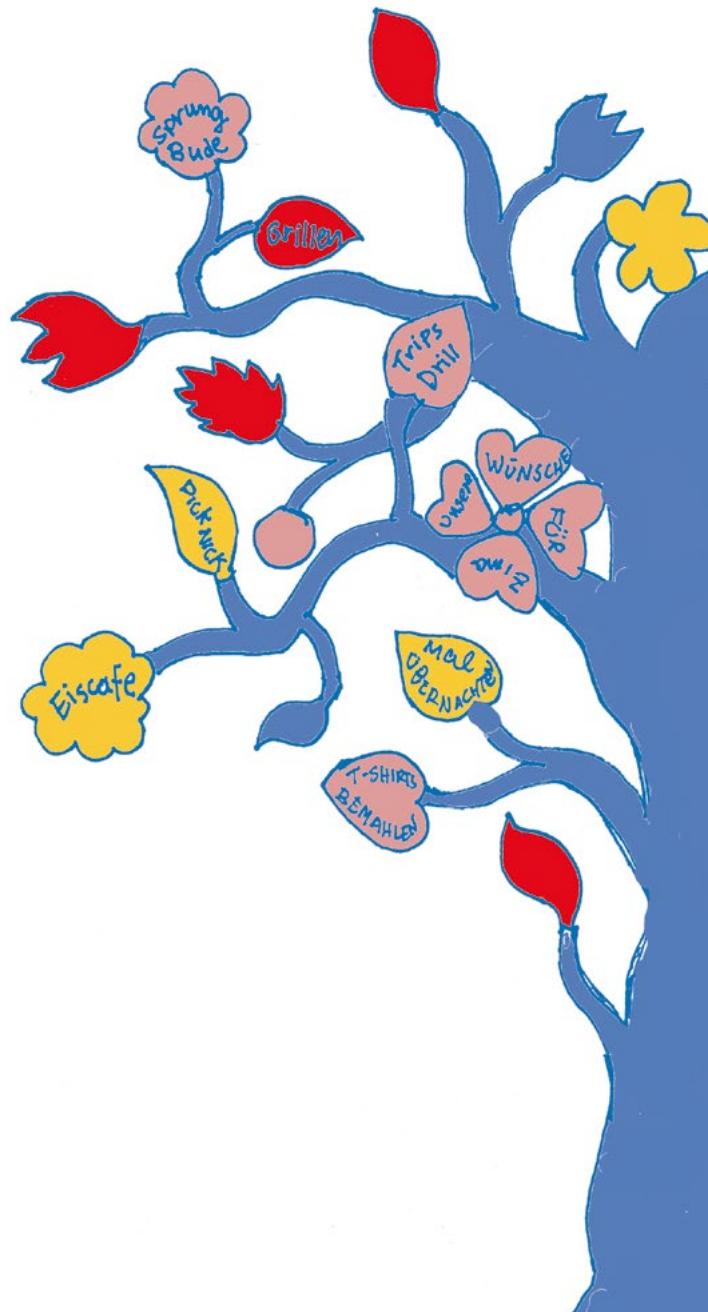


**Material** Pinnwand mit dem Wunschbaum, buntes Papier, Scheren, Stifte

## Anleitung

Um partizipativ zu arbeiten und neue Anregungen seitens der Besucher\*innen im Offenen Treff transparent wert zu schätzen, werden im Zentrum für Interkulturelle Mädchen- und Frauenarbeit in Stuttgart Wünsche und Vorschläge auf Papier-Blätter geschrieben und an den Partizipations-Baum (auch Wunschbaum genannt) gepinnt. Der Baum kann zuvor von den Besucher\*innen gemeinsam gestaltet werden.

Sobald ein Vorschlag in das Angebot übernommen wird, wird das entsprechende Blatt vom Baum entfernt und zur Wochenübersicht gehängt. Hier wurden beispielsweise die Blätter ‚Sprungbude‘ zum ‚Keep your Balance‘-Angebot am Mittwoch gehängt und der Ausflug ‚Kegeln‘ zum Donnerstag.



» Quelle: ZIMA - Zentrum für Interkulturelle Mädchen- und Frauenarbeit bei IN VIA Katholischer Verband für Mädchen- und Frauensozialarbeit Diözese Rottenburg-Stuttgart e.V.

# Der Bewohner\*innenrat



- Lernziele**
- demokratische Entscheidungsprozesse erleben
  - eigene Interessen und die Interessen anderer vertreten
  - das eigene Umfeld mitgestalten
  - diskutieren und argumentieren



- Dauer** regelmäßige Termine

## Anleitung

In vielen Einrichtungen des Jugendwohnens gibt es bereits Bewohner\*innenräte, die das Leben in der Einrichtung mitgestalten. Bewohner\*innenräte sind eine Form der Selbstvertretung der jungen Menschen. Sie treffen gemeinsam Entscheidungen und überbringen ihre Anregungen der Hausleitung. Im Kolping Jugendwohnen Hamburg-St. Georg z. B. beteiligen sich die Bewohner\*innen so an der Gestaltung des Freizeitprogramms und bringen eigene Vorschläge ein. Auch erarbeiteten sie eine Petition an die Geschäftsführung, um eine Verbesserung der Versorgung mit W-Lan zu erreichen.

Durch Bewohner\*innenräte können die jungen Bewohner\*innen angeregt werden, ihr Zusammenleben selbst mitzugestalten. Sie werden ermutigt, eigene Ideen einzubringen und können erkennen, dass sie Möglichkeiten haben, ihr Umfeld mitzugestalten und damit auch eine Verantwortung dafür tragen. Im Rahmen der Wahl und der gemeinsamen Entscheidungsfindung können sie Erfahrungen mit demokratischen Prozessen sammeln.



Wenn in einer Einrichtung zum ersten Mal ein Bewohner\*innenrat installiert wird, können die jungen Menschen von Beginn an in die Konzeptionierung einbezogen werden und mitbestimmen. So können folgende Fragen in einer Vollversammlung der Jugendlichen geklärt werden:

- Wie viele Vertreter\*innen soll der Rat haben?
- Welche Aufgaben soll der Rat übernehmen? (Beschwerdemanagement, Meinungsbildung (organisieren), Aufgreifen von Ideen, Wünschen und Themen, Konfliktbewältigung, ...)
- Wie oft soll der Rat tagen? (z. B. 14-tägig; mind. 1x im Monat) Wann und wo soll er tagen?
- Wie können sich Jugendliche zur Wahl aufstellen lassen?
- Wer unterstützt die Jugendlichen bei der Organisation?
- Wie wird der Rat gewählt? Für welchen Zeitraum? (z. B. 6 Monate)
- Wie läuft der gegenseitige Informationsfluss zwischen Bewohner\*innen und Rat? (z. B. Postbox, Protokoll)
- Wie läuft der Informationsfluss zwischen Rat und Einrichtungsleitung?

Es ist natürlich auch möglich, mit den Jugendlichen erst einmal in Kleingruppen über den Bewohner\*innenrat ins Gespräch zu kommen.



## Praxisbeispiel: Aufbau eines Bewohner\*innenrats im Kolping Jugendwohnen Hamburg-St. Georg

### 1. Einladung zu Treffen in Kleingruppen, um über den Bewohner\*innenrat zu sprechen

- Kleine Vorstellungsrunde:  
Name, Ausbildungsberuf, Hobby
- Frage an alle und ins Gespräch kommen:  
Wisst ihr, was der Bewohner\*innenrat macht?

*Der Bewohner\*innenrat ist zuständig für:*

- Ein lebendiges Miteinander im Haus
- Freizeit/Ausflüge planen
- Anschaffungen vorschlagen
- Allgemein Interessensvertretung der Bewohner\*innen – weiß, am besten, was die Bewohner\*innen wollen oder nicht wollen
- Inhalte/Angebote vorschlagen und einbringen
- Beschwerdemanagement
- Erfährt als erstes, was es Neues im Haus gibt

*Konkrete Aufgaben als Mitglied des Rates*

- Ansprechpersonen für alle sein, d.h. für die Bewohner\*innen und die Kolleg\*innen
- Regelmäßige Teilnahme an den Bewohner\*innenratssitzungen

*Frage:*

Wer möchte mitarbeiten, bzw. sich zur Wahl stellen?

### 2. Wahl des Rates durch alle Bewohner\*innen

### 3. Erste Bewohner\*innenratssitzung

Ein\*e oder mehrere Pädagog\*innen moderieren die erste Sitzung und sind auch regelmäßig bei Sitzungen dabei (Turnus festlegen), zukünftig soll es aber auch Treffen ohne sie geben.

- Es wird festgelegt, wie die beschlossenen Themen des Bewohnerrats festgehalten werden.
- Ein\*e Sprecher\*in für die jeweilige Kommunikation mit den Pädagog\*innen wird festgelegt.

- Die Moderation des Bewohner\*innenrats soll wechselnd stattfinden. Es wird festgelegt, wie die Moderation verteilt wird.
- Vorschlag eine Bewohnerrats-WhatsApp-Gruppe zu gründen mit allen Bewohnerrät\*innen, um sich auch selbst verabreden zu können. Auf Wunsch können die Pädagog\*innen zu diesen Terminen auch spontan eingeladen werden.
- Es wird diskutiert, wie mit Uneinigkeit im Bewohner\*innenrat umgegangen werden soll.
- Gibt es schon Themen aus dem Haus, wenn ja welche?
- Wir machen eine Foto-Wand „Unser Bewohnerrat im Haus“. Wir machen Fotos, wer schreibt den Text?
- Ein Bewohner\*innenratskasten wird aufgestellt, in den die Bewohner\*innen ihre Wünsche, Ideen und Anregungen einwerfen können
- Ausblick und neuen Termin festlegen

Quelle: Kolping Jugendwohnen Hamburg St. Georg

## Der Klassenrat

Ähnlich wie der Bewohner\*innenrat ist auch der sogenannte „Klassenrat“ ein Instrument, mit dem junge Menschen lernen können, eigene Positionen zu vertreten, mit anderen zu verhandeln und erleben können, wie demokratische Prozesse ablaufen. Zum anderen können sie für die Gestaltung ihres Umfelds Verantwortung übernehmen und sich mit ihren Anliegen und Vorstellungen einbringen. Mitarbeitende im Bereich der Schulsozialarbeit können Lehrkräfte anregen und dabei unterstützen, einen Klassenrat einzurichten.

Eine Anleitung zur Einrichtung eines Klassenrats samt Materialien findet sich online unter:

<https://www.derklassenrat.de/>

Auf der Webseite finden Sie unter der Kategorie „In der Praxis“ auch einige Literaturempfehlungen. Weiterhin ist das Buch „Der Klassenrat“ von Cornelia Wolf empfehlenswert. Neben einer allgemeinen Einführung benennt die Autorin typische Stolpersteine, die bei der Einführung und Gestaltung eines Klassenrats auftreten können und liefert dazu konkrete Hilfestellungen.



# Der Ort, an dem ich lebe



**Lernziele** Möglichkeiten kennenlernen, sich einzubringen, eigene Ideen zu kommunizieren und mit Vertreterinnen und Vertretern der Politik in Kontakt zu treten



**Dauer** mehrere Stunden



**Alter** ab 14 Jahren



**Material**

- Internetzugang für Teilnehmende
- Vorrecherche zu Lokalpolitiker\*innen bzw. lokalen Initiativen, z. B. die Webseite in leichter oder einfacher Sprache anbieten, um die Teilnehmenden zu unterstützen
- Moderationskarten & dicke Filzstifte

## Anleitung

Die Leitung bittet die Gruppe um ein kleines Brainstorming zu der Frage „Was soll sich an dem Ort, an dem wir leben, ändern?“. Sie sammelt die Ideen und hält sie auf Moderationskarten fest. Im Anschluss entscheidet die Gruppe sich gemeinsam für 1- 2 Themen, die sie mit der Lokalpolitik besprechen möchte. Die Leitung recherchiert gemeinsam mit den Teilnehmenden, wer in ihrer Region für diese Themen Ansprechpartner\*in ist und wie die Person kontaktiert werden kann. Hierbei können folgende Optionen ausgelotet werden:

- Welche Kanäle gibt es neben der offiziellen E-Mail (z. B. Twitter, Facebook, Instagram, YouTube-Kanal)?
- Betreibt der\*die Politiker\*in eine Website und wird diese regelmäßig aktualisiert?
- Werden E-Partizipationstools, wie „Bürger\*innen fragen, der/die Abgeordnete antwortet“ angeboten?

Sind die richtigen Ansprechpartner\*innen gefunden, wird besprochen, welcher Kommunikationskanal für das Anliegen der Teilnehmenden der richtige ist und gemeinsam die Kontaktanfrage vorbereitet.

**Tipp 1:** Konzentrieren Sie sich auf die Lokalpolitik und auf Fragestellungen, die das unmittelbare Lebensumfeld der Teilnehmer\*innen betrifft, z. B. „Wie stehen Sie dem Bau einer Skateranlage in unserer Stadt gegenüber?“

**Tipp 2:** Die Behörden müssen auf der Grundlage des Informationsfreiheitsgesetzes ihre Anfrage beantworten. Wappnen Sie sich und Ihre Teilnehmenden trotzdem, dass eine Antwort lange auf sich warten lassen kann.

**Tipp 3:** Haben Sie bereits gute Kontakte zu Lokalpolitiker\*innen, dann nutzen Sie diese für ein definitives Erfolgserlebnis für Ihre Lerngruppe.



## Auswertung

Werten Sie mit den Teilnehmenden aus, inwieweit der Vorstoß erfolgreich war oder was weiterhin getan werden könnte. Besprechen Sie, was die Teilnehmenden dabei über politische Prozesse gelernt haben.

Zusätzlich kann mit der Gruppe besprochen werden, welche weiteren Möglichkeiten die Teilnehmenden haben, sich abseits vom Kontakt mit Politiker\*innen in ihrem Umfeld einzubringen und mitzubestimmen. Dazu können Sie das Handout „Du darfst mitbestimmen!“ austeilen, welches Sie auf der folgenden Seite finden. Dort wird erläutert, dass junge Menschen ein Recht auf Mitbestimmung haben und es werden Beispiele genannt, wie sich junge Menschen in ihrem Umfeld und der Gesellschaft einbringen können. Anschließend können die Jugendlichen überlegen, wo sie sich bereits engagieren und an welchen Stellen sie noch gern mitgestalten würden.

Das Handout ist unter: <https://www.invia-deutschland.de/fachliches/projekte/demokratie-einfach-machen-deim/deim> auch in Leichter Sprache abrufbar.

» Die Methode stammt aus einem Online-Training des Projekts AMEDY (Active Media Education for Disabled Youth). Das Handout ist eine eigene Ergänzung zur Methode.

## Weiterführende Materialien und Verweise

### Demoversum: 9 Spielstationen zum Nachdenken über Demokratie & Engagement

Das Demoversum bietet neun Spielstationen, an denen jeweils eine demokratische Teilkompetenz in den Fokus gerückt wird. Es gibt Material und Übungen dazu, was Freiheit, Toleranz, Gleichheit, Gleichberechtigung und Zusammenhalt bedeuten und welche Beiträge eine gute Diskussionskultur, Meinungsbildung, Kompromissfähigkeit und faire Regeln für eine demokratische Gesellschaft leisten. Die Materialien eignen sich für Jugendliche ab 13 Jahren und können hier heruntergeladen werden:

<https://www.engagementlernen.de/demoversum/>

### Videoreihe: RESPEKT - Demokratische Grundwerte für alle (BR-Alpha)

RESPEKT richtet sich an eine junge Zielgruppe und zeigt in unterhaltsamen 30-minütigen Reportagen, wie Demokratie und gesellschaftliche Werte aktiv gelebt und mitgestaltet werden können. Zu den angebotenen Themen gibt es einen Zahlen- und Faktencheck, der konkrete Informationen zusammenträgt, die hilfreich sind, um die unterschiedlichen Standpunkte zu beurteilen. Auf dieser Seite finden Sie neben dem Link zum Film (Klicken auf das entsprechende Bild) begleitende Unterrichtsmaterialien zu den einzelnen Filmen:

<https://www.politischebildung.schule.bayern.de/respekt-unterrichtsmaterial/>

### Praxisbeispiel: Graffiti AG beim Jugendmigrationsdienst in Aachen

Mit dem Kooperationspartner Kingz Corner e.V. aus Aachen fand eine freiwillige Graffiti AG statt. Die Jugendlichen erarbeiteten gemeinsam die Wörter „Respekt“ und „Demokratie“, was diese für sie bedeuten etc. Gemeinsam wurde sich dann auf zwei Schlagwörter geeinigt, diese wurden ausgehandelt und letztendlich wurde abgestimmt, welche Begriffe auf eine der Wände auf dem Schulhof gesprüht wurde. Die Schüler\*innen einigten sich auf die Wörter „Respekt“ und „Teamwork“. Die Möglichkeit der Partizipation in Form der Schulhofgestaltung nahmen die Jugendlichen gerne an und so konnten die Prozesse demokratisch gestaltet werden.

# Du darfst mitbestimmen!

Junge Menschen haben das Recht, bei allen Themen oder Entscheidungen, die sie betreffen, dabei zu sein, mitzusprechen und gehört zu werden.

Das steht in der UN-Kinderrechtskonvention in Artikel 12. Die Kinderrechtskonvention legt die Rechte fest, die alle Kinder und Jugendlichen auf der Welt haben.

Sie sagt, dass Erwachsene nicht das Recht haben, einfach über junge Menschen zu bestimmen. Oft wird gesagt, Erwachsene wüssten am besten, was für Kinder und Jugendliche gut ist. Die Kinderrechtskonvention bekräftigt aber: Junge Menschen haben eigene Rechte, sind eigene Persönlichkeiten.

Du darfst denken, glauben und fühlen, was Du willst. Und Du darfst deine Meinung sagen. Außerdem darfst Du alle wichtigen Informationen erfahren und Medien wie das Internet, Bücher, Zeitungen oder das Radio benutzen.

Erwachsene sollen Dich nach deiner Meinung fragen, wenn sie eine Entscheidung über Dich treffen. Du darfst zum Beispiel mitentscheiden, zu welcher Religion Du gehören möchtest und wenn deine Eltern sich trennen, darfst Du mitentscheiden, bei wem Du wohnen möchtest. Aber auch in der Schule, in deinem Stadtviertel oder in deiner Wohngruppe, im Jugendhaus oder in der Politik darfst Du mitbestimmen.

Hier sind ein paar Beispiele:

- Du kannst in dem Jugendzentrum Einfluss nehmen, z. B. bei der Auswahl der Freizeitangebote oder in der Schule bei der Gestaltung des Schulhofs mitreden.
- Du kannst im Bewohner\*innenrat die Regeln in deiner Wohngruppe mitbestimmen oder in der Schüler\*innenvertretung oder als Schüler\*innensprecherin der Schule mitmischen.
- Du liebst Sport? Dann bist du in einem Sportverein z. B. als Sporthelfer\*in oder Jugendtrainer\*in sehr gefragt.
- Durch ehrenamtliches Engagement gestalten viele junge Menschen die Gesellschaft auf dem Land und in der Stadt: Kultur, Musik, Freiwillige Feuerwehren, Jugendgruppen, Rettungsdiensten, religiöse Gruppen, Technisches Hilfswerk, ....
- Du kannst an einer Demonstration teilnehmen und dort deine Meinung sagen.
- Du kannst Dich bei einer Abstimmung im Internet beteiligen oder selbst eine Petition starten, z. B. <https://epetitionen.bundestag.de/>
- Im Jugendausschuss, Stadtrat oder Gemeinderat kannst Du die Interessen anderer vertreten.
- Du kannst Dich für politische Anliegen einsetzen, zum Beispiel dafür, dass Schüler\*innen, die in der Schule Probleme haben, besser unterstützt werden oder dass die Politiker mehr tun, um das Klima zu schützen. Beispiel: FridaysForFuture

Wo würdest Du sonst noch gern mitbestimmen?

Hier kannst Du alle deine Kinderrechte nachlesen. Sie gelten für alle Kinder und Jugendlichen bis 18 Jahre:

<https://bit.ly/3dV7mB6>

## Modul 6

# Die eigene Meinung vertreten und Konsens finden

### Einführung

Ein Kernbestandteil einer Demokratie ist, dass verschiedene Interessen, Standpunkte und Meinungen wahrgenommen, diskutiert und miteinander verhandelt werden. Um an diesen Prozessen teilhaben zu können, ist es wichtig, dass junge Menschen lernen, sich zu Themen zu positionieren und ihre Meinung mit Argumenten gegenüber anderen zu vertreten. Für eine funktionierende Demokratie ist es allerdings auch wichtig, dass sie lernen, die Argumente für entgegengesetzte Positionen nachzuvollziehen und die Bereitschaft entwickeln, aufgrund valider Argumente ihre Position zu ändern, ohne dies als Gesichtsverlust zu werten. Dies kann mit der ersten Übung dieses Moduls „Ja-Jein-Nein“ geübt werden.

Im demokratischen Prozess muss schließlich ein Umgang mit den verschiedenen Interessen, Bedürfnissen und Positionen gefunden werden. Wie solche Aushandlungsprozesse gestaltet sein können, können die jungen Menschen mit den folgenden Methoden selbst ausprobieren. Hierbei geht es darum, Empathie für verschiedene Bedürfnisse und Perspektiven zu entwickeln und konstruktiv an der Suche nach einem Konsens mitzuarbeiten.

### Lernziele für junge Menschen in diesem Modul sind:

- die eigene Meinung vertreten
- in einer Gruppe einen Konsens finden
- Empathie für verschiedene Perspektiven entwickeln



# Ja - Jein – Nein



**Lernziele**

- Erfahren, was es heißt, Macht auszuüben (sowohl durch Beteiligung als auch durch Enthaltung)
- Erkennen, dass Macht mit Verantwortung verbunden ist
- Verstehen, dass gemeinsame Regeln notwendig sind, um geteilte Interessen zu verfolgen



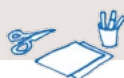
**Dauer** 60-75 Minuten



**Alter** ab 15 Jahren



**Gruppe** 10-25 Personen



**Material** eine (Moderations-) Karte und ein Stift pro Teilnehmer\*in

## Anleitung

Die Schilder „Ja“ und „Nein“ werden im Abstand von 5-10 Metern gut sichtbar auf den Boden gelegt oder an der Wand befestigt, das „Jein“-Schild in der Mitte.

Sie stellen den Teilnehmenden nun Fragen, die diese spontan beantworten sollen, indem sie sich in der Nähe des jeweils für sie passenden Schilds bzw. irgendwo dazwischen positionieren. Nach jeder Frage stellen Sie sich zu einzelnen Teilnehmenden dazu und befragen diese zu ihrer Meinung und den Gründen dafür.

Wenn Teilnehmende ihre Meinung ändern, wenn sie die Argumente anderer hören, können sie dementsprechend auch ihre Position im Raum ändern.

## Mögliche Fragen sind:

- Soll die Schule immer erst um 9 Uhr beginnen?
- Soll das Kindergeld ab 14 Jahren direkt an die Jugendlichen überwiesen werden?
- Sollen alle Jugendlichen kostenlos Bus und Bahn benutzen dürfen?
- Soll es erlaubt sein, im Unterricht essen und trinken zu können?
- Soll jeder Jugendliche einmal zu allen Kontinenten der Welt reisen?
- Würdest Du Dich einmischen, wenn jemand in der Bahn blöd angemacht wird?

- Hilft Schule für das Leben?
- Ist es notwendig, Markenklamotten zu tragen?
- Ist die Grenze 18 Jahre fürs Rauchen sinnvoll?
- Braucht Deutschland eine Bundeswehr?
- Gehört ein Fernseher ins Kinderzimmer?
- Ist es wichtig, in einer Beziehung treu zu sein?
- Kein Sex vor der Ehe - macht das Warten auf die Richtige\*den Richtigen Sinn?
- Sollte Cannabis legalisiert werden?
- Sollte man Kinder in diese Welt setzen?

Anschließend haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, selbst eine Frage an die Gruppe zu stellen. Wer eine Frage stellt, übernimmt zudem die Rolle der\*des Interviewer\*in.

## Reflexion:

- Wart ihr euch bei jeder Aussage immer gleich sicher, wie ihr euch positionieren wollt?
- Bei welchen Aussagen war es einfacher/schwieriger?
- Gab es Aussagen, bei denen ihr eure Meinung geändert habt, weil euch ein\*e andere\*r Teilnehmer\*in überzeugt hat? Wenn ja, wie hat der\*die Teilnehmer\*in das geschafft?
- Ist es überhaupt wichtig, zu all diesen Aussagen eine (starke, unveränderliche) Meinung zu haben?
- Redet ihr über solche Themen mit euren Freund\*innen oder der Familie?

# Das Haus meiner Träume



- Lernziele**
- erfahren, dass in einer Demokratie nicht nur die Lösung eines Problems, sondern auch der Weg zur Lösung entscheidend ist
  - Kennenlernen der eigenen Bedürfnisse und lernen, die Bedürfnisse der anderen zu berücksichtigen
  - erfahren, unter welchen Bedingungen Bereitschaft zur Einschränkung vorhanden ist
  - Bewusstsein entwickeln für die Faktoren, die die Suche nach kreativen Lösungen begünstigen oder verhindern können



**Dauer** 2,5-3 Stunden



**Alter** ab 8 Jahren



**Gruppe** ab 10 Personen



**Material** pro Person ein DIN A 4-Bogen Papier, große Plakate, Wachsmal- und Buntstifte, Scheren und Kleber, 2 Räume

## Anleitung

Für die Übung müssen 2 Gruppenräume vorbereitet werden, in denen jeweils Stifte und pro Teilnehmer\*in ein Bogen Papier zur Verfügung stehen. Die Gruppenleitung teilt die Gruppe in zwei Kleingruppen ein. Die beiden Gruppen sollten nach Möglichkeit anhand eines gemeinsamen Merkmals gebildet werden, z. B. nach Geschlecht, Zugehörigkeit zu einer Klasse, Wohngruppe etc. Die Bedeutung liegt darin, dass die herausgestellte Gemeinsamkeit in der zweiten Phase der Übung für den Einigungsprozess hilfreich sein kann, während das Aufeinandertreffen und Einigen mit der zweiten Gruppe in der dritten Phase dadurch schon erschwert wird, dass sie als „anders“ wahrgenommen wird. Sollten vorab bereits starke Konflikte zwischen zwei Parteien innerhalb der Gesamtgruppe aufgetreten sein, muss die Leitung genau abwägen, inwieweit die Übung zu einer Lösung dieses bereits bestehenden Konfliktes beitragen kann oder ob eine Aufteilung nach anderen Kriterien sinnvoller erscheint.

### 1. Phase

Jede Kleingruppe begibt sich nun in einen separaten Raum. Alle Teilnehmenden werden aufgefordert, auf einem Bogen Papier ihr persönliches Traumhaus zu malen. Das Leitungsteam weist darauf hin, dass der Kreativität keine Grenzen gesetzt sind. Auch die Umgebung des Hauses gehört zum Gesamtbild. Wichtig ist es, die Teilnehmenden zu ermuntern, möglichst die gesamte Fläche ihres Zeichenbogens auszufüllen.

Anschließend werden die Teilnehmenden aufgefordert, den anderen Gruppenmitgliedern ihre Traumhäuser vorzustellen und zu erläutern.

### 2. Phase

Nun bittet die Leitung darum, die Traumhäuser auf einem gemeinsamen „Grundstück“ unterzubringen, also auf einen großen Papierbogen aufzukleben. Der Bogen ist um etwa ein Drittel kleiner als die Gesamtfläche aller Einzelbögen. Versuche, das „Grundstück“ durch einen weiteren Bogen zu vergrößern oder durch vertikales Aufrichten der Häuser die Flucht in die dritte Dimension anzutreten, werden nicht zugelassen. Die Leitung legt eine Zeit fest, innerhalb derer die Aufgabe erledigt werden muss (15-30 Minuten, je nach Größe der Gruppe).

### 3. Phase

In der 3. Phase treffen die beiden Kleingruppen aufeinander. Sie werden erneut mit einem Plakat konfrontiert, auf das sie nun die Häuser beider Gruppen kleben sollen. Das Plakat ist aber wieder um ein Drittel zu klein, um die Grundstücke beider Gruppen komplett aufzunehmen.



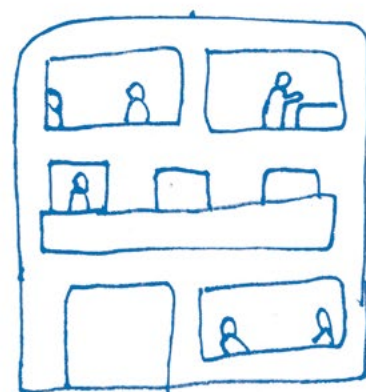
## Reflexion

Anschließend wird die Übung gemeinsam reflektiert. Dieser Teil der Übung ist sehr wichtig, um das Erlebte auf Aushandlungs- und Verteilungsprozesse innerhalb der Gesellschaft übertragen zu können. Dabei kann auch besprochen werden, welche Faktoren einen Einfluss auf die Lösung hatten, z. B. welche Rolle Zeitdruck gespielt hat, das Gefühl, an der Entscheidung beteiligt zu sein, das Erlebnis der Frustration, einen Traum aufgeben zu müssen etc. Besonders wenn es im Prozess zu Frustration und offenen Konflikten gekommen ist, müssen diese hinreichend nachbesprochen werden. Für die Reflexion können folgende Fragen verwendet werden:

### Fragen:

- Wie habt ihr euch im Verlauf der ersten Phase gefühlt?
- War es eher schwer oder eher angenehm, das eigene Traumhaus zu malen?
- Wie habt ihr euch im Verlauf der zweiten Phase gefühlt?
- Konntet ihr die Bedürfnisse der anderen erkennen und verstehen?
- Was habt ihr gedacht, als ihr erfahren habt, dass nicht genug Raum für das eigene Bild zur Verfügung steht?
- Wie seid ihr mit der Beschränkung umgegangen?
- Wurden alle Beteiligten gleichermaßen berücksichtigt?
- Wart ihr mit der Lösung zufrieden?
- Wie habt ihr euch im Verlauf der dritten Phase gefühlt?
- Wie habt ihr auf die andere Gruppe reagiert und darauf, dass ihr euch schon wieder einschränken müsst?
- Welche Lösungen habt ihr gefunden, welche Wege seid ihr gegangen, um eine Lösung zu finden?
- Seid ihr mit der Lösung der Gesamtgruppe zufrieden? Warum?

» Quelle: Es handelt sich um eine leicht gekürzte Fassung der Übung aus dem Buch: Susanne Ulrich: Miteinander - Erfahrungen mit Betzavta. Ein Praxishandbuch für die politische Bildung auf der Grundlage des Werks „Miteinander“ von Uki Maroshek-Klarmann, Adam Institut, Jerusalem. Gütersloh 2001. S. 131 ff.



# Die Kunst, einen Kürbis zu teilen



**Lernziele** · Entwicklung von Strategien zum Umgang mit gegensätzlichen Bedürfnissen  
· Kennenlernen verschiedener Möglichkeiten demokratischer Entscheidungsfindung



**Dauer** 45 Minuten



**Alter** ab 10 Jahren



**Gruppe** ab 6 Personen



**Material** · Kürbis oder ein Gegenstand, der als Kürbis fungieren kann  
· Flipchart und Stifte

## Anleitung

Bei dieser Übung liegt ein Kürbis oder ein Bild von einem Kürbis im Raum. Aus der Gruppe werden drei Personen ausgewählt, die versuchen sollen, den ganzen Kürbis für sich allein zu bekommen. Hierfür sollen die drei Personen argumentieren, warum sie allein den Kürbis erhalten sollen und miteinander diskutieren.

Nach einer Weile stoppt die Leitung die Kleingruppe. Der Rest der Gruppe soll nun Ideen einbringen, wie diese drei Personen mit dieser Situation umgehen könnten. Die Workshop-Moderation schreibt alle Ideen auf ein Flipchart auf.

Danach werden anhand der vorgeschlagenen Ideen die vier Schritte der demokratischen Entscheidungsfindung durchgegangen, um eine Lösung zu finden.

### 1. Prüfung des vorliegenden Konflikts/Klärung der Bedürfnisse:

Wofür brauchen die Personen den Kürbis? Was sind ihre Bedürfnisse? Oft wird vorgeschlagen, den Kürbis in drei gleich große Stücke zu teilen, ohne vorher zu klären, wofür dieser gebraucht wird. Es könnte sein, dass eine Person eine Suppe machen will und dafür nur das Fruchtfleisch braucht, eine andere möchte eine Halloween Maske machen und die dritte Person braucht nur die Kerne, um diese zu rösten. Die Moderation sollte die Diskussion darauf lenken, dass vor einer Entscheidung die Bedürfnisse aller gehört und geklärt werden.

### 2. Veränderung der Situation als kreative Lösung des Problems:

Wenn sich herausstellt, dass alle Personen das Fruchtfleisch wollen, also das gleiche Bedürfnis haben, fragt die Moderation die Gruppe, welche Vorgehensweise nun am besten wäre. Meist wird dann vorgeschlagen, den Kürbis in drei gleich große Teile zu teilen. In diesem Schritt ist es wichtig, mit der Gruppe herauszuarbeiten, welche (oft stillschweigenden) Annahmen die Basis der Entscheidung bilden und diese gemeinsam zu benennen und zu hinterfragen. Dies könnte z. B. sein: a) es gibt nur einen Kürbis, obwohl es einfach ist, noch einen zu besorgen; b) es gibt nur Geld für einen Kürbis, obwohl es genug Mittel gibt, um noch zwei Kürbisse zu kaufen; c) alle Personen brauchen den Kürbis zur gleichen Zeit. Diese Überprüfung zeigt oft, dass Entscheidungen vorschnell getroffen werden und vom „Zeit ist Geld“ Prinzip geleitet werden. Hieraus können zwar scheinbar demokratische Entscheidungen entstehen, die jedoch nicht die Bedürfnisse der Beteiligten berücksichtigen.

### 3. Gleichmäßige Einschränkung aller Beteiligten (Kompromiss):

Gibt es keine kreative Lösung, wird in der Gruppe besprochen, ob es einen Kompromiss gibt, mit dem alle Beteiligten zufrieden sind.

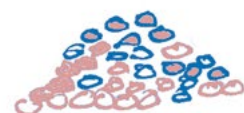
#### 4. Mehrheitsbeschluss (letztes Mittel):

Wenn alle stillschweigenden Annahmen zutreffen und alle Personen den Kürbis für sich beanspruchen, wird der Mehrheitsbeschluss diskutiert. Es wird vorgeschlagen, den Kürbis in drei Teile zu schneiden. Was passiert jedoch, wenn es um einen Gegenstand geht, der nicht einfach teilbar ist, wie ein Fahrrad? Hier könnte vorgeschlagen werden, die Zeit aufzuteilen, wann die Personen das Fahrrad nutzen. Oder die Beteiligten werden gefragt, wozu sie das Fahrrad brauchten und wann genau, um abzustimmen, wer das Fahrrad am dringendsten braucht. Die Moderation sollte dann darauf hinweisen, dass hier wieder die dritte und vierte Stufe der demokratischen Entscheidungsfindung durchlaufen werden. Dabei ist es wichtig, zuerst die Bedürfnisse zu klären und kreative Lösungen zu suchen, bevor ein Kompromiss oder ein Mehrheitsbeschluss gesucht wird.

#### Auswertung:

- Seid ihr zufrieden mit der Lösung, die ihr als Gruppe gefunden habt?
- Wie war die Übung für euch?
- Wie habt ihr euch gefühlt?
- Wie war es, sich die Bedürfnisse aller anzuhören?
- Habt ihr etwas Neues über Entscheidungsfindung gelernt?
- Kennt ihr ähnliche Situationen aus eurem Alltag?

» Quelle: Susanne Ulrich: Miteinander - Erfahrungen mit Betzavta. Ein Praxishandbuch für die politische Bildung auf der Grundlage des Werks „Miteinander“ von Uki Maroshek-Klarmann, Adam Institut, Jerusalem. Gütersloh 2001.



# Planspiel zusammenleben. zusammenhalten



- Lernziele**
- Interessen definieren und vertreten
  - konstruktiv mit Interessenskonflikten umgehen
  - verstehen, was gesellschaftlichen Zusammenhalt fördert oder verhindert



**Dauer** 2x90 Minuten, möglichst an einem Tag



**Alter** einfache Version: 10-14 Jahre / komplexe Version: 14-27 Jahre



**Gruppe** idealerweise 12 – 24 Personen

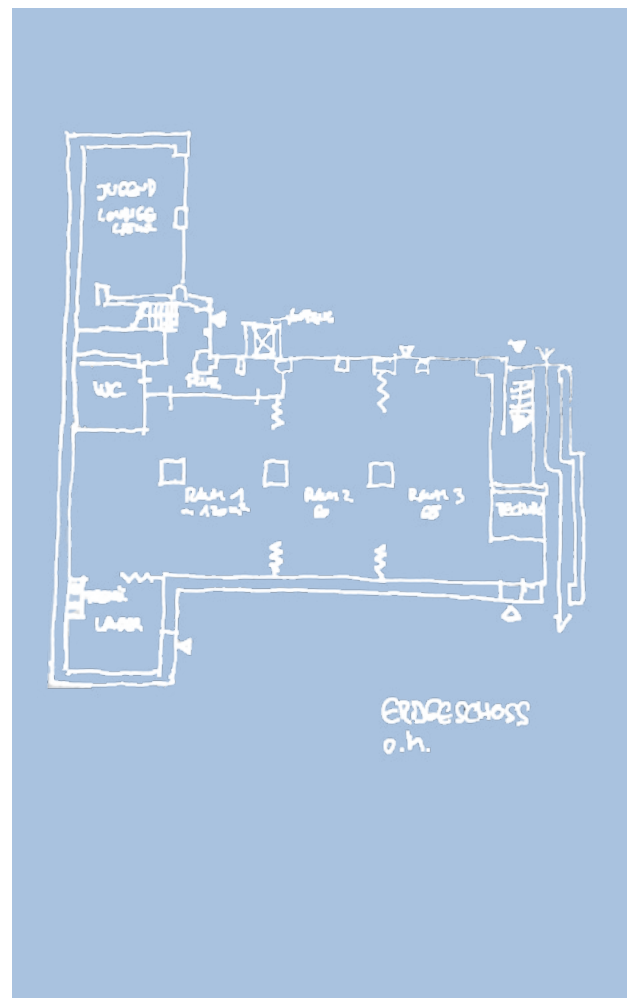


**Material** Großer Raum mit Gruppenarbeitstischen, möglichst 2 anleitende Personen, ausgedruckte Materialien aus der Spielanleitung  
 Download der Anleitung und Spielunterlagen unter: [https://www.volkshochschule.de/verbandswelt/projekte/politische\\_jugendbildung/planspiel-zusammenleben.zusammenhalten..php](https://www.volkshochschule.de/verbandswelt/projekte/politische_jugendbildung/planspiel-zusammenleben.zusammenhalten..php)

## Anleitung

In dem Planspiel konkurrieren verschiedene Gruppen um die Nutzung eines alten Gebäudes im Stadtzentrum. Sie müssen sich auf eine gemeinsame Nutzung des Gebäudes einigen. Hierbei müssen unterschiedliche Bedürfnisse und Vorstellungen verhandelt werden. Die jungen Menschen werden einer Interessensgruppe zugeordnet, müssen sich in die Bedürfnisse dieser Gruppe einfühlen und deren Interessen vertreten. Sie treten in Verhandlungen mit anderen Gruppen. Am Ende des Planspiels sollen Regeln für das gemeinsame Zusammenleben entwickelt werden. Die Anleitung und die Materialien für das Planspiel können unter: [https://www.volkshochschule.de/verbandswelt/projekte/politische\\_jugendbildung/planspiel-zusammenleben.zusammenhalten..php](https://www.volkshochschule.de/verbandswelt/projekte/politische_jugendbildung/planspiel-zusammenleben.zusammenhalten..php) heruntergeladen werden. Das Spiel existiert in zwei Versionen: Einer einfacheren Version für die Altersgruppe von 10-14 Jahren und einer Version für die Altersgruppe ab 15 Jahren.

» Das Planspiel wurde vom Deutschen Volkshochschul-Verband e. V., Zentralstelle für Politische Jugendbildung herausgegeben.



## Einführung

Für das Zusammenleben in einer Demokratie sind soziale Kompetenzen unabdingbar. Die Förderung von Kompetenzen wie Teamfähigkeit, Problemlöse- und Argumentationsfähigkeit, Kooperation und Kommunikation innerhalb einer Gruppe und ein gewaltfreier Umgang mit Konflikten sind grundlegend, um ein demokratisches Miteinander gestalten zu können. Zu Beginn des Moduls finden Sie ein Beispiel für eine Sozialkompetenzeinheit aus dem Bereich der schulbezogenen Jugendsozialarbeit bzw. Schulsozialarbeit, die jedoch auch in anderen Feldern eingesetzt werden kann. Die Einheit ist so konzipiert, dass die Jugendlichen lernen, als Team zusammenzuarbeiten und damit soziale Kompetenzen schulen und gleichzeitig ihr Wissen über formale Elemente von Demokratie wie Wahlrecht, Meinungsfreiheit, Macht etc. erweitern.

Ein zweiter Schwerpunkt des Moduls ist das Thema Kommunikation. Beim Umgang mit Konflikten spielt auch Sprache eine wichtige Rolle. Die Jugendlichen werden dafür sensibilisiert, welche Rolle Sprache in Konflikten spielen kann und wie sie ihren Ärger nicht-verletzend mitteilen können. Sie lernen das Modell der gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg kennen und üben sich in der gewaltfreien Formulierung von Botschaften.

Welche Verletzungen Sprache zufügen kann, zeigt sich auch bei dem Thema Cybermobbing, bei dem Menschen über einen längeren Zeitraum durch Beleidigungen, Bedrohungen, Belästigung und Bloßstellungen seelischer Schaden zugefügt wird. Cybermobbing kann bspw. über Soziale Netzwerke, Video-Portale, Messengerdienste oder durch lästige Anrufe stattfinden.<sup>21</sup> Dabei können verletzendende Nachrichten gesendet werden, aber auch Gerüchte über eine Person verbreitet werden oder vertrauliche Informationen und Bilder dieser Person mit einem großen Personenkreis geteilt werden.

Die Besonderheit von Cybermobbing gegenüber Mobbing im analogen Raum ist, dass Cybermobbing rund um die Uhr geschehen kann und dass die Täter\*innen häufig anonym bleiben können. Zudem sind die Auswirkungen ihres Mobblings auf das Opfer für die Täter\*innen zunächst nicht unmittelbar sichtbar.

Die jungen Menschen sollen dafür sensibilisiert werden, welche Auswirkungen Cybermobbing haben kann und wie sie mit unüberlegten Taten und Worten anderen Menschen Schaden zufügen könnten. Gleichzeitig sollen sie lernen, welche Handlungsoptionen ihnen zur Verfügung stehen, wenn sie selbst Opfer von Mobbing werden oder erleben, dass andere Personen gemobbt werden.

### Lernziele für junge Menschen in diesem Modul sind:

- in einer Gruppe gut zusammenarbeiten
- gewaltfrei kommunizieren
- konstruktiv Kritik üben
- sich mit Cybermobbing auseinandersetzen

<sup>21</sup> Klicksafe: Cyber-Mobbing – was ist das? <https://www.klicksafe.de/themen/kommunizieren/cyber-mobbing/cyber-mobbing-was-ist-das/>

# Sozialkompetenzeinheit „Demokratiebildung“



- Lernziele**
- lernen, dass funktionierende Demokratie schon im Kleinen anfängt und auf Zusammenhalt und Kooperation basiert
  - Verständnis demokratischer Prozesse erweitern



- Dauer** 60-90 Minuten (inklusive Warm-Up und Cool-Down)



- Alter** ab 12 Jahren



- Gruppe** beliebig



- Material**
- Musik und Stühle
  - Schilder mit einzelnen Buchstaben, Flipchart o.ä.
  - Buchstaben zum Ausdrucken gibt es z. B. unter:  
<https://www.schulkreis.de/images/abc-karten-voll-5x5.pdf>
  - Handschmeichler als „Schatz“

Sozialkompetenztrainings werden häufig in der Schulsozialarbeit umgesetzt. Sie sind aber auch mit anderen Handlungsfeldern der Jugendsozialarbeit kompatibel. Der Fokus der hier beschriebenen Sozialkompetenzeinheit liegt auf Teamfähigkeit als Kompetenz. Hierbei kommt es eher auf das intuitive Erfassen der Teilnehmer\*innen an als auf ausführliche Beschreibungen ihrer Erkenntnisse. Die Teilnehmenden müssen gut zusammenarbeiten, um erfolgreich zu sein. Die Einheit besteht aus vier Teilen:

|                 |                   |                 |
|-----------------|-------------------|-----------------|
| Warm-Up         | „Alle für Alle“   | 15 Minuten      |
| Hauptteil       | „Begriffspuzzle“  | 30 - 45 Minuten |
| Cool-Down       | „Schulterschluss“ | 10 Minuten      |
| Kurze Reflexion | „NÜM-Fragen“      | 5 Minuten       |

## Anleitung

### Warm-Up: „Alle für Alle“

Die Teilnehmer\*innen werden in zwei gleichstarke Gruppen aufgeteilt, die gegeneinander antreten. Ziel der Übung ist, dass möglichst viele Teilnehmende auf möglichst wenig Stühlen Platz finden, dabei muss die Gruppe gut zusammenarbeiten, um mit möglichst vielen auf den Stühlen Platz nehmen zu können.

Jede Gruppe erhält eine Anzahl Stühle, die sie an einer Stelle im Raum jeweils Rücken an Rücken gruppieren. Zu Beginn ist es ein Stuhl weniger als die Anzahl der Gruppenmitglieder. Nun wird die Musik gestartet und die Teilnehmenden laufen um die Stühle herum – die Gruppen treten nacheinander an. Sobald die Musik stoppt, müssen sich alle Teilnehmenden auf die Stühle verteilen, dabei dürfen pro Gruppe nur 2 Füße den Boden berühren. Nach jedem Stopp wird ein Stuhl entfernt. Es gewinnt die Gruppe, deren Teilnehmende auf den wenigsten Stühlen Platz finden.

Erkenntnis: Das Gruppenziel kann nur erreicht werden, wenn alle zusammenhalten und keiner aussteigt (z. B. „den will ich nicht berühren, der ist mir zu blöd“ – denn dann hat diese Gruppe leider verloren.)



## Hauptteil: „Begriffspuzzle“

Auch bei dieser Methode treten wieder zwei gleichstarke Gruppen gegeneinander an, bei vielen Teilnehmenden können auch vier Gruppen gebildet werden.

Zu Beginn erhält jede Gruppe ein Set von Karten mit Buchstaben (Buchstabenkarten zum Ausdrucken gibt es online, z. B. unter: <https://www.schulkreis.de/images/abc-karten-voll-5x5.pdf>). Die Leitung erklärt, dass es das Ziel des Spiels ist, mit den bereitgestellten Buchstaben in einer festgesetzten Zeit (z. B. 5 Minuten) so viele Begriffe wie möglich zum Thema „Demokratie“ zu bilden und dass die Gruppe mit den meisten Begriffen gewinnt. Dann werden Begriffe, die etwas mit Demokratie zu tun haben, von der Leitung auf einem Flipchart o.ä. präsentiert. Sobald dieser sichtbar ist, beginnt das Spiel.

*Folgende Begriffe können z. B. verwendet werden:*

Grundrechte, Grundgesetz, Volksabstimmung, Wahlrecht, Koalition, Mehrheit, Beschluss, Staat, Macht, Demokratie, Abstimmung, ...

Nach Ablauf der Zeit zählt die Leitung aus, welche Gruppe wie viele korrekte Begriffe gelegt hat und verkündet, welche Gruppe gewonnen hat. Im Anschluss werden die Teilnehmenden befragt, ob sie wissen, was die gelegten Begriffe bedeuten und warum sie in einer Demokratie eine wichtige Rolle spielen. Sie sollen auch überlegen, was die Begriffe mit ihrem eigenen Leben zu tun haben und welche Berührungspunkte sie damit schon hatten. So können sie beispielsweise auch überlegen, wie man damit umgeht, wenn man bei einer Mehrheitsentscheidung zu der Gruppe mit den weniger Stimmen gehört, oder was Meinungsfreiheit bedeutet und was nicht mehr zu Meinungsfreiheit gehört.

Am Ende werden die Jugendlichen dann gefragt, was ihre Zusammenarbeit als Gruppe mit Demokratie zu tun hat. Hierbei kann reflektiert werden, wie die Entscheidungen getroffen werden, wie mit Unstimmigkeiten umgegangen wird, ob alle einbezogen werden oder manche ausgeschlossen werden, ob es Regeln innerhalb der Gruppe gab etc.

## Cool-Down: „Schulterschluss“

Die gesamte Gruppe steht Schulter an Schulter im Kreis, die Arme auf dem Rücken verschränkt, eine Person steht in der Mitte mit geschlossenen Augen. Die Leitung legt nun einer Person im Kreis einen Gegenstand (Schatz = Symbol für das gemeinsam Erreichte) in eine Hand, welcher nun unauffällig weitergegeben werden soll. Die Person in der Mitte darf dann die Augen wieder öffnen und soll nun anhand der Körpersprache und der Mimik der Gruppe erkennen, bei wem der Gegenstand gerade befindlich ist, also quasi den Schatz finden. Sobald der Gegenstand gefunden ist, ist die Person in der Mitte erlöst und diejenige Person, bei der der Schatz gefunden wurde, muss in die Mitte. Wichtig: Die Person in der Mitte darf nicht durch falsche Signale irregeführt werden!

## Kurze Reflexionsrunde: “NÜM-Fragen“

Die Teilnehmenden haben 5 Minuten Zeit, um das Erlebte zu reflektieren und sich zu überlegen:

N - Was hat euch nachdenklich gemacht?

Ü - Was hat euch überrascht?

M - Was fandet ihr merkwürdig, im Sinne von, würdig sich zu merken?

Zu diesen Fragen kann dann gemeinsam ein kurzer mündlicher Austausch erfolgen.

» Marion Justinski ist Sozialpädagogin bei IN VIA Hamburg e.V. Sie hat langjährige Erfahrungen in der Schulsozialarbeit und in der offenen Jugendarbeit. Derzeit ist sie in der Jugendberufshilfe tätig. Diese Sozialkompetenzeinheit wurde von Marion Justinski entwickelt und zur Verfügung gestellt.

# 6 Straßensperren der Kommunikation



**Lernziele** • Erkennen von Mustern eines schließenden und öffnenden Kommunikationsverhaltens  
• Formulierung von Beispielen konstruktiver Kommunikation



**Dauer** 25 Minuten



**Gruppe** beliebig



**Material** Arbeitsblatt „6 Straßensperren der Kommunikation“ Download unter:  
<https://www.invia-deutschland.de/fachliches/projekte/demokratie-einfach-machen-deim/deim>

## Anleitung

Die Leitung stellt den Teilnehmenden die „Straßensperren der Kommunikation“ vor (siehe Arbeitsblatt). Sie regt die Jugendlichen dazu an, die Beispielaussagen zu verbessern, hin zu einer konstruktiveren Kommunikation. Die Jugendlichen können hierfür zunächst individuell das Arbeitsblatt bearbeiten. Im Anschluss werden die Verbesserungsvorschläge mit der Gruppe diskutiert.

## Reflexion

- Wann benutze ich/ benutzen andere bewusst diese Methode der Straßensperren?
- Kann ich ganz bewusst auf meine Sprache achten?

» Die Methode stammt aus der Methodensammlung im Rahmen von KultiVIA- vielfältig integrieren von IN VIA Köln e.V.



# Ärger mitteilen, ohne zu verletzen



**Lernziele** · Ansätze der gewaltfreien Kommunikation erlernen und in Beispielsituationen erproben  
· Ärger einen konstruktiven Rahmen geben



**Dauer** 45 Minuten



**Alter** ab 12 Jahren



**Material** Stühle

- Handout „Gewaltfreie Kommunikation“
- vorbereitete Zettel vom Arbeitsblatt „Ärger mitteilen, ohne zu verletzen“ Download unter:  
<https://www.invia-deutschland.de/fachliches/projekte/demokratie-einfach-machen-deim/deim>

## Anleitung

Die Leitung erläutert das Konzept der gewaltfreien Kommunikation und erklärt, warum es wichtig ist, achtsam miteinander zu kommunizieren. Sie erläutert die vier Schritte gewaltfreier Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg. Dazu kann sie das Handout „Gewaltfreie Kommunikation“ auf der folgenden Seite austeilen. Die Teilnehmenden können Nachfragen stellen.

Das Handout gibt es auch in einer Version mit Leichter Sprache als Download unter:

<https://www.invia-deutschland.de/fachliches/projekte/demokratie-einfach-machen-deim/deim>

Anschließend ziehen die Teilnehmenden Zettel, auf denen Ärgernisse stehen (siehe Arbeitsblatt mit Ärgernissen). Alternativ können auch gemeinsam Situationen gesammelt werden, in denen die Teilnehmenden selbst verärgert waren.

Die Teilnehmenden spielen dann eine Situation gemeinsam vor. Danach reflektieren diejenigen Teilnehmenden, gegenüber denen der Ärger ausgedrückt wurde, wie sie die Mitteilung empfunden haben. Hinweis: Die Jugendlichen verstehen gut, wenn man sie fragt, ob die Ärgermittteilung wie ein “Schlag“ war oder sie diese gut annehmen konnten.

## Auswertung

Was war leicht? Was bereitet mir dabei noch Schwierigkeiten?

» Die Methode stammt aus der Methodensammlung im Rahmen von KultiVIA- vielfältig integrieren von IN VIA Köln e.V.

# Gewaltfreie Kommunikation

## Was hat denn Kommunikation mit Gewalt zu tun?

Man kann andere Menschen nicht nur mit Schlägen, sondern auch mit seinen Worten verletzen, zum Beispiel wenn man sie beleidigt, sich über sie lustig macht oder ihnen Vorwürfe macht. Besonders wenn man sich über jemanden ärgert, passiert es leicht, dass man mit der Person auf eine aggressive und verletzende Art spricht. Daraus kann Streit entstehen, weil der oder die andere sich angegriffen fühlt und sich verteidigen möchte. Kennt ihr solche Situationen?

Ein amerikanischer Psychologe hat sich überlegt, wie man so mit anderen sprechen kann, dass sie verstehen, warum man verärgert ist, aber durch das Gesagte nicht so leicht verletzt werden.

Hier ist ein Beispiel: Jemand tritt dir auf den Fuß. Du sagst: „Hey, du Blödmann! Kannst du nicht aufpassen, wo du hintrittst?“ Jetzt hast Du zwar deinem Ärger Luft gemacht, aber Du hast die andere Person beleidigt und sie wird wahrscheinlich mit Ärger auf deine Aussage reagieren. Schon ist ein Streit entstanden.

Marshall B. Rosenberg schlägt vor, dass Du stattdessen so vorgehst:

### 1. Was ist geschehen? Beobachtung oder Beschreibung

z. B. „Du hast mir auf den Fuß getreten und bist einfach weitergegangen ohne Entschuldigung!“

### 2. Wie fühle ich mich?

z. B. „Das hat mir weh getan und ich fühle mich nicht gut.“

### 3. Warum fühle ich mich so? Welches Bedürfnis steckt hinter meinem Gefühl?

z. B. „weil du mich nicht beachtet hast!“

### 4. Ich formuliere eine Bitte an dich

z. B. „Ich möchte, dass du besser aufpasst und Dich entschuldigst!“

Er schlägt also vor, dass Du sogenannte „Ich-Botschaften“ verwendest. Das heißt, Du sprichst darüber, was das Verhalten des Anderen in dir auslöst und was Du dir von der Person in Zukunft wünschst. Dabei versuchst Du den Anderen nicht zu bewerten oder zu beschuldigen.

### So formulierst Du deine Ich-Botschaft

*Du hast ... gemacht.*

*Ich fühle mich ... weil ...*

*Ich wünsche mir von dir, dass du ...*

# Cybermobbing - Let's fight it together



**Lernziele**

- die Folgen von Cybermobbing nachvollziehen können
- emphatisch die Perspektive anderer Personen einnehmen
- sich über gemeinsame Regeln verständigen



**Dauer** 60 Minuten



**Alter** ab 12 Jahren



**Gruppe** ab 8 Personen



**Material** Abspielmöglichkeit und Video "Let's Fight It Together"  
<https://youtu.be/hYrDbGzZVUQ>

## Anleitung

Bei dieser Methode wird gemeinsam der Film „Let'sfightittogether“ angeschaut, der einen Fall von Cybermobbing darstellt. Bevor der Film gestartet wird, werden die Teilnehmenden in vier Gruppen eingeteilt. Pro Gruppe sollten es mindestens zwei Teilnehmende sein. Jede Gruppe soll den Film aus der Perspektive einer der beteiligten Personen ansehen.

1. Joe (Opfer des Mobblings)
2. Kim (die Täterin)
3. Die Mitschüler\*innen
4. Die Mutter von Joe

Die Teilnehmenden sollen beobachten, wie sich ihre Figur verhält und überlegen, warum sie sich so verhält. Nach Ende des Films haben die Gruppen Zeit, auf einem Blatt/Flipchart Antworten auf folgende Fragen zu sammeln:

Wie verhält sich eure Figur?  
Warum verhält sie sich so?

Anschließend stellen die Gruppen ihre Ergebnisse vor und besprechen, ob sie die Einschätzungen der anderen teilen, wobei sie auf eigene Erfahrungen mit dem Thema eingehen können, um zu begründen, wie sie das Verhalten der Protagonist\*innen einschätzen. Nach der Besprechung fragt die Leitung die Teilnehmenden, wie sie sich verhalten würden, wenn sie sich an der Stelle ihrer Protagonist\*innen befänden.

Auf Basis des Gesagten wird gemeinsam überlegt, welche Tipps oder Verhaltensregeln hilfreich sein können, um Cybermobbing zu vermeiden und dagegen vorzugehen, wenn man selbst davon betroffen ist oder beobachtet, dass jemand gemobbt wird. Die Leitung hält diese für alle sichtbar an einem Flipchart fest. Die Regeln können dann dauerhaft im Raum aufgehängt werden. Für Schulklassen kann daraus auch eine Klassenvereinbarung formuliert werden.

Eine Vorlage dafür, wie eine solche Vereinbarung aussehen kann, ist unter: <https://ajs.nrw/wp-content/uploads/2021/05/Filmbesprechung.pdf> abrufbar, woher auch die Methode stammt.

Hilfreiche Informationen und Tipps für Pädagog\*innen und Jugendliche zum Umgang mit Cybermobbing sind auf der Webseite des Projekts Klicksafe unter: <https://www.klicksafe.de/themen/kommunizieren/cyber-mobbing/tipps-fuer-paedagogen-und-jugendliche/> zu finden.

Eine Sammlung weiterer Videos zum Thema Cybermobbing findet sich auf dem YouTube-Kanal der AJS NRW unter: [www.youtube.de/ajsnrw](https://www.youtube.de/ajsnrw) → Playlist Cyber-Mobbing

Weitere Methodenvorschläge zum Thema Cybermobbing finden sich im Handbuch „Was tun bei Cybermobbing“ im Kapitel Praxisprojekte unter: [https://www.klicksafe.de/fileadmin/media/documents/pdf/klicksafe\\_Materialien/Lehrer\\_Allgemein/Was\\_tun\\_bei\\_Cybermobbing.pdf](https://www.klicksafe.de/fileadmin/media/documents/pdf/klicksafe_Materialien/Lehrer_Allgemein/Was_tun_bei_Cybermobbing.pdf)

» Die Methode wurde von der Arbeitsgemeinschaft Kinder- und Jugendschutz Nordrhein-Westfalen (AJS NRW) ausführlich beschrieben: <https://ajs.nrw/medien/medienkompetenzrahmenrw/methoden/filmbesprechung-lets-fight-it-together/> stammt jedoch ursprünglich aus dem Projekt Klicksafe

## Weiterführende Materialien und Verweise

### 66 Aktivitätskarten gegen Mobbing in der Schule und in Gruppen vom Beltz Verlag

Die Karten unterstützen Lehrkräfte dabei, Wissen über Mobbing zu vermitteln und sich gemeinsam mit konkretem Mobbing im jeweiligen Umfeld auseinanderzusetzen. Darüber hinaus aktivieren die Karten dazu, bei Mobbingvorfällen einzugreifen und Veränderungen anzugehen.

<https://www.beltz.de/fachmedien/paedagogik/produkte/details/45370-66-aktivitaetskarten-gegen-mobbing-in-der-schule-und-in-gruppen.html>

### Praxisbericht: Projekt #Young Digitals Dortmund bei IN VIA Dortmund

Im Gespräch mit den Jugendlichen stellte sich heraus, dass alle bereits Erfahrungen mit Cybermobbing gemacht haben. Hier ist es wichtig, mit den Jugendlichen Strategien zum Umgang zu entwickeln, aber auch zu reflektieren, wie sie selbst über digitale Medien kommunizieren.

Beim Versand von Nachrichten über Messengerdienste erwarten die Jugendlichen oft schon nach 10-20 Minuten eine Antwort. Wenn diese nicht im erwarteten Zeitraum kommt, werden sie unruhig, fragen sich, ob die Person nicht mehr mit ihnen befreundet sein möchte und reagieren teilweise mit einer verärgerten Nachricht, woraus unschöne Nachrichtenverläufe entstehen können.

Hier ist es wichtig, mit den Jugendlichen zu reflektieren, wie sie Signale der anderen wahrnehmen und interpretieren und ob es andere Interpretationsmöglichkeiten gibt. Außerdem gilt es, ihnen Strategien an die Hand zu geben, mithilfe derer sie ihre Gefühle bzw. ihren Ärger angemessen und nicht verletzend kommunizieren können. Auch das Besprechen sinnvoller Regeln für Interaktionen im digitalen Raum ist sinnvoll.

Bei dem Gespräch über Social Media und Kommunikation über Messengerdienste haben sich plötzlich auch Jugendliche zu Wort gemeldet, die sonst eher still sind und sich kaum an Diskussionen beteiligen. Das zeigt wiederum, wie wichtig es ist, Themen zu behandeln, die lebensweltnah sind.



## Dank

Ein besonderer Dank gilt allen Personen, die mit ihrer fachlichen Expertise, ihren Einschätzungen, dem Ausprobieren von Methoden, der Bereitstellung von Materialien oder der Vermittlung von Kontakten zu dieser Methodensammlung beigetragen haben.

## Impressum

### Herausgeber:

IN VIA Katholischer Verband für Mädchen und Frauensozialarbeit Deutschland e.V.

Karlstr. 40

79104 Freiburg

Tel. 0761 200-231

Fax 0761 200-638

E-Mail: [invia@caritas.de](mailto:invia@caritas.de)

[www.invia-deutschland.de](http://www.invia-deutschland.de)

Mitglied des internationalen Verbandes ACISJF-IN VIA

Fachverband im Deutschen Caritasverband

Redaktion: Theresa Schmidt (Projektleiterin, IN VIA Deutschland), Birgit Urbanus (Kooperationspartnerin, IN VIA Köln)  
unter Mitarbeit von Elise Bohlen, Mareike Krebs, Julia Schad-Heim (IN VIA Deutschland)

Layout & Illustrationen: Marcus Mazzoni

Erscheinungsdatum: Dezember 2021



**Gemeinsam  
Wege finden**

Gefördert durch die  
**Aktion  
MENSCH**



IN VIA Katholischer Verband für Mädchen-  
und Frauensozialarbeit Deutschland e.V.

**Spendenkonto:**

IN VIA Förderverein e.V.

Liga-Bank e. G.

IBAN: DE98 7509 0300 0007 1071 02

BIC: GENODEF1M05

Mitglied des internationalen Verbandes  
ACISJF-IN VIA

Fachverband im Deutschen Caritasverband

