

## BEGLEITMATERIAL



**DAS ARGUTRAINING**

**#WIEDER\_SPRECHEN FÜR DEMOKRATIE**

Eine Publikation von



## IMPRESSUM

**Gegen Vergessen – Für Demokratie e.V.**

Stauffenbergstraße 13–14, 10785 Berlin

Tel +49 (0)30 2639 78-3

info@gegen-vergessen.de

www.argutraining.de

**Redaktion** Larissa Bothe, Marlene Jatsch, Martin Ziegenhagen, Kausar El-Hussein

**Gesamtgestaltung** Anna-Maria Roch, Berlin

**Lektorat** Ines Eifler, Görlitz

Berlin 2019

# INHALTSVERZEICHNIS

Einleitung .....	4
------------------	---

## THEORIE

Der Trainingsansatz von Gegen Vergessen – Für Demokratie e.V. ....	6
Peer Education als pädagogischer Ansatz im PEERPROJEKT .....	8
Stärkung der demokratischen Handlungskompetenz durch das ARGUTRAINING .....	10

## PRAXIS

DAS ARGUTRAINING – Kurzbeschreibung .....	13
DAS ARGUTRAINING – Checklisten zur Vor- und Nachbereitung des Trainings .....	13
DAS PEERPROJEKT – Kurzbeschreibung .....	16
DAS PEERPROJEKT – Checklisten zur Vor- und Nachbereitung des Projekts .....	16

## METHODEN



### METHODEN ZUR VORBEREITUNG

Vielfältige Identität: Post-it-Spiel – Wer bist du? .....	22
Wertevorstellungen: Meine – Deine – Werte .....	24
Werte in einer demokratischen Gesellschaft: Meine Werte – Unsere Werte .....	27



### METHODEN ZUR NACHBEREITUNG

Üben der Kommunikations- und Handlungsstrategien: Nur eine Minute Zeit .....	31
Vertiefung der Kommunikations- und Handlungsstrategien: Die 6 Farben – erweitert .....	34
Vertiefung von verschiedenen Diskriminierungsformen: Die Comic-Themen .....	40

## EINLEITUNG

Wir leben in einer vielfältigen demokratischen Gesellschaft, mit unterschiedlichen Meinungen und Positionen. Dieses Zusammenleben stellt uns immer wieder vor Herausforderungen. Eine dieser Herausforderungen ist, wie wir mit ausgrenzenden und abwertenden Aussagen umgehen können. Oft fehlt es uns an Kompetenzen und Möglichkeiten, mit solchen Aussagen umzugehen.

Im **ARGUTRAINING #WIE DER\_SPRECHEN FÜR DEMOKRATIE** werden Kommunikationsstrategien und Handlungsstrategien vermittelt, die handlungsfähig machen.

Das Projekt stützt sich im Wesentlichen auf zwei Säulen: das **ARGUTRAINING** und das **PEERPROJEKT**. Das **ARGUTRAINING** ist ein eintägiger Workshop für Jugendliche ab 14 Jahren, der dazu ermutigt, sich für ein demokratisches Miteinander einzusetzen und Wege kennenzulernen, wie im Alltag auf abwertende Äußerungen reagiert werden kann.

Im **PEERPROJEKT** werden Jugendliche zu Peercoaches ausgebildet. Die Jugendlichen lernen im Rahmen einer zweitägigen Ausbildung das Trainingskonzept kennen und bekommen das Handwerkszeug vermittelt, um mit Gleichaltrigen eigene, sogenannte Peertrainings durchführen zu können.

Ziel dieser Begleitbroschüre ist es, die Umsetzung des Projektes an Schulen und außerschulischen Lernorten zu unterstützen. Sie richtet sich an pädagogische Fachkräfte, Lehrkräfte sowie Schulleitungen und Verantwortliche, die das **ARGUTRAINING** an ihre Institution holen möchten.

In dieser Begleitbroschüre werden im Theorieteil der Ansatz des Trainings, die Umsetzung von Peer Education durch das Peerprojekt und die Förderung einer demokratischen Handlungskompetenz durch das **ARGUTRAINING** vorgestellt. Der Praxisteil der Begleitbroschüre beinhaltet Tipps zur Umsetzung der Trainings und Projekte vor Ort. Die verschiedenen Trainingsformate und Voraussetzungen für die Umsetzung werden ausführlich beschrieben. Wir haben für alle Projektbausteine Checklisten erstellt, die bei der Umsetzung eine Orientierung und Hilfestellung ermöglichen sollen. Abschließend haben wir einige Methoden für die Vor- und Nachbereitung der Trainings zusammengestellt. Diese sollen zur Nachhaltigkeit der Angebote beitragen.

### INTERESSE?

Sie haben Interesse, das Training oder das Peerprojekt an Ihre Schule oder Institution zu holen? Dann nehmen Sie Kontakt mit uns auf: [www.argutrainning.de](http://www.argutrainning.de).



**THEORIE**

## DER TRAININGSANSATZ VON GEGEN VERGESSEN – FÜR DEMOKRATIE E.V.

Gegen Vergessen – Für Demokratie e.V. führt seit 2014 Argumentationstrainings in ganz Deutschland durch. Zielgruppen sind im Wesentlichen Jugendliche, aber auch pädagogische Fachkräfte. Angelehnt an ein erlebnisorientiertes Lernen möchte das **ARGUTRAINING** Kommunikationsstrategien und Handlungsmöglichkeiten zur Verfügung stellen, die dazu verhelfen, auf abwertende und ausgrenzende Aussagen reagieren zu können sowie eine demokratische Kommunikationskultur zu fördern.

Wir leben in einer Gesellschaft, die auf den Grundwerten der Demokratie – der freiheitlich demokratischen Grundordnung – aufbaut. Der erste Artikel des Grundgesetzes, „Die Würde des Menschen ist unantastbar..“, bildet die Basis. Dieser Grundgesetzartikel beinhaltet auch eine Verpflichtung der Gesellschaft, vielen verschiedenen Perspektiven, geprägt von Sozialisation, Herkunft, Sprache, Religion oder auch Weltanschauung, ein Neben- und Miteinander zu ermöglichen. Dies birgt eine große Herausforderung, denn „die verschiedenen Lebensweisen und Weltanschauungen stehen nicht einfach nebeneinander, sondern geraten regelmäßig in Konflikte“<sup>1</sup>.

Für ein demokratisches Miteinander braucht es Menschen mit Konfliktkompetenz, die es ermöglicht, mit verschiedenen Wertvorstellungen und dadurch entstehenden Konflikten umzugehen, andere Meinungen und Positionen auszuhalten und dennoch die eigene Position kommunizieren zu können.

Gerade bei abwertenden oder diskriminierenden Aussagen fällt die Vorstellung schwer, die andere Position auszuhalten zu müssen. In der Regel liegt solchen Aussagen eine Haltung von gruppenbezogener Menschenfeindlichkeit<sup>2</sup> zugrunde. Durch diese Haltung und Abwertung wird das Recht auf die Wahrung der Würde verletzt oder mindestens infrage gestellt. Daraus ergeben sich folgende Fragen: Welche Aussagen sind diskriminierend? In welchen Situationen wird das Recht auf die Unversehrtheit der eigenen Würde nicht gewahrt? Um entsprechende Aussagen als abwertend und ausgrenzend bewerten zu können, bedarf es Sensibilisierungs- und Reflexionskompetenzen. Und vor allem braucht es die „richtige“ Technik, um sich klar dagegen positionieren zu können.

Ausgehend von einem akzeptierenden Ansatz wird im Rahmen des Trainings eine Auseinandersetzung auf Augenhöhe angestrebt. Es geht somit nicht darum, andere „mundtot“ zu machen, sondern die eigene Position deutlich zu vertreten und gleichzeitig den Dialog zu ermöglichen. Lernziel der Trainings ist die Vermittlung einer akzeptierenden, wertschätzenden und empathischen Kommunikation. Einher geht dies mit einem Grundverständnis vom lebenslangen Lernen und dem Glauben, dass sich jeder Mensch verändern kann. Somit wird ein positives Menschenbild vermittelt.

Um eine diesen Grundsätzen entsprechende Haltung zu vermitteln, baut das Trainingskonzept auf folgenden Ansätzen auf:

---

1 Westphal, Manon: Kritik- und Konfliktkompetenz. Eine demokratietheoretische Perspektive auf das Kontroversitätsgebot, in: Bundeszentrale für politische Bildung (Hg.): Aus Politik und Zeitgeschichte – Politische Bildung, 68. Jahrgang, 13–14/2018, Bonn 2018, S. 12.

2 Vgl. Küpper, Beate; Zick, Andreas: Gruppenbezogene Menschenfeindlichkeit, in: Bundeszentrale für politische Bildung: Dossier Rechtsextremismus, 20.10.2015, [online] <https://www.bpb.de/politik/extremismus/rechtsextremismus/214192/gruppenbezogene-menschenfeindlichkeit> [20.12.2019].

## **Gewaltfreie Kommunikation**

Der Ansatz der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg<sup>3</sup> beinhaltet einen kooperativen und friedlichen Weg der Konfliktlösung. Rosenberg geht davon aus, dass die Gesellschaft, in der wir leben, in der Regel von einer konfrontativen Gesprächskultur geprägt ist. In dieser neigen wir dazu, bei Urteilen und Kritik mit Angriff, Verteidigung oder Rückzug zu reagieren.<sup>4</sup> Rosenberg stellt dieser sogenannten Dominanzkultur seine Idealvorstellung einer partnerschaftlichen, man könnte auch sagen: demokratischen, wertschätzenden und verbindenden Kommunikation gegenüber. Dieser Vorstellung zufolge liegen dem Tun und Handeln jedes Menschen existenzielle Bedürfnisse und Wünsche zugrunde, die er sich mit seinem jeweiligen Verhalten zu erfüllen versucht. So absurd dieses Verhalten – in unserem Fall Menschen- und demokratiefeindliche Äußerungen – auch aus unserer Perspektive erscheinen mag, für die andere Seite ist das Verhalten stimmig. Für eine konstruktive Kommunikation sollte daher berücksichtigt werden, dass das Gegenüber im Grunde trotz der abwertenden Äußerung nur versucht, die eigenen Bedürfnisse zu erfüllen. Letztlich gilt für diejenigen, die diesen Ansichten und Äußerungen entgegentreten wollen, die gleiche Ausgangslage. Denn auch bei ihnen sind existenzielle Bedürfnisse und Wünsche handlungsleitend. Die abwertenden und ausgrenzenden Aussagen verletzen wichtige Werte und damit Bedürfnisse, die mit dem eigenen Werteverständnis eng verknüpft sind. Letztlich wird erst mit der Anerkennung dieser gleichen Ausgangslage die Voraussetzung für Kommunikation auf Augenhöhe geschaffen.

Ein akzeptierender und wertschätzender Ansatz ist Voraussetzung für die Entwicklung einer Bereitschaft, die sich mit der persönlichen Ebene des Gegenübers auseinandersetzt. Lernziel des Trainings ist daher, einen Perspektivwechsel vornehmen zu können und sich in das Gegenüber hineinzuversetzen.

Erweitert wird dieses Lernziel um die Bewusstwerdung der eigenen persönlichen Ebene. Deren Aspekte (Gefühle, Bedürfnisse und Wünsche) haben Einfluss auf das eigene Ziel. Ausgehend von einer Reflexion können Strategien zielgenauer angewendet werden. Die Beweggründe dafür, auf abwertende und ausgrenzende Situationen reagieren zu wollen, sind daher sehr verschieden. Dahinter können zum Beispiel Wertekonflikte stehen, aber auch Selbstschutz oder Solidarität mit Betroffenen.

## **Kommunikationsstrategien**

Die Kommunikationsstrategien, die im Training vermittelt werden, bauen auf dem Kommunikationsansatz des „Vier-Ohren-Modells“ von Friedemann Schulz von Thun<sup>5</sup> auf. Es verdeutlicht, dass es unterschiedliche Ebenen gibt, auf denen wir kommunizieren und Botschaften vermitteln.

Im Training wird der Ansatz von Schulz von Thun mit dem der Gewaltfreien Kommunikation verzahnt. Veranschaulicht wird dies anhand eines Eisbergmodells. So wird deutlich, dass Kommunikation immer

---

<sup>3</sup> Rosenberg, Marshall B.; Gandhi, Arun; F. Birkenbihl, Vera; Holler, Ingrid: Gewaltfreie Kommunikation. Eine Sprache des Lebens. Gestalten Sie Ihr Leben, Ihre Beziehungen und Ihre Welt in Übereinstimmung mit Ihren Werten. Überarbeitete und erweiterte Neuauflage, Paderborn ©2005.

<sup>4</sup> Vgl. ebd. S. 23.

<sup>5</sup> Vgl. Schulz von Thun Institut für Kommunikation: Das Kommunikationsquadrat, [online] <https://www.schulz-von-thun.de/die-modelle/das-kommunikationsquadrat> [20.12.2019].

auf einer bewussten und einer unbewussten Ebene stattfindet. Eine abwertende oder ausgrenzende Äußerung hat eine Sachbotschaft: Dies ist der Inhalt der Aussage selbst. Mit der Sachbotschaft werden jedoch auch – in der Regel unbewusst – Bedürfnisse und Wertevorstellungen vermittelt.

Ausgehend von diesem Ansatz wurden konkrete Kommunikationsstrategien entwickelt, deren Erlernen und Erproben das zentrale Lernziel des Trainings ausmachen. Die ausgewählten Strategien sollen die Teilnehmenden befähigen, die eigenen Bedürfnisse zum Ausdruck zu bringen und die des Gegenübers zu berücksichtigen. Ich-Botschaften und Aktives Zuhören sind hierfür passende Kommunikationstechniken. Beide Strategien stammen aus dem Gordon-Modell.<sup>6</sup> Im Training werden darüber hinaus weitere Strategien erlernt. Denn abhängig von der jeweiligen Situation – mit Bekannten, Freunden oder unter Fremden in der Öffentlichkeit – sind ganz unterschiedliche Strategien hilfreich. Zu den weiteren Kommunikationsstrategien zählt unter anderem, Grenzen zu setzen, Zuschauende zu aktivieren, Solidarität mit Betroffenen zu zeigen, aber auch Hilfe zu holen und sich selbst zu schützen.

## PEER EDUCATION ALS PÄDAGOGISCHER ANSATZ IM PEERPROJEKT

Eine Grundlage des **PEERPROJEKTS #WIE\_DER\_SPRECHEN\_FÜR\_DEMOKRATIE** ist die Peer Education. Dies ist ein pädagogischer Ansatz, der Lernen von und mit Menschen ermöglicht, die einen ähnlichen Erfahrungshintergrund haben und deren Lebenswelten sich überschneiden.<sup>7</sup> Der Begriff *Peer* kommt aus dem englischen Sprachraum und kann „gleich alt“ oder „gleich sein“ bedeuten.<sup>8</sup> Daher kann unter Peer Education verstanden werden, dass gleichaltrige Personen oder Personen mit einem ähnlichen Erfahrungshintergrund voneinander lernen. In der Regel beinhalten Peerprojekte eine Ausbildung oder auch Weiterqualifizierung von Peers, damit sie als Vermittelnde tätig werden können. So übernehmen sie die Rolle der Lehrenden und können ihr neuerworbenes Wissen und die eigenen Erfahrungen an Gleichaltrige weitergeben.

Im Peerprojekt von Gegen Vergessen – Für Demokratie e.V. werden die Jugendlichen ausgebildet, um selbst eigene **ARGUTRAININGS** zum Umgang mit abwertenden und ausgrenzenden Äußerungen durchzuführen. Die ausgebildeten Jugendlichen werden Peers oder Peercoaches genannt, ihre eigenen Trainings heißen Peertrainings. Insbesondere das ähnliche Alter der Peercoaches gegenüber den Teilnehmenden der Peertrainings ist in diesem Projekt ausschlaggebend.

Da Jugendliche sich oft mit den gleichen Themen beschäftigen, kann die Peer Education in außerordentlichem Maße einen Lebensweltbezug für die Zielgruppe herstellen. Die Inhalte, die Perspektiven,

---

6 Das Gordon-Modell geht auf Thomas Gordon zurück und ist im Zusammenhang mit der Lösung von Konflikten beschrieben, vgl.: Gordon, Thomas: Familienkonferenz. Die Lösung von Konflikten zwischen Eltern und Kind. München 2012.

7 Vgl. Gegen Vergessen – Für Demokratie e.V. (Hg.): lebensweltnah & partizipativ. Mit Peer Education gesellschaftliche Vielfalt und Demokratie fördern. Berlin 2019, S. 10.

8 Vgl. Nörber, Martin: Peers und Peer-Education. Vorwort, in: Martin Nörber (Hg.): Peer Education. Bildung und Erziehung von Gleichaltrigen durch Gleichaltrige. Weinheim 2003, S. 9–15, hier S. 10.

Erfahrungen und die Sprache der Lernenden werden intuitiv berücksichtigt.<sup>9</sup> Zusätzlich können die Jugendlichen auf Augenhöhe voneinander lernen.<sup>10</sup>

Durch die Ausbildung zu Peercoaches bekommen sie Verantwortung übertragen und erhalten die Möglichkeit, Selbstwirksamkeitserfahrungen zu sammeln.<sup>11</sup> Selbstwirksamkeit ist die Einsicht, auch schwierige Situationen selbst meistern zu können. Es ist für Jugendliche besonders wichtig, diese Erfahrung zu machen, um auch künftig schwierige Situationen im Leben bewältigen zu können. Gerade die Vermittlung von Selbstwirksamkeit ist in der formalen Bildung oft herausfordernd. Daher bietet das Peerprojekt eine gute Ergänzungsmöglichkeit. Peer Education ist zudem partizipativ angelegt.<sup>12</sup> Indem die Jugendlichen die Trainings selbst ausgestalten und mit anderen Gleichaltrigen durchführen, erhalten sie Mitwirkungs- und Mitgestaltungsoptionen.

In den Peertrainings werden lebensweltnahe Kommunikationsstrategien vermittelt und ausprobiert. Dies kann beispielsweise zu einem Überdenken des eigenen Verhaltens und der eigenen Einstellungen bei den teilnehmenden Jugendlichen führen.<sup>13</sup> Diese Form des Austausches über Themen wie ausgrenzende Äußerungen und Vorurteile sowie die Bereitschaft, andere am eigenen Wissen teilhaben zu lassen, ermöglichen besonders intensives und nachhaltiges Lernen. Die Erfahrungen zeigen, dass dies sowohl für die Peers als auch für die an den Peertrainings teilnehmenden Jugendlichen gilt.

Herausforderungen für Peer Education Projekte können sein, dass die Jugendlichen nicht so lange gebunden werden können. Die Projekte werden oft in einem bestimmten Zeitrahmen durchgeführt, damit eine Kompatibilität mit den schulischen Strukturen und den Zeitressourcen der Jugendlichen gegeben ist. Es kann aber auch Vorteile mit sich bringen, wenn die Peers diese Aufgabe nur eine Zeit lang übernehmen, da es sie auch selbst entlastet. Zusätzlich kann es eine Herausforderung sein, dass die betreuenden pädagogischen Kräfte keine Kontrolle über die vermittelten Inhalte durch die Peers haben. Es ist dabei zu beachten, dass die Peers nicht mit Lehrkräften zu vergleichen sind, die ein fundiertes Wissen über das Thema haben. Daher ist Voraussetzung für Peerprojekte, dass Ungenauigkeiten oder auch Unklarheiten in einem gewissen Rahmen ausgehalten werden.<sup>14</sup> Die Peers sind Jugendliche. Sie vermitteln und besprechen die Inhalte auf ihre Art und Weise und sind somit die Expertinnen und Experten für ihre Zielgruppe. Sie verfügen über einen anderen Zugang zur Zielgruppe, da sie Inhalte altersgerecht vermitteln und leichter einen Lebensweltbezug herstellen können.

Jugendliche verfügen über weniger Lösungsvarianten für den Umgang mit schwierigen Situationen oder herausfordernden Fragen als professionelle Lehrkräfte.<sup>15</sup> Daher ist es sinnvoll, dass die Peers begleitet werden. So können sie vor Ort eine Ansprechperson haben, an die sie sich bei Fragen und

---

9 Vgl. Arbeitskreis deutscher Bildungsstätten e. V. (Hg.): Auf Augenhöhe. Peer Education. Berlin 2016, S. 9.

10 Vgl. ebd.

11 Vgl. ebd.

12 Vgl. Gegen Vergessen: lebensweltnah & partizipativ, S. 19.

13 Vgl. Nörber, Martin: Peer-to-Peer. Aufklärung von Gleich zu Gleich, in: Kinder- und Jugendschutz in Wissenschaft und Praxis 55, 3/2010, S. 75–78, hier S. 75.

14 Vgl. Gegen Vergessen: lebensweltnah & partizipativ, S. 30.

15 Vgl. Schröder, Achim: Die Gleichaltrigengruppe als emotionales und kulturelles Phänomen. in: Nörber, Martin (Hg.): Peer Education. Bildung und Erziehung von Gleichaltrigen durch Gleichaltrige. Weinheim 2003, S. 94–115, hier S. 110.

Herausforderungen unmittelbar wenden können. Es sollte darauf hingewiesen werden, dass Peer Education Ansätze die Wissensvermittlung und den Kompetenzaufbau durch professionelle Pädagoginnen und Pädagogen nicht ersetzen, sondern ergänzen sollen.<sup>16</sup>

Der Ansatz der Peer Education folgt einem Verständnis von Demokratie als Lebensform. Indem die Jugendlichen sich gegenseitig als Lehrende und Lernende wahrnehmen, einander Anerkennung zollen und sich in einen Austausch auf Augenhöhe begeben, werden Toleranz, gegenseitiger Respekt, Empathiefähigkeit, Akzeptanz und das Aushalten unterschiedlicher Positionen und Meinungen gefördert. Dies sind wichtige Grundlagen für ein demokratisches Miteinander. Durch eine aktive Beteiligung der Peers werden die Möglichkeiten der Mitbestimmung gestärkt. Dies macht Demokratie im Kleinen praktisch und erfahrbar.<sup>17</sup>

Die Chancen der Peer Education liegen somit im Erfahrbarmachen von Gestaltungsräumen sowie in dem Erleben von Selbstwirksamkeit und Verantwortungsübertragung. Jugendliche können die Erfahrung machen, durch eigenes Handeln das demokratische Miteinander mitgestalten zu können. Aufgrund dieser Erfahrung werden sie dies hoffentlich auch zukünftig tun.

## STÄRKUNG DER DEMOKRATISCHEN HANDLUKOMPETENZ DURCH DAS ARGUTRAINING

Es ist der Ansatz von Gegen Vergessen – Für Demokratie e.V., demokratische Handlungskompetenz zu stärken. Indem partizipative und erfahrungsorientierte Bildungsinhalte vermittelt werden, können demokratische Aushandlungsprozesse konstruktiv und friedlich gestaltet werden. Demokratische Handlungskompetenz „schließt die kognitive Fähigkeit, die ethische Reflexion und die soziale Bereitschaft ein, an demokratischen Gesellschafts- und Lebensformen teilzuhaben und diese in Gemeinschaft mit anderen aktiv zu gestalten. Sie trägt dazu bei, die Demokratie als Regierungsform durch aufgeklärte Urteilsbildung und Entscheidungsfindung zu erhalten und weiter zu entwickeln.“<sup>18</sup>

In der praktischen Arbeit geht es darum, Bedingungen zu schaffen, die gezielt dazu beitragen, dass diese Kompetenzen erlangt und kontinuierlich weiterentwickelt werden können. Ziel ist es, an der Gestaltung einer Gesellschaft mitzuwirken, die aus eigenverantwortlich handelnden, demokratisch orientierten Menschen besteht. Indem die individuelle demokratische Handlungskompetenz gestärkt wird, leistet das **ARGUTRAINING** einen Beitrag zur Stärkung, Verteidigung und Weiterentwicklung des Gesamtsystems Demokratie. Übergeordnetes Leitziel seines demokratiepädagogischen Konzepts ist es, Unterstützungsangebote zu generieren, die Individuen und Gruppen in die Lage versetzen können,

---

16 Vgl. Schröder: Die Gleichaltrigengruppe, S. 112.

17 Vgl. Gegen Vergessen: lebensweltnah & partizipativ, S. 16.

18 Edelstein, Wolfgang; Eikel, Angelika; de Haan, Gerhard; Himmelmann, Gerhard: Demokratische Handlungskompetenz – Begründung, Konzeption und Lernarrangements, in: Gerhard de Haan; Wolfgang Edelstein; Angelika Eikel (Hg.): Qualitätsrahmen Demokratiepädagogik – Demokratische Handlungskompetenz fördern, demokratische Schulentwicklung entwickeln. Weinheim 2007, S. 6–24.

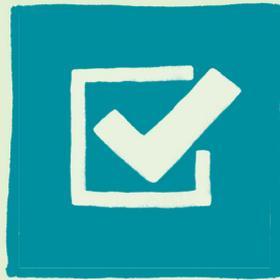
mitzuwirken und mitzugestalten. Es geht darum, einerseits Demokratiegrundbildung zu betreiben und andererseits Möglichkeiten für den Erwerb oder die Weiterentwicklung demokratischer Handlungskompetenz zu schaffen und entsprechende Räume zu deren Erprobung und Festigung zu erschließen.

Will man Einzelne für die Demokratie begeistern, ist es also nicht nur zwingend erforderlich, ihm die Anwesenheit von Demokratie in seiner alltäglichen Lebenswelt und deren Bedeutung für sein positives Lebensgefühl zu verdeutlichen, sondern es ist vor allem sicherzustellen, dass dies auch tatsächlich so wahrgenommen werden kann.

Demokratie als Lebensform sollte so früh wie möglich kennengelernt und als aktive Erfahrung so kontinuierlich und intensiv wie möglich in Familie, Schule und Gemeinschaft verankert und gelebt werden, damit sie als konstitutiv für den Aufbau von Strukturen und Institutionen erkennbar wird. Dies ermöglicht, dass eine demokratische Staatsform als institutionelle Entsprechung des Lebensstils ihrer Bürger\*innen verstanden und anerkannt werden kann. Durch die Beteiligung an Peerprojekten sowie die Übernahme von Verantwortung als Lehrende können die Jugendlichen Mitwirkung und Mitgestaltung erleben.

Grundsätzlicher Bestandteil des gesellschaftlichen Miteinanders in der Demokratie ist, dass Menschen unterschiedlicher Meinung sind. Deshalb geht es darum, nach einem verträglichen Ausgleich der Interessen zu suchen. Ein anderes Wort für diese intensive Auseinandersetzung ist Kommunikation. Sie gehört untrennbar zum demokratischen Meinungsbildungs- und Entscheidungsfindungsprozess. Gelingende Kommunikation endet mit einer Einigung, sie ist konstruktiv, also besonnen-kooperativ und nicht autoritär-gewalttätig. Die eigenen Meinungen der Jugendlichen werden im **ARGUTRAINING** gehört und Aushandlungsprozesse sichtbar gemacht.

Gegen Vergessen – Für Demokratie e.V. geht davon aus, dass Menschen Kommunikationskompetenz als entscheidende soziale Fähigkeit benötigen, um am demokratischen Prozess teilhaben zu können. Ihre Stärkung ist deshalb ein zentraler Aspekt des **ARGUTRAININGS**. Das **ARGUTRAINING** stellt auf diese Weise einen praxisorientierten Reflexions- und Erfahrungsraum zur Verfügung, der die demokratische Handlungskompetenz nachhaltig stärkt.



## PRAXIS

Im Folgenden finden Sie Kurzbeschreibungen zu den beiden Säulen des Projektes. Diese sollen Ihnen eine Orientierung bieten und Ihnen helfen zu entscheiden, welches Format für Ihre Schule oder Einrichtung am stimmigsten ist. Es besteht die Möglichkeit nur das **ARGUTRAINING** durchzuführen oder auch gleich das **PEERPROJEKT** zu wählen. Denkbar ist auch in einem ersten Schritt das **ARGUTRAINING** durchzuführen und unsere Arbeit kennen zu lernen, um dann in einem zweiten Schritt das **PEERPROJEKT** zu ermöglichen.

Für beide Formate sind Fragen und Dinge im Vorfeld, bei der Durchführung aber auch im Nachhinein wichtig, zu bedenken. Daher haben wir Ihnen jeweils Checklisten erstellt, die Ihnen als Leitfaden dienen können.

## DAS ARGUTRAINING – KURZBESCHREIBUNG

Das **ARGUTRAINING #WIEDER\_SPRECHEN FÜR DEMOKRATIE** richtet sich an interessierte Jugendliche zwischen 14 und 20 Jahren, die sich engagieren wollen gegen ausgrenzende und abwertende Äußerungen. An einem Training können 8 bis 15 engagierte Jugendliche teilnehmen. Der Zeitrahmen umfasst mindestens 5 Zeitstunden.

Zu Beginn findet ein Kennenlernen statt, um die Grundlage für eine vertrauensvolle Atmosphäre zu schaffen. Darauf folgt eine Sensibilisierungsphase, in der es darum geht, sich eigener Vorurteile bewusst zu werden und verbreitete gesellschaftliche Vorurteile zu reflektieren. Ziel ist es, die Mechanismen von Vorurteilen aufzuzeigen.

Anschließend findet eine Bewusstwerdung und Auseinandersetzung mit der eigenen Haltung statt. Die Jugendlichen beschäftigen sich mit den eigenen Wertevorstellungen sowie mit Gefühlen, Bedürfnissen und Wünschen – sowohl bei sich als auch beim Gegenüber. Darauf folgt das konkrete Kennenlernen und Ausprobieren von Kommunikations- und Handlungsstrategien.

Durch das Kennenlernen von Kommunikationstechniken lernen sie, diese Gefühle, Bedürfnisse und Wünsche zu nutzen, um Grenzen zu setzen, die eigene Position zu vertreten, aber auch mit dem Gegenüber ins Gespräch zu kommen.

Ziel des Trainings ist es, engagierte Jugendliche in ihrer Kommunikation gegenüber ausgrenzenden und abwertenden Äußerungen handlungsfähiger zu machen, sie bewusst Vorurteile bei sich und anderen erkennen zu lassen und für eine wertschätzende und empathische demokratische Kommunikationskultur zu sensibilisieren.

## DAS ARGUTRAINING – CHECKLISTEN ZUR VOR- UND NACHBEREITUNG DES TRAININGS

Im Vorfeld des Trainings ist es wichtig, dass alle organisatorischen Rahmenbedingungen abgeklärt und die teilnehmenden Jugendlichen gut informiert sind. Um das Training nachzubereiten, ist es ebenfalls sinnvoll, einige organisatorische Hinweise zu beachten.

## CHECKLISTE VORBEREITUNG ARGUTRAINING

- Sie haben von Gegen Vergessen – Für Demokratie e.V. eine Terminvereinbarung bekommen.
- Es haben sich mindestens 8, maximal 15 Jugendliche gefunden, die freiwillig an dem Training teilnehmen möchten. Sie müssen gegebenenfalls vom Unterricht befreit werden.
- Die teilnehmenden Jugendlichen sind über den Zeitrahmen informiert.
- Die Jugendlichen wurden über den Inhalt des Trainings informiert und haben den Infoflyer bekommen, den Gegen Vergessen – Für Demokratie e.V. anbietet.
- In dieser Begleitbroschüre sind Methodenbeschreibungen für die Vorbereitung der teilnehmenden Jugendlichen enthalten. Diese können Sie gern im Vorfeld durchführen. Es können einzelne Methoden oder alle durchgeführt werden, abhängig von Ihren zeitlichen Möglichkeiten.
- Schulleitung/Institutionsleitung und Kollegium sind über das Vorhaben informiert und wissen um den notwendigen zeitlichen Rahmen des Trainings.
- Es ist geklärt, dass in den Trainings keine pädagogischen Fachkräfte oder Lehrkräfte dabei sind.
- Die Coaches, die das Training oder die Trainings bei Ihnen durchführen werden, haben mit Ihnen Kontakt aufgenommen, die letzten Absprachen wurden getroffen. Bitte verabreden Sie mit den Coaches, wo Sie am Trainingstag anzutreffen sind.
- Mit den Coaches sind alle inhaltlichen Fragen und auch Bedarfe rund um das Training geklärt.
- Die Verpflegung der Jugendlichen und der Coaches in den Pausen des Trainings ist geklärt. Die Coaches wissen um die Pausenzeiten und Verpflegungsmöglichkeiten.
- Ein Raum und folgende Materialien stehen den Coaches zur Verfügung:
  - 1 Raum pro Gruppe (Stuhlkreis, 5 bis 6 Tische am Rand)
  - 2 Stellwände (oder Vergleichbares)
  - Flipchart mit Papier
  - Moderationsmaterial (Pinnnadeln, Magnete, Moderationskarten)
  - 1 Rolle Kreppband
  - circa 20 Flipchartstifte
  - Beamer mit Ton, eventuell Boxen
  - PC

**Bitte teilen Sie den Coaches im Vorfeld mit, wenn etwas nicht vorhanden ist und auch nicht organisiert werden kann, damit diese sich darauf einstellen können.**

## CHECKLISTE NACHBEREITUNG ARGUTRAINING

- Sie haben nach dem Training etwas Zeit für ein kleines Auswertungsgespräch mit den Coaches eingeplant. So können auch Sie erfahren, wie das Training gelaufen ist.
- Die Jugendlichen, die am Training teilgenommen haben, bekommen eine Teilnahmebestätigung. Diese bekommen Sie von Gegen Vergessen – Für Demokratie e.V. per Post zugeschickt. Bitte leiten Sie diese an die Jugendlichen weiter und teilen uns notwendige Änderungen mit.
- Bitte geben Sie Gegen Vergessen – Für Demokratie e.V. eine Rückmeldung, wie aus Ihrer Sicht das Training verlaufen ist. Für Kritik und Anregungen sind wir dankbar.
- Gerne können Sie zur Nachbereitung des Trainings die in dieser Begleitbroschüre vorgestellten Methoden zur Vertiefung der erlernten Kommunikations- und Handlungsstrategien mit der Gruppe durchführen. Es ist möglich, einzelne Methoden oder alle anzuwenden.

## DAS PEERPROJEKT – KURZBESCHREIBUNG

Das **PEERPROJEKT #WIE DER SPRECHEN FÜR DEMOKRATIE** ist ein Gesamtprojekt, das sowohl die pädagogischen Fachkräfte als auch die Jugendlichen in ihrem Engagement für eine demokratische Kommunikationskultur stärken möchte.

Am Anfang des Peerprojekts können die pädagogischen Fachkräfte an einem Training teilnehmen. Es werden Kommunikationsstrategien im Umgang mit abwertenden und ausgrenzenden Äußerungen im Berufsalltag erlernt. Je nach Zeitumfang können eigene Beispiele ausgrenzender und abwertender Äußerungen aus dem Berufsalltag besprochen werden. Zusätzlich bekommen die Teilnehmenden einen Einblick in die Trainingsinhalte und können dadurch die zukünftigen Peercoaches besser bei deren Trainings betreuen.

Im Kern des Projektes steht die Peercoachausbildung. Diese richtet sich an interessierte Jugendliche ab 15 Jahren. Die Freiwilligkeit ist eine wichtige Voraussetzung für dieses Angebot. In der zweitägigen Peercoachausbildung werden die Jugendlichen vorbereitet, das **ARGUTRAINING** mit anderen Jugendlichen durchzuführen. Im Rahmen der Ausbildung durchlaufen sie zuerst ein vierstündiges **ARGUTRAINING**, um dieses kennenzulernen. Anschließend reflektieren sie, was es bedeutet, Peercoach zu sein. Sie vertiefen noch einmal die erlernten Kommunikations- und Handlungsstrategien und bekommen Handwerkszeug zur Arbeit mit Gruppen vermittelt. Anschließend erarbeiten sie zu zweit ihr eigenes Training, das Peertraining. Dies dauert etwa 4 Zeitstunden und sie führen es zu zweit durch.

Am Ende des Peerprojektes findet der Auswertungsworkshop statt. Dieser wird von Gegen Vergessen – Für Demokratie e.V. durchgeführt. Er hat zum Ziel, dass die Peercoaches in einen Austausch über ihre Erfahrungen und Herausforderungen der selbst durchgeführten Trainings kommen. Sie reflektieren, welche Erfahrungen sie durch das gesamte Projekt sammeln konnten. Zuletzt werden ihnen Möglichkeiten für ein weiteres Engagement für Demokratie aufgezeigt.

## DAS PEERPROJEKT – CHECKLISTEN ZUR VOR- UND NACHBEREITUNG DES PROJEKTS

Die erfolgreiche Umsetzung des Peerprojektes ist unter anderem von den Rahmenbedingungen für die Jugendlichen und der Betreuung und Begleitung der Peercoaches abhängig. Deshalb haben wir Ihnen drei Checklisten erstellt. Die erste Checkliste soll Ihnen eine Hilfe sein, um die Ausbildung der Peercoaches vorzubereiten. Die zweite bietet Ihnen für die Begleitung der Jugendlichen bei deren eigenen Peertrainings eine Orientierung. Eine dritte Checkliste ist für die Vorbereitung des Auswertungswshops nach den Peertrainings gedacht.

## CHECKLISTE VORBEREITUNG PEERCOACHAUSBILDUNG

- Sie haben von Gegen Vergessen – Für Demokratie e.V. eine Terminvereinbarung bekommen. In dieser sind die Details der Ausbildung wie Datum, zeitlicher Rahmen und Pausenzeiten besprochen.
- Es haben sich mindestens 7, maximal 15 Jugendliche gefunden, die freiwillig an der Peercoachausbildung teilnehmen möchten. Sie müssen gegebenenfalls vom Unterricht befreit werden.
- Die teilnehmenden Jugendlichen sind über den Zeitrahmen informiert.
- Die Jugendlichen wurden über den Inhalt der Ausbildung informiert und haben den Infolyer bekommen. Die Vorlagen zum Infolyer erhalten Sie bei der Geschäftsstelle von Gegen Vergessen – Für Demokratie e.V.
- In dieser Begleitbroschüre sind Methodenbeschreibungen für die Vorbereitung der teilnehmenden Jugendlichen enthalten. Diese können Sie gern im Vorfeld durchführen. Es können einzelne Methoden oder alle durchgeführt werden, abhängig von Ihren zeitlichen Möglichkeiten.
- Schulleitung/Institutionsleitung und Kollegium sind über das Vorhaben informiert und wissen um den notwendigen zeitlichen Rahmen des Trainings.
- Die durchführenden Coaches haben mit Ihnen Kontakt aufgenommen. Gemeinsam wurden der Ablauf und letzte Details besprochen. Bitte verabreden Sie mit den Coaches, wo Sie am Trainingstag anzutreffen sind.
- Die Verpflegung der Jugendlichen und der Coaches in den Pausen des Trainings ist geklärt.
- Für die Durchführung der Peercoachausbildung und der Peertrainings bekommen Sie von Gegen Vergessen – Für Demokratie e.V. per Post Materialien zugeschickt. Diese enthalten unter anderem die Handbücher für die Peercoaches und Strategieflyer. Bitte stellen Sie die Materialien den Coaches für die Ausbildung bereit.
- Ein Raum und folgende Materialien stehen den Coaches zur Verfügung:
  - 1 Raum pro Gruppe (Stuhlkreis, 5 bis 6 Tische am Rand)
  - 2 Stellwände (oder Vergleichbares)
  - Flipchart mit Papier oder Tafel
  - Moderationsmaterial (Pinnnadeln, Magnete, Moderationskarten)
  - 1 Rolle Kreppband
  - circa 20 Flipchartstifte
  - Beamer mit Ton, eventuell Boxen
  - PC
  - Handbücher und Strategieflyer\*

**Bitte teilen Sie den Coaches im Vorfeld mit, wenn etwas nicht vorhanden ist und auch nicht organisiert werden kann, damit diese sich darauf einstellen können.**

---

\* Materialien werden vorab in ausreichender Anzahl durch Gegen Vergessen – Für Demokratie e.V. zur Verfügung gestellt. Bitte geben Sie uns Bescheid, wenn das Material nicht angekommen ist oder fehlt.

## CHECKLISTE NACHBEREITUNG PEERCOACHAUSBILDUNG

- Im Rahmen der Ausbildung bilden die Peercoaches Teams für die Durchführung der eigenen Trainings. Klären Sie mit den Coaches, wann Sie dazukommen können, um gemeinsam organisatorische Fragen mit den Peercoaches zu besprechen. Dies kann am Ende der Ausbildung sein. Wenn die Termine für die Peertrainings feststehen, können diese schon verteilt werden.
- Sollten Sie Pressearbeit über das Projekt vorhaben, ist es wichtig, dies mit Gegen Vergessen – Für Demokratie e.V. im Vorfeld abzusprechen und die durchführenden Coaches zu informieren. Es sollte darauf geachtet werden, dass die Ausbildung nicht durch externe Foto- oder Filmaufnahmen gestört wird.
- Bitte geben Sie Gegen Vergessen – Für Demokratie e.V. eine Rückmeldung, wie aus Ihrer Sicht das Projekt verlaufen ist. Für Kritik und Anregungen sind wir dankbar.
- Gerne können Sie zur Nachbereitung des Trainings die in dieser Begleitbroschüre vorgestellten Methoden zur Vertiefung der erlernten Kommunikations- und Handlungsstrategien mit der Gruppe durchführen. Es ist möglich, einzelne Methoden oder alle anzuwenden.

## CHECKLISTE NACHBEREITUNG PEERTRAININGS

- Auf der Website und im Handbuch für die Peercoaches finden Sie Vorlagen für die Peertrainings. Um im internen Bereich auf die Vorlagen zugreifen zu können, müssen Sie sich dort ein Log-in anlegen. Klären Sie mit den Peercoaches, was diese selbst vorbereiten müssen und was durch Sie vorbereitet wird.
- Informieren Sie die Peercoaches, wo sie ihre Materialien und Kopien finden beziehungsweise wie sie diese erstellen, kopieren oder drucken können.
- Die Jugendlichen, die am Peertraining teilnehmen, sind darüber informiert, was auf sie zukommt. Sie haben die Information erhalten, dass andere Jugendliche die Trainings durchführen werden.
- Für die Vorbereitung der teilnehmenden Jugendlichen auf die Peertrainings können die Methoden aus dieser Begleitbroschüre genutzt werden. Gerne können Sie diese mit den Teilnehmenden durchführen.
- Die Lehrkräfte und pädagogischen Fachkräfte, deren Klassen oder Gruppen an den Peertrainings teilnehmen, sind über den zeitlichen Rahmen und den Inhalt der Trainings informiert.
- Die Peercoaches haben im Vorfeld mit der zuständigen Ansprechperson geklärt, welche Aufgaben diese während der Peertrainings hat. Je nach Wunsch der Peercoaches und je nach Möglichkeit ist es denkbar, dass die Ansprechperson bei den Peertrainings nicht dabei ist. Oder sie nimmt als Unterstützung still und beobachtend an den Peertrainings teil. Oder die Ansprechperson bleibt in der Nähe, sodass die Peercoaches zu ihr kommen können, wenn es Schwierigkeiten oder Fragen gibt.
- Für jedes Peertraining stehen ein Raum und folgende Materialien zur Verfügung:
  - 1 Raum pro Gruppe (Stuhlkreis, 5 bis 6 Tische am Rand)
  - Flipchart mit Papier oder Tafel
  - 1 Rolle Kreppband
  - Farbwürfel\*
  - Farbpunkte\*
  - Ausreichende Kopien aus dem Handbuch:
    - 4 verschiedene Comic-Plakate A3
    - 4 x Handout „Ich-Botschaften“
    - 4 x Handout „Aktives Zuhören“
    - 4 x Handout „Meine Gefühle und meine Bedürfnisse“
    - 1 x Handlungsstrategien für „Die 6 Farben“
    - Kartenset „Der Weg zum Vorurteil“
  - Strategieflyer\*

---

\* Materialien werden vorab in ausreichender Anzahl durch Gegen Vergessen – Für Demokratie e.V. zur Verfügung gestellt. Bitte geben Sie uns Bescheid, wenn Material nicht angekommen ist oder fehlt.

## CHECKLISTE VORBEREITUNG AUSWERTUNGSWORKSHOP

- Mit Gegen Vergessen – Für Demokratie e.V. wurde ein Termin für einen Auswertungsworkshop für die Peercoaches vereinbart.
- Die Peercoaches werden über den Termin des Auswertungswshops rechtzeitig informiert (der Infolyer für Peercoaches kann hierfür genutzt werden). Es haben möglichst alle Peercoaches die Möglichkeit, an dem Auswertungsworkshop teilzunehmen.
- Überlegen Sie sich für den Auswertungsworkshop, wie die Schule oder Institution den Jugendlichen für ihr Engagement danken möchte.
- Besprechen Sie mit den Coaches, wann und in welchem Rahmen Sie bei dem Auswertungsworkshop dabei sein wollen und können.
- Bitte helfen Sie uns beim Sammeln lokaler Möglichkeiten, wo sich die Jugendlichen auch nach dem Projekt für ein demokratisches Miteinander einsetzen können. Stellen Sie den Peercoaches gerne unsere Flyer und Infomaterialien zur Verfügung.



## METHODEN

Aufbauend auf den Erfahrungen der vergangenen Projektjahre haben wir für die Vorbereitung und Nachbereitung der Trainings einige Methoden erarbeitet und zusammengestellt. Diese können zur Vorbereitung oder Nachbereitung der **ARGUTRAININGS** und **PEERTRAININGS** genutzt werden.

Im Vorfeld der Trainings bietet sich eine Auseinandersetzung mit den Themen *vielfältige Identität*, *Wertevorstellungen* oder *Werte in einer demokratischen Gesellschaft* an. Für die Nachbereitung finden sich Methoden zum *Üben* und *Vertiefen der erlernten Kommunikations- und Handlungsstrategien* sowie Anregungen für eine *vertiefende Auseinandersetzung mit verschiedenen Diskriminierungsformen*.



## METHODEN ZUR VORBEREITUNG

### VIelfÄLTIGE IDENTITÄT:

# POST-IT-SPIEL – WER BIST DU?<sup>1</sup>

**DAUER** 35 Minuten

**MATERIAL** 10 Post-its pro Teilnehmende (auch möglich mit 10 DIN-A7-Blättern), am besten schon vorher kleine 10er-Blöcke vorbereiten

**ZIELE** Bewusstwerdung der eigenen Rollen und Merkmale der eigenen vielfältigen Identität. Auseinandersetzung mit der Reduzierung von Personen auf eine Rolle oder ein Merkmal.

**ABLAUF** Die Jugendlichen bekommen jeweils einen Post-it-Block mit 10 Zetteln. Sie sollen sich zu Zweierteams zusammenfinden. Sie setzen sich einander gegenüber. Nun ist es Aufgabe, die Post-its zu füllen. Dafür fragt die eine Person ihr Gegenüber: „Wer bist du?“, und schreibt die Antwort (z. B. Frau, Fußballspieler, Matheprofi ...) auf den ersten Post-it. Nun fragt die andere Person die erste Person: „Wer bist du?“ und schreibt die Antwort auf ein Post-it. Anschließend ist wieder die erste Person dran, fragt: „Wer bist du?“ und schreibt die Antwort auf. Im Wechsel wird dies so lange wiederholt, bis beide Personen jeweils 10 Mal gefragt und 10 Antworten notiert haben. Zuletzt tauschen beide ihre Post-its aus, sodass jede Person ihre eigenen Antworten hat.

Im nächsten Schritt kommen alle wieder zusammen. Die Teilnehmenden sollen sich nun die eigenen Antworten genau anschauen, um einen guten Überblick zu haben.

Die nächste Aufgabe ist es, einen Post-it, mit dem sie unzufrieden sind, abzulegen und unter den Stuhl zu kleben. Ziel ist, dass sich die Jugendlichen nach und nach von einem weiteren Post-it trennen. Durch ein akustisches Signal, zum Beispiel Klatschen, werden sie aufgefordert, jeweils ein Post-it abzulegen. Dabei dürfen die Teilnehmenden nicht miteinander reden. Dies wird in einem schnellen Rhythmus wiederholt, sodass die Jugendlichen fast alle ihre Post-its ablegen. Das Ablegen kann vor dem letzten Post-it beendet werden oder wenn noch 3 oder 4 übrig sind. Am Ende sollen die Jugendlichen ihre abgelegten Post-its wieder an sich nehmen.

Abschließend werden die Erfahrungen der Jugendlichen ausgewertet.

---

<sup>1</sup> In Anlehnung an die Methode „Wer bist du?“ des Friedenskreis Halle e.V. im Projekt „Praxiswerkstatt Transkultur“, 2006.

## AUSWERTUNG

- Wie ist es euch ergangen? Wie habt ihr euch gefühlt?
- Wie war es, 10 Post-its auszufüllen?
- Wie war es für euch, immer mehr Post-its ablegen zu müssen?
- Wie viele Zettel konntet ihr gut ablegen?
- Wie zufrieden seid ihr mit dem/den noch übrigen Post-it(s)? Wie gut beschreiben sie euch/beschreibt es euch?
- Wurdet ihr in eurem Leben schon mal nur auf ein Post-it (Zuschreibung, Rolle, Merkmal) reduziert? Oder habt ihr dies schon mal bei andern beobachtet?



## METHODEN ZUR VORBEREITUNG

### WERTEVORSTELLUNGEN:

# MEINE – DEINE – WERTE

**DAUER** 45 Minuten

**MATERIAL** 10 Werte-Karten in Form von DIN-A4-Blättern (s. Beispiele unten), Moderationskarten, Tafel/Pinnwand

**ZIELE** Bewusstwerden der eigenen Werte. Austausch über die Werte der anderen. Austausch über Werte im Zusammenleben wie Schule oder Institutionen.

**ABLAUF** Es werden 10 Werte auf DIN A4 geschrieben und auf dem Boden verteilt. Nun werden die Teilnehmenden gebeten, sich zu dem Wert zu stellen, der ihnen am wichtigsten ist. Anschließend soll jede Person für sich überlegen, was sie unter dem gewählten Wert versteht.

**FRAGEN**

- Sucht euch einen Wert aus, der euch besonders wichtig ist.
- Was versteht ihr unter diesem Wert?

Anschließend folgt die Auswertung. Dabei bleiben die Teilnehmenden bei ihren Werten stehen.

Wenn mehrere Personen bei einem Wert stehen:

- Kommt ins Gespräch darüber, was die anderen unter dem Wert verstehen und wo ihr Unterschiede seht.

**AUSWERTUNG**

- Was versteht ihr unter diesem Wert?/Was verstehst du unter dem Wert?
- Warum ist dir dieser Wert wichtig?/Was bedeutet dieser Wert für dich?
- Gab es Unterschiede darin, was ihr unter dem Wert versteht?
- Was fällt euch auf, wenn ihr die Beiträge der anderen hört?

Die 10 Werte-Karten werden wieder eingesammelt. Die Jugendlichen teilen sich nun in Viererteams auf. In der Kleingruppe sollen sich die Teilnehmenden drei Werte überlegen, die sie für das Zusammenleben in der Schule oder Institution als besonders wichtig erachten. Die Teams sollten größer als drei Personen sein, damit ein Aushandlungsprozess über die Werte stattfinden kann und nicht jede Person einfach einen Wert nennt.

Die Kleingruppen sollen auch entscheiden, welcher Wert am wichtigsten ist. Diesen Wert schreiben sie jeweils auf eine Moderationskarte oder Papier.

Danach hängen alle Gruppen ihre Ergebnisse an die Tafel oder Pinnwand und stellen sie kurz vor.

Wenn alle Gruppen ihre Werte vorgestellt haben, erfolgt die Auswertung.

## **AUSWERTUNG**

- War es schwer, euch auf bestimmte Werte festzulegen?
- War es schwer zu entscheiden, welcher am wichtigsten ist?
- Wie habt ihr euch geeinigt?
  - Habt ihr diskutiert? Wurde abgestimmt?
  - Hat sich eine Person allein durchgesetzt?
  - Musste eine Person alles einfach akzeptieren?
- Sind alle zufrieden mit den Werten?
- Gelten die Werte nur für euch oder für eine bestimmte Gruppe in der Schule oder für alle Mitschüler\*innen?



**MEINE – DEINE – WERTE**  
**KOPIERVORLAGE WERTE**

Respekt

Gerechtigkeit

Verständnis

Mitgefühl

Offenheit

Vertrauen

Sicherheit

Freundlichkeit

Ordnung

Höflichkeit

Geborgenheit

Freiheit



## METHODEN ZUR VORBEREITUNG

### WERTE IN EINER DEMOKRATISCHEN GESELLSCHAFT:

# MEINE WERTE – UNSERE WERTE

**DAUER** 60 bis 90 Minuten

**MATERIAL** 10 Werte-Karten in Form von DIN-A4-Blättern (s. Beispiele unten),  
**ZIELE** Demokratie-Zitate auf DIN-A4-Blättern, Tafel/Pinnwand, Moderationskarten  
oder Papier

**Austausch über Werte in einer demokratischen Gesellschaft. Austausch darüber, was die Teilnehmenden unter Demokratie verstehen.**

**ABLAUF** Diese Übung besteht aus zwei Teilen. Alternativ kann je nach gewünschter Schwerpunktsetzung auch nur ein Teil durchgeführt werden. Der erste Teil widmet sich dem Thema Zusammenleben gestalten: „Welche Werte sind einem selbst für das Zusammenleben in einer demokratischen Gesellschaft wichtig?“ Der zweite Teil setzt den Fokus auf die Frage: „Was bedeutet Demokratie für mich?“

### 1. TEIL: „WELCHE WERTE SIND MIR IM ZUSAMMENLEBEN IN EINER DEMOKRATISCHEN GESELLSCHAFT AM WICHTIGSTEN?“

Es werden 10 Werte-Karten geschrieben. Diese werden an einer Tafel, Pinnwand oder auf dem Boden befestigt. Die Teilnehmenden benötigen Moderationskarten und Stifte. Sie sollen sich die Frage stellen: „Welche drei Werte sind mir für eine demokratische Gesellschaft am wichtigsten?“ Dann schreibt jeder diese Werte auf jeweils eine Moderationskarte.

Wenn alle fertig sind, erfolgt die Auswertung. Jede Person kann etwas zu ihren drei Werten sagen und diese vor sich hinlegen. Dann werden sie eingesammelt und für alle sichtbar nach ihrer Häufigkeit sortiert.

- FRAGEN**
- Welcher Wert ist euch/dir für ein demokratisches Zusammenleben am wichtigsten?
  - Warum ist dir/euch dieser Wert am wichtigsten?
  - Welche Werte wurden am häufigsten gewählt?
  - Warum wurden diese am häufigsten gewählt?
  - Warum wurden andere Werte weniger oft gewählt?
  - Wie fühlt ihr euch, wenn ihr seht, dass andere nicht dieselben Werte als so wichtig erachten wie ihr?/Wie fühlst du dich, wenn du siehst, dass andere nicht dieselben Werte als so wichtig erachten wie du?

Anschließend werden Kleingruppen mit drei Personen gebildet. Nun ist es die Aufgabe jeder Gruppe, sich gemeinsam zu überlegen, welchen der 10 Werte an der Tafel, Pinnwand oder auf dem Boden sie streichen würden. Der konkrete Auftrag an die Kleingruppen lautet: Auf welchen Wert könnt ihr für das Zusammenleben in einer demokratischen Gesellschaft verzichten?

Jede Gruppe muss sich für einen Wert entscheiden, von dem sie sich trennen möchte. Auf diesen Wert kann sie ein Kreuz oder Symbol malen.

#### **FRAGEN**

- Ist es euch schwergefallen, den Wert auszuwählen?
- Wie hat es sich angefühlt, sich von einem bestimmten Wert zu trennen?
- Warum habt ihr die anderen Werte belassen?
- Was waren die Gründe eurer Entscheidung?
- Wie habt ihr euch diesmal geeinigt?
- Warum sind bestimmte Werte für euch in einer demokratischen Gesellschaft wichtiger?
- Welche gesellschaftlichen Herausforderungen bringt es mit sich, wenn Menschen verschiedene Werte haben und wichtig finden?

## **2. TEIL: „WAS BEDEUTET DEMOKRATIE FÜR MICH?“**

Im nächsten Schritt werden im Raum verschiedene „Demokratie-Zitate“ auf den Boden gelegt. Die Jugendlichen werden gebeten, sich zu dem Zitat zu stellen, das sie am meisten anspricht. Haben sich alle Teilnehmenden positioniert, findet ein Austausch dazu statt.

#### **FRAGEN**

- Warum habt ihr euch für dieses Zitat entschieden?
- Was bedeutet es für euch/dich?
- Was bedeutet es für den Alltag in der Schule und in der Freizeit?
- Was bedeutet das Zitat für das demokratische Zusammenleben?

Am Ende werden die Erfahrungen aus den beiden Teilübungen zu Werten und Demokratie ausgewertet.

#### **AUSWERTUNG**

- Was bedeutet für euch Demokratie im Alltag?
- Was hat euch (bei der Auseinandersetzung mit Demokratie und Werten im demokratischen Zusammenleben) überrascht?
- Was nehmt ihr für euren Alltag mit?



## MEINE WERTE – UNSERE WERTE KOPIERVORLAGE ZITATE

*„Werte kann man nicht lehren, sondern nur vorleben.“* Viktor Frankl<sup>1</sup>

*„Des Menschen Sinn für Gerechtigkeit macht Demokratie möglich. Seine Neigung zur Ungerechtigkeit macht Demokratie notwendig.“*

Reinhold Niebuhr<sup>2</sup>

*„Die Fähigkeit, das Wort ‚Nein‘ auszusprechen, ist der erste Schritt zur Freiheit.“* Nicolas Chamfort<sup>3</sup>

*„Es genügt nicht, zur Sache zu reden, man muss zu den Menschen reden.“* Stanislaw Jerzy Lec<sup>4</sup>

*„Demokratie sieht man erst mal nicht im Alltag. Aber Demokratie ist überall da, wo man frei wählen kann und wo alle Respekt füreinander haben.“* Anonym<sup>5</sup>

*„Demokratie bedeutet, dass jeder sein Leben in die Hand nehmen darf, um es sich so schön wie möglich zu machen.“* Anonym<sup>6</sup>

*„Wahlen allein machen [...] noch keine wahre Demokratie aus.“*

Barack Obama<sup>7</sup>

*„Jugendliche können in der Demokratie etwas bewirken.“* Anonym

---

1 Frankl, Viktor E. : Der Pluralismus der Wissenschaften und die Einheit des Menschen. (Festvortrag, gehalten anlässlich der 600-Jahrfeier der Universität Wien am 13. Mai 1965 im Großen Festsaal der Wiener Universität). Abgedruckt in: Frankl, Viktor E.: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1986.

2 Niebuhr, Reinhold: Die Kinder des Lichts und die Kinder der Finsternis. München 1947.

3 Quelle unbekannt.

4 Jerzy Lec, Stanislaw: Sämtliche unfrisierte Gedanken. Dazu Prosa und Gedichte. Neuauflage München 2014.

5 [online] <https://www.youtube.com/watch?v=siyu6F-3rkQ> [31.12.2019].

6 [online] <https://www.youtube.com/watch?v=VDk6Y3iyq8A> [31.12.2019].

7 Barak Obama, Rede in Kairo am 4. Juni 2009, [online] <https://www.abendblatt.de/politik/article112391319/Die-Obama-Rede-von-Kairo-im-Wortlaut.html> [31.12.2019].



**MEINE WERTE – UNSERE WERTE**  
**KOPIERVORLAGE**  
**WERTE DER DEMOKRATIE**

Respekt	Toleranz
Sicherheit	Ordnung
Mitgefühl	Gleichberechtigung
Freundlichkeit	Meinungsfreiheit
Höflichkeit	Religionsfreiheit



## METHODEN ZUR NACHBEREITUNG ÜBEN DER KOMMUNIKATIONS- UND HANDLUNGSSTRATEGIEN: NUR EINE MINUTE ZEIT

**DAUER** 30 Minuten

**MATERIAL** Stifte, Zettel mit ausgrenzenden und abwertenden Aussagen (s. Beispiele unten), gegebenenfalls Handouts „Ich-Botschaften“, „Aktives Zuhören“ und Strategieflyer (s. [argutrainig.de/interner Bereich](http://argutrainig.de/internerBereich)), gegebenenfalls Moderationskarten oder Papier

**ZIELE** Anwenden und Üben der erlernten Kommunikationsstrategien (z. B. Formulieren von Ich-Botschaften, Aktives Zuhören) sowie weiterer Handlungsstrategien.

**ABLAUF** Es wird ausreichend Platz für die Übung benötigt, damit ein Innen- und Außenkreis mit den Teilnehmenden gebildet werden kann. Die Hälfte geht in den Innenkreis, die andere Hälfte in den Außenkreis, sodass jeweils eine „innere“ und eine „äußere“ Person einander gegenüberstehen.

Die Teilnehmenden im Innenkreis sollen abwertende Aussagen tätigen. Dafür bekommen sie einen Zettel mit ausgrenzenden oder abwertenden Aussagen in die Hand (s. Beispiele unten). Sie können auch vorab gebeten werden, entsprechende Äußerungen, die ihnen begegnet sind, auf Moderationskarten zu schreiben. Diese werden eingesammelt. Die eigenen Beispiele, die sich für die Übung eignen, kann der Innenkreis nun statt der Vorlagen verwenden.

Die Personen im Außenkreis haben die Aufgabe, mit einer Kommunikations- und Handlungsstrategie aus dem **ARGUTRAINING** auf die abwertenden und ausgrenzen Äußerungen zu reagieren. Dafür haben sie nur **eine Minute Zeit**. Zur Unterstützung und Erinnerung können vorab der Strategieflyer angeschaut oder die Handouts mit den Ich-Botschaften und zum Aktiven Zuhören ausgelegt werden.

Nach dieser Minute bewegt sich der Außenkreis auf Zeichen (Klatschen in die Hände) im Uhrzeigersinn um einen Platz weiter. Nach sechs Runden (2 x Ich-Botschaften, 2 x Aktives Zuhören und 2 x freie Runden mit eigener Wahl der Handlungsstrategien) wechselt der Außenkreis mit dem Innenkreis. Nun bekommt der neue Innenkreis die Zettel mit den abwertenden und ausgrenzen Äußerungen und der Außenkreis soll reagieren.

Die Übung ist vorbei, wenn alle Teilnehmenden die Möglichkeit hatten, die Anwendung von Strategien zu erproben. Jetzt können sie einen Stuhlkreis bilden. Anhand folgender Fragen werden die Erfahrungen ausgewertet.

## AUSWERTUNG

- Wie war es für euch/dich, diskriminierende Aussagen zu vertreten?
- Konntet ihr/konntest du Ich-Botschaften und Aktives Zuhören anwenden?  
Wie war das?
- Wovon hängt es ab, ob die Strategien wie Ich-Botschaft oder Aktives Zuhören funktionieren?
- Welche Handlungsstrategien habt ihr/hast du noch angewendet? Was hat funktioniert?

## TIPP

Da in dieser Übung mit Reproduktionen von diskriminierenden Aussagen und Vorurteilen gearbeitet wird, ist es wichtig, damit sensibel umzugehen und auf Betroffenheit zu achten. Es kann zu Beginn darauf hingewiesen werden, dass es zu Reproduktionen von Vorurteilen und diskriminierenden Äußerungen kommt, die für Einzelne verletzend sein können. Es kann gegebenenfalls gemeinsam vereinbart werden, wie damit umgegangen werden kann, wenn es für eine Person zu belastend ist.

Bei der Auswahl der ausgrenzenden und abwertenden Äußerungen sollte auf die Zumutbarkeit für die Gruppe und für jede einzelne Person Rücksicht genommen werden. Wenn entschieden wird, dass die Gruppe eigene ausgrenzende und abwertende Äußerungen einbringt, sollte bei der Auswahl trotzdem auf Zumutbarkeit geachtet werden. Falls es zu einer Betroffenheit kommt, sollte dies in einem Nachsorgegespräch aufgegriffen werden.



## NUR EINE MINUTE ZEIT KOPIERVORLAGEN

„Hartz-IV-Empfangende sind doch selber schuld, dass sie arm sind.“

„Er hat schon wieder Kleidung vom Discounter an. Voll assi.“

„Heute hatte ich gar keine Zeit, mich richtig fertig zu machen. Ich seh aus wie ein Zigeuner.“

„Manchmal wünschte ich, ich wäre jüdisch. Dann wäre ich reich und müsste nicht so viel für die Schule machen.“

„Die aus der Willkommensklasse sind so komisch. Ich hoffe, dass wir bald keine mehr von denen ins Land lassen.“

„Ich frag mich, warum diese Fette aus der Nebenklasse nicht einfach aufhört, so viel zu essen. Dann würde sie auch nicht mehr geärgert werden.“

„Guck mal, so wie der aussieht, ist er bestimmt schwul.“

„In den Park geh ich nicht, da sitzt jetzt immer so ein ekliger Penner auf der Bank.“

„Ich finde, alte Menschen sollten nicht mehr so viel mitbestimmen. Sie wissen doch nicht viel über die Themen, die uns wichtig sind.“

„Beim Fußball ist jetzt so'n Bettler – ich lass jetzt mein Handy immer zu Hause.“

„Ich bin dafür, dass die Frauen kochen und Männer die Tische aufbauen. Frauen sind in manchen Sachen eben besser und in manchen Sachen schlechter als Männer.“

„Diese Asiaten sind so fleißig. Die meckern nicht rum und sind nur am Arbeiten. Ich wünschte, alle Ausländer wären so.“

„Hast du gesehen? Das Mädchen aus der 8b trägt jetzt ein Kopftuch. Bestimmt haben ihre Eltern sie gezwungen, die Arme.“

„Das Einzige, was die Türken gut gemacht haben, ist der Döner. Auf alles andere kann ich verzichten.“

„Schwarze haben es so gut. Sie können richtig gut tanzen und singen. Das ist immer so cool.“

„Ich hasse es, wenn die Lehrerin den zum Lesen drannimmt. Sein Stottern nervt übertrieben, als ob das jemand hören will.“



METHODEN ZUR NACHBEREITUNG  
VERTIEFUNG DER KOMMUNIKATIONS- UND  
HANDLUNGSSTRATEGIEN:  
**DIE 6 FARBEN – ERWEITERT**

**DAUER** 30 Minuten

**MATERIAL** Farbwürfel, 6 Farbpunkte zum Kleben in verschiedenen Farben (Farbauswahl entsprechend des Würfels), ausgeschnittene Handlungsstrategien

**ZIELE** Üben und Ausprobieren der Kommunikations- und Handlungsstrategien in Gruppensituationen

**ABLAUF** Ein Baustein des **ARGUTRAININGS** ist die Übung „Die 6 Farben“ mit dem Setting im Bus. Um die Anwendung von den neu erlernten Kommunikationsstrategien weiter zu üben, wurde der ursprüngliche Trainingsbaustein erweitert und für weitere Settings wie Cafeteria, Fußballplatz und Familienfeier angepasst.

Da Sie die Moderation innehaben, ist es wichtig, dass Sie sich auch eine Assistenz suchen. Dies kann jemand aus der Gruppe sein, der Sie dabei unterstützt, die Übung durchzuführen und die Rolle der diskriminierenden Person übernimmt.

Zu Beginn der Übung bekommen 6 Freiwillige je einen unterschiedlichen Farbpunkt auf die Stirn oder Hand geklebt. Die anderen Teilnehmenden kommen mit diesen Personen zusammen, alle sind Teil des Spiels. Angedacht ist, dass je Setting zwei bis drei Runden geübt wird.

Es können pro Durchgang 3 bis 4 Handlungsstrategien willkürlich an Teilnehmende ausgeteilt werden. (Wichtig: je Setting gibt es spezifische Vorlagen.) Dabei können alle einbezogen werden. Die Assistenz würfelt nun eine Farbe. An die entsprechenden Farbpunkte richten sich nun die Aussagen. Diese werden von der Assistenz vorgelesen (s. unten). Durch Klatschen wird deutlich gemacht, dass nun die Teilnehmenden handeln und ihre Handlungsstrategien anwenden können.

Wenn alle versucht haben, ihre Handlungsstrategien anzuwenden, wird wieder in die Hände geklatscht, um die Runde zu beenden. Es folgt eine kurze Auswertung. Hierfür können folgende Fragen genutzt werden.

**AUSWERTUNG** Fragen an Personen mit Handlungsstrategien:

- Was ist deine Handlungsstrategie?
- Wie konntest du sie umsetzen?
- Wie hast du dich gefühlt?
- Bist du mit der Situation zufrieden?

Fragen an die Zuschauenden:

- Was habt ihr beobachtet?
- Seid ihr mit dem Ausgang zufrieden?

Fragen an die Assistenz:

- Wie war es für dich?
- Wie sind die verwendeten Strategien bei dir angekommen?
- Was hat gut funktioniert und was hat nicht so gut funktioniert?

Nach einer kurzen Auswertung beginnt eine neue Runde. Dafür werden die Handlungsstrategien neu verteilt. Es können auch neue Handlungsstrategien hinzugenommen werden. Die Übung ist beendet, wenn mehrere Runden gespielt wurden. Am Ende folgt eine längere Auswertung über die Erfahrungen aus der Gruppe.

## AUSWERTUNG

- Was war hilfreich?
- Konnten bestimmte Strategien nicht angewendet werden? Warum nicht?
- Was hätte es dafür gebraucht?

## TIPP

1. Geben Sie nicht alle Handlungsstrategien in die Gruppe. Einfacher ist es, mehrere Runden zu üben und immer wieder neue hinzuzunehmen.
2. Eventuell muss vor Beginn jeder Runde geklärt werden, ob es Fragen zu den Handlungsstrategien gibt.
3. Es kann hilfreich sein, in das Setting einzuführen und zu Beginn zu erzählen, wo sich gerade alle befinden (Schulhof, Sportplatz usw.), wie das Wetter und die Stimmung sind oder auch, in welchem Verhältnis die beteiligten Personen im Setting zueinanderstehen.
4. Beim letzten Durchgang können Sie die Handlungsstrategien frei wählen lassen.

## SETTING CAFETERIA

Alle Teilnehmenden sollen sich in eine Schlange stellen.

*Ihr steht in der Schulpause in der Cafeteria an und wollt euch noch schnell einen Snack holen, bevor der Unterricht weitergeht. Ihr kennt zwar nicht die Namen aller anderen Schüler\*innen in der Schlange, aber die Schule ist klein genug, dass ihr jeden schon mal gesehen habt.*

Dann fällt der Würfel und die abwertende Person/Assistenz sagt:

*„Die ... können sich doch eigentlich ihr Essen von daheim mitbringen, statt hier die Schlange aufzuhalten. Die essen sowieso das meiste nicht, was es hier gibt.“*

*„Den ... Punkten sieht man schon an, dass sie sich für was Besseres halten. Wer mit so 'nem Fahrrad zur Schule fährt, der kommt auch nur zum Angeben.“*

## SETTING FUSSBALLPLATZ

Die Teilnehmenden können stehen oder sich im Raum frei bewegen.

*Ihr seid Freund\*innen, die sich schon seit Jahren regelmäßig zum Fußballspielen treffen, und ihr seid froh darüber, dass ihr eine Gruppe von ganz unterschiedlichen Menschen seid. Auf dem Fußballplatz trifft ihr öfter andere Gruppen, manchmal spielt ihr spontan gegen diese. Heute ist es allerdings so, dass aus der gegnerischen Mannschaft einer pöbelt.*

Dann fällt der Würfel und die abwertende Person/Assistenz sagt:

*„Die ... spielen sowieso immer falsch. Mit fairem Spiel können die gar nicht gewinnen.“*

*„Die ... sind hier nicht willkommen. Die können sich direkt verpissen.“*

## SETTING FAMILIENFEIER

Die Teilnehmenden setzen sich in einen Stuhlkreis.

*Ihr sitzt am Kaffeetisch beim 70. Geburtstag eurer Großmutter. Weil es ein runder Geburtstag ist und eurer Oma die Familie sehr wichtig ist, hat sie in ein tolles Restaurant eingeladen. Alle sind gekommen und es ist eine schöne Feier. Dein Bruder fragt deinen Onkel, wo er jetzt arbeitet. Dein Bruder hatte bei Instagram mitbekommen, dass die Firma geschlossen wurde und es deswegen Proteste gab. Dein Onkel ist tatsächlich seit 6 Wochen auf Jobsuche und antwortet.*

Dann fällt der Würfel und der Onkel/die Assistenz sagt:

*„Ich würde ja gern wieder arbeiten, aber die ... nehmen mir die guten Stellen weg.“*

*„Vielleicht bleib ich auch einfach faul zu Hause und leb vom Staat, so wie die ... .“*

Hinweis: In dieser Runde werden keine Farbpunkte ausgeteilt, da niemand direkt betroffen ist.



# DIE 6 FARBEN – ERWEITERT KOPIERVORLAGEN HANDLUNGSSTRATEGIEN

## SETTING CAFETERIA

### **Du sprichst die Person an, die etwas Abwertendes sagt.**

Du sprichst die Person an, die etwas Abwertendes sagt, und sagst ihr oder ihm, was du verstanden hast.

- z. B.
- „Möchtest du sagen, dass ...?“
  - „Habe ich richtig verstanden, dass du der Meinung bist, dass ...?“

### **Du kommst mit der Person, die etwas Abwertendes sagt, ins Gespräch.**

Du fragst bei der Person nach, die gerade etwas Verletzendes oder Abwertendes gesagt hat.

- z. B.:
- „Warum stört dich das?“
  - „Was ist so schlimm daran?“
  - „Wieso ist dir das so wichtig?“

### **Du versuchst zu verstehen/herauszufinden, was bei der anderen Person los ist.**

Du versuchst zu verstehen, warum die Person etwas Abwertendes gesagt hat. Dabei geht es nicht darum, die Abwertung hinzunehmen. Es geht darum herauszufinden, welche Gefühle bei der Person hochkommen.

- z. B.:
- „Ich sehe, dass dich das stört. Kann es sein, dass du verärgert bist?“
  - „Wow, was macht dich so wütend?“

### **Du stärkst Betroffene.**

Du sprichst Betroffene an und sagst ihnen, dass du das nicht so siehst, und kommst mit ihnen ins Gespräch.

### **Du machst deine eigene Meinung deutlich.**

Du machst deutlich, dass du die Position/Aussage der abwertenden Person nicht teilst.

- z. B.:
- „Ich sehe das anders als du, für mich ist es ...“
  - „Das, was du sagst, macht mich ..., ich finde ...“

### **Du sprichst Zuschauende an.**

Du sprichst andere Personen an, die in der Umgebung stehen, und fragst sie laut, ob sie die Meinung der abwertenden Person teilen oder ob sie es auch anders sehen. Oder du fragst sie, wie sie die Situation gerade finden.

## SETTING FUSSBALLPLATZ

### **Du sagst deutlich Stopp!**

Du gehst zu der Person, die etwas Abwertendes gesagt hat, und sagst ganz deutlich „STOPP!“ oder „HÖR AUF DAMIT“. Gerne kannst du erklären, warum die Person damit aufhören soll.

- z. B.:
- „STOPP, das geht mir zu weit!“
  - „HÖR AUF DAMIT, das finde ich verletzend!“
  - „STOPP, so etwas möchte ich nicht hören!“

### **Du verlässt die Situation.**

Du sprichst den Farbpunkt an, der gerade abgewertet wird. Du fragst die Person, ob ihr zusammen die Situation verlassen wollt.

Wenn du selbst betroffen bist, dann suchst du dir eine andere Person und bittest sie, mit dir die Situation zu verlassen.

### **Du formulierst eine Ich-Botschaft**

Du machst deine Position deutlich, indem du eine Ich-Botschaft formulierst.

- z. B.:
- „Wenn das gesagt wird, bin ich ...“
  - „Weil ich finde, dass ...“
  - „Und ich würde mir wünschen, dass ...“

### **Du schützt Betroffene.**

Du sprichst die betroffene Person an und bietest Unterstützung an. Erst wenn diese einverstanden ist, beziehst du Stellung.

- z.B.:
- „Hör auf damit, lass uns in Ruhe!“
  - „Das, was du sagst, finde ich total bescheuert, ich wünsche mir, dass wir hier entspannt Fußball spielen können.“

### **Du holst Hilfe.**

Du sprichst dafür zwei Mitspielende an oder gehst zum Trainer oder zur Trainerin.

### **Du kommst mit der Person, die etwas Abwertendes sagt, ins Gespräch.**

Du fragst bei der Person nach, die gerade etwas Verletzendes oder Abwertendes gesagt hat.

- z. B.:
- „Wie kommst du darauf?“
  - „Wieso sind die nicht willkommen?“

## SETTING FAMILIENFEIER

### **Du fragst nach.**

Du findest die Aussagen deines Onkels irritierend und fragst nach.

- z. B.:
- „Warum glaubst du, dass die ... Punkte dir die guten Stellen wegnehmen?“
  - „Was meinst du damit, dass die ... Punkte vom Staat leben?“

### **Du formulierst eine Ich-Botschaft.**

Du machst deine Position deutlich, indem du eine Ich-Botschaft formulierst.

- z.B.:
- „Wenn das gesagt wird, bin ich ...“
  - „Weil ich finde, dass ...“
  - „Und ich würde mir wünschen, dass ...“

### **Du bittest um ein Gespräch zu einem späteren Zeitpunkt.**

Du sagst deinem Onkel, dass du dich darüber später mal in Ruhe mit ihm unterhalten möchtest.

- z.B.:
- „Onkel ..., ich würde mich gerne mal mit dir in Ruhe über deine Situation unterhalten, jetzt lasst uns Omas Geburtstag feiern.“

### **Du sprichst andere Geburtstagsgäste an.**

Du suchst dir jemanden anderen aus der Geburtstagsrunde aus, fragst die Person nach ihrer Meinung und bittest um Unterstützung dabei, deinem Onkel zu widersprechen.

- z.B.:
- „Wie findest du das, was Onkel ... sagt?“
  - „Ich sehe das anders, du auch?“
  - „Hilfst du mir, etwas dagegen zu sagen?“

### **Du sagst deutlich Stopp!**

Du sagst deinem Onkel, dass er damit aufhören soll. Gerne kannst du erklären, warum.

- z.B.:
- „STOPP, das geht mir zu weit!“
  - „HÖR AUF DAMIT, das finde ich verletzend!“
  - „STOPP, so etwas möchte ich nicht hören!“

### **Du kommst mit dem Onkel über seine Situation ins Gespräch.**

Du gibst deinem Onkel zu verstehen, dass seine Situation wirklich schwierig ist. Dafür spiegelst du ihm, welche Bedürfnisse und Wünsche nicht erfüllt werden.

- z.B.:
- „Kann es sein, dass du ...?“
  - „Ich kann mir vorstellen, du wünschst dir, dass ...?“
  - „Wünschst du dir vielleicht ...?“



## METHODEN ZUR NACHBEREITUNG VERTIEFUNG VON VERSCHIEDENEN DISKRIMINIERUNGSFORMEN: DIE COMIC-THEMEN

**DAUER** 30 bis 60 Minuten

**MATERIAL** Hintergrundtexte und/oder Videoclips

**ZIELE** Vertiefende Auseinandersetzung mit den Themen der Comics (Homophobie, Antiziganismus, Antisemitismus, Islamfeindlichkeit/Antimuslimischer Rassismus, Rassismus/Fremdenfeindlichkeit, Abwertung aufgrund von Hartz IV und Arbeitslosigkeit)

Ein Baustein des **ARGUTRAININGS** ist eine Übung mit Comicbildern. In diesen werden verschiedene abwertende und diskriminierende Äußerungen wiedergegeben, wie sie alltäglich vorkommen können. Hierdurch werden verschiedene Formen von Menschenfeindlichkeit zum Thema gemacht. Eine vertiefte Auseinandersetzung mit den Themen ist auch nach dem Training wichtig.

Für jedes Thema haben wir Ihnen Materialien zusammengestellt, die eine ergänzende Auseinandersetzung ermöglichen sollen. Zudem finden Sie hier auch eine Übersicht über Empfehlungen weiterer Materialien.

**ABLAUF** Je nach Bedarf der Gruppe können entweder ein Thema oder auch im Rahmen von Kleingruppenarbeit mehrere Themen bearbeitet werden. Die Teilnehmenden bekommen die Materialien (Hintergrundtexte und Videoclips) zur Verfügung gestellt und sollen nun folgende Aufgabe bearbeiten:

Schaut euch die Videoclips an und/oder lest die Hintergrundtexte und beantwortet folgende Fragen:

- Versucht in eigenen Worten, das Thema zu erklären.
- Was sind für euch die wichtigsten Informationen?
- Welche Fakten haben euch überrascht?
- Was ist unklar? Oder worüber würdet ihr gerne mehr erfahren?
- Sammelt Ideen dafür, wo ihr Antworten auf eure Fragen finden könnt. Wen könntet ihr hierzu fragen/befragen? Zu welchen Einrichtungen oder Organisationen könntet ihr gehen, um mehr zu erfahren?

Nach 20 bis 40 Minuten werden die Ergebnisse vorgestellt. Überlegt gemeinsam, wann und wo die offenen Fragen weiter behandelt werden könnten.

**Materialien für die Übung**

- Hintergrundtext „SO, WIE DU RUMLÄUFST? – AUSSEHEN UND SEXUALITÄT“, in: „Dein Handbuch“ für Peercoaches, hg. von Gegen Vergessen – Für Demokratie e.V. Berlin 2019. Oder zu beziehen über [online] [www.argutrainning.de/downloads](http://www.argutrainning.de/downloads)
- Videoclip „Homophobie begegnen“ der Bundeszentrale für politische Bildung, [online] [https://www.youtube.com/watch?v=I\\_wzxopq0fI](https://www.youtube.com/watch?v=I_wzxopq0fI) [31.12.2019].

**Zur weiteren Thematisierung**

- Bekämpfung von Homophobie und Transphobie, Vorschläge für den Unterricht, hg. von der UNESCO Kommission. Paris 2012 (engl.); Bern 2014 (deutsch), [online] [http://www.unesco.de/fileadmin/medien/Dokumente/Bildung/Bek%C3%A4mpfung\\_von\\_Homophobie\\_und\\_Transphobie.pdf](http://www.unesco.de/fileadmin/medien/Dokumente/Bildung/Bek%C3%A4mpfung_von_Homophobie_und_Transphobie.pdf)
- Pohl, Frank G.: „Bist du schwul, oder was? Schüler\_innen-Lektüre. Books on Demand 2015. Zu beziehen über [online] <http://www.bod.de/buch/frank-g-pohl/bist-du-schwul--oder-waso/9783734785351.html> [31.12.2019].
- Pohl, Frank G.: K.L.A.R. Literatur-Kartei „Bist du schwul, oder was?“. Klasse 7–10. Mühlheim an der Ruhr 2008. Oder [online] [http://www.schule-der-vielfalt.de/U-Material\\_schwul-oder-was\\_Teil1.PDF](http://www.schule-der-vielfalt.de/U-Material_schwul-oder-was_Teil1.PDF), [http://www.schule-der-vielfalt.de/U-Material\\_schwul-oder-was\\_Teil2.PDF](http://www.schule-der-vielfalt.de/U-Material_schwul-oder-was_Teil2.PDF), [http://www.schule-der-vielfalt.de/U-Material\\_schwul-oder-was\\_Teil3.PDF](http://www.schule-der-vielfalt.de/U-Material_schwul-oder-was_Teil3.PDF)

## ANTIZIGANISMUS

**Materialien für die Übung**

- Hintergrundtext „WER KLAUT? – ABWERTUNG VON SINTI UND ROMA“, in: „Dein Handbuch“ für Peercoaches, hg. von Gegen Vergessen – Für Demokratie e.V. Berlin 2019. Oder zu beziehen über [online] [www.argutrainning.de/downloads](http://www.argutrainning.de/downloads)
- Videoclip „Antiziganismus begegnen“ der Bundeszentrale für politische Bildung, [online] <https://www.youtube.com/watch?v=K8yo5vd97mY> [31.12.2019].

**Zur weiteren Thematisierung**

- Alte Feuerwache e.V. – Jugendbildungsstätte Kaubstraße (Hg.): Methodenhandbuch zum Thema Antiziganismus für die schulische und außerschulische Bildungsarbeit. Unrast Verlag 2014. Infos [online] <https://www.kaubstrasse.de/index.php/galerie/texte/198-methodenhandbuch-zum-thema-antiziganismus> [31.12.2019].
- Hessisches Kultusministerium (Hg.): Sinti und Roma in Deutschland. Handreichung für den fächerübergreifenden Unterricht, [online] [http://www.foerdervereinroma.de/fv/literatur/HKM\\_Handreichung\\_Antiziganismus\\_2015.pdf](http://www.foerdervereinroma.de/fv/literatur/HKM_Handreichung_Antiziganismus_2015.pdf)

## ANTISEMITISMUS

### Materialien für die Übung

- Hintergrundtext „DU JUDE‘ – EIN ANTISEMITISCHES SCHIMPFWORT“, in: „Dein Handbuch“ für Peercoaches, hg. von Gegen Vergessen – Für Demokratie e.V. Berlin 2019. Oder zu beziehen über [online] [www.argutraining.de/downloads](http://www.argutraining.de/downloads)
- Videoclip „Antisemitismus begegnen“ der Bundeszentrale für politische Bildung, [online] <https://www.youtube.com/watch?v=1mgrlcub8BU> [31.12.2019].

### Zur weiteren Thematisierung

- AndersDenken: Die Onlineplattform für Antisemitismuskritik und Bildungsarbeit, [online] [www.anders-denken.info.de](http://www.anders-denken.info.de) [31.12.2019].
- ZWST\_ Perspektivwechsel: Juden in Deutschland heute. Selbst- und Fremdbilder, [online] <https://static1.squarespace.com/static/555e035fe4b0d64b51005b8e/t/558c1924e4b0f6f0dd9d77fc/1435244836394/pw-broschuere-ausstellung-rz-email-webseite.pdf>

## ISLAMFEINDLICHKEIT/ANTIMUSLIMISCHER RASSISMUS

### Materialien für die Übung

- Hintergrundtext „ZWANGSEHE? – DAS ISLAMBILD IN DEUTSCHLAND“, in: „Dein Handbuch“ für Peercoaches, hg. von Gegen Vergessen – Für Demokratie e.V. Berlin 2019. Oder zu beziehen über [online] [www.argutraining.de/downloads](http://www.argutraining.de/downloads)
- Videoclip „Muslimfeindlichkeit“ der Bundeszentrale für politischen Bildung, [online] <https://www.youtube.com/watch?v=in9T0xPzGco> [31.12.2019].

### Zur weiteren Thematisierung

- Landeskoordinierungsstelle Demokratiezentrum Baden-Württemberg und Jugendstiftung Baden-Württemberg: Pädagogischer Umgang mit Antimuslimischem Rassismus – Ein Beitrag zur Prävention der Radikalisierung von Jugendlichen, [online] [https://www.ufuq.de/Antirassismus\\_Broschuere.pdf](https://www.ufuq.de/Antirassismus_Broschuere.pdf)
- Michalski, Marcin; Oueslati, Ramses Michael (Hg.): Standhalten – Rassismuskritische Unterrichtsmaterialien und Didaktik für viele Fächer mit Kurzfilm, [online] [http://www.stiftung-do.org/wp/wp-content/uploads/2016/09/standhalten\\_web\\_pdf.pdf](http://www.stiftung-do.org/wp/wp-content/uploads/2016/09/standhalten_web_pdf.pdf)

## RASSISMUS/FREMDENFINDLICHKEIT

### Materialien für die Übung

- Hintergrundtext „GEILE HANDYS? – DIE BEDEUTUNG VON SMARTPHONES FÜR GEFLÜCHTETE“, in: „Dein Handbuch“ für Peercoaches, hg. von Gegen Vergessen – Für Demokratie e.V. Berlin 2019. Oder zu beziehen über [online] [www.argutraining.de/downloads](http://www.argutraining.de/downloads)
- Videoclip „Was ist Fremdenfeindlichkeit?“ vom Adolf Bender Zentrum, [online] <https://www.youtube.com/watch?v=HRoppF85B88> [31.12.2019].

### Zur weiteren Thematisierung

- Anne Frank Haus, Amsterdam: Stories that move – Toolbox gegen Diskriminierung. Onlinelernmaterialien zu verschiedenen Formen von Diskriminierung, [online] <https://www.storiesthatmove.org/de/startseite/> [31.12.2019].
- Deutsches Institut für Menschenrechte: Unterrichtsmaterialien zum Thema Menschenrechtsbildung, [online] [https://www.institut-fuer-menschenrechte.de/fileadmin/user\\_upload/Publikationen/Unterrichtsmaterialien/unterrichtsmaterialien\\_der\\_schutz\\_vor\\_diskriminierung.pdf](https://www.institut-fuer-menschenrechte.de/fileadmin/user_upload/Publikationen/Unterrichtsmaterialien/unterrichtsmaterialien_der_schutz_vor_diskriminierung.pdf)

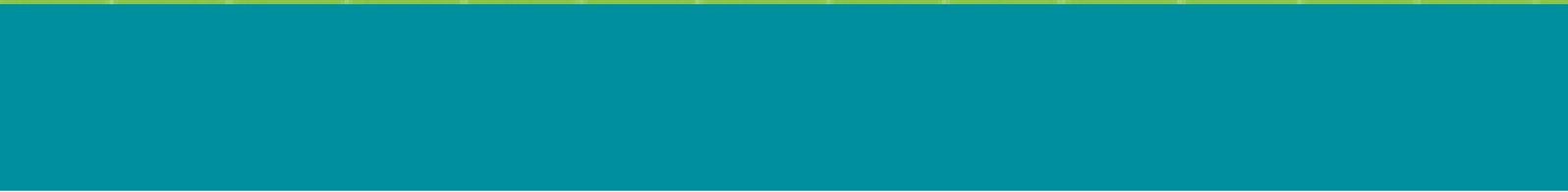
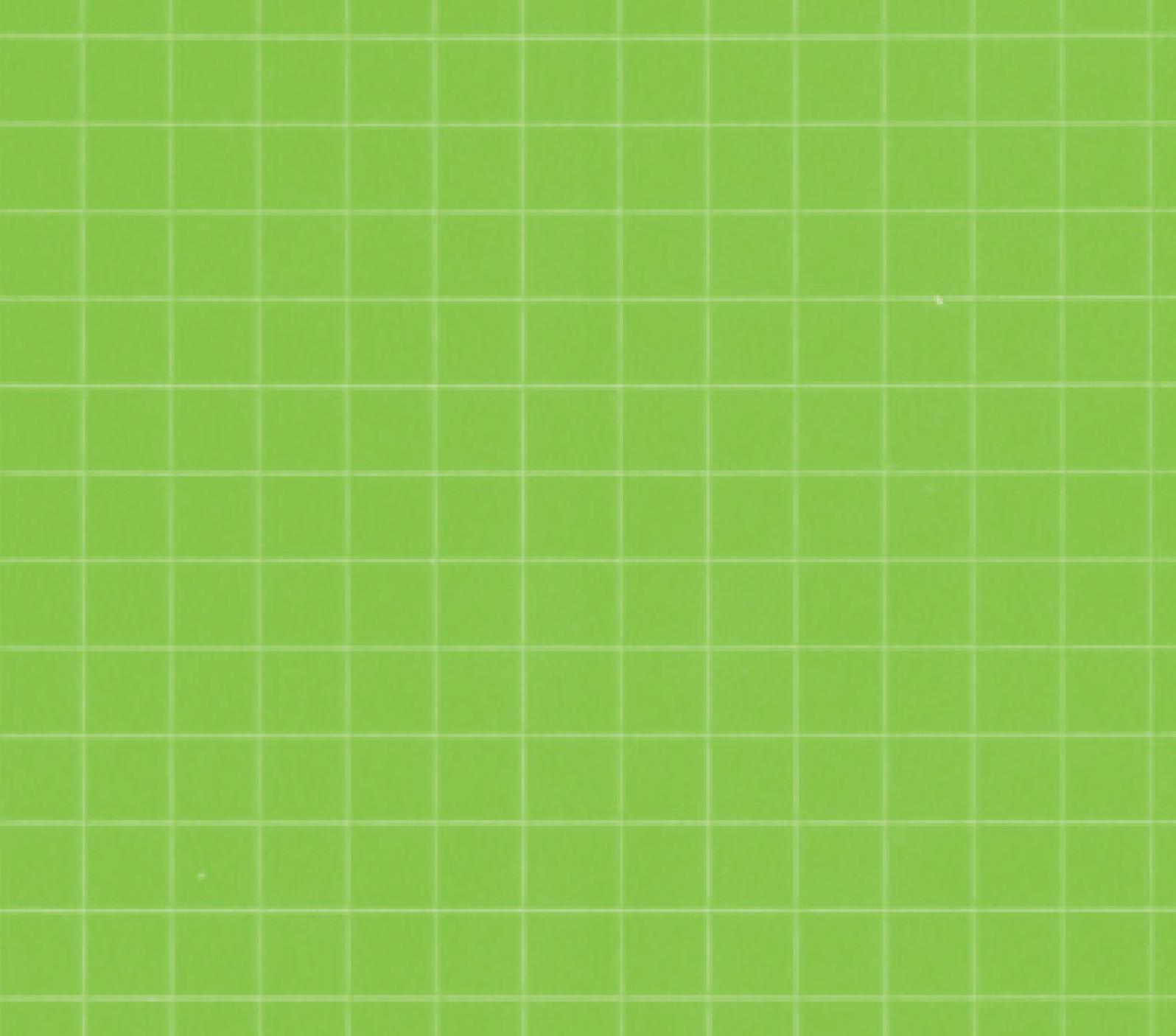
## ABWERTUNG AUFGRUND VON HARTZ IV UND ARBEITSLOSIGKEIT

### Materialien für die Übung

- Hintergrundtext „HARTZ IV-GENERATION? – ABWERTUNG VON ARBEITSLOSEN MENSCHEN“, in: „Dein Handbuch“ für Peercoaches, hg. von Gegen Vergessen – Für Demokratie e.V. Berlin 2019. Oder zu beziehen über [online] [www.argutraining.de/downloads](http://www.argutraining.de/downloads)
- Videoclip „Hartz-IV-Empfänger über Hartz IV“ von #funk, [online] <https://www.youtube.com/watch?v=CBGPdiOUNjI> [31.12.2019].

### Zur weiteren Thematisierung

- Landeszentrale für politische Bildung Baden-Württemberg: „Abgehängt? Armut in Deutschland“. Politik & Unterricht 2/2017, 2. Quartal, 43. Jahrgang, [online] [http://www.politikundunterricht.de/2\\_17/armut.pdf](http://www.politikundunterricht.de/2_17/armut.pdf)
- Landeszentrale für politische Bildung Baden-Württemberg: Armut in Deutschland. Von Hartz IV, Aufstockern und Steuermillionären. „mach's klar“ 2/2013, [online] [https://www.lpb-bw.de/fileadmin/lpb\\_hauptportal/pdf/machs\\_klar/machs\\_klar\\_2\\_13.pdf](https://www.lpb-bw.de/fileadmin/lpb_hauptportal/pdf/machs_klar/machs_klar_2_13.pdf)



[www.argutraining.de](http://www.argutraining.de)  
ISBN 978-3-9820589-9-3