

Sehen und Erkennen



ZIVILCOURAGE-HÜRDEN
IN UNSEREM BÜRO IN DORNBIRN ERHÄLTlich!

Ehrenhaftes Handeln fängt immer damit an, eine un- gerechte Situation zu erkennen und zu beurteilen. Erst wenn ich erkenne, dass Handlungsbedarf besteht, kann ich auch die Entscheidung treffen diese Situation positiv zu beeinflussen. Diese Gruppenstunde beschäftigt sich genau mit diesem Thema: HINSCHAUEN - sehen, was ist.

(AUS DEM BEHELF: ZIVILCOURAGE-HÜRDEN)

EINSTIEG: WORTPUZZLE

z.B. mit dem Satz: „*Es ist nicht deine Schuld, dass die Welt ist, wie sie ist. Es wär' nur deine Schuld, wenn sie so bleibt.*“ (Farin Urlaub)

Oder „*Sei du selbst die Veränderung, die du dir wünschst für diese Welt*“ (Mahatma Gandhi)

Jede Person erhält 1-2 Worte aus dem Satz. Die Gruppe soll nun den Satz herausfinden (ev. ohne zu reden). Wenn die Übung geschafft ist, kann noch kurz über den Satz gesprochen werden: Von wem ist er, aus welchem Hintergrund? Worum geht es in diesem Satz?

Er ist eine Aufforderung etwas zu tun, sich für etwas einzusetzen. Zivilcourage ist so ein Einsatz für das, was uns sehr wichtig ist: z.B. für Gerechtigkeit, Gewaltlosigkeit, Gleichberechtigung... Bis wir aber mutig handeln, müssen wir einige Hindernisse überwinden. Heute wollen wir uns mit dem ersten Hindernis beschäftigen.

HINSCHAUEN: SEHEN WAS IST

Die Hürde wird aufgestellt und benannt: sie steht für das Hinschauen und Wahrnehmen eines Konfliktes, nicht wegsehen und ignorieren. Es werden Situationen gesammelt, wo Leute etwas ignoriert haben, statt einzugreifen, wo ich weggeschaut habe, ev. auch Situationen aus der Zeitung suchen. Diese Situationen werden auf einem Plakat gesammelt und auf die Hürde geklebt.

WAS LESE ICH IN DIR

[Diese Übung soll die Wahrnehmungsfähigkeit und Sensibilität für das Gegenüber schärfen. Nonverbale Kommunikation spielt in Konfliktsituationen eine wesentliche Rolle.]

Es werden Paare gebildet, die sich schweigend gegenüber aufstellen und von oben bis unten genau beobachten, dabei achten sie besonders auf Mimik und Gestik des Gegenübers. Dann schließen beide die Augen und überlegen, in welcher Stimmung sie sind (z.B. müde, gespannt, gelang-



JUGENDLICHE IN DER JUNGEN HALLE JUNGE KIRCHE / IONIAN

weilt...). Noch mit geschlossenen Augen verändern beide Mimik und Gestik und drücken damit den Gefühlszustand aus. Auf ein akustisches Zeichen des/der Spielleiters/Spielleiterin öffnen sie die Augen und betrachten einander wieder (Welches Gefühl wird ausgedrückt? Was sehe ich?).

Dann werden die Augen wieder geschlossen und jede Person spiegelt das Gefühl ihres Gegenübers (d.h. welches Gefühl wurde mir vermittelt und wie drücke ich das aus?). Auf ein akustisches Zeichen hin werden die Augen wieder geöffnet und geschaut, wie man gespiegelt wurde. Der ganze Vorgang wiederholt sich, nur dass die Teilnehmenden an ein wichtiges (schönes oder negatives) Ereignis der vergangenen Woche denken sollen. Danach erzählen die Partner einander, was sie in ihrem Gegenüber gesehen und wie sie es verstanden haben. War es einfach zu erkennen? Wie wurde es gespiegelt? Was für ein Gefühl war es, gespiegelt zu werden? Es kann auch einen Austausch in der ganzen Gruppe geben, wenn es gewünscht wird.

GEGENSEITIG FÜHREN

[Diese Übung fördert Empatie/Einfühlungsvermögen und die Aufmerksamkeit für den/die andereN. Es wird die Sensibilität für die eigenen und fremden Grenzen gefördert.]

Die Paare bekommen einen Stift oder Strohhalm, den sie zusammen zwischen ihren Zeigefingern halten. So soll nun einer den anderen durch den Raum führen, ohne den Strohhalm zu verlieren. Die Führung wechselt nach einiger Zeit. Zum Schluss kann auch offen gelassen werden, wer

wen führt. Das ganze kann mit oder ohne Sprechen ausprobiert werden. Es können auch der Person, die geführt wird, die Augen verbunden werden. Erschwerend sind auch Hindernisse im Raum. Zum Schluss der Übung können sich alle im Plenum austauschen: Wie ging es mir in der Rolle (FührendeR oder GeführteR)? Konnte ich Vertrauen haben? Konnte ich die Grenzen meines Gegenübers leicht erkennen? Wodurch? Es können auch Vergleiche mit alltägliche Situationen eingebracht werden: Wo hatte ich diese Gefühl/diese Erfahrung? Geht es dir im täglichen Leben manchmal ähnlich?

WIR SCHAUEN AUF EINANDER

Die Gruppe nimmt nochmals das anfangs gestaltete Plakat in die Mitte. Gemeinsam wird nun gesammelt, welche Erfahrungen in dieser Stunde gemacht wurden und was für Umgang mit ungerechten Situationen mitgenommen wird. Abschließend sucht die Gruppe ein Symbol (z.B. ein Auge) und einen Titel (z.B.: „Wir halten unsere Augen offen“ oder „Wir schauen aufeinander“,....) für das Plakat.

LIED ZUM ABSCHLUSS

Zum motivierenden Abschluss kann ein Lied (z.B. „Deine Schuld“ von Farin Urlaub/Die Ärzte oder „Steh auf“ von Culcha Candela) zum Thema angehört werden, oder ihr singt gemeinsam „Wir mischen mit“ ([Text und Notenblatt zum download unter http://www.mitscha.at/noten/wir-mischenmit.gif](http://www.mitscha.at/noten/wir-mischenmit.gif)) JOHANNES GRABUSCHNIGG