

„Stay Cool, Stay Safe“



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Famille et de l'Intégration



WOU ?
Chalet
SNJ Ierperldeng

Weini ?
Depart: 4 November
um 8:00
Retour: 6 November
um 20:00



Ziel vum Weekend:

- Konflikter gewaltfrei leisen
- Dei richtig Astellung adapteieren
- Sech an aanerer richtig verteidegen

Um Programm stin:

- interaktiv Übungen
- Selfdefense
- Rollepillen
- sportlech Aktivitäten

Participatioun as 20 Euro

Weider Informatiounen kris du an
dengem Jugendhaus

Jugendhaus Sandweiler
5 rue Nic Welter
L-5256 Sandweiler

Jugendhaus Leideleng
4-6 rue Eich
L-3352 Leudelange

Name des Projektes/Aktivität	Stay Cool, Stay Safe
Art des Projektes/Aktivität	Gewaltpräventions-Projekt
Datum des Projektes/Aktivität	04.11.2011-06.11.2011
Ort des Projektes/Aktivität	Erpeldange → Chalet SNJ
Anzahl der Teilnehmer	10
Durchschnittsalter der Teilnehmer	13-14
Partizipation der Teilnehmer	20 Euro
Aktivität finanziert durch...	Ministère de la Famille
Betreuung	Vanessa Wirtz Edvard Skrijelj
Organisationspartner	Jugendhaus Leudelange
Transportmittel	Bus und Zug
Beschreibung des Projektes/Aktivität	Während dem gemeinsamen Wochenende sollen die Jugendlichen sich mit dem Thema Gewalt auseinandersetzen. Durch Übungen und Spiele sollen Begriffe wie „Gewalt“ „Mobbing“, „Zivilcourage“ verdeutlicht werden. Das Teamgefühl unter den Jugendlichen soll verstärkt werden. Die Jugendlichen sollen außerdem bei der Zubereitung des Essens während des Wochenendes mitwirken.
Ziele des Projektes/Aktivität	<ul style="list-style-type: none"> - die Bedeutung des Begriffes „Gewalt“ klarmachen - die verschiedenen Formen von Gewalt definieren - die Jugendlichen in Täter und in Opferrollen hineinversetzen - den Jugendlichen klar machen, wie sie sich als Opfer verhalten sollen - den Jugendlichen klarmachen, wie sie sich als Beobachter von Gewaltsituationen verhalten sollen - den Begriff „Zivilcourage“ verständlich machen

Konkreter Verlauf des Gewaltpräventions-projektes „Stay Cool, Stay Safe!“

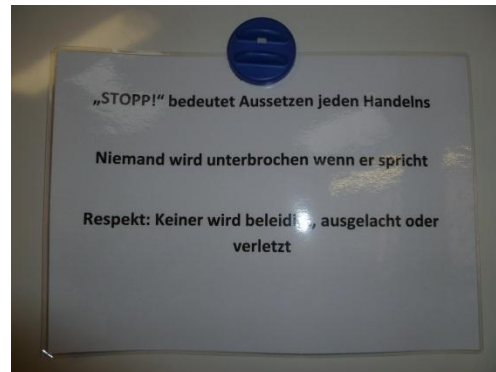
Freitag, 04.11.2011

Das Morgenprogramm:

Die Jugendlichen trafen sich um 08:00 Morgens, um mit ihren jeweiligen Erziehern mit dem Bus zum Bahnhof Luxemburg zu fahren. Von dort aus ging die Reise mit dem Zug nach Ettelbrück weiter, von wo sich die Gruppe zu Fuß zum „Chalet“ in Erpeldange bewegte.

Nach einer kurzen Einfindungszeit am Aufenthaltsort setzte sich die Gruppe im Gruppenraum zusammen.

Hier wurde ihnen noch einmal genau erklärt, was die Inhalte des gemeinsamen Wochenendes sein werden. Außerdem wurden ihnen die Regeln zu einem guten positiven Zusammensein erläutert.



Anschließend wurden zwei kurze Kennenlernspiele durchgeführt:

Interviews in 2er Gruppen:

Wir forderten die Gruppe auf, sich in Zweiergruppen aufzuteilen. Sie bekamen nun 2 mal 5 Minuten Zeit um sich gegenseitig zu interviewen und zu befragen. Am Anschluss bekam jeder Teilnehmer 1 Minute Zeit um den Partner in Ich-Form vorzustellen.

Begründung:

Diese Übung wurde gewählt, weil es eine Kennenlernübung ist, die darüber hinausführt nur die Namen kennenzulernen. Die Gruppe kennt sich schon teilweise untereinander und diese Übung gibt die Möglichkeit sich noch näher kennenzulernen, neue Informationen von seinem Gegenüber zu bekommen und Gemeinsamkeiten zu entdecken. Durch den anschließenden Rollenwechsel lernen sie außerdem sich in eine andere Person hineinzusetzen.

Zur Auswertung des Kennenlernspiels wurden folgende Fragen aufgeworfen:

- Wie habt ihr euch während dem Interview gefühlt?
- Wurdet ihr lieber befragt oder habt ihr lieber die Fragen gestellt?
- Ist es euch leicht gefallen aus der Perspektive des anderen zu reden?

Zum konkreten Verlauf der Übung:

Die Gruppe machte gut mit und konnte neue Informationen über ihren Gegenüber herausfinden. Die Jugendlichen hatten Spaß dabei ihren Gegenüber in ICH-Form vorzustellen und es entstand eine gelassene Atmosphäre.

Finde möglichst viele Menschen, die diese Aussagen erfüllen

Die Teilnehmer bekamen einen Zettel auf dem unterschiedliche Aussagen drauf stehen (Zum Beispiel: Ich bin Sportler / Ich rauche / Ich lese abends vor dem Schlafen-gehen / Ich habe ein Geheimnis usw.). Das Ziel war es nun kreuz und quer in Raum umherzugehen und die anderen Teilnehmer zu befragen ob diese oder jene Aussage auf ihn zutrifft.

Begründung:

Es handelt sich um eine Einbrecher-Übung. Die Teilnehmer sollen ehrlich antworten und der Umgang mit Vorurteilen kann spielerisch erprobt werden. Es ist auch eine Übung die den Einstieg in die Kommunikation erleichtert weil man einfach mal so Fragen stellen kann. Außerdem zeigt es auch sehr gut, welches Bild die anderen von einem selber haben dadurch dass die einzelnen Teilnehmer vermutlich verschiedene ganz bestimmte Fragen mehrfach gestellt bekommen.

Auswertung:

- Wie ist es euch beim Fragen ergangen?
- Habt ihr verschiedene Fragen öfters gestellt bekommen?
- Gab es Fragen die ihr nicht gern gestellt habt?
- Gab es Fragen die ihr ungern beantwortet habt?

Zum konkreten Verlauf der Übung:

Die Jugendlichen antworteten auf unkomplizierte Weise sogar auf „unangenehme“ Fragen. Die Übung ermöglichte es auf verspielte Art und Weise mehr über den anderen zu erfahren und sich gegenseitig zu überraschen. Sogar jene Jugendlichen, die sich schon gut untereinander kannten, konnten noch neues über ihre Freunde erfahren. Es machte den Jugendlichen auch Spaß auf die Erzieher zuzugehen und auch sie in ihr Kennenlernspiel einzubinden und Neues zu erfahren.

Mittagessen:

Zu dem gemeinsamen Wochenende gehörte auch das gemeinsame Nachgehen der „Haushaltspflichten“. Es wurden 2 Gruppen gegründet, eine „Tischdeck- und Kochgruppe“ und eine „Abräum- und Spühlgruppe“. Diese wechselten ihre Aufgabenbereiche am folgenden Tag.

Mittagsprogramm:

ABC der Gewalt

Ein ABC der Gewalt erarbeiten sollte mit der Gruppe erarbeitet werden. Konkret bedeutet dies, dass wir zu jedem Buchstaben des Alphabets einen Begriff suchten, der mit Gewalt zusammenhängt. Wir gingen einzeln die Buchstaben durch und jeder der einen passenden

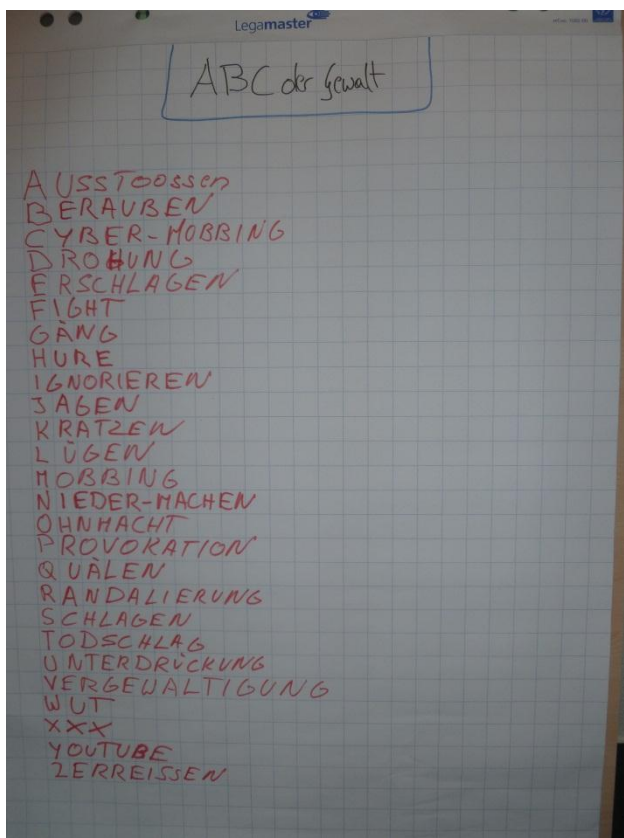
Begriff zum Buchstaben wusste, sollte ihn einbringen. Dann entschieden wir uns gemeinsam, welchen Begriff wir für den jeweiligen Buchstaben beibehalten und aufschreiben werden.

Begründung:

Wir machten diese Übung, um so eine Art erstes Brainstorming zum Thema zu machen, um zu sehen welche Begriffe ihnen zum Thema Gewalt einfallen. Außerdem müssen sie in dieser Übung fähig sein, sich zu einigen als Gruppe und einen Begriff festzuhalten, mit dem jeder einverstanden ist.

Zum konkreten Verlauf der Übung:

Zu jedem Buchstaben konnte ein Begriff gefunden werden und es konnten erste Überlegungen zum Thema „Gewalt“ gemacht werden. Die Jugendlichen waren sich teilweise nicht einig ob ein genannter Begriff nun etwas mit Gewalt zu tun habe oder nicht, aber es konnte immer eine Einigung gefunden werden und es führte zu ersten interessanten Diskussionen.



Gewaltbarometer:

Jeder Teilnehmer erhielt 2-3 Kärtchen auf denen ein Begriff oder eine Situation stand, der im nahen oder in einem weiteren Sinn mit Gewalt zusammenhängt oder eben auch nicht.

Wir legten auf die eine Seite des Raumes ein Kärtchen auf den Boden auf dem „Gewalt“ vermerkt war und auf die andere Seite des Raumes ein Kärtchen auf dem „Keine Gewalt“ stand. Die Teilnehmer sollten nun ihre Kärtchen auf diesem „Barometer“ verteilen. Sind sie also der Meinung, dass das was auf ihrer Karte steht sehr gewalttätig ist, so sollte die Karte nahe an der „Gewalt-Karte“ platziert werden, sind sie aber der Meinung, dass das was auf

ihrer Karte steht gar nichts mit Gewalt zu tun hat, so sollten sie nahe der „Keine-Gewalt-Karte“ niedergelegt werden.

Nachdem alle Teilnehmer ihre Karte niedergelegt hatten, sollte jeder sich kurz Zeit nehmen, sich das Barometer genau anzusehen und sich zu überlegen, ob er der Meinung ist, dass seine Karte nun, wo auch die anderen Beispiele alle daliegen, immer noch gut platziert ist.

Anschließend wurde eine Diskussion darüber eröffnet, was denn nun schlimmer und mehr gewalttätig ist als das Andere.

Begründung:

Die Übung sollte zeigen, dass jeder eine andere Ansicht zum Thema Gewalt hat, und dass jeder Gewalt auch anders definiert und dass es sehr schwer ist solche Beispiele von Gewalt der Schwere nach zu sortieren weil jeder anders denkt und der Eine eine Situation als sehr gewalttätig ansieht, die ein anderer vielleicht gar nicht schlimm findet. Es zeigt, dass es hier also sehr individuelle Vorstellungen gibt.

Zur konkreten Umsetzung der Übung:

Es wurde sehr viel diskutiert und die Meinungen der Jugendlichen waren sehr unterschiedlich. Der eine fand es schlimm wenn der Vater dem Kind einen Klaps aufgrund von schlechtem Benehmen gibt, der andere fand dies gar nicht schlimm. So wurden viele Beispiele durchdiskutiert und es wurde den Jugendlichen klar, dass es sehr schwierig ist eine gemeinsame Definition von „Gewalt“ festzulegen.



Titanic:

Wir stellten die Stühle Rücken an Rücken nebeneinander. Mir machten Musik an und forderten die Teilnehmer auf, um die Stühle herum zu laufen. Um die Laufrichtung zu bestimmen, stellten wir den Teilnehmern Fragen wie zum Beispiel „Wer hat schon mal geraucht?“ Wer die Frage mit Ja beantwortete sollte im Uhrzeigersinn laufen, wer sie mit Nein beantwortete sollte gegen den Uhrzeigersinn laufen. Während des Laufens nahmen wir einen Stuhl weg und sobald die Musik gestoppt wurde, sollten alle Teilnehmer versuchen sich auf die Stühle zu setzen oder zu stellen. Ziel war es dass jeder Teilnehmer in irgendwelcher Form auf den Stühlen Platz hatte und keine Füße mehr auf dem Boden zu sehen waren. Danach begann das Ganze von vorne und es wurde erneut 1 Stuhl weggenommen.

Begründung:

Die Übung fördert gegenseitige Hilfe und Kooperation, die in einer Gruppe sehr wichtig ist. Außerdem kommt wieder Bewegung in den Raum und es macht einfach Spaß. Interessant ist auch bei dieser Übung, ob sich ein Koordinator in der Gruppe herauschält.

Zur konkreten Umsetzung der Übung:

Bei den Fragestellungen, die die Laufrichtung bestimmte, waren die Jugendlichen anfangs unsicher. Nachdem sie allerdings merkten, dass einer ihrer Freunde die Wahrheit „sagte“, schlossen sich auch andere an. Dies war sehr interessant zu beobachten. Anfangs arbeitete die Gruppe gegeneinander und nicht miteinander aber im späteren Verlauf, nachdem nur noch wenige Stühle da waren, übernahm ein Jugendlicher die Führung des Spieles und sie kooperierten wesentlich besser.



Die Insel:

Die Gruppe stellte sich auf eine Plane, auf die Insel. Weil aber auf dieser Insel giftige Pilze sind, die jeden verseuchen, musste die Gruppe nun versuchen die Insel umzudrehen, damit sie nicht mehr mit den Pilzen in Kontakt sind. Allerdings sind im Wasser rund um die Insel Haie, die jeden fressen, der ins Wasser fällt. Die Gruppe musste also nun versuchen einen Weg zu finden, die Plane umzudrehen, ohne dass dabei jemand mit dem Wasser in Kontakt kommt.

Begründung:

Die Übung kann nur dann gelingen, wenn die ganze Gruppe an einem Strang zieht; es ist also eine gemeinschaftliche Aufgabe, die die Gruppendynamik fördert.

Auswertung:

- Wie habt ihr es letztendlich geschafft die Plane umzudrehen?
- Gab es einen Führer in der Gruppe?
- Wie hat sich der Führer definiert?

Zur konkreten Umsetzung der Übung:

Die Jugendlichen fanden sehr schnell eine gemeinsame Lösung für das gestellte Problem. Anfangs versuchte jeder individuell zu handeln und alle zogen an unterschiedlichen Enden der Plane. Sehr schnell merkten sie aber dass dies nicht funktionieren konnte und somit übernahm einer der Gruppe das Kommando und führte die anderen zu der Lösung.



Pause

Nachmittagsprogramm:

Bataca schlagen:

Die Gruppe sass im Kreis. In der Mitte des Kreises lag ein Bataca auf einem Stuhl. Ein Teilnehmer befand sich im Kreis, nahm den Bataca, schlug damit auf den Knie eines anderen Teilnehmers und legte schnell den Bataca wieder auf den Stuhl in der Mitte zurück. Der geschlagene Teilnehmer musste nun versuchen den Bataca auf dem Stuhl zu schnappen und dem schlagenden Teilnehmer damit auf den Hintern schlagen, bevor dieser den leeren Platz im Kreis eingenommen hatte. Geling es ihm den Platz einzunehmen, bevor er einen Schlag auf den Hintern bekam, so durfte er im Kreis sitzen bleiben und der andere Teilnehmer musste nun erneut von vorne starten und einen neuen Teilnehmer aussuchen um ihm auf den Knie zu schlagen.

Es war hier bei dieser Übung sehr wichtig, dass wir den Teilnehmern sehr klar präzisierten, dass sie nur auf die Knie, beispielsweise auf den Hintern der anderen schlagen dürften und dass diese Kampfregeln unbedingt respektiert werden müssen.

Begründung:

Kämpfen nach Regeln macht Spaß. Außerdem ist es eine sehr dynamische und schnelle Übung, die sich sehr gut als Warm-Up eignet.

Zur konkreten Umsetzung der Übung:

Die Jugendlichen hatten großen Spaß auf spielerische Art und Weise zu kämpfen. Außerdem ermöglichte es nach der Pause wieder in Bewegung und Schwung zu kommen.



Der heilige Gral:

Der heilige Gral (irgendein nutzloser Gegenstand, wie zum Beispiel Klebeband) sollte von einer Person, die auf einem Stuhl in der Mitte des Kreises sitzt, verteidigt werden, weil er einen „enormen“ Wert hat. Der Teilnehmer bekam die Aufgabe ihn um jeden Preis zu behüten und festzuhalten.

Ein weiterer Teilnehmer aus dem Kreis bekam die Aufgabe den Heiligen Gral der Person auf dem Stuhl zu entnehmen.

Begründung:

Die Übung soll zeigen, dass jeder ein gewisses Gewaltpotenzial in sich hat.

Auswertung:

- Welche Methoden wurden ausgesucht, um den Gral zu bekommen?
- Wie hätte auf friedfertige Art und Weise versucht werden können den Gral zu bekommen?
- Warum hat dies möglicherweise niemand versucht?

Zur konkreten Umsetzung der Übung:

Die Jugendlichen nutzten, so wie zu erwarten war, vor allem gewalttätige Methoden, um das Klebeband zu erhalten. Niemandem kam der Gedanke, danach zu fragen oder um „Teilen“ zu beten. Dies konnte nach dem Spiel mit den Jugendlichen sehr gut thematisiert werden und es kam zu einem „Aha-Effekt“ seitens der Jugendlichen.



Stuhl-Auftrag:

Die Jugendlichen wurden in 3 Gruppen eingeteilt. Eine Gruppe bekam den Auftrag „Bei „LOS“ müsst Ihr alle Stühle in einen Kreis stellen“. Die andere Gruppe bekam den Auftrag „Bei „LOS“ müsst ihr alle Stühle stapeln“ und die dritte Gruppe bekam den Auftrag „Bei „LOS“ müsst ihr alle Stühle in eine Reihe stellen“ Keine Gruppe wusste vom jeweiligen Auftrag der anderen Gruppe.

Begründung:

Die Übung zeigt, dass, wenn alle Teilnehmer gegeneinander arbeiten, niemand sein Ziel erreichen kann.

Auswertung:

- Wie hättet ihr vorgehen müssen, um alle euer Ziel zu erreichen?
- Hat man euch vermittelt, dass es sich um einen Wettkampf handelt oder warum habt ihr nicht zusammengearbeitet?

Zur konkreten Umsetzung der Übung:

Wie zu erwarten war, versuchte jede Gruppe ihr Ziel zu erreichen, und keine Gruppe konnte es erreichen, da sie gegeneinander arbeiteten. Dies konnte anschließend sehr gut mit ihnen besprochen werden. Automatisch haben sie den Auftrag als einen Wettkampf angesehen und gegeneinander gearbeitet, anstelle dass sie alle zusammen einen Auftrag nach dem anderen umgesetzt hätten und somit alle ihr Ziel erreicht hätten.



Schlange sucht Igel

Die Jugendlichen standen auf einer Plane. Im Saal waren 11 Igelbälle verteilt. Die Jugendlichen hatten nun 7 Versuche à 5 Sekunden, um diese Bälle einzusammeln. Sie mussten dabei immer kontakt zur Plane haben und mussten sich an den Händen halten. Ein Versuch begann, sobald 1 Fuß die Plane verließ. Die Plane durfte nur an einer Stelle verlassen werden. Nach 5 Sekunden mussten die Jugendlichen wieder auf der Plane sein, sonst war der Versuch ungültig und alle bereits geholten Bälle wurden erneut verteilt.

Begründung:

Die Übung fördert den Zusammenhalt und die Gruppendynamik. Sie mussten einen Konsens finden und sich einigen, um das gemeinsame Ziel erreichen zu können.

Auswertung:

- Wie konntet ihr euer Ziel erreichen?
- Was war unbedingt notwendig zur Erreichung des Ziels?
- Warum habt ihr es nicht beim ersten Versuch geschafft?

Zur konkreten Umsetzung der Übung:

Die Jugendlichen brauchten 3 Versuche, um ihr Ziel zu erreichen und alle Bälle einzusammeln. Es funktionierte erst, als einer das Kommando übernahm und sehr klar sagte „In den nächsten 5 Sekunden, nehmen wir die 2 Bälle“ usw. Sie erkannten sehr schnell, dass auch hier Teamwork gefragt ist und dass das „Gegeneinander-Arbeiten“ sie nicht vorwärts bringen kann.

Pause

Vorabendprogramm:

Sport:

Damit die Jugendlichen auch Bewegung bekommen, wurde ihnen ein Kampfsport-Training angeboten. Die Jugendlichen bekamen Einblick in „Muay Thai“. Durch diese Aktivität sollte ihr Körperbewusstsein gestärkt werden, sie sollten ein besseres Verständnis für ihren eigenen Körper bekommen und sich auch austoben können.

Zur konkreten Umsetzung des Sportprogrammes:

Die Jugendlichen waren die 3 Tage über sehr begeistert von diesem sportlichen Kampfsportangebot und machten sehr konzentriert und engagiert mit.



Abendessen

Abendprogramm:

„Die Welle“

Wir schauten uns zusammen den Film „Die Welle“ an und diskutierten anschließend über den Inhalt des Filmes.



Beschreibung des Filmes:

Ein unangepasster, engagierter Gymnasiallehrer führt mit seinen Schülern im Rahmen einer Projektwoche zum Thema "Staatsformen" ein Experiment durch, das der Frage nachgeht, ob eine Diktatur auch heute noch entstehen und nach welchen einfachen Regeln sie funktionieren kann. Es beginnt ganz harmlos mit der Definition einer Gruppenzugehörigkeit. Doch bald kommt es zu einer Ausgrenzung jener Schüler, die nicht dem Gruppenideal entsprechen wollen. Tag für Tag werden neue, immer radikalere Maßnahmen beschlossen. "Macht durch Disziplin, Macht durch Gemeinschaft, Macht durch Handeln". Als der Lehrer merkt, dass sein Experiment außer Kontrolle zu geraten droht, will er es abbrechen. Aber die Welle, die er in Gang gesetzt hat, ist offenbar nicht mehr aufzuhalten.

Zur konkreten Umsetzung des Filmabend:

Obwohl einige wenige Jugendliche den Film schon kannten, waren sie sehr interessiert. Sie waren schockiert darüber, dass es sich um eine wahre Begebenheit handelt, die im Film thematisiert wurde. Themen wie „Gruppenzwang“ wurden besprochen und die Jugendlichen erzählten aus ihrer eigenen Erfahrung bezüglich solcher Themen.

Igelballmassage

Um am späten Abend zur Ruhe zu finden, legten wir Decken auf den Boden und die Jugendlichen konnten sich mit Igelbällen gegenseitig den Rücken massieren. Dabei wurde ihnen meditative Musik vorgespielt. Obwohl es zu Gelächter kam, waren die Jugendlichen begeistert von der Aktivität und fanden auch etwas zur Ruhe.

Abschluss des Tages:

Wir setzten uns in einen Kreis, dämmten das Licht, legten meditative Musik auf und stellten eine Kerze in die Mitte des Kreises. Jeder sollte nun für sich den Tag Revue passieren lassen. Jeder der mochte, konnte etwas zu den Erlebnissen erzählen. Dies wurde jedoch nicht von jemand anderem bewertet oder kommentiert.

Nachtruhe

Samstag, 05.11.2011

Frühstück

Morgenprogramm:

Natur-Blindenführung:

Wir trafen uns mit der Gruppe vor dem Home. Wir spazierten mit ihnen in die Natur. Dort sollten sie Zweiergruppen bilden. Einer von ihnen verband sich die Augen und der andere sollte ihn führen. Dies geschah ohne dass dabei viel geredet wurde. Nach 5 Minuten wurde gewechselt und der andere Teilnehmer verband sich die Augen um geführt zu werden.

Begründung:

Die Übung im Freien sollte einerseits dazu dienen, dass die Gruppe aufwacht und gewissermaßen den neuen Tag begrüßen kann. Es handelte sich außerdem um eine Vertrauensübung. Auch Empathie spielte hier bei der Übung eine große Rolle, weil der Führer sich in den Blinden hineinversetzen musste, damit er ihn korrekt und auf vertrauenerweckende Weise führen konnte.

Auswertung:

- Was hat euch besser gefallen, zu führen oder geführt zu werden?
- Konntet ihr eurem Partner blind vertrauen?
- Wie habt ihr euch bei der Übung gefühlt?

Zur konkreten Umsetzung der Übung:

Die Jugendlichen machten sich anfangs eines Spaßes daraus ihren Partner irr zu führen. Dies konnte anschließend gut mit ihnen aufgegriffen und thematisiert werden. Die meisten Jugendlichen äußerten jedoch dass es ihnen Spaß machte geführt zu werden, auch wenn es nicht immer ganz übungsgemäss umgesetzt wurde.

Empathie-Bilder:

Wir legten eine kleine Plane in die Mitte des Raumes, auf die wir ein paar Gegenstände drauflegen (Zum. Beispiel: Buch, Kugelschreiber, Wasserflasche, Gabel etc.). Die Teilnehmer setzten sich nun mit Papier und Stift rund um die Plane herum. Sie bekamen nun den Auftrag, die Plane mit dem was drauf liegt auf ihr Blatt aufzumalen, jedoch aus der Perspektive des ihnen gegenüberstehenden Teilnehmers.

Begründung:

Die Übung zeigt sehr gut, dass es sehr schwierig ist, sich in eine andere Person hineinzusetzen und dass dies oft sehr viel Mühe kostet. Sie zeigt auch, dass man manchmal glaubt, man würde die Sachen genau so sehen wie er aber beim genauen Nachschauen stellen sich dann doch Unterschiede heraus.

Zur genauen Umsetzung der Übung:

Nach der Übung stellte sich für viele Jugendliche heraus, dass sie die Perspektive ihres Gegenübers falsch eingeschätzt haben. Somit konnte eine Diskussion darüber erörtert werden, dass dies auch im Alltag oft geschieht. Manchmal denken sie, dass sie wissen, wie

sich ihr Gegenüber fühlt, aber durch genaues Hinsehen, wissen sie es dann doch nicht so genau.



Axt-Stiel-Wackelbrücke

Wir baten die Teilnehmer eine Gasse zu bilden. Jeder fasste sich mit seinem Gegenüber an einem Axt Stiel fest und es bildet sich so eine Brücke. Nun ging ein Teilnehmer nach dem Anderen über diese Brücke drüber. Der Teilnehmer der die Brücke überquerte konnte sich an den Köpfen der Gassen-Teilnehmer stützen.

Begründung:

Es handelt sich um eine Vertrauensübung. Die Teilnehmer können hier aber auch ihre Grenzen kennenlernen. Es kann vorkommen dass ein Teilnehmer sehr zögert um mitzumachen und dann ist es umso wichtiger dass er nicht von der Gruppe ausgelacht wird sondern unterstützt wird. Auch dies ist sehr im Sinne des Empathie-Themas. Darüber hinaus ist es auch eine Konzentrations- und Gleichgewichtsübung.

Auswertung:

- Wie ist es euch bei der Übung gegangen?
- Hattet ihr Vertrauen in die Gruppe dass sie euch tragen wird?

Zur konkreten Umsetzung der Übung:

Jeder Jugendliche traute sich die Brücke zu überqueren und es machte ihnen auch viel Spaß. Keiner hatte Bedenken, dass die Gruppe ihn nicht tragen würde. Dies zeigte sehr gut, dass die Gruppe inzwischen großes Vertrauen aufgebaut hatte.



Partner an der rechten Seite kleben

Die Gruppe soll sich in Paare zusammenschließen. Der eine Teilnehmer muss nun seinem Partner an der rechten Seite kleben bleiben, egal wohin er geht oder läuft. Nach ein paar Minuten wird getauscht

Begründung:

Die Übung zeigt sehr gut, wie man mit Macht, beispielsweise Machtlosigkeit umgehen kann. Es hängt auch sehr eng zusammen mit „Empathie“...fühle ich mich nun in meinen Partner ein, der mich egal wohin folgen muss oder nicht? Gebe ich ihm eine Chance?

Auswertung:

- Wie habt ihr euch während der Übung verhalten?
- Habt ihr eurem Partner eine Chance gegeben?
- Habt ihr euch in ihn eingefühlt?

Zur konkreten Umsetzung der Übung:

Die Jugendlichen übten am Anfang der Übung Macht über ihren Partner aus indem sie ihn in die Ecke drängten. Viele von ihnen hörten allerdings sehr schnell damit auf und gaben ihm eine Chance. Dieser Umschwung in der Aktivität war sehr interessant zu beobachten.

Party → Mobbing

Wir suchten 2 Personen aus, die den Raum verlassen sollten. Hierbei beachteten wir, dass es sich nicht um eine Person handelte, die von der Gruppe sowieso schon oft ausgeschlossen wird. Den anderen Teilnehmern erklärten wir, dass wir nun eine Party feiern und dass sie die Aufgabe haben, die erste Person von den 2 die reinkommt zu ignorieren, ihr nur sehr kurze Antworten auf Fragen geben sollten und nicht von sich aus mit ihr reden sollten. Der Person selber sagten wir, dass sie auf eine Party eingeladen wird, wo sie außer der Gastgeberin niemand kennt und dass sie versuchen sollte Kontakt aufzunehmen zu den Leuten.

Nach dem ersten Durchlauf, der nach 2 Minuten gestoppt wurde, sollte nun die zweite Person reinkommen, die den gleichen Auftrag erhalten hatte. Nur die anderen Teilnehmer sollten sich nun noch verschärfter verhalten und dem Teilnehmer regelrecht den Rücken zudrehen und gar nicht auf ihn eingehen.

Begründung:

Bei der Übung geht es darum sich in die Situation des Opfers hin einzufühlen und sie soll verdeutlichen, dass tagtäglich Leute in unserer Gesellschaft ausgegrenzt werden

Auswertung:

- Kennt ihr solche Situationen?
- Wie haben die Opfer sich gefühlt?
- Wie haben die Täter sich gefühlt?
- Hat es Spaß gemacht die Opfer auszugrenzen?

Zur konkreten Umsetzung der Übung:

Nach der Übung konnte ein sehr interessantes Gespräch über Mobbing und Ausgrenzung stattfinden. Die Jugendlichen äußerten, dass sie solche Situationen auch im alltäglichen Leben kennen und es konnten Möglichkeiten aufgearbeitet werden, wie sie mit solchen Situationen als Opfer oder als Beobachter umgehen können.

Mittagessen:



Mittagsprogramm:

„Kuck net ewech“

Der Kurzfilm „Kuck net ewech“ wurde mit den Jugendlichen angeschaut um das Thema des Zivilcourage anzusprechen.

Es handelt sich hierbei um einen Film, der in Luxemburg gedreht wurde. 3 verschiedene Gewalt-Szenen wurden in der Stadt gespielt. Die Passanten wurden mit versteckter Kamera aufgenommen um zu sehen wie sie reagierten oder auch nicht reagierten.

Zum Verlauf der Aktivität:

Die Jugendlichen waren sehr schockiert darüber dass im Film so wenige Leute auf die Szenen reagierten. Auch hier konnten die Jugendlichen wieder aus ihrem eigenen Leben berichten und vergleichbare Situationen einbringen. Es konnte ihnen erklärt werden, wie sie reagieren sollen wenn sie Beobachter solcher Situationen sind. Es wurde ihnen erklärt wie sie sich richtig verhalten sollen, was Zivilcourage bedeutet und dass es nicht heisst sich selber in Gefahr zu begeben.



Pause

Nachmittagsprogramm:

Gasse

Wir stellten uns in einer Reihe gegenüber einer Mauer auf, so dass eine Gasse entstand. Einer von uns stellte sich hinein und die Teilnehmer sollten nun versuchen an uns vorbeizukommen.

Die Jugendlichen sollten sich vorstellen, dass sie abends eine düstere Gasse durchlaufen müssen und auf einen „Täter“ treffen, der sie bedroht. Sie sollten herausfinden, wie sie sich am Besten verhalten sollen um Bedrohung zu vermeiden.

Nach 2-3 Durchgangsversuchen besprachen wir mit der Gruppe, welche Verhaltensweisen wichtig sind in einer solchen Situation:

- Ziel ganz klar vor Augen behalten
- Klare und deutliche Sprache
- Nicht auf Diskussionen einlassen
- Nicht selber gewalttätig werden
- Hände für den Täter sichtbar behalten
- Nicht zu lange in die Augen schauen → wirkt provozierend
- Usw.

Danach machten wir mit der Übung weiter. Jeder sollte vor dem Ende der Übung es einmal geschafft haben die Gasse zu durchqueren. Zwischendurch machten wir die Teilnehmer auf ihre Körpersprache aufmerksam.

Begründung:

Die Teilnehmer sollen sich in dieser Übung ihrer eigenen Körpersprache bewusst werden und auch lernen wie sie sich in einer solchen Situation richtig verhalten sollen um sich selber so wenig wie möglich in Gefahr zu versetzen.

Zur konkreten Umsetzung der Übung:

Die Jugendlichen hatten einerseits Spaß bei diesem Rollenspiel, erkannten aber auch den Ernst und die Wichtigkeit dieser Übung. Viele Jugendliche hatten falsche Vorstellungen davon, wie sie sich in solchen Situationen verhalten sollen.



Freizeit

Vorabendprogramm:

Sport → Muay Thai



Abendessen

Abendprogramm:

Spieleabend

Da sich schon eine große Müdigkeit bei den Teilnehmern herausstellte, wurde das Abendprogramm auf einen gemütlichen Spieleabend (Gesellschaftsspiele) beschränkt.



Fantasiereise:

Bei gedämpftem Licht und langsamer Musik wurden die Jugendlichen zu einer Fantasiereise eingeladen, um sich vor dem Schlafen-Gehen zu beruhigen.

Abschluss des Tages:

Idem Vorabend

Sonntag, 06.11.2011

Der wesentliche Teil des Sonntags wurde dazu genutzt, das Home zu putzen. Hier wurden die Jugendlichen selber mit in die Verantwortung gezogen. Außerdem wurde erneut eine Sporteinheit (Muay Thai) durchgeführt und gemeinsam gegessen. Zum Abschluss wurde eine gemeinsame Abschlussrunde gemacht, wo die Jugendlichen ihre Eindrücke, ihre Lernerfahrungen, ihre bevorzugten Aktivitäten äußern konnten. Gegen 17:00 gingen wir wieder zu Fuss nach Ettelbrück, um den Heimweg mit Zug und Bus anzutreten.

Allgemeine Auswertung des Projektes „Stay Cool Stay Safe“

Die Jugendlichen haben bei allen Aktivitäten sehr gut mitgewirkt und es entstand eine sehr positive Atmosphäre. Bei den Übungen und den anschließenden Gesprächen stellten sich oft „Aha-Effekte“ heraus und sie äußerten selber, dass sie sehr viel gelernt haben und ein besseres Verständnis erworben haben, was Begriffe wie „Gewalt“ „Mobbing“ oder „Zivilcourage“ bedeuten. Sie konnten neue Handlungsmöglichkeiten praktisch ausprobieren. Eine sehr große Begeisterung stellte sich auch bei den Sportlichen Aktivitäten heraus, wo sie sich austoben konnten und gleichzeitig Methoden der Selbstverteidigung erlernen konnten. Es entstand auch ein großes Vertrauensverhältnis zu den Erziehern. Viele Jugendliche thematisierten persönliche Erfahrungen und ein hilfreicher und sinnvoller Austausch konnte stattfinden.