



LEHRPLAN

“BEFÄHIGUNG VON JUGENDBETREUERN
UND PEER-LEADERN FÜR JUGENDLICHE
ZUR PRÄVENTION VON KÖRPERLICHER
GEWALT ZWISCHEN JUGENDLICHEN”

TITEL:

Lehrplan “Befähigung von Jugendbetreuern und Peer-Leadern für Jugendliche zur Prävention von körperlicher Gewalt zwischen Jugendlichen”

PROJEKT:

“Prävention von Cybermobbing und Peer-Gewalt unter Jugendlichen”, gefördert durch die JUGEND für Europa, die deutsche Nationalagentur für das Erasmus+ Jugendprogramm.

PROJEKTPARTNER:

- Outreach Hannover, e.V., Deutschland
- Active youth in happy Europe (AMUSE), Serbien
- Association for improvement of modern living skills “Realization”, Kroatien
- Learning Wizard d.o.o. za savjetovanje, Kroatien

VERLEGER:

Outreach Hannover, e.V., Deutschland

EDITORIN:

Berna Xhemajli

AUTOREN:

Berna Xhemajli
Miloš Matorčević
Pavle Jevdic
Čedo Velašević

AUS DEM ENGLISCH ÜBERSETZT:

Nikola Saric

GRAPHIC DESIGN:

Nikola Radovanovic

**HANNOVER, DEUTSCHLAND
2022**



Contents

▪ ÜBER DAS PROJEKT	1
▪ HINTERGRUND DES LEHRPLANS	3
○ Programm des Lehrgangs	5
▪ EMPFEHLUNGEN ZUR VERWENDUNG DIESES LEHRPLANS UND ZUR ORGANISATION ÄHNLICHER AUSBILDUNGSKURSE.....	6
▪ ENTWICKELTE SITZUNGEN DES TRAININGSKURSES: „BEFÄHIGUNG VON JUGENDBETREUERN UND PEER-LEADERN FÜR JUGENDLICHE ZUR PRÄVENTION VON KÖRPERLICHER GEWALT ZWISCHEN JUGENDLICHEN“	8
1.0 Einführung und Gruppenbildung	8
2.0 Austausch eigener Erfahrungen und Realitäten der körperlichen Gewalt zwischen Gleichaltrige (Prävention).....	12
3.0 Jugendarbeit und nicht-formale Bildung im Umgang mit gleichaltriger Gewalt.....	15
4.0 Den Zyklus der Gewalt verstehen.....	17
5.0 Arten von Mobbing und gleichaltrige Gewalt zwischen Jugendlichen	20
6.0 Das Mobbing von Jugendlichen erkennen	23
7.0 Folgen von Gewalt auf gemobbte Jugendliche – Bewältigungsstrategien.....	26
8.0 Jugendlichen dabei helfen, die Situation einzuschätzen, das Schweigen zu brechen und Hilfe zu holen	28
9.0 Jugendliche motivieren, sich bei Mobbing für andere einzusetzen.....	32
10.0 Kommunikationsstile.....	35
11.0 Gewaltfreie Kommunikation und Konflikttransformation	37
12.0 Rolle von gleichaltrigem Erzieher / Leaders bei der Prävention von gleichaltriger Gewalt zwischen Jugendlichen und empfohlene Interventionen.....	40
13.0 Austausch entwickelter Interventionen zur Prävention von gleichaltriger Gewalt zwischen Jugendlichen	42
14.0 Evaluation und Abschluss des Trainingskurses	44

▪ ÜBER DAS PROJEKT

Mobbing/Gewalt durch Gleichaltrige und Cybermobbing sind in unseren Gemeinschaften leider täglich anzutreffen.

Wenn junge Menschen schwerem (Cyber-)Mobbing ausgesetzt sind, kann sich dies nicht nur auf ihre Gefühle, sondern auch auf ihr Verhalten auswirken. Zu den Verhaltensfolgen von Mobbing und Mobbingopfern gehören Aggression, Fehlverhalten, unverantwortliche Risikobereitschaft und der Konsum illegaler Substanzen. Gemobbte Schüler entwickeln auch eher negative Erwartungen an die Zukunft.

ICT-gestützte Lösungen spielen bei den Formen des Aufbaus und der Pflege von Kommunikation eine immer größere Rolle und ersetzen die zwischenmenschliche Kommunikation. Doch auch wenn das Medium ein anderes ist, steht hinter den digitalen Werkzeugen immer ein Mensch, und deshalb erstrecken sich die Aufgaben der Jugendarbeit auch auf den virtuellen Raum. Auch wenn die Jugendlichen ein großes Vertrauen in die Nutzung von Online-Tools zeigen, sind sie noch immer nicht darin geschult, diese Tools mit vollem Bewusstsein zu nutzen.

Neben dem Umgang mit Mobbing von Angesicht zu Angesicht gibt es eindeutig auch eine Rolle für die Online-Jugendarbeit, wenn es darum geht, die digitale Kompetenz zu fördern und junge Menschen in die Lage zu versetzen, mit einigen der damit verbundenen Risiken in einem Online-Umfeld, wie Cybermobbing, umzugehen. Die praktischen Auswirkungen für Jugendbetreuer liegen in den erforderlichen neuen Kompetenzen und neuen Formen der Wahrung von Grenzen in den Beziehungen zu jungen Menschen.

Jugendbetreuer befinden sich in einer einzigartigen Position, um gesunde Beziehungen unter Jugendlichen zu fördern, bei Mobbing einzugreifen und gemeinsam mit den Eltern den Mobbern und ihren Opfern zu helfen, wieder gesunde Beziehungen zu Gleichaltrigen aufzubauen. Kinder vor Missbrauch zu schützen, liegt in der Verantwortung aller Erwachsenen in ihrem Leben, vor allem der Eltern und Lehrer. Da Jugendliche jedoch regelmäßig Jugendzentren und Jugendclubs besuchen, sind auch Jugendbetreuer für die Prävention von Gewalt unter Gleichaltrigen und (Cyber-)Mobbing unter Jugendlichen verantwortlich. Jugendbetreuer können Aggression und Viktimisierung verringern, indem sie innerhalb und außerhalb der Jugendzentren ein Klima der Unterstützung und des Mitgefühls schaffen.

Mit diesem Projekt antworten wir auf die von Institutionen definierten Bedürfnisse sowie auf die Bedürfnisse unserer eigenen Jugendbetreuer und Jugendlichen. Wir fördern die Verhinderung von Gewalt unter Gleichaltrigen und (Cyber-)Mobbing unter Jugendlichen, die Befähigung von Jugend-Peer-Leadern, sich mit dem Thema zu befassen, und die qualitative Befähigung unserer Jugendbetreuer, eine qualitativ hochwertige Ausbildung von Jugend-Peer-Leadern zu organisieren, sowie aktive Jugendarbeit zur Verhinderung von (Cyber-)Mobbing unter Jugendlichen.

Dieses Projekt zielt darauf ab, Jugendbetreuer dabei zu unterstützen, wirksame Methoden zu entwickeln und auszutauschen, um marginalisierte junge Menschen zu erreichen, Rassismus und Intoleranz unter Jugendlichen zu verhindern und sich mit den Risiken und Auswirkungen der Digitalisierung auseinanderzusetzen.

Daher sind die Ziele des Projekts „Prävention von Cybermobbing und Gewalt unter Jugendlichen“ folgende:

- Befähigung von Jugendbetreuern und Peer Educators/Führern unter marginalisierten Jugendlichen zur Prävention von Cybermobbing und Gewalt unter Jugendlichen durch die Entwicklung eines inspirierenden und innovativen Lehrplans, LTTA und des Online-Kurses für die Ausbildung von Jugendbetreuern.

- Befähigung marginalisierter, diskriminierter und gemobbter Jugendlicher zu Bewältigungsmechanismen und zum Umgang mit Cybermobbing und Gewalt unter Gleichaltrigen durch ein innovatives Toolkit mit Workshops für gefährdete Jugendliche.
- Austausch bewährter Praktiken und Weiterentwicklung einer qualitativ hochwertigen strategischen Partnerschaft zwischen Partnern aus drei europäischen Ländern mit unterschiedlichen Realitäten in Bezug auf Cybermobbing und Prävention von Gewalt unter Jugendlichen.

Die Projektaktivitäten sind:

- A1 - Aktivitäten des Projektmanagements
- M1 - Transnationales Kick-Off-Projekttreffen der Partner
- O1 - Toolkit für Jugendliche, Peer Educators/Führungskräfte zur Prävention von Cybermobbing und Peer-Gewalt unter Jugendlichen
- M2 - Zweites transnationales Projekttreffen
- O2 - Lehrplan „Befähigung von Jugendbetreuern und Peer-Leadern für Jugendliche zur Prävention von körperlicher Gewalt zwischen Jugendlichen“
- M3 - Drittes transnationales Projekttreffen
- O3 - Online-Kurs für Jugendbetreuer und Peer Educators „Befähigung von Jugendbetreuern und Peer-Leadern für Jugendliche zur Prävention von körperlicher Gewalt zwischen Jugendlichen“
- C1 - LTTA Ausbildung von Ausbildern
- E1, E2, E3 - Offene Konferenzen in Serbien, Kroatien und Deutschland
- M4 - Transnationales Projekttreffen zur Bewertung

Projektpartner sind:

- Outreach Hannover, e.V., Germany
- Active youth in happy Europe (AMUSE), Serbia
- Association for improvement of modern living skills “Realization”, Croatia
- Learning Wizard d.o.o. za savjetovanje, Croatia



▪ HINTERGRUND DES LEHRPLANS


Das Curriculum „Befähigung von Jugendbetreuern und Peer-Leadern für Jugendliche zur Prävention von körperlicher Gewalt zwischen Jugendlichen“ ist als Informationsmaterial für Jugendtrainer gedacht, um einen 7-tägigen Schulungskurs zur Stärkung von Peer-Pädagogen/-Führungskräften und Jugendlichen zu organisieren, Mitarbeiter alternative Kompetenzen und Methoden zur Vorbeugung und Bekämpfung von gleichaltrige Gewalt entwickeln, die in alltäglichen Situationen von Angesicht zu Angesicht unter Jugendlichen auftritt. Darüber hinaus unterstützt es sie dabei, Jugendliche in den lokalen Gemeinschaften zu betreuen, zu coachen und zu erziehen, um gleichaltrige Gewalt zwischen ihnen zu verhindern und neue Methoden zu entwickeln, wenn sie mit direkt Begünstigten in Gemeinschaften arbeiten.

Das Curriculum besteht aus mehreren Teilen, die seine Qualität bereichern und den Jugendtrainern alle relevanten Informationen und Empfehlungen für die Multiplikation der bereitgestellten Methoden liefern. Der erste Teil des Curriculums besteht aus den Einführungsseiten mit Informationen zu Thema, Zielgruppe, erreichbaren Zielen, weiterführend mit einer detaillierten Programmtabelle für ein 7-tägiges Training. Der folgende Inhalt des Curriculums umfasst die Ausbildungscurriculum für Erzieher, Jugendtrainer, bestehend aus 15 entwickelten Sitzungen. Die entwickelten Sitzungen beinhalten Konzepte und das Verständnis relevanter Terminologien und Realitäten in der Jugendarbeit, wenn es um Gewalt und Mobbing zwischen Gleichaltrigen, Gruppenbildung, Bewältigungsstrategien für Mobbing, die Bedeutung des Eintretens für andere, gewaltfreie Kommunikation sowie Entwicklung geht von Methoden zur Aggressionsbekämpfung und zur Prävention von gleichaltriger Gewalt zwischen Jugendlichen.

Die Struktur der entwickelten Sitzungen umfasst praktische Empfehlungen, zusätzliche Ressourcen zum Lesen und Materialien, die für die Implementierung benötigt werden. Dies geschieht mit dem Ziel, ein praktischeres und nützlicheres Material für Jugendbetreuer und Trainer/Pädagogen/Peers anzubieten, die in der Jugendarbeit tätig sind.

Die spezifischen Ziele des Curriculums sind:

- Um den Teilnehmern die Schulung und relevante Informationen zu ihrer Teilnahme vorzustellen und Raum für ein gegenseitiges Kennenlernen zu schaffen;
- Austausch von Erfahrungen und Realitäten mit körperlicher Gewalt zwischen Jugendlichen und Identifizierung von Ähnlichkeiten und Unterschieden zwischen Gesellschaften durch Präsentationen und Diskussionen;
- Wissen über Jugendarbeit und non-formale Bildung im Umgang mit gleichaltriger Gewalt erweitern und Raum für kreative Lösungsansätze schaffen;
- Vermittlung von Kenntnissen über den Kreislauf der Gewalt durch vorgestellte praktische Modelle und interaktive Aktivitäten;
- Verschiedene Arten und Formen von Mobbing durch verschiedene Lernformen sowie Diskussionen zu erforschen und kennenzulernen;
- Um ein Verständnis für die häufigsten Anzeichen von Mobbing zu schaffen und Wege zu finden, Mobbing-Situationen zu erkennen;
- Über die Folgen von Gewalt auf gemobbte Jugendliche zu diskutieren und Bewältigungsstrategien zu identifizieren, um mit solchen Situationen umzugehen;
- Das Verständnis für Mobbing diskutieren und hervorheben, wie wichtig es ist, das Schweigen zu brechen und Hilfe durch kreative Methoden zu erhalten;
- Kreative Methoden anwenden, um zu veranschaulichen, wie wichtig es ist, sich für andere einzusetzen, wenn es zu Mobbing kommt;
- Verschiedene Kommunikationsstile kennenlernen und Unterschiede zwischen ihnen untersuchen;

- 
- Die Konzepte der gewaltfreien Kommunikation und der Konflikttransformation durch interaktive Diskussionen und die Erforschung bestehender Theorien verstehen;
 - Schaffung von Raum für die Entwicklung neuer Interventionen zur Prävention von Peer-Gewalt unter Jugendlichen und Ermutigung der Teilnehmer, eine aktive Rolle als gleichaltrige Erzieher zu übernehmen;
 - Präsentation der entwickelten Interventionen zur Prävention von Peer-Gewalt unter Jugendlichen und Nutzung des gegebenen Feedbacks zur weiteren Verbesserung der Arbeit;
 - Um die Erfahrung zu reflektieren und das Programm, die Logistik sowie das gesamte Lernen aus dem Schulungskurs zu bewerten.

Der entwickelte Lehrplan und die entwickelten Sitzungen basieren auf den Prinzipien und der Methodik der nicht-formalen Bildung; dies umfasst Rollenspiele, interaktive Spiele, Gruppenarbeiten, Diskussionen im Plenum, individuelle Aktivitäten, Reflexionsübungen, theoretischen Input sowie den Austausch bestehender Realitäten und Praktiken als Lerntechnik.

○ **Programm des Lehrgangs**

Tag 1	
PM	Ankunft der Teilnehmer
Abend	Willkommener Abend
Tag 2	
AM	Einführung und Gruppenbildung
PM	Austausch eigener Erfahrungen und Realitäten mit Gewalt unter Jugendlichen (Prävention) im persönlichen Kontakt mit Gleichaltrigen
PM	Reflexion und Evaluierung des Tages
Abend	Interkultureller Abend
Tag 3	
AM	Jugendarbeit und nicht formale Bildung im Umgang mit Gewalt zwischen Gleichaltrigen
AM	Den Kreislauf der Gewalt verstehen
PM	Arten von Mobbing und Gewalt zwischen Gleichaltrigen
PM	Reflexion und Evaluierung des Tages
Tag 4	
AM	Erkennen von Mobbing gegen Jugendliche
PM	Die Folgen von Gewalt für gemobbte Jugendliche - Bewältigungsstrategien
PM	Reflexion und Evaluierung des Tages
Tag 5	
AM	Jugendlichen dabei helfen, die Situation einzuschätzen, das Schweigen zu brechen und Hilfe zu suchen
PM	Jugendliche motivieren, sich bei Mobbing für andere einzusetzen
PM	Reflexion und Evaluierung des Tages
Tag 6	
AM	Kommunikationsstile (aggressiv, passiv, passiv-aggressiv und durchsetzungsfähig)
AM	Gewaltfreie Kommunikation und Konflikttransformation
PM	FREIER NACHMITTAG
Tag 7	
AM	Die Rolle von gleichaltrigem Erzieher/Führern bei der Prävention von Gewalt zwischen Gleichaltrigen unter Jugendlichen und empfohlene Maßnahmen - I
PM	Die Rolle von gleichaltrigem Erzieher/Führern bei der Prävention von Gewalt zwischen Gleichaltrigen unter Jugendlichen und empfohlene Maßnahmen - II
PM	Reflexion und Evaluierung des Tages
Tag 8	
AM	Gemeinsame Methoden zur Bekämpfung von Aggression und zur Prävention von Gewalt zwischen Gleichaltrigen
PM	Bewertung und Abschluss des Lehrgangs
Abend	"Wir sehen uns wieder"-Party
Tag 9	
AM	Abreise der Teilnehmer

▪ EMPFEHLUNGEN ZUR VERWENDUNG DIESES LEHRPLANS UND ZUR ORGANISATION ÄHNLICHER AUSBILDUNGSKURSE

Das Curriculum Befähigung von Jugendbetreuern und Peer-Leadern für Jugendliche zur Prävention von körperlicher Gewalt zwischen Jugendlichen wurde als innovatives und nützliches Material für Jugendbetreuer und Jugendleiter entwickelt, dass sie bei ihrer Arbeit mit Jugendlichen zur Prävention und Bekämpfung von Mobbing und Gewalt zwischen Gleichaltrigen einsetzen können. Darüber hinaus dient dieses Curriculum Jugendbetreuern und Leitern bei der Entwicklung alternativer Kompetenzen und Methoden zur Prävention und Bekämpfung von Gewalt zwischen Gleichaltrigen, die in alltäglichen Alltagssituationen vorkommt. Es wurde für Wissensmultiplikatoren entwickelt und kann von allen interessierten Parteien auf lokaler und europäischer Ebene leicht multipliziert werden.

Dieses Curriculum kann für Jugendbetreuer und Führungskräfte, die direkt mit jungen Menschen zum Thema Mobbing und Gewalt zwischen Gleichaltrigen arbeiten, inspirierend sein, insbesondere für einen 7-tägigen Trainingskurs, da es aus schrittweiser Ausbildung zu Schlüsselaspekten effektiver Kommunikation, relevanten Konzepten zu Mobbing und dessen Prävention, Ermutigung zu Aktivismus und Motivation, für andere einzustehen, besteht.

Bei der Verwendung dieses Curriculums zur Organisation eines Trainingskurses wird empfohlen, dass Jugendbetreuer und -leiter die erforderlichen Kenntnisse, Fähigkeiten und Einstellungen in den Bereichen Kommunikation, Mobbing, Cybermobbing, Gewalt zwischen Gleichaltrigen, Konflikttransformation und relevante Fähigkeiten erworben haben. Zu den Kompetenzen, die entwickelt werden sollen, gehören insbesondere die folgenden:

- Kenntnis des theoretischen Rahmens des Mobbing-Phänomens und seiner Arten, einschließlich Cybermobbing – was es ist, warum und wo es auftritt und welche Bewältigungsstrategien es gibt, um dieses Phänomen zu verhindern und zu bekämpfen;
- Verständnis der Erkennungszeichen von Mobbern und wann Jugendliche gemobbt werden;
- Verständnis für die Folgen von Mobbing, einschließlich Depressionen und Angstzuständen;
- Fortgeschrittene Kenntnisse über verschiedene Kommunikationsstile und gewaltfreie Kommunikation;
- Ein Verständnis dafür, wie Jugendarbeit und nicht-formale Bildung zur Prävention und Bekämpfung von Mobbing beitragen können;
- Verständnis für das Konzept der Konflikttransformation und Konfliktlösung;
- Vertiefte Kenntnisse darüber, wie das Training und die Workshops mit Jugendlichen vor Ort angewendet werden können.

In jeder Sitzung gibt es einen Abschnitt mit den aufgelisteten Kompetenzen, die sich auf diese Sitzung und dieses Thema beziehen. Wenn man also die entwickelten Aktivitäten liest, wird die Liste der durch die Umsetzung erworbenen Kompetenzen präsentiert. Außerdem gibt es spezifische Empfehlungen zu bestimmten Sitzungen. Es ist sehr wichtig, einen Ausbildungskurs zu organisieren, indem man alle Besonderheiten, die in jeder Sitzung vorgestellt werden, beachtet und eine qualitativ hochwertige Lernumgebung sicherstellt. Dies ist unerlässlich, um den gewünschten Lernerfolg zu erzielen, der in der Zielsetzung der Sitzungen und den spezifischen Zielen festgelegt ist. Dies kann in mehreren Stufen erreicht werden:

Stufe 1: Vor der Schulung

- Die Teilnehmer sollten das Informationspaket mit allen relevanten Informationen für ihre Teilnahme und ihren Beitrag zum Programm erhalten. Wenn Sie einen Beitrag zu bestimmten Sitzungen leisten wollen, ist es außerdem wichtig, diesen Abschnitt in das Anmeldeformular aufzunehmen.


- Die entsendende Organisation aus jedem Land sollte Treffen mit den Teilnehmern organisieren, um sie auf den Schulungskurs, die vorbereitenden Aufgaben sowie auf den Kontext des NFE vorzubereiten.
- Die Teilnehmer sollten auf die Arbeit in multikulturellen Gruppen vorbereitet werden und sich der Bedeutung von Vielfalt, Toleranz und kulturellen Unterschieden bewusst sein. Sie sollten auch über den lokalen Kontext informiert sein, in dem der Trainingskurs stattfindet.
- Die gastgebende Organisation sollte die Teilnehmer rechtzeitig über die vorbereitenden Aufgaben informieren. Es ist wichtig, dass die TeilnehmerInnen einige Nachforschungen über die Realität von Gewalt zwischen Gleichaltrigen und Mobbing in ihrer Gemeinde anstellen, sowie über bestehende Programme, Organisationen/Institutionen, die sich mit diesem Thema beschäftigen. Sie sollten sich auch über die jüngsten und häufigsten Konfliktsituationen in ihrem Land informieren. All diese Informationen werden ihnen die Teilnahme an der Fortbildung erleichtern und ihnen helfen, die behandelten Themen besser zu verstehen.
- Die Teilnehmer sollten rechtzeitig darüber informiert werden, dass das Programm aus einem interkulturellen Abend besteht, an dem jede Ländergruppe die Kultur ihres Landes vorstellen soll. Dies kann durch das Mitbringen lokaler Speisen und Getränke, die Vorführung von Videos, die Präsentation interessanter und einzigartiger Fakten, die Vorführung eines Tanzes, das Singen eines Liedes usw. geschehen.

Phase 2: Während der Schulung

- Die Aktivitäten in diesem Curriculum wurden von Ausbildern in diesem Bereich entwickelt und eignen sich für Jugendbetreuer/Pädagogen und Führungskräfte, die sich für die Prävention von Mobbing und Gewalt zwischen Gleichaltrigen einsetzen, aber auch für andere Interessierte und Nutznießer, die bereit sind, etwas über dieses Thema zu lernen und Kompetenzen zu erwerben. Es gibt Fälle, in denen einige Aktivitäten länger dauern oder früher enden; der Pädagoge sollte die Unterschiede im Wissensstand der Teilnehmer berücksichtigen und die Zeit auf die Bedürfnisse der Teilnehmer abstimmen.
- Am Ende jeder Sitzung gibt es Empfehlungen für die künftige Durchführung der Aktivitäten durch andere Jugendarbeiter/Pädagogen. Es ist sehr ratsam, diese zu lesen und je nach den Bedürfnissen der Teilnehmer zu berücksichtigen.
- Die tägliche Bewertung/Reflexion und die abschließende Bewertung sind wesentliche Bestandteile jedes Trainingskurses. Dies ist auch in der Programmtabelle dieses Curriculums angegeben. Es ist in das Programm integriert, am Ende eines jeden Arbeitstages zu reflektieren und Raum für Anregungen zu geben, sowie am Ende für ein abschließendes Feedback. Dafür sollte den Teilnehmern eine gewisse Zeit gewidmet werden, um das Programm, die Arbeitsmethoden, die Leistung der Trainer, die Energie der Gruppe, ihr eigenes Lernen und ihre Beiträge usw. zu bewerten.
- Die Trainer sollten die Arbeitsmethoden an die Bedürfnisse der Teilnehmer anpassen.
- Zeitliche Flexibilität ist ein weiterer wichtiger Faktor, der zu beachten ist. Einige Aktivitäten/Sitzungen können länger oder kürzer dauern als geplant, und die Trainer sollten sich an die Bedürfnisse der Teilnehmer anpassen.

Stufe 3: Nach der Schulung

- Nach der Abreise ist es wichtig, mit den Teilnehmern Kontakt zu halten, wenn es um die Umsetzung der Maßnahmen geht, die sie im Rahmen der Schulung entwickelt haben. Sie sollten ihnen bei Bedarf Unterstützung und Hilfe anbieten und sie um ein Feedback und einen Bericht über die durchgeführten Aktivitäten bitten.

- 
- **ENTWICKELTE SITZUNGEN DES TRAININGSKURSES:
„BEFÄHIGUNG VON JUGENDBETREUERN UND PEER-LEADERN
FÜR JUGENDLICHE ZUR PRÄVENTION VON KÖRPERLICHER
GEWALT ZWISCHEN JUGENDLICHEN“**

1.0 Einführung und Gruppenbildung

Sitzungstitel: Einführung und Gruppenbildung

Dauer: 180 Minuten

Hintergrund:

Die ersten Sitzungen jedes Schulungskurses beginnen mit einführenden Aktivitäten, die zum Austausch wichtiger Informationen über das Programm und die Teilnahme, aber auch zur Teambildung dienen. Die Einführungs- und Gruppenbildungssitzung wurde speziell entwickelt, um die Teilnehmer über das Projekt im Allgemeinen, die Schulungsziele, die offizielle Agenda für die Arbeitstage, Logistik-Informationen usw. zu informieren. Es besteht auch aus mehreren Gruppenbildungsaktivitäten, um die Zusammenarbeit und Kommunikation zwischen Teilnehmern zu fördern, die aus verschiedenen Realitäten und Hintergründen kommen, durch verschiedene Namensspiele, Eisbrecher und so weiter. Darüber hinaus ist diese Sitzung so konzipiert, dass sie Aktivitäten enthält, die die Lernziele und Erwartungen der Teilnehmer in Bezug auf das Programm und andere relevante Informationen für ihre Teilnahme ansprechen.

Ziel der Sitzung: Um die Teilnehmer in die Schulung einzuführen und relevante Informationen zu ihrer Teilnahme zu erhalten, sowie um Raum für ein gegenseitiges Kennenlernen zu schaffen.

Weitere Ziele:

- Teilnehmer offiziell in das Projekt und den Trainingskurs einzuführen;
- Präsentation des entwickelten Programms für die Arbeitstage;
- Raum schaffen, um den ersten Kontakt zwischen den Teilnehmern herzustellen;
- Förderung der Teambildung;
- Reflexion und Diskussion der Erwartungen und Beiträge der Teilnehmenden für den Trainingskurs.

Angesprochene Kompetenzen:

- Mehrsprachigkeit;
- Teamarbeit;
- Digitalkompetenz;
- Persönliche, soziale und Lernkompetenz;
- Mathematische Kompetenz und Kompetenz in Naturwissenschaften, Technik und Ingenieurwesen;
- Literarische Kompetenz;
- Kulturbewusstsein und Ausdruckskompetenz.

Methodik und Methoden:

- Input / Projektpräsentation;
- Interaktive Übungen;
- Brainstorming;
- Mission Impossible – für Gruppenbildung;
- Nachbesprechung.

Sitzungsablauf:

I. Offizielle Vorstellung und Begrüßung (10 Minuten)

Der Projektkoordinator beginnt das Training mit einer kurzen Einführung in das Projekt und der offiziellen Begrüßung der Teilnehmer. Er/sie gibt wichtige Informationen über die Grundidee des Trainingskurses. Dann stellen sich die anderen Teammitglieder, die für die Durchführung oder Organisation des Trainings zuständig sind, vor und begrüßen die Teilnehmer des Trainingskurses.

II. Namensrunde (5 Minuten)

Nach der Präsentation des Organisationsteams und der Trainer sind die nächsten 5 Minuten der Vorstellung der Teilnehmer gewidmet. Nacheinander werden sie aufgefordert, ihren Namen, ihr Land, die vertretende Organisation und ihr Interesse/ihren Beitrag zur Teilnahme am Schulungskurs anzugeben.

III. Informationen über das Projekt, Training und Präsentation der Agenda (25 Minuten)


Das Organisationsteam stellt in Abstimmung mit dem Projektkoordinator kurz das Hauptprojekt und die wichtigsten Aktivitäten vor. Anschließend stellen sie den Schulungskurs und die darin enthaltenen Themen vor. Darüber hinaus fahren die Trainer mit einer detaillierten Agenda des Programms fort, in der jede Sitzung und jedes Thema vorgestellt wird.

IV. Erwartungen, Befürchtungen und Beiträge – Boot und das Meer (30 Minuten)

Wenn den Teilnehmern alle Informationen zum Programm zur Verfügung gestellt wurden, stellen die Trainer die erste Aktivität vor, die das Engagement der Teilnehmer für das Projekt erfordert. Bei der Aktivität geht es darum, die Erwartungen der Teilnehmer an das Programm und die Gesamterfahrung mit dem Schulungskurs, die Befürchtungen und die Beiträge, die sie durch die Teilnahme leisten, zu diskutieren und aufzulisten. Der Trainer stellt das „Boot und das Meer“-Modell vor, das bei dieser Aktivität verwendet wird. Auf dem Flipchart hat er/sie ein Boot in Meer, Wind und Wellen gezeichnet. Die Teilnehmer werden darüber informiert, dass das Boot in der Zeichnung das Element der Erwartungen darstellt, das Meer das gesamte Programm darstellt, Wellen das Element der Ängste darstellen und schließlich der Wind die Beiträge darstellt.

Nach den Anweisungen werden den Teilnehmern verschiedene Papiere und Haftnotizen, Buntstifte und Kugelschreiber, Marker usw. zur Verfügung gestellt. Sie sind eingeladen, diese Materialien in den nächsten 15 Minuten zu verwenden und Wörter zu schreiben oder etwas in jedes gekennzeichnete Element (Meer, Boot, Wind, Wellen) zu zeichnen und so dazu beizutragen, die Erwartungen, Ängste und Beiträge für dieses Programm festzulegen. Diese Aufgabe ist individuell und die Teilnehmer werden angewiesen, andere bei der Arbeit nicht zu stören. Wenn alle ihren Input schreiben/zeichnen, beginnt der Trainer mit der Präsentation des gesamten Inhalts mit Hilfe der Teilnehmer. Am Ende wird das Flipchart an einer gut sichtbaren Stelle im Arbeitsraum aufgestellt, damit die Teilnehmer während des Programms einen Blick darauf werfen und reflektieren können, was sie dort hineingelegt haben.

V. Einander Kennenlernen – mit Fliegen und der Übung „drei Wahrheiten und eine Lüge“ das Eis brechen (25 Minuten)



Die nächste Aktivität besteht darin, dass sich die Teilnehmer kennenlernen und mit dem Aufbau von Gruppenbindungen beginnen. Den Teilnehmern werden verschiedene Materialien wie Papiere, Bleistifte, Marker, Farbstifte usw. zur Verfügung gestellt. Sie werden vom Trainer angewiesen, diese Materialien zu verwenden, um ihre eigenen Fliegen zu entwerfen und herzustellen. In diese Fliegen schreiben sie ihren Namen und das Land, aus dem sie kommen. Dann stecken sie die Fliege in ihre Bluse/T-Shirt. Außerdem verwenden sie Haftnotizen, um 3 Wahrheiten und 1 Lüge über sich selbst zu schreiben. Es kann eine interessante Tatsache sein oder etwas, das mit ihrem Studium, ihren Hobbys, ihren Lieblingsspeisen/-getränken usw. zu tun hat. Diese kleben sie auch auf die Blusen/T-Shirts. Wenn alle Teilnehmer diese individuelle Arbeit erledigt haben, lädt der Trainer sie ein, 20 Minuten zu nutzen und durch den Raum zu gehen, sich zu treffen und sich zu präsentieren. Die einzige Regel, die hier gilt, ist, dass die Teilnehmer nicht sagen sollten, welche Eigenschaften Wahrheiten und welche Lügen sind, da die Personen, denen sie begegnen, darin raten müssen. Sie sollten versuchen, in diesen 20 Minuten so viele Menschen wie möglich zu treffen und sich darauf konzentrieren, diejenigen zu treffen, mit denen sie noch nicht gesprochen haben.

VI. Mission Impossible für Gruppenbildung (50 Minuten)

Die Sitzung wird mit Teambuilding-Aktivitäten fortgesetzt. Die nächste ist eine herausfordernde „Mission Impossible“-Übung, die Selbstorganisation der gesamten Teilnehmergruppe erfordert. Bei dieser Aktivität haben die Teilnehmer 45–50 Minuten Zeit, um verschiedene Aufgaben zu erledigen, um die Mission abzuschließen. Die Teilnehmer werden angewiesen, eine Reihe von 10 bis 15 Aufgaben zu erledigen, die von den Trainern im Voraus vorbereitet wurden. Diese Aufgaben bestehen aus dem Kennenlernen der lokalen Gemeinschaft und der Orte, an denen das Training stattfindet, sowie anregender Gruppenarbeit und Teambuilding. Mögliche Aufgaben sind: als Gruppe ein Lied in der Landessprache singen, ein kurzes Gespräch mit Menschen aus der örtlichen Gemeinde führen, in der Landessprache zählen lernen, wichtige Statuen/Denkmäler/Sporthallen/Kulturzentren finden, ein Gruppenfoto usw. Die Trainer geben keine weiteren Anweisungen, da die Teilnehmer gebeten werden, sich selbst zu organisieren, wie sie die vorgegebenen Aufgaben erledigen. Für jede erledigte Aufgabe bekommen sie einen Stempel vom Trainer und am Ende, um die Erfüllung der Gesamtmission zu verfolgen und zu bestätigen.


VII. Nachbesprechung (20 Minuten)

Wenn die Aufgaben von der Gruppe erledigt sind, versammeln sich alle im Plenum. Die Teilnehmer stellen jede abgeschlossene Aufgabe kurz vor. Danach beginnt der Trainer eine kurze Nachbesprechung mit Fragen zu den in der Sitzung durchgeführten Aktivitäten. Folgende Fragen werden verwendet:

- Wie schwierig/einfach fanden Sie die Aktivitäten, um die Namen der anderen zu lernen? Können Sie sich jetzt an alle Namen erinnern?
- Welche Aktivität hat Ihnen während dieser Sitzung am besten gefallen und warum?
- Wie schwierig/einfach war die „Mission Impossible“ Aktivität? Wie haben Sie als Team mit Leuten funktioniert, die Sie nicht gut kennen?
- Hatte Ihre Gruppe einen Leiter oder wie haben Sie die Arbeitsteilung organisiert?
- Haben Sie alle für die Erledigung von Aufgaben einbezogen?
- Sind alle bereitgestellten Informationen zum Schulungskurs für Sie verständlich?

VIII. Gruppenvereinbarungen (15 Minuten)

Die letzte Phase dieser Sitzung besteht darin, die Gruppenvereinbarungen für die Arbeit und die allgemeine Teilnahme und Anwesenheit der Teilnehmer zu definieren. Der Trainer informiert die Teilnehmer über diese Mini-Sitzung und gibt ihnen 5 Minuten Zeit, um darüber nachzudenken, welche Vereinbarungen sie in der Gruppe bevorzugen würden, um Inklusion und Respekt für alle zu gewährleisten, aber auch um ein positives Umfeld in der Gruppe zu gewährleisten. Nach 5 Minuten öffnet der Trainer den Raum für Ideen und in gegenseitigem Einvernehmen schreiben sie



Gruppenvereinbarungen in die Flipchart. Falls die Teilnehmer zögern oder verwirrt sind, beginnt der Trainer damit, 1 oder 2 Regeln zu schreiben, um sie zu ermutigen.

Benötigte Materialien: Flipchartpapier, Marker, Haftnotizen, A4-Blätter, Bleistifte und Kugelschreiber, Laptop, Projektor, farbiges Papier für die Schleifen-Aktivität, Lautsprecher für Musik während der Boot-und-Meer-Aktivität.

Empfehlungen für zukünftige Trainer, die diese Sitzung vervielfältigen:

- Es wird empfohlen, dass der Trainer während der Aktivität „Boot und Meer“ Musik im Hintergrund spielt, damit die Teilnehmer ihre Arbeit in einer entspannten Atmosphäre erledigen können.
- Die Aufgaben für die Aktivität „Mission Impossible“ können auch aus Themen bestehen, die mit dem Thema des Schulungskurses verwandt sind. Das primäre Ziel ist jedoch die Förderung der Teamarbeit und Inklusion innerhalb der Gruppe. Außerdem sollten die Aufgaben entsprechend den Wetterbedingungen organisiert werden; bei kaltem Wetter sollten Aktivitäten im Freien eingeschränkt werden.

2.0 Austausch eigener Erfahrungen und Realitäten der körperlichen Gewalt zwischen Gleichaltrige (Prävention)

Sitzungstitel: Austausch eigener Erfahrungen und Realitäten der körperlichen Gewalt zwischen Gleichaltrige (Prävention)

Dauer: 180 Minuten.

Hintergrund:

Diese Sitzung bringt die Teilnehmer näher an das Thema heran, mit dem sie sich während des Schulungsprogramms beschäftigen werden. In dieser Sitzung haben die Teilnehmer die Möglichkeit, über die Realität in ihrem Land in Bezug auf Gewalt zwischen Gleichaltrigen und deren Prävention nachzudenken. Diese Sitzung steht im Zusammenhang mit der vorbereitenden Aufgabe, die sie vor der Ankunft zum Trainingskurs erledigen sollen, nämlich die Erforschung der Gegebenheiten in ihrem Land zu diesem Thema. Dazu gehört auch die Vorstellung bestehender Programme, auf die sich ihre entsendende Organisation konzentriert oder die sie in der Vergangenheit durchgeführt hat, ihre eigenen Erfahrungen und solche, über die sie informiert sind. Die Sitzung ist besonders darauf ausgerichtet, dass sich die Teilnehmer langsam in das Thema einarbeiten, indem sie zunächst die Situation in ihren eigenen Ländern verstehen, um die im Schulungskurs gewonnenen Erfahrungen für zukünftige Lösungen in ihrer lokalen Gemeinschaft nutzen zu können.

Ziel der Sitzung: Austausch von Erfahrungen und Realitäten mit Gewalt zwischen Gleichaltrigen und Ermittlung von Gemeinsamkeiten und Unterschieden zwischen den Gesellschaften durch Präsentationen und Diskussionen.

Weitere Ziele:

- Erforschung der Realitäten in den Ländern in Bezug auf Gewalt zwischen Gleichaltrigen (Prävention) von Angesicht zu Angesicht;
- Raum für die Präsentation von Erkenntnissen und den Austausch eigener Erfahrungen in Bezug auf das Thema zu schaffen;
- Diskussion über Gemeinsamkeiten und Unterschiede zwischen den Ländern auf der Grundlage gemeinsamer Realitäten;
- Förderung von Präsentations- und Erforschungsfähigkeiten.

Angesprochene Kompetenzen:

- Mehrsprachigkeit;
- Teamarbeit;
- Kommunikation;
- Digitalkompetenz;
- Persönliche, soziale und Lernkompetenz;
- Literarische Kompetenz;
- Kulturbewusstsein und Ausdruckskompetenz.

Methodik und Methoden:

- Kleingruppenarbeit – Nationale Teams;
- Präsentationen;
- Internationale Gruppenarbeit – Austauschrunden.

Sitzungsablauf:

I. Einführung in die Sitzung und die Aufgabe (10 Minuten)

Der Trainer beginnt diese Sitzung mit einer kurzen Einführung in die Ziele des Programms und befragt die Teilnehmer zu den vorbereitenden Erforschungen, die sie vor der Reise durchführen mussten. Dann werden die Teilnehmer darüber informiert, dass sie während dieser Sitzung in ihren nationalen Gruppen arbeiten und ihr Wissen, ihre Expertise und ihre Forschungsdaten kombinieren müssen, um eine Präsentation für andere Gruppen vorzubereiten und mehr über die Realitäten der anderen Gruppen in Bezug auf Gewalt zwischen Gleichaltrigen (Prävention) zu erfahren. Sie werden ausdrücklich angewiesen, auch bestehende Programme (auch aus ihrer eigenen Erfahrung) einzubeziehen, die sich mit der Prävention von Gewalt zwischen Gleichaltrigen befassen.

II. Arbeiten in nationalen Gruppen (80 Minuten)

Die Teilnehmer schließen sich ihren Ländergruppen an und beginnen mit der Arbeit an ihrer Aufgabe. Sie haben 70 Minuten Zeit, um an ihren Erforschungen zu arbeiten und auch bereits recherchierte Daten zu kombinieren. Der Trainer informiert sie darüber, dass sie während dieser Zeit arbeiten können, wo immer sie wollen und sich nicht auf den Arbeitsraum beschränken müssen. Konkret erhalten die Gruppen die folgenden Fragen zur Bearbeitung:

- Wie sieht es in Ihrem Land mit der (Prävention) von Gewalt zwischen Gleichaltrigen aus?
- Auf welche Daten oder Statistiken haben Sie Zugriff?
- Welche Programme zur Aufklärung und Prävention von Gewalt zwischen Gleichaltrigen gibt es in Ihrer Gemeinde?
- Stehen Institutionen und Organisationen, die zu diesem Thema arbeiten, vor Herausforderungen? Welches sind die häufigsten Herausforderungen, die sie erleben?

III. Präsentationen (50 Minuten)

Alle Gruppen kommen ins Plenum, um ihre Arbeit zu präsentieren. Der/die Trainer/in gibt jeder Gruppe 5–7 Minuten Zeit für die Präsentation, gefolgt von einigen Minuten für Fragen der anderen Gruppen.


IV. Austauschrunden (40 Minuten)

In diesem Teil der Sitzung werden die Teilnehmer in verschiedene Gruppen aufgeteilt. Der Trainer bildet neue Gruppen, in denen jeweils ein Teilnehmer aus jedem Land ist, also international gemischte Gruppen, um Informationen über die vorgestellten Realitäten zu teilen und auszutauschen. Nach der Gruppenbildung werden die Teilnehmer in die Aufgabe eingewiesen. Sie sollten über Gemeinsamkeiten und Unterschiede diskutieren, die ihnen bei den Präsentationen der anderen TeilnehmerInnen aufgefallen sind. Außerdem müssen sie darüber diskutieren, wie sie ihre Rolle als aktive Mitglieder in ihrer Gemeinschaft sehen. Sie haben 20 Minuten Zeit, um dies zu diskutieren. Danach kommen alle ins Plenum und tauschen sich kurz über die Ergebnisse ihrer Diskussion aus.

Benötigte Materialien: A4- und A3-Papiere, Flipchart-Papiere, Post-it-Papiere, Bleistifte und Kugelschreiber, Marker, Buntstifte, Laptop, Projektor.

Empfehlungen für zukünftige Trainer, die diese Sitzung vervielfältigen:

- Der Trainer sollte die Teilnehmer fragen, ob sie erfolgreich Erforschungen durchgeführt/ihre Voraufgabe zu den Gegebenheiten des Landes abgeschlossen haben. Wenn jede Ländergruppe einige Erforschungen durchgeführt hat, reicht die für diese Sitzung vorgesehene Zeit aus, um die Gruppenarbeit abzuschließen. Wenn nicht, sollte der Trainer



zeitlich flexibel sein, damit die Teilnehmer die Chance haben, eine angemessene Arbeit zu leisten.

- Den Teilnehmern sollte geraten werden, sich während der Austauschrunden Notizen zu machen, um die Ergebnisse später im Plenum klar darlegen zu können und um ihre Ideen zu ihrer Rolle im Thema zu speichern.

3.0 Jugendarbeit und nicht-formale Bildung im Umgang mit gleichaltriger Gewalt

Sitzungstitel: Jugendarbeit und nicht-formale Bildung im Umgang mit gleichaltriger Gewalt

Dauer: 70 Minuten

Hintergrund:

Jugendarbeit und nicht-formale Bildung sind eng miteinander verknüpft, um verschiedene Themen und Probleme der Gesellschaft zu behandeln. Während nicht-formale Bildung in verschiedenen Bildungsprogrammen vorkommt, ist sie in der Jugendarbeit buchstäblich die wichtigste Art der Bildung. Das liegt daran, dass in Jugendarbeitsprogrammen ein klarer Bedarf an interaktiven und attraktiven Methoden besteht, die auch praktisch und integrativ sind. Auch bei der Prävention von Gewalt zwischen Gleichaltrigen ist es sehr wichtig, die Verbindung dieser beiden Konzepte und Methoden zu lernen. Die Zahl der Mobbingopfer und der gemobbten Jugendlichen ist sehr hoch, und es reicht nicht aus, nur Vorträge über diese Themen zu halten. Daher soll diese Sitzung insbesondere die Bedeutung der Jugendarbeit und der nicht-formalen Bildung beim Umgang mit Gewalt zwischen Gleichaltrigen hervorheben und eine Diskussion darüber anregen, wie diese Verknüpfung funktionieren kann.

Ziel der Sitzung: Erweiterung des Wissens über Jugendarbeit und nicht-formale Bildung im Umgang mit Gewalt zwischen Gleichaltrigen und Schaffung von Raum für kreative Lösungen in diesem Bereich.

Weitere Ziele:

- Lernen über die Verbindung von nicht-formaler Bildung und Jugendarbeit;
- Diskussion darüber, wie nicht-formale Bildungspraktiken in der Jugendarbeit beim Umgang mit Gewalt zwischen Gleichaltrigen eingesetzt werden können;
- Anwendung interaktiver Übungen, um kreatives und kritisches Denken zum Thema anzuregen;
- Sensibilisierung für die Prävention von Gewalt zwischen Gleichaltrigen durch Jugendarbeit.

Angesprochene Kompetenzen:


- Teamarbeit;
- Kommunikation;
- Digitalkompetenz;
- Persönliche, soziale und Lernkompetenz;
- Literarische Kompetenz;
- Unternehmerische Kompetenz.

Methodik und Methoden:

- Theoretischer Input;
- Interaktive Aktivität: Fishbowl.

Sitzungsablauf:

- I. Theoretischer Eingang zur Jugendarbeit und nicht formalen Bildung (20 Minuten)



Der Trainer beginnt die Sitzung mit einem Input über Jugendarbeit und die gängigsten Bildungsprogramme und -aktivitäten, die unter diesem Dach durchgeführt werden. Danach folgt ein theoretischer Input über nicht-formale Bildung, einschließlich der Lernmethoden, der Bedeutung der Gruppendynamik, der Lernstile, der Bedeutung der Zielsetzung, der Lernmotivation, der Inklusivität, der Nachbesprechung und so weiter. In den letzten 5 Minuten findet eine kurze Diskussion über die Verbindung von Jugendarbeit und nicht-formaler Bildung statt, in der verschiedene Beispiele und ihre Funktionalität aus zuvor durchgeführten Projekten hervorgehoben werden.

II. Fishbowl-Übung (50 Minuten)

Die nächste Aktivität besteht aus einer interaktiven Diskussion nach der Fishbowl-Methode. Die Organisatoren haben den Raum für diese Aktivität bereits gestaltet, indem sie ein Fischglas in der Mitte des Raumes mit kleinen Papieren mit Fragen/Themen zur Diskussion aufgestellt haben. Das Fischglas wird von 4 Stühlen umgeben, die einen kleinen Kreis bilden, und dann wird ein größerer Kreis mit Stühlen um den kleinen Kreis gelegt. Der Trainer informiert die Teilnehmer darüber, dass der kleine Kreis mit 4 Stühlen für diejenigen gedacht ist, die sich freiwillig an der Diskussion beteiligen, während die anderen im größeren Kreis sitzen. Die Anweisungen lauten, dass die anderen im großen Kreis aktiv zuhören sollen, um der Diskussion zu folgen und jemanden, der bereits im kleinen Kreis sitzt, zu ersetzen. Wenn sich jemand an der Diskussion beteiligen möchte, berührt er/sie eine Person an der Schulter und die Person gibt den Platz frei, um sich anzuschließen, sobald er/sie zu Ende gesprochen hat. Zu Beginn bittet der Trainer um 4 Freiwillige, die dann den Diskussionsprozess für die nächsten 50 Minuten leiten. Die TrainerInnen verwenden die folgenden Themen/Fragen für die Fishbowl-Diskussion:

- Die Gewalt zwischen Gleichaltrigen ist in Bildungseinrichtungen präsent bzw. nicht vorhanden;
- Die Jugendarbeit behandelt Gewalt zwischen Gleichaltrigen in ihren Programmen ausreichend;
- Nicht-formale Bildungspraktiken tragen zu einer inklusiveren Gesellschaft bei;
- Die wirkungsvollste NFE-Methode, die in der Jugendarbeit zur Prävention von Gewalt zwischen Gleichaltrigen eingesetzt werden sollte;
- Nicht-formale Bildungsmethoden mit Gewalt zwischen Gleichaltrigen bieten lang-/kurzfristige Lösungen für die Prävention von Gewalt zwischen Gleichaltrigen.

Benötigte Materialien: Fischglas, vorbereitete und ausgedruckte Themen/Fragen in Fischform, A4- und A3-Papiere, Flipchart-Papiere, Post-it-Papiere, Bleistifte und Kugelschreiber, Marker, bunte Farben, Laptop, Projektor.

Hintergrunddokumente und weiterführende Literatur:

- Inklusion von A bis Z bei SALTO YOUTH: <https://www.salto-youth.net/downloads/4-17-3141/InclusionAtoZ.pdf>

Empfehlungen für zukünftige Trainer, die diese Sitzung vervielfältigen:

- Die Fishbowl-Methode sollte den Teilnehmern vor Beginn der Aktivität im Detail erklärt werden. Die Trainer sollten sicherstellen, dass der gesamte Prozess klar ist, damit die Teilnehmer ihre aktive Rolle beim Zuhören und bei der Teilnahme an der Diskussion verstehen.

4.0 Den Zyklus der Gewalt verstehen

Sitzungstitel: Den Zyklus der Gewalt verstehen

Dauer: 110 Minuten

Hintergrund:

umzugehen, um eine Lösung zu finden. Laut Loggins (2022) können einige Menschen, die irgendeine Art von körperlichem, sexuellem oder emotionalem Missbrauch erlebt haben, die Tatsache bezeugen, dass der Missbrauch in sehr vorhersehbaren Zyklen stattfand. In einigen Fällen kann sich Gewalt wiederholen und generationsbedingte Wurzeln haben. Gewalt tritt also nicht plötzlich auf, sondern ist das Ergebnis anderer Faktoren, die die Situation des einen beeinflusst haben, Gewalt gegen einen anderen auszuüben. Es ist wichtig, dass junge Menschen und Jugendbetreuer mit Informationen darüber ausgestattet sind, wie Gewalthandlungen auftreten und was sie verursacht, und dass sie den gesamten Kreislauf der Gewalt verstehen, um dieses Problem in ihrer Gemeinde verhindern und angehen zu können. Diese Sitzung besteht aus nützlichen Inhalten und interaktiven Aktivitäten, die zum Verständnis des Kreislaufs der Gewalt beitragen und jede Phase im Detail diskutieren sowie Brainstorming zur Lösung von Szenarien von Gewalttaten durchführen.

Ziel der Sitzung: Vermittlung von Wissen über den Kreislauf der Gewalt durch praktische Modelle und interaktive Aktivitäten.

Weitere Ziele:

- Vorstellung des Modells des Gewaltkreislaufs;
- Raum für Diskussionen und das Verständnis jeder Phase des Gewaltzyklus zu schaffen;
- Kritisches Denken fördern, um gewalttätige Handlungen zu verstehen;
- Die Phase der Verleugnung innerhalb des Kreislaufs der Gewalt diskutieren.

Angesprochene Kompetenzen:

- Kritisches Denken;
- Teamarbeit;
- Kommunikation;
- Digitalkompetenz;
- Literarische Kompetenz.

Methodik und Methoden:

- Gruppenarbeit – World-Café-Aktivität;
- Präsentationen;
- Diskussion;
- Theoretischer Input.

Sitzungsablauf:

I. World Café (55 Minuten)

Der Trainer betont, dass der Fokus dieser Sitzung darauf liegt, den Kreislauf der Gewalt zu verstehen. Dann weist er/sie die Teilnehmer an, dass sie während der nächsten 45 Minuten in kleinen Gruppen und auf kreative Weise arbeiten werden. Der Arbeitsraum ist mit 4 Tischen gestaltet, die das „World Café“ darstellen. Jede Tabelle hat ein Papier mit einem der folgenden Titel:

- Spannungsaufbau
- Akute Explosion
- Flitterwochen/Frieden schließen
- Ruhig

Außerdem sind an jedem Tisch verschiedene Arbeitsmaterialien wie Papiere, Flipchart, Marker, Bleistifte usw. vorhanden, die sie für ihre Arbeit verwenden können, sowie Erfrischungen, die mit einer Café-Umgebung in Verbindung gebracht werden können. Die Teilnehmer werden in 4 kleine Gruppen eingeteilt und jede Gruppe setzt sich an einen Tisch. In den ersten 5 Minuten werden sie gebeten, in jeder Gruppe einen Moderator zu bestimmen. Dann gibt der Trainer weitere Anweisungen zur Bearbeitung der Aufgabe, die wie folgt lauten: Sie haben als Gruppe 15 Minuten Zeit, um Ihren Input zu dem vorgegebenen Begriff zu schreiben, der aus Ihrem Verständnis und Ihrer Erfahrung/Ihrem Wissen besteht. Dann erhalten Sie das Zeichen, zum nächsten Tisch zu wechseln, um sich in ähnlicher Weise, aber in kürzerer Zeit von 10 Minuten, an den anderen Themen zu beteiligen. Der Moderator ist derjenige, der immer in der gleichen Gruppe bleibt und die Neuankömmlinge themenbezogen anleitet und dafür sorgt, dass es nicht zu doppelten Beiträgen kommt.

Die Teilnehmer beginnen mit der Arbeit und wechseln nach 15 Minuten zum anderen Tisch. Der Wechsel erfolgt noch zweimal, bis jede Gruppe zu den Themen aller anderen Gruppen beiträgt und schließlich ihre ursprüngliche Gruppe erreicht. Der Trainer gibt ihnen zusätzliche 5 Minuten, um die Inputs zu strukturieren und sich auf eine kurze Präsentation vorzubereiten.

II. Präsentationen und Diskussion (35 Minuten)

Alle Gruppen nehmen an einer 3-5-minütigen Präsentation im Plenum teil. Wenn eine Gruppe die Präsentation beendet, können andere Teilnehmer Fragen stellen oder Kommentare abgeben. Nach allen Präsentationen eröffnet der Trainer den Raum für eine kurze Diskussion mit dem folgenden Thema/Frage:

- Wie verstehst du Verleugnung?
- Was passiert im Falle einer Verleugnung?

Nach einer 10-15-minütigen Diskussion schließt der Trainer diesen Abschnitt mit der Betonung ab, dass der nächste Teil einem gründlicheren Verständnis der Begriffe gewidmet ist, die gerade durch die World-Café-Aktivität abgedeckt wurden.

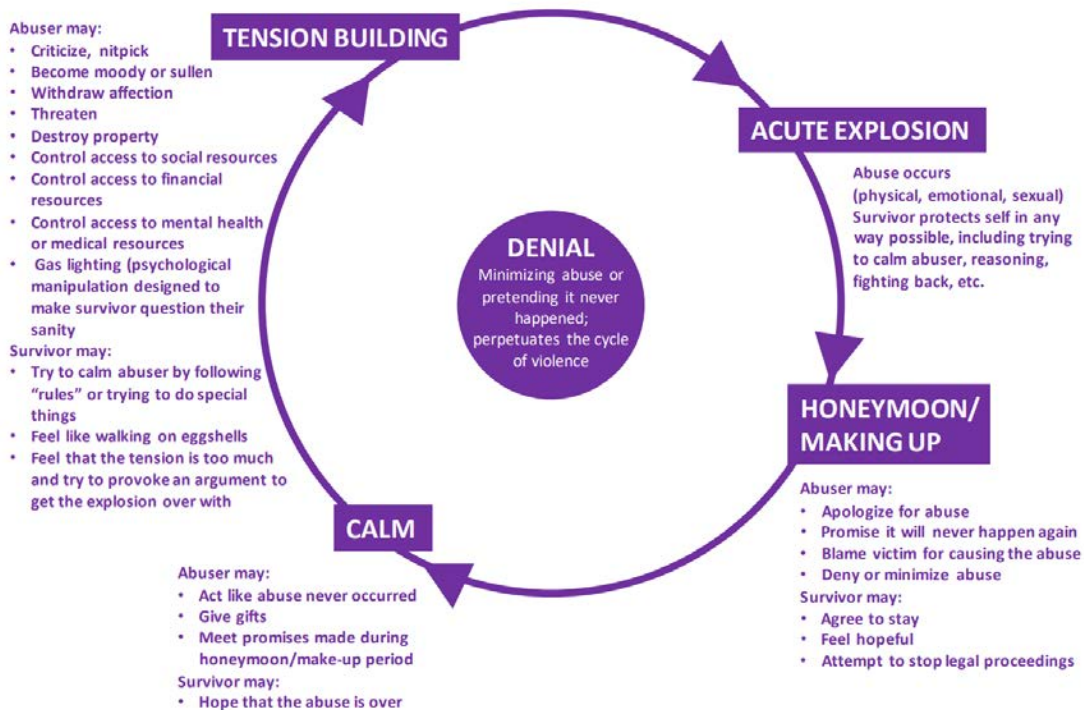
III. Theoretischer Input: Zyklus der Gewalt (20 Minuten)

Der Trainer hat eine PowerPoint-Präsentation mit theoretischem Input zum Kreislauf der Gewalt vorbereitet. Die Präsentation besteht aus folgenden Abschnitten:

- Was ist ein Gewaltzyklus?
- Bestehende Theorien und Modelle zum Zyklus der Gewalt
- 4 Elemente, die den Gewaltzyklus bilden
- Spannungsaufbau
- Akute Explosion
- Flitterwochen/ Frieden schließen
- Ruhig
- Die Verleugnungsphase

Darüber hinaus hat der Trainer das Modell des Gewaltzyklus für jeden Teilnehmer ausgedruckt, in dem der gesamte Zyklus visuell dargestellt und mit den wichtigsten Merkmalen aufgelistet ist. Die folgende Abbildung zeigt die Abbildung des Gewaltzyklus.

UNDERSTANDING THE CYCLE OF VIOLENCE



Abgebildet: Den Zyklus der Gewalt verstehen (n.d.), Quelle: DEN ZYKLUS DER GEWALT VERSTEHEN. (n.d.). [Slide show]. Colorado College. <https://www.coloradocollege.edu/other/wellness/pdfs/cycle%20of%20violence%20002.pdf>

Benötigte Materialien: vorbereitete und gedruckte Titel für das World-Café, A4- und A3-Papiere, Flipchart-Papier, Post-it-Papiere, Bleistifte und Kugelschreiber, Marker, Farben, Laptop, Projektor, Erfrischungen für alle Gruppen, gedrucktes Bild von dem Zyklus der Gewalt.

Hintergrunddokumente und weiterführende Literatur:

- Materialien für den theoretischen Input: Loggins, B. L. (2022, August 26). Was ist der Gewaltzyklus? <https://www.verywellmind.com/what-is-the-cycle-of-violence-5207964>
- DEN ZYKLUS DER GEWALT VERSTEHEN. (n.d.). [Slide show]. Colorado College. <https://www.coloradocollege.edu/other/wellness/pdfs/cycle%20of%20violence%20002.pdf>

Empfehlungen für zukünftige Trainer, die diese Sitzung vervielfältigen:

- Die World-Café-Aktivität kann länger dauern als geplant, da die Teilnehmer nicht immer pünktlich von einem Tisch zum anderen wechseln. Es kann auch sein, dass sie etwas mehr Zeit brauchen, um die Inhalte in ihrer Arbeit zu strukturieren, daher sollte der Trainer zeitlich flexibel sein.

5.0 Arten von Mobbing und gleichaltrige Gewalt zwischen Jugendlichen

Sitzungstitel: Arten von Mobbing und gleichaltrige Gewalt zwischen Jugendlichen

Dauer: 180 Minuten

Hintergrund:

Mobbing und Gewalt treten in unterschiedlichen Formen auf. Man kann Mobbing oder Gewalt von Gleichaltrigen aufgrund des Aussehens, der sexuellen Identität, der Rasse oder ethnischen Zugehörigkeit, des Verhaltens, des sozialen Status usw. erfahren. Für Jugendbetreuer ist es wichtig zu verstehen, dass jede Art von Mobbing die Person direkt oder indirekt durch Gerüchte oder die Verbreitung negativer Informationen über jemanden treffen kann. Es gibt verschiedene Arten von Mobbing: körperliches, soziales, verbales, Eigentumsmobbing und Cybermobbing. Cybermobbing ist eine neue und schnell wachsende Form des Mobbings in der Online-Welt, die ebenfalls in verschiedene Kategorien eingeteilt wird. Diese Sitzung ist speziell darauf ausgerichtet, all diese Aspekte und Arten von Mobbing zu behandeln, die unter Jugendlichen sehr verbreitet sind. Die Sitzung besteht aus verschiedenen Aktivitäten und theoretischen Inputs, die ein gutes Verständnis der Teilnehmer für das Thema gewährleisten.

Ziel der Sitzung: Erforschung und Erlernen verschiedener Arten und Formen von Mobbing durch verschiedene Lernformen und Diskussionen.

Weitere Ziele:

- Verstehen der direkten und indirekten Formen von Mobbing;
- die Arten von Mobbing und Gewalt unter Gleichaltrigen kennenlernen;
- Weitere Erforschung von Cybermobbing und seiner Präsenz unter Jugendlichen;
- Nutzung interaktiver Aktivitäten, um die Realität von Mobbing und Gewalt zwischen Jugendlichen in verschiedenen Ländern zu verstehen.

Angesprochene Kompetenzen:


- Kritisches Denken;
- Teamarbeit;
- Kommunikation;
- Digitalkompetenz;
- Persönliche, soziale und Lernkompetenz;
- Literarische Kompetenz.

Methodik und Methoden:

- Kleingruppenarbeit;
- Präsentationen;
- Theoretischer Input;
- Diskussion.

Sitzungsablauf:

I. Einführung in das Thema (15 Minuten)



Der Trainer beginnt die Sitzung mit einer kurzen Einführung in das Thema der Formen und Arten von Mobbing. In dieser Phase gibt er/sie Einblicke in die beiden Formen von Mobbing: Direktes und indirektes Mobbing. Dieser Input dient als wesentliche Information für die Teilnehmer, damit sie in der Lage sind, alle Arten von Mobbing und Gleichaltrigengewalt zwischen Jugendlichen zu erforschen.

II. Arten von Mobbing - Kleingruppenarbeit (55 Minuten)

Die Teilnehmer werden für diesen Teil der Sitzung in 5 Kleingruppen aufgeteilt. Bevor der Trainer Anweisungen für die Aufgabe gibt, stellt er die wichtigsten Arten von Mobbing vor:

- Physisches Mobbing
- Soziales/Psychologisches Mobbing
- Verbales Mobbing
- Sachbezogenes Mobbing
- Cybermobbing

Nachdem der Trainer eine Definition jeder Art von Mobbing gegeben hat, gibt er jeder Gruppe den Auftrag, eine bestimmte Art von Mobbing zu untersuchen. Sie bekommen 50 Minuten Zeit, um in ihren Gruppen zu diskutieren und Informationen über das vorgegebene Thema herauszufinden, sowie eine gründliche Präsentation für den nächsten Teil vorzubereiten.

III. Arten von Mobbing: Präsentationen von Arbeit (60 Minuten)

Die Teilnehmer kommen ins Plenum und halten in Gruppen eine kurze Präsentation. Der Trainer gibt jeder Gruppe 7-10 Minuten Zeit für die Präsentation. Nach jeder Präsentation findet eine kurze Fragerunde statt, wobei die geplante Zeit für diesen Teil der Sitzung eingehalten wird.

IV. Cybermobbing und seine Arten (20 Minuten)

Cybermobbing wird außerdem durch einen theoretischen Input des Trainers behandelt. Der Trainer gibt einen ausführlichen Input zu den Arten von Cybermobbing, die unten in der Abbildung dargestellt sind.

<p>Masquerade / impersonation</p> <p>Breaking into someone's account, posing as that person and sending messages to make the person look bad, get that person in trouble or danger, or damage that person's reputation or friendships.</p>	<p>Exclusion</p> <p>Intentionally excluding someone from an online group, like a "buddy list" or a game.</p>	<p>Outing and trickery</p> <p>Sharing someone's secrets or embarrassing information online. Tricking someone into revealing secrets or embarrassing information, which is then shared online.</p>
<p>Denigration</p> <p>"Dissing" someone online. Sending or posting cruel gossip or rumors about a person to damage his or her reputation or friendships.</p>	<p>Flaming</p> <p>Online fights using electronic messages with angry and vulgar language.</p>	
		<p>Cyberstalking</p> <p>Repeatedly sending message that include threats of harm or are highly intimidating; engaging in other online activities that make a person afraid for his or her safety.</p>

In addition to the 7 types identified by Willard (2006), trolling is another phenomenon that has become extremely visible through the recent election campaigns in various countries and also towards online religious, animal rights groups etc.

Trolling:

Intentionally posting provocative messages about sensitive subjects to create conflict, upset people, and bait them into "flaming" or fighting.

Bild: Arten von Cybermobbing, Quelle: https://www.salto-youth.net/downloads/toolbox_tool_download-file-2117/KYSFCB%20Toolkit.pdf

V. Diskussion (30 Minuten)

Der Trainer beginnt eine Diskussion, um das Gelernte dieser Sitzung zusammenzufassen und das Thema der Sitzung über Mobbingarten abzuschließen. Dazu verwendet er/sie die folgenden Fragen:

- Wie vertraut waren Sie mit den Arten von Mobbing?
- Wie sieht es mit Arten von Cybermobbing aus?
- Begegnen Sie Mobbing-Situationen in Ihrer Gemeinde? Wie oft?

Benötigte Materialien: A4- und A3-Papiere, Flipchart-Papiere, Post-it-Papiere, Bleistifte und Kugelschreiber, Marker, Buntstifte, Laptop, Projektor.

Hintergrunddokumente und weiterführende Literatur:

- Gavin, M. L. (2019, Februar). Umgang mit Mobbing (für Teenager) - Nemours KidsHealth. Kids Health Org. Abgerufen am 2022, von <https://kidshealth.org/en/teens/bullies.html>
- Uludag University in Bursa, Türkei, Aurel University, Arad, Rumänien, Centre Neuro-Psychiatrique Saint-Martin, Dave, Belgien, & Asociación Cultural Social y Educativa Segundas Oportunidades, Telde, Spanien. (2016). Toolkit: SCHUTZ DER JUGEND VOR CYBERMOBBING. https://www.salto-youth.net/downloads/toolbox_tool_download-file-2117/KYSFCB%20Toolkit.pdf

6.0 Das Mobbing von Jugendlichen erkennen

Sitzungstitel: Das Mobbing von Jugendlichen erkennen

Dauer: 180 Minuten

Hintergrund:

In vielen Fällen sind Jugendliche von sozialer Ausgrenzung, Scham, Manipulation oder Diskriminierung betroffen oder erleben diese Situationen. Obwohl diese Situationen in Schulen, Vereinen und Freizeiteinrichtungen recht häufig vorkommen, werden sie nicht als Mobbing-Situationen behandelt. Diese Sitzung konzentriert sich auf die Erforschung der Anzeichen für jemanden, der Mobbing betreibt, und geht weiter auf die Identifizierung und Erkennung von Situationen ein, in denen jemand gemobbt wird. Darüber hinaus werden Situationen der sozialen Ausgrenzung, Scham und Diskriminierung erörtert, damit die Teilnehmer verstehen, wie häufig und wie häufig Jugendliche diese Situationen erleben und im Alltag gemobbt werden.

Ziel der Sitzung: Ein Verständnis für die üblichen Anzeichen von Mobbing zu schaffen und zu erkunden, wie man Mobbing-Situationen erkennen kann.

Weitere Ziele:

- Die üblichen Anzeichen eines Mobbers zu verstehen;
- Lernen, Situationen zu erkennen, in denen Jugendliche gemobbt werden;
- Diskussion über Situationen des Umgangs mit Ausgrenzung, Scham, Diskriminierung und Manipulation;
- Analyse und Diskussion in Gruppenarbeit, um das Thema gründlich zu verstehen.

Angesprochene Kompetenzen:

- Kommunikation und Zusammenarbeit;
- Digitalkompetenz;
- Kritisches Denken;
- Analytische Kompetenz;
- Literarische Kompetenz.


Methodik und Methoden:

- Eisbrecher – interaktive Aktivität;
- Video-Vorführung;
- Kleingruppenarbeit;
- Präsentationen;
- Diskussion.

Sitzungsablauf:

I. Eisbrecher – Menschlicher Umriss (30 Minuten)

Diese Sitzung beginnt mit einem Eisbrecher namens „Menschliche Umriss“. Der Trainer bittet um zwei Freiwillige für eine Aktivität. Diese Paare bekommen ein langes Stück Papier (ca. 6 Fuß lang), das senkrecht nach vorne gelegt wird. Sie werden angewiesen, abwechselnd den Umriss des jeweils anderen zu zeichnen. Genauer gesagt, zeichnet die erste Person die rechte Seite ihres Paares, und danach zeichnet das zweite Paar die linke Seite ihres Paares. Wenn das erste Paar als Beispiel für klare



Anweisungen dient, bittet der Trainer die anderen Teilnehmer, Paare zu bilden und jedes Paar mit Markern und Papier auszustatten. Dann beginnen alle Paare mit den Zeichnungen für die nächsten 20 Minuten, einschließlich des Aufschreibens interessanter Fakten über den jeweils anderen. Danach präsentieren sie ihre Zeichnungen und teilen kurz ihre Eindrücke über den Prozess mit.

II. Video-Vorführung und diskutierte Eindrücke - Anzeichen eines Mobbers (25 Minuten)

Der Trainer führt in das Thema des Tages ein und betont, dass die folgenden Aktivitäten sehr spezifisch auf das Erkennen von Mobbern und gemobbten Jugendlichen ausgerichtet sind. Nach einigen Minuten der Einführungsitzung zeigt der Trainer ein Video über die üblichen Anzeichen eines Mobbers, das aus den folgenden Elementen besteht:

- Herrschsüchtige oder kontrollierende Natur
- Geringes Selbstwertgefühl
- Impulsives Handeln/ mangelnde Selbstbeherrschung
- Mangelndes Einfühlungsvermögen
- Absichtliche aggressive Verhaltensweisen
- Diskriminierende Handlungen

Nach der Vorführung des Videos werden die Teilnehmer gebeten, ihre Eindrücke über das Video mitzuteilen. Der Trainer hat auf dem Flipchart die häufigsten Anzeichen für Mobbing notiert, damit die Teilnehmer sich daran erinnern können.

III. Woran erkennt man, dass ein Jugendlicher gemobbt wird? - Kleingruppenarbeit (40 Minuten)

Die Teilnehmer werden in 4 kleine Gruppen eingeteilt. Der Trainer weist sie an, sich die Anzeichen eines Mobbers aus dem Video vor Augen zu halten und 40 Minuten lang in ihren Gruppen die folgende Frage zu beantworten:

- Woran erkennt man, dass Jugendliche gemobbt werden?

Alle Gruppen haben die gleichen Fragen und müssen Präsentationen für den nächsten Teil der Sitzung vorbereiten.

IV. Präsentationen (50 Minuten)

Die Teilnehmer kommen ins Plenum und halten in Gruppen eine kurze Präsentation. Der Trainer gibt jeder Gruppe 10 Minuten Zeit für die Präsentation. Nach jeder Präsentation findet eine kurze Fragerunde statt, wobei die geplante Zeit für diesen Teil der Sitzung eingehalten wird.

V. Diskussion (35 Minuten)

Der Trainer schließt die Sitzung mit einer Diskussion über die folgenden Situationen ab, die zu Mobbing-Situationen beitragen und die es zu erkennen gilt:

- Wie versteht man eine Situation, in der es um den Ausschluss einer Person in einer Gruppe geht?
- Sind Sie schon einmal einer Situation begegnet, in der jemand Scham erfahren hat?
- Sind Sie einer Situation begegnet, in der jemand Diskriminierung erfahren hat?
- Wissen Sie, wie Manipulation funktioniert und konnten Sie eine solche Situation schon einmal erkennen?

Zum Abschluss der Diskussion betont der Trainer noch einmal, wie wichtig es ist, Mobbing-Situationen zu erkennen und aufmerksam zu sein, insbesondere in größeren Gruppen.

Benötigte Materialien: A4- und A3-Papiere, lange Papiere für die menschliche Umriss, Flipchart-Papiere, Post-it-Papiere, Bleistifte und Kugelschreiber, Marker, bunte Stifte, Laptop, Projektor.



Hintergrunddokumente und weiterführende Literatur:

- Video: Die 6 häufigsten Anzeichen für einen Mobber. (2021, May 6). [Video]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=y-HC_xXAIRA

Empfehlungen für zukünftige Trainer, die diese Sitzung vervielfältigen:

- Der Schulungsleiter sollte während der Videovorführung und in der abschließenden Diskussionsrunde für eine fruchtbare Diskussion sorgen, damit die Teilnehmer ein klares Verständnis für die vorgestellten Elemente entwickeln können. Außerdem ist es ratsam, dass der Trainer sich Notizen zu den Schlüsselwörtern und Beispielen macht, die er liefert.

7.0 Folgen von Gewalt auf gemobbte Jugendliche – Bewältigungsstrategien

Sitzungstitel: Folgen von Gewalt auf gemobbte Jugendliche – Bewältigungsstrategien

Dauer: 180 Minuten

Hintergrund:

Nachdem verschiedene Aspekte von Mobbing behandelt und Situationen erkannt wurden, in denen eine Person gemobbt wird oder andere gemobbt werden, konzentriert sich der Kurs auf die Folgen von Gewalt gegen gemobbte Jugendliche. Das Wissen um die Folgen ist von großer Bedeutung, wenn es darum geht, Jugendlichen bei der Überwindung von Traumata, Angstzuständen, Depressionen oder anderen möglichen Folgen von Mobbing zu helfen. Diese Sitzung soll all diese Aspekte eingehend behandeln und Raum schaffen, um Bewältigungsstrategien für den Umgang mit den Folgen von Gewalt gegen gemobbte Jugendliche zu entdecken.

Ziel der Sitzung: Über die Folgen von Gewalt auf gemobbte Jugendliche zu diskutieren und Bewältigungsstrategien zu identifizieren, um mit solchen Situationen umzugehen.

Weitere Ziele:

- Die Folgen von Gewalt gegen gemobbte Jugendliche zu reflektieren und zu diskutieren;
- Die häufigsten Formen von Mobbing-Situationen zu diskutieren;
- Bewältigungsstrategien im Umgang mit Mobbing und Peer-Gewalt zu erforschen;
- Raum für Diskussionen über das Thema und Alltagssituationen schaffen.

Angesprochene Kompetenzen:

- Kritisches Denken;
- Kommunikation und Zusammenarbeit;
- Analytische Kompetenz;
- Digitalkompetenz;
- Persönliche, soziale und Lernkompetenz;
- Literarische Kompetenz.


Methodik und Methoden:

- Selbstreflexion;
- Brainstorming;
- Diskussion zu zweit;
- Kleingruppenarbeit;
- Präsentationen.

Sitzungsablauf:

I. Die häufigsten Formen des Mobbings bei Jugendlichen – Selbstreflexion (20 Minuten)

Der Trainer beginnt die Sitzung, indem er die Frage auf das Flipchartpapier schreibt: Was sind die häufigsten Formen von Mobbing unter Jugendlichen? Er/sie bittet die Teilnehmer, 10 Minuten für eine Selbstreflexion dazu zu nutzen. In der Mitte des Arbeitsraums befinden sich kleine Papiere und Buntstifte, damit die Teilnehmer Schlüsselwörter verwenden und aufschreiben können, die sich aus



ihrer Reflexion ergeben. Nach 10 Minuten sind die Teilnehmer eingeladen, einige ihrer Gedanken im Plenum zu teilen.

II. Brainstorming (25 Minuten)

Die Sitzung wird mit einer Brainstorming-Aktivität fortgesetzt. Der Trainer stellt den Teilnehmern folgende Frage: Können Sie sich vorstellen, wie sich ein gemobbter Jugendlicher fühlt, wenn er gemobbt wird? Er/sie schreibt dies auf das Flipchartpapier und die Teilnehmer beginnen, ihre Meinung zu dem Thema zu teilen. Danach werden die Teilnehmer eingeladen, mitzuteilen, ob sie einen Fall hatten, in dem ein gemobbter Jugendlicher auf sie zugekommen ist oder jemand, den sie kennen, um ihre Gefühle zu teilen, nachdem sie von jemandem gemobbt wurden.

III. Die Hauptfolgen von Gewalt bei gemobbttem Jugendlichen – Diskussion zu zweit (35 Minuten)

Nach einem Brainstorming darüber, wie sich Jugendliche, die gemobbt werden, fühlen, bittet der Trainer die Teilnehmer, Paare zu bilden und die folgenden 15 Minuten zu nutzen, um darüber zu diskutieren, was die wichtigsten Folgen von Gewalt gegen gemobbte Jugendliche sein könnten. Sie werden angewiesen, die wichtigsten Ergebnisse ihrer Diskussion aufzuschreiben. Nach 15 Minuten kommen alle ins Plenum, um die Ergebnisse ihrer Diskussion zu teilen. Anschließend diskutieren sie gemeinsam mit dem Trainer weiter über das Thema und bekannte Fälle aus ihren Gemeinschaften.

IV. Bewältigungsstrategien – Kleingruppenarbeit (50 Minuten)

Die Teilnehmer werden für diesen Teil der Sitzung in 4 kleine Gruppen eingeteilt. Der Trainer weist sie an, dass sie in den nächsten 50 Minuten daran arbeiten sollen, Bewältigungsstrategien für gemobbte Jugendliche zu identifizieren und eine Präsentation vorzubereiten. Sie müssen arbeiten, indem sie die spezifische Frage beantworten:

- Welche Bewältigungsstrategien von Mobbing und Gewalt gibt es bei Jugendlichen?

V. Präsentationen (50 Minuten)

Alle Gruppen treten dem Plenum für eine kurze Präsentation in Gruppen bei. Der Trainer gibt 10 Minuten für die Präsentation vor jeder Gruppe. Nach jeder Präsentation findet eine kurze Q&A-Session statt, wobei die geplante Zeit für diesen Session-Teil eingehalten wird.

Benötigte Materialien: A4- und A3-Papiere, Flipchartpapier, Post-it-Papiere, Bleistifte und Kugelschreiber, Marker, Farben, Laptop, Beamer.

Empfehlungen für zukünftige Trainer, die diese Sitzung vervielfältigen:

- Während der Selbstreflexionsaktivität kann der Trainer Musik spielen, um die Konzentration der Teilnehmer zu unterstützen und sich nicht von den anderen ablenken zu lassen.
- Diese Sitzung erfordert viel Fokus und Konzentration von den Teilnehmern. Um ihnen diesen Prozess zu erleichtern, wird empfohlen, dass sie gebeten werden, vor der Ankunft im Schulungskurs einige Nachforschungen zu den Beispielen aus der Gemeinschaft anzustellen, damit sie verschiedene Fälle und Ursachen leicht mit der Brainstorming-Sitzung und der Gruppe in Verbindung bringen können funktioniert.
- Da diese Sitzung viel Input von den Teilnehmern und viel Reflexion und das Einbringen von Ideen erfordert, kann der Trainer kleine Pausen zwischen den Aktivitäten einfügen oder einen Teil der Sitzung im Freien abhalten.

8.0 Jugendlichen dabei helfen, die Situation einzuschätzen, das Schweigen zu brechen und Hilfe zu holen

Sitzungstitel: Jugendlichen dabei helfen, die Situation einzuschätzen, das Schweigen zu brechen und Hilfe zu suchen

Dauer: 180 Minuten

Hintergrund:

In der Soziologie wird sehr oft von Dominanzverhalten gesprochen. Menschen, die ein dominantes Verhalten an den Tag legen oder versuchen, in bestimmten Situationen die Oberhand zu gewinnen, sind diejenigen, die andere mobben, aber in der Soziologie werden sie nicht als Mobber bezeichnet. Auf der anderen Seite sind diejenigen, die mit den Reaktionen von Menschen mit Dominanzverhalten umgehen müssen, diejenigen, die darunter leiden oder Ziel von Mobbing sind. Im Laufe der Jahre merken die Jugendlichen nicht einmal, dass sie gemobbt werden, sondern fühlen sich in der Schule, in Vereinen oder bei anderen sozialen Aktivitäten weiterhin unwohl. In einigen Fällen nehmen sie sogar nicht mehr an bestimmten Aktivitäten teil, weil sie nicht wissen, wie sie sich in solchen Situationen verhalten sollen. Aus diesen und anderen Gründen ist es wichtig, Informationen zu vermitteln und Wissen zu verbreiten, das Jugendlichen hilft, Mobbing-Situationen einzuschätzen. Diese Einschätzung ist der erste Schritt, der ihnen hilft, für sich selbst einzutreten. Die nächsten Schritte sind, das Schweigen zu brechen und sich Hilfe zu holen, um die Situation zu lösen. Das Gespräch mit Erwachsenen, Eltern, Gleichaltrigen und Psychologen gilt als wirksamer Weg für junge Menschen, die Situation einzuschätzen, über ihre Gefühle zu sprechen, ihr Schweigen zu brechen und Hilfe zu erhalten, um sich gegen diejenigen zu wehren, die sie schikanieren. Diese Sitzung deckt diese drei Hauptaspekte ab und ist nützlich für Jugendbetreuer, um diese Prozesse in der Gemeinschaft zu unterstützen und für Jugendliche, um die Mobbing-Situationen zu verstehen und Hilfe zu bekommen.

Ziel der Sitzung: Diskussion über das Verständnis von Mobbing und die Wichtigkeit, das Schweigen zu brechen und durch kreative Methoden Hilfe zu bekommen.

Weitere Ziele:

- Brainstorming, um zu verstehen, wann Mobbing stattfindet;
- Verwendung von kreativen Ausdrücken zur Veranschaulichung, wie man das Schweigen bricht und sich Hilfe holt;
- Analyse der Vor- und Nachteile von Tipps für gemobbte Jugendliche;
- Diskussion darüber, wie man Jugendlichen helfen kann, für sich selbst einzustehen, wenn sie gemobbt werden.

Angesprochene Kompetenzen:

- Analytische Kompetenz;
- Kreativer Ausdruck;
- Kommunikation und Zusammenarbeit;
- Digitalkompetenz;
- Kritisches Denken;
- Persönliche, soziale und Lernkompetenz.

Methodik und Methoden:

- Brainstorming;
- Kleingruppenarbeit;

- Comics erstellen – Geschichte durch Kunst;
- Ausstellung;
- Nachbesprechung.

Sitzungsablauf:

I. **Brainstorming: Woran erkennen wir, dass wir gemobbt werden? (20 Minuten)**

Diese Sitzung beginnt mit einer kurzen Brainstorming-Aktivität. Der Trainer hat die folgende Frage auf ein Flipchartpapier geschrieben: Woher wissen wir, ob wir gemobbt werden? Er/sie verwendet hilfreiche Fragen und Erklärungen, um das Gehirn der TeilnehmerInnen zum Nachdenken anzuregen, wie zum Beispiel: Ist Mobbing mit Hänseleien vergleichbar? Was ist mit den Menschen in bestimmten sozialen Aktivitäten, die ein dominanteres/aggressiveres Verhalten zeigen?

Die TeilnehmerInnen fangen an, Ideen zu äußern, während der/die TrainerIn Schlüsselwörter um die geschriebene Frage herum auf das Flipchart schreibt. Das Brainstorming dauert etwa 15 Minuten. Dann betont er/sie den Schwerpunkt der Sitzung und die Bedeutung der Fähigkeit, Situationen zu beurteilen, ob eine Handlung Mobbing ist oder nicht.

II. **Mitteilungen für gemobbte Jugendliche (30 Minuten)**

Nach dem Brainstorming teilt der Trainer die Teilnehmer in 6 kleinere Gruppen ein. Jede Gruppe erhält einen kleinen Zettel mit einer Botschaft/einem Ratschlag. Die Anweisungen lauten, dass die Teilnehmer in den nächsten 10 Minuten die Botschaften analysieren und die Vor- und Nachteile bewerten müssen. Der Trainer betont, dass diese Botschaften an Jugendliche gerichtet sind, die gemobbt werden. Außerdem erklärt er/sie, dass normalerweise die Unterstützung von Erwachsenen, Eltern, Gleichaltrigen oder Psychologen für gemobbte Jugendliche hilfreich ist, um das Schweigen zu brechen. Es gibt 3 Mitteilungen, die wie folgt auf die Gruppen aufgeteilt werden:

- Gruppe 1 und 4: Mitteilung 1

“ Your worth and who you are as a person is not defined by other people. Be yourself and you will flourish! I know it's so hard right now and everything feels like it's against you but please speak out and tell someone. Letting it out will make you feel so much better ”

- Gruppe 2 und 5: Mitteilung 2

“ You are worth so much more than you think. Being bullied is scary, painful and really hard - but you don't have to suffer in silence. Speak to someone you trust to let them know what is happening and together, you can work to make it better ”

- Gruppe 3 und 6: Mitteilung 3

“ Bullying is not your fault, and things can get better. ”

Nach 10 Minuten Analyse der Botschaften gehen die Gruppen ins Plenum, um ihre Meinungen auszutauschen. Der Trainer kann zusätzliche Fragen stellen, wie zum Beispiel:

- Finden Sie diese Nachricht nützlich?
- Brauchen gemobbte Jugendliche motivierende Botschaften/Ratschläge, um das Schweigen zu brechen, oder eine andere Art von Unterstützung?
- Was ist richtig/falsch an der Mitteilung, die Sie erhalten haben?

III. Die Kunst der Comics: Das Schweigen brechen und Hilfe finden (70 Minuten)

Der Trainer teilt die Teilnehmer in 5 kleine Gruppen ein. Jede Gruppe erhält einen Satz Papier, Flipchart, Buntstifte, Scheren, Zeitschriften, ausgedruckte Fotos, Marker, Klebeband und andere relevante Arbeitsmaterialien. Wenn alle Gruppen mit den Materialien ausgestattet sind, weist der Trainer sie in die Aufgabe ein. Er/sie erklärt, dass sie 70 Minuten Zeit haben, um eine Geschichte zu erstellen, genauer gesagt eine Geschichte, die wie in einem Comic dargestellt wird, indem sie die gegebenen Materialien verwenden. Das Thema für alle Gruppen ist: Das Schweigen brechen und Hilfe suchen. Der Trainer erklärt weiter, dass sie in dieser Geschichte veranschaulichen müssen, wie Jugendliche, die gemobbt werden, ihr Schweigen brechen und sich Hilfe holen können, um die Mobbing-Situation zu überwinden. Außerdem müssen sie sich auf eine Ausstellung ihrer Arbeit im Plenarsaal vorbereiten, wenn für jede Arbeitsgruppe eine Ecke eingerichtet wird. Die Teilnehmer können während der 70 Minuten innerhalb oder außerhalb des Arbeitsraums arbeiten, müssen aber pünktlich zur Ausstellung anwesend sein.

IV. Ausstellung (30 Minuten)

Die Gruppen bestätigen ihre Bereitschaft, ihre Comics zu zeigen. Der Trainer kündigt den Beginn der Ausstellung an und lädt die Teilnehmer ein, die Arbeiten der anderen Gruppen zu überprüfen. Nur eine Person bleibt in der ursprünglichen Gruppe, um bei Bedarf weitere Erklärungen für die BesucherInnen zu geben, und in der Zwischenzeit lösen die Teammitglieder sie ab, damit alle die Kunstwerke der anderen sehen können. Die Ausstellung dauert 30 Minuten.

V. Nachbesprechung (30 Minuten)

Nach der Ausstellung bittet der Trainer alle Teilnehmer, sich für eine Nachbesprechung der Sitzung ins Plenum zu begeben. Die folgenden Fragen werden zur Diskussion gestellt:

- Wie hat Ihnen diese Sitzung gefallen?
- Hat die Brainstorming-Aktivität Ihr Bewusstsein für mögliche Mobbing-Situationen geweckt, die Ihnen in der Vergangenheit passiert sein könnten?
- Wie wichtig fanden Sie die unterstützenden Botschaften von anderen, um das Schweigen zu brechen? Kann man dies selbst überwinden?
- Wie einfach/schwierig war es für Sie, eine Geschichte mit Hilfe von Bildern zu erstellen?
- Haben Sie ein bestehendes Beispiel für Ihre Geschichte verwendet oder ein erfundenes?
- Wie sehen Sie Ihre Rolle dabei, Jugendlichen in Ihrer Gemeinde zu helfen, das Schweigen zu brechen und sich in Mobbing-Situationen Hilfe zu suchen?

Benötigte Materialien: Gedruckte Botschaften für alle 6 Gruppen, A4- und A3-Papiere, Flipchart-Papiere, Post-it-Papiere, Scheren, Zeitschriften, Fotos zum Thema, Klebeband, Bleistifte und Kugelschreiber, Marker, Buntstifte, Laptop, Projektor.



Hintergrunddokumente und weiterführende Literatur:

- Mobbing | Wie man mit Mobbing umgeht und Hilfe bekommt. (n.d.). <https://www.youngminds.org.uk/young-person/coping-with-life/bullying/>
- Gibbs, B. G. (2014, Mai 2). Wie man einen Mobber stoppt. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=7oKjW1Oijuw>

Empfehlungen für zukünftige Trainer, die diese Sitzung vervielfältigen:

- Der Kursleiter sollte dafür sorgen, dass für jede Gruppe genügend Materialien für die Kunstwerke vorhanden sind. Die Papiere, Fotos, Zeitschriften sollten zumindest etwas enthalten, das mit dem Thema zu tun hat, damit sie es schaffen, in einer begrenzten Zeit ein gutes Werk zu schaffen.

9.0 Jugendliche motivieren, sich bei Mobbing für andere einzusetzen

Sitzungstitel: Jugendliche motivieren, sich bei Mobbing für andere einzusetzen.

Dauer: 180 Minuten

Hintergrund:

Nachdem Sie verstanden haben, wie man Mobbingsituationen einschätzt und Jugendlichen hilft, das Schweigen zu brechen und Hilfe zu bekommen, konzentriert sich das Programm auf die Perspektive von Jugendlichen, die ihren gemobbten Altersgenossen helfen können. Diese Sitzung konzentriert sich speziell darauf, Jugendliche zu motivieren, sich für andere einzusetzen, wenn es zu Mobbing kommt. Dies ist eine sehr wichtige Sitzung, da es nicht sehr einfach ist, sich für andere einzusetzen, und in vielen Fällen kann es zu einem aggressiveren Verhalten des Mobbers führen oder die Situation auf andere unbekannte und unvorhersehbare Weise verdrehen.

Ziel der Sitzung: Kreative Methoden anwenden, um zu veranschaulichen, wie wichtig es ist, sich für andere einzusetzen, wenn es zu Mobbing kommt.

Weitere Ziele:

- Verstehen, wie wichtig es ist, sich in Mobbingsituationen für andere einzusetzen;
- Jugendliche ermutigen, sich aktiv an der Prävention und Bekämpfung von Mobbing zu beteiligen;
- Kreative Methoden zur Veranschaulichung von Mobbing-Prävention und -Bekämpfung anwenden;
- Hervorheben der Bedeutung von Teamarbeit und Kommunikation durch Gruppenarbeit.

Angesprochene Kompetenzen:

- Kreativer Ausdruck;
- Kommunikation und Zusammenarbeit;
- Analytische Kompetenz;
- Unternehmerische Kompetenz;
- Kritisches Denken;
- Problemlösung;
- Persönliche, soziale und Lernkompetenz.

Methodik und Methoden:

- Sich für andere einsetzen – interaktive Aktivität;
- Diskussion.

Sitzungsablauf:

I. Einführung in die Sitzung (10 Minuten)

Der Trainer eröffnet die Sitzung mit einer kurzen Einführung in das Thema und die Bedeutung, in der Gesellschaft aktiv zu sein, wenn Mobbing stattfindet. Er/sie betont, dass sie sich während dieser Sitzung darauf konzentrieren werden, wie man in einer Mobbingsituation einen Beitrag leisten kann, und dies wird durch ein Theaterstück geschehen.

II. Sich für andere einsetzen – Szenarien gestalten (110 Minuten)

Die Teilnehmer werden in 2 große Gruppen eingeteilt – Team A und Team B. Sie werden angewiesen, dass diese Aktivität einem Theaterstück ähnelt und jedes Team unterschiedliche Anweisungen hat, aber gleichzeitig 100 Minuten Zeit hat, um ihre Aufgabe vorzubereiten. Der Trainer lädt Team B ein, in einen anderen Raum zu gehen, während Team A im Arbeitsraum bleibt. Jedes Team erhält ein kleines Papier mit Anweisungen, die wie folgt lauten:

Team A

Sie müssen ein Szenario/Spiel vorbereiten, wenn Mobbing unter Jugendlichen stattfindet. Sie haben 100 Minuten Zeit, um das Szenario zu schreiben und das Stück vorzubereiten. Ihr Spiel sollte 20-30 Minuten dauern. Bitte stellen Sie sicher, dass Sie einen Einführungsteil und ein Phase-zu-Phase-Szenario im Stück haben, um nicht sofort auf die Mobbing-Situation zu springen.

Team B

Sie müssen verschiedene Szenarien vorbereiten, wie Sie handeln und sich für andere Jugendliche einsetzen können, wenn es zu Mobbing kommt. Sie haben 100 Minuten Zeit, um diese verschiedenen Szenarien zu schreiben und Ihr Stück darüber vorzubereiten, wie Sie sich in einer Mobbing-Situation verhalten würden. Achte darauf, alles in ein Papier zu schreiben und nach der vorgegebenen Zeit wirst du in den Arbeitsraum eingeladen.

Nach 100 Minuten lädt der Trainer Team B in den Arbeitsraum ein und stellt sicher, dass Team A mit den Vorbereitungen für das Szenario fertig ist.

III. Sich für andere einsetzen – DAS SCHAUSPIEL (30 Minuten)

Der Trainer gibt grünes Licht für den Start der Gruppen. Team B sitzt auf den Stühlen, die im Kreis aufgestellt sind, während Team A in der Mitte stehen und mit der Darbietung beginnen sollte. Mitglieder von Team B handeln nach Bedarf auf der Grundlage ihrer Beobachtungen und Strategien. Das ganze Spiel dauert etwa 30 Minuten, aber falls es früher endet, lädt der Trainer beide Teams ein, ihre Aufgaben und vorbereiteten Szenarien im Detail zu erklären.


IV. Nachbesprechung (30 Minuten)

Der Trainer versammelt alle im Plenum zu einer kurzen Nachbesprechung der Aktivität. Folgende Fragen werden verwendet:

- Kann ein Vertreter jedes Teams seine Aufgabe erklären und sein vorbereitetes Szenario präsentieren?
- Wie haben Sie sich dabei gefühlt, ein Mobbing-Szenario zu planen? (Frage an Team A)
- Wie haben Sie sich dabei gefühlt, ein Szenario zu planen, in dem Sie sich gegen einen Mobber stellen und die gemobbten Jugendlichen schützen? (Frage an Team B)
- Hat Team A ein gutes Szenario und Beispiel vorbereitet, um uns zu zeigen, wie Mobbing passiert? (Frage an Team B)
- Hat Team B gute Strategien entwickelt, um sich für gemobbte Jugendliche einzusetzen? (Frage an Team A)
- Glauben Sie, dass diese Strategien für Alltagssituationen hilfreich sind? (Frage an beide Teams)
- Wie können wir Jugendliche in unseren Gemeinden dazu motivieren, aktiv zu werden und sich für andere einzusetzen, wenn es zu Mobbing kommt?

Benötigte Materialien: A4- und A3-Blätter, Flipchart-Papier, Post-it-Papiere, Bleistifte und Stifte, Marker, Farben, Laptop, Projektor, andere relevante Materialien, die die Gruppe möglicherweise benötigt, um das Szenario zu erstellen, 2 Arbeitsbereiche für Gruppen, um getrennt zu arbeiten.

Empfehlungen für zukünftige Trainer, die diese Sitzung vervielfältigen:

- 
- Der Trainer sollte die Teilnehmer ermutigen, während der Erstellung des Szenarios Notizen zu machen, um wichtige Aspekte ihrer Aktivität nicht zu vergessen, und sie für den Nachbesprechungsteil dazu bringen, dem anderen Team die Details zu erklären.

10.0 Kommunikationsstile

Sitzungstitel: Kommunikationsstile

Dauer: 90 Minuten

Hintergrund:

Jeder Mensch hat eine eigene Art, mit anderen Menschen zu interagieren und ihnen Mitteilungen zu übermitteln. Der Kommunikationsstil bestimmt, wie die andere Person die Mitteilung versteht und was man mitteilen möchte. Es gibt vier verschiedene Kommunikationsstile: passiv, aggressiv, passiv-aggressiv und durchsetzungsfähig. Jeder dieser Stile hat seine eigenen Besonderheiten, während die durchsetzungsfähige Kommunikation als effektiver gilt, wenn es darum geht, die Mitteilung so zu übermitteln, wie man sie übermitteln wollte. Die Art und Weise, wie Menschen kommunizieren, kann oft zu Missverständnissen, potenzieller Gewalt, Mobbing usw. führen. Daher ist es wichtig, dass junge Menschen und Jugendbetreuer klar zwischen den verschiedenen Kommunikationsstilen unterscheiden können, um zu verstehen, welche Art von Mitteilung sie erhalten/geben. In dieser Sitzung sollen alle vier Kommunikationsstile im Detail behandelt werden und den Teilnehmern die Möglichkeit gegeben werden, die einzelnen Stile genauer zu erforschen, um die Unterschiede und Besonderheiten besser zu verstehen.

Ziel der Sitzung: Lernen Sie verschiedene Kommunikationsstile kennen und erkunden Sie die Unterschiede zwischen ihnen.

Weitere Ziele:

- Erforschung verschiedener Kommunikationsstile;
- Diskussion über die Unterschiede der einzelnen Kommunikationsstile;
- Die Bedeutung einer effektiven Kommunikation kennen lernen;
- Teamarbeit und Kommunikation weiter zu fördern.

Angesprochene Kompetenzen:

- Kommunikation und Zusammenarbeit;
- Analytische Kompetenz;
- Kritisches Denken;
- Problemlösung;
- Persönliche, soziale und Lernkompetenz.


Methodik und Methoden:

- Stilles Brainstorming;
- Präsentationen;
- Theoretischer Input.

Sitzungsablauf:

I. Stilles Brainstorming (25 Minuten)

Es gibt 4 verschiedene Flipchart-Papiere, die auf dem Boden liegen. Auf jedem Papier steht einer der folgenden Titel: Passiv, Aggressiv, Passiv-aggressiv, Durchsetzungsfähig. Der Trainer erklärt, dass diese Titel für verschiedene Kommunikationsstile stehen. Dann fordert er/sie die TeilnehmerInnen auf, die nächsten 20 Minuten zu nutzen, um schweigend durch den Raum zu gehen und ihren Beitrag zu jedem



der Titel zu schreiben. Genauer gesagt, sollen sie aufschreiben, wie sie den jeweiligen Kommunikationsstil verstehen. Sie können dazu Marker verwenden oder auf Klebezettel schreiben und diese auf das Papier kleben.

II. Präsentationen (40 Minuten)

Der Trainer teilt die Teilnehmer in 4 Gruppen ein und gibt jeder Gruppe ein Flipchart-Papier. Sie werden angewiesen, in den nächsten 15 Minuten den Input aller TeilnehmerInnen zusammenzufassen und eine kurze Präsentation vorzubereiten. Dann wird von jeder Gruppe eine kurze Präsentation von 5 Minuten gehalten. Nach jeder Präsentation können die Teilnehmer Kommentare abgeben oder Fragen stellen. Fragen zu den Kommunikationsstilen werden an den Trainer gerichtet, der diese Fragen für den nächsten Teil aufhebt.

III. Theoretischer Input (25 Minuten)

Der Trainer hat eine kurze Präsentation über die Bedeutung einer effektiven Kommunikation vorbereitet. Die Präsentation deckt auch alle vier Kommunikationsstile ab, die die Teilnehmer im stillen Brainstorming erforscht haben. Zum Schluss beantwortet er/sie die Fragen, die die Teilnehmer in der vorherigen Aktivität gestellt haben.

Benötigte Materialien: A4- und A3-Papiere, Flipchart-Papiere, Post-it-Papiere, Scheren, Bleistifte und Kugelschreiber, Marker, Buntstifte, Laptop, Projektor.

Hintergrunddokumente und weiterführende Literatur:

- 4 Arten von Kommunikationsstilen. (2018, März27). Alvernia University. <https://online.alvernia.edu/articles/4-types-communication-styles/#:~:text=There%20are%20four%20basic%20communication,and%20why%20individuals%20use%20them.>
- Corporate Finance Institute. (2022, November 24). Kommunikationsfähigkeiten. <https://corporatefinanceinstitute.com/resources/management/communication/>

11.0 Gewaltfreie Kommunikation und Konflikttransformation

Sitzungstitel: Gewaltfreie Kommunikation und Konflikttransformation

Dauer: 90 Minuten

Hintergrund:

Die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) ist ein Kommunikationskonzept, das Menschen hilft, sich mit sich selbst und anderen durch Einfühlungsvermögen zu verbinden und in vier Schritten zu kommunizieren: Beobachten, Gefühle erkennen, Bedürfnisse erkennen und Bitten äußern¹. Es ist ein wichtiger Rahmen, den die Teilnehmer erlernen müssen, um eine effektive Kommunikation zu fördern und aggressive und gewalttätige Kommunikation bei der Arbeit mit Jugendlichen in der Gemeinde zu vermeiden. Andererseits ist die Konflikttransformation ein weiterer Prozess, der sich mit Situationen nach gewalttätigem Verhalten/Kommunikation befasst. Nach Botes (n.d.) bezieht sich die Konflikttransformation auf den Prozess des Übergangs von konfliktbehafteten Systemen zu Friedenssystemen. Dieser Prozess unterscheidet sich von dem gebräuchlicheren Begriff der Konfliktlösung, da er sich auf die Veränderung von Systemen konzentriert². Diese Sitzung konzentriert sich darauf, den Teilnehmern grundlegende Kenntnisse über diese beiden Konzepte und Prozesse zu vermitteln, die für die Prävention und Bekämpfung von Gewalt zwischen Gleichaltrigen und Mobbing sehr wichtig sind.

Ziel der Sitzung: Verstehen der Konzepte der gewaltfreien Kommunikation und der Konflikttransformation durch interaktive Diskussionen und Erforschung bestehender Theorien.

Weitere Ziele:

- Nachdenken über bestehende Konflikte in lokalen Gemeinschaften und die Realitäten der Konfliktbearbeitung;
- Kennenlernen der gewaltfreien Kommunikation und ihrer Schlüsselemente;
- Den Prozess der Konflikttransformation und seine wichtigsten Phasen kennenlernen;
- Diskussion über die Rolle der JugendbetreuerInnen bei der Transformation von bestehenden Konflikten in der Gesellschaft.

Angesprochene Kompetenzen:

- Unternehmerische Kompetenz;
- Kommunikation und Zusammenarbeit;
- Analytische Kompetenz;
- Kritisches Denken;
- Problemlösung;
- Persönliche, soziale und Lernkompetenz.

Methodik und Methoden:

- Kleingruppenarbeit – Nationale teams;
- Austausch im Plenum;
- Theoretischer Input;
- Diskussion.

¹ Model Thinkers. (n.d.). Nonviolent Communication. <https://modelthinkers.com/mental-model/nonviolent-communication>

² CONFLICT TRANSFORMATION: A DEBATE OVER SEMANTICS Botes. (n.d.). 2002. https://www3.gmu.edu/programs/icar/ijps/vol8_2/botes.htm

Sitzungsablauf:

I. Kleingruppenarbeit – Bestehende Konflikte in meiner Gemeinschaft (25 Minuten)

Im ersten Teil dieser Sitzung werden die Teilnehmer aufgefordert, sich in ihren nationalen Teams zu einer Kleingruppenarbeit zusammenzufinden. Wenn alle in ihren Gruppen sind, weist der Trainer sie an, Informationen über die bestehenden oder jüngsten Konfliktfälle in ihren Gemeinschaften zu diskutieren und aufzuschreiben. Sie haben 25 Minuten Zeit, um daran zu arbeiten und sich dann dem Plenum anzuschließen.

II. Austausch im Plenum (25 Minuten)

Wenn die TeilnehmerInnen ins Plenum kommen, bittet der/die TrainerIn einen Vertreter jeder Gruppe, die Informationen, die sie in Bezug auf die jüngste Konfliktsituation in der Gemeinde gesammelt haben, mitzuteilen. Sie werden gebeten, die Art des Konflikts, die Folgen und den Fortschritt bei der Lösung des Konflikts mitzuteilen.

III. Theoretischer Input: Gewaltfreie Kommunikation und Konflikttransformation (20 Minuten)

Nachdem der Trainer Beispiele für Konflikte gehört und die Teilnehmer in den Schwerpunkt der Sitzung eingeführt hat, informiert er sie über die Konzepte der gewaltfreien Kommunikation und der Konflikttransformation. Im Einzelnen besteht die Präsentation aus der folgenden Tagesordnung:

- Gewaltfreie Kommunikation
 - Definition
 - Empathie als Kernstück
 - Schlüsselemente: Beobachtung, Gefühle, Bedürfnisse, Anfragen
- Konflikttransformation
 - Definition
 - Die vier Dimensionen zur Transformation eines Konflikts: Persönlich, Beziehungsbezogen, Strukturell, Kulturell
 - Konflikttransformation vs. Konfliktlösung

IV. Diskussion (20 Minuten)

Der Trainer setzt die Sitzung mit einer kurzen Diskussionsrunde über das Thema fort. Er/sie eröffnet die Diskussion, indem er/sie die folgende Frage stellt:


- Wie können aktive Jugendliche und Jugendbetreuer auf der Grundlage der Beispiele, die Sie zu Beginn dieser Sitzung genannt haben, und der gewonnenen Erkenntnisse dazu beitragen, bestehende Konflikte in unseren Gesellschaften zu verändern?

Die Diskussionsrunde dauert etwa 20 Minuten.

Benötigte Materialien: A4- und A3-Papiere, Flipchart-Papiere, Post-it-Papiere, Scheren, Bleistifte und Kugelschreiber, Marker, Buntstifte, Laptop, Projektor.

Hintergrunddokumente und weiterführende Literatur:

- Model Thinkers. (n.d.). Gewaltfreie Kommunikation. <https://modelthinkers.com/mental-model/nonviolent-communication>
- KONFLIKTTTRANSFORMATION: EINE DEBATTE ÜBER SEMANTIK Botes. (n.d.). 2002. https://www3.gmu.edu/programs/icar/iips/vol8_2/botes.htm

- 
- Martin, M. S. (2022, November 22). Was ist Konflikttransformation? Brave Talk Project. <https://bravetalkproject.com/what-is-conflict-transformation/>

Empfehlungen für zukünftige Trainer, die diese Sitzung vervielfältigen:

- Der Trainer sollte sich sehr gut auf diese Sitzung vorbereiten und während des theoretischen Inputs klare und prägnante Informationen geben, da diese Sitzung zeitlich kürzer ist, aber die Bedeutung dieser Konzepte sehr hoch ist.

12.0 Rolle von gleichaltrigem Erzieher / Leaders bei der Prävention von gleichaltriger Gewalt zwischen Jugendlichen und empfohlene Interventionen

Sitzungstitel: Rolle von gleichaltrigem Erzieher / Leaders bei der Prävention von gleichaltriger Gewalt zwischen Jugendlichen und empfohlene Interventionen

Dauer: 180+180 Minuten

Hintergrund:

Die wirkliche Wirkung des Schulungskurses zeigt sich nicht während der Programmtage, sondern danach, wenn die Teilnehmer nach Hause zurückkehren und ihr Wissen mit Gleichaltrigen teilen, das Wissen in die Praxis umsetzen und zu Verändern in ihrer Gesellschaft werden. Der Schulungskurs ist sich der Bedeutung dessen bewusst und zielt auf eine größere Wirkung auf die Zielgruppe ab. Der Schulungskurs ist so konzipiert, dass er den Teilnehmern einen ganzen Arbeitstag widmet, um neue Initiativen/Workshops auf der Grundlage des erworbenen Wissens zu entwickeln. Diese Initiativen sollten sich an die lokale Gemeinschaft richten, insbesondere an Jugendliche, die Mobbing erleben. Die Sitzung beleuchtet die Rolle von gleichaltrigem Erzieher bei der Prävention von gleichaltriger Gewalt zwischen Jugendlichen.

Ziel der Sitzung: Schaffung von Raum für die Entwicklung neuer Interventionen zur Prävention von gleichaltriger Gewalt zwischen Jugendlichen und Ermutigung der Teilnehmer, eine aktive Rolle als gleichaltrige Erzieher zu übernehmen.

Weitere Ziele:

- Über die Rolle von Jugendbetreuern/-leitern bei der Prävention von Gewalt unter Jugendlichen nachdenken;
- Erörterung neuer Interventionen, die in der lokalen Gemeinschaft zur Prävention von Gewalt und Mobbing erforderlich sind;
- Raum schaffen für die Entwicklung neuer Interventionen, die auf die Bedürfnisse der Jugendgemeinschaft eingehen.

Angesprochene Kompetenzen:

- Kritisches Denken;
- Kommunikation;
- Soziale und staatsbürgerliche Kompetenzen;
- Teamarbeit;
- Analytische Kompetenz;
- Zeiteinteilung;
- Problemlösung.

Methodik und Methoden:

- Brainstorming;
- Kleingruppenarbeit – Nationalteams.

Sitzungsablauf:

I. Brainstorming – Die Rolle von gleichaltrigem Erzieher/Leaders bei der Prävention von gleichaltriger Gewalt zwischen Jugendlichen (25 Minuten)

Diese Sitzung beginnt mit einer kurzen Brainstorming-Aktivität. Der Trainer hat die folgende Frage auf das Flipchart-Papier geschrieben: Welche Rolle spielen gleichaltrige Erzieher bei der Prävention von gleichaltriger Gewalt zwischen Jugendlichen?

Die Teilnehmer beginnen, Ideen zu geben, während der Trainer Schlüsselwörter in das Flipchart um die schriftliche Frage herum schreibt. Das Brainstorming dauert ca. 20 Minuten. Dann betont er/sie den Schwerpunkt der Sitzung und die Wichtigkeit, aktive Mitglieder in der Gesellschaft zu sein und das im Schulungskurs erworbene Wissen für die Entwicklung neuer Interventionen in der Gesellschaft zu nutzen.

II. Einführung in die Aufgaben und TSO-Vorlage (20 Minuten)

Der Trainer stellt den Teilnehmern die Sitzung vor und dass sie den ganzen Tag zur Verfügung haben, um neue Ideen zu entwickeln, die sie in ihrem Land umsetzen möchten. Sie werden angewiesen, dass diese Sitzung ihnen die Möglichkeit bietet, das Wissen in die Praxis umzusetzen, indem sie neue Interventionen zur Prävention von gleichaltriger Gewalt zwischen Jugendlichen entwickeln. Außerdem müssen sie für diese Sitzung in ihren Ländergruppen arbeiten. Dann setzt der Trainer die Sitzung fort, indem er eine Vorlage (TSO) vorstellt, mit der er seine Idee besser strukturieren und detailliert schreiben kann. Trainer teilen diese Vorlage per E-Mail oder Sozial-Media-Gruppe oder andere bevorzugte Formen. Die Teilnehmer werden darüber informiert, dass sie nach den ersten 115 Minuten zu einer Check-in-Sitzung ins Plenum kommen sollten, um ihre Fortschritte mitzuteilen.

III. Gruppenarbeit (105 Minuten)

Die Teilnehmer schließen sich ihren Ländergruppen an, um an der Entwicklung neuer Ideen zu arbeiten. Sie nutzen den ersten Teil ihrer Arbeit (vor dem Check-in), um ihre Idee zu konzipieren. Sie können an verschiedenen Orten rund um den Schulungsort oder außerhalb arbeiten.

IV. CHECK-IN-Sitzung (30 Minuten)

Der Trainer lädt alle Gruppen zu einer kurzen Check-in-Sitzung ins Plenum ein, um ihre Fortschritte bei der Entwicklung neuer Ideen zu sehen und zu besprechen, ob sie Unterstützung oder Hilfe benötigen. Jede Gruppe ernennt einen Vertreter, der ihre Fortschritte teilt, und die Trainer geben Feedback und Empfehlungen.

V. Fortsetzung der Gruppenarbeit (180 Minuten)

Alle Gruppen arbeiten weiter und entwickeln ihre Ideen basierend auf dem Feedback der Trainer weiter. In dieser Phase müssen sie ihre Idee finalisieren, den TSO ausfüllen und an die Trainer schicken sowie eine Präsentation am nächsten Tag vorbereiten.

Benötigte Materialien: A4- und A3-Papier, vorbereitetes TSO-Dokument zum Teilen mit den Teilnehmern, Flipchart-Papier, Haftnotizen, Schere, Bleistifte und Kugelschreiber, Marker, Farben, Laptop, Projektor.

Empfehlungen für zukünftige Trainer, die diese Sitzung vervielfältigen:

- Es wird empfohlen, dass Trainer während der gesamten Arbeitszeit für Gruppen verfügbar bleiben, zumindest um jede Gruppe zu überprüfen, wenn sie beginnen, Konzepte ihrer Ideen zu erstellen, und mehr Anleitung benötigen, um ihre Meinungen zu strukturieren.

13.0 Austausch entwickelter Interventionen zur Prävention von gleichaltriger Gewalt zwischen Jugendlichen

Sitzungstitel: Austausch entwickelter Interventionen zur Prävention von gleichaltriger Gewalt zwischen Jugendlichen

Dauer: 180 Minuten

Hintergrund:

Nach der Entwicklung neuer Interventionen zur Prävention von Gewalt zwischen Jugendlichen haben die Teilnehmer die Möglichkeit, ihre Ideen zu präsentieren und ein ausführliches Feedback zu ihrer Arbeit zu erhalten. Diese Sitzung dient als Gelegenheit für alle Gruppen, Feedback zu erhalten und ihre Arbeit zu verfeinern, um eine gut strukturierte und geplante Intervention für die Jugendlichen in der lokalen Gemeinschaft zu entwickeln. Die Sitzung ist so konzipiert, dass auch andere Teilnehmer Kommentare und Rückmeldungen geben können, die auf ihren Erfahrungen beruhen und eine breitere Perspektive auf das Feedback ermöglichen.

Ziel der Sitzung: Präsentation der entwickelten Interventionen zur Prävention von Gewalt zwischen Jugendlichen und Nutzung des Feedbacks zur weiteren Verbesserung der Arbeit.

Weitere Ziele:

- Raum für die Präsentation der entwickelten Interventionen zur Prävention von Gewalt zwischen Gleichaltrigen Jugendlichen zu schaffen;
- Die Teilnehmer zu ermutigen, Feedback zu den entwickelten Maßnahmen zu geben;
- Reflexion über das gegebene Feedback und Verfeinerung der Arbeit.

Angesprochene Kompetenzen:

- Kritisches Denken;
- Kommunikation;
- Soziale und staatsbürgerliche Kompetenzen;
- Teamarbeit;
- Analytische Kompetenz;
- Zeiteinteilung;
- Problemlösungskompetenzen;
- Präsentation;
- Digitalkompetenz.


Methodik und Methoden:

- Präsentationen und Feedback;
- Gruppenarbeit - Fertigstellung der entwickelten Interventionen.

Sitzungsablauf:

I. Einführung in die Sitzung und letzte Vorbereitungen für die Präsentationen (20 Minuten)

Der Trainer beginnt die Sitzung, indem er die Teilnehmer darüber informiert, dass die Zeit gekommen ist, ihre entwickelten Workshops/Interventionen zu präsentieren. Er/sie betont, dass jede Gruppe ein detailliertes Feedback erhalten wird, das ihnen die Möglichkeit gibt, ihre Idee anschließend weiter zu



verbessern. Dann kündigt der Trainer an, dass sie 10 Minuten Zeit haben, um die letzten Vorbereitungen für ihre Präsentationen zu treffen und sich dem Plenum anzuschließen.

II. Präsentationen der entwickelten Interventionen und Feedback (120 Minuten)

Die Teilnehmer kommen für die Präsentation ins Plenum. Der Trainer fordert die Gruppen einzeln auf, die entwickelten Maßnahmen in einer geschätzten Zeit von 15-20 Minuten zu präsentieren. Nach jeder Präsentation findet eine Fragerunde statt. Anschließend gibt der Trainer detailliertes Feedback und Empfehlungen zu möglichen Verbesserungen der Arbeit. Die Teilnehmer werden ermutigt, auch ihren Kollegen Feedback zu geben.

III. Abschließende Überarbeitung der entwickelten Interventionen (40 Minuten)

Nachdem sie ein Feedback erhalten haben, fordert der Trainer die Teilnehmer auf, sich erneut in ihre Gruppen zu setzen und ihre Arbeit zu verfeinern. Sie haben 40 Minuten Zeit, um dies zu tun und die aktualisierte Version ihrer Arbeit an den Trainer zu schicken.

Benötigte Materialien: A4-Papiere, Laptop und Projektor, Flipchart-Papiere, Marker, Post-its, Kugelschreiber.

Empfehlungen für zukünftige Trainer, die diese Sitzung vervielfältigen:

- Der Trainer sollte jeder Gruppe bei der Präsentation seine Aufmerksamkeit schenken, um detailliertes Feedback zu geben und damit die Gruppen auf das Feedback eingehen können, um ihre Ideen zu verfeinern.

14.0 Evaluation und Abschluss des Trainingskurses

Sitzungstitel: Evaluation und Abschluss des Trainingskurses

Dauer: 100 Minuten

Hintergrund:

Die Bewertung ist die letzte Sitzung des Schulungskurses, die auch den Abschluss des Programms markiert. Es ist die Sitzung, in der die Teilnehmer ihre Erfahrungen, ihr Lernen, ihre Leistung, ihre Umgebungsenergie, ihren Input und ihre Beiträge, ihre Erwartungen usw. reflektieren und bewerten. Diese Sitzung ist sehr wichtig für die Trainer und das Organisationsteam, um eine Bewertung und Feedback zu ihrer Arbeit zu erhalten, um sich für zukünftige Trainings zu verbessern. Die Sitzung besteht aus verschiedenen Bewertungsmethoden, einschließlich visueller, und verbalen Runden, um die Beiträge aller zu applaudieren.

Ziel der Sitzung: Um die Erfahrung zu reflektieren und das Programm, die Logistik sowie das gesamte Lernen aus dem Schulungskurs zu bewerten.

Weitere Ziele:

- Visuelle Methoden zur Bewertung verschiedener Aspekte der Schulungsorganisation zu verwenden;
- Verwendung des schriftlichen Bewertungsformulars zur detaillierten Bewertung des Programms;
- Reflexion des Programms und der Lernziele;
- Raum für den Austausch allgemeiner Eindrücke über die gesammelten Erfahrungen schaffen.

Angesprochene Kompetenzen:

- Mehrsprachigkeit;
- Teamarbeit;
- Digitalkompetenz;
- Persönliche, soziale und Lernkompetenz;
- Unternehmerische Kompetenz;
- Literarische Kompetenz;
- Staatsbürgerliche Kompetenz;
- Kulturbewusstsein und Ausdruckskompetenz.


Methodik und Methoden:

- Selbstreflexion;
- Visuelle Auswertung – Pizza;
- Schriftliche Auswertung;
- Mündliche Auswertung.

Sitzungsablauf:

I. Selbstreflexion – Erwartungen und Beiträge (20 Minuten)

Der Trainer eröffnet die Sitzung, indem er die Teilnehmer auffordert, über das Gelernte nachzudenken, das sie während dieses Schulungskurses gelernt haben. Dann bittet er/sie sie, über die



Erwartungen nachzudenken, die sie am ersten Tag setzen, und über ihre Beiträge. Sie haben 10 Minuten Zeit, um selbst zu reflektieren, ob ihnen das gelungen ist. Nach 10 Minuten sind die Teilnehmer eingeladen, im Plenum mitzuteilen, wie sie sich über die Erwartungen und Beiträge fühlen, ob sie ihre Erwartungen erfüllt haben und ob sie so beigetragen haben, wie sie am ersten Tag dachten.

II. Visuelles Bewertungsformular – “Pizza” (20 Minuten)

Die Trainer haben eine Pizzaform auf einem Flipchartpapier gezeichnet. Jedes Pizzastück repräsentiert einen bestimmten Aspekt des Trainingskurses, wie z. B.: Gruppenenergie, Lernmethoden, Unterstützung durch die Trainer, Essen, Materialien und Platz im Arbeitsraum, Wetterbedingungen, Freizeit und so weiter. Die Teilnehmer sind eingeladen, farbige Markierungen oder Zeichnungen zu verwenden und jeden Aspekt zu bewerten. Je näher sie ein Zeichen/eine Zeichnung zur Mitte der Pizza machen, desto höher wird die Bewertung gewertet. Sie nutzen dafür 15 Minuten, um allen Raum zu geben, in Ruhe zu evaluieren. Anschließend fasst der Trainer die Bewertung zusammen.

III. Schriftlicher Bewertungsbogen – online (30 Minuten)

Die Teilnehmer erhalten einen Link des schriftlichen Bewertungsformulars in ihren E-Mails oder in ihrer Sozial-Media-Gruppe. Dieses Formular erforderte ihre Aufmerksamkeit, um eine detailliertere Bewertung über die Arbeitsmethoden, Trainer, Logistik und Unterstützung für ihre Teilnahme abzugeben. Sie haben 30 Minuten Zeit, um diese Form der Bewertung durchzuführen, und verwenden dafür ihre Telefone, Tablets und Laptops. Falls jemand ein Gerät zur Evaluation benötigt oder ein gedrucktes Exemplar möchte, unterstützen die Trainer diesen Aspekt.

IV. Mündliche Auswertung und Abschluss des Trainings (30 Minuten)

Die letzte Form der Evaluation ist die mündliche Runde. Hier sind die Teilnehmer eingeladen, ihre Eindrücke zu teilen und allen im Arbeitsraum eine abschließende Botschaft zu übermitteln. Am Ende teilen das Organisationsteam und die Trainer ihre letzten Worte zum Abschluss des Trainings, danken allen für die Teilnahme und schließen den Trainingskurs offiziell ab. Darauf folgt eine große Gruppenumarmung und ein Foto der ganzen Gruppe.

Benötigte Materialien: Kugelschreiber, Bleistifte, Marker, Flipchartpapier, eine Zeichnung einer Pizzaform auf dem Flipchartpapier mit Bewertungskategorien, ein online erstellter schriftlicher Bewertungsbogen, Laptop, Beamer, Lautsprecher.

Empfehlungen für zukünftige Trainer, die diese Sitzung vervielfältigen:

- Das Bewertungsformular sollte im Voraus entworfen und von den Organisatoren getestet werden, um sicherzustellen, dass es funktioniert. Es wird auch empfohlen, wenige gedruckte Exemplare zu haben, falls jemand lieber schreibt als zu tippen.
- Organisatoren sollten sicherstellen, dass im Arbeitsraum für den Bewertungsteil eine stabile Internetverbindung besteht. Es wird auch empfohlen, während des schriftlichen Teils der Bewertung Musik zu spielen, damit die Teilnehmer eine entspannte Atmosphäre genießen können.

Outreach Hannover e.V., Deutschland



**Kofinanziert von der
Europäischen Union**

Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.