

METHODENHANDBUCH

Verantwortung übernehmen - Eltern stärken.
Arbeit mit rechtsextrem orientierten Eltern
(REXEL)



Violence
Prevention Network



INHALTSVERZEICHNIS

Das Sonderprojekt	3
Coaching und Beratung für Eltern	4
Themenbausteine	5
Baustein 1: Zielentwicklung, Etablierung des Arbeitsbündnisses	6
Baustein 2: Biografiearbeit – Identität und Genderbilder	12
Baustein 3: Die elterliche Präsenz – Ich in meiner Rolle als Vater/Mutter	21
Baustein 4: Reflexion von Werten, Normen, Weltanschauung, Religion und Ideologie	28
Baustein 5: Abschluss & Ausblick	32
Kontakt	34
Impressum	34

LEGENDE



Setting



Zeitaufwand



Ziele



Materialien



Vorbereitungsaufwand

DAS SONDERPROJEKT

Das Sonderprojekt »Verantwortung übernehmen – Eltern stärken. Arbeit mit rechtsextrem orientierten Eltern (REXEL)« richtet sich an Mütter und Väter, die rechtsextrem orientierte Werthaltungen bzw. vorurteilsmotivierte und menschenfeindliche Einstellungsmuster haben.

Angesprochen ist zum einen die Zielgruppe derjenigen, die ein fest gefügtes rechtsextremes Weltbild haben und in rechtsextremen Organisationen aktiv sind, die „nationale“ Gesellschaftsentwürfe vertreten, demokratische Strukturen ablehnen und sich in ihrer Meinungsäußerung beschnitten fühlen, wenn sie wegen volksverhetzender Äußerungen angeklagt werden. Zum anderen richtet sich das Angebot von REXEL an Frauen und Männer, die nicht in Kameradschaften oder ähnlichen Verbänden organisiert sind, jedoch intolerante Einstellungen zeigen und sich z.B. rassistisch, antisemitisch oder homophob äußern bzw. agieren.

Studien haben gezeigt, dass Elternschaft dazu geeignet sein kann, Distanzierungs- und Deradikalisierungsprozesse auszulösen, weil sich durch die Geburt eines Kindes der Fokus in der eigenen Lebensplanung verändern kann. Für Frauen wie für Männer ist der Eintritt in die Elternrolle ein Ereignis, das die Bereitschaft erhöht, Werte zu überdenken und bisherige Denkmuster und Überzeugungen in Frage zu stellen. Zum Beispiel, ob die rechte Szene, die Freunde, die immer wieder zu Straftaten verleiten, zur Elternrolle und als Vorbildfunktion passt. Ob rassistische und demokratiefeindliche Einstellungen mit den Zukunftsvisionen für das Kind vereinbar sind. Wenn der Wunsch besteht, dass sich das eigene Kind in einer Gesellschaft, die Toleranz und Respekt als Grundwerte formuliert, gut zurechtfindet, wäre die Frage zu stellen, ob dies gelingt, wenn es sich in einem elterlichen Umfeld von Intoleranz und Ausgrenzung befindet. Die REXEL-Coachings setzen an diesen Fragestellungen an und begeben sich mit den Teilnehmenden in einen Reflexionsprozess.



COACHING UND BERATUNG FÜR ELTERN

Im Rahmen des Sonderprojekts REXEL werden Beratungen und Coachings für Mütter und Väter mit rechtsextrremen bzw. vorurteilsmotivierten menschenfeindlichen Einstellungsmustern angeboten. Die Coachings werden entweder im Einzel- oder Gruppensetting für Eltern in Haft oder auch im kommunalen Bereich durchgeführt.

Hauptziel des Beratungs- und Coachingangebotes ist:

- ▶ die Teilnehmenden im Sinne des Empowerments zu begleiten und zu unterstützen
- ▶ ihre Rolle als Vater bzw. Mutter für sich zu definieren
- ▶ Strategien zu erarbeiten, wie sie Erziehungsanforderungen im Einklang mit ihren Erziehungswerten z. B. auch während der Haftzeit gut bewältigen
- ▶ die Beziehung zu ihren Kindern zu stärken und
- ▶ Möglichkeiten aufzuzeigen, wie sie mit dem/der (Ex-)PartnerIn eine aktive, gelungene Elternschaft gestalten können.

Die Coachings und Beratungen werden entlang der von den Teilnehmenden formulierten Ziele, Pläne und Visionen organisiert. Initiiert werden Reflexionen von Werthaltungen, Überzeugungen, Normen, Glaubenssätzen, die identitätsstiftend wirken und Zugehörigkeit versprechen in ihren Effekten auf die eigene Lebensplanung und die Elternrolle. Die TrainerInnen begleiten die Reflexionsprozesse der Teilnehmenden in einer von Wertschätzung und Respekt getragenen Grundhaltung, die konsequent auf Demütigungen verzichtet, auf die Fähigkeiten und Stärken fokussiert und die Autonomie der KlientInnen anerkennt. Dem Coaching liegt ein systemischer Ansatz zugrunde, somit folgt es den Grundprämissen, dass jedes Verhalten ein interaktives Muster darstellt, dessen Botschaften es zu entschlüsseln gilt und – ganz zentral – dass instruktive Veränderung nicht

möglich ist. Das Umfeld, d.h. PartnerInnen, Pflegeeltern, Jugendamt und Kinder werden nach Möglichkeit in den Prozess einbezogen.

Die Gruppencoachings umfassen jeweils ein Vorgespräch, bei dem die Motivation abgeklärt und die Diagnostik durchgeführt wird, dann vierzehn Gruppensitzungen flankiert von vertiefenden Einzelgesprächen sowie ein Nachtreffen. Die Einzelcoachings umfassen neben Vorgespräch und Nachtreffen mindestens zwölf Sitzungen zuzüglich Vor- und Nachbereitungsgesprächen, eine Verlängerung der Sitzungsanzahl ist nach Bedarf möglich.

THEMENBAUSTEINE

Die Gruppen- und Einzelcoachings beinhalten die folgenden fünf Themenbausteine, die nicht unbedingt chronologisch aufeinander aufbauen, sondern prozessorientiert und angepasst an die Anliegen und Bedarfe der Teilnehmenden eingesetzt werden.



BAUSTEIN 1:
Zielentwicklung, Etablierung des Arbeitsbündnisses



BAUSTEIN 2:
Biografiearbeit – Identität und Genderbilder



BAUSTEIN 3:
Die elterliche Präsenz – Ich als Vater/Mutter



BAUSTEIN 4:
Reflexion von Werten, Normen, Weltanschauung, Religion und Ideologie



BAUSTEIN 5:
Abschluss & Ausblick

Im Folgenden stellen wir eine Auswahl an Methoden vor, die sich für die Bearbeitung der Themenbausteine in der Praxis bewährt haben. Alle REXEL-Coaches und BeraterInnen haben Übungen zur Verfügung gestellt, die sie für die Zielgruppe der Eltern mit vorurteilsmotivierten Einstellungen modifiziert und in der Praxis erprobt haben.

BAUSTEIN 1: ZIELENTWICKLUNG, ETABLIERUNG DES ARBEITSBÜNDNISSES

In diesem Baustein geht es zum einen darum, als Coach eine gute Grundlage für die Zusammenarbeit mit dem/der Coachee zu finden und eine Vertrauensbasis zu etablieren. Wie aus der Therapieforschung bekannt ist, ist eine gute Beziehung zwischen BeraterIn und KlientIn ein Hauptwirkungsfaktor für einen gelungenen Coachingprozess. Eine offen-interessierte und wertschätzende Haltung des Coachs ist Grundvoraussetzung dafür. Wichtig sind ebenfalls die Zusicherung und Einhaltung der Schweigepflicht – im Kontext von Haftanstalten kommt diesem Aspekt eine besondere Bedeutung zu. Im Gruppensetting ist die Erarbeitung von Gruppenregeln ein wichtiges Element, um eine Vertrauensbasis auch unter den Teilnehmenden zu schaffen – in Haftanstalten haben viele KlientInnen oftmals große Bedenken, sich im Beisein anderer Gefangener zu öffnen und sich auch von ihrer verletzlichen Seite zu zeigen, weil sie befürchten, dass dies weitergetragen und gegen sie verwendet werden könnte.

Von daher sollte in den Vorgesprächen sorgfältig abgeklärt werden, ob der/die BewerberIn bereit und motiviert ist, sich im Austausch mit anderen mit dem Thema Elternschaft auseinanderzusetzen oder ob dafür ein Einzelsetting angestrebt werden sollte.

Zweiter Schwerpunkt dieses Bausteins ist die Formulierung der Ziele. Das heißt, es gilt mit den Teilnehmenden herauszuarbeiten, an welchen Themen und Anliegen sie arbeiten möchten - oder systemisch gefragt, was in diesem Coaching passieren muss, damit sie am Ende sagen können, dass die Teilnahme sie weitergebracht bzw. unterstützt hat und sie den Beratungsprozess als hilfreich erlebt haben. Mit dieser systemisch-lösungsorientierten Frage kann eine Zukunftsvision initiiert werden, die die Möglichkeit anklingen lässt, dass Veränderung nicht nur möglich sondern auch lohnenswert ist.



ÜBUNG: INTERVIEW ZU ZWEIT



Coaching im Gruppensetting



45 Minuten



gegenseitiges Kennenlernen;
aktives Zuhören üben; Präsentieren vor der Gruppe;
Reflexion eigener Ziele und Anliegen im Austausch mit anderen



Arbeitsblatt & Stifte



Arbeitsblatt mit Fragen vorbereiten, die auf die jeweilige Gruppe abgestimmt sind

Durchführung:

Die Übung kann wie folgt angeleitet werden: „Bitte findet euch zu zweit zusammen und interviewt euch gegenseitig. Zuerst ist der eine der Reporter, dann – nach zehn Minuten – der andere. Als Reporter befragt ihr den anderen zu den Fragen auf dem Arbeitsblatt. Der, der befragt wird, entscheidet selbst, auf welche Frage er vielleicht nicht antworten möchte. Ihr als Reporter akzeptiert das. Macht euch Notizen zu dem, was der, den ihr interviewt, euch sagt, denn: im Anschluss daran, stellt ihr euch gegenseitig vor!“

Für das gegenseitige Interview sollten pro TeilnehmerIn ca. zehn Minuten eingeplant werden. Die TrainerInnen begleiten die Kleingruppen und achten darauf, dass eine respektvolle Grundhaltung vorhanden ist. Die Aufteilung der Zweiergruppen kann durch die TrainerInnen vorgegeben werden, wenn die TrainerInnen spüren, dass die Teilnehmenden noch sehr zurückhaltend sind.

Nach Abschluss der Interviewphase stellen die beiden, die in einer Zweiergruppe zusammen gearbeitet haben, sich gegenseitig vor. Dazu setzt sich derjenige, der vorgestellt wird, auf einen vorbereiteten Stuhl in der Mitte,

der Reporter stellt sich hinter ihn und beginnt: „Ich stelle euch Armin vor, Armin ist 23 Jahre alt...“. Die TrainerInnen begleiten den Prozess und unterstützen den Vortragenden, beispielsweise indem sie sich neben ihn stellen. Nach der Präsentation sollte derjenige, der vorgestellt wird, danach gefragt werden, ob alles vollständig und stimmig wiedergegeben worden ist, ggf. soll er/sie ergänzen. Anschließend wird der andere Teilnehmer vorgestellt.

Informationen zur Übung:

Es ist sinnvoll, wenn vor dieser Übung bereits Gruppenregeln erarbeitet wurden, um sicherzustellen, dass dieses Kennenlernen in einer wertschätzenden und vertrauensvollen Atmosphäre stattfinden kann.

Interview zu zweit

Wie ist dein Name:

Wie möchtest du hier im Kurs genannt werden?
.....

Geburtstag/Alter:

Beruf/Tätigkeit vor der Verhaftung:
.....

Tätigkeit in der JVA:

Deine Hobbies/Interessen
.....

Vor welcher Person hast du großen Respekt/Hochachtung und weshalb ist das so:
.....

Wie heißt dein Sohn/deine Tochter und wie alt ist sie_er?
.....

Was wünschst du dir für dein_e Kind_er:

.....
.....

Was glaubst du, machst du als Vater/Mutter richtig gut?

.....
.....

Welches Ziel möchtest du hier in diesem Kurs erreichen?

.....
.....

Was sollten wir hier in der Gruppe außerdem noch von dir wissen?

.....
.....

Das möchte ich dich gerne noch fragen:

.....
.....

Vielen Dank für das Interview!

ÜBUNG: MEINE ZIELE UND VISIONEN: WO SOLL DIE REISE HINGEHEN?



Coaching im Einzelsetting



45 Minuten



der/die KlientIn wird dabei begleitet, Themen und Anliegen zu bestimmen, die den Rahmen des Coachings abstecken



Woolfaden oder Schnur von ca. 5m Länge; Moderationskarten oder Papier (A5) in verschiedenen Farben; Flipchartstifte



keiner

Durchführung:

Die Übung kann wie folgt angeleitet werden: „Stell Dir nun vor, die Zeit, die wir ab jetzt zusammenarbeiten, würden wir auf einer Linie darstellen, einer Linie, die wir uns hier im Raum vorstellen und damit dies leichter gelingt, uns mit dieser Schnur vergegenständlichen können.“ Der/die Klient/in wird nun aufgefordert, die Schnur im Raum so zu auslegen, wie es ihr stimmig erscheint. Dazu fragen Sie sie, welches Ende der Schnur für die Gegenwart und welches für die Zukunft steht. Die Gegenwart wird mit einer Karte, die mit dem aktuellen Datum beschriftet wird, markiert, für den Tag in der Zukunft, an dem das Coaching beendet sein wird, wird ebenfalls eine Karte auf die Zeitlinie gelegt. Auf dieser kann das Datum der letzten Coachingsitzung eingetragen werden – sofern dieses bekannt ist. Wenn dies noch nicht feststeht, können Sie z.B. „nach dem Coaching“ auf der Karte notieren.

Im zweiten Schritt fordern Sie den/die Klienten/in auf, die Zeitlinie entlang zu gehen, vom Tag heute bis zum Zeitpunkt in der Zukunft. Sie als Coach begleiten ihn/sie, indem sie neben ihm/ihr den Weg beschreiten. In der Zukunft angekommen, bitten Sie den/die Klienten/in, dort stehen zu bleiben, auf den Weg zurückzublicken.

Fragen Sie ihn/sie dann, was in seinem/ihrem Leben anders wäre, was besser oder auch leichter wäre, wenn er/sie sich vorstellt, das Coaching wäre hilfreich gewesen. Die Antworten des/der Klienten/in notieren Sie dann. „Was wäre noch besser in deinem Leben, in Bezug auf deine Kinder?“ können Sie fragen, um evt. mehrere Anliegen zu identifizieren. „Ich habe Kontakt zu meinen Kindern“ könnte er/sie z.B. nennen oder „ich kann Grenzen setzen“ oder „ich habe das Jugendamt überzeugt, dass ich mein Kind sehen darf“. Wenn alle Themen notiert sind, gehen Sie zum dritten Schritt über und fragen Ihre/n Klienten/in, was er/sie dafür tun muss, um diese Ziele zu erreichen. Ihre Antworten („ich muss hierher kommen“ oder „ich muss mitarbeiten“) notieren Sie ebenfalls. Im vierten Schritt fragen Sie ihn/sie, wer ihn/sie dabei unterstützen kann, diese Ziele zu erreichen. Die Namen der Personen – es kann natürlich auch die eigene Person sein – werden ebenfalls von Ihnen auf Karten festgehalten und auf die Zeitlinie gelegt. Als letztes fragen Sie, welchen Stolperstein es geben könnte, der en/die Klienten/in davon abhalten könnte, ihren Weg zu verfolgen. Diesen Stolperstein (z.B. „wieder Drogen nehmen“) halten Sie ebenfalls fest.

Abschließend können Sie mit dem/der Klienten/in nochmal den Weg vom Tag heute bis in die Zukunft symbolisch abschreiten und ihn/sie fragen, wie es sich anfühlt, die Ziele erreicht zu haben. Das Gefühl der Erleichterung, der Freude (das der/die Klient/in höchstwahrscheinlich äußert), können Sie noch verankern.

Variante:

Sie können zusätzlich noch eine Metaposition einführen, die der/die Klient/in betritt, um ‚von außen‘ oder ‚von oben‘ (als Engel oder als die verstorbene Großmutter, die er/sie sehr geliebt hat, o.ä.) auf sich und ihre Ziele, die er/sie sich vorgenommen hat, schaut. Auf dieser Position fragen Sie den/die Klienten/in: „Welchen Rat würde diese Person dir mit auf Ihren Weg geben? Die Antwort notieren Sie ebenfalls.

Zum Schluss können Sie dieses Zielbild fotografieren, sodass sie es dem/der Klienten/in auf einer Seite als Überblick mitgeben können. Es ist sinnvoll, regelmäßig im Coaching auf die Ziele zurückzukommen.



BAUSTEIN 2: BIOGRAFIEARBEIT – IDENTITÄT UND GENDERBILDER

Der Baustein Biografiearbeit reflektiert eigene Kindheits-erlebnisse mit dem Wissen, dass schmerzliche Erfahrungen gewürdigt werden müssen, um eine Heilung zu initiieren, denn erst dann ist es möglich, sich für die eigene elterliche Rolle alternative Handlungsstrategien zu erarbeiten. Von „Gespenstern im Kinderzimmer“ sprechen BeraterInnen (Ziegenhain u.a. 2004), wenn Kindheitserfahrungen, die sich unmerklich wie ungebetene Gäste im elterlichen Handlungsrepertoire etablieren und dazu führen, dass z.B. eine Transmission von Gewalt stattfindet.

Zudem dient Biografiearbeit der Identitätsbildung und Selbstwertstärkung, der Sinn- und Bedeutungsgebung, indem sie hilft, Erlebnisse zu ordnen, Abgespaltenes zu integrieren, Übergänge zu verstehen und nicht zuletzt nachzuvollziehen, welche Ressourcen vorhanden waren, um kritische Lebensereignisse zu bewältigen. Biografiearbeit ermöglicht, sich selbst in seinem Handeln besser zu verstehen und sich als GestalterIn des eigenen Lebens wahrzunehmen.

Die eigene Identität, d.h. das, was mich als Person ausmacht und der Prozess, wie ich zu der geworden bin, die



ich bin, ist immer auch mit Genderzuschreibungen und -identifizierungen verbunden. Gerade im Kontext von Haftanstalten sind vor allem Männer oftmals mit äußerst rigiden Geschlechtsrollenbildern konfrontiert. In dem streng hierarchisierten System des Haftalltags bilden sich auch unter den Gefangenen Rangordnungen heraus, die sich an einem Männlichkeitsideal orientieren (vgl. Bourdieu 2005, Connell 2005), das zwar für viele Männer unerreichbar ist, aber dennoch als Maßstab gilt und für diejenigen, die dem Bild nicht entsprechen, zum Ausgrenzungsinstrument wird. Darüber hinaus werden in rechtsextrem orientierten Kreisen überwiegend traditionelle Genderbilder gelebt und vertreten: aggressiv zur Schau gestellte Männlichkeit dominiert die Szene ebenso wie Frauen, die sich selbstverständlich und (selbst)bewusst mit ihren Aufgaben als Mutter und Unterstützerin ihres Mannes identifizieren. Gendergerechtigkeit wird als Bedrohung der „natürlichen“ Geschlechterordnung betrachtet und vehement abgelehnt.

Die Reflexion der Genderbilder und die Sensibilisierung für Geschlechtergerechtigkeit ist ebenfalls unverzichtbarer Bestandteil der REXEL-Coachings. Aufgegriffen wird das Thema immer dann, wenn die Teilnehmenden es anbieten, d.h. wenn im Gespräch Vorurteile aufblitzen, wenn in Statements Sexismus mitschwingt oder auch wenn ganz konkrete Fragen zu Rollenerwartungen aufgeworfen werden.

ÜBUNG: „...UND DANN HABEN SIE MICH EINFACH DORT GELASSEN“ – EINE SCHMERZLICHE KINDHEITSERFAHRUNG



Coaching im Einzel- oder Gruppensetting



ca. 30 Minuten pro TeilnehmerIn



Würdigung einer eigenen schmerzlichen Erfahrung;
Empathie für sich selbst entwickeln;
im Gruppensetting: sich in den Erfahrungen der Anderen wiedererkennen und Mitgefühl formulieren



Metaplankarten, Flipchartstifte, ein leerer Stuhl



die Übung braucht eine vertiefte Vertrauensbeziehung zu den TrainerInnen;
im Gruppensetting sollte auch unter den Teilnehmenden eine respektvolle Atmosphäre etabliert sein



Durchführung:

Die Teilnehmenden werden aufgefordert, sich an ein Erlebnis aus ihrer Kindheit zu erinnern, das schmerzlich für sie war, weil sie sich traurig, verletzt, verzweifelt, beschämt oder verlassen fühlten oder große Angst hatten. Wenn alle ein Erlebnis ausgewählt haben, beginnt ein Teilnehmer mit der Übung.

Dazu wird er zunächst befragt, wie alt er bei diesem Ereignis war. Sein Name wird nun mit der Altersangabe auf eine Metaplankarte notiert und auf einen freien Stuhl gelegt. „Dort nimmt nun dein jüngeres Ich Platz, der vierjährige Benni“. Der Stuhl wird ihm gegenüber gestellt, so dass er das jüngere Ich anschauen kann, während er in der dritten Person über die Situation berichtet, die diesem Vierjährigen geschehen ist. Die TrainerInnen begleiten den Prozess mit Fragen: „Wie ist es dem kleinen Benni ergangen? Wie hat er sich gefühlt?“ und am Ende der Erzählung: „Wann hat sich der kleine Benni wieder – zumindest ein Stück weit – sicherer gefühlt?“ Die TrainerInnen achten darauf, dass die Teilnehmenden bei ihrer Erzählung nicht in die „Ich-Perspektive“ geraten, sondern in der dritten Person bleiben. Dies ist bedeutsam, damit Distanz hergestellt wird und eine Retraumatisierung, d.h. ein Wiedererleben der Situation und eine Überflutung mit den damit verbundenen Gefühlen vermieden werden kann. Die anderen GruppenteilnehmerInnen werden aufgefordert, den eigenen Gefühlen und Bildern nachzuspüren, die in ihnen auftauchen, während sie zuhören.

Im zweiten Schritt werden die anderen GruppenteilnehmerInnen einbezogen: „Wenn ihr euch in das eben gehörte Geschehen einfühlt, was glaubt ihr, hätte Benni damals gebraucht, was hätte ihm zugestanden?“

Die TrainerInnen notieren die Gedanken auf Karten und legen sie auf den Stuhl des vierjährigen Benni. Der/die Einbringer/in ist eingeladen, zuzuhören.

Im dritten Schritt wird der erwachsene Benni befragt, wie er sich fühlt und was es bei ihm auslöst zu sehen, was ihm eigentlich zugestanden hätte, als er als Kind in dieser misslichen Lage war.

Die Übung kann mit den Fragen abgeschlossen werden: „Was fühlst du, wenn du auf den kleinen Vierjährigen schaust?“ und „Gibt es etwas, das du als 21-jähriger, erwachsener Benni dem vierjährigen geben oder sagen möchtest?“

Hier ist wichtig, deutlich zu machen, dass es ein vergangenes Erlebnis ist und dafür zu sorgen, dass der/die Einbringer/in es auch wieder „verabschieden“ kann.

Im vierten Schritt werden die anderen GruppenteilnehmerInnen befragt, ob sie etwas mitteilen möchten.

Dann ist der/die nächste Teilnehmer/in an der Reihe, ein Erlebnis zu berichten.

Informationen zur Übung:

Die Erzählung und die empathische Reaktion der Coaches und GruppenteilnehmerInnen hat im besten Falle etwas Tröstendes/Heilendes. Die Teilnehmenden werden beim Zuhören an eigene schwierige Situationen herangeführt und gleichzeitig an konstruktive Lösungsmöglichkeiten und Interventionen, nämlich der Frage, was ihnen zugestanden hätte. Die Übung initiiert den persönlichen Transfer zu der Frage, was Kinder brauchen (oder eben nicht), um gut aufwachsen zu können.

ÜBUNG: „ICH BIN VON EINEM ANDEREN STERN“ – WAS GLAUBE ICH ÜBER MICH SELBST?



Coaching im Einzel- oder Gruppensetting



30 Minuten



Glaubensmustern auf die Spur kommen, sie prüfen und ggf. verändern



Arbeitsblätter und Stifte



Vorbereiten und Kopieren der Arbeitsblätter

Durchführung:

Das Arbeitsblatt wird an die Teilnehmenden verteilt und in Einzelarbeit bearbeitet (15 Min.), danach werden die Ergebnisse in der Gesamtgruppe diskutiert. Eine Variante ist, die Anweisungen nicht auf das Arbeitsblatt zu notieren, sondern die Reflexion Schritt für Schritt anzuleiten.

„Was Kinder sagen...“

Lies einmal, welche Sätze Kinder am häufigsten benutzen:

- ▶ Mich mag sowieso keiner.
- ▶ Niemand versteht mich.
- ▶ Ich bin so allein.
- ▶ Mir ist langweilig.
- ▶ Ich habe keine Freunde.
- ▶ Das kann ich nicht.
- ▶ Das schaffe ich nie.
- ▶ Ich bin nicht erwünscht.
- ▶ Ich passe nicht in diese Welt.
- ▶ Ich komme von einem anderen Stern.
- ▶ Keiner will mein Freund sein.
- ▶ Alle lachen nur über mich.
- ▶ Ich bin viel zu klein.
- ▶ Keiner spielt mit mir.
- ▶ Meine Eltern haben nie Zeit für mich.
- ▶ Keiner bemerkt mich.
- ▶ Das Leben ist ungerecht.
- ▶ Hätte ich nur andere Eltern.

- ▶ Wieso bin ich überhaupt auf die Welt gekommen?
- ▶ Ich kann sowieso nichts ändern.
- ▶ Ich bin im Krankenhaus vertauscht worden.

Kommen dir diese Sätze bekannt vor? Hast du vielleicht als Kind ähnliche Sätze auch gedacht? Unterstreiche doch einmal die Sätze, die du gesagt oder gedacht hast. Höre bei dieser Übung nicht so sehr auf deinen Kopf, sondern mehr auf dein Gefühl. Nicht immer haben wir Situationen oder Bilder aus der Vergangenheit parat. Aber oftmals spüren wir, dass der eine oder andere Satz etwas in uns auslöst. Trauer, Wut, Resignation. Wir spüren also, dass die jeweilige Aussage etwas mit uns zu tun hat.

Im zweiten Schritt schreibe nun die Sätze auf, die dir zusätzlich einfallen. Welche Sätze hast du als Kind auch noch gedacht?

Betrachte die Sätze und überlege dir, welche von diesen Sätzen noch heute auf dich bzw. dein Denken zutreffen. Welche von diesen Überzeugungen trägst du noch heute mit dir herum? Markiere sie mit einem bunten Stift. Am besten, du kreist sie ein. Mache dir dabei bewusst, dass diese Überzeugungen heute vielleicht gar nicht länger gültig zu sein bräuchten, aber du dennoch noch immer daran festhältst.

Frage dich einmal, ob du noch immer so denken möchtest. Sollen diese Gedanken aus deiner Kindheit noch heute dein Leben bestimmen?

ÜBUNG: „GENAUSO WIE MEIN VATER“ – FAMILIENGESCHICHTEN AUFSPÜREN



Coaching im Einzelsetting



90 Minuten



sich der eigenen Herkunft, der Familiengeschichte(n) bewusst werden, Ähnlichkeiten und Unterschiede zu Familienmitgliedern finden, Muster, Loyalitäten entdecken und befragen



Flipchart und Stifte; Fragenkatalog



Zusammenstellung einer Auswahl geeigneter Fragen

Mögliche Fragestellungen:

- ▶ Woher stammt deine Familie (die letzten drei Generationen)? Hast du dich schon einmal mit der Geschichte deiner Familie und dem Schicksal ihrer Vorfahren auseinander gesetzt? Gab es Verwicklungen oder Verstrickungen mit den Ereignissen des 1. und 2. Weltkrieges?¹
- ▶ Gab es einschneidende Ereignisse (plötzlicher Tod, Ruin, Gefängnis etc.)?
- ▶ Welche Brüche im Familiengefühl hast du erlebt (Streit, Gewalt, Scheidung o.ä.)?
- ▶ Gibt es etwas in deiner Familie, das du „beim ersten Überdenken“ nicht verstehen kannst?

¹ Es kann sinnvoll sein, für diese Frage mindestens eine Sitzung im Einzelsetting einzuplanen, um die Struktur der Familie der letzten drei Generationen aufzuzeichnen und dieses Schaubild als Grundlage für die weiteren Befragungen zu nehmen. Zur Technik der systemischen Genogrammarbeit siehe z. B. McGoldrick 2009.



- ▶ Gab es in deiner Familie jemanden, der sich geopfert hat? Wofür?
- ▶ Haben deine Mutter oder dein Vater dich zum/r Geheimnisträger/in gemacht oder sich bei dir über ihren (Ehe)-Partner beklagt?
- ▶ Wer hat dir deinen Vornamen gegeben? Weißt du, wer ihn gewählt hat? Wonach ist dein Name gewählt worden? Welche Geschichte hat dein Name in der Familie? Weißt du, was für ein Kind du werden solltest?
- ▶ Gab es Geheimnisse in deiner Ursprungs- und Kernfamilie? Welche Geheimnisse hatten nur du und ein anderes Familienmitglied?
- ▶ Saßest du als Kind einmal zwischen den Stühlen, wenn es bei deinen Eltern Probleme gab? Wurdest du dann von einer Seite als verdeckter Koalitionspartner angeworben?
- ▶ Glaubtest du als Kind, dich um den Zusammenhalt der Familie kümmern zu müssen? Oder musst du das sogar noch heute?
- ▶ Was machst du genauso wie deine Eltern, obwohl du eigentlich nie so werden wolltest wie sie?
- ▶ Was waren deine Jugendträume von einer Partnerschaft?
- ▶ Wie haben deine Eltern reagiert, als du das erste Mal verliebt warst und den Freund bzw. die Freundin mit nach Hause brachtest?
- ▶ Denkst du manchmal noch an diese Partnerschaften/ Verliebtheiten deiner Jugend zurück?
- ▶ Was darf von allein geschehen? Was musst du aktiv tun, damit etwas geschieht? Hast du Vertrauen in ein größeres Schicksal oder Gott – oder musst du den Partner bewusst suchen?
- ▶ Warst du schon einmal in einer Partnerschaft mit einem lieben Menschen, der aber irgendwie nicht so ganz zu dir passte? Weißt du noch, warum du die Bindung eingegangen bist und warum du die Bindung beendet hast?
- ▶ Was war eure gemeinsame Welt, die du dir im Verliebtsein erträumt hast?
- ▶ Warum wirken Verliebte jünger, schöner, energetischer, kreativer und positiv verrückter als andere?
- ▶ Hast du gehofft, dein/e Liebespartner/in weckt in dir dein „ganzes Potenzial“ und hilft dir im Zusammensein bei deiner Verwirklichung?
- ▶ Hattest du als Verliebte/r plötzlich ganz neue kreative Impulse und hast Entscheidendes in deinem Leben geändert?
- ▶ Gab es in deiner Verbindung einen „Wurm in der Frucht“? Was hast du daraus gemacht?
- ▶ Stellte sich Verliebtsein bei dir einmal als langsame Entwicklung und einmal als Blitzeinschlag ein?
- ▶ Bei welchen Paaren nimmst du eine wirklich gute Kommunikation wahr?
- ▶ Welche Paare in deinem Umfeld lieben sich (noch) wirklich? Woran erkennst du das bei anderen und in ihrer Partnerschaft? Wie charmant bist du (jetzt noch) in der Partnerschaft?
- ▶ Wenn andere Paare so über euch urteilen sollten, was würden sie dann sagen?
- ▶ Vor welchen Ängsten bist du, gerade in dieser Partnerschaft, geschützt?
- ▶ Was würde sich ändern, wenn du die Prioritäten in deinem Leben ab heute ganz anders wählen würdest? (Zeit mit den Kindern statt Konzerte, Partei und Ähnliches)?
- ▶ Wann und um welche Themen gibt es Streit bei euch?
- ▶ Werden dann Gemeinheiten und absichtliche Verletzungen aufgetischt? Gibt es dann Zuschreibungen auf der Ebene des Seins (z.B. „Du bist ein/e Versager/in“...)?
- ▶ Wie verzeiht ihr? Habt ihr dafür Rituale entwickelt?
- ▶ Wie wichtig nimmst du die Bedürfnisse, Wünsche, Hoffnungen deines/r Partners/in?
- ▶ Was genau muss dein/e Partner/in tun, damit du eifersüchtig bist? Kann er/sie das Gleiche machen, ohne dass du eifersüchtig wärst? Was wäre die Voraussetzung dafür?

ÜBUNG: WER ODER WAS BIN ICH?

Coaching im Einzel- oder Gruppensetting



30 Minuten



die Vielfältigkeit der eigenen Identität entdecken, Rollen und in ihre Anforderungen wahrnehmen, Prioritäten setzen, Ressourcen wahrnehmen, Selbstwertstärkung



Flipchart, Flipchartstifte



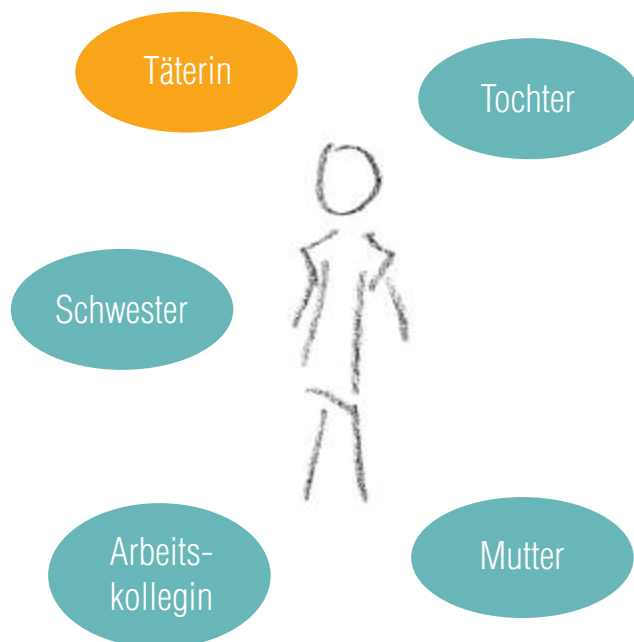
keiner

Durchführung:

Die Teilnehmenden werden aufgefordert, sich selbst - ohne große künstlerische Ansprüche (z.B. als Strichmännchen) - auf ein Papier (Flipchartgröße oder DinA 3) zu zeichnen und ihren Namen dazu zu schreiben. Im Anschluss daran wird gemeinsam überlegt, welche Rollen sie im Leben einnehmen: „Du kannst nun um dich herum Kreise oder Wolken zeichnen und dort hinein schreiben, welche Rollen du in deinem Leben einnimmst. Wer und was bist du alles?“ Es kann hilfreich sein, wenn die TrainerInnen an dieser Stelle ein paar Beispiele nennen: „Ich bin Mutter/Vater, ich bin Sohn/Tochter, PartnerIn, von Beruf SchlosserIn, TäterIn, Gefangene/r, RaucherIn...“. Auch Freizeitaktivitäten oder besondere Kompetenzen können notiert werden und sollten einen Platz bekommen (z.B. SportlerIn, BoxerIn, Parteimitglied, MusikerIn o.ä.)

Wenn die Sammlung vollständig ist, werden die Teilnehmenden nochmal aufgefordert, das Gesamtbild zu betrachten: „Das alles bist du. Diese Rollen nimmst du in deinem Leben ein – manche wahrscheinlich gern, andere vielleicht weniger gern. Jede Rolle erfordert andere Fähigkeiten und Talente von dir! Vielleicht möchtest du noch die Rollen markieren, die dir besonders gut gefallen, in denen du dich wohl fühlst“. Im anschließenden

Schritt können auch die Rollen identifiziert werden, von denen sich die Teilnehmenden überfordert fühlen oder die sie für sich (mittlerweile) unpassend finden, die sie gerne „zurückgeben“ bzw. verändern möchten.



ÜBUNG: „FRAUEN SIND...“ – „MÄNNER SIND...“



Coaching im Einzel- oder Gruppensetting



45 Minuten



Reflexion von Geschlechtsrollenzuschreibungen



Moderationskarten, Flipchartstifte, Wandzeitung



Zusammenstellung von Fragen, die für die Zielgruppe geeignet sind

Durchführung:

Die Überschriften „Frauen sind...“ und „Männer sind...“ werden auf einer Wandzeitung platziert. Die Teilnehmenden werden nun aufgefordert, sich in Einzelarbeit zu den beiden Überschriften jeweils drei markante und ihnen zentral erscheinende Eigenschaften bzw. Verhaltensweisen auf Karten zu notieren. Sinnvoll ist es, jeweils verschieden farbige Moderationskarten zu benutzen – wobei Sie natürlich nicht zwingend rosa und blau wählen müssen.

Anschließend stellen die Teilnehmenden ihre Ergebnisse vor und ordnen mit Unterstützung der TrainerInnen ihre Beschreibungen als Cluster unter die jeweiligen Überschriften an.

Im dritten Schritt wird die Diskussion eröffnet:

- ▶ Welche Eigenschaften lassen sich schwer zuordnen?
- ▶ Wer kennt eine Person, die eine oder mehrere Eigenschaften des anderen Geschlechts lebt/in sich vereint?
- ▶ Was denkt ihr - oder was denken andere - über Männer, die sich eher „weiblich“ verhalten? Wie stellt ihr fest, dass sie das tun? Was findet ihr ist absolut inakzeptabel und „geht gar nicht“ für Männer?

- ▶ Was denkt ihr oder was denken andere über Frauen, die sich „männlich“ verhalten?
- ▶ Wie stellt ihr fest, dass sie das tun? Was findet ihr ist absolut inakzeptabel und „geht gar nicht“ für Frauen?
- ▶ Welche Unterschiede in der weiblichen und männlichen Körpersprache würdet ihr als wesentlich benennen? Woher kommen diese Unterschiede?

Variante:

Sie können auch kurze Rollenspielsequenzen einschreiben, in denen die gendertypischen Gesten und Körperhaltungen gezeigt/erspürt werden können. Die TrainerInnen sollten aufmerksam die Gefühlszustände befragen und gleichzeitig – gerade in Männergruppen – sexistische und homophobe (Ab)Wertungen aufgreifen und befragen.

BAUSTEIN 3: DIE ELTERLICHE PRÄSENZ – ICH IN MEINER ROLLE ALS VATER/MUTTER

In diesem Baustein werden Erziehungsvorstellungen und -werte reflektiert. Die Vermittlung entwicklungspsychologischer Grundlagen im Baby- und Kleinkindalter sind immer dann wichtig, wenn den TrainerInnen auffällt, dass Handlungen und Reaktionen von Kindern fehlinterpretiert werden, z.B. wenn das Schreien eines Säuglings als Machtmittel empfunden wird oder das Werfen eines Spielzeugs als aggressive Handlung aufgefasst und entsprechend sanktioniert wird.

Die elterliche Präsenz zu reflektieren bedeutet, mit den KlientInnen zu eruieren, wie – und auch – wie oft und wie zuverlässig sie an der Betreuung der Kindes beteiligt sind, wie sie auch während der Haft den Kontakt aufrecht erhalten bzw. intensivieren können, welche Werte sie in

der Erziehung leiten und wie sich diese umsetzen lassen. Eng damit verbunden ist das Thema, wie sich die Partnerschaft gestalten lässt und ob es gelingen kann, guten Kontakt zu der Expartnerin oder dem Expartner zu halten. Was ist zu tun, um gemeinsam als Eltern für die Kinder da sein zu können? Ganz wesentlich ist auch die Diskussion der Frage,

Ein wichtiges Thema in diesem Baustein ist zudem der eigene Umgang mit Ärger und Wut, wie lassen sich diese Gefühle managen, ohne dass Andere verletzt werden oder Aggressionen gegen sich selbst gerichtet werden. Wie lässt sich eine konstruktive Konfliktlösung gestalten?



ÜBUNG: „WAS EIN KIND BRAUCHT?!“



Coaching im Gruppen- oder Einzelsetting



ca. 45 Minuten



Auseinandersetzung mit Bedürfnissen von Kindern und einer angemessenen Reaktion der Eltern/Bezugspersonen, Stärkung der Erziehungskompetenz



Metaplankarten, Flipchartstifte



keiner

Durchführung:

In Schritt 1 werden die Teilnehmenden aufgefordert, sich in Einzelarbeit zu den folgenden beiden Fragen Gedanken zu machen:

- Was tut einem Kind nicht gut/was braucht ein Kind nicht?
- Was braucht ein Kind/was tut ihm gut?

Die Antworten (Stichworte genügen!) auf die Frage a) können z.B. auf rote, die Antworten für die Frage b) auf grüne Karten notiert werden.

In Schritt 2 stellen die Teilnehmenden ihre Antworten in der Gruppe vor. Wichtig für die TrainerInnen ist, falls „Schlagworte“ (wie „Liebe“, „keine Gewalt“, „Geborgen-

heit“, „freie Entfaltung“ etc.) genannt werden, dies wertzuschätzen, um dann im Anschluss daran die einzelnen Überschriften aufmerksam zu befragen:

- ▶ „Was meinst du mit Liebe - wie spürt ein Kind, dass es geliebt wird?“
- ▶ „Wie kriegt man das hin, sein Kind nicht zu schlagen?“
- ▶ „Wie kannst du gewährleisten, dass sich deine Tochter frei entfalten kann?“ etc.

Gedanken zur Übung:

Diese Übung eignet sich gut im Anschluss an die Methode: „... und dann haben sie mich einfach dort gelassen“ – Eine schmerzliche Kindheitserfahrung.



ÜBUNG: MEIN BEZIEHUNGSNETZ



Coaching im Gruppen- oder Einzelsetting



ca. 30 Minuten pro TeilnehmerIn



Perspektivwechsel vollziehen, sich mit den eigenen Erwartungen und Sichtweisen an andere im näheren Umfeld auseinandersetzen und die Erwartungen, Wünsche, Bedürfnisse, Forderungen der anderen an sich selbst reflektieren; Gefühle ausdrücken, Feedback geben, Konflikte ansprechen, Streitpunkte klären



Metaplankarten, Flipchartstifte, 5-7 leere Stühle



keiner

Durchführung:

Alle Teilnehmenden haben nacheinander die Gelegenheit, sich mit ihrem Bezugssystem auseinanderzusetzen. Eine Teilnehmerin beginnt.

„Überlege, welche Personen, die zum Umkreis von dir und deinen Kindern gehören, dir wichtig sind (z.B. Vater deines Kindes, deine Kinder, aktuelle PartnerIn, Jugendamt, Pflegeeltern, Mutter u.a.).“

Die TrainerInnen schreiben die Namen der Personen jeweils auf eine Karte. Die Teilnehmerin wählt für jede Person einen leeren Stuhl aus, legt die Karte mit dem Namen darauf und ordnet die Stühle im Halbkreis so an, wie es ihr stimmig erscheint. Im nächsten Schritt wird die Teilnehmerin aufgefordert, sich nacheinander in die verschiedenen Positionen hineinzubegeben, indem sie sich auf den jeweiligen Stuhl setzt. Die TrainerInnen und – im Anschluss daran auch die anderen GruppenteilnehmerInnen – befragen die Teilnehmerin in den verschiedenen Rollen zu den zu Themen, die der Klärung bedürfen, zu Ressourcen und Fähigkeiten, die sie an ihr wahrnehmen und die sie an ihr schätzen - insbesondere in ihrer Rolle als Mutter, nennen aber auch Kritikpunkte

oder Wünsche an sie. Wichtig ist, dass die Befragung in jeder Rolle nicht länger als 3-5 Minuten dauert und dass die Teilnehmerin in die jeweiligen Rollen gut hineinbegleitet wird, z.B. indem sie mit dem Namen der jeweiligen Person angesprochen wird.

Das Treffen kann auch als Konferenz oder Familientreffen zu einem bestimmten Thema anmoderiert werden. Beispielsweise könnte das Treffen als Hilfeforum im Jugendamt gestaltet werden, bei dem es darum geht, zu überlegen, ob Vater oder Mutter wieder Kontakt zu ihrem Kind haben dürfen oder wer welche Bedingungen für die Rückführung des Kindes in die Familie formuliert.

ÜBUNG:

„DANN MUSSTE ICH EINFACH PARTEI ERGREIFEN.“ – KONFLIKTE IN GRUPPEN



Coaching im Einzel- oder Gruppensetting



90 Minuten



Perspektivenübernahme, Eskalationsdynamiken verstehen, Konfliktlösekompetenz erweitern



Arbeitsblatt und Stifte



Vorbereitung des Arbeitsblattes

Aufgabe:

Erinnern Sie sich an einen Konflikt innerhalb einer Gruppe (Clique, Kameradschaft, Familie, Gang) oder an einen Konflikt dieser Gruppe mit einer anderen Gruppe. Beantworten Sie dann nachfolgende Fragen:

- ▶ Worum genau ging es in diesem Konflikt?
- ▶ Wie beschrieb jede Partei für sich selbst die Geschichte dieses Konfliktes? Mit welchen Mitteln wurde der Konflikt geführt/ausgetragen?
- ▶ Wer genau stritt miteinander? Welche Beziehung hatten die KontrahentInnen zueinander?
- ▶ Wozu waren die Konfliktparteien bereit? Befanden sie sich auf einem Weg zur Lösung oder auf dem Weg in einen gemeinsamen Abgrund? Woran hätten die Parteien erkennen können, dass der Konflikt beigelegt oder kooperativ gelöst worden ist?



ÜBUNG:

„WIE SOLL MAN DENN DA EINEN KOMPROMISS FINDEN?“ – KONFLIKTANALYSE



Coaching im Einzelsetting



60 bis 90 Minuten



Konfliktlösekompetenz erweitern



vorbereitete Fragen



eine Auswahl geeigneter Fragen zusammenstellen

Fragestellungen:

Denken Sie an drei aktuelle kleinere Konflikte:

- ▶ Wie genau hast du dich bisher diesen Konflikten gestellt?
- ▶ Wo warst du in diesen Konflikten selbst ängstlich, gekränkt, verschlossen, starrsinnig und stur?
Wann hast du gedacht, die anderen müssten sich ändern oder sich einen Schritt auf dich zubewegen?
Welche guten Gründe hast du dafür ins Feld geführt? Was haben die anderen falsch gemacht?
- ▶ Wann hast du Lust, etwas Kniffliges zu lösen?
- ▶ Wann macht es dir Freude, für dich etwas Neues zu entdecken?
- ▶ Was bedeutet Offenheit für dich?
- ▶ Wer bist du, wenn du offen bist?
- ▶ Wen bewunderst du wegen seines/ihres Mutes in eigenen Angelegenheiten?
- ▶ Wer ist in dieser Hinsicht dein Vorbild? Was müsstest du für dich sicherstellen, um klärungsbereit zu sein?
- ▶ Welche inneren Teile müssten sich bei dir an einen Tisch setzen, um kooperative innere Lösungen zu finden?
- ▶ Wer hat dir früher beigebracht, Fehlerfreundlichkeit sei falsch?
- ▶ Welche Beobachtung führte mich in einen Konflikt?
- ▶ Auf welche Weise habe ich diese Beobachtung bewertet und beurteilt?
- ▶ Was habe ich daraufhin empfunden?
- ▶ Woher kenne ich solche Empfindungen?
- ▶ Welches Bedürfnis wird mit meiner Bewertung befriedigt, welches nicht?
- ▶ Welche beobachtbaren Veränderungen treten auf, wenn zwei Menschen einen Konflikt verspüren?
Finde und beschreibe solche Merkmale.
- ▶ Worauf richte ich meine Wahrnehmung? Auf Verbindendes oder Trennendes?
- ▶ Wie betrachte ich Konflikte? Als konstruktiv oder destruktiv?
- ▶ Welche Konfliktstrategien habe ich? Flucht, Verleugnung oder Angriff?
- ▶ Wie stehe ich zu den anderen Konfliktparteien?
Sind es Partner oder Feinde?
- ▶ Wie wichtig ist für dich der Sieg im Konflikt?
- ▶ Sehen Sie Kompromissbereitschaft als Verrat an der eigenen Sache an?
- ▶ Ist Kompromissbereitschaft eine Schwäche?
- ▶ Sind deine eigenen Ideen und Ansichten legitimer als die der anderen?
- ▶ Wie gut kannst du noch zwischen Sache und Beziehung differenzieren?
- ▶ Welche Vorstellungen hast du vom Weg der Konfliktlösung?

ÜBUNG: „HEUTE KOMMT MEIN/E EX“



Coaching in der Gruppe



Rollenspiel- und Diagnosephase: 15 Minuten
Gesprächs- und Diskussionsphase: 20 Minuten



Problem- und Konfliktbearbeitung auf der Elternebene zu Kontakt und Umgangsregelung



keine



10 Minuten

Durchführung:

1. Rollenspiel- und Diagnosephase

Es wird eine Konfliktsituation ausgewählt. Zwei TeilnehmerInnen übernehmen die beteiligten Rollen, ein Teilnehmer spielt z.B. die Rolle des inhaftierten Vaters, der andere die Ex-Partnerin und Mutter des gemeinsamen Kindes, die den Kontakt zum Vater unterbinden möchte. Das Rollenspiel findet in einem räumlich abgegrenzten Bereich im Gruppenraum statt. Die beiden Rollenspieler erhalten vorher getrennt Instruktionen, z.B. erhält der Teilnehmer, der die Ex-Partnerin darstellt, die Anweisung, zunächst an den bisherigen Positionen und Begründungen festzuhalten, dann jedoch auf die veränderte, offenere Haltung des Vaters sensibler und möglicherweise auch kompromissbereiter zu reagieren. Der Teilnehmer in der Rolle des inhaftierten Vaters wird angewiesen, zu versuchen, eine deeskalierende Haltung einzunehmen und eine kompromissbereite Atmosphäre herzustellen, indem er die Leistungen der Expartnerin in der Betreuung des Kindes anerkennt.

Die anderen GruppenteilnehmerInnen diagnostizieren den Gesprächsverlauf nach folgenden Kategorien:

- a) Was ist dem Teilnehmer in der Rolle des Vaters im Gespräch gut gelungen?
- b) Wo hat er sich möglicherweise taktisch ungeschickt verhalten, wann ist der Konflikt wieder aufgetaucht bzw. eskaliert usw.?

2. Gesprächs- und Diskussionsphase

Hier geben die BeobachterInnen Feedback, analysieren den Gesprächsverlauf nach den o.g. Kriterien, unterbreiten Vorschläge für einen optimierten Verlauf und kennzeichnen neuralgische Punkte, die den Gesprächsverlauf entweder positiv oder auch negativ beeinflusst haben.

Die beiden Akteure berichten über Gefühle, Ängste, Hoffnungen, Abwehrimpulse, Befürchtungen, Ärger, Wut usw. und darüber, wie ihnen deren Bewältigung gelungen ist.

Bei Bedarf kann das Rollenspiel als Korrekturspiel wiederholt werden. Dabei bestünde die Aufgabe, die Erkenntnisse aus den Phasen 1. und 2. praktisch zu erproben. Der Erprobung folgt wiederum eine kurze Auswertung.

ÜBUNG: „UMGEKEHRTER HEISSER STUHL“



Coaching im Gruppensetting



pro TeilnehmerIn 5-7 Minuten



Festigung der Motivation, Denk- und Verhaltensweisen im Interesse des Kindes zu verändern; Stärkung des Gruppen Arbeitsklimas und einer Atmosphäre des gegenseitigen Verständnisses und der Unterstützung



ein leerer Stuhl auf einer evt. erhöhten Position



keiner

Vorgehensweise:

Die Teilnehmenden nehmen nacheinander eine zentrale (eventuell auch erhöhte) Position auf einem besonders platzierten Stuhl ein. Jede/r TeilnehmerIn formuliert positive Rückmeldungen dazu, wie sie den/die TeilnehmerIn in der Gruppe erlebt hat. Die GruppenteilnehmerInnen stellen dabei vor allem jene Ressourcen in das Zentrum, die sie in Bezug auf die Elternrolle wahrgenommen haben. Jede/r TeilnehmerIn darf maximal einen Rat-

schlag/Empfehlung an die positiven Anmerkungen anfügen. Der/die TeilnehmerIn hört zunächst nur zu und nimmt das Feedback entgegen, er/sie kann abschließend das Feedback kommentieren. Die TrainerInnen bündeln die Ressourcen und Empfehlungen und geben ihrerseits ein Feedback zu den Veränderungsschritten, die der/die TeilnehmerIn vollzogen hat.



BAUSTEIN 4: REFLEXION VON WERTEN, NORMEN, WELT- ANSCHAUUNG, RELIGION UND IDEOLOGIE

Ebenso wie die Reflexion der Geschlechterrollen sind auch Werte und Ideologien und ihre Auswirkungen auf das eigene Leben und das der Kinder, für die die KlientInnen als Eltern Erziehungsverantwortung tragen, Thema, das den gesamten Coachingprozess durchzieht. Die Reflexion menschenfeindlicher Einstellungsmuster erfolgt immer dann, wenn im Diskussionsverlauf von Teilnehmenden einschlägige Statements oder Bemerkungen geäußert werden. Kritisches Hinterfragen mit einer interessierten, nicht-abwertenden Haltung und gleichzeitig einer eindeutigen Positionierung gegenüber den geäußerten Vorurteilen, Abwertungen oder Parolen ebnet den KlientInnen den Weg, die Motive solcher Äußerungen zu identifizieren und in der Gruppe zu diskutieren.

Wir gehen davon aus, dass das Bedürfnis nach Sinn, nach Anerkennung und Zugehörigkeit einen nicht unerheblichen Anteil dazu beiträgt, sich ideologisierten Interpretationsregimes zuzuwenden. In den REXEL-Coachings sind Interventionen zielgerichteter Deradikalisierungsarbeit verankert. Da, systemisch gedacht, instruktive Interaktion nicht möglich ist, d.h. niemand zwangsweise dazu gebracht werden kann, Glaubensmuster und Werte zu verändern, wird im REXEL-Coaching mit sokratischen Fragen, mit Elementen der provokativen Therapie (Farrelly 1989) und der subversiven Verunsicherungspädagogik (Osborg 2004) gearbeitet – Ansätze, die geeignet sind, KlientInnen zum Nachdenken zu bringen und Zweifel an ideologisierten Deutungen auszulösen. Ziel ist es, bisher etablierte Denk- und Handlungsmuster zu verändern, indem zu-



sammen mit den KlientInnen erarbeitet wird, wie die hinter den ideologischen Überzeugungen liegenden Motive und Bedürfnisse anerkannt und befriedigt werden können, ohne andere Menschen abzuwerten und zu schädigen.

ÜBUNG: „ARBEIT MIT WIDERSPRÜCHEN - DISKUSSION IM RAHMEN DER NIEDRIGSCHWELLEN POLITISCHEN BILDUNG“



Coaching im Einzel- oder Gruppensetting



90 Minuten



Befragen/Hinterfragen von Werten, Ideologien, Überzeugungen



Fragenkatalog von max. 10 Fragen; ggf. Flipchart und Stifte



Zusammenstellung geeigneter Fragen

Katalog von Beispielfragen:

- ▶ Was genau ist dir im Zusammenhang mit deinen politischen Ansichten besonders wichtig?
- ▶ Weshalb ist dir dies wichtig?
- ▶ Was soll mit der Durchsetzung dieser Ziele und Ansichten erreicht werden?
- ▶ Was wäre, wenn diese Ansichten und Ziele durchgesetzt würden? Beschreibe die Situation in allen Einzelheiten und auf dein Leben bezogen.
- ▶ Über welches Wissen bzgl. der Juden, Farbigen, der NS-Zeit, usw. verfügst du?
- ▶ Woher stammt dieses Wissen?
- ▶ Ist dieses Wissen die einzige Wahrheit? Gibt es noch weitere Wahrheiten oder Deutungsmöglichkeiten?
- ▶ Was wäre das Schlimmste, was passieren könnte, würde sich dein Wissen als falsch erweisen?
- ▶ Was bedeutet „Ausgrenzung“ für dich?
- ▶ Wurdest du selbst bereits einmal ausgegrenzt?
- ▶ Wenn ja, wie fühltest du dich dabei?
- ▶ Welche Werte glaubst du in der Partei / der Szene / der Kameradschaft zu finden?
- ▶ Findest du diese Werte nur dort?
- ▶ Gibt es Ausnahmen hiervon?
- ▶ Wieviel Zeit verwendest du auf Konzertbesuche / Parteitage / Wahlkampfaktionen, usw.?
- ▶ Kannst du auf diese Weise für dein Kind da sein? Verbringst du ausreichend Zeit mit deinem Kind / deiner Familie?
- ▶ Sind deine Ansichten und Handlungen mit Beruf und Familie vereinbar?
- ▶ Wie denkt dein/e PartnerIn über deine Weltanschauung?
- ▶ Woher weißt du das?
- ▶ Wann hast du das erste Mal eine Abneigung gegen bestimmte Menschen verspürt?
- ▶ Warum war das damals so?
- ▶ Kennst du Juden oder Jüdinnen, MigrantInnen, Schwule, Lesben, Transsexuelle usw. persönlich?
- ▶ Welche Erfahrungen hast ganz persönlich du mit ihnen gemacht?
- ▶ Gelten deine Erfahrungen für alle Menschen dieser Abstammung /sexuellen Identität?
- ▶ Woher weißt du das?
- ▶ Fühlst du dich besser, wenn es da noch jemanden gibt, der schwächer, ärmer usw. als du selbst erscheint? Wenn ja, wie erklärst du dir das?
- ▶ Was bedeutet „Freiheit“ für dich?
- ▶ Könntest du dich in einem anderen, nichtdemokratischen System, frei fühlen? Inwiefern?
- ▶ In welcher Position?
- ▶ Was könnte dir und deiner Familie in einem anderen System möglicherweise drohen?
- ▶ Inwieweit erlaubst du deinem Kind, sich frei zu entfalten? Darf es sich frei entwickeln oder muss es dein Leben und deine Werte leben? Wem dient das?

ÜBUNG: ARBEIT MIT GLAUBENSÄTZEN

Coaching im Einzel- oder Gruppensetting



90 Minuten



eigene Werte und Überzeugungen identifizieren und ihre Herkunft und Aktualität prüfen



Arbeitsblätter und Stifte



Vorbereiten und Kopieren der Arbeitsblätter

Durchführung:

Im ersten Teil der Aufgabe werden die Glaubenssätze der Klient/innen jeweils in Einzelarbeit gesammelt:

Notieren Sie auf dem vorliegenden Arbeitsblatt Ihre persönlichen Antworten zu den vorgegeben Fragen bzw. vervollständigen Sie die Sätze.

Sammeln von Glaubenssätzen (nach Bedarf aus verschiedenen Lebensbereichen):

A Was glaube ich über mich selbst?

- ▶ Ich glaube,...
- ▶ Ich bin...
- ▶ Für mich zählt...
- ▶ Mir ist wichtig...
- ▶ Mir kommt es darauf an...
- ▶ Mir liegt...
- ▶ Ich kann...
- ▶ Ich darf...
- ▶ Ich will...
- ▶ Ich muss...

B Was glaube ich von meinen Mitmenschen?

- ▶ Ich glaube,...
- ▶ die anderen wollen...
- ▶ die anderen mögen...
- ▶ die anderen dürfen...
- ▶ den anderen kommt es darauf an, dass...
- ▶ die anderen sind...

C Was glaube ich von dem System, in dem ich lebe?

- ▶ Ich glaube,...
- ▶ dass die Welt...
- ▶ dass Gott...
- ▶ dass unser Dasein...
- ▶ dass der übergeordnete Sinn...

Im zweiten Schritt kann dann wie folgt mit den gesammelten Glaubenssätzen gearbeitet werden:

Umgang mit Glaubenssätzen

Gemeinsam mit den KlientInnen den Werdegang des Glaubenssatzes entdecken: Woher kennt der/die Klient/in ihn?

Gemeinsam mit den KlientInnen die Sprachstruktur hinter den Glaubenssätzen entdecken: Hinterfragen der getilgten sprachlichen Informationen der Sätze: Wer sagt das? Wann gilt das? Immer oder nur manchmal? Was steckt eigentlich hinter der Information?

An die erworbenen Fähigkeiten erinnern: nach positiven Erfahrungen in ähnlichen Situationen suchen.

Nach den sog. „Evidenz-Kriterien“ suchen: Woran genau erkennst du, dass du...? In welchen Situationen erkennst du das?

Nach der positiven Absicht suchen: Was ermöglicht dieser Glaubenssatz? Was wird dadurch sichergestellt? Was sind die Vorzüge? In welchen Situationen ist das sinnvoll?

Nach der Alternative suchen: Welcher Glaubenssatz wäre eigentlich hilfreicher?

Den Glaubenssatz umdeuten: Dem Glauben mit Witz und Charme eine neue „Bedeutung“ geben, die mit einer der oben genannten Möglichkeiten gekoppelt sein kann.



BAUSTEIN 5: ABSCHLUSS & AUSBLICK

Der Abschluss des Coachings wird zum einen durch die Evaluation der Ziele markiert, d.h. es wird ein Blick zurück auf den gemeinsamen Prozess geworfen und zum anderen ein Blick in die nahe und die weitere Zukunft. Beim Blick zurück wird geschaut, welche Themen bearbeitet wurden, welche (Zwischen)Ergebnisse erzielt wurden und welche Punkte dabei noch offen sind und damit für die weitere Bearbeitung aktuell bleiben. Es gilt die Schritte, die in Richtung Ziel umgesetzt wurden, wertzuschätzen und als Wagnis zu würdigen, wissend, dass jede Veränderung Mut und Vertrauen kostet - in sich selbst und das Umfeld.

Die Nachtreffen halten nicht nur die Verbindung zwischen Coach und TeilnehmerIn aufrecht, sie ermöglichen es den Teilnehmenden auch, in Kontakt mit ihren Zielen und ihren Erfolgen zu bleiben. Der Zeitpunkt der Nachtreffen sollte gemeinsam mit den Teilnehmenden abgestimmt werden und auch auf den Entlassungszeitpunkt berücksichtigen.



ÜBUNG: „WO STEHE ICH JETZT?“

Coaching im Einzel- oder Gruppensetting



30-45 Minuten



Rückschau und Würdigung der Erfolge und der initiierten Veränderungen

Moderationskarten, Flipchartstifte, evt. Schnur/Woolfaden/Seil 3-5 m lang, evt. farbig
Alternativ: Flipchartblätter, Flipchartstifte, Moderationskarten

keiner

Durchführung:

Im Einzelsetting wird mit den Teilnehmenden mit der Schnur, dem Seil oder Wollfaden eine Zeitlinie gelegt, die den Coachingprozess symbolisiert. Alternativ dazu wird sich die Linie nur vorgestellt und virtuell gedacht. Anfang und Ende werden mit einer Karte markiert, auf der Tag des Starts und das Datum der Abschlussitzung notiert werden. Dann wird der/die Teilnehmer/in aufgefordert zu überlegen, was für ihn/sie während des Coachings wichtige Erkenntnisse und/oder Veränderungsschritte waren: „In welcher Situation hast du bemerkt, dass du etwas anders machst – sei es im Denken oder in deinem Handeln?“. Der/die Trainer/in notiert dies auf einer Moderationskarte und bittet dann den/die Klienten/in, die Karte an die Stelle auf ihrer Zeitlinie zu platzieren, an dem das Ereignis oder die Erkenntnis stattgefunden hat. „War das eher am Anfang des Coachings oder mehr gegen Ende?“ Ist die erste Karte gelegt, fragt der/die Trainer/in nach weiteren Veränderungen, die der/die Klient/in wahrgenommen hat: „Was hast du noch anders gemacht oder anders gedacht?“ oder „was ist noch für dich hier passiert, das wichtig war und das wir notieren sollten?“ Wenn drei, vier oder auch mehr Dinge gefunden und platziert sind, wird der/die

Klient/in aufgefordert, das ganze Bild auf sich wirken zu lassen. An dieser Stelle kann auch der/die Coach wertschätzende Rückmeldungen zu den Veränderungsschritten geben – auch wenn es vielleicht kleine Schritte sind, die der/die Klient/in vollzogen hat, ist darin eine Ressource enthalten, die zurückgespiegelt werden kann und sich motivationssteigernd auf weitere Veränderungsschritte auswirken kann.

Variante:

Statt die Zeitlinie auf dem Boden zu visualisieren, kann sie auf ein Flipchartblatt gezeichnet werden.

Violence Prevention Network e.V.
Alt-Moabit 73
10555 Berlin

Tel.: 030 917 05 464
Fax: 030 398 35 284

post@violence-prevention-network.de
www.violence-prevention-network.de

Lars Schäfer
Projektleiter

Redaktionelle Mitarbeit
Peter Anhalt, Alexander Brammann, Ulrike Streib-Brzič,
Cornelia Lotthammer, Guido Oldenburg, Ulrike Rühl-
mann, Dr. Peter Steger

Eingetragen im Vereinsregister beim Amtsgericht Ber-
lin-Charlottenburg unter der Vereinsregisternummer:
244 27 B

Copyright: Violence Prevention Network 2014

Layout: Ulrike Rühlmann

Druck: flyeralarm

Bildnachweis:

Coloures-pic/Fotolia.com, fotogestoeber/Fotolia.com,
Marco2811/Fotolia.com, VPN, Roman Bodnarchuk/
Fotolia.com, Photographee.eu/Fotolia.com, Barabas
Attila/Fotolia.com, entredeux, krockenmitte_photo-
case.com, kmiragaya/Fotolia.com,
rubberball/Fotolia.com, ag visuell/Fotolia.com,
reel/Fotolia.com, drubig-photo/Fotolia.com,
lassedesignen/Fotolia.com

Gefördert im Rahmen des Bundesprogramms
„TOLERANZ FÖRDERN – KOMPETENZ STÄRKEN“:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



Bundeszentrale für
politische Bildung