

Mitbestimmen – Leben aktiv gestalten

Handbuch zum Kurs

Inhalt

Modul 1 Persönliche Entscheidungen treffen

1. Kennen lernen
2. Mein Leben
3. Wer trifft die Entscheidungen?
4. Das möchte ich ändern
5. Meine Entscheidung/ mein Ziel
6. Lernen, verbessern, auswerten

Modul 2 Gemeinsam in einer Gruppe entscheiden

1. Kennen lernen
2. Gruppen überall
3. Zuhören und gehört werden
4. Zusammen arbeiten
5. Entscheidungen gemeinsam treffen
6. Auswertung

Modul 3 Entscheidungen in der Gemeinde treffen

1. Kennen lernen
2. Meine Netzwerke
3. Ich bin aktiv
4. Entscheidungen in meiner Gemeinde
5. Aktiv sein – Einige Beispiele
6. Auswertung und Abschluss

CD-ROM

Auf der CD-Rom befinden sich der Text des gesamten Handbuches und alle Arbeitsblätter



2.3	Das mag ich – das mag ich nicht
Ziele	Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer (TN) lernen zu reflektieren, was sie in ihrem Leben mögen und was sie nicht mögen.
Sozialform	Gruppengespräch Einzelarbeit
Material	Arbeitsblätter 2.3a „Das mag ich“ und 2.3b „Das mag ich nicht“. Die ausgefüllten Arbeitsblätter 2.2a – 2.2e „Meine Lebensbereiche“
Ablauf	<ul style="list-style-type: none">– Die TN schreiben auf Arbeitsblatt 2.3a, was sie in ihrem Leben gerne haben. Auf dem Arbeitsblatt 2.3b notieren sie, was sie nicht mögen.– Dabei sollen sie auf die ausgefüllten Arbeitsblätter 2.2a – 2.2e Bezug nehmen.– Die Kursleitung unterstützt die TN beim Ausfüllen der Arbeitsblätter.
Varianten	Wenn es für die TN möglich ist, können auch noch andere Lebensbereiche betrachtet und in die Arbeitsblätter 2.3a und 2.3b eingetragen werden.
Zeit	40 Minuten



Dinge, die ich mag





Dinge, die ich nicht mag





4.2	Gruppengespräche führen
Ziele	Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer (TN) lernen wichtige Regeln für ein gutes Gespräch in einer Gruppe kennen.
Sozialform	Gruppengespräch Einzelarbeit Gruppenübung
Materialien	Flipchart, Arbeitsblatt 4.2 „Gruppengespräche führen“ Videokamera, Fernsehgerät
Ablauf	<ul style="list-style-type: none">– Die Kursleitung (KL) fragt die TN, welche Regeln sie für ein gutes Gespräch in einer Gruppe für wichtig halten: Auf welches Verhalten ist zu achten, welches ist möglichst zu vermeiden?– Die KL notiert alle Antworten auf dem Flipchart stichwortartig.– Dann bearbeitet jede/r TN für sich das Arbeitsblatt 4.2. Anschließend werden im Gruppengespräch die Antworten zusammengetragen und besprochen.– Die TN sammeln Themen und Bereiche aus ihrem Leben, bei denen sie gerne mitreden möchten.– Anschließend legen die TN gemeinsam einige Themen für kurze Gruppengespräche fest. Zum Beispiel: Wohin fahren wir im nächsten Urlaub? Was kochen wir am Wochenende? Wer ist der beste Fußballspieler der Welt?– Bei jedem Gespräch soll jeweils auf eine Regel besonders geachtet werden. Gespräch A: Regel „Ausreden lassen“ Gespräch B: Regel „Nachfragen“ ...– Anschließend sprechen die TN darüber, wie weit es ihnen gelungen ist, die Regeln einzuhalten. Einzelnen TN kann gezielt Rückmeldung gegeben werden, z. B. wenn ein/e TN sehr lange spricht usw.
Varianten	TN übernehmen bestimmte Rollen. Zum Beispiel: <ul style="list-style-type: none">– Strenge/r Vorsitzende/r– TN kommt zu spät oder geht früher– Spricht ständig mit anderen <p>Die Gruppengespräche werden mit Hilfe der Videokamera aufgezeichnet und anschließend gemeinsam betrachtet. Die TN können sich und die Gruppe dabei selbst hören und sehen und insbesondere die Einhaltung der zuvor festgelegten Regel überprüfen.</p>
Zeit	60 Minuten



Bitte ankreuzen



Gut oder schlecht?

Alle sprechen gleichzeitig		
Niemand hört zu		
Kaffee und Kekse für jeden		
Eine strenge / ein strenger Vorsitzende/r		
Personen, die zu spät kommen		
Die/der Vorsitzende fasst zusammen, was die anderen sagen		
Personen, die stören		
Personen, die früher gehen		
Personen, die einander zuhören		
Personen, die Fragen stellen		
Eine kurze und übersichtliche Tagesordnung		
.....		
.....		

2.1	Mein persönliches Netzwerk
Ziele	Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer (TN) erleben, in welchen Netzwerken/Organisationen sie persönlich eingebunden sind.
Sozialform	Einzelarbeit Gruppengespräch
Material	Arbeitsblatt 2.1 „Mein persönliches Netzwerk“
Ablauf	<ul style="list-style-type: none">– Die Kursleitung (KL) erklärt kurz das Arbeitsblatt 2.1– Die TN füllen das Arbeitsblatt aus.– Jede/r TN stellt ihr/sein Arbeitsblatt der Gruppe vor und hängt es an eine Pinnwand.– Im Gruppengespräch wird gemeinsam überlegt, welche unterschiedlichen Netzwerke/Organisationen es gibt und in welchen Netzwerken die TN eingebunden sind.
Tipps	Es ist möglicherweise hilfreich, zu Beginn mit den TN zu klären, was unter einem „Netzwerk“ verstanden wird und über die im Arbeitsblatt angeführten Beispiele kurz zu sprechen.
Zeit	30 Minuten

