JFF Demokratie

Wohlfühlkriterien festlegen

Eine Methode zur bewussten Gestaltung eines respektvollen und bedürfnisorientierten Raums



Dauer 15 Minuten
Alter ab 12 Jahre

Diese Methode hilft dabei, in der Arbeit mit Jugendlichen einen Raum zu schaffen, in dem sich alle wohlfühlen können und ermutigt werden, sich einzubringen.

Thema

Sich im Workshop wohlfühlen, Sicherheit, Gesprächsbasis festlegen

Material

Flipchart und Stift oder Plakat, das während des gesamten Workshops einsehbar bleibt

Kurzbeschreibung

Die Methode eignet sich sowohl als Einstieg in einen Gesamtworkshop als auch als täglicher Beginn bei jedem erneuten Treffen. Sie kann mit der Frage eingeleitet werden: “Wie schaffen wir einen Raum, in dem sich alle wohlfühlen? Was braucht ihr, um euch in (kontroverse) Diskussionen einzubringen?“

Es können Beispiele folgen, die das Miteinander betreffen, wie „Wir hören uns gegenseitig zu“, aber auch persönlicher Natur sind, zum Beispiel: „Ich brauche manchmal etwas Zeit zum Nachdenken und möchte nicht ohne, dass ich mich melde, aufgerufen werden.“ Jugendliche sollen spüren, dass dies ein Raum ist, in dem die Bedürfnisse aller – sowohl der Teamer*innen als auch der Teilnehmenden – beachtet werden.

Insbesondere in Workshops, in denen Themen behandelt werden, die Teilnehmende persönlich betreffen und Sensibilität erfordern, ist es wichtig, dies anzukündigen und zu erfragen, was die Teilnehmenden benötigen, um sich auch bei schwierigen Themen sicher und gestärkt zu fühlen. Die entstandene Sammlung bleibt während des gesamten Workshops für alle sichtbar im Raum.

Ziele

- Die Gruppe entwickelt gemeinsam tragfähige Kriterien für einen geschützten und respektvollen Raum.
- Teilnehmende fühlen sich im Workshop sicher, ernst genommen und zur Beteiligung ermutigt.
- Individuelle Bedürfnisse und Grenzen der Teilnehmenden sichtbar, besprechbar machen und respektieren.
- Vertrauen innerhalb der Gruppe sowie zwischen Teilnehmenden und Teamenden aufbauen.

Ablauf

1. Ein*e Teamer*in stellt die Frage: “Wie schaffen wir einen Raum, in dem sich alle wohlfühlen? Wann traut ihr euch in Diskussionen mitzusprechen?“
2. Alle Antworten werden auf einem während des gesamten Workshops sichtbaren Plakat notiert.
3. Während des Workshops wird entsprechend der Kriteriensammlung gehandelt und auch darauf hingewiesen, falls jemand sich nicht entsprechend verhält. Es werden Maßnahmen getroffen, damit ein respektvoller, bedürfnisorientierter Raum gewährleistet bleibt.

Gelingensbedingungen & Tipps

- Es ist wichtig, nicht selbst Regeln vorzugeben, sondern die Teilnehmenden wirklich ernst zu nehmen und auf ihre Gedanken einzugehen. Das bedeutet: Alles wird aufgeschrieben, auch wenn etwas Witziges oder scheinbar Banales gesagt wird.
- Meldet sich zunächst niemand, können Teamer*innen selbst erste Kriterien nennen. Bei mehreren Teamer*innen bietet es sich an, dass dies die Person übernimmt, die gerade nicht moderiert.
- Bei mehrtägigen oder regelmäßigen Veranstaltungen sollte jedes Mal neu gefragt werden: „Was brauchen wir heute?“ Die Wohlfühlkriterien können dabei an die aktuelle Verfassung der Teilnehmenden sowie an die Gegebenheiten des jeweiligen Workshopthemas oder Raumes angepasst werden.
- Im Anschluss an die Kriteriensammlung können die Wohlfühlkriterien auf Online-Erfahrungen übertragen und diskutiert werden. Dazu eignen sich Fragen wie: “Wie sieht es denn im digitalen Raum aus? Würdet ihr da dieselben Punkte nennen?”

Variationsmöglichkeiten

Wenn mehrere Teamer*innen anwesend sind, kann der Joker eingeführt werden. Dieser kann sowohl von den Teilnehmenden als auch von einem*einer Teamer*in im übertragenen Sinne gezogen werden. Teilnehmende nutzen den Joker, wenn sie im Verlauf des Workshops das Bedürfnis haben, ein Thema oder eine Situation noch einmal zu besprechen. Teamer*innen hingegen setzen ihn ein, wenn sie den Eindruck haben, eine Situation im Workshop mit einer einzelnen Person nachbesprechen zu müssen oder etwas ansprechen möchten, um andere Teilnehmende zu schützen. Diese Gespräche finden dann in einem anderen Raum statt.

DISKUTOPIA

Aus dem Projekt:

DISKUTOPIA

Räume für digitale Konfliktaushandlung

DISKUTOPIA ist ein Projekt des JFF – Institut für Medienpädagogik (https://www.jff.de) im Rahmen des Bundesprogramms „Demokratie leben!“ (https://www.demokratie-leben.de/) gefördert vom Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend (https://www.bmbfsfj.bund.de/).

Online verfügbar: https://demokratie.jff.de/methode/wohlfuehlkriterien-festlegen/

Der Aufbau der Plattform wurde in den Jahren 2019 bis 2021 gefördert durch die Beauftragte der Bundesregierung für Kultur und Medien. Seit 2024 wird diese Plattform gefördert durch das Bayerische Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales.