

Burschen. Leben. VIELFALT.

Methodensammlung zur Burschenarbeit
in der offenen Jugendarbeit



Inhalt

Burschen.Leben.Vielfalt: Ein Projekt stellt sich vor	4
Haltung und Ziele gendersensibler Burschenarbeit	6
Burschenarbeit und Workshops im offenen Betrieb	8
Methodensammlung	10
Zum Einstieg	10
Unsere Spielregeln	10
Skalierung	11
Hoch-Stapeln	11
Countdown	12
Gordischer Knoten	13
Schwebender Stab	13
Dimensionen von Männlichkeit, Rollenbilder	14
Männerideale	14
Ein richtiger Mann ...	15
Zeitreise	15
Erwartungshaltungen	16
Männlichkeits-Gesetze	17
Zwei Seiten einer Medaille	17
Psychische Gesundheit und Selbstwert	18
Komplimente	18
Gefühlspantomime	18
Life Hack: Aktives Zuhören	19
Meine Kraftorte	20
Courage Thermometer	20
Kopf, Herz, Hand	21
Gewalt, Abwertung, gewaltfreie Kommunikation	22
„React against Violence“	22
Arten der Diskriminierung	23
Selbstreflexion zu Diskriminierung	25

Was wäre, wenn ...	25
Schimpfwort-Landschaft	26
Ampel der Gewalt	27
Was glaubst Du, wer Du bist ...?	28
Medienkompetenz	29
Gerüchteküche	29
Video Analyse	31
Gewalt und Aggression „Video XY“	31
Tube-Rules	32
Cybermobbing	33
No Hate Speech	33
Computer Spielsucht	34
Sexualität und Verhütung	35
Liebe und Sex Quiz	35
So einfach wie Tee	36
Sexualpädagogischer Stationenbetrieb	37
Amors Pfeil	37
Sex-Schatztruhe	38
Sexwecan	38
Körperideale, Ernährung und Co	39
Guter Rat ...?	39
Burger-Mania	41
Anabolika Quiz	42
Dove-Video: Echte Schönheit?!	44
Wundermittel	44
Ok – Nicht Ok?	45
Literatur, Workshopmaterialien	46

Burschen.Leben.Vielfalt: Ein Projekt stellt sich vor

Die vorliegende Methodensammlung entstand im Rahmen des Projektes Burschen.Leben.Vielfalt., welches von 2017–2019 vom Männergesundheitszentrum MEN durchgeführt wurde. Das Projekt wurde durch eine gemeinsame Förderung der *Wiener Gesundheitsförderung*, dem *Fonds Gesundes Österreich* und der *Stadt Wien - Bildung und Jugend* möglich gemacht.

Ausgangspunkt war die Studie „Jugendliche in der offenen Jugendarbeit – Identitäten, Lebenslagen und abwertende Einstellungen“, die von der *Stadt Wien - Bildung und Jugend* in Auftrag gegeben wurde. Unter der Studienleitung von Kenan Güngör und Caroline Nik Nafs wurden etwa 400 Jugendliche in 30 Einrichtungen der Wiener Jugendarbeit befragt. Zu den zentralen Fragestellungen zählten dabei die Werthaltungen der Jugendlichen, die eigene Wahrnehmung der Stellung in der Gesellschaft, Fragen rund um Identitätsbildungsprozesse, die Rolle von religiösen Aspekten im eigenen Lebenszusammenhang, der Stellenwert der Jugendarbeit für die Jugendlichen u.v.a.m.

Die Analyse dieser Daten ergab, dass eine hohe Anzahl der männlichen Besucher der Einrichtungen mittlere bis starke Muster abwertender Einstellungen haben. Bei jenen, die starke Abwertungsmuster zeigten, waren insbesondere Homophobie und ethnokulturelle Abwertungen sehr stark ausgeprägt. Hintergründe dieser Abwertungen können in ökonomischen Ursachen, eigenen Diskriminierungserfahrungen, sozialen Beziehungen, nationalen bzw. religiösen Identifikationsprozessen etc. gesehen werden. (Güngör, Nik Nafs 2016)

Zusätzlich zu diesen Studienergebnissen war der Blick auf das Gesundheitsverhalten männlicher Jugendlicher relevant: Mädchen und Burschen, die in benachteiligten Lebensverhältnissen aufwachsen, haben noch als Erwachsene schlechtere Gesundheitschancen und ein erhöhtes Krankheits- und vorzeitiges Sterberisiko. Dieser Umstand lässt sich auch am Beispiel Wiens zeigen. Die Unterschiede in der Lebenserwartung in einzelnen Bezirken haben sich in den letzten Jahren zwar verringert, zwischen jenen mit der höchsten Lebenserwartung (Hietzing) und jenen mit der niedrigsten Lebenserwartung (Simmering bei den Frauen, Brigittenau bei den Männern) liegen trotz allem derzeit 3,6 Jahre (Bachinger, 2003).

Das Ziel des Projektes „Burschen.Leben.Vielfalt.“ des MEN Männergesundheitszentrums war es, Interventionen zur jugendgerechten Gesundheitsförderung sowie zum Abbau von abwertenden Einstellungen bei männlichen Besuchern von Wiener Jugendeinrichtungen zu setzen. Mit der Wahl des Settings der offenen Jugendarbeit in Wien wurde mit den dortigen Besuchern eine Zielgruppe fokussiert, die viele Kriterien sozialer Benachteiligung erfüllt. Hier ist hinsichtlich gesundheitlicher Chancengleichheit großer Handlungsbedarf gegeben.

In den Workshops erhielten die männlichen Besucher der Jugendzentren die Möglichkeit, sich mit verschiedenen Themen wie Dimensionen von Männlichkeit, Abwertung anderer, körperliche und psychosoziale Gesundheit, Selbstbestimmung, Risikoverhalten, Selbstwert, Sexualität, gesunde Ernährung u.a.m. auseinanderzusetzen. Zentral war dabei das gemeinsame Hinterfragen schädlicher und abwertender Männlichkeitsbilder. Die Teilnehmer bekamen durch gesundheits-relevante Infor-

mationsvermittlung und kritischen Dialog ein Empowerment in Bezug auf eigene Identitätswürfe und konnten im Zuge dessen eine größere Bandbreite an positiven Ressourcen und vielfältigeren Männlichkeitsbildern kennen lernen.

Ein weiterer Schwerpunkt des Projekts war eine Steigerung der Medienkompetenz. Dabei wurden die von den Burschen genutzten Internetinhalte gemeinsam unter Blickwinkeln wie fachliche Richtigkeit, Kontext der Herstellung, Glaubwürdigkeit oder ethische Gesichtspunkte besprochen. Unter der Annahme, dass gerade bei Burschen wesentliche Aneignungsprozesse von Wissen, Haltungen, Rollen, identitätsbildenden Einstellungen etc. über mediale Vermittlungen erfolgen, war eine erhöhte Kompetenz und Sensibilisierung für diesen Umgang ein wichtiges Ziel.

Die Workshopangebote versuchten, sowohl niederschwellige Wissensvermittlung als auch gegenseitigen Dialog zu relevanten Themen möglich zu machen – mit der Absicht, damit verbundene Aspekte von Abwertung aufzugreifen, zu besprechen, zu hinterfragen und aufzuweichen. Die Entwicklung von problematischen Männlichkeits- und Gesundheitseinstellungen und diesbezügliche Praktiken, sowie der dargestellten Abwertungen wurden dabei im Kontext männlicher Sozialisation als Versuch gesehen, Teilhabe an männlicher Hegemonie bzw. einer patriarchalen Dividende zu erreichen. Die Tiefenanalyse der oben angeführten Studie von Güngör und Nik Nafs verwies ja auch auf die Brüchigkeit der Einstellungen und die Widersprüchlichkeiten, die bei näherer Diskussion mit den Jugendlichen auftraten. Die Rolle von externen Experten aus dem „Männergesundheitsbereich“, die vorwiegend selbst Migrationserfahrungen haben, soll dabei Neugier wecken und einen Auseinandersetzungsprozess anstoßen, nicht zuletzt durch die Funktion der Fortbildner selbst als Role Models. Darüberhinaus wurden mit den Burschen diverse Projekte initiiert, die einen nachhaltigen und partizipativen Charakter hatten. Dazu zählten etwa die Produktion von T-Shirts, die Entwicklung eines Gesundheits-Quiz oder Interviews zu ausgewählten Themen in der Peer Gruppe.

Im Projekt wurden zusätzlich als wesentlicher Projektbestandteil Fortbildungen für die Mitarbeiter_innen der Jugendeinrichtungen angeboten. Die Fortbildungen umfassten unter anderem die Themen Männerbilder in der Burschenarbeit, Homophobie und Sexismus als Herausforderungen in der Burschenarbeit, Spannungsfelder in der gendersensiblen Jugendarbeit, Zwangsheirat in der Burschenarbeit, Analyse aktueller antifeministischer Diskurse, Körpernormen in der Burschenarbeit oder Geschlechterrollen und digitale Medien.

Um einerseits die im Projekt „Burschen.Leben.Vielfalt.“ gewonnenen Erfahrungen und andererseits die eingesetzten Methoden auch anderen Interessierten zur Verfügung zu stellen, wurde die vorliegende Methodenmappe erstellt.

Haltung und Ziele gendersensibler Burschenarbeit

Burschenarbeit mit geschlechtssensiblen Fokus kann im deutschsprachigen Raum mittlerweile auf einiges an Tradition und Erfahrung zurückblicken. Nicht zuletzt durch die Publikation von Schnack und Neutzling „Kleine Helden in Not“ im Jahre 1990, die seither in vielen Auflagen erschienen ist, wurde das Thema zu einem fixen Bestandteil pädagogischer Arbeit (Schnack, Neutzling 1991). Dabei standen zu Beginn oft kritische Positionen gegenüber patriarchalen Männerbildern allein im Vordergrund. So waren viele Methoden dementsprechend als „antisexistische Burschenarbeit“, „Anti-Gewalt Burschenarbeit“, „Anti-Patriarchale Burschenarbeit“ etc. ausgewiesen. So wichtig diese macht- und gewaltkritischen Ansätze sind, so sehr laufen sie Gefahr, den Blickwinkel auf die konkreten Burschen zu verengen. Demgegenüber gilt es auch jene Seiten zu sehen, in denen die Burschen selbst auf Grund herrschender Männlichkeitsvorstellungen von Abwertung, Verächtlichmachung, psychischem Druck oder Gewalterfahrungen betroffen sind. Gerade die Arbeiten von Raewyn Connell (Connell, 2005) haben hier deutlich gemacht, dass hegemoniale Männlichkeiten nicht nur die Überlegenheit von Männern gegenüber Frauen impliziert, sondern auch die Ausgrenzung von marginalisierten Männlichkeiten bedeutet (zB gegenüber Nicht-Weißen, Nicht heterosexuellen, Nicht gewaltbereiten etc. Männern). Im pädagogischen Alltag ist man damit schnell mit einer vielschichtigen Realität an „Täter-Opfer“ Konstellationen konfrontiert, in denen die Burschen in ihren Bewältigungsprozessen herrschender Männlichkeitsvorstellungen verstrickt sind. Die Positionen, die hier im Geschlechterverhältnis bezogen und praktisch gelebt werden, sind ebenso vielfältig und unterschiedlich und bedeuten eine Herausforderung in der Burschenarbeit, die Vielfalt und Differenziertheit mitzudenken.

Emanzipatorischen Burschenarbeit hat (in Orientierung an Messner 1997) das Ziel und Augenmerk, drei Themenbereiche gleichwertig miteinander auszubalancieren bzw. in Verbindung zu bringen: (1) Die Privilegien, die mit Männlichkeit einhergehen, kritisch zu beleuchten und sich für geschlechtergerechte Beziehungen und gesellschaftliche Verhältnisse einzusetzen; (2) die Kosten von Männlichkeit zu sehen und sich für emotionale und beziehungsfähige Männlichkeiten stark zu machen, und dabei zB auch Opferseiten von Burschen und Männern wahrzunehmen; (3) die Unterschiedlichkeit der Burschen zu sehen und diese nicht als homogene Gruppe zu betrachten, sondern sie in ihren jeweiligen geschlechtsbezogenen Entwürfen, in ihrer vielfältigen Gender-Performance aber auch in ihren Über- und Unterordnungen zwischen den Burschen zu begreifen.

Die Studie von Nik Nafs und Güngör (s.o.) hat bei der Befragung von Jugendlichen in Wiener Jugendzentren eine starke Häufung abwertender Einstellungen besonders bei männlichen Jugendlichen zu Tage gebracht. Doch wie ist das aus Sicht der Geschlechterforschung zu verstehen und wie soll Burschenarbeit darauf reagieren? Hilfreiche Ansätze finden sich beim Konzept der „Protest Masculinity“, welches etwa Raewyn Connell beschreibt (Connell, 2005). Damit ist eine Reaktion von Burschen gemeint, die ihre Ausgrenzungserfahrungen entlang gängiger Männlichkeitsnormen verarbeiten, aber durch einen Mangel an materiellen und machtvollen Ressourcen auf eine Überzeichnung von Männlichkeitsnormen setzen. In der Angst einer Gesellschaft vor der Gewalt-Bereitschaft oder Devianz dieser Jugendlichen, bekommt dies die Bedeutung einer subjektiven Status-Erhöhung und Ermächtigung gegenüber Abwertung. Indem Ethnizität als Ressource verwendet wird, entspricht dies dem Versuch der Umwertung des Stigmas um eine „Feldspezifisch normative

Männlichkeit“ (Stuve/Debus 2012) herzustellen. Dies kann darüberhinaus auch Einfallstor für Radikalisierung sein, demgegenüber es gilt, niederschwellige Korrektive im sozialen Umfeld zu entwickeln und Gelegenheit und Orte für Selbstreflexion zu schaffen.

Der Auftrag einer gendersensiblen Burschenarbeit liegt dabei darin, den Burschen einerseits Möglichkeiten zu geben, Selbstwert, Selbstwirksamkeit und Status-Gewinn auch über andere Strategien und Konzepte zugänglich zu machen, zB indem man sich Wissen, Fertigkeiten oder Tools zur Bewältigung von schwierigen Situationen aneignet. Andererseits muss es auch darum gehen, den Burschen zuzuhören und Raum für die Auseinandersetzung mit den vielschichtigen Problemlagen zu geben, mit denen sie zu tun haben. Wenn sich die Burschen pädagogisch ernst genommen fühlen, Worte finden können für das, was sie erleben, mit- und untereinander Erfahrungen austauschen und vergleichen können, und dabei auch voneinander lernen etc. so ist dies ein wichtiger präventiver Beitrag Entwicklungen einer „Protest Masculinity“ entgegenzuwirken. Ziel ist eine praktische Antithese zu hegemonialer Männlichkeit und einer Haltung, welche „aufeinander zugehen statt aufeinander losgehen“ zum Motto hat.



Burschenarbeit und Workshops im offenen Betrieb

Gendersensible Burschenarbeit findet im offenen Betrieb üblicherweise als Querschnittsmaterie statt und umfasst eine breite Palette an Themen. Im Zentrum steht jedenfalls die Beziehungsebene, die es den Burschen zum Beispiel möglich macht, verborgene oder angstbesetzte Seiten auch vor anderen zu zeigen. Eine allfällige Wissensvermittlung oder Vertiefung der Themen hat dabei meist einen fließenden und höchst individuellen Charakter und geht hier flexibel auf die spezifischen Bedürfnisse des einzelnen Jungen ein.

Es kann im pädagogischen Betrieb aber auch Sinn machen, Inhalte und Themen in einem Gruppensetting zu bearbeiten. Dazu können solche aufgegriffen werden, die bei den Burschen gerade brennend interessant sind, es können Inhalte zum Anlass genommen werden, die polarisieren, oder es dient zur Bearbeitung bestimmter Vorfälle und Ereignisse, aber auch in der Vorbereitung von kommenden Aktivitäten oder Exkursionen kann es zum Einsatz kommen etc.

Wenn man an einen Workshop in einem Gruppensetting denkt, so ist es hilfreich, sich die Unterschiede zum Setting Schule vor Augen zu führen. Schule bietet viele Voraussetzungen, die vielen Aspekten der pädagogischen Workshop-Arbeit entgegenkommen: Es gibt eine planbare Gruppe, Uhrzeit und Rahmen stehen fest, die Infrastruktur ist auf Wissensvermittlung ausgelegt u.a.m. In diesem Rahmen treten aber typische Schwierigkeiten auf, wie eine eingeschränkte Freiwilligkeit, eine herabgesetzte Mitbestimmung bei den Inhalten, die Gefahr einer passiven Rezeptionshaltung der Gruppe statt eigener Neugier etc.

Demgegenüber kann ein Workshop im Setting offener Jugendarbeit viele dieser Hürden wettmachen, sofern die Themen und Inhalte nahe an den Interessen der Jugendlichen dran sind. Die Problembereiche liegen dafür in einer wesentlich geringeren Verbindlichkeit, sowie einem Setting, das sich zumeist deutlich von schulisch assoziierter Wissensvermittlung abgrenzt.

Einen wesentlichen Unterschied kann es auch machen, ob man den Workshop als Jugendarbeiter_in selbst hält, oder ob man Expert_innen von außen in die Einrichtung holt. Dies ist im Vorfeld abzuwägen – sofern es überhaupt eine Wahlmöglichkeit in Form externer Anbieter_innen gibt.

Bei der Erreichung der Zielgruppe vor Ort sind bestimmt folgende Parameter als förderlich anzusehen:

- Gute Kooperation sowohl mit als auch in den Teams, um alle nötige Unterstützung, Bewerbung, Mundpropaganda usw. zu haben
- Jugendliche und Mitarbeiter_innen der Einrichtung sind die Profis, MEN bringt externen Input. Damit ist eine Kooperation leichter, weil das Angebot von MEN auf Augenhöhe erlebt wird.
- Abstimmung der Themen mit den Jugendlichen/Burschen und Auswahl von Themen, die eine möglichst hohe Motivation/Aufmerksamkeit haben
- Themenflexibilität, falls es am Workshop-Termin anders kommt als geplant (andere Teilnehmer, andere Themen aktuell wichtiger oder gewünscht etc.)
- Einbeziehen von erlebnisorientierten Elementen und Aktivitäten

- Workshop Angebot an einem Ort und zu einer Zeit, die die Jugendlichen gewöhnt sind und wo sie gerne hingehen
- Schaffen eines niederschweligen und offenen Rahmens, um in lockerer und jugendgerechter Atmosphäre in die Reflexion zu den Themen gehen zu können
- Vor- und Nachbesprechungen mit den Jugendlichen und/oder Teams
- Einbindung und Absprache mit anderen Arbeitsbereichen wie zB Mädchenarbeit
- Berücksichtigung der Nachhaltigkeit und Beachten der Möglichkeit zur Evaluierung der Ergebnisse und Prozesse

Praktisches Vorgehen als externer Anbieter in der offenen Jugendarbeit

Im Rahmen des Projektes war das Team des MEN als externer Workshop Anbieter vor Ort. Die *Stadt Wien - Bildung und Jugend* war dabei im Vorfeld zur Bekanntmachung und Einführung ins Projekt ein äußerst hilfreicher Partner, der viel zur Vertrauensbildung bei den Vereinen beigetragen hat. Dabei hat sich folgende Vorgehensweise sehr bewährt:

- 1. Vorgespräch mit dem Team** der Einrichtung zur Klärung des Rahmens, erste Impulse bezüglich aktueller Themen, Burschen in der Einrichtung etc.
- 2. Teilnahme am Betrieb** – Kontaktaufnahme mit Jugendlichen oder Vorstellungabend: Vor dem Start der Workshops empfiehlt es sich, einen Kennenlernermin zu organisieren, bei dem die Burschen die Workshoptrainer in lockerer Atmosphäre kennen lernen können. Aspekte, die zu einem entspannten Kennenlernen beitragen können, sind ein gemeinsames Abendessen, Vorstellen der Personen und der Arbeitstätigkeiten, humorvolle Übungen oder eventuell schon ein erster inhaltlicher Einstieg, zB mit einem niederschweligen „Sexquiz“, was meist auf große Neugier stößt (und bei Folgeterminen vielfältig aufgegriffen werden kann). Die Burschen werden dabei auf Augenhöhe angesprochen und es können erste lockere Gespräche entstehen. Gemeinsam werden dann die Themen und Schwerpunkte für die Workshops festgelegt.
- 3.** Im Projekt waren **3 bis 4 Workshoptermine** möglich, darüber hinaus konnten auch einige **weiterführende Kleinprojekte** umgesetzt werden, wie etwa T-Shirt-Produktion, Taschen-Gestaltung, Video-Reportagen u.a.m.
- 4.** Eine **Abschlussreflexion** mit der Einrichtung bot noch die Möglichkeit, die jeweiligen Erfahrungen zu reflektieren, Themen zu besprechen, die möglicherweise aufgetaucht sind und im weiteren Betrieb bearbeitet werden können etc.

Methodensammlung

Die vorliegenden Methoden stellen eine Auswahl dessen dar, was für die Workshops mit den Burschen im Setting „Offene Jugendarbeit“ konzipiert und eingesetzt wurde bzw. sich bewährt hat. Die Übungen sind bestimmten Themen zugeordnet, die verschiedene Aspekte einer geschlechtssensiblen Burschenarbeit ansprechen.

Zum Einstieg

Die folgenden Übungen können zum Einstieg verwendet werden und haben zum Ziel Kontakt herzustellen, ein „Wir“-Gefühl in der Gruppe für den Workshop zu erzeugen oder einen thematischen Einstieg zu finden.

Unsere Spielregeln

Gruppengröße: 5–20

Zeit: 15–20 Minuten

Material: Flipchart, Stifte in Grün und Rot

Anleitung: Die Gruppenleitung hängt ein Plakat an die Tafel, welches zwei Spalten enthält. Auf der linken Seite ist in Grün ein lachendes Gesicht/Smiley gezeichnet, auf der rechten Seite in Rot ein trauriges/ärgerliches Gesicht/Smiley. Es geht im Folgenden darum, Spielregeln für den Umgang miteinander in der Gruppe und im Workshop zu erarbeiten.

Mögliche Anleitung: „Ich möchte nun mit euch gemeinsam überlegen, welche Spielregeln euch für ein angenehmes miteinander Reden einfallen. Was ist eurer Meinung nach wichtig? Wie sollte man sich verhalten und was sollte man nicht tun?“

Die Gruppenleitung sammelt nun die Aussagen der Burschen und schreibt die positiven Verhaltensweisen (grün) auf die eine und die negativen (rot) auf die andere Seite des Plakats. Das könnten etwa auf der grünen Seite Begriffe sein wie: zuhören, Respekt, ausreden lassen, versuchen andere zu verstehen etc. Auf der roten Seite könnten Begriffe stehen wie: schreien, andere verspotten, auslachen, nicht ausreden lassen, lügen etc.

Auswertungsgesichtspunkte: Es genügt meist das Festhalten der Begriffe, um ein inneres Bild für ein gutes Miteinander herzustellen.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Wenn es mehrere Workshop-Termine gibt, kann es hilfreich sein, dieses Plakat bei den nächsten Terminen mitzunehmen und zu Beginn kurz gemeinsam anzusehen, zB ob es noch für alle passt oder um es Burschen, die vielleicht neu dazukommen, zu erklären, Ergänzungen vorzunehmen etc.

Es kann zu Diskussionen kommen, was zu tun ist, wenn sich jemand nicht an die Regeln hält. Mitunter fordert die Gruppe dann strenge Bestrafungen oder sofortigen Ausschluss vom Workshop etc. Um hier Blockaden zu vermeiden, kann die Gruppenleitung sagen, dass sie zunächst die Verantwortung übernimmt, im Anlassfall auf das Einhalten der Spielregeln hinzuweisen, und man sich erst Weiteres überlegt, wenn das gar nicht funktioniert. In der Praxis genügen diese Hinweise meist, um zu einem Start zu kommen bzw. mit Störungen umzugehen.

Skalierung

Gruppengröße: 5–20

Dauer: 5–10 Minuten

Material: ein Raum mit ausreichend Platz

Anleitung: Bei der Skalierung sollen sich die Burschen auf einer Linie aufstellen, um ihre Meinungen/Einstellungen zu bestimmten Themen wiederzugeben. Eine Seite des Raumes ist hier der Pol der völligen Zustimmung, die andere Seite des Raumes der Pol der totalen Ablehnung. Nun stellt die Gruppenleitung eine Aussage in den Raum und die Burschen sollen sich auf einer vorgestellten Linie entsprechend ihrer Zustimmung oder Ablehnung der Aussage aufstellen.

Auswertungsgesichtspunkte: Hier kann man sich mit einer recht einfachen, „schwungvollen“ Übung auch einen guten Überblick über die Gruppe der Burschen machen.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Der Raum sollte für diese Übung auf jeden Fall nicht einsehbar sein, da es sonst den Burschen unangenehm sein könnte, dass ihre Positionierung von Außenstehenden gesehen werden kann.

Hoch-Stapeln

Gruppengröße: 7–20

Dauer: 5–10 Minuten

Material: Sesselkreis

Anleitung: Die Gruppe sitzt im Sesselkreis, die Gruppenleitung kann mitspielen, wenn dies passt und sich alle damit wohl fühlen. Nun beginnt die Gruppenleitung das Spiel, indem bestimmte Vorgaben gemacht werden, zB „Wer ein Fahrrad besitzt, rutscht einen Platz nach links“. Alle, die die Frage mit „Ja“ beantworten können, rutschen einen Platz weiter, die anderen bleiben sitzen. Hier kann es dazu kommen, dass man dem Nachbarn am Schoß/auf den Knien sitzt. Bei mehreren Runden kommt es meist zu einem sehr unterhaltsamen und auflockernden Stapeln!

Auswertungsgesichtspunkte: Hier steht der Spaß im Vordergrund, der gleichzeitig durch die körperliche Nähe auch das Zusammengehörigkeitsgefühl stärkt und vertrauensfördernd wirkt.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Wenn man sich nicht sicher ist, ob es für die Gruppe passt, kann der Stuhl auch durch ein Blatt Papier ersetzt werden, das die Burschen jeweils im Kreis vor sich liegen haben und mit einer Schuhspitze berühren. Der Wechsel erfolgt wie oben, sodass dann viele Schuhspitzen auf einem Blatt Papier Platz finden müssen.

Countdown

Gruppengröße: 7–20

Dauer: 10–15 Minuten

Material: Sesselkreis oder stehend

Anleitung: Die Gruppe sitzt oder steht im Kreis, die Gruppenleitung kann je nach Belieben mitspielen oder auch nicht. Nun wird die Anweisung gegeben, dass alle Burschen den Blick zu Boden richten. Anschließend soll ein Countdown gezählt werden (am einfachsten zunächst von 10 weg, bei erfahrenen Gruppen auch von höheren Zahlen). Allerdings sagt immer nur eine Person eine Zahl, wenn zwei Personen gleichzeitig sprechen, beginnt der Countdown wieder von neuem.

Auswertungsgesichtspunkte: Diese Übung dient dazu, Ruhe und Konzentration zu ermöglichen, und sollte daher auch an der passenden Stelle eingesetzt werden.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Dazu braucht es einen ruhigen Raum. Wenn es passend erscheint, kann auch ein kompetitiver Impuls gegeben werden, wie etwa „Ich bin gespannt, ob ihr Folgendes schafft, denn es ist viel schwieriger als es sich anhört, und nur ganz wenigen gelingt es ...“

Gordischer Knoten

Gruppengröße: 5–15

Dauer: 10 Minuten

Material: keines

Anleitung: Die Teilnehmer stellen sich kreisförmig auf, gehen mit geschlossenen Augen und mit vorgestreckten Armen in die Mitte und fassen mit ihren Händen jeweils eine Hand eines anderen Teilnehmers, sodass ein wirrer Knoten aus Händen entsteht. Das Ziel und die Aufgabe sind es nun (mit geöffneten Augen), durch vorsichtiges Entwirren, Drüber- und Druntersteigen den Knoten so aufzulösen, dass am Ende eine oder mehrere geschlossene Menschenketten entstehen. Während der gesamten Übung dürfen die Hände nicht losgelassen werden.

Auswertungsgesichtspunkte: Diese Übung kann gut als Einstieg oder auch als Ausstieg für einen Workshop benutzt werden und ist eine Metapher dafür, wie man als Team aus einer verwirrten Situation kommen kann. Sie unterstreicht die Wichtigkeit der nonverbalen Kommunikation, die im Rahmen der Reflexion thematisiert werden kann.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Wenn diese Übung am Anfang des Workshops etwas schwer von statten ging, kann man diese am Ende noch einmal probieren und danach reflektieren, ob sich durch den Workshop etwas in der Gruppendynamik verändert hat.

Schwebender Stab

Gruppengröße: 5–10 (je nach Länge des Stabes)

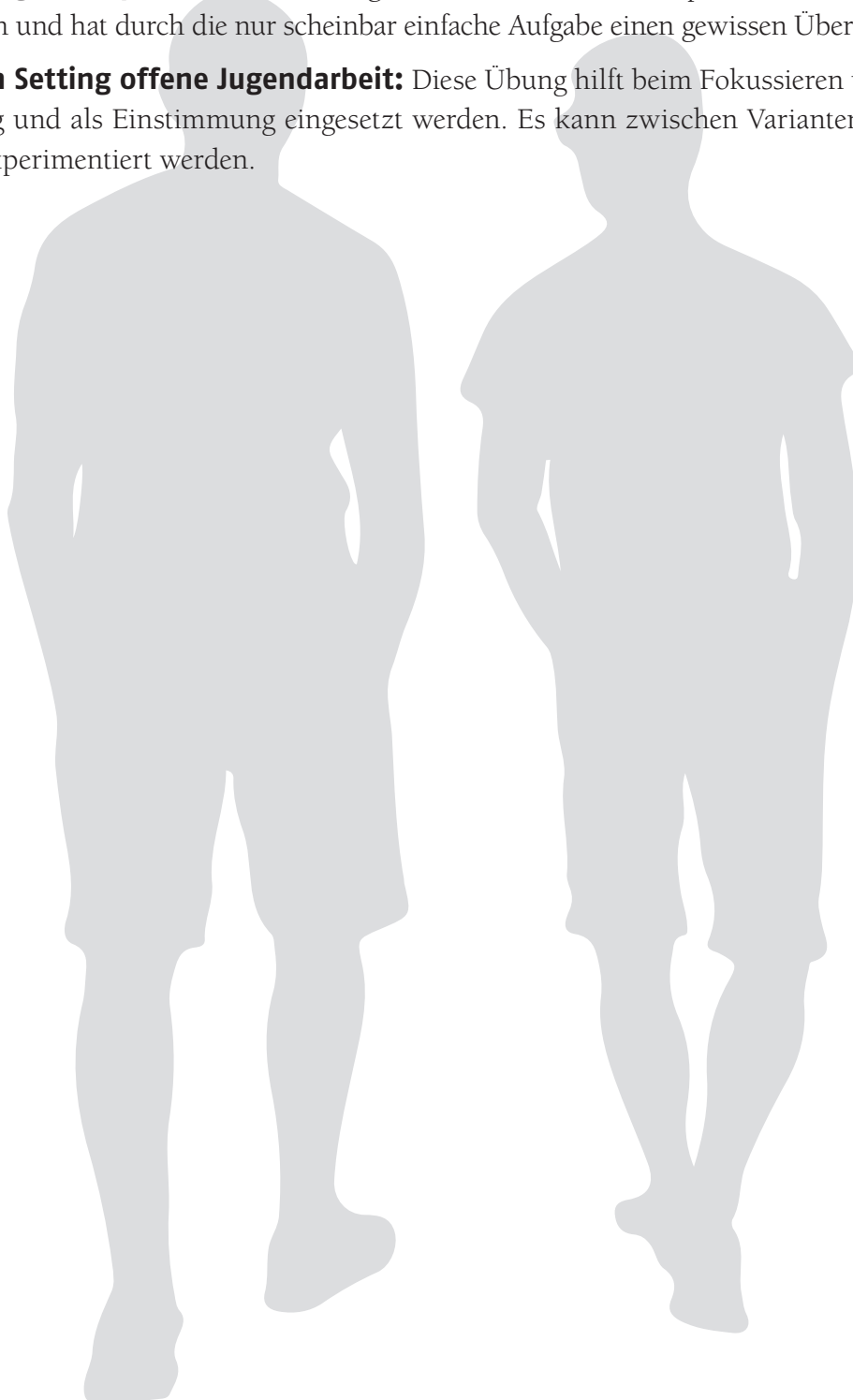
Dauer: etwa 10 Minuten

Material: längerer Holzstab (ca. 90–120 cm)

Anleitung: Die Burschen stellen sich in zwei Reihen gegenüber auf. Jeder hält den Zeigefinger seiner rechten Hand in die Mitte. Auf die Zeigefinger wird nun der Stab platziert. Die Gruppe bekommt die Aufgabe, den Stab auf dem Boden abzulegen. Was sich einfach anhört, ist tatsächlich meist sehr schwierig. In der Regel wandern Stab bzw. Hände eher nach oben als nach unten.

Auswertungsgesichtspunkte: Diese Übung enthält Elemente von Kooperation, Kommunikation und Konzentration und hat durch die nur scheinbar einfache Aufgabe einen gewissen Überraschungseffekt.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Diese Übung hilft beim Fokussieren und kann zB als Auflockerung und als Einstimmung eingesetzt werden. Es kann zwischen Varianten mit oder ohne Absprache experimentiert werden.



Dimensionen von Männlichkeit, Rollenbilder

Männerideale

Gruppengröße: Kleingruppen zu je 3 Personen

Dauer: etwa 60 Minuten

Material: Flipchart mit Stiften, Klebstoff, Bilder und Zeitschriften mit Werbungen (zB Musikmagazine, Sportmagazine etc.)

Anleitung: Die Burschengruppe soll sich in Kleingruppen zu je 3 Personen aufteilen und mit den Zeitschriften auf einem Flipchart gestalten, was für sie ein idealer Mann ist. Dazu können sie Bilder ausschneiden, Seiten auf das Flipchart kleben etc. Sie haben dafür etwa 25–30 Minuten Zeit. Die Gruppenplakate werden dann in der Großgruppe vorgestellt und diskutiert.

Es kann nun reflektiert werden, wodurch diese Erwartungen entstehen und was diese Erwartungen für die Burschen in ihrem Leben bedeuten.

Auswertungsgesichtspunkte: Diese Übung macht es möglich, viele Dimensionen von Mann-Sein und Männlichkeit anzusprechen und den damit verbundenen Rollendruck sichtbar zu machen. Auswertungs-Impulse können beispielsweise sein:

- Was erwartet die Gesellschaft von einem Mann bzw. Männern?
- Wie soll ein idealer Mann optisch aussehen?
- Wie geht es Männern, die diesem Ideal nicht genügen?
- Welche Charakter-Eigenschaften sollte der ideale Mann haben/welche nicht?
- Kann man den Charakter auf den Bildern erkennen?
- Gibt es vielleicht Unterschiede, was in anderen Ländern von Männern erwartet wird?
- Welchen Beruf soll der ideale Mann haben?
- Wenn er Familie hat, geht dann seine Partnerin auch arbeiten?
- Haben Frauen und Mädchen das gleiche Bild vom idealen Mann wie Burschen und Männer?

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Mit dieser Übung gelingt es gut, in die Vorstellungen und Lebenswelt der Burschen einzutauchen und sehr rasch den Druck spürbar zu machen, der mit der männlichen Rolle verbunden ist. Um den Erwartungsdruck beider Geschlechter untereinander zu besprechen, kann mit den Burschen im Anschluss mit der gleichen Methode zum Thema „Eine ideale Frau“ gearbeitet werden.

Ein richtiger Mann ...

Gruppengröße: 5–15

Dauer: etwa 20 Minuten

Material: A4-Blätter, evt. Klemmbrett/Schreibunterlage, Kugelschreiber

Anleitung: Jeder Bursche bekommt ein A4-Blatt und eine Schreibunterlage, wenn kein Tisch o.ä. vorhanden ist. Nun soll jeder das Blatt hochkant vor sich hinlegen und oben die Ziffer „1“ darauf schreiben. Anschließend werden die Burschen gebeten, alle Stereotypen und Klischees auf diese Seite zu schreiben, was dazu gehört „Ein richtiger Mann“ zu sein. Es geht hier nicht um die eigene persönliche Meinung sondern darum, welche Klischees und Stereotypen sie schon gehört haben, dazu kennen etc. Wenn alle dazu einige Aussagen/Statements gefunden haben, dann bittet die Gruppenleitung, das Blatt umzudrehen. Nun sollen sie auf die Rückseite oben die Ziffer „2“ schreiben und werden gebeten, an eine männliche Person zu denken, die sie kennen und gerne haben bzw. sympathisch finden. Auf der Rückseite sollen sie nun festhalten, was sie an der Person mögen, weshalb sie sympathisch ist etc. Wenn auch hier alle einige Stichworte aufgeschrieben haben, werden die Burschen gebeten, die Blätter zusammenzuknüllen und einen „Papier-Schneeball“ zu formen. Damit soll die Gruppe nun eine „Schneeballschlacht“ veranstalten. Wenn alle Blätter damit gut durchgemischt wurden, nimmt sich wieder jeder ein Blatt (nach Möglichkeit nicht das eigene) und liest, was auf Seite 1 und Seite 2 steht.

Nun kann mit der Gruppe besprochen werden, welche Ähnlichkeiten es zwischen den einzelnen Blättern gibt, welche Seite sich angenehmer anfühlt, was passieren würde, wenn man selbst ausschließlich nur eine der beiden Seiten leben würde etc.

Auswertungsgesichtspunkte: Diese Übung macht den Druck, der mit der Männerrolle verbunden ist, sehr rasch anschaulich. Ziel ist dabei aber nicht eine der beiden Seiten zu verurteilen oder zu überhöhen, sondern dass sich die Burschen über ihre eigene Praxis unterhalten, wie sie selbst mit der Balance zwischen diesen beiden Seiten umgehen.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Die Schneeballschlacht ist ein auflockerndes Moment der Übung, die meist viel Spaß macht und gut ankommt. Damit die Konzentration dennoch erhalten bleiben kann, ist ein ungestörter Raum für die Übung besonders wichtig.

Zeitreise

Gruppengröße: 5–15

Dauer: etwa 20 Minuten

Material: ausreichend großer Raum, damit sich die Burschen ein wenig bewegen können

Anleitung: Die Gruppenleitung kündigt für die Übung an, dass die Burschen heute auf eine Zeitreise gehen werden. Dazu bittet sie die Gruppe aufzustehen und sich ein wenig im Raum zu bewegen, herumzugehen ohne miteinander zu reden. Jeder soll ein wenig an sein aktuelles Leben denken und wie er seine Zeit verbringt. Die Gruppenleitung nennt nun verschiedene Uhrzeiten im Tagesverlauf und die Burschen sollen dann stehen bleiben und in Form einer Pantomime darstellen, was sie an einem typischen Wochentag um diese Uhrzeit machen. Die Tageszeiten könnten etwa sein: 7h, 12h, 17h, 22h, 1h. Zwischen den Uhrzeiten wird die Gruppe jeweils gebeten, sich wieder frei im Raum zu bewegen.

In einer zweiten Runde werden die Burschen aufgefordert, sich eine kleine Zeitreise vorzustellen – etwa 5–10 Jahre in die Zukunft und sie sind Vater geworden, mit einem etwa einjährigen Kind. Nun gibt die Gruppenleitung wieder die gleichen Uhrzeiten vor und die Burschen sollen wieder jeweils stehen bleiben und eine Pantomime dazu machen, was sie in der Zukunft dann wohl um diese Uhrzeit machen. Wenn diese Runde fertig ist, kann noch eine abschließende Runde dazu gemacht werden, sich anhand der Uhrzeiten und Pantomimen mit der Frage auseinanderzusetzen, wie der Tag der dazugehörigen Partnerin in der Zukunft jeweils aussieht. Anschließend können die Erlebnisse, Erfahrungen und Unterschiede der verschiedenen Varianten mit den Burschen besprochen werden.

Auswertungsgesichtspunkte: Diese Übung enthält viele Anknüpfungspunkte bezüglich männlicher Rolle, Verantwortungsübernahme, mit Männlichkeit verbundenen Privilegien, Sehnsüchten nach eigener Familie und Vaterschaft oder Caring Masculinities und kann daher zu verschiedenen Aspekten eingesetzt und diskutiert werden.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Da das pantomimische Darstellen unter Umständen nicht allen Burschen vertraut ist, kann es sein, dass man dies zu Beginn erklären oder einführen muss. Dazu ist es am einfachsten, wenn die Gruppenleitung dies selbst anhand einfacher Darstellungen macht, die die Burschen erraten müssen (zB Essen, Handyspielen, Schlafen, Kochen etc.).

Erwartungshaltungen

Gruppengröße: 5–15

Dauer: etwa 45 Minuten

Material: Flipchart und Stifte

Anleitung: Für diese Übung werden 3 Flipchartbögen mit folgenden Überschriften im Raum aufgehängt:

Was erwarten Burschen von Mädchen?

Was erwarten Mädchen von Burschen?

Was erwarten Burschen von Burschen?

Nun sollen die Burschen in 2er-Teams durch den Raum gehen und ihre Meinungen und Ansichten auf den Flipcharts sammeln. Dazu ist etwa 20 Minuten Zeit. Beim Befüllen der Flipcharts sollen sich die Burschen untereinander austauschen, bevor etwas aufgeschrieben wird. Anschließend werden die Plakate in der Gruppe besprochen. Dazu kann etwa danach gefragt werden: Was war bekannt? Was war neu? Was war überraschend? Wo gibt es Widersprüche? etc.

Auswertungsgesichtspunkte: Diese Übung macht Rollenerwartungen schnell sichtbar und nachvollziehbar. Es kann hier zu großen Unterschieden in den Ansichten kommen, ob diese Erwartungen „berechtigt“ sind und so sein sollen oder nicht.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Die Plakate können, wenn es passt und für alle Burschen in Ordnung ist, im offenen Jugendbetrieb aufgehängt bleiben, um dort weitere Kommentare zu sammeln, es mit Mädchen gemeinsam zu diskutieren etc.

Männlichkeits-Gesetze

Gruppengröße: 5–15

Dauer: etwa 30 Minuten

Material: Flipchart, A4-Blätter, Stifte, Kugelschreiber

Anleitung: In der Gruppe werden zunächst Stereotype und Vorurteile über Männer (oder Burschen) gesammelt. Also etwa: gewaltbereit, wollen ständig Sex, haben keine Gefühle etc.

Anschließend werden die Burschen in 2er-Gruppen (alternativ kann dies auch in der Großgruppe geschehen) gebeten sich vorzustellen, diese Stereotypen würden nun gesetzlich verankert und jeder Mann/Bursche müsste dieses streng befolgen. Die Burschen sollen sich nun ein Stereotyp auswählen und dazu überlegen, wie das Gesetz wohl lauten könnte. Hier kann Unterstützung gegeben werden, indem eine Formulierung auf einem Flipchart steht wie: „Es ist sofort gesetzlich verpflichtend, dass Männer/Burschen ... Bei Verstoß gegen dieses Gesetz erfolgt eine Bestrafung, und zwar ...“

Die einzelnen Gesetzestexte werden anschließend gemeinsam dahingehend diskutiert, wie wahrscheinlich solche Gesetze sind, wer davon profitieren würde, wer darunter zu leiden hätte etc.

Auswertungsgesichtspunkte: Diese Übung macht den unsichtbaren Druck von Geschlechterrollen durch die Übertreibung gut spürbar. Es kann auch darüber diskutiert werden, ob die Burschen Länder kennen, in denen es solche oder ähnliche Gesetze tatsächlich gibt.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Es ist auch gut möglich, diese Übung bezüglich Stereotypen in Bezug auf Frauen im Anschluss bzw. beim nächsten Termin durchzuführen.

Zwei Seiten einer Medaille

Gruppengröße: 3–20

Zeit: 30 Minuten

Material: Packpapier und Stifte

Anleitung: Die Gruppenleitung bittet die Jungen, sich zu 3er- oder 4er-Teams zusammen zu finden, die jeweils einen Bogen Packpapier bekommen. Nun legt sich ein Junge auf das Papier und die anderen Jungen zeichnen mit dicken Stiften die Konturen des Jungen auf dem Papier nach. Anschließend wird dieses Bild mit einer Linie der Länge nach in zwei Hälften geteilt. Nun werden die Burschen gebeten, auf der rechten Seite Dinge hinzuschreiben, die ihnen daran gefallen ein Bursche/männlich zu sein. Auf der linken Seite sollen sie Dinge hinschreiben, die sie als belastend und nachteilig daran finden. Wenn es mehrere Gruppen und Bilder gibt, können diese im Anschluss miteinander verglichen und diskutiert werden.

Auswertungsgesichtspunkte: Diese Übung spürt den Vor- aber auch Nachteilen männlicher Rollenerwartungen nach. Es können so ganz gut Privilegien, Kosten und Unterschiedlichkeiten von Bursche/Mann-Sein zur Sprache kommen.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Das Nachzeichnen der Körperkonturen braucht ein wenig Vertrauen zu den anderen Burschen in der Gruppe, das sollte bei der Zusammenstellung der Teams beachtet werden.

Psychische Gesundheit und Selbstwert

Komplimente

Gruppengröße: bis zu 15

Dauer: 20 Minuten

Material: Sitzmöglichkeit im Kreis

Anleitung: Die Teilnehmer sitzen im Kreis bzw. so, dass jeder einen Nachbarn hat. Zuerst wird besprochen, wann man das letzte Mal ein Kompliment bekommen hat und selbst eines verteilt hat. Wie passiert dies im Alltag (Schule, Daheim, Peer-Group, usw ...)? Wird man für gute Sachen überhaupt gelobt oder wird dies als selbstverständlich hingenommen? Wird man evt. gar nicht gelobt, sondern nur gerügt, wenn etwas schief geht?

Jeder soll nun je ein Kompliment für den linken und den rechten Nachbarn finden. Dieses soll sich aber nicht auf das Aussehen beziehen bzw. auf Dinge, welche man für Geld erwerben kann, sondern etwas Individuelles sein, was jemanden einzigartig macht – wie Talente oder Charaktereigenschaften. Anschließend wird gefragt, wer sich traut den Nachbarn das jeweilige Kompliment zu sagen. Danach kann gemeinsam reflektiert werden, wie es ihnen gegangen ist, ein Kompliment zu verteilen bzw. eines anzunehmen.

Auswertungsgesichtspunkte: In dieser Übung sollen positive Rückmeldungen möglich werden, die ein gutes Gruppengefühl und das Selbstvertrauen stärken können.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Erfahrungsgemäß fällt es den Burschen sehr schwer ein Kompliment auszusprechen und eines anzunehmen. Ist diese Scheu aber überwunden, genießen es die Burschen meist sehr und es trägt zur persönlichen Ressourcenstärkung bei. Für diese Übung sollte daher auch ein guter Augenblick gewählt werden und ein möglichst ungestörter Rahmen möglich sein.

Gefühlspantomime

Gruppengröße: 5–20

Dauer: 15–20 Minuten

Material: diverse Gefühlszustände auf Zetteln: Wut, Trauer, Freude, Liebe, Angst, Scham, Stolz, Beleidigt, Verwundert, Fröhlich, Coolness etc.

Anleitung: Diese Übung soll durch Körpersprache für die Kommunikation von Gefühlen sensibilisieren, aber auch den körperlichen Ausdruck von Gefühlen in einem geschützten Rahmen möglich machen. Dazu ziehen die Burschen Zettel, auf denen verschiedene Gefühle stehen, die sie vor der Gruppe darstellen sollen. Diese Übung kann in mehreren Varianten je nach Situation und Gruppe durchgeführt werden:

- Variante 1: Jeweils ein Bursche stellt sich vor die Gruppe und stellt unter Anleitung verschiedene Gefühle dar. Die anderen Burschen versuchen das Gezeigte zu erraten. Der Darsteller wechselt nach jedem Durchgang.
- Variante 2: Die gesamte Gruppe soll versuchen gemeinsam im Raum verschiedene Gefühle darzustellen.
- Variante 3: Die Burschen bilden Kleingruppen zu 3–4 Personen, wobei sie abwechselnd Gefühle darstellen bzw. erraten sollen.

Auswertungsgesichtspunkte: Diese Übung kann einfach so für sich stehen, indem eine Gelegenheit besteht, Gefühle in einem dafür vorgesehenen Rahmen auszudrücken. Wenn es passt, kann weiterführend miteinander darüber gesprochen werden, welche Gefühle leichter auszudrücken sind und welche schwieriger, was ist den Burschen vertraut, was ist eher ungewohnt und neu, welche Gefühle verbirgt man vielleicht aus Angst verspottet zu werden etc.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Die Scheu Gefühle auszudrücken kann leichter überwunden werden, wenn zunächst eher vertraute Bereiche vorkommen, die weniger riskant scheinen vor anderen zu zeigen zB Wut, Freude, Stolz etc., um sich dann zu anderen Bereichen vorzuarbeiten.

Life Hack: Aktives Zuhören

Gruppengröße: 2–20

Dauer: etwa 20 Minuten

Material: zwei Stühle

Anleitung: Die Gruppenleitung kann hier zu Beginn Geschichten und Erfahrungen der Burschen sammeln, wie Gespräche oft schief gehen, wann sie die Erfahrung machen, dass Informationen nicht beim anderen landen, man selbst wichtige Sachen vergisst, die einem jemand sagt, etc. Anschließend kann die Gruppenleitung folgenden „Life Hack“ bewerben, der sich am leichtesten in einer kleinen Übung zeigen lässt:

Ein Bursche, der sich freiwillig gemeldet hat, wird gebeten, auf einem der beiden Stühle Platz zu nehmen, die einander im Raum gegenüberstehen. Die Gruppenleitung nimmt auf dem anderen Stuhl Platz und bittet nun den Burschen, ihm von einem interessanten Erlebnis zB vom letzten Wochenende, der letzten Party etc. zu erzählen und kündigt dabei an, dass es dazu zwei Durchgänge geben wird, in denen sich die Gruppenleitung unterschiedlich verhalten wird.

1. Durchgang: Die Gruppenleitung hört der Geschichte kaum zu, indem sie sich etwa auf dem Sessel ausstreckt, gähnt, kaum Blickkontakt hat, öfters auf die Uhr schaut, eine Nachricht am Handy schreibt oder liest, von Zeit zu Zeit beiläufig erwähnt, dass die Geschichte eh interessant ist etc.

2. Durchgang: Die Person von vorhin erzählt dasselbe nochmals. Die Gruppenleitung hört gut zu und stellt Fragen, ist mit Ohren, Augen, Mund und mit der Aufmerksamkeit bei der anderen Person, hält den Blickkontakt, hat eine aufrechte Körperhaltung, verstärkt das Gegenüber durch Füllwörter wie „Hmhm“ oder „Interessant“ zum Weiterreden etc.

Anschließend wird der Redner dazu befragt, wie es ihm im ersten und im zweiten Durchgang gegangen ist, wie er sich gefühlt hat usw. Die Gruppe kann auch zum Feedback miteinbezogen werden. Wenn es passt, können auch Themen dazu besprochen werden, woher man solche Situationen kennt, wann man sich besonders Mühe gibt etc.

Auswertungsgesichtspunkte: Bei dieser Übung wird respektvolle Kommunikation nicht nur theoretisch abgehandelt, sondern bleibt durch die praktische Darstellung sehr gut in Erinnerung.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Da der Bursche, der die Geschichte erzählt, in der ersten Variante frustriert/provoziert wird, oder er sich im Kontrast bei der zweiten Version nicht ganz ernst genommen fühlen könnte, ist es wichtig jemanden zu wählen, bei dem eine gute und vertrauensvolle Ebene zur Gruppenleitung vorhanden ist und explizit darauf hinzuweisen, dass das jetzt nur eine Übung ist, um etwas anschaulich zu machen und keine reale Situation.

Meine Kraftorte

Gruppengröße: 3–20

Dauer: Arbeitsauftrag ab 1 Nachmittag, Auswertung nach Belieben

Material: Fotohandy, Fotoapparat, evt. Drucker, Flipchart, kreatives Material ...

Durchführung: Bei dieser Übung bekommen die Burschen den Auftrag Orte zu finden, an denen sie Kraft tanken und die für sie erholsam sind. Davon sollen die Burschen ein Foto machen (Handy oder evt. Fotoapparat), sie können von diesem Ort aber auch ein Bild zeichnen, etwas von dem Ort mitnehmen, was sie daran erinnert (zB ein Blatt von einem Baum usw.). Mit diesen Bildern und/oder Gegenständen lässt sich dann eine Austauschrunde gestalten, wo jeder Bursche seinen Ort vorstellt und erklärt, was ihm dort Kraft gibt.

Auswertungsgesichtspunkte: Diese Übung richtet den Fokus bewusst auf Ressourcen und Resilienz steigernde Elemente im Leben der Burschen, es geht daher nicht um ein kritisches Hinterfragen, sondern um ein neugieriges gegenseitiges Vorstellen und kennen Lernen.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Mit den Bildern lässt sich auch sehr gut eine Ausstellung gestalten oder, wenn sinnvoll und möglich, auch ein Videoprojekt, wo Burschen einander zu deren Kraftorten interviewen.

Courage Thermometer

Gruppengröße: 5–20

Dauer: etwa 20–30 Minuten

Material: Courage Situationen; evt. Kärtchen für Thermometer im Raum „0“ sowie „100“

Anleitung: Die Gruppenleitung erkundigt sich bei den Burschen, ob sie Situationen kennen, in denen es schwierig sein kann, „Nein“ zu sagen oder für seine eigene Meinung einzustehen. Auch wenn sich nicht alle zu Wort melden, so kennt doch vermutlich jeder solche Situationen. Nun werden die Burschen gebeten aufzustehen und sich entlang eines vorgestellten Thermometers aufzustellen. Dieses beginnt bei „0“ für Situationen, die einen quasi kalt lassen und man kein Problem hat, etwas zu sagen und seine Meinung zu vertreten. „100“ steht dafür, dass die Situation sehr „heiß“ ist und man sich schwer tun würde, hier seine Meinung zu vertreten, „Nein“ zu sagen etc. Anschließend werden die Situationen vorgelesen und die Burschen positionieren sich am „Courage Thermometer“. Mögliche Situationen dazu könnten etwa sein:

- Du wirst von einer Gruppe größerer Jugendlicher im Bus angestänkert.
- Du stehst schon lange an der Supermarktkassa an, als sich jemand vor dir in die Reihe drängt.
- Deine Freunde möchten, dass du von einem Häuserdach zum anderen springst, um deinen Mut zu beweisen.
- Ein Lehrer beschuldigt dich ungerechterweise, dass du beim Test schummelst – und nimmt ihn dir weg.
- Du siehst, wie ein Bursche in der U-Bahn von anderen Jugendlichen verspottet und mit Essen beworfen wird.
- Deine Partnerin hat Lust auf Sex, du bist aber gerade nicht in Stimmung.

- Du bist völlig bankrott und brauchst dringend Geld, das du deinem besten Freund versprochen hast zurückzugeben. Da bietet dir jemand an, für € 200.- bei einer nicht ganz legalen Sache den „Aufpasser“ zu spielen.
- Deine Schwester bittet dich ihr zu helfen, weil die Eltern ihr verboten haben ins Jugendzentrum zu gehen.
- Du siehst auf einer Party, wie ein Bursche ein sehr betrunkenes Mädchen auf ein Sofa drängt und sie beginnt zu küssen. Es ist unklar, ob sie das auch möchte.

Auswertungsgesichtspunkte: Diese Übung macht das Thema Mut und Courage sehr konkret und fördert auch die Kompetenz, Ängste und Unsicherheiten vor anderen anzusprechen.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Je nach Gruppe und Situation können die Beispiele verändert und erweitert werden. Wenn es passt, können die Burschen auch selbst Situationen einbringen und aufstellen lassen.

Kopf, Herz, Hand

Gruppengröße: 5–20

Dauer: etwa 20 Minuten

Material: pro Teilnehmer ein A4-Blatt und ein Filzstift

Anleitung: Alle Burschen bekommen je ein A4-Blatt und einen Filzstift. Nun werden sie gebeten, sich im Raum einen Ort zu suchen oder die Sitzposition so zu wählen, dass sie gut über etwas nachdenken können, was mit ihnen selbst zu tun hat. Die Gruppenleitung stimmt nun ein, dass es in dieser Übung um Fertigkeiten und Fähigkeiten geht, die jeder einzelne hat. Als erstes sollen die Teilnehmer an eine Sache denken, die sie besonders gut mit dem „Kopf“ können, also zB ein gutes Gedächtnis, schnelles Rechnen, ein Problem lösen etc. Diese Fähigkeit(en) sollen sie oben auf das Blatt schreiben. Nun werden die Burschen gebeten an etwas zu denken, was sie mit dem „Herz“ gut können, also zB ein guter Freund sein, jemandem helfen, Mitgefühl zeigen etc. Diese Fähigkeit(en) sollen sie in die Mitte des Blattes schreiben. Abschließend werden die Teilnehmer gefragt, was sie mit der „Hand“ bzw. den Händen gut können, also zB geschickt basteln, schön schreiben, gut kochen etc. Diese Fähigkeit(en) werden nun unten auf das Blatt geschrieben. Je nach Situation und Gruppe kann der Abschluss unterschiedlich gestaltet werden, wie zum Beispiel:

- Das Blatt zusammenfalten und sich als Unterstützung und Erinnerung für sich selbst mitnehmen.
- Zu zweit zusammengehen und einander die Blätter vorstellen.
- Die Gruppenleitung sammelt die Blätter ein, liest die Begriffe vor und lässt raten, was von wem geschrieben wurde.
- Es wird ein Gruppenplakat jeweils zu Kopf, Herz, Hand gestaltet, um alle Fähigkeiten in der Gruppe sichtbar zu machen.

Auswertungsgesichtspunkte: Diese Übung lenkt den Fokus auf die eigenen Stärken und kann so helfen, Selbstabwertung und Selbstkritik zu entschärfen.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Der Filzstift sorgt meist dafür, dass größer und damit etwas leichter lesbar geschrieben wird, was bei bestimmten Abschlussvarianten (s.o.) von Vorteil ist. Es kann auch wichtig sein zu betonen, dass es hier nicht um Äußerlichkeiten geht (was gefällt mir an meinem Kopf: Frisur, Augen, o.ä.) sondern um Talente und Fertigkeiten.

„React against Violence“

Gruppengröße: bis zu 15

Dauer: etwa 30 Minuten

Material: PC mit Onlinezugang, großer Bildschirm oder Beamer, Audioboxen für den Ton

Anleitung: Den Burschen wird folgendes Video vorgespielt

„Reago Kundër Dhunës! React Against Violence!“, welches hier auf Youtube zu finden ist
<https://www.youtube.com/watch?v=yap1-rVlfec>)

Inhalt des Videos: Dieses Video ist in albanischer Sprache, die Handlung aber anhand der Bilder gut verständlich. Man sieht ein verliebtes Pärchen in einer Stadt, welches von einer Schauspielerin und einem Schauspieler verkörpert wird. Der Mann macht der Frau einen Heiratsantrag vor vielen Passanten, welche das Geschehen verfolgen und gespannt zuschauen. Als die Frau diesen Antrag nicht erwidert, wird der Mann aggressiv und ohrfeigt die Frau. Einige Passanten sind auch eingeweihte Schauspieler.

Übung: Die Übungsleitung spielt den Burschen das Video vor und stoppt es beim Heiratsantrag (ca. 1:50 Minuten), um dann die Burschen zu fragen, was sie glauben, worum es geht (wenn erforderlich erklärt man, dass es um einen Heiratsantrag geht) und wie es weitergehen könnte. Wenn man einige Ideen für eine mögliche Fortsetzung gemeinsam besprochen hat, kann man das Video weiterlaufen lassen und bei Minute 3:00 wieder stoppen. Dort wird der Heiratsantrag von der Frau abgelehnt. Nun soll mit den Burschen wieder besprochen werden, was wohl als nächstes passieren könnte. Nach der Diskussion über den weiteren Verlauf des Videos kann man es bis zum Ende abspielen.

Danach soll darüber diskutiert werden, wie die Situation anders verlaufen hätte können. Weiters kann man versuchen, die Perspektive der Frau, des Mannes und der Passanten einzunehmen und über ihr Verhalten zu diskutieren.

Auswertungsgesichtspunkte: Das Video kann sowohl in Richtung Umgang mit Emotionen wie Scham, Kränkung oder Bloß-Stellung ausgewertet werden, als auch hinsichtlich dem Selbstbestimmungsrecht von Frauen und Gewalt im Geschlechterverhältnis. Optimalerweise lassen sich diese beiden Elemente auch in der Diskussion miteinander verbinden.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Es kann leicht vorkommen, dass einige Burschen Albanisch sprechen und so das Video auch noch zusätzlich übersetzen können. In der Diskussion ist es wichtig, die Situation nicht als länderspezifisches Problem darzustellen, sondern dass Gewalt durch „enttäuschte“ und öffentlich gekränkte Männer überall vorkommen kann.

Arten der Diskriminierung

Gruppengröße: 3–20

Dauer: etwa 30 Minuten

Material: Arbeitsblatt „Arten der Diskriminierung“, Stifte

Anleitung: Diese Übung eignet sich dazu, Burschen verschiedene Formen von Diskriminierung und Abwertung sichtbar und erlebbar zu machen. Dazu werden die Begriffe Rassismus, Homophobie, Antisemitismus und Islamophobie auf das Flipchart geschrieben und kurz erläutert, etwa indem man erklärt, dass es bei Diskriminierung um Benachteiligung von Menschen geht auf Grund der Zugehörigkeit zu bestimmten Gruppen, die auf Grund von Vorurteilen und Stereotypen abgewertet und ausgegrenzt werden. Nun gibt man jeweils zwei Burschen gemeinsam ein Arbeitsblatt „Arten der Diskriminierung“ und bittet sie hier anzukreuzen, um welche Form von Diskriminierung es sich jeweils handelt. Anschließend werden die Situationen vorgelesen und die Antworten verglichen. Es kann auch diskutiert werden, ob man selbst schon einmal solche oder ähnliche Situationen beobachtet oder erlebt hat.

Auswertungsgesichtspunkte: Bei dieser Übung geht es sowohl darum, Diskriminierung zu erkennen, als auch generell bezüglich Diskriminierung zu sensibilisieren.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Wenn Burschen selbst solche oder ähnliche Situationen erlebt haben, kann es sehr wertvoll sein, hier Raum für je eigene Erzählungen und die eigene Betroffenheit aufzumachen.



ARBEITSBLATT „ARTEN DER DISKRIMINIERUNG“

Als Fatima am Sonntag gemeinsam mit 19 anderen jungen Frauen von der gemeinsamen Freundinnen-Reise aus Istanbul zurückkommt, fragt sie der Beamte bei der Passkontrolle, ob sie „**eh nicht zwangsverheiratet**“ wurde.

Was trifft zu? Rassismus Spaß Homophobie Antisemitismus
Sexismus nichts Gewalt Islamophobie

Einige ältere Frauen sitzen am Wochenende am Kinderspielplatz und passen auf ihre Enkel auf. Da sagt eine von ihnen über die 3-jährige Jalanda, die eine ganz dunkle Hautfarbe hat: „**Mah schau, so ein süßes Schokomausi!**“

Was trifft zu? Rassismus Spaß Homophobie Antisemitismus
Sexismus nichts Gewalt Islamophobie

Im Käfig im Musterpark spielen Burschen Fußball. Der 11-jährige Ali sagt zu seinem Freund, dem 10-jährigen Manfred: „**Du spielst ja wie ein Mädchen!**“

Was trifft zu? Rassismus Spaß Homophobie Antisemitismus
Sexismus nichts Gewalt Islamophobie

In einer Mittelschule in der Pause hat Lisa ihrem Schulklassenfreund Magomed einen Schlag auf seinem Kopf gegeben und gelacht. Magomed hat gesagt: „**Mach das nicht mehr!**“ Sie antwortet: „**Das war nur ein Spaß!**“

Was trifft zu? Rassismus Spaß Homophobie Antisemitismus
Sexismus nichts Gewalt Islamophobie

Eines Tages ist Markus mit einem auffälligen rosa T-Shirt zur Schule gegangen. Seine Schulfreunde haben ihn ausgelacht. Nina ist eine Freundin von der Schule und hat gefragt: „**Bist du schwul? Warum machst du das?**“

Was trifft zu? Rassismus Spaß Homophobie Antisemitismus
Sexismus nichts Gewalt Islamophobie

Im Unterricht hat eine Lehrerin Hakan gefragt: „**Was ist dein Lieblingsessen?**“ Hakan hat geantwortet: „**Schnitzel mit Kartoffelsalat.**“ Ein Schulfreund, der 12-jährige Norbert, hat zu ihm gesagt: „**Du bist kein echter Türke! Schnitzel isst der Österreicher! Du solltest Kebap sagen!**“ Norbert und die anderen Kinder haben Hakan ausgelacht. Norbert sagte: „**Das war nur ein Spaß!**“ Hakan ist ruhig geblieben und hat nichts gesagt.

Was trifft zu? Rassismus Spaß Homophobie Antisemitismus
Sexismus nichts Gewalt Islamophobie

Bei einer Anreise zu einem Auswärtsspiel riefen Fußballfans: „**Eine U-Bahn bauen wir von eurem Stadion bis nach Auschwitz!**“

Was trifft zu? Rassismus Spaß Homophobie Antisemitismus
Sexismus nichts Gewalt Islamophobie

Selbstreflexion zu Diskriminierung

Gruppengröße: 3–20

Dauer: Etwa 45–60 Minuten

Material: vier vorbereitete Flipcharts im Raum, Stifte

Anleitung: Im Vorfeld sollte mit den Burschen besprochen oder erarbeitet worden sein, was das Wort Diskriminierung bedeutet, etwa indem man erklärt, dass es bei Diskriminierung um Benachteiligung von Menschen geht auf Grund der Zugehörigkeit zu bestimmten Gruppen, die auf Grund von Vorurteilen und Stereotypen abgewertet und ausgegrenzt werden. Im Raum werden vier vorbereitete Flipchartbögen aufgehängt. Darauf stehen folgende Aussagen:

- Diese Diskriminierung habe ich beobachtet und etwas dagegen unternommen ...
- Diese Diskriminierung habe ich beobachtet und nichts dagegen unternommen ...
- Von dieser Diskriminierung war ich schon einmal selbst betroffen ...
- In dieser Situation habe ich selbst schon einmal jemanden diskriminiert ...

Die Burschen werden nun gebeten in 2er-Teams zu den Plakaten zu gehen und gemeinsam eigene Erfahrungen dazu festzuhalten. Wenn es sinnvoll erscheint, kann dies auch einzeln geschehen. Insgesamt ist dafür etwa 15 bis 20 Minuten Zeit. Anschließend werden die einzelnen Stationen besucht und besprochen, was hier geschrieben wurde.

Auswertungsgesichtspunkte: Diese Übung regt nicht nur dazu an, für Diskriminierungen zu sensibilisieren, sondern sich auch kritisch mit eigenen diskriminierenden Taten auseinanderzusetzen.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Bei dieser Übung können auch sehr persönliche Erlebnisse von Diskriminierungserfahrungen vorkommen, weshalb die Diskussion feinfühlig geführt werden sollte und ein gutes Gruppenklima wichtig ist.

Was wäre, wenn ...

Gruppengröße: bis zu 20

Zeit: 15–25 Minuten

Material: Flipchart und Stifte

Anleitung: Bei dieser Übung sollen die Burschen gemeinsam eine imaginäre Person erfinden. Bei größeren Gruppen kann man diese auch aufteilen und zB 4er-Gruppen bilden, die jeweils ein Flipchart und Stifte bekommen. Nun wird auf dem Flipchart ein Körperumriss gezeichnet, und gemeinsam mit der Gruppe ein Name für die fiktive Person ausgesucht (bzw. entsprechend erfolgt dies in den Kleingruppen). Dann sollen die Burschen der Person ein Alter geben, einen Beruf, Ausbildungstyp, Schultyp u.ä., wie viel Geld sie im Monat zur Verfügung hat, einen Musikgeschmack, Hobbys bzw. was die Person gerne in der Freizeit macht, eine Lieblingspeise, Einstellung zu Alkohol und Drogen und den Beziehungsstatus.

Wenn dazu verschiedene Angaben auf dem Flipchart notiert sind und die Person ausreichend sympathisch und witzig dargestellt ist, werden Fragen gestellt, was sich im Leben der Person (bezüglich Beruf, Hobby, Freizeit, Geld etc.) ändern würde wenn:

- sie ein anderes Geschlecht hätte;
- sie die sexuelle Orientierung wechseln würde (heterosexuell – homosexuell oder umgekehrt);
- sie HIV positiv wäre;
- sie den religiösen Glauben wechseln würde;
- sie das Opfer rassistisch motivierter Gewalt würde;
- sie eine angeborene körperliche oder geistige Behinderung hätte
- u.ä.m.

Auswertungsgesichtspunkte: Diese Übung kann helfen, sich in die Erfahrungen von Opfern von Diskriminierung einzufühlen und so einen wichtigen Beitrag zur Gewaltprävention leisten.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Meist gibt es einen deutlichen Wechsel zwischen dem ersten und dem zweiten Übungsteil – also jenem, wo es um die Veränderungen geht. Dafür sollten der Rahmen und Moment passen, damit man sich auf diesen Wechsel einlassen kann.

Schimpfwort-Landschaft

Gruppengröße: 5–20

Dauer: etwa 25 Minuten

Material: Haftnotiz-Zettel, Kugelschreiber, Flipchart und Stifte, Packpapier/Pinnwand

Anleitung: Bei dieser Übung bekommen die Burschen etwa 20–30 Haftnotiz-Zettel und einen Kugelschreiber. Anschließend werden sie gebeten alle Schimpfwörter, die sie untereinander austauschen bzw. voneinander hören, auf die Zettel zu schreiben. Auf jeden Haftnotiz-Zettel kommt dabei ein Wort. Jeder soll erst einmal etwa 5 – 10 Minuten für sich selbst nachdenken und aufschreiben. Anschließend bittet die Gruppenleitung die Burschen die Schimpfwörter den folgenden Kategorien zuzuordnen, die auf einem Flipchart oder einem Packpapier auf einer Pinnwand vorbereitet sind:

- Lustige Schimpfwörter
- Harmlose Schimpfwörter
- Schlimme Schimpfwörter
- Diskriminierende Schimpfwörter
- Schimpfwörter gegen eine konkrete Person

Anschließend kann die Schimpfwortlandschaft diskutiert und gemeinsam überlegt werden, in welcher Kategorie es am meisten gibt u.a.m. Zum Abschluss kann die Gruppenleitung noch ein zweites Flipchart (o.ä.) bereitstellen, auf dem die Burschen jene Schimpfwörter von der Landschaft kleben sollen, die sie am liebsten nicht mehr hören wollen. Auch dies kann dann abschließend gemeinsam betrachtet werden und evt. ein Deal für die kommende Zeit beschlossen werden, dass alle Burschen versuchen darauf Rücksicht zu nehmen.

Auswertungsgesichtspunkte: Mit dieser Übung wird die Sensibilisierung für Sprache und Gewalt gut erfahrbar. Es ist wichtig, dass die Wertung, was als ‚lustig‘ oder ‚schlimm‘ gesehen wird, von den Burschen selbst kommt, auch wenn dies aus Sicht der Gruppenleitung anders gesehen wird.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Je mehr Burschen, die regelmäßig an der offenen Jugendarbeit teilnehmen, desto besser lässt sich damit das Schimpf-Klima im offenen Betrieb zum Thema machen. Es ist auch gut möglich, hier die Mädchen (Mädchenarbeit) in diese Übung miteinzubeziehen.

Ampel der Gewalt

Gruppengröße: 5–20

Dauer: etwa 20 Minuten

Material: je ein A4-Blatt in Rot, Gelb und Grün, Klebeband, Ampelbeispiele

Anleitung: Die Gruppenleitung legt die drei Blätter mit ein wenig Abstand gemäß einer Ampel auf den Boden: Rot, Gelb und Grün. Anschließend bittet sie die Burschen aufzustehen und sich bei den folgenden Beispielen wie auf einer Ampel zu positionieren, ob dieses Verhalten als Gewalt abzulehnen ist (rote Ampelfarbe/rotes A4-Blatt), ob es nicht eindeutig ist (gelbe Ampelfarbe/gelbes A4-Blatt) oder ob das völlig in Ordnung ist (grüne Ampelfarbe/grünes A4-Blatt). Anschließend liest die Gruppenleitung einige Beispiele vor, die Burschen positionieren sich, bei unterschiedlichen Meinungen kann nachgefragt und diskutiert werden.

Mögliche Beispiele dazu sind:

- Zwei Boxer kämpfen um den WM-Titel.
- Ein Politiker droht mit Krieg.
- Ein Bursche schlägt einen anderen, damit er Respekt vor ihm bekommt.
- Ein Mädchen gibt ihrem Freund eine Ohrfeige, weil er jemanden anderen geküsst hat.
- Im Fernsehen läuft eine Dokumentation, wo echte Morde nachgestellt werden.
- Ein schwules Pärchen wird von Passanten angespuckt.
- Eine Journalistin wird mit Mord bedroht.
- Jemand droht sich umzubringen, wenn die Partnerin ihn verlässt.

Auswertungsgesichtspunkte: Mit dieser Übung können gemeinsam mit Burschen Kriterien dafür erarbeitet werden, wodurch und wie sie Gewalt legitimiert sehen.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Je nach Gruppe und relevantem Thema lassen sich auch sehr gut selbst Beispiele finden bzw. können auch die Burschen miteinbezogen werden, selbst Statements abzufragen.

Was glaubst Du, wer Du bist ...?

Gruppengröße: 3–15

Dauer: ca. 15–20 Minuten

Material: PC mit Online Zugang, großer Bildschirm, Lautsprecher, Plakat, Stifte

Anleitung: Die Gruppenleitung sammelt mit den Burschen, welche Vorurteile sie kennen, die es gegenüber Mädchen und Frauen gibt. Anschließend wird die Gruppe gebeten sich zu überlegen, welche Auswirkungen das auf das alltägliche Leben von Mädchen und Frauen haben könnte. Dies wird zB auf einem Plakat mitgeschrieben.

Danach wird mit der Gruppe das Video „Was glaubst du, wer du bist?“ (produziert von Heroes Duisburg) unter

<https://www.youtube.com/watch?v=HZE2UmknUFM>

angesehen. Die Burschen sollen nun vergleichen, welche Einschränkungen im Alltag sie selbst gefunden haben, und von welchen Einschränkungen die Mädchen und Frauen im Video berichten.

In einer Abschlussrunde kann noch besprochen werden, welchen Beitrag Jungen und Männer für ein gleichberechtigtes Verhältnis von Frauen und Männern leisten können.

Auswertungsgesichtspunkte: Die Frage nach Vorurteilen gegenüber Mädchen und Frauen zuerst aus der Innenperspektive und anschließend aus der Außenperspektive bietet die Chance für die Burschen sich in den eigenen Wahrnehmungen überraschen zu lassen. In der Folge können viele Themen aus dem Bereich Gleichstellung und Geschlechterdemokratie besprochen werden.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Diese Übung kann, wenn es passt, auch parallel mit Mädchen gemacht werden um anschließend die Plakate zu vergleichen. Eine Diskussion der beiden Geschlechtergruppen bedarf dann ausreichend Zeit und einer engagierten Moderation.

Medienkompetenz

Gerüchteküche

Gruppengröße: ab 6

Dauer: 20–30 Minuten

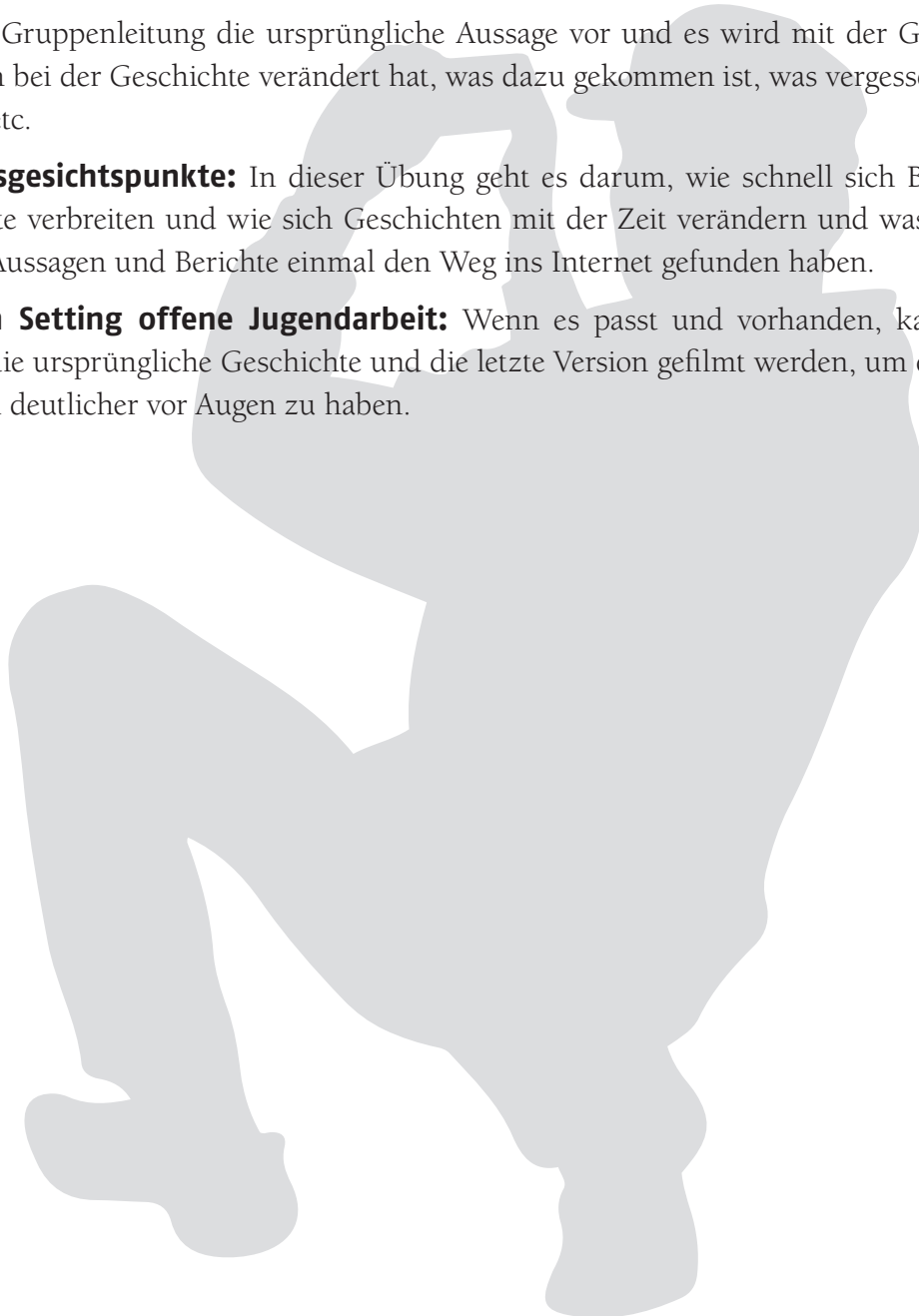
Material: Arbeitsblatt „In der Garage“; ein Raum mit Türe

Anleitung: Die Burschen werden gebeten aus dem Raum zu gehen und auf Anweisung einer nach dem anderen in den Raum zu kommen. Die Gruppenleitung sagt dem ersten Burschen, dass er ihm jetzt eine Zeugenaussage vorlesen wird und er soll diese dem nächsten Burschen nacherzählen. Dann liest die Gruppenleitung die Fallgeschichte vor. Der Bursche erzählt die Geschichte dem nächsten, der in den Raum kommt usw. Wenn der letzte Bursche im Raum ist und die Geschichte vom vorhergehenden Burschen gehört hat, hat er die Aufgabe, sich vor die Gruppe zu stellen und die Zeugenaussage so wiederzugeben, als ob er sie für seinen Youtube Kanal aufnimmt.

Nun liest die Gruppenleitung die ursprüngliche Aussage vor und es wird mit der Gruppe besprochen, was sich bei der Geschichte verändert hat, was dazu gekommen ist, was vergessen wurde, sich geändert hat etc.

Auswertungsgesichtspunkte: In dieser Übung geht es darum, wie schnell sich Berichte verändern, Gerüchte verbreiten und wie sich Geschichten mit der Zeit verändern und was es ausmacht, wenn solche Aussagen und Berichte einmal den Weg ins Internet gefunden haben.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Wenn es passt und vorhanden, kann bei dieser Übung auch die ursprüngliche Geschichte und die letzte Version gefilmt werden, um den möglichen Kontrast noch deutlicher vor Augen zu haben.



ARBEITSBLATT „IN DER GARAGE“

Am vergangenen Freitag bin ich, Alexejewitsch Musterhubermüller, nach der Arbeit mit dem Auto für das Wochenende zum Einkaufen gefahren. Ich wollte für die Geburtstagsparty meines Sohnes Getränke, Chips und was zum Grillen kaufen. Leider war ein großer Stau auf der Tangente und ich war mit den Nerven schon am Ende, als ich endlich am Supermarkt angekommen bin. In der Tiefgarage war auch viel los und ich war froh, als mir eine nette Frau, die ausgeparkt hat, ihren Parkplatz überlassen hat. Als ich einparke, sehe ich im Rückspiegel, wie ein lautstark telefonierender Mann mit Glatze beinahe einen dunkelhäutigen Mann umrennt, der mir fast ins Auto stolpert. Als ich in der Parklücke drinnen bin, höre ich plötzlich einen lauten Knall. Ich steige schnell aus dem Auto aus und sehe, dass jemand am Boden liegt. Mehrere Leute stehen um die Person herum und alles sieht irgendwie nass aus. Da höre ich auch schon eine Sirene von einem Einsatzwagen – das tut ordentlich in den Ohren weh. Ich will mit der Sache nichts zu tun haben und verschwinde schnell ins Geschäft.

Video Analyse

Gruppengröße: 3–15

Dauer: 30–45 Minuten

Material: rote Kärtchen, Internetanschluss, Bildschirm, Lautsprecher, Flipchart und Stifte

Anleitung: Die Gruppenleitung kündigt der Gruppe an, dass sie sich heute gemeinsam einige Musikvideos ansehen werden. Dabei sollen die Burschen Musikvideos auswählen, in denen Gewalt vorkommt oder die sie als besonders aggressiv empfinden.

In der Gruppe werden nun die Videos angesehen. Anschließend werden die Burschen gebeten darüber nachzudenken, welche Textpassagen oder Bilder zum Thema Gewalt oder Aggression ihnen in Erinnerung geblieben sind. Die Gruppenleitung sammelt die Nennungen. Gemeinsam sieht man sich das Video ein zweites Mal an und stoppt jeweils bei den genannten Stellen. Bei den Stopps wird jeweils auf dem Flipchart in entsprechenden Spalten festgehalten:

- Geht es hier um eine leichte, schwere oder extreme Form von Aggression und Gewalt?
- Wird diese Aggression/Gewalt verurteilt, neutral, positiv oder mehrdeutig dargestellt?
- Was ist das Motiv für diese Aggression/Gewalt: Schutz anderer/legitime Gewalt; das Erreichen eigener Ziele; ideologisches, religiöses, sexuelles Motiv?

BEISPIELTABELLE FÜR DAS FLIPCHART:

Gewalt und Aggression „Video XY“

Art:

leicht

schwer

extrem

Darstellung:

verurteilt

neutral

positiv

mehrdeutig

Motiv:

Schutz anderer/legitim

erreichen eigener Ziele

ideologisches/religiöses/sexuelles Motiv

Anschließend kann diskutiert werden, was die Aussage des Videos insgesamt ist, und ob sich durch die genaue Betrachtung der dargestellten Aggression/Gewalt etwas an der Beurteilung des Musikvideos verändert. Es kann auch diskutiert werden, ob der Song und das Video mit weniger Gewalt/Aggression den gleichen Erfolg oder Bekanntheitsgrad hätte.

Auswertungsgesichtspunkte: In dieser Übung sollen die Burschen einen genaueren Blick auf gewalthaltige Musikvideos werfen und selbst beurteilen, welche Formen von Aggression und Gewalt darin als legitim oder positiv dargestellt werden.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Die genaue Analyse mit dem jeweiligen Stoppen und Beurteilen kann etwas langatmig sein, es ist auch möglich, die Auswertung gleich anhand der jeweils erinnerten Aggression/Gewalt durchzuführen.

Tube-Rules

Gruppengröße: 3–15

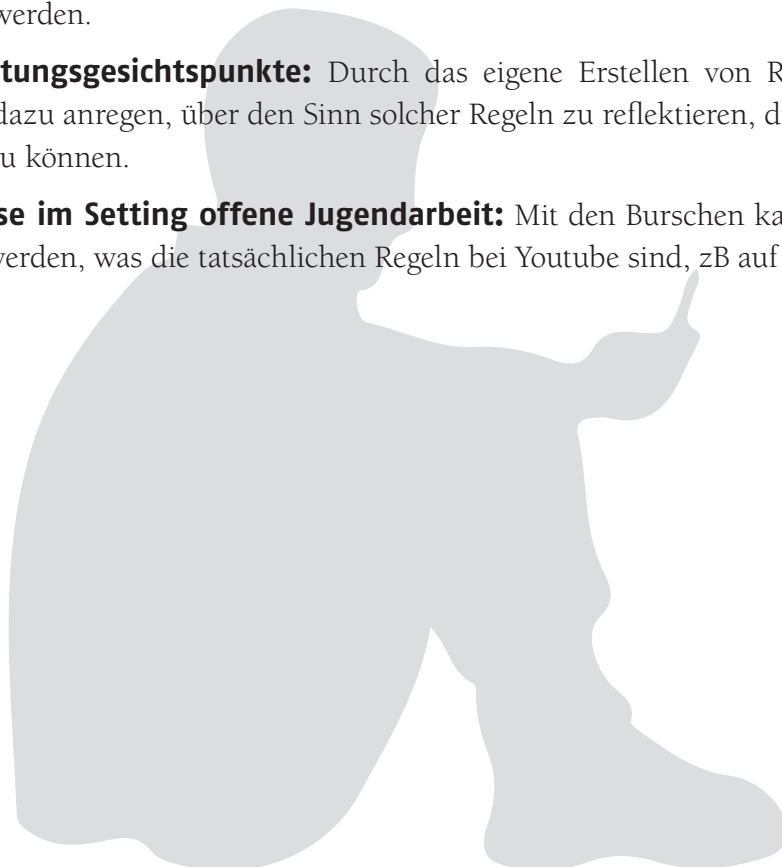
Dauer: 15–20 Minuten

Material: Flipchart und Stifte

Anleitung: Die Gruppenleitung erkundigt sich in einer offenen Runde bei den Burschen, wie oft sie auf Youtube surfen, welche Videos sie sich gerne ansehen, ob sie etwas abonniert haben etc. Die Fragen werden um den Aspekt erweitert, ob sie schon einmal etwas gesehen haben, was sie schockiert hat, oder geärgert hat, oder wobei sie sich gedacht haben, das sollte man nicht auf Youtube zeigen. Nun bekommen die Burschen die Aufgabe sich vorzustellen, sie könnten die Regeln festlegen, was auf Youtube gezeigt werden soll und was nicht. Welche Regeln würden sie aufstellen? Was sollte erlaubt sein? Was sollte verboten sein? Diese Diskussion kann, wenn es passt, auch auf einem Flipchart dokumentiert oder in Kleingruppen bearbeitet werden, wobei die Ergebnisse danach gemeinsam diskutiert werden.

Auswertungsgesichtspunkte: Durch das eigene Erstellen von Regeln und Normen soll diese Übung dazu anregen, über den Sinn solcher Regeln zu reflektieren, diese aber auch kritisch in Frage stellen zu können.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Mit den Burschen kann auch ein Realitätscheck gemacht werden, was die tatsächlichen Regeln bei Youtube sind, zB auf saferinternet.at.



Cybermobbing

Gruppengröße: 3–15

Dauer: 15–20 Minuten

Material: PC mit Online Zugang, großer Bildschirm, Lautsprecher

Anleitung:

Gemeinsam mit den Burschen wird folgender Film zum Thema Cybermobbing angesehen. Darin berichtet eine Mutter, wie ihr Sohn Joel auf Grund von Cybermobbing Selbstmord begangen hat.

Cyber Mobbing „Setze ein Zeichen“

<https://www.youtube.com/watch?v=xluu-IpyVS0>

Anschließend kann mit den Burschen diskutiert werden, zu Fragen wie etwa:

- Was denkst du über den Film?
- Was ist die Botschaft der Mutter im Film?
- Ist Cybermobbing auch in Österreich strafbar?
- Wo kann man Hilfe bekommen, wenn man von Cybermobbing betroffen ist?

(Ja, nähere Infos dazu hier: https://www.oesterreich.gv.at/themen/bildung_und_neue_medien/internet_und_handy___sicher_durch_die_digitale_welt/3/3/Seite.1720229.html)

Auswertungsgesichtspunkte: Der Film bietet auf Grund des Berichtes der Mutter einen sofort verständlichen und sehr betroffen machenden Einstieg ins Thema Cybermobbing.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Im Vorfeld sollte die Befindlichkeit der Burschen bekannt sein und diesen auch mitgeteilt werden, dass der folgende Film sehr betroffen machen kann. Es muss jederzeit möglich sein, den Raum auch zu verlassen.

No Hate Speech

Gruppengröße: 3–15

Dauer: 15–20 Minuten

Material: PC mit Onlinezugang, großer Bildschirm, Lautsprecher

Anleitung:

Gemeinsam mit den Burschen wird folgender Film zum Thema Hate Speech angesehen.

No Hate Speech #makelovegreatagain

<https://www.youtube.com/watch?v=B0TvsTeksGk>

Anschließend kann mit den Burschen diskutiert werden, zu Fragen wie etwa:

- Was erzählt das Video von Yascha und Magda?
- Hast du den Begriff „Hate Speech“ schon einmal gehört? Was bedeutet der Begriff?
- Welche Nachrichten erhält Magda?

- Wie würdest du dich an der Stelle von Magda fühlen?
- Wie reagiert Yascha auf die Nachrichten?
- Kennst du jemanden, der auch schon mal solche Nachrichten bekommen hat?
- Wie hat er/sie darauf reagiert?
- Wen würdest du um Hilfe bitten, wenn du mit Hate Speech Nachrichten bombardiert wirst?
- u.v.a.m.

Auswertungsgesichtspunkte: Der Film macht das Thema Hate Speech sehr gut im Kontext Dating anschaulich. Dabei können auch weitere Themen wie Vorurteile, Rassismus, Sexismus etc. anhand des Videos besprochen werden.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Wenn der Bildschirm klein ist oder die Jugendlichen nicht so gut oder schnell mitlesen können, kann es hilfreich sein, den Film noch ein paar Mal anzusehen und immer wieder anzuhalten, damit alles gut verständlich ist.

Computer Spielsucht

Gruppengröße: 3–15

Dauer: 15–20 Minuten

Material: PC mit Onlinezugang, großer Bildschirm, Lautsprecher

Anleitung: Gemeinsam mit den Burschen wird folgender Film angesehen, bei dem Laslo über seine Computerspielsucht und die daraus resultierenden Folgen spricht:

Computerspielsucht – Brutale Realität

<https://www.youtube.com/watch?v=yir5RazuKe8>

Anschließend kann mit den Burschen diskutiert werden, zu Fragen wie etwa:

- Was denkst du über Laslos Geschichte?
- Glaubst du es gibt auch andere Burschen, denen es so geht?
- Woran würdest du selbst merken, dass du zu viele Computerspiele spielst?
- Hast du Freunde oder Freundinnen, bei denen du dir Sorgen machst, es könnte schon ‚zu viel‘ sein?
- Hattest du schon mal mit deinen Eltern Streit wegen zu viel Gamen?
- u.v.a.m.

Auswertungsgesichtspunkte: Die Dokumentation macht einen Einstieg zum Thema Computerspielsucht möglich und zeigt damit verbundene Probleme, Frühwarnzeichen etc.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Es ist wichtig, den Zeitpunkt für diese Übung gut zu wählen, damit es nicht zu belehrend wirkt oder ein „pädagogischer Auftrag der Eltern“ vermutet wird.

Sexualität und Verhütung

Liebe und Sex Quiz

Gruppengröße: 5–20

Dauer: 20–30 Minuten

Material: grüne und rote Kärtchen, Sex-Quiz-Fragen (s.u.)

Anleitung: Bei dieser Übung bekommt jeder Bursche ein rotes und grünes Kärtchen. Anschließend wird jeweils einem Burschen eine der Quizfragen gestellt, er soll seine Antwort abgeben. Danach wird die Gruppe gefragt, wer auch so geantwortet hätte (Heben des grünen Kärtchens) oder wer anderer Meinung ist (Heben des roten Kärtchens). Wenn es unterschiedliche Meinungen gibt, kann nachgefragt werden, die Gruppe kann gemeinsam zu einer Lösung kommen etc. Die unten angeführten Fragen sind als mögliche Beispiele gedacht, die Fragen und Themen können je nach Gruppe angepasst werden.

Auswertungsgesichtspunkte: Bei diesem Quiz können die Burschen spielerisch ihr eigenes Wissen prüfen. Darüber hinaus eignen sich viele der Fragen auch zur Bearbeitung männlicher Rollenerwartungen in puncto Sexualität, gewaltpräventiven Aspekten etc.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Die ersten Fragen sollten nach Möglichkeit keine Wissensfragen sein, sondern eher persönliche Einschätzungen betreffen (zB Wer hat mehr Spaß beim Sex, Männer oder Frauen?). So erhält man meist gleich zu Beginn eine breitere Palette an grünen und roten Kärtchen und fördert eine Gruppendynamik, die es erlaubt, sich auch gegen die Meinung anderer zu stellen. Wenn in der Gruppe Burschen sind, denen das direkte Ansprechen sexuell bezogener Inhalte sehr unangenehm ist, ist es wichtig, sensibel darauf einzugehen und möglicherweise den gesundheitlich-medizinischen Hintergrund stärker in den Vordergrund zu stellen.

Mögliche Fragen für das Sex Quiz:

- Wer hat mehr Spaß beim Sex, Männer oder Frauen?
- Ist die Länge des Penis wichtig für die Lust der Frau?
- Welche Aufgabe hat die Prostata?
- Aus welchem Grund haben Burschen häufig eine morgendliche Erektion?
- Was ist, wenn du Geschlechtsverkehr hast, aber keinen Orgasmus bekommst?
- Mit welchem Körperteil kann der Mann jemand anderem am Besten Lust bereiten?
- Was wäre, wenn es in einer Gesellschaft keine Verhütungsmittel gäbe?
- Kann man aus Pornofilmen lernen, wie Sex funktioniert?
- Weshalb gibt es bei Pornographie Schutzbestimmungen und eine Altersfreigabe?
- Ist Selbstbefriedigung schädlich?
- Kann man sich beim Küssen mit HIV anstecken?
- Du hast eine Freundin. Ein anderes Mädchen signalisiert dir, dass sie mit dir schlafen möchte. Was machst du?
- Was machst du, wenn du dich in ein Mädchen verliebt hast, aber du dich nicht traust es ihr zu sagen?

- Was machst du, wenn dein bester Freund dir deine Freundin ausspannt?
- Wie reagierst du, wenn sich deine Freunde über das Aussehen deiner Freundin lustig machen?
- Was machst du, wenn du siehst, dass ein Mädchen begrabscht wird?
- Was machst du, wenn dein bester Freund dir sagt, dass er sich in einen anderen Jungen verliebt hat?
- u.v.a.m.

So einfach wie Tee

Gruppengröße: bis zu 20

Dauer: 20–30 Minuten

Material: PC mit Onlinezugang, großer Bildschirm, Lautsprecher

Anleitung: Die Gruppenleitung spielt den Burschen folgenden Clip auf Youtube vor:

Beidseitiges Einverständnis – so einfach wie Tee

<https://www.youtube.com/watch?v=2ovcQgIN5G4>

Danach fragt man die Burschen, was sie in dem Video gesehen haben, um überprüfen, ob die Botschaft des Videos angekommen ist. Es sollte ein vertrauter Rahmen vorhanden sein, um die Fragen und Themen zu besprechen, keiner muss etwas Persönliches von sich erzählen.

Mit folgenden Fragen könnte man die Diskussion weiterführen:

- Gilt das beiderseitige Einverständnis nur beim Sex oder auch in anderen Situationen (zB Mutproben, Alkoholkonsum, Gruppenzwang)?
- Wie könnten beim Thema Sex Missverständnisse entstehen bzw. vermieden werden?
- Ist kein klares „Nein“ bereits ein „Ja“?
- Was könnte einen daran hindern „Nein“ zu sagen?
- An wen wende ich mich, wenn mein „Nein“ nicht akzeptiert wird?
- Warum ist es manchmal schwer sich Hilfe zu holen?
- Wer ist schuld, wenn beide zu viel getrunken haben und nicht mehr entscheidungsfähig waren?
- Kann eine solche Situation auch einem Burschen passieren oder sind davon nur Mädchen betroffen?
- Wie vermittele ich meine Grenzen selbstbewusst, damit diese auch wahrgenommen werden?

Auswertungsgesichtspunkte: Das Video dient zur Sensibilisierung des beiderseitigen Einverständnisses bezogen auf das Thema Sexualität und Grenzen. Eventuell kann man hier versuchen, weitere Genderstereotypen anzusprechen und zum Thema machen, wie es ist, wenn ein Mann kein Einverständnis gibt und auch wie es unter Burschen (Sportvereine, Schule) zu Übergriffen kommen kann.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Wenn es passt, können die Burschen auch selbst Fallbeispiele bringen, wo und wann sie schon mal in unklaren Situationen waren.

Sexualpädagogischer Stationenbetrieb

Gruppengröße: offen

Dauer: ein Nachmittag/Abend

Material: Sexualpädagogische Aufklärungsmaterialien je nach Themengebiet

Anleitung: Es werden Stationen mit verschiedenen sexualpädagogischen Themenschwerpunkte aufgestellt. Die Burschen können die Stationen besuchen und sich untereinander oder mit einer Person austauschen, die bei der Station fix vor Ort ist (vor allem wenn die Materialien nicht selbsterklärend sind).

Beispiele für Themengebiete:

- Grafiken bzw. Modelle des weiblichen und männlichen Geschlechts (Anatomie, Pflege, Krankheiten, Verletzungen, Pubertät – was verändert sich)
- Verhütungsmittel eventuell mit Kondomtraining
- Sexuell übertragbare Krankheiten (STD)
- Liebe und Beziehung (zB Was in einer Beziehung wichtig ist, was erwarten die Partner gegenseitig voneinander etc.)
- Rechtliches und Gesetze (zB Informationen über Altersbeschränkungen bei sexuellen Beziehungen, ab wann Pornografie konsumiert werden darf, usw ...)

Auswertungsgesichtspunkte: Die Jugendlichen bewegen sich dabei frei im offenen Jugendzentrum und besuchen nach Belieben die Stationen und holen sich dort Informationen bzw. stellen spezifische Fragen. So können Burschen selbst bestimmen, zu welchem Thema sie mehr wissen möchten.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Der Vorteil ist hier, dass man sowohl in einer vertrauten Gruppe als auch allein die Stationen besuchen kann, was die Hemmschwellen senkt, das Angebot nach eigenem Tempo, Zugang und Interesse zu nutzen.

Amors Pfeil

Gruppengröße: 7–15

Dauer: 10–15 Minuten

Material: Sesselkreis

Anleitung: Es wird ein Sesselkreis vorbereitet, wobei ein Sessel weniger vorhanden ist als Burschen anwesend sind. Nun stellt sich ein Bursche in die Mitte, macht eine Aussage zum Thema Liebe und Sexualität, die er selbst mit „JA“ beantworten kann. Er beginnt diesen Satz mit: „Amors Pfeil trifft alle, die ...“. Alle, die diese Frage ebenso mit „JA“ beantworten können, müssen nun den Sitzplatz wechseln, der Teilnehmer in der Mitte versucht ebenfalls einen Sitzplatz zu bekommen. Wer keinen Sitzplatz bekommen hat, steht in der Mitte und macht die nächste Aussage, beginnend mit „Amors Pfeil trifft alle, die ...“ usw.

Auswertungsgesichtspunkte: Diese Übung ist auflockernd und sehr aktivierend. Gleichzeitig können die Burschen bei dem einen oder anderen Thema austesten, ob es anderen auch so geht wie ihnen selbst.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Wenn dem Burschen in der Mitte spontan nichts einfällt, kann die Gruppenleitung unterstützen eine Aussage zu finden.

Sex-Schatztruhe

Gruppengröße: bis zu 15

Zeit: etwa 30 Minuten

Material: Verhütungsmittel/Quiz Gegenstände (s.u.), Tasche/Schwarzer Sack o.ä.

Anleitung: Zur Vermittlung und Entdeckung von Verhütungsmitteln wird eine Tasche/ein schwarzer Sack mit verschiedenen Verhütungsmitteln und sexassoziierten Gegenständen vorbereitet. Jeweils ein Bursche ertastet einen Gegenstand und hat die Aufgabe zu erraten, worum es sich handelt. Zusätzlich soll er erklären, welchen Zusammenhang dieser Gegenstand in Bezug auf Liebe und Sex hat. Anschließend wird der Gegenstand aus dem Sack genommen und es können in der Gruppe weitere Aspekte dazu gemeinsam besprochen werden.

Mögliche Inhalte könnten sein: Kondom, Feder, DVD, Parfum, Buch, Foto, Ring, Tampon, Binde, Spirale, Zahnbürste, Lippenstift, Pille, Rasierer, Brief, Kunstblume, Taschentücher, Kalender, Schnuller u.v.a.m.

Auswertungsgesichtspunkte: Mit dieser Übung können viele Themenbereiche in Bezug auf Liebe und Sexualität behandelt werden. Dies kann wissens- und faktenbasierte Informationen ebenso beinhalten, wie soziale und emotionale Kompetenz, soft skills im Beziehungsleben etc.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Da für manche Jugendliche einige Gegenstände neu und unbekannt sind, kann die Atmosphäre auch sehr ausgelassen werden. Hier ist es wichtig, mit einer gelassenen und wertschätzenden Haltung auch mit Blödeleien etc. umzugehen.

Sexwecan

Gruppengröße: bis zu 15

Zeit: je Filmteil etwa 30 Minuten

Material: PC mit Onlinezugang, großer Bildschirm, Lautsprecher

Anleitung: Gemeinsam mit den Burschen werden die folgenden drei Teile des Videos „Sex, we can!?“ angesehen. Anschließend können die Burschen miteinander oder der Gruppenleitung diskutieren, wo es Fragen gibt, was ihnen realistisch/unrealistisch vorkommt, was sie lustig fanden, was sie noch vermisst haben etc.

Sex, we can?! #1 – Sophie und David verlieben sich

https://www.youtube.com/watch?v=Thl0ywCfW_s

Sex, we can?! #2 – Kleine und große Missverständnisse

<https://www.youtube.com/watch?v=UGNOblfkX84>

Sex, we can?! #3 – Phantasie und Realität

<https://www.youtube.com/watch?v=gN6b93QOABQ>

Auswertungsgesichtspunkte: Dieser Film bearbeitet viele Themen rund um das „Erste Mal“, sich verlieben, Unsicherheiten im Umgang mit Sexualität, Körpernormen, u.v.a.m. Es empfiehlt sich den Film im Vorfeld anzusehen, um sich auf allfällige Themen und Eindrücke besser vorbereiten zu können. Ob das Setting geschlechts-homogen oder im Cross-Work erfolgt, sollte ebenfalls im Vorfeld gut überlegt sein.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Für das gemeinsame Ansehen müssen das Setting und die Gruppenkonstellation stimmig sein, damit ausreichend Konzentration vorhanden ist.

Körperideale, Ernährung und Co

Guter Rat ...?

Gruppengröße: 5–15

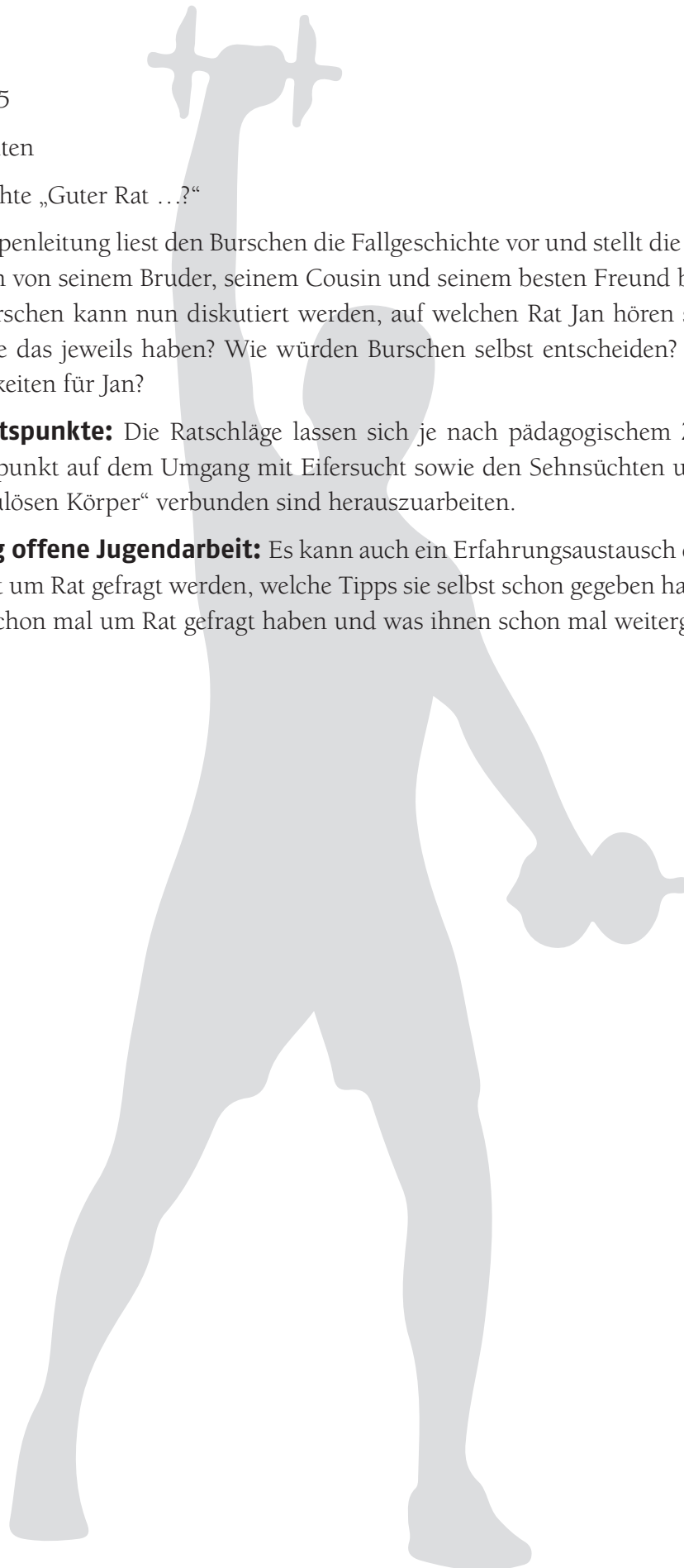
Dauer: etwa 20 Minuten

Material: Fallgeschichte „Guter Rat ...?“

Anleitung: Die Gruppenleitung liest den Burschen die Fallgeschichte vor und stellt die drei Lösungsvorschläge vor, die Jan von seinem Bruder, seinem Cousin und seinem besten Freund bekommt. Gemeinsam mit den Burschen kann nun diskutiert werden, auf welchen Rat Jan hören sollte. Welche Konsequenzen könnte das jeweils haben? Wie würden Burschen selbst entscheiden? Gäbe es auch noch andere Möglichkeiten für Jan?

Auswertungsgesichtspunkte: Die Ratschläge lassen sich je nach pädagogischem Ziel variieren. Hier liegt der Schwerpunkt auf dem Umgang mit Eifersucht sowie den Sehnsüchten und Fantasien, die mit einem „muskulösen Körper“ verbunden sind herauszuarbeiten.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Es kann auch ein Erfahrungsaustausch dazu erfolgen, ob die Burschen selbst um Rat gefragt werden, welche Tipps sie selbst schon gegeben haben oder aber auch, wen sie selbst schon mal um Rat gefragt haben und was ihnen schon mal weitergeholfen hat.



FALLGESCHICHTE „GUTER RAT ...?“

Jan ist 17 Jahre alt und hat nach längerer Suche endlich eine Lehrstelle gefunden, die ihm auch Spaß macht. Er kommt mit seinen Kollegen gut aus und hat endlich auch eigenes Geld, um ins Fitness-Center zu gehen. Jan hatte immer schon das Gefühl, dass er etwas für seinen Körper machen sollte, er kommt sich viel zu dünn und wenig muskulös vor. Seit drei Monaten ist Jan mit Lina zusammen und hat sie wirklich sehr gern. In den letzten Wochen hatte er aber das Gefühl, dass Lina nicht mehr so viel Zeit für ihn hat, auch ihre Nachrichten am Handy sind seltener und kürzer als sonst. Da Jan mit Arbeit und Fitness-Programm sehr eingedeckt ist und nicht so viel Zeit hat, sehen sie einander außerdem kaum noch. Jan macht sich Sorgen deshalb. Er erzählt das seinem besten Freund, seinem Bruder und seinem Cousin. Dabei erhält er sehr unterschiedliche Ratschläge. Auf welchen Ratschlag sollte Jan hören? Was würdest du an seiner Stelle tun?

Bester Freund: Er meint, Jan soll sich keine Sorgen machen. Er kennt das von Frauen, die spinnen halt von Zeit zu Zeit, aber irgendwann kriegen sie sich schon wieder ein. Außerdem kennt er jemanden, der in der Nähe von Lina wohnt und sie heimlich beschatten, oder auch Test-flirten könnte, um herauszufinden, ob sie noch treu ist.

Bruder: Er meint, dass das kein Wunder sei, dass Lina das Interesse verliert, weil er wirklich sehr schwächling ist und im Vergleich zu anderen Burschen viel zu wenig Muskeln hat. Lina schaut sich bestimmt schon längst nach besser aussehenden Burschen um. Er meint, dass das mit dem Fitness-Center zu lange dauert, wenn er nicht ein wenig nachhilft. Er kennt einen Freund, der ihm Präparate geben kann, damit das mit den Muskeln schneller funktioniert. Damit wird er Lina sicher beeindrucken können.

Cousin: Er fragt, ob Jan schon mit Lina persönlich darüber gesprochen hat, wie es ihm geht und was ihn in letzter Zeit irritiert. In einer Beziehung muss man sich immer wieder Zeit nehmen miteinander zu reden, vielleicht ist ja Lina auch sauer wegen etwas und traut es sich nicht Jan zu sagen. Er meint, Jan soll Lina eine Nachricht schreiben, dass er sie möglichst bald treffen möchte, weil er etwas Wichtiges mit ihr besprechen will.

Burger-Mania

Gruppengröße: 5–15

Dauer: Planungs-Workshop, Kochaktion einen Nachmittag/Abend, evt. gemeinsames Einkaufen zuvor

Material: Koch/Grill-Möglichkeit, Rezepte, Burger-Masse mit Fleisch und/oder vegetarisch, Rezept Ketchup

Anleitung: Bei dieser Übung bzw. Aktion werden mit den Burschen Burger selbst gemacht. Bis auf das Gebäck werden dabei nach Möglichkeit alle Zutaten selbst hergestellt. Dazu kann in einem vorbereitenden Workshop gefragt werden, wer gerne Burger isst, wo er diesen am liebsten isst usw. Meist besteht eine gute Motivation bei den Burschen, mit ihnen gemeinsam selbst Burger herzustellen. Ein besonderes Highlight kann neben dem Würzen und Vorbereiten der Fleischmasse bzw. einer vegetarischen Version das eigene Herstellen von Ketchup sein. Auch das Planen des Einkaufs oder die Rollenverteilung der Aufgaben kann mit den Burschen erarbeitet werden (zB Wer schneidet Tomaten, Gurken, Zwiebel? Wer bereitet den Salat vor? Wer bereitet das Faschierte zu? Wer bereitet das Ketchup zu? Wer brät an? etc.). Die Dynamik am Tag der Kochaktion selbst zieht zu meist viele Besucher_innen an und ist ein besonderes Highlight.

Auswertungsgesichtspunkte: Die Kochaktion bietet für viele Themen Anknüpfungspunkte. Das reicht von Ernährung im Alltag, Ernährung und Sport, Erhöhung der Selbstwirksamkeit, bis hin zu Geschlechterrollen („Wer kocht bei euch daheim?“; „Ist Kochen auch Männersache?“), Caring Masculinities/Fürsorgliche Männlichkeit oder gewaltpräventiver Vertrauensarbeit (achtsamer Umgang mit Messern etc.). Durch die Dauer der gemeinsamen Aktivität lassen sich diese Themen auch sehr gut fließend und vertiefend bearbeiten.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Besonders das eigene Herstellen von Ketchup war im Projekt für viele Burschen spannend. Hier wurden fallweise spontan andere Besucher_innen zu einer Blindverkostung zum Vergleich von selbst gemachtem Ketchup zu jenem aus dem Supermarkt aufgefordert und eingeladen. Der Stolz auf ein gut schmeckendes Produkt war den Burschen deutlich anzumerken.

Anabolika Quiz

Gruppengröße: 5–15

Dauer: etwa 20 Minuten

Material: Arbeitsblatt „Anabolika Quiz“

Anleitung: Die Gruppenleitung fragt zunächst die Burschengruppe, ob sie wissen, was Anabolika sind, wo diese zum Einsatz kommen, wofür sie im Sport verwendet werden oder auch woher die Burschen Informationen zu diesem Thema haben. Am Ende dieser Einführung sollten folgende Sachverhalte den Burschen vertraut sein:

- Anabolika ist ein Sammelbegriff für verschiedene Substanzen.
- Am bekanntesten sind die Steroide, aber auch Wachstumshormone.
- Diese Mittel sollen den Muskelaufbau begünstigen.
- Sie sind im Wettkampfsport als Doping verboten.
- Sie werden im Breitensport, Freizeitsport und dem Bodybuilding aber von sehr vielen Männern dennoch eingenommen, mit dem Wunsch möglichst schnell möglichst viel Muskelmasse zu bekommen.

Im Anschluss daran bekommen die Burschen das Arbeitsblatt „Anabolika Quiz“. Darauf sind mögliche Nebenwirkungen von Anabolika angegeben. Sie sollen nun jeder für sich einschätzen, was von den angeführten Nebenwirkungen stimmt und was nicht.

Wenn alle Burschen das Quiz ausgefüllt haben, werden die Ergebnisse bei jeder Frage gesammelt. Hinweis zur Auswertung: Alle der angeführten Nebenwirkungen können bei der Einnahme von Anabolika vorkommen!

Auswertungsgesichtspunkte: Mit dieser Übung werden die Risiken von Anabolikakonsum schnell deutlich. Es kann mit den Burschen darüber hinaus diskutiert werden, weshalb manche Sportler trotz dieser Risiken solche Mittel einnehmen.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Wenn Unklarheiten auftauchen oder die Burschen die Ergebnisse nicht glauben wollen, kann ein Besuch auf der Seite der NADA Austria (Suchwort Anabolika) sinnvoll sein.

ANABOLIKA QUIZ

Anabolika sind besonders im Freizeitsport und Bodybuilding weit verbreitet. Viele erhoffen sich dadurch ein besseres Muskel-Wachstum. Doch auch von Risiken und Nebenwirkungen liest man immer wieder. Im folgenden Quiz geht es darum, welche Nebenwirkungen deiner Meinung nach mit Anabolika Einnahme verbunden sind.

Bei Männern kann die Verwendung von Anabolika zu folgenden Nebenwirkungen führen:

	STIMMT	STIMMT NICHT
Abnahme von Gedächtnisleistung und Konzentration		
Impotenz		
Akne und Pickel		
Schädigung der Leber		
Hodenschrumpfung		
Keine Lust mehr auf Sex		
Brustwachstum ähnlich wie bei einer Frau („Männerbusen“)		
Steigerung der Aggressivität und Gewaltbereitschaft		
Nach dem Absetzen Stimmungstief mit Depressionen		
Plötzlicher Herztod		
Geringeres Körperwachstum		
Hoher Blutdruck		
Übertragung von Infektionen		
Störung der Spermproduktion		

Dove-Video: Echte Schönheit?!

Gruppengröße: 5–15

Dauer: etwa 20 Minuten

Material: Videoabspielgerät mit Internetzugang

Anleitung: Man sieht sich gemeinsam mit der Gruppe folgendes Video auf Youtube an:

dove campaign for real beauty (male version)

www.youtube.com/watch?v=Y1JnRZz73AY

Anschließend können mit den Burschen folgende Dinge diskutiert werden:

- Was war überraschend?
- Kennt ihr solche perfekten Männerbilder aus der Werbung?
- Wo kommen diese vor?
- Machen die einem als Burschen Druck, so auszusehen?
- Wenn ja, wie geht ihr selbst mit diesem Druck um?
- Wie würdet ihr euch als Model fühlen, wenn ihr anseht was mit eurem Bild passiert?
- u.a.m.

Auswertungsgesichtspunkte: Diese Übung dient zur Sensibilisierung bezüglich künstlich optimierter Körperbildern in der Werbung sowie um Schönheitsideale zu hinterfragen, die auch für Burschen ein bedeutsamer Maßstab geworden sind.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Dieses Video gibt es auch in der weiblichen Version auf Youtube:

dove evolution (<https://www.youtube.com/watch?v=iYhCn0jf46U>).

Dieses Video kann im Anschluss mit Burschen besprochen werden, um auch das Schönheitsideal bei Frauen zu reflektieren und eigene Erwartungshaltungen ans weibliche Geschlecht zu hinterfragen.

Wundermittel

Gruppengröße: 5–15

Dauer: etwa 30 Minuten

Material: Flipcharts, Stifte

Anleitung: Die Gruppenleitung bittet die Burschen zu Beginn alle angenehmen Gefühle zu nennen, die sie kennen. Diese werden auf einem Flipchart festgehalten. Auf einem zweiten Blatt werden danach alle unangenehmen Gefühle notiert. Nun sollen sich die Burschen in 2er- oder 3er-Gruppen ein unangenehmes Gefühl aussuchen, welches durch ein „Wundermittel“ in ein angenehmes Gefühl umgewandelt wird. Dann bekommen die Kleingruppen ein eigenes Flipchart, auf dem sie ein Werbeplakat für dieses Wundermittel entwerfen sollen. Dazu sollen sie sich einen Namen für das Wundermittel ausdenken, wie dieses wohl aussehen würde, wie man das anpreisen könnte, wie teuer es wäre etc. Auf dem Plakat soll ganz unten noch Platz für „Kleingedrucktes“ bleiben, wo sich die Gruppe unerwünschte Nebenwirkungen ausdenken soll.

Anschließend werden die Wundermittel der Gruppe vorgestellt. Dazu kann auch diskutiert werden, ob es auch in der Realität Mittel gibt, die diese Wirkung versprechen, wie die Burschen darüber denken oder auch wie man ohne Wundermittel mit unangenehmen Gefühlen umgehen kann.

Auswertungsgesichtspunkte: Mit dieser Übung können Elemente aus der Suchtprävention bearbeitet werden, es kann aber auch ein Einstieg dazu sein, um über den Umgang mit unangenehmen Gefühlen zu sprechen.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Es kann passieren, dass die Burschen die Plakate in der Jugendeinrichtung aufhängen und präsentieren wollen. In diesem Fall ist es günstig, bei den ausgehängten Plakaten einen Kontext zur Übung herzustellen.

Ok – Nicht Ok?

Gruppengröße: 15

Dauer: 30 Minuten

Material: Beispiele (siehe unten); evt. „OK“/„Nicht-OK“-Blätter im Raum

Anleitung: Die Gruppenleitung erarbeitet zu Beginn mit den Burschen, was ihnen zu den Begriffen „Sucht“ und „Rausch“ einfällt, worin der Unterschied besteht, was alles „Suchtpotenzial“ hat etc.

Anschließend werden untenstehende (oder auch weitere) Beispiele vorgelesen. Die Gruppe soll sich auf einer Linie aufstellen, ob sie das Verhalten im Beispiel „OK“ finden oder „Nicht-OK“. Dazu können im Raum auch ausgedruckte Zettel als Markierung aufgehängt werden.

Beispiele:

- Manuel trinkt am Wochenende, damit er seine Probleme mit seinen Eltern vergessen kann.
- Sara hat die Matura bestanden und feiert dies mit ihren Freunden und Alkohol.
- Raphael fühlt sich draußen unter anderen Jugendlichen nicht wohl und spielt die meiste Zeit zu Hause Online-Spiele.
- Alina geht nach der Schule Laufen und kommt dabei in einen rauschähnlichen Zustand (Running High) und fühlt sich danach entspannt und kann gut schlafen.
- Samuel raucht jeden Abend einen Joint, damit er einschlafen kann.
- Anja trinkt am Tag verteilt bis zu 5 Dosen Energy-Drinks, damit sie in der Schule wach bleibt.
- Peter surft in jeder freien Minute nach Pornos und befriedigt sich bis zu 4-mal am Tag dazu selbst.
- Mila sagt, sie ist süchtig nach Musik Hören, es geht ihr nur gut, wenn sie irgendeinen großartigen Sound um sich hat.

Auswertungsgesichtspunkte: Mit den Burschen kann anhand der konkreten Beispiele über das eigene Konsumverhalten reflektiert, die fließenden Grenzen zwischen Rausch und Sucht ebenso angesprochen oder auch das Bewusstsein für nichtsubstanzgebundene Süchte vermittelt werden.

Hinweise im Setting offene Jugendarbeit: Wenn es passt, können Burschen auch eigene Beispiele und Fragen einbringen. Um sich hier nicht selbst outen zu müssen, eignet sich jeweils die einleitende Formulierung: „Ist es OK oder Nicht-OK, wenn jemand ...?“

Literatur

Eleonore Bachinger: „*Lebenserwartung in Wien und Österreich*“. Stadt Wien, Bereich für Gesundheitsplanung und Finanzmanagement - Gesundheitsberichterstattung, 2003

Raewyn Connell: „*Masculinities*“. Polit Press, 2005

Kenan Güngör, Caroline Nik Nafs: „*Jugendliche in der offenen Jugendarbeit. Identitäten, Lebenslagen & abwertende Einstellungen*“. Stadt Wien, MA 13, 2016

Michael Messner: „*Politics of masculinities: men in movements*“. Altaira Press, 1997

Dieter Schnack, Rainer Neutzling: „*Kleine Helden in Not*“. Rowohlt, 1991

Olaf Stuve, Katharina Debus: „*Männlichkeitsanforderungen. Impulse kritischer Männlichkeitstheorie für eine geschlechterreflektierte Pädagogik mit Jungen*“. In: Dissens e.V./Debus, Katharina/Könnecke, Bernard/Schwerma, Klaus/Stuve, Olaf (2012) (Hrsg.): *Geschlechterreflektierte Arbeit mit Jungen an der Schule. Texte zu Pädagogik und Fortbildung rund um Jungen, Geschlecht und Bildung*, Berlin, S. 43-60.

Workshopmaterialien

Barbara Amann-Hechenberger, Barbara Buchegger, Elke Prochazka, Sonja Schwarz, Marlene Kettinger: *Aktiv gegen Cyber-Mobbing. Vorbeugen – Erkennen – Handeln*. Österreichisches Institut für angewandte Telekommunikation, 2014

Barbara Amann-Hechenberger, Barbara Buchegger, Elke Prochazka, Sonja Schwarz, Marlene Kettinger: *Ch@dvice – Handbuch für Pädagog/innen. Sex und Gewalt in digitalen Medien. Prävention, Hilfe & Beratung*. Österreichisches Institut für angewandte Telekommunikation, 2012

Hanna Biller, Elisabeth Hanzl: *Toolbox – Alles Gender, aber wie? Gender in der Kinder- und Jugendarbeit*. Österreichische Kinder- und Jugendvertretung, 2013

Romeo Bissuti, Georg Wölfl: *STARK! Aber wie?* Methodensammlung und Arbeitsunterlagen zur Jungenarbeit mit dem Schwerpunkt Gewaltprävention. 2. Auflage. Bundesministerium für Bildung, Abteilung GM/Gleichstellung und Schule (vormals Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur), 2011

CARE International: *Program M: Young Men's Manual. A Training Manual for Educators and Youth Workers*. Banja Luka, BiH, 2011

Notizen

Autoren:

Romeo Bissuti, Paul Brugger, Ali Kalfa, Christof Moser

Unter der Mitarbeit von:

Selim Akmese, Ata Kaynar, Rohat Miran, Predrag Pljevaljic, Arash Razmaria

Impressum:

Institut für Frauen- und Männergesundheit
Standort MEN Männergesundheitszentrum

Kundratstr. 3

1100 Wien

ZVR-Nr: 650 474 385

Gestaltung:

typhothese.at

1150 Wien

Druck:

Thomas Resch KEG

Rosinagasse 19

1150 Wien

Wien, November 2019

