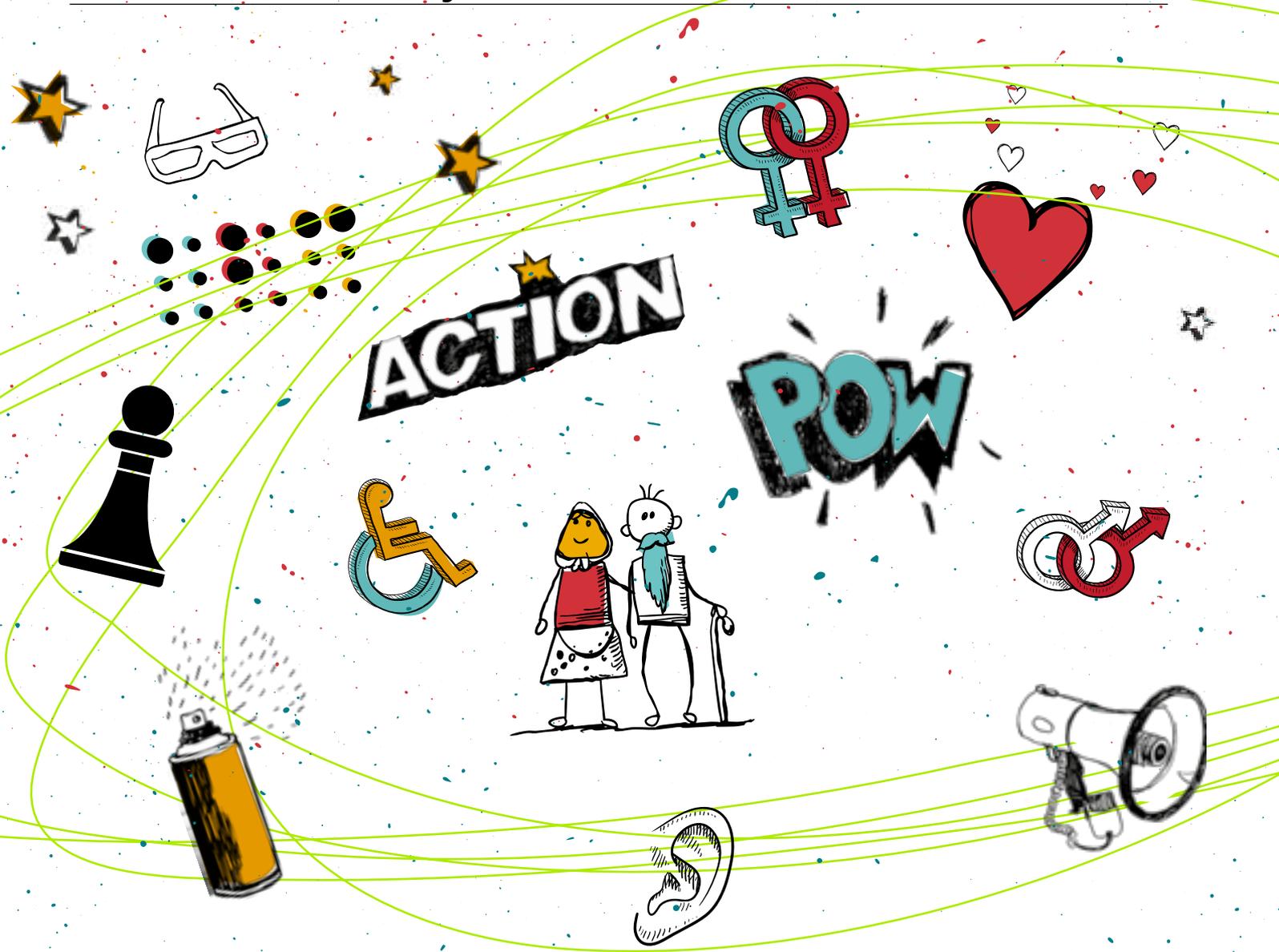


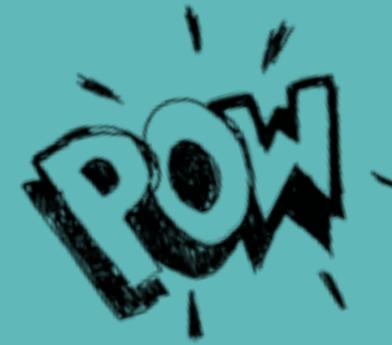
# AKTIONSSHEFT: VIELFALT ERLEBEN!

Anleitungen zur Durchführung  
eines Diversity-Parcours



gefördert durch

# INHALTSSTOFFE



## EINLEITUNG

### 6 I. WIE KANNST DU DAS AKTION SHEFT NUTZEN?

1. Das Konzept Diversity-Parcours:
  - Ziele
  - Zielgruppe
  - organisatorischer / zeitlicher Rahmen
  - Inhaltliche Schwerpunkte
  - Materialien
2. Zum Aufbau des Aktionsheftes
3. Vorarbeit und Kompetenzen der Parcoursleitung

### 14 II. ABLAUF DIVERSITY-PARCOURS

1. Der Einstieg
  - 1.1. Der Empfang
  - 1.2. Die Vorstellung der TN
  - 1.3. Die Aufteilung in Gruppen
2. Die Stationen
  - 2.1. Die Station 1: change identity
  - 2.2. Die Station 2: Meine Stärken
  - 2.3. Die Station 3: Bunte Puppenkiste
  - 2.4. Die Station 4: Ratzfatz
  - 2.5. Die Station 5: Schwebender Stab
3. Ergebnisauswertung und Reflexion
  - 3.1. Auswertung Kompetenzstern
  - 3.2. Selbstreflexion
  - 3.3. Speed-statement-dating
4. Der Transfer / Abschluss



### 42 III. ANREGUNGEN FÜR EVENTUELLES ZUSATZPROGRAMM

1. Zusätzliche Diversity-Übungen/Methoden

### 56 IMPRESSUM



## LEGENDE



Zielbeschreibung zu einer Übung



Zeitangabe zur Dauer einer Übung



Materialangabe zur Durchführung einer Übung



die Kopiervorlage findest du auf dem Stick



Das benötigte Material findest du in der Aktionsbox



Das Material musst du noch selbst besorgen



Linktipps



Weiterführende Literatur



YOUTUBE

**Wichtiger Hinweis:** Aus Gründen der Einfachheit, wird der Begriff: Teilnehmer\_innen im folgenden Text mit TN abgekürzt.

# EINLEITUNG

→ Du bist Gruppenleiter\_in oder Multiplikator\_in in der Jugendarbeit und willst dich für Vielfalt in unserer Gesellschaft engagieren?

→ Du willst andere dazu anstiften, das eigene Schwarz-Weiß-Denken zu verlassen und sich auf einen bunten Perspektivwechsel einzulassen?

Du suchst nach entsprechenden erlebnisorientierten **Methoden, Übungen und Spielen** für eine Gruppenstunde oder einen Workshop – etwa im Rahmen eines **Aktionstags, einer Projektwoche, einer Ferienfreizeit** etc?

Dann kann dir dieses Aktionsheft weiterhelfen....

### Was bietet dir das Aktionsheft?

Im vorliegenden Aktionsheft kannst du nachlesen, wie du einen **Diversity-Parcours Schritt für Schritt** selbst durchführen kannst.

Dazu bieten wir dir mit diesem Heft einen **Ablaufplan** mit verschiedenen erlebnisorientierten Übungen an.

Zu jeder Übung stellen wir dir eine konkrete **Methoden- und Materialbeschreibung** zur Verfügung.

Zu dem Aktionsheft gibt es die passenden **Aktionsboxen: Vielfalt erleben! mit Aktionsmaterialien.**

Dort findest du die meisten pädagogischen Sach- und Spielmaterialien, die du für die Durchführung des Parcours benötigst. Außerdem befindet sich darin auch ein USB-Stick mit sämtlichen benötigten Kopiervorlagen bzw. Arbeitsblättern.

→ Alle Übungs-Materialien, die in den Aktionsboxen enthalten sind, sind in diesem Heft entsprechend markiert:

→ Alle Kopiervorlagen, die du für die Übungen brauchst, kannst du auch von dem Stick herunterladen.

→ Außerdem enthält die Aktionsbox 1 noch einen weiteren Stick zum Hochladen eigener Photos/Ideen.

Die Aktionsboxen können **bestellt** werden.

WWW

Wie, das erfährst du auf unserer Internetseite: [www.buntstifter.org](http://www.buntstifter.org)



# 1. DAS KONZEPT DIVERSITY-PARCOURS :

- ZIELE
- ZIELGRUPPE
- ORGANISATORISCHER / ZEITLICHER RAHMEN
- INHALTLICHE SCHWERPUNKTE
- MATERIALIEN



Das Konzept zum Diversity-Parcours „Vielfalt erleben!“ wurde von der AG Vielfalt im JRK entwickelt und erstmals beim Buntstifterkongress im Mai 2014 im Rahmen eines Workshops eingesetzt.

Mit dem vorliegenden Aktionsheft wurde das Konzept zum Diversity-Parcours so ausformuliert, dass es sich wie eine Art **Gebrauchsanweisung** zur Durchführung eines Diversity-Parcours nutzen lässt.



**Der Diversity-Parcours hat das Ziel: Vielfalt spür- und erlebbar zu machen.**

- Junge Menschen sollen mit Hilfe des Parcours spielerisch und erlebnisorientiert dazu eingeladen werden, sich auf einen Perspektivenwechsel einzulassen. Dazu werden ihnen zum einen verschiedene Möglichkeiten geboten, unterschiedliche Arten von Einschränkungen und Behinderungen selbst zu erfahren.
- Zum anderen sollen die TN durch die verschiedenen Übungen für Vorurteile, Diskriminierung und die Störanfälligkeit von Kommunikation sensibilisiert werden.
- Auf diese Weise sollen sie lernen, ihre eigene soziale Haltung, ihr Verhalten und ihren Kommunikationsstil selbstkritisch zu hinterfragen sowie mehr Empathie, Toleranz und Selbst- wie Sozialkompetenz für ein inklusives Miteinander zu entwickeln.

Das Konzept wendet sich überwiegend an die **Zielgruppe:**

- Leiter von Jugendgruppen (12-27 Jahre)
- Multiplikatoren in der Jugendarbeit

Der Diversity-Parcours kann mit einer Gruppe durchgeführt werden, deren Größe individuell festlegbar ist. Wir empfehlen jedoch **max. 15 TN.**



Der Diversity-Parcours dauert etwa **1,5 Stunden** und bietet sich deshalb sehr gut als eine Workshopveranstaltung an, die man im Rahmen eines Aktionstags, eines Kongresses, einer Projektwoche, einer Ferienfreizeit etc. für Jugendliche durchführen kann.

Als **Veranstaltungsort** ist Vieles denkbar. Den Parcours könnt ihr sowohl in Innenräumen als auch im Außengelände durchführen. Wichtig ist nur im Vorfeld einzuplanen, ausreichend Raum und Bewegungsfreiheit für die TN zur Verfügung zu haben.

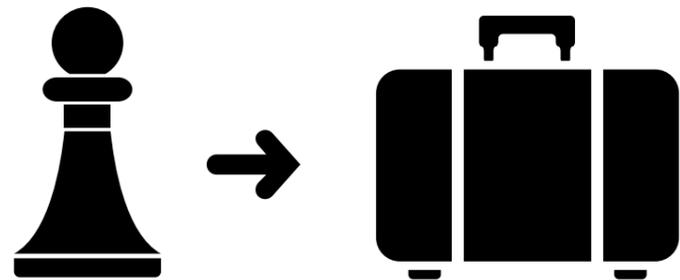
Falls ihr den Diversity-Parcours im öffentlichen Raum (z.B. in Parks, öffentlichen Einrichtungen, auf der Straße etc) durchführen wollt, beachtet bitte vorab die Rechtslage! Ihr könnt nur dort agieren und Dinge installieren, wo es erlaubt ist und es niemanden stört. Im Zweifelsfall solltet ihr den Sachverhalt unbedingt vorab mit eurer Stadt-/Gemeindeverwaltung abklären.

**Inhaltlich** geht es bei den diversen Übungen des Diversity-Parcours v.a. darum:

- durch das Einfinden in unterschiedlichen Rollen/Identitäten veränderte Wahrnehmungen zu erfahren und neue Perspektiven zu gewinnen
- einen spielerischen Umgang mit der Veränderbarkeit von Identität, der eigenen Persönlichkeit, dem eigenen SELBST zu finden
- die eigenen Stärken innerhalb einer Gruppe als WIR-Stärke zu erkennen und zu schätzen
- sich mit (eigenen) Vorurteilen kritisch auseinanderzusetzen und verstehen zu lernen, wie Diskriminierung am Beispiel von Rassismus funktioniert und wirkt
- für die Störanfälligkeit von Kommunikation sensibilisiert zu werden
- das Gefühl: „Einzigartig gemeinsam stark“ zu erleben (Diversity-Teamwork)



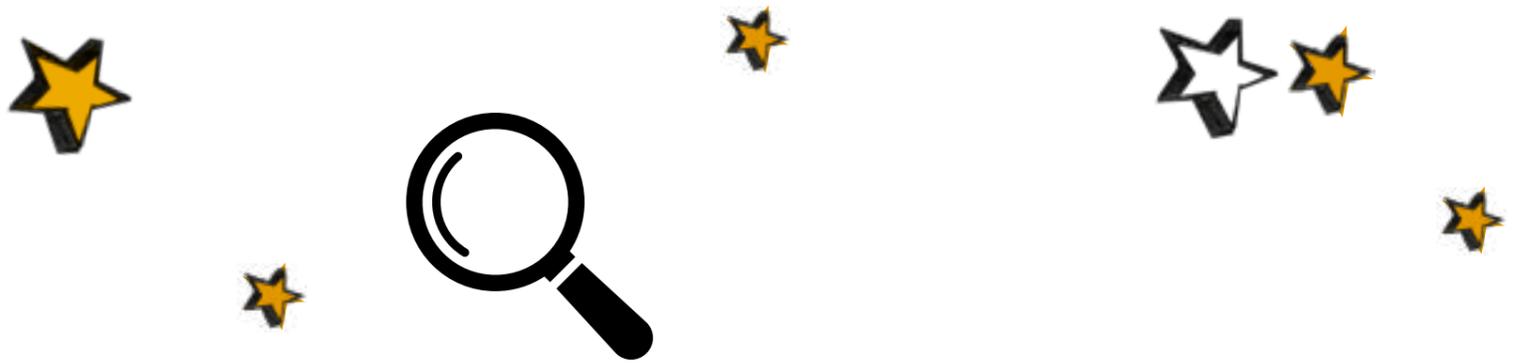
## I. WIE KANNST DU DAS AKTION SHEFT NUTZEN?



### Diese Materialien findest du in den Aktionsboxen

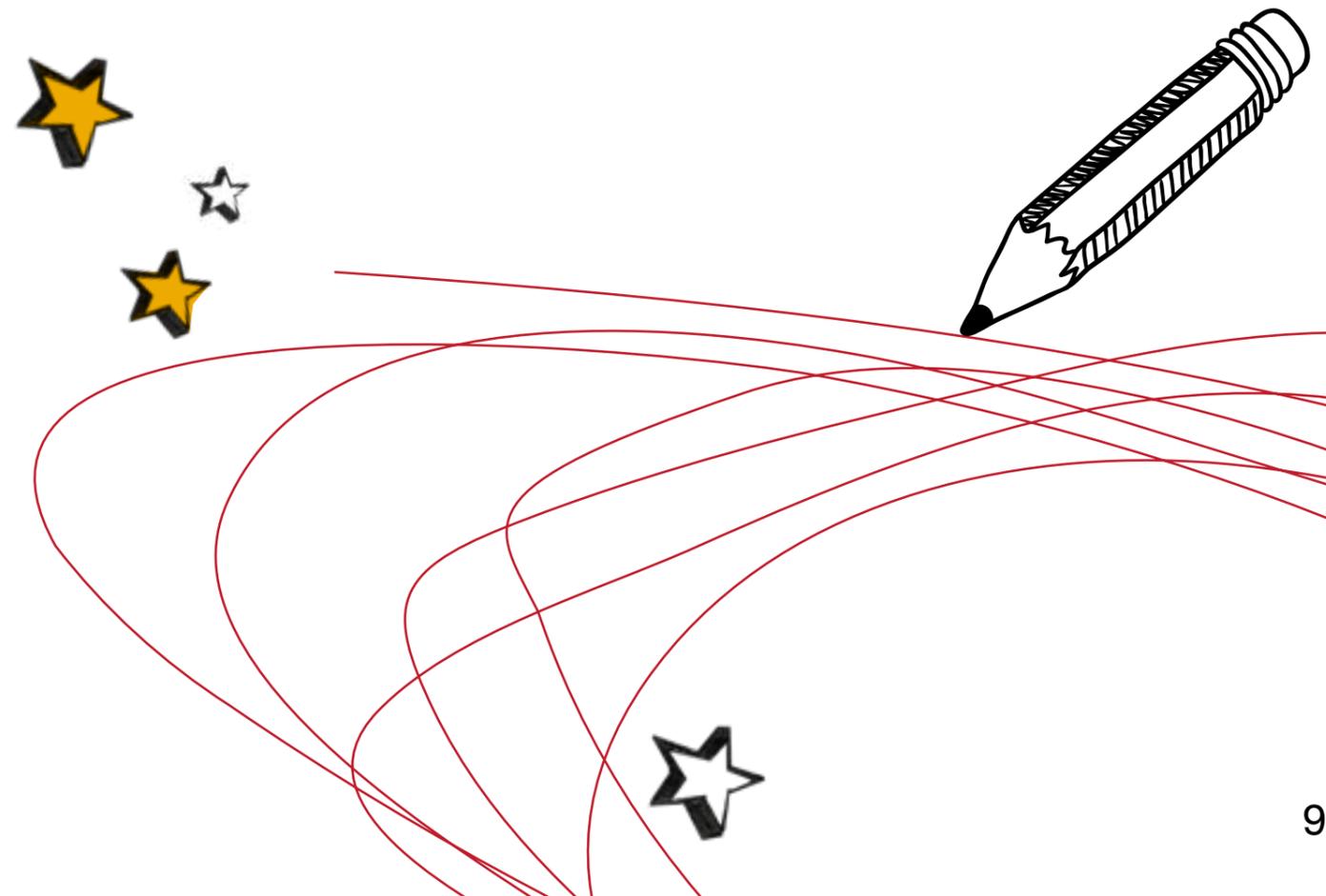
- 1 Klingelball (Box 1)
- 34 Blindenbrillen (Box 1)
- 18 Retina Brillen (Box 1)
- 4 (Blinden-)Langstöcke (Box 1)
- Ohrstöpsel (Box 1)
- 1 Alterssimulationsanzug mit diversem Zubehör (Box 2)
- Stifte (Box 1)
- 3 Puppen (Box 1)
- 1 Satz Begriffskarten von Ratzfatz (Box 1)
- 1 Gebärdentalphabet-Poster (Box 1)
- 1 Meterstab (Box 1)
- 1 Mensch-ärgere-dich-Brettspiel mit 4mal4 Spielfiguren und 1 Würfel für Blinde (Box 1)
- Hautfarben-Farbstifte (Box 1)
- 1 Buch „UN-Behindertenrechtskonvention“ in Brailleschrift (Box 1)
- Buntstifter-Themenheft 1: Menschenrechte – all inclusive (Themenheft 01/2014) (Box 1)
- Buntstifter-Themenheft 2: Identität (Themenheft 02/ 2015) (Box 1)
- Buntstifter-Checkliste „Barrier-o-meter“ (Box 1)
- Kopiervorlagen Kreuzworträtsel  (Box 1)
- Kopiervorlage Kompetenzstern  (Box 1)
- Kopiervorlage Spielanleitung Max  (Box 1)
- Kopiervorlage MAX G.  (Box 1)
- Kopiervorlage MAX B.  (Box 1)
- Kopiervorlage MAX R.  (Box 1)
- Kopiervorlage Lösung MAX  (Box 1)
- Kopiervorlage Selbstreflexion  (Box 1)
- Kopiervorlage Quiz „Wie inklusiv ist die Welt?“  (Box 1)
- Kopiervorlage Quiz „Wie inklusiv ist Deutschland?“  (Box 1)
- Kopiervorlage Fragebogen für Heterosexuelle  (Box 1)
- Kopiervorlage Rollenkarten zum Ausschneiden  (Box 1)

# ACTION



### Diese Materialien musst du zusätzlich noch selbst besorgen

- 2 Tische mit 2 Stühlen
- Rollstuhl
- Rollator
- Pylonen, Bänke, Stühle, Hindernisse (z.B. Umzugskisten etc)
- Laptop
- Kopierpapier
- Flipchart
- Eddings
- mit Wasser gefüllter Becher
- Evtl. Beamer
- Evtl. Willkommensschild
- Evtl. Ahoi-Brause, Mineralwasser ohne Kohlensäure, durchsichtige Plastikbecher, Deko (Strohhalme, Schirmchen)
- Evtl. Trillerpfeife
- Desinfektionstücher





# 2. ZUM AUFBAU DES AKTION SHEFTES



Der Aufbau des Aktionshefts ist an den Ablauf des Parcours angepasst. Dieser ist **modular** aufgebaut und gliedert sich im Wesentlichen in **vier Phasen**:

1. Einstieg
2. Erlebnis-Stationen mit unterschiedlichen inhaltlichen Themenschwerpunkten
3. Ergebnisauswertung und Reflexion
4. Transfer / Abschluss

Die Anleitungen zur Durchführung der einzelnen Module unseres Diversity-Parcours in diesem Heft folgen dem immer gleichen Prinzip. So kann der Parcours von Anfang bis Ende **Schritt für Schritt** durchgeführt werden. Der Vorteil: die verschiedenen Module des Parcours sind bereits miteinander verbunden; der berühmte „rote Faden“ ist also schon da und muss nicht erst entwickelt werden.

Je nach dem wieviel Zeit ihr zur Verfügung habt oder wie sich die Gruppe zusammensetzt, ist es aber auch möglich:

- nur einzelne Stationen/Module durchzuführen
- die Reihenfolge der Module zu verändern oder durch andere Übungen zu ersetzen und/oder zu erweitern.

Ein paar **Alternativen** hierfür stellen wir euch im Kapitel 3 dieses Heftes (III. Anregungen für **evtl. Zusatzprogramm**, S.42) vor. Die dort vorgestellten Übungen bieten sich zum Teil z.B. an:

- wenn ihr es mit einer größeren Gruppe zu tun habt
- Wartezeiten überbrücken wollt
- einen Aktionsstand betreut, bei dem ihr das Laufpublikum und/oder Kinder durch kurze Aktionen (ein Quiz, eine Malaktion...) für die Themen Diversity und Inklusion sensibilisieren wollt

Für jede der vier Parcours-Phasen bieten wir je eine spezifische oder mehrere methodische Übungen an.

Zu jeder methodischen Übung gibt es eine kurze Beschreibung bzw. Angabe bezüglich:

- des Ziels
- der Dauer
- des Materials
- des Ablaufs

Hier der Aufbau des Diversity-Parcours „Vielfalt erleben“ im Überblick:

INHALT	DAUER	ZIEL
<b>1. Einstieg</b>	<b>15 Min.</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Empfang</li> <li>• Vorstellung der TN</li> <li>• Gruppeneinteilung</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gute Gesamtatmosphäre herstellen</li> <li>• Überblick verschaffen über das, was die TN erwartet</li> <li>• Ziele &amp; Regeln erklären</li> <li>• Kennenlernen der TN</li> <li>• Einführung ins Rollenspiel/Perspektivwechsel</li> </ul>
<b>2. Parcours</b>	<b>50 Min.</b>	
Station 1: change identity	10 Min.	Sensibilisierung des Bewusstseins für unterschiedliche Wahrnehmungen und Identitäten
Station 2: Meine Stärken	10 Min.	Einschätzung der eigenen Stärken – Perspektivwechsel auf sich selbst
Station 3: Bunte Puppenkiste	10 Min.	Auseinandersetzung mit (eigenen) Vorurteilen. Verstehen lernen, wie Diskriminierung am Beispiel Rassismus funktioniert und wirkt
Station 4: RatzFatz	10 Min.	Sensibilisierung für die Störungsanfälligkeit von Kommunikation
Station 5: Schwebender Stab	10 Min.	Das Gefühl „einzigartig gemeinsam stark“- erleben (Diversity-Teamwork)
<b>3. Ergebnisauswertung und Reflexion</b>	<b>15 Min.</b>	
Auswertung des Kompetenzsterns	5 Min.	Erkennen der eigenen Stärke in der Gruppe als WIR-Stärke
Selbstreflexion	5 Min.	Kognitive Aufarbeitung der Erlebnisse und Erfahrungen
Speed-Statement Dating	5 Min.	Abgleich der eigenen Einschätzung mit der Wahrnehmung anderer
<b>4. Transfer/ Abschluss</b>	<b>10 Min.</b>	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewusstmachen des Erlebten</li> <li>• Übertragung in den Alltag: wie kann das Erlebte in das Alltagshandeln übernommen werden?</li> </ul>

**Wichtig:** Für den Parcours braucht es Zeit für einen erklärenden Einstieg. Zeiten für die einzelnen Stationen sind angegeben, dienen jedoch nur als Anhaltspunkt. So wichtig wie der Einstieg ist auch die Reflexion am Ende aller Übungen.

# 3. VORARBEIT UND KOMPETENZEN DER PARCOURSLEITUNG



Damit der Diversity-Parcours **wirkungs- und zielorientiert** verläuft, sollte die Parcoursleitung ihr Vorhaben **vorab genau planen und inhaltlich reflektieren/hinterfragen**.

Dies bedeutet, sich vertieft inhaltlich mit den **Themen und Zielen des Parcours** auseinanderzusetzen.

**Tipp:** Hilfreich für die inhaltliche Vorbereitung ist die Lektüre unserer beiden bislang erschienenen Buntstifter-Themenhefte „Der Anstifter“:

→ **Menschenrechte – all inclusive** (Themenheft 01/2014)

→ **Identität** (Themenheft 02/2015)



Beide Themenhefte als PDF zum Download zur Verfügung auf: [www.buntstifter.org](http://www.buntstifter.org)

Die Parcoursleitung sollte sich darüber bewusst sein, dass es in ihrer Verantwortung liegt, die TN dazu zu motivieren, sich bewusst auf neue Erfahrungen einzulassen. Das setzt voraus, dass auch die Parcoursleitung selbst **offen und selbstreflektiert** ist. Wenn die Parcoursleitung offen ist, hilft das den TN sich für die ihnen gebotenen Möglichkeiten zu öffnen: unterschiedliche Arten von Einschränkungen und Behinderungen selbst zu erfahren und sich mit SICH SELBST, den ANDEREN sowie seinen eigenen Vorurteilen kritisch auseinanderzusetzen.

Gerade weil es in unserem Diversity-Parcours darum geht, mehr Empathie, Toleranz und Selbst- sowie Sozialkompetenz zu entwickeln, ist es auch so wichtig, dass die Parcoursleitung vorab überlegt, mit welchen **TN** sie es beim Parcours zu tun hat. Neben den üblichen Fragen:

- wie alt sind die TN,
- kennen sie sich,
- handelt es sich um eine feste Gruppe,
- wie groß ist diese,
- wie ist sie strukturiert etc...

- ist es bei einem Diversity-Parcours besonders wichtig vorab zu wissen, **ob TN mit spezifischen Bedürfnissen** dabei sind.

Zum Beispiel TN mit

- spezifischen Behinderungen,
- sprachlichen Einschränkungen etc.

**Der Parcours muss möglichst barrierefrei, also so vorbereitet sein, dass ALLE TN auch MITmachen können.**

Was ihr bei der Planung und Durchführung barrierefreier Veranstaltungen berücksichtigen solltet, könnt ihr in unserer **Checkliste „Barrier-o-meter“** nachlesen.



Macht den Check online auf: [www.buntstifter.org/service/barrierecheck/](http://www.buntstifter.org/service/barrierecheck/) oder druckt euch die Checkliste aus: Als PDF zum Download zur Verfügung auf: [www.buntstifter.org/wp-content/uploads/2014/03/DRJK-Buntstifter-Barrierecheck\\_barrierefrei\\_final.pdf](http://www.buntstifter.org/wp-content/uploads/2014/03/DRJK-Buntstifter-Barrierecheck_barrierefrei_final.pdf)



Dabei kommt es nicht nur auf die möglichst barrierefreie Planung und Durchführung der Veranstaltung an sich an, sondern auch auf die **Kommunikation und die Formulierungen** der Parcoursleitung im Gruppenprozess.

Je unterschiedlicher die TN sind, desto mehr achtet bitte darauf, **Formulierungen zu vermeiden, mit denen Menschen als „normal“ oder als von der Norm abweichend bezeichnet werden. Es gibt kein normal.**

Generell gilt: umso unterschiedlicher die TN sind, desto wichtiger ist es für die Parcoursleitung während der Durchführung des Parcours **flexibel** zu bleiben. Da sie überwiegend Vorbild und für die Gesamt-Atmosphäre und das Erleben von „Diversity“ verantwortlich ist, muss sie es gewährleisten, **auf jeden TN individuell einzugehen und jeden einzelnen TN mit seinen spezifischen Bedürfnissen im Blick** zu haben.

Das bedeutet auch ggf. dafür zu sorgen, TN zu schützen und aktiv in die Gruppe zu **inkludieren**.

Vor diesem Hintergrund ist es empfehlenswert, den **Parcours mindestens zu zweit zu leiten**. So könnt ihr euch spezifische Aufgaben (z.B. eine\_r moderiert, der/die ander\_e beobachtet die TN und betreut/begleitet eher individuell) untereinander aufteilen.

Ebenso wichtig wie die Offenheit und Flexibilität der Parcoursleitung in Bezug auf die TN, ist aber auch ihre Fähigkeit am Ende des Parcours die Erlebnisse und Erfahrungen gemeinsam mit der Gruppe zu reflektieren. Nur so besteht die Chance, dass das Erlebte im eigenen Alltag nachwirkt. Schließlich sollen die TN nicht nur für die Dauer des Parcours, sondern darüber hinaus für eine nachhaltige veränderte soziale Haltung, die mehr Achtsamkeit im Umgang miteinander ermöglicht, sensibilisiert werden.



# 1. DER EINSTIEG



# 1.1. DER EMPFANG



Gute Gesamtatmosphäre herstellen

- Überblick verschaffen über das, was die TN erwartet
- Ziele, Ablauf & ggf. Regeln erklären



ca. 5 Minuten



Willkommensschild , 2 Tische , Buntstifter-Cocktail: Ahoi-Brause, durchsichtige Plastikbecher, Deko (Strohhalme, Schirmchen) 

### Vorbereitung:

Um von Anfang an ein Zeichen zu setzen, dass alle TN willkommen sind, kann die Parcoursleitung **vor Veranstaltungsbeginn ein Willkommensschild** im Raum installieren.

Es bietet sich auch an, vorab einen „**Buntstifter-Cocktail**“ vorzubereiten, der jedem TN beim Empfang überreicht wird.

Dazu einfach: Wasser in Plastikbechern mit einem Tütchen Ahoi-Brause vermischen, ggf. mit Strohhalmen, Schirmchen dekorieren- fertig!

Das lockert die Atmosphäre auf und die TN freuen sich.

### Ablauf:

Sobald alle TN da sind, werden sie von der Parcoursleitung dazu aufgefordert, sich in einem Kreis zusammzusetzen. Anschließend begrüßt die Parcoursleitung die TN und gibt den TN einen groben Überblick darüber, was sie gleich erwartet.

Dieser **Überblick** kann relativ kurz sein; erwähnt werden sollten dabei aber folgende Punkte:

(1) Zunächst: Vorstellungsrunde der TN – wobei alle TN gleich „erblindet“ werden.

**Wichtiger Hinweis:** Falls gehörlose TN dabei sein sollten, tauscht euch vorab mit ihnen darüber aus, wie sie sich vorstellen wollen.

(2) Dann: Gruppenteilung - wobei jeder TN sich ein anderes Wahrnehmungsinstrument aussuchen kann, mittels dessen er die 1. Station des Parcours durchläuft.

(3) Dann geht's los: Fünf Stationen folgen – probiert euch aus!

(4) Am Ende: Ergebnisauswertung und Reflexion des Erlebten

Die TN haben die Möglichkeit Fragen zu stellen.

Dann erfolgt die Vorstellung der TN.



## 1.2. DIE VORSTELLUNG DER TN



- Die TN machen alle die einheitliche Erfahrung „blind“ zu sein und lernen sich nur „hörend“ kennen. Wenn gehörlose TN dabei sind, vermittelt die Parcoursleitung bzw. die Gebärdensprachdolmetscher\_innen.
- ca. 5 Minuten
- Klingelball  , Trillerpfeife  , Blindenbrillen 

### Ablauf:

Die Vorstellungsrunde ist bereits an ein erstes Rollenspiel gekoppelt. Dazu bekommen die TN Schlafbrillen ausgehändigt, die sie sich aufsetzen müssen. Dadurch werden alle TN „erblindet“ und erfahren die gleiche Ausgangssituation.

Die Parcoursleitung rollt den TN einen Klingelball zu und bittet sie sich kurz nach dem folgenden Prinzip vorzustellen.

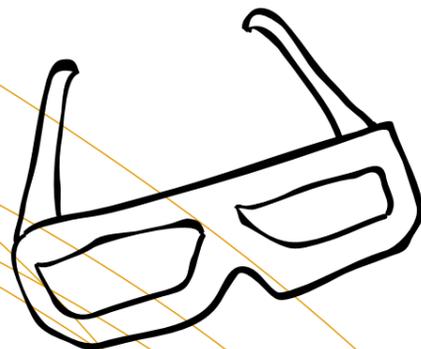
- TN sagt seinen/ihren Namen
- TN erzählt, was der Name bedeutet.
- TN ergänzt ggf., was der Name ihm/ihr für sein/ihr Leben/Identität bedeutet

Anschließend wird der Ball nach demselben Prinzip an die anderen TN zur Vorstellung gerollt.

Die Parcoursleitung muss darauf achten, dass der Ball bei jedem TN mal ankam.

Die Parcoursleitung muss außerdem darauf achten, dass der Ball nicht geworfen wird (Verletzungsgefahr!) und dass innerhalb des Kreises gespielt wird.

Bei lauten oder großen Gruppen ist die Anwendung einer Trillerpfeife ggf. hilfreich.



## 1.3. DIE AUFTEILUNG IN GRUPPEN



- Aufteilung in Gruppen / Vorbereitung auf Parcours
- ca. 5 Minuten
- Retina Brille  , Blindenstock & Blindenbrille  , Ohrstöpsel  , Rollstuhl  , Alterssimulationsanzug 

### Ablauf:

Nach der Vorstellungsrunde teilt sich das Plenum in verschiedene Kleingruppen auf.

Dafür entscheidet sich jeder TN für eine andere Rolle, in die er schlüpfen möchte, bzw. für ein anderes „Wahrnehmungsmedium“.

Folgende Rollen und dafür notwendigen Medien können seitens der Parcoursleitung angeboten werden:

- Rollstuhlfahrer: Rollstuhl
- Gehörlos: Ohrstöpsel
- Blind: Schlafbrillen und Langstock
- Sehbehindert: Retina-Brillen
- Bewegungseingeschränkt: Alterssimulationsanzug

So- „individuell neu ausgestattet“ (change identity) - kann für jeden TN der Lauf durch die Stationen jetzt losgehen!



## 2. DIE STATIONEN

### 2.1. DIE STATION 1: CHANGE IDENTITY



Sensibilisierung des Bewusstseins für unterschiedliche Wahrnehmungen und Identitäten.

Bei der ersten Station stehen den TN 5 mögliche Identitäten zur Auswahl:

- (1) Identität „blind sein“
- (2) Identität „Sehbeeinträchtigung“
- (3) Identität „gehörlos sein“
- (4) Identität „nicht gehen können“
- (5) Identität „bewegungseingeschränkt sein“

#### (1) IDENTITÄT „BLIND SEIN“



ca. 10 Minuten



Blindenstock (Langstock) , Blindenbrille , Pylonen ,  
Bänke , Stühle , Hindernisse ( z.B. Bälle, Umzugskisten etc)

#### Ablauf:

Die mit Blindenbrillen ausgestatteten TN laufen mit Hilfe eines Blindenstocks (Langstock) eine durch Pylonen abgesteckte Strecke ab. Die Begehbarkeit kann durch Hindernisse wie z.B. Bänke, Stühle usw. erschwert werden.

**Hinweise:** Darauf achten, dass keine gefährlichen Gegenstände (z.B. Glasflaschen) als Hindernisse aufgestellt werden.



#### KOPIERVORLAGE RÄTSEL

Schoßhund	Fluss zur Wolga	europäischer Staat	Inselstaat im Nordatlantik	Bühnenauftritt	ein Weltmeer	Gleichklang im Vers
↳	↳	↳	wohl, allerdings	↳	↳	↳
Kirchl. Geldsammlung	↳	↳	1	↳	↳	↳
blutstillendes Mittel	↳	↳	↳	Türklinke	↳	↳
ärztliches Instrument	Kleine Geldspende	↳	niederländische Stadt	↳	↳	↳
↳	↳	↳	↳	Apostelbrief	↳	theaterähnliches Gebäude
Wiener Witzfigur (Graf ...)	leicht anheben	Hund bei Walt Disney; Planet	↳	↳	↳	↳
↳	6	↳	↳	Schwur	↳	↳
Musikstück für zwei Sänger	↳	kurzer Strumpf	↳	↳	3	↳
↳	↳	↳	4	Wohllullen	Bücherfreund; Abonnent	↳
e. seitenverkehrt Bild erzeugen	↳	↳	↳	↳	↳	↳
anhänglich, loyal	Teilzahlung	alles nordisches Blasinstrument	↳	↳	↳	Teil von Vietnam
↳	↳	↳	früherer Lanzenreiter	Additionsergebnis	↳	↳
einen Motor in Gang setzen	↳	↳	↳	↳	2	↳
orientalisches Färbemittel	törichte Frau	Kunstflugfigur (engl.)	↳	↳	↳	↳
↳	↳	↳	7	kleines Kriebstier	Unfug, Dummheit	↳
Schiensstrang	Ausbildungszeit (Beruf)	Sandsturm in Nordafrika	↳	↳	↳	↳
↳	↳	↳	↳	griechische Siegesgöttin	Schlafstätte, Nachtlager	↳
Nachlass empfangen	↳	↳	↳	Affe, Weißhandgibbon	↳	↳
zünftig, kernig, originell	↳	Zierpflanze; Wappenblume	5	↳	↳	↳
↳	↳	↳	dt. Philosoph (Immanuel)	↳	↳	↳
weitab, weit weg	↳	↳	↳	↳	↳	↳

## II. ABLAUF DIVERSITY-PARCOURS

### (2) IDENTITÄT „SEHBEEINTRÄCHTIGUNG“



Der Blick in die Welt = ein verschleiertes Bild.



ca. 10 Minuten



Retina-Brillen , Kreuzworträtsel (Kopiervorlage)  oder ein Mandala zum Ausmalen, Stifte / Kuli 

#### Ablauf:

Die TN erhalten eine Retina-Brille (Effekt: der Blick ist „verschleiert“) und erhalten ein Kreuzworträtsel, das sie versuchen zu lösen.

**Hinweise:** Zum Ausfüllen keine Bleistifte bereithalten, da das Lesen von Bleistiftschrift mit Retina-Brillen sich noch schwieriger gestaltet.

Alternativ kann auch ein Mandala ausgemalt werden.

### (3) IDENTITÄT „GEHÖRLOS SEIN“



Erfahren, wie es ist, nichts zu hören und möglichst auch nicht zu reden.



ca. 10 Minuten



Ohrstöpsel , Schreibmaterial , CD mit Film oder Internetzugang für Nachrichten oder Musikvideo , Laptop 

#### Ablauf:

Die TN erhalten Ohrstöpsel und Schreibmaterial. Auf einem Laptop wird ein Film gezeigt, der in Gebärdensprache übersetzt ist. Die TN schreiben auf, was als Botschaft bei ihnen angekommen ist. Diese Übung kann auch mit Nachrichten durchgeführt werden, die in Gebärdensprache übersetzt werden.

Ebenso eignen sich YouTube-Musikvideos in Gebärdensprache.



WWW

Hier ein paar Linktipps:

**DIE TOTEN HOSEN : 10 kleine Jägermeister -**

[www.youtube.com/watch?v=ukkYXxNXc-M4&index=17&list=RD19cHUx4Ckjjw](http://www.youtube.com/watch?v=ukkYXxNXc-M4&index=17&list=RD19cHUx4Ckjjw):

**TIM BENDZKO: Nur noch kurz die Welt retten -**

[/www.youtube.com/watch?v=19cHUx4Ckjjw&index=1&list=RD19cHUx4Ckjjw](http://www.youtube.com/watch?v=19cHUx4Ckjjw&index=1&list=RD19cHUx4Ckjjw)

**Hinweise:** Es ist darauf zu achten, dass die Beiträge tonlos gezeigt werden.

### (4) IDENTITÄT „NICHT GEHEN KÖNNEN“



Erfahren, wie es ist, nicht gehen zu können, bzw. im Rollstuhl zu sitzen.



ca. 10 Minuten



Rollstuhl , Pylonen  oder andere Hindernisse

#### Ablauf:

Die TN sitzen im Rollstuhl und fahren einen Hindernisparcours ab.



### (5) IDENTITÄT „BEWEGUNGSEINGESCHRÄNKT SEIN“



Diese Übung lässt erfahren, wie es ist – nicht nur im Alter – in der eigenen Bewegung eingeschränkt zu sein. Wie viel Zeit es länger dauert, von A nach B zu kommen, etwas aufzuheben usw.



ca. 10 Minuten



Alterssimulationsanzug , mit Wasser gefüllter Becher , Pylonen  oder andere Hindernisse 

#### Ablauf:

Die TN ziehen einen Alterssimulationsanzug an und bewältigen damit einen abgesteckten Parcours. Gleichzeitig transportieren sie dabei einen mit Wasser gefüllten Becher. Ziel ist es, kein oder möglichst wenig Wasser zu verschütten.

**Hinweise:** Genügend Zeit einrechnen, den Alterssimulationsanzug anzuziehen. Hierbei Hilfestellung geben.



# 2.2. STATION 2: MEINE STÄRKEN



- Die TN lernen ihre eigenen Stärken einzuschätzen und erhalten eine neue Sichtweise auf sich selbst.
- ca. 10 Minuten
- Kopiervorlage Kompetenzstern , Laptop , ggf. Beamer , Excel-Sheet

### Ablauf:

Die TN erhalten die Kopiervorlage Kompetenzstern und füllen diese aus. Sie werden sich dadurch über ihre eigenen Stärken klar und erkennen auch ihre Schwächen, um ggf. daran zu arbeiten.

Wenn alle TN ihre „Kennzahlen“ festgelegt haben, werden die Daten auf ein Excel-Sheet (Vorlage auf dem Stick) eingetragen. Durch jeweils andersfarbige Linien entsteht dadurch ein Gruppen-Stern, der aufzeigt, wo die TN besondere Kompetenzen aufweisen und deutlich macht „gemeinsam sind wir stark!“ Dieser Stern wird ggf. mittels Beamer allen TN gezeigt.

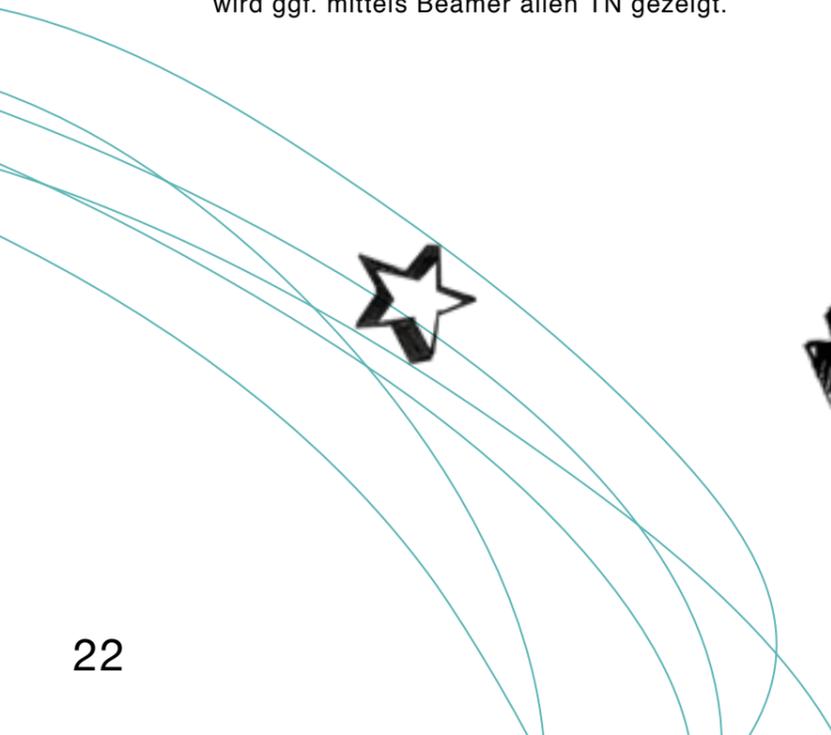
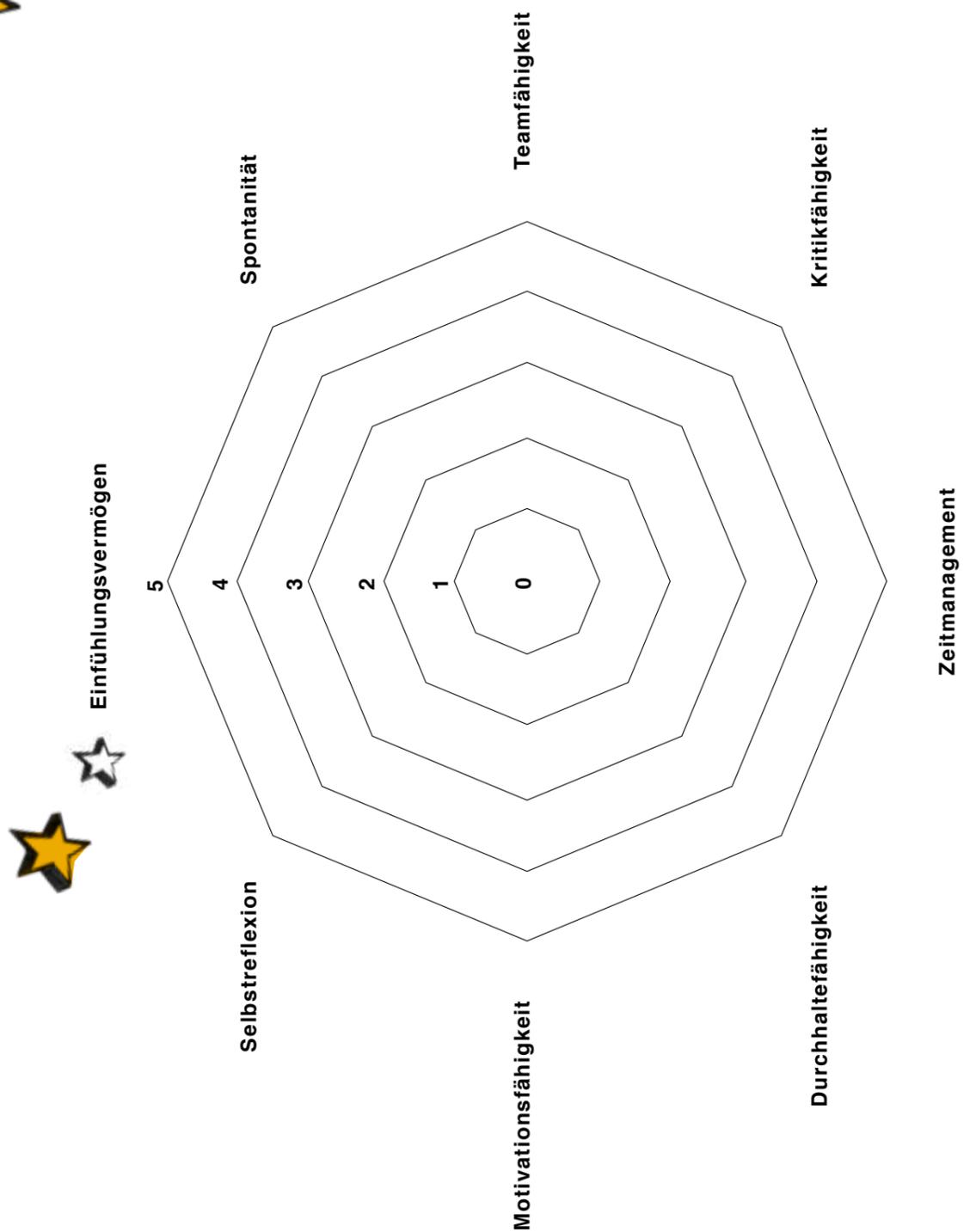
**Hinweise:**

Sollte kein Beamer zur Verfügung stehen und die TN-Gruppe nicht zu groß sein (ca. 4 – 8 Personen) genügt es, den Stern auf dem Laptop-Bildschirm anzuschauen.

An der Stelle sollten zusätzlich 5 Minuten für Eintragungen der Kompetenzen in die Exceltabelle durch die Parcoursleitung (z.B. während des Speed-Datings) eingeplant werden.



## KOPIERVORLAGE KOMPETENZSTERN



## 2.3. STATION 3: BUNTE PUPPENKISTE



Auseinandersetzung mit (auch möglicherweise eigenen) Vorurteilen. Verstehen, wie Diskriminierung am Beispiel von Rassismus funktioniert und wirkt.



ca. 10 Minuten



3 Puppen , Fragebogen 3 x MAX , Stifte 

### Ablauf:

Die drei Puppen MAX G. (grüne Kleidung), MAX B. (blaue Kleidung), MAX R. (rosa Kleidung) sitzen nebeneinander.

Ergänzend erklärt die Parcoursleitung den Ablauf der Übung:

„ Alle drei Puppen heißen MAX und sind am selben Tag in Berlin geboren. Heute feiern alle drei ihren 18. Geburtstag! Sie leben immer noch in Berlin. Wir stellen dir jetzt ein paar Fragen zu Max G. Max B. und Max R.“

Dazu teilt die Parcoursleitung die Kopier-  
vorlagen mit den Fragebögen aus.

Die TN bekommen zu jedem Max je einen Fragebogen (Kopiervorlage). Die Fragebögen sind alle identisch und müssen für alle Puppen individuell beantwortet werden.

**Hinweis:** TN, die sich weigern, die Fragebögen auszufüllen, weil sie finden, dass solche Fragebögen erst klischeehaftes Denken erzeugen, sollten als „Checker“ belohnt werden!

Also: z.B. immer auch eine kleine Gummibärchentüte o.ä. bereithalten...



### KOPIERVORLAGE ZUR BUNTEN PUPPENKISTE

Hier siehst du:

Max G.(rün)  
Max B.(lau)  
Max R.(osa).

Sie wurden alle drei am 07. Juni 1996 in Berlin geboren.

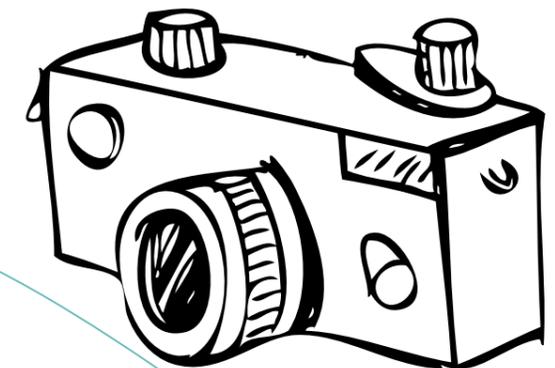
Heute feiern alle drei ihren 18. Geburtstag!

Sie leben immer noch in Berlin.

Wir stellen dir jetzt ein paar Fragen zu Max G. Max B. und Max R.

Antworte schnell.  
Antworte intuitiv.

Und sei gespannt auf die RICHTIGE Antwort.....





KOPIERVORLAGE MAX G.

# MAX G., GEB. AM 07. JUNI 1996 IN BERLIN

## MAX' LEBENSITUATION BEI SEINER GEBURT 1994:

### a. Staatsangehörigkeit:

- Deutsch
- Nicht Deutsch; Herkunftsland: \_\_\_\_\_

### b. Familiärer Hintergrund:

- keine Geschwister
- 1 Bruder/Schwester
- 2 Geschwister
- 3 Geschwister

### c. Beruflicher Hintergrund des Vaters:

- Ingenieur
- Installateur
- arbeitslos
- Profisportler

### d. Beruflicher Hintergrund der Mutter:

- Hausfrau
- Lehrerin
- Krankenschwester
- Wissenschaftlerin

### e. Wohnmilieu:

- Einfamilienhaus mit Garten in ruhiger Lage
- Dreizimmer-Wohnung in Multi-Kulti-Viertel
- Zwei-Zimmerwohnung in Hochhaus
- Zwei-Zimmer-Wohnung in Wohnheim

### f. Gesundheitliche Situation

- Allergien
- Laktose-Intoleranz
- Infektionskrankheit
- Keine Beschwerden



## Max' Lebenssituation 2014 (18 Jahre alt!) :

### a. Schulischer Hintergrund:

- Hauptschulabschluss
- Mittlere Reife
- Abitur
- Keinen Abschluss

### b. Berufliche Perspektive:

- Ausbildung
- Studium
- arbeitslos
- Beamtenlaufbahn

### c. Max will von zu Hause ausziehen. Er sucht eine 1-Zimmer-Wohnung. Wie viele Wohnungen muss er angucken, bis er die Wohnung bekommt?

- 1-3
- 3-5
- 5-10
- 10-15

### d. Max geht gerne tanzen im Club. Die Wahrscheinlichkeit, dass er in alle Clubs reinkommt, liegt bei:

- 100 %
- 80%
- 60%
- 50%

### e. In seiner Freizeit mag Max:

- Basketball spielen
- Musik machen
- chillen
- Computer

### f. Damit hat Max Probleme:

- mit Drogen
- mit Mädchen
- Max hat keine Probleme mit Gewalt
- mit Gewalt





KOPIERVORLAGE MAX B.

# MAX B., GEB. AM 07. JUNI 1996 IN BERLIN

## MAX' LEBENSSITUATION BEI SEINER GEBURT 1994:

### a. Staatsangehörigkeit:

- Deutsch
- Nicht Deutsch; Herkunftsland: \_\_\_\_\_

### b. Familiärer Hintergrund:

- keine Geschwister
- 1 Bruder/Schwester
- 2 Geschwister
- 3 Geschwister

### c. Beruflicher Hintergrund des Vaters:

- Ingenieur
- Installateur
- arbeitslos
- Profisportler

### d. Beruflicher Hintergrund der Mutter:

- Hausfrau
- Lehrerin
- Krankenschwester
- Wissenschaftlerin

### e. Wohnmilieu:

- Einfamilienhaus mit Garten in ruhiger Lage
- Dreizimmer-Wohnung in Multi-Kulti-Viertel
- Zwei-Zimmerwohnung in Hochhaus
- Zwei-Zimmer-Wohnung in Wohnheim

### f. Gesundheitliche Situation

- Allergien
- Laktose-Intoleranz
- Infektionskrankheit
- Keine Beschwerden



## Max' Lebenssituation 2014 (18 Jahre alt!) :

### a. Schulischer Hintergrund:

- Hauptschulabschluss
- Mittlere Reife
- Abitur
- Keinen Abschluss

### b. Berufliche Perspektive:

- Ausbildung
- Studium
- arbeitslos
- Beamtenlaufbahn

### c. Max will von zu Hause ausziehen. Er sucht eine 1-Zimmer-Wohnung. Wie viele Wohnungen muss er angucken, bis er die Wohnung bekommt?

- 1-3
- 3-5
- 5-10
- 10-15

### d. Max geht gerne tanzen im Club.

Die Wahrscheinlichkeit, dass er in alle Clubs reinkommt, liegt bei:

- 100 %
- 80%
- 60%
- 50%

### e. In seiner Freizeit mag Max:

- Basketball spielen
- Musik machen
- chillen
- Computer

### f. Damit hat Max Probleme:

- mit Drogen
- mit Mädchen
- Max hat keine Probleme mit Gewalt
- mit Gewalt





KOPIERVORLAGE MAX R.

# MAX R., GEB. AM 07. JUNI 1996 IN BERLIN

## MAX' LEBENSSITUATION BEI SEINER GEBURT 1994:

### a. Staatsangehörigkeit:

- Deutsch
- Nicht Deutsch; Herkunftsland: \_\_\_\_\_

### b. Familiärer Hintergrund:

- keine Geschwister
- 1 Bruder/Schwester
- 2 Geschwister
- 3 Geschwister

### c. Beruflicher Hintergrund des Vaters:

- Ingenieur
- Installateur
- arbeitslos
- Profisportler

### d. Beruflicher Hintergrund der Mutter:

- Hausfrau
- Lehrerin
- Krankenschwester
- Wissenschaftlerin

### e. Wohnumfeld:

- Einfamilienhaus mit Garten in ruhiger Lage
- Dreizimmer-Wohnung in Multi-Kulti-Viertel
- Zwei-Zimmerwohnung in Hochhaus
- Zwei-Zimmer-Wohnung in Wohnheim

### f. Gesundheitliche Situation

- Allergien
- Laktose-Intoleranz
- Infektionskrankheit
- Keine Beschwerden



## Max' Lebenssituation 2014 (18 Jahre alt!) :

### a. Schulischer Hintergrund:

- Hauptschulabschluss
- Mittlere Reife
- Abitur
- Keinen Abschluss

### b. Berufliche Perspektive:

- Ausbildung
- Studium
- arbeitslos
- Beamtenlaufbahn

### c. Max will von zu Hause ausziehen. Er sucht eine 1-Zimmer-Wohnung. Wie viele Wohnungen muss er angucken, bis er die Wohnung bekommt?

- 1-3
- 3-5
- 5-10
- 10-15

### d. Max geht gerne tanzen im Club.

Die Wahrscheinlichkeit, dass er in alle Clubs reinkommt, liegt bei:

- 100 %
- 80%
- 60%
- 50%

### e. In seiner Freizeit mag Max:

- Basketball spielen
- Musik machen
- chillen
- Computer

### f. Damit hat Max Probleme:

- mit Drogen
- mit Mädchen
- Max hat keine Probleme mit Gewalt
- mit Gewalt





Es gibt KEINE RICHTIGE Antworten auf diesen Fragebogen.

Ebenso wie es weder Max G, Max B. oder Max R. gibt.

Es gibt aber unsere Vorurteile in den Köpfen!!!

Weil es so schön einfach ist, Menschen wie Max G., Max B. oder Max R. in Schubladen zu stecken.

Deshalb kommt es in der Realität aber leider doch öfters vor, dass Menschen wie Max G. mehr Schwierigkeiten haben, sofort eine Wohnung oder Zutritt zu einem Club zu bekommen als Menschen wie Max B. Selbst wenn Max G. im Einfamilienhaus mit Garten in ruhiger Lage aufgewachsen ist, „brav studiert“ und weder Probleme mit Drogen, Mädchen oder Gewalt hat.

**ACHTUNG!**

**KEIN MENSCH passt in eine SCHUBLADE!**



		I		S					
M	O	P	S		Z	W	A	R	
	K	O	L	L	E	K	T	E	
	A	L	A	U	N		L	I	
		E	N		E	D	A	M	
S	O	N	D	E		R	N		
	B			P	L	U	T	O	
P	O	L	D	I		E	I	D	
	L	U		S	O	C	K	E	
D	U	E	T	T		K		O	
	S	P	I	E	G	E	L	N	
		F		L	U	R	E		
T	R	E	U		N		S	A	
	A	N	L	A	S	S	E	N	
	T		A		T	U	R	N	
H	E	N	N	A		M		A	
		A		S	A	M	U	M	
G	L	E	I	S		E	N		
	E	R	B	E	N		S	B	
	H	R		L	I	L	I	E	
U	R	I	G		K	A	N	T	
	E	N	T	F	E	R	N	T	



## 2.4. STATION 4: RATZFATZ



Es gibt viele Möglichkeiten zu kommunizieren – auch ohne zu sprechen.



ca. 10 Minuten



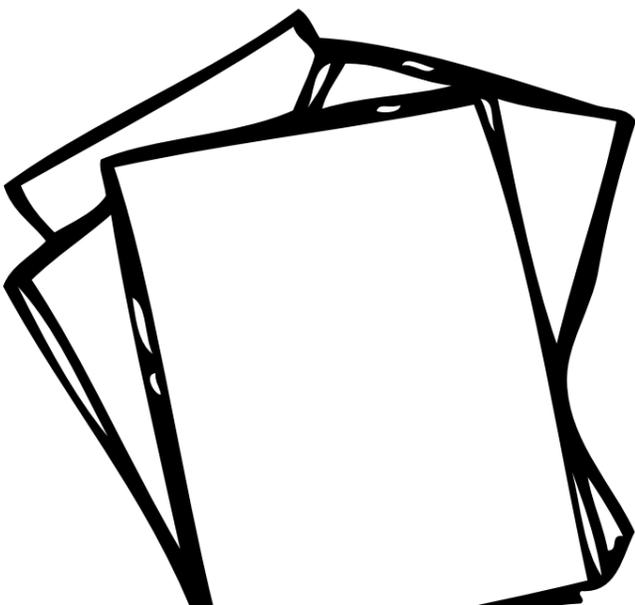
Flipchart , Ratzfatz-Begriffskarten , Eddings , evtl. Gebärdenalphabet-Poster 

### Ablauf:

Die TN stellen sich in einer Reihe hintereinander auf und schauen alle nach vorne. Vor der Gruppe steht ein Flipchart. Die Parcoursleitung zeigt dem hintersten Gruppenmitglied einen Begriff (Wortkärtchen). Dieses Gruppenmitglied kommuniziert den Begriff dem vorderen Mitglied via Mimik, Gestik, Pantomime, Gebärdenalphabet usw. und dieser dann so weiter, bis der Begriff beim vordersten Gruppenmitglied angekommen ist. Der/Die schreibt dann den Begriff, so wie er verstanden wurde, auf das Flipchart.

**Hinweise:** Die Übung kann auch wie Tabu gespielt werden, d.h. es dürfen verschiedene Erklärworte nicht benutzt werden – diese müssen auf den entsprechenden Begriffkärtchen mit aufgeführt sein.

Unterstützend kann ein Poster mit Gebärdenalphabet aufgehängt werden.



## 2.5. STATION 5: SCHWEBENDER STAB



Einzigartig gemeinsam stark - Erleben! Ein diverses Team bilden.



ca. 5 Minuten



Meterstab 

### Ablauf:

Bei der Abschlussübung kommt die Gruppe wieder im Plenum zusammen.

Die Spieler stellen sich in zwei Reihen gegenüber auf. Jeder TN nimmt wieder die Rolle/Identität ein, die er bei der ersten Station (change identity) eingenommen hatte. Nun strecken alle TN ihren Arm etwa in Brusthöhe vor sich und spreizen dabei den Zeigefinger nach vorne. Die Parcoursleitung legt nun das Metermaß auf die Zeigefinger der TN.

Sobald das Metermaß auf den Fingern der TN ruht, gibt die Parcoursleitung die Übungsbeschreibung aus. Es gelten folgende Bedingungen:

- Jeder TN muss immer mit seinem Zeigefinger die Stange von unten zumindest leicht berühren - die Hand darf also niemals vom Metermaß entfernt werden.
- Die TN dürfen nicht miteinander reden.

Während diese Bedingungen einzuhalten sind, erhalten die TN ihre Aufgabe: das Metermaß am Boden abzulegen.



\* Gebärde für: **einzigartig gemeinsam stark**



### 3. ERGEBNISAUSWERTUNG & REFLEXION



#### 3.1. AUSWERTUNG KOMPETENZSTERN

- Die eigene Stärke in der Gruppe als WIR-Stärke erkennen
- ca. 5 Minuten
- Laptop , ggf. Beamer , Kopiervorlage Kompetenzstern

Auswertung des Kompetenzsterns



#### 3.2. SELBSTREFLEXION

- kognitive Aufarbeitung der Erlebnisse und Erfahrungen
- ca. 5 Minuten
- Kopiervorlage Selbstreflexion , Stifte

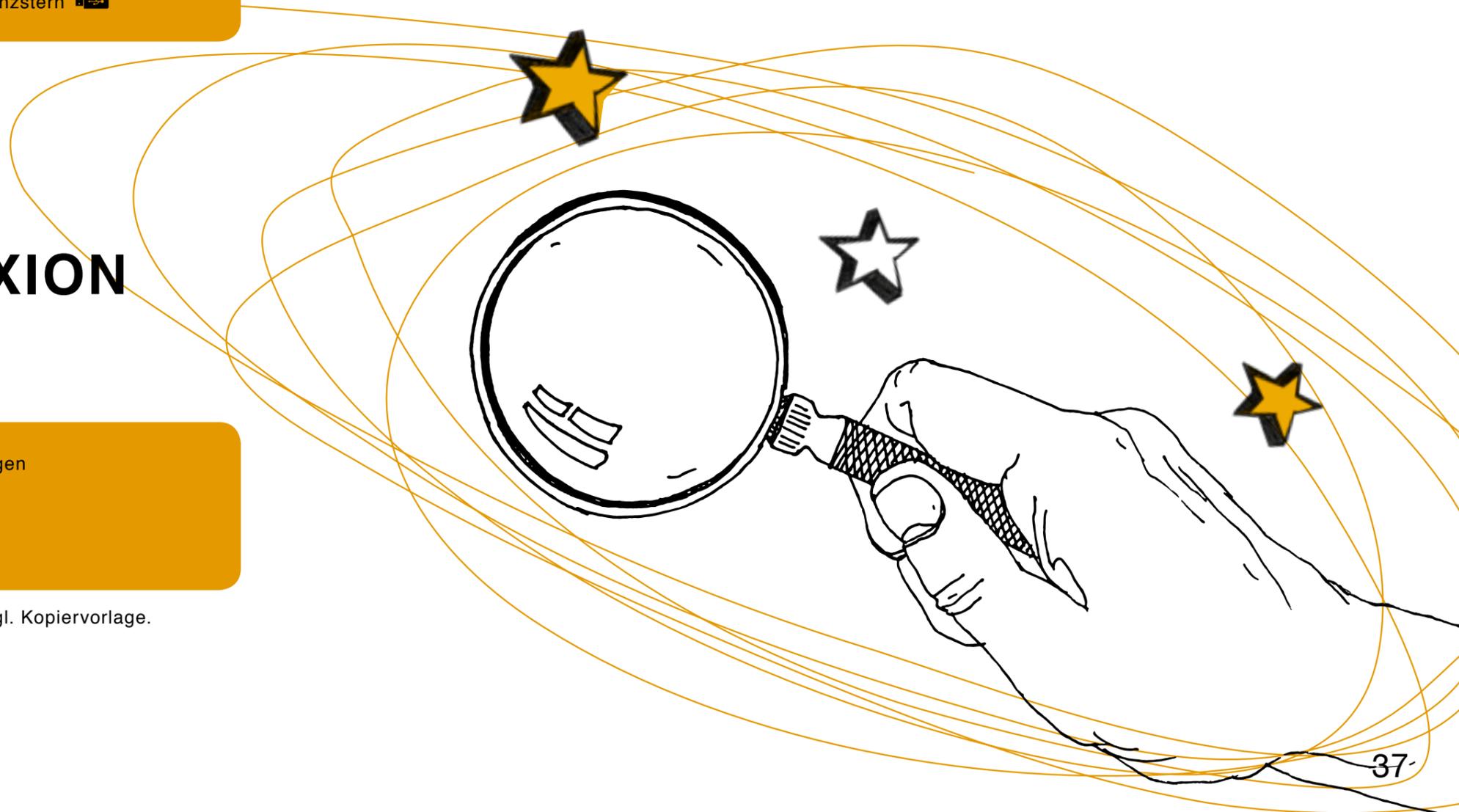
Die TN formulieren zu jeder Erlebnis-Station ein Statement, vgl. Kopiervorlage.

#### 3.3. SPEED-STATEMENT-DATING



- Abgleich der eigenen Einschätzung mit der Wahrnehmung anderer
- ca. 5 Minuten
- Papier , Stifte

Die TN tauschen sich mit je einem anderen TN über je ein Statement aus und unterzeichnen die entsprechende Rubrik auf dem Fragebogen.





**KOPIERVORLAGE SELBSTREFLEXION**

<b>Erlebnisstation</b>	1. Station Change identity	2. Station Meine Stärken	3. Station Bunte Puppenkiste
<b>Selbstreflexion</b>			
Was ist passiert?			
Was habe ich Neues erfahren?			
Was bedeuten die neuen Erfahrungen für meinen Alltag?			
Können die Erfahrungen helfen, im Alltag anders miteinander auszukommen?			
Welche Verhaltensweisen müssten dafür verändert werden?			
Welche gesellschaftlichen Auswirkungen hätte ein „neues“ Verhalten im Alltag? Was wäre anders?			



4. Station Ratzfatz	5. Station Schwebender Stab	Waren unsere Erfahrungen gleich/ verschieden? <b>Unterschrift</b> Speed-statement-date

## 4. DER TRANSFER / ABSCHLUSS



Erfahrungen und gewonnene Informationen aus dem Erlebten werden in die Sprache der TN übersetzt; Veränderungen für das eigene Alltagshandeln aufgezeigt.



ca. 5 Minuten

Zum Abschluss kommt die Gruppe wieder im Kreis (wie beim Einstieg) zusammen.

Der Parcoursleitung kommt nun die Aufgabe zu, abschließend zielgerichtete Fragen zu stellen, um den TN dabei zu helfen, eine Brücke vom Parcourserleben in die Alltagsrealität zu schlagen.

Grundsätzlich ist es besser in der Abschlussrunde ausschließlich mit offenen Fragen zu arbeiten. D.h. Fragen zu stellen, die eine detaillierte Antwort der TN möglich machen und nicht einfach schlicht mit Ja oder Nein beantwortet werden können.

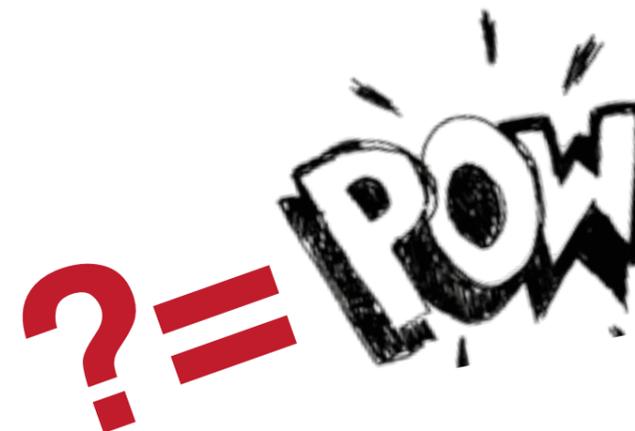
Hier ein paar mögliche **Fragen** für den Transfer & Abschluss:

- Welche Erfahrungen, die ihr bei den verschiedenen Übungen gemacht habt, waren gleich? Wo gingen die Wahrnehmungen auseinander?
- Was bedeuten die gemachten Erfahrungen für dein Alltagsleben?
- Wie könnten die gemachten Erfahrungen helfen, im Alltag anders miteinander auszukommen? Welche Verhaltensweisen müssen dafür verändert werden?
- Welche gesellschaftlichen Auswirkungen hätte ein „neues“ Verhalten im Alltag? Was wäre anders?
- Wann kannst du welche der Verhaltensweisen in den Alltag übernehmen und unter welchen Bedingungen?



Hier noch ein paar mögliche abschließende **Botschaften** für die Parcoursleitung, um den TN ggf. den Transfer in den Alltag zu erleichtern:

- JEDE\_R KANN DIE WELT VERÄNDERN, INDEM ER/SIE SICH - D.H. SEINE /IHRE HALTUNG - VERÄNDERT!
- Menschen nicht in Schubladen stecken!
- Achtsam mit den eigenen Vorannahmen und Zuschreibungen in Bezug auf Andere, aber auch möglicherweise sich Selbst umgehen!
- Auf einen - möglichst wertfreien! - Kommunikationsstil achten! Diskriminierung passiert schnell, wenn man nicht die richtige Tonwahl trifft. Es heißt ja auch nicht umsonst: Der Ton macht die Musik.
- Unsicherheit aussprechen statt Sicherheit vortäuschen!! Z.B. wenn man in Bezug auf sog. „politisch korrekte“ Sprachregelungen unsicher ist oder nicht weiß, wie man sich anderen Menschen gegenüber verhalten soll.



# 1. ZUSÄTZLICHE DIVERSITY-ÜBUNGEN/METHODEN



Falls ihr mehr als 1,5 Stunden für eure Aktivitäten rund um das Thema „Vielfalt erleben!“ zur Verfügung habt oder es mit einer größeren Gruppe zu tun habt, geben wir euch anbei noch ein paar Anregungen für eventuelle Zusatzmodule. Diese können ggf. auch zur Überbrückung von Pausen oder Wartezeiten angeboten werden.

Oder für den Fall, dass ihr z.B. einen Aktionsstand betreut, bei dem ihr „Laufkunden“ und/oder **Kinder** durch kurze Aktionen (ein Quiz, eine Malaktion...) für die Themen Diversity und Inklusion sensibilisieren wollt.

1. Mit dem **Mensch-ärgere-dich-Brettspiel** für Blinde  können sich die TN für einen kurzen Moment in die Lebenswelt von blinden Menschen „spielen“.

2. Unser **Quiz** „Wie inklusiv ist die Welt?“ , das die globale Situation von Menschen mit Behinderungen in den sog. Entwicklungsländern in den Blick nimmt.

Nach Abschluss erfolgter Quizteilnahme ist es notwendig, mit den TN gemeinsam die Lösung zu besprechen.

Lösung: 1a, 2 c, 3 b, 4 c, 5 c, 6 a, 7 a, 8 b

Es bietet sich außerdem an, die TN zu einer kurzen Diskussion anzuregen.

Folgende Frage könnte sich dazu als Ausgangspunkt anbieten:

→ Was muss geschehen, damit Menschen mit Behinderungen in den ärmsten Ländern der Welt die gleichen Rechte und Chancen bekommen wie ihre Mitmenschen?



## KOPIERVORLAGE QUIZ: „WIE INKLUSIV IST DIE WELT?“

1) Wie hoch ist der Anteil der Menschen mit Behinderungen weltweit?

- 15 %
- 40 %
- 5 %

2) Wie viele von ihnen sind schätzungsweise Kinder oder Jugendliche unter 18 Jahren?

- 50 %
- 33 %
- 15 %

3) Wie viele von ihnen leben in Entwicklungsländern?

- 60 %
- 80 %
- 40 %

4) Wie viele Beeinträchtigungen wären vermeidbar, wenn Ernährung und medizinische Versorgung ausreichend wären?

- 90 %
- 20 %
- 50 %

5) Wie hoch ist der Anteil der Kinder mit Behinderungen in den ärmsten Ländern der Erde, die nicht regelmäßig zur Schule gehen können?

- Etwa 10 %
- Etwa 30 %
- Etwa 90 %

6) Wie hoch ist der Anteil der Menschen mit Behinderungen weltweit, die offiziell einer Beschäftigung nachgehen?

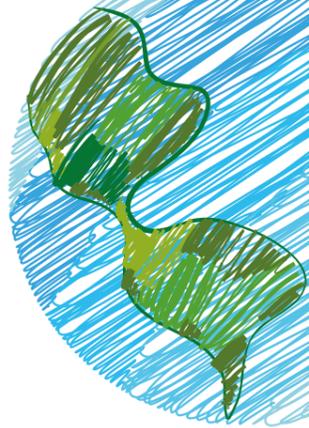
- Weniger als 20 %
- Weniger als 40 %
- Weniger als 80 %

7) Der Anteil von Kindern mit Behinderungen, die von Unterernährung betroffen sind, ist im Vergleich zu Kindern ohne Behinderungen:

- Doppelt so hoch
- Gleich hoch
- Vierfach so hoch

8) Wie viele Menschen mit Behinderungen in Entwicklungs- und Schwellenländern erhalten die Hilfsmittel(z.B. Rollstuhl, Prothese, Brille, Hörgerät) , die sie benötigen?

- 45-55 %
- 5-15 %
- 1-3 %





### III. ANREGUNGEN FÜR EVENTUELLES ZUSATZPROGRAMM

3. In unserem Quiz „Wie inklusiv ist Deutschland“ geht es um die Umsetzung von Inklusion in Deutschland.

Am Ende ist es notwendig, mit den TN gemeinsam die Lösung zu besprechen.

Lösung: 1b, 2c, 3b, 4b, 5c, 6b, 7a, 8b

Es bietet sich außerdem an, die TN zu einer kurzen Diskussion anzuregen.

Folgende Frage könnte sich dazu als Ausgangspunkt anbieten:

→ Was können wir in Deutschland tun, damit Menschen mit Behinderungen und /oder Migrationsgeschichte bei uns besser am Leben in der Gesellschaft teilhaben können?

### KOPIERVORLAGE QUIZ: „ WIE INKLUSIV IST DEUTSCHLAND? “

1) Das Ratifizierungsgesetz zur UN-Behindertenrechtskonvention (UN-BRK) wurde am 13.12.2006 von den UN verabschiedet. Wann ist die Konvention in Deutschland in Kraft getreten?

- 2007
- 2009
- 2014

2) Welches Bundesministerium ist für die Umsetzung der UN-BRK in Deutschland verantwortlich?

- Das Bundesministerium für Gesundheit
- Das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend
- Das Bundesministerium für Arbeit und Soziales

3) Was ist das Gegenteil von Inklusion?

- Integration
- Exklusion
- Separation

4) Welche Schule besucht die Mehrheit der Kinder und Jugendlichen in Deutschland mit Behinderungen?

- Eine Regelschule
- Eine Förderschule
- Eine Inklusionsschule

5) In welchem Land innerhalb der EU findet man den höchsten Anteil an Schülern, die in Förderschulen unterrichtet werden?

- Frankreich
- Spanien
- Deutschland

6) In welchem Bundesland ist die Chance auf den Besuch einer Regelschule als Schüler mit Behinderung größer: in Bremen oder in Niedersachsen?

- Die Chancen sind gleich groß.
- Die Chancen in Bremen sind größer.
- Die Chancen in Niedersachsen sind größer

7) Schüler mit Migrationshintergrund erhalten – bei gleich guten Noten – im Vergleich zu deutschen Schülern

- seltener eine Gymnasialempfehlung
- genauso oft eine Gymnasialempfehlung
- öfter eine Gymnasialempfehlung

8) Bei Bewerbungsverfahren (Arbeitsmarkt) werden Bewerber mit ausländischem Namen – bei gleicher Qualifikation wie Bewerber mit deutschem Nachnamen

- genauso berücksichtigt
- weniger berücksichtigt
- mehr berücksichtigt

### III. ANREGUNGEN FÜR EVENTUELLES ZUSATZPROGRAMM

4. Wenn ihr den Diversity-Parcours in einem Umfeld durchführt, wo auch **Kinder** anwesend sind/teilnehmen, kann man z. B. auch eine „**Selfie-Mal-Station**“ anbieten: dort können Kinder mit Hilfe von **sog. Hautfarbstiften**  ein **Selbstportrait** anfertigen. Dadurch erfahren Kinder spielerisch, dass **jedes** Kind - jenseits der klassischen schwarz-weiß-Kategorien - seine ganz eigene Hautfarbe hat und diese vergleichsweise immer dunkler oder heller ausfällt als die von anderen. Es gibt kein Schwarz oder Weiß: alle sind bunt!

Zur Hintergrundinfo ist es sinnvoll, an der Malstation ein (laminiertes) **Infoschild** mit z.B. folgendem Text anzubringen:

Für die **Farbe unserer Haut** sorgen kleine Teilchen des dunklen Pigments (Hautfarbstoff) **Melanin**.

Melanin wird von Zellen - den sog Melanozyten - in unserer untersten Hautschicht hergestellt und an die umliegenden Hautzellen abgegeben.

Die Anzahl der **Melanozyten** ist bei allen Menschen gleich.

Bei Menschen mit dunkler Hautfarbe sind die Melanozyten aktiver und produzieren mehr Melanin.

Bei starkem Sonnenlicht produziert die Haut mehr Melanin und wird braun.

**Alternativ** kann auch eine Malstation angeboten werden, an der Kinder ein **Wandplakat mit ihren Fingerabdrücken** mit unterschiedlichen Farben gestalten. Man kann die Kinder anschließend auffordern, ihre verschiedenen Rillen, Muster aus Schleifen und Schnörkeln zu vergleichen und zu schauen, ob es Fingerabdrücke gibt, die identisch sind. Sie werden keine finden (es sei denn ihre eigenen), da **jeder Mensch einzigartige Fingerabdrücke hat!**

**Du suchst weitere Anregungen für inklusive Spiele mit Kindern im Alter von 5-10 Jahren?**



**Wir empfehlen:** Aus der Reihe Don Bosco MiniSpielothek: Portmann, Rosemarie: Die 50 besten Spiele zur Inklusion.

5. Bei einem großen zusätzlichen Zeitvolumen (60 Minuten) bietet es sich auch an, mit den TN den **Einbürgerungstest** durchzuführen.

Alle Infos dazu findet ihr auf:

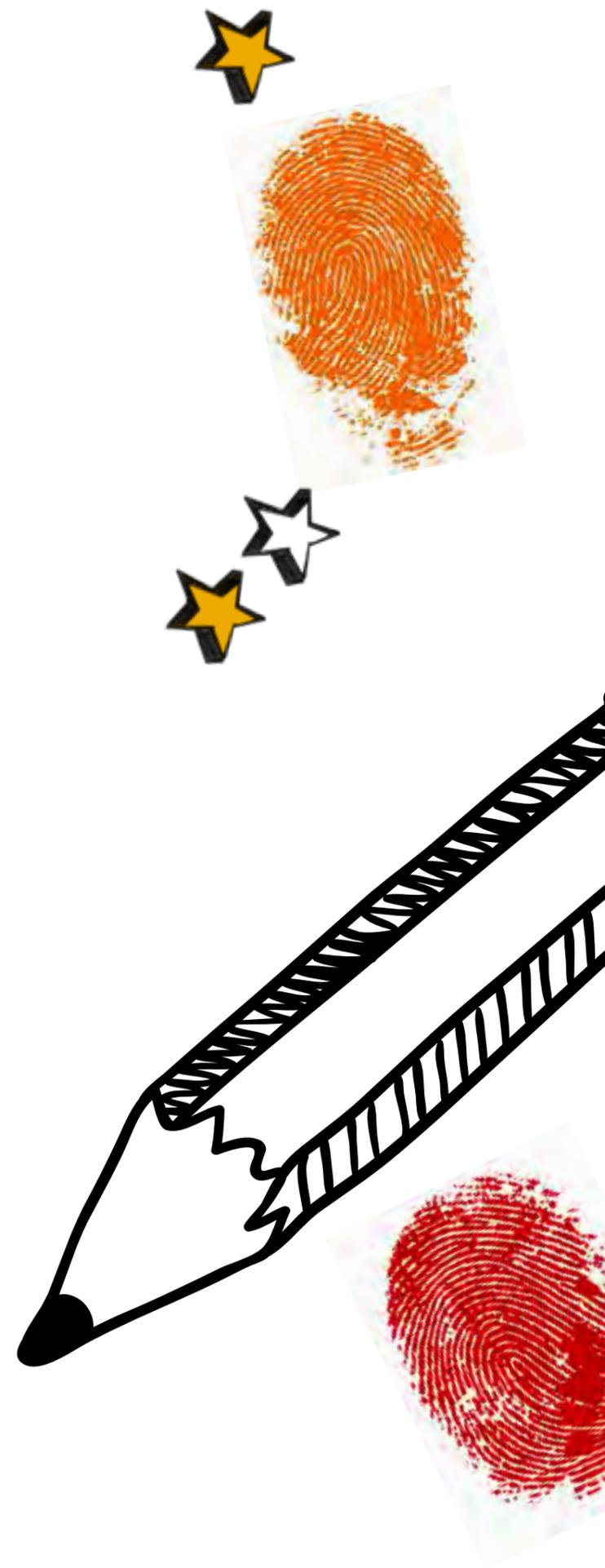


<http://www.bamf.de/DE/Einbuengerung/WasEinbuengerungstest/waseinbuengerungstest-node.html>

Den Testfragebogen (mit 33 Fragen) zum Download gibt's auf:



[http://www.bamf.de/SharedDocs/Anlagen/DE/Downloads/Infothek/Integration/Sonstiges/musterbogen\\_einbuengerungstest.html?nn=1367848](http://www.bamf.de/SharedDocs/Anlagen/DE/Downloads/Infothek/Integration/Sonstiges/musterbogen_einbuengerungstest.html?nn=1367848)



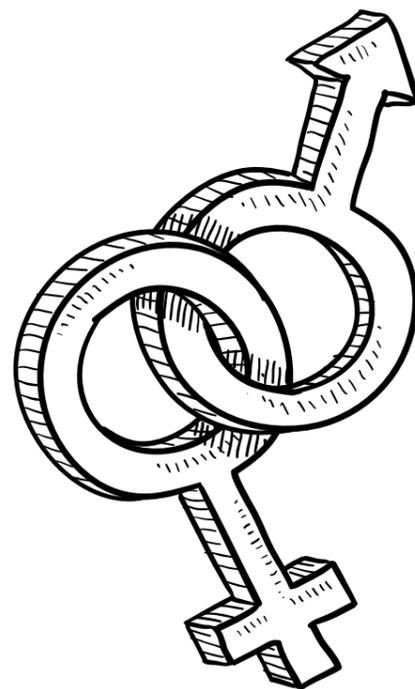
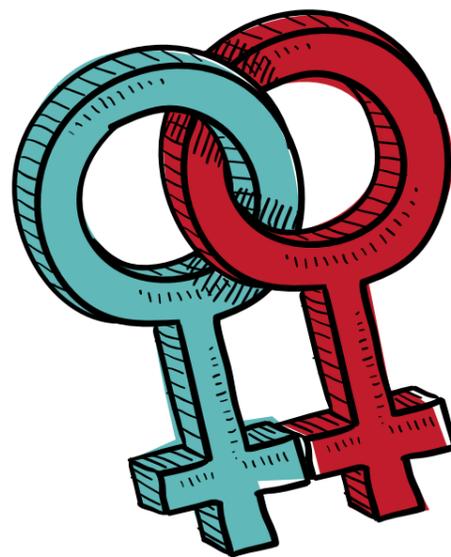
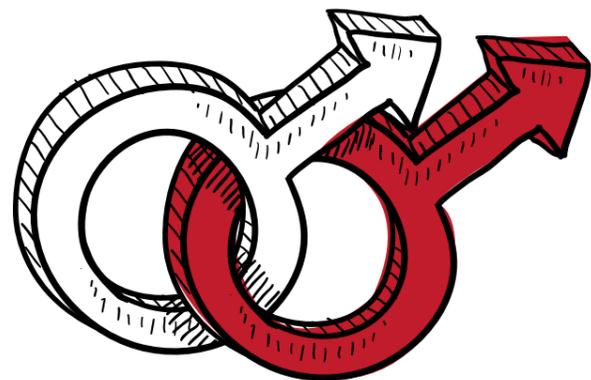
6. Wenn ihr (mit heterosexuellen TN!) eine Übung zum Thema **“Sexuelle Vielfalt“** anbieten wollt, stellen wir euch anbei den sog. **„Fragebogen für Heterosexuelle“** zur Verfügung, der auf selbstironische Weise auf die Diskriminierungserfahrungen (v.a. in Bezug auf Sexismus und Homophobie) von lesbischen, schwulen, bisexuellen und Trans\*-Jugendlichen aufmerksam macht.

Hier ein paar **Fragen** für die Auswertung:

- Findest du irgendwelche dieser Fragen befremdlich? Warum?
- Sind irgendwelche dieser Fragen übergriffig? Warum?
- Wie logisch sind diese Fragen?
- Welche Annahmen werden über Heterosexualität getroffen?

Und hier noch ein **Filmtipp** zum Thema: Sexuelle Vielfalt: Sommersturm

Coming-Of-Age-Komödie von Marco Kreuzpaintner, in dem eine schwule und eine heterosexuelle Jugendrudermannschaft aufeinandertreffen.



## KOPIERVORLAGE FRAGEBOGEN FÜR HETEROSEXUELLE

### Fragebogen für Heterosexuelle

Von M. Rochlin (aus dem Amerikanischen übersetzt und adaptiert)  
M. Rochlin: Heterosexual Questionnaire, in: W.J.Blumenfeld (Ed.), Homophobia: Wow we all pay the price, Boston: Beacon Press 1992, pp.203-204

1. Was vermutest du, woher kommt deine Heterosexualität?
2. Wie und wann hast du das erste Mal gemerkt, dass du heterosexuell bist?
3. Ist es möglich, dass deine Heterosexualität nur eine Phase ist, die wieder vorbei gehen wird?
4. Ist es möglich, dass deine Heterosexualität durch eine neurotische Angst vor Mitmenschen deines eigenen Geschlechts verursacht wird?
5. Wäre es nicht möglich, dass du nur eine/n gute/n lesbische bzw. schwulen Liebhaber\_in bräuchtest?
6. Wenn Heterosexualität normal ist, warum ist eine überproportionale Anzahl von psychisch kranken Menschen heterosexuell?
7. Welchen Menschen hast du von deiner Heterosexualität erzählt? Wie haben sie reagiert?
8. Die große Mehrheit von Menschen, die Kinder sexuell missbrauchen, ist heterosexuell. Erachtest du es wirklich als sicher, dass Kinder heterosexuellen Lehrkräften ausgesetzt sind?
9. Heterosexuelle sind bekannt dafür, sich unter ihresgleichen sehr eingeschränkten und stereotypen Geschlechterrollen unterzuordnen. Warum hältst du an solch einer ungesunden Art von Rollenspiel fest?
10. Warum geben Heterosexuelle ihrer Sexualität immer soviel Bedeutung?
11. Es scheint sehr wenig glückliche Heterosexuelle zu geben. Inzwischen wurden Methoden entwickelt, mit denen du möglicherweise deine sexuelle Orientierung verändern kannst. Hast du schon mal an eine Aversionstherapie zur Bekämpfung deiner sexuellen Orientierung gedacht?
12. Warum wechseln Heterosexuelle so häufig ihre Sexualpartner\_innen?
13. Warum ist es dir wichtig, auf die Heterosexualität von bekannten Persönlichkeiten hinzuweisen. Ist es, um deine eigene Sexualität zu rechtfertigen?
14. Wenn du nie Sex mit jemandem deines eigenen Geschlechts hattest, woher weißt du dann, ob du das nicht besser fändest?
15. Warum musst du deine Heterosexualität immer so offen nach außen tragen und ein öffentliches Spektakel daraus machen? Kannst du nicht einfach so sein wie du bist und es für dich behalten?



### III. ANREGUNGEN FÜR EVENTUELLES ZUSATZPROGRAMM

7. Hier noch eine zusätzliche Methode zum Thema ungleiche Lebensbedingungen/Chancenverteilungen: das Rollenspiel „**Einen Schritt nach vorn**“.



Sensibilisierung der TN für die möglichen, individuellen Folgen der Zugehörigkeit zu bestimmten sozialen Minderheiten oder kulturellen Gruppen



ca. 45 Minuten



(ausgeschnittene) Rollenkarten mit Aussagen , Papierkügelchen 

**Hinweis:** Für die Übung braucht ihr Platz: etwa 18 Schritte Platz nach vorne und in die Breite

#### Ablauf:

Bei diesem Rollenspiel sitzen die TN am besten zunächst in einem Kreis. Jeder TN zieht eine (vorab von der Parcoursleitung ausgeschnittene) Rollenkarte. Die Parcoursleitung sollte nun den TN etwas Zeit dafür lassen, sich in ihre neue Rolle einzudenken. Hilfreich kann es sein, dafür den TN ein paar anregende Fragen mitzugeben. Wie z.B.

- ➔ Wie ist meine Lebenssituation? Beziehungsgefüge? Finanziell? Gesundheitlich?
- ➔ Wie ist meine Stellung/Status in der Gesellschaft?
- ➔ Wie ist die politische Situation in meinem Land?

Anschließend stellen sich alle TN nebeneinander auf einer Linie auf. Die Parcoursleitung gibt jedem TN eine Handvoll vorab vorbereiteter Papierkügelchen

Jeder TN soll sich darüber im Klaren sein, dass er seine Rolle spielt und die folgenden Aussagen aufgrund seiner Rolle beantwortet.

Nun liest die Parcoursleitung die Aussagen einzeln vor.

Wenn ein TN eine Aussage bejahen kann, darf er einen Schritt nach vorne gehen und kann ein Papierkügelchen hinter sich werfen. Die TN, die NICHT zustimmen, müssen stehenbleiben.



Hier ein paar **Aussagen:**

Aussageblock:

1. Du hattest nie ernsthafte Geldprobleme.
2. Du hast das Gefühl, dass du deine Meinung frei äußern kannst und dass dich die anderen ernst nehmen.
3. Du hast keine Angst in eine Polizeikontrolle zu geraten.
4. Deine medizinische Versorgung ist gesichert.
5. Du kannst einmal im Jahr verreisen und Urlaub machen.
6. Du kannst den Beruf erlernen, den du dir wünschst.
7. Du kannst dich verlieben in wen du willst.
8. Du hast das Gefühl, dass dein Wissen und deine Fähigkeiten in der Gesellschaft, in der du lebst, Anerkennung finden.
9. Du besuchst die Schule, die deinen Fähigkeiten angemessen ist.
10. Du hattest nie das Gefühl von anderen ausgegrenzt zu werden.
11. Du weißt, wohin du dich wenden kannst, wenn du Rat und Hilfe brauchst.
12. Das Gefühl, dass andere Menschen Vorbehalte gegen dich haben, weil du scheinbar „anders“ bist, kennst du nicht.
13. Du hast ausreichend Raum für Ruhe und Entspannung.
14. Du hast keine Angst auf der Straße belästigt oder angegriffen zu werden.

Die Parcoursleitung sollte nach jeder Aussage eine kurze Pause machen, damit die TN Zeit zum reagieren haben und sich umdrehen können, um ihren Standort vergleichen zu können.

Schon nach einigen Fragen werden einige TN vorne stehen, andere weiter bis ganz hinten.

#### Auswertung:

Am Ende der Übung kommen die TN wieder im Kreis zusammen. Bittet die TN ihre Rollen erst mal nicht zu verraten.

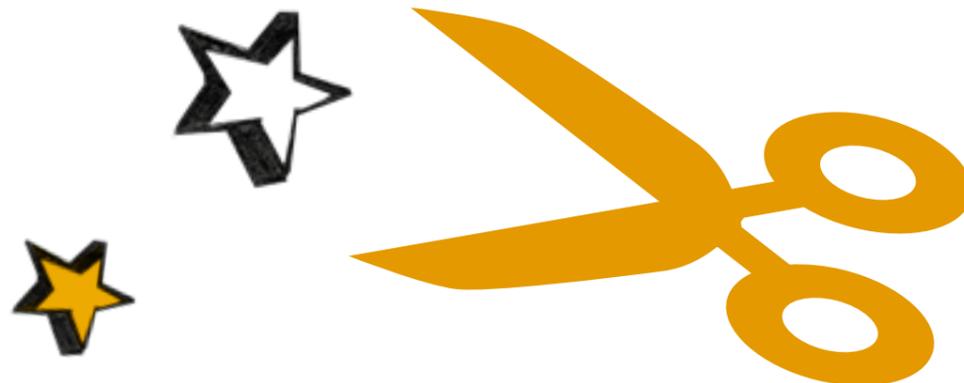
Jetzt könnt ihr in die Runde fragen, wie die TN die Übung fanden. Mögliche Fragen sind:

- ➔ Was war es für ein Gefühl einen Schritt vorwärts zu kommen bzw. zurückzubleiben?
- ➔ Was hat dich daran gehindert einen Schritt voranzukommen?
- ➔ Wer fühlte sich besonders benachteiligt?
- ➔ Welche Menschenrechte waren bei einzelnen nicht gewährleistet oder in Gefahr?

Nun sollen einige TN ihre Rollenkarten vorlesen.

Abschließende Fragen können sein:

- ➔ Wie leicht/schwer war es, seine Rolle zu erfinden und zu spielen? Konnte man sich die Person gut vorstellen?
- ➔ Was muss unternommen werden, um mehr Gleichheit und Gerechtigkeit herzustellen?





KOPIERVORLAGE ROLLENKARTEN ZUM AUSSCHNEIDEN

DU BIST EINE ARBEITSLOSE, ALLEIN ERZIEHENDE MUTTER IN DEUTSCHLAND.

DU BIST EIN 16-JÄHRIGER JUNGE MIT GEISTIGER BEHINDERUNG IN DEUTSCHLAND.

DU BIST DIE 16-JÄHRIGE TOCHTER EINES VIETNAMESISCHEN EINWANDERERS MIT EINEM GUT GEHENDEN IMBISS-SCHNELLRESTAURANT IN DEUTSCHLAND

DU BIST EIN 21-JÄHRIGER MANN, DER AUFGRUND SEINER LÄHMUNG NICHT LAUFEN KANN UND IN INDIEN AUF DEM LAND LEBT.



DU BIST EIN 21-JÄHRIGER DEUTSCHER MANN, DER IM ROLLSTUHL SITZT.

DU BIST EIN 24-JÄHRIGER STUDENT AUS NIGERIA UND LEBST IN DEUTSCHLAND.

DU LEBST IN DEUTSCHLAND, BIST MITTLEREN ALTERS UND HIV-POSITIV.

DU LEBST IN NIGERIA, BIST MITTLEREN ALTERS UND HIV-POSITIV.

DU BIST EIN 19-JÄHRIGER FLÜCHTLING AUS AFGHANISTAN UND VOR KURZEM IN DEUTSCHLAND ANGEKOMMEN.

DU BIST EIN 16-JÄHRIGER JUNGER MANN AUS EINEM KLEINEN DORF IN GUATEMALA UND ARBEITEST AUF EINER KAFFEEPLANTAGE. DU KANNST WEDER LESEN NOCH SCHREIBEN, DA DU NIE DIE SCHULE BESUCHT HAST.

DU BIST DIE 16-JÄHRIGE TOCHTER DES BRASILIANISCHEN BOTSCHAFTERS IN DEUTSCHLAND.

DU BIST EIN 16-JÄHRIGES BLINDES MÄDCHEN AUS PAKISTAN, DAS VERHEIRATET WERDEN SOLL. DEINE ELTERN FINDEN FÜR DICH KEINEN BRÄUTIGAM, WEIL DU VON ANDEREN FAMILIEN NICHT AKZEPTIERT WIRST.

DU BIST EIN ILLEGALER EINWANDERER AUS ALBANIEN UND LEBST UNERKANNT IN DEUTSCHLAND.

DU BIST EIN 14-JÄHRIGER JUNGE AUS SIERRA LEONE UND HAST DEINEN SCHULBESUCH NICHT DURCHGEHALTEN, WEIL DER UNTERRICHT FÜR DICH ZU SCHWIERIG WAR. DIR HAT NIEMAND BEI DEN AUFGABEN GEHOLFEN.

DU BIST EIN GEHÖRLOSES 14-JÄHRIGES MÄDCHEN IN DEUTSCHLAND. DEINE ELTERN KOMMEN AUS DER TÜRKEI UND SPRECHEN NICHT GUT DEUTSCH.

DU BIST EIN 24-JÄHRIGER STUDENT AUS DEUTSCHLAND.





# IMPRESSUM



## HERAUSGEBER

Deutsches Rotes Kreuz, Generalsekretariat  
Bundesgeschäftsstelle Jugendrotkreuz  
Carstennstr. 58  
12205 Berlin

Teil: 030 85404-390  
Fax: 030 85404-484  
e-mail: [jrk@drk.de](mailto:jrk@drk.de)  
Internet: [www.buntstifter.org](http://www.buntstifter.org)  
Facebook: [www.facebook.de/diebuntstifter](http://www.facebook.de/diebuntstifter)

## VERANTWORTLICH

(V.i.S.d.P): Ines Große

## REDAKTION

Alexandra Hepp

## KONZEPT & REDAKTIONELLE MITARBEIT

Uli Bertrams, Bettina Hamberger, Michael Lengler, Gina Penz, Hardy Schotten

## LEKTORAT

Uli Bertrams

## LAYOUT

[www.tack-design.de](http://www.tack-design.de)

© Deutsches Rotes Kreuz 2015