



Caring 4 future

**Entwürfe einer
Solidarischen Lebensweise**

Workshopkonzept



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



KAUZ – Laboratory for Climate, Work and Future is an ERASMUS+ project co-funded by the European Commission under the project number: **2020-1-DE02-KA204-007671**.

Dieses Workshopkonzept entstand in Kooperation mit Kollektiv radix: <https://kollektiv-radix.at>



Dieses Werk von KAUZ – lab for climate justice work and future ist lizenziert unter einer [Creative Commons Namensnennung – Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International Lizenz](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)



Inhaltsverzeichnis

Eckdaten.....	1
Workshop-Beschreibung.....	1
Workshop Übersicht.....	2
Material Übersicht & Flipcharts/Slides für die Vorbereitung.....	3
Übung 1: Willkommen & Organisatorisches.....	4
Übung 2: Check-in: Ein Grund zur Hoffnung.....	5
Übung 3: Warum wir Utopien brauchen.....	6
Übung 4: Vorstellungen einer solidarischen Zukunft.....	7
Übung 5: Video „Solidarische Lebensweise“.....	10
Übung 6: Puzzle der Alternativen.....	11
Übung 7: Schluss.....	13
Anhang.....	14
Anhang 1a: Gruppenvereinbarung.....	14
Anhang 1b: Chat-Zeichen zur Moderation von Diskussionen im digitalen Raum.....	14
Anhang 2: Zitate zum Thema Utopie.....	14
Anhang 3a: Definitionen zu Utopien.....	15
Anhang 3b:Empfehlungen für online Whiteboards.....	15
Anhang 4: Elemente der Solidarischen Lebensweise.....	16
Anhang 5: Strategien des Wandels.....	17



Eckdaten

- 3h Workshopdauer
- 10-20 Teilnehmende
- Der Workshop kann in Präsenz oder online gehalten werden

Workshop-Beschreibung

Medienberichte, Wahlplakate und die Demonstrationsschilder von Student*innen erinnern uns regelmäßig daran, dass unsere Lebensweise ökologisch und sozial nicht nachhaltig ist. Damit die Wirtschaft weiter wachsen kann, werden Kosten ausgelagert und ökologische Lebensgrundlagen ausgebeutet wie beispielsweise bei unterbezahlter und unbezahlter (Sorge-)Arbeit von Frauen und Migrant*innen. Was aber würden Kinder in einer Gesellschaft lernen, die Sorge in den Mittelpunkt stellt? Unter welchen Bedingungen würden die Menschen in einer solchen Gesellschaft alt werden? Und wie sähe eine Arbeit aus, die sich an den Bedürfnissen der Menschen und nicht an der Gewinnmaximierung orientiert?

In diesem Workshop wollen wir den Merkmalen einer Care-Gesellschaft auf den Grund gehen, d.h. einer Lebensform, in der die Bedürfnisse von Mensch und Umwelt im Mittelpunkt stehen. In einer Gedankenreise erkunden wir individuelle und gemeinsame Elemente einer solidarischen Zukunft und ein kurzes Video wird einige Ideen über das Konzept der Solidarischen Lebensweise nach den Arbeiten des I.L.A.-Kollektivs vermitteln. Schließlich diskutieren wir anhand konkreter Beispiele verschiedene Strategien, um einer solidarischen Gesellschaft näher zu kommen.

Workshop-Ziele:

- Eigene und gemeinsame Vorstellungen von einer Solidarischen Lebensweise mit besonderem Fokus auf Care erkunden
- Strategien für verschiedene Initiativen und Projekte kennenlernen und diskutieren
- Ermutigt werden, selbst aktiv zu werden und Veränderungen zu gestalten

Zielgruppe:

Der Workshop richtet sich an ein breites Publikum ab 16 Jahren. Es sind keine besonderen Vorkenntnisse erforderlich, nur die Bereitschaft, sich mit den eigenen Utopien auseinanderzusetzen und Unterschiede und Widersprüche anzuerkennen. Die ideale Gruppengröße liegt zwischen 10 und 20 Personen.



Workshop Übersicht

Zeit	Name der Aktivität		Beschreibung	Methode
10'	1	Begrüßung & Organisatorisches	Am Anfang des Workshops genügend Zeit für ein entspanntes Ankommen und die Begrüßung einplanen. Danach wichtige organisatorische Punkte nennen.	Plenum
15'	2	Check-in: Ein Grund zur Hoffnung	Wir starten mit einer Vorstellungsrunde, kombiniert mit persönlichen Statements über Gründe für Hoffnung. Check-ins sind hilfreich, um sich gegenseitig kennenzulernen und Vertrauen innerhalb der Gruppe zu gewinnen.	Interaktive Kleingruppenarbeit
15'	3	Warum wir Utopien brauchen	In dieser Übung erhalten wir ein paar Impulse, warum utopische Ideen wichtig sind.	Kleingruppen-Diskussion
50'	4	Vorstellungen einer Solidarischen Zukunft	Du ermutigst die Teilnehmer*innen sich Gedanken über solidarische Zukünfte zu machen und ihre Ideen kreativ auszudrücken. Durch diese persönliche Reflexion setzen sie sich selbst mit Fragen der Zukunft auseinander.	Kreative, persönliche Reflexion und gemeinsamer Austausch
15'	Pause			
20'	5	Video „Solidarische Lebensweise“	In dieser Übung wird das Konzept der Solidarischen Lebensweise des I.L.A-Kollektives vorgestellt. Dazu zeigst du ein kurzes Video und diskutierst dann die vier zentralen Elemente des Konzepts mit den Teilnehmer*innen.	Video und Reflexion
45'	5	Puzzle der Alternativen	Die Teilnehmer*innen lernen verschiedene Initiativen und Projekte kennen, die sich für eine Solidarische Zukunft einsetzen sowie drei Strategien für Wandel. In Kleingruppen werden die Initiativen den drei verschiedenen Wandel-Strategien zugeordnet.	Kleingruppen und Diskussion im Plenum
10'	6	Schluss	In der Abschlussrunde kann jede Person nochmal sagen, was ihre nächsten, konkreten Schritte für eine Solidarische Lebensweise sind. Zudem ist hier Zeit für ein schriftliches, anonymes Feedback.	Plenum / Individuelles Feedback



Material Übersicht & Flipcharts/Slides für die Vorbereitung

Was?	Wie viel?	Übung
Flipchart Papier	~10	allgemein
Flipchart marker in verschiedenen Farben colours	~5	allgemein
Optional: Anwesenheitsliste	1	1_Begrüßung & Organisatorisches
Optional: Slides/ flipchart mit Workshopprogramm, Workshopzielen, Willkommensposter, welcome poster, Gruppenvereinbarung,...	1	1_Begrüßung & Organisatorisches
Optional: ein Flipchart für Gründe der Hoffnung	1	2_Check In: Ein Grund zur Hoffnung
5-7 Zitate (Anhang 2) einzeln ausgedruckt, geschrieben	5-7	3_Warum wir utopische Ideen brauchen
Flipchart Paper: Musicbox und instrumentale Musik	1	4_Vorstellungen einer Solidarischen Zukunft
Papier zum Malen, Schreiben	1-2/ Teilnehmer*in	4_ Vorstellungen einer Solidarischen Zukunft
Buntstifte, Bastelmaterial,	Für alle Teilnehmer*innen	4_ Vorstellungen einer Solidarischen Zukunft
Fragen zur Inspiration auf Poster / Flipcharts	8	4_ Vorstellungen einer Solidarischen Zukunft
Projector, Laptop, Lautsprecher	1	5_Video Solidarische Lebensweise
Optional: Vier Elemente der Solidarischen Lebensweise auf vier Moderationskarten	4	5_Video Solidarische Lebensweise
Slides/ flipchart mit den drei Strategien des Wandels	1	6_Puzzle der Alternativen
Puzzlestücke mit Alternativen	9-18	6_Puzzle der Alternativen
Feedbackbögen	1/ Teilnehmer*in	7_Schluss
Optional: Gegenstand, der herumgereicht wird, zum Beispiel ein Flummi	1	7_Schluss



Übung 1: Willkommen & Organisatorisches

Übersicht	Am Anfang des Workshops genügend Zeit für ein entspanntes Ankommen und die Begrüßung einplanen. Danach wichtige organisatorische Punkte nennen.
Zeit	10 Minuten
Material	<ul style="list-style-type: none">• Teilnahmeliste• Flipcharts/ Slides:<ul style="list-style-type: none">◦ Workshopprogramm (z.B. auf einem Flipchart)◦ Workshopziele◦ Willkommensposter◦ Gruppenvereinbarung (Anhang 1a)

Schaffe einen Raum, in dem die Teilnehmer*innen entspannt ankommen können. Gleichzeitig sollten alle organisatorischen Fragen geklärt werden, damit sich die Teilnehmer*innen auf die Inhalte des Workshops konzentrieren können.

Du solltest folgende Punkte ansprechen:

1. Vorstellung von Dir
2. Kontext des Workshops → Warum findet der Workshop statt?
3. Was können die Teilnehmer*innen erwarten? → Zeig den Ablaufplan und die Workshopziele
4. Gruppenvereinbarung (Du findest im Anhang 1a Empfehlungen von Adrienne Marre Brown dafür.)
5. Teilnahmeliste wenn nötig
6. ...

Du kannst diese Liste für dich und den Workshopkontext anpassen.

Allgemeine Hinweise:

Es ist hilfreich im Vorhinnein genau darüber nachzudenken, welche Informationen wichtig sind, damit für die organisatorischen Punkte nicht zu viel Zeit benötigt wird. Flipcharts mit Zeitplan etc. machen es leichter den Informationen zu folgen.



Hinweise für eine digitale Umsetzung:

Wenn Du den Workshop online hältst, ist es gut auf technische Fragen einzugehen (z.B. Chatnutzung...). Du findest unter Anhang 1b Empfehlungen zur Nutzung des Chats und Online-Moderation. Statt eines Flipcharts, kannst Du eine Präsentation mit Slides vorbereiten.

Übung 2: Check-in: Ein Grund zur Hoffnung

Übersicht	Tagtäglich werden wir mit verheerenden Nachrichten über den aktuellen Zustand unserer Welt konfrontiert. Deshalb wollen wir zu Beginn darüber sprechen, was uns Hoffnung gibt. Dafür starten wir mit einer Vorstellungsrunde, kombiniert mit persönlichen Statements über Gründe zur Hoffnung. Check-ins sind hilfreich, um sich gegenseitig kennenzulernen und Vertrauen innerhalb der Gruppe zu entwickeln.
Zeit	15 Minuten
Material	Optional: Ein Flipchart zum Mitschreiben und Flipchart Marker

Schritt 1: Du lädst die Teilnehmer*innen ein, einen Moment über die Frage „Was war die letzte Situation / Begegnung / Event, das mir Hoffnung gegeben hat?“ nachzudenken. (ca. 1 Min in Stille) Die Teilnehmer*innen können Notizen machen, wenn sie wollen.

Schritt 2: Du bittest die Teilnehmer*innen, sich nacheinander im Kreis vorzustellen und wenn sie mögen die Frage zu beantworten. Während der Runde können die Teilnehmer*innen auch folgende Fragen beantworten:

- Was ist dein Name und dein Pronomen? (Wie möchtest Du genannt werden, wenn über Dich gesprochen wird? Mit welchem Gender identifizierst Du dich?)
- Wie geht es Dir heute?
- Was war die letzte Situation / Begegnung / Event, das mir Hoffnung gegeben hat?

Wenn du die Antworten aus der Runde festhalten willst, schreib sie gern auf einem Flipchart mit und hänge es auf. Dann können es alle während der nächsten Stunden sehen.

Allgemeine Hinweise:

Eine Vorstellungsrunde kann für einige Personen sehr aufregend oder unangenehm sein. Deswegen ist es wichtig, deutlich zu machen, dass es auch in Ordnung ist nur eine der Fragen zu beantworten. Wenn es eine größere Gruppe ist, kannst du die Teilnehmer*innen in Kleingruppen aufteilen.



Hinweise für die digitale Umsetzung:

Wenn du den Workshop online hältst, denke daran, dir zu überlegen, in welcher Reihenfolge die Teilnehmer*innen sprechen sollen. Entweder du bereitest eine Liste vor und postest sie im Chat oder die Teilnehmer*innen entscheiden spontan und nehmen sich gegenseitig dran. Eine Person beginnt und sagt dann am Ende den Namen einer anderen Person und so weiter...

Übung 3: Warum wir Utopien brauchen

Übersicht	Das, was wir uns selbst vorstellen können, ist das was letztlich die Welt verändert. In dieser Übung erhalten wir ein paar Impulse, warum utopische Ideen wichtig sind.
Zeit	15 Minuten
Material	5-7 Zitate auf eigenen Zetteln

Schritt 1: Du beginnst mit einem kurzen Brainstorming zur Frage „Was verstehst Du unter Utopien?“ Sammle einige Antworten aus der Gruppe.

Schritt 2: Du verteilst einige Zettel mit Zitaten im Raum (Anhang 2). Dann gehen alle Teilnehmer*innen durch den Raum und lesen die verschiedenen Zitate zum Thema Utopie.

Schritt 3: Du beginnst Fragen zu stellen:

- Welchem Zitat stimme ich intuitiv am wenigsten zu?

Die Teilnehmer*innen stellen sich um das jeweilige Zitat und tauschen sich für 5 Minuten darüber aus, warum sie dieses Zitat gewählt haben.

Wenn eine Person allein bei einem Zitat steht, kann sie sich einer anderen Gruppe zuordnen.

Schritt 4: In der nächsten Runde fragst du: „Welchem Zitat stimme ich intuitiv am meisten zu?“ Jetzt finden jedoch Personen zusammen, die verschiedene Zitate ausgewählt haben und tauschen sich aus.



Allgemeine Hinweise:

Diese Übung bereitet den Übergang zur nächsten Aktivität. Sie gibt bereits Inspirationen für Utopien, die ein Beitrag für einen Wandel zu einer besseren Welt sein können.

Du findest einige Stichpunkte zur Definition von Utopien im Anhang 3a.

Hinweise für die digitale Umsetzung:

Wenn du den Workshop online anleitest, kannst du die Zitate in den Chat oder auf einem online Whiteboard schreiben. Dann eröffne eine kleine Diskussion über die Zitate. Du findest einen Vorschlag für online Whiteboards in Anhang 3b.

Übung 4: Vorstellungen einer solidarischen Zukunft

Übersicht	Du ermutigst die Teilnehmer*innen sich Gedanken über solidarische Zukünfte zu machen und ihre Ideen kreativ auszudrücken. Durch diese persönliche Reflexion setzen sie sich selbst mit Fragen der Zukunft auseinander.
Zeit	45 Minuten
Material	<ul style="list-style-type: none">• Flipchart mit Leitfragen für die eigene Reflexion• Musikbox und ruhige Musik• Papier zum Malen, Schreiben• Farben, Stifte,• Optional: weitere Bastelmaterialien• Inspirierende Fragen zur Reflexion

Vorbereitung: Lege das Bastelmaterial, Papier und Stifte in der Mitte des Raums bereit und hänge die Flipcharts oder Poster mit den inspirierenden Fragen an die Wände.

Die Fragen sind:

- *Wie klingt die Solidarische Gesellschaft für dich?*
- *Wie riecht die Solidarische Gesellschaft für dich?*
- *Wir tauchen nun ein in den Lebenszyklus eines Menschen in einer solchen solidarischen Gesellschaft. Die ersten Wochen, Monate, Jahre deines Lebens verbringst du in vollkommener Abhängigkeit und Gebundenheit. Was ermöglicht den Sorgenden, dass sie sich angemessen um dich kümmern können? Wie sieht die Stadt aus, in dem die Sorgenden leben?*



- *Du kommst ins Jugendalter, wirst eigenständiger und trägst zunehmend Verantwortung für dein eigenes Leben. Welche Dinge willst du in dieser Zeit lernen? Welche Fähigkeiten wirst du später brauchen? Und wo kannst Du in der Stadt von morgen diese Fähigkeiten erlernen?*
- *Du wirst langsam erwachsen, übernimmst mehr und mehr Verantwortung für das Leben anderer, und bleibt zugleich verletzlich, und angewiesen auf andere Menschen. Verantwortung zu übernehmen kann anstrengend sein. Wie gehen du und deine Mitmenschen damit um, wenn ihr an Eure Grenzen kommt? Wie ermöglicht dir die Gesellschaft dich immer wieder zu regenerieren? Welche Räume bietet Dir die Stadt dafür?*
- *Wie sieht die Welt der Arbeit in deiner Vorstellung einer solidarischen Stadt aus? Welche Bedingungen für Arbeit wären nun undenkbar?*
- *Wenn du alt und gebrechlich wirst - Wie bleibst du mit der Gesellschaft verbunden, wie kannst du dich einbringen und wer soll sich um dich kümmern?*
- *Vieles hat sich verändert in der solidarischen Stadt. Doch welche Fragen bleiben auch in dieser Vision ambivalent, ungelöst und konfliktreich?*

Schritt 1: Die Teilnehmer*innen haben 25 Minuten Zeit, um über die Fragen und ihre Vision einer Solidarischen Zukunft nachzudenken. Sie können schreiben, zeichnen, malen oder einfach nur stillsitzen. Es ist nicht wichtig, dass sie etwas „erarbeiten“. Die Fragen oben sollen als Inspirationsquelle dienen, müssen aber nicht einbezogen werden.

Schritt 2: Jetzt treffen sich immer 3-4 Personen in Kleingruppen und sprechen über ihre Vision bzw. teilen Gedanken zur Einzelarbeit.

Schritt 3: Versammle die Gruppe wieder im Plenum und stelle folgende Frage: „Was sind eurer Meinung nach wichtige Elemente einer Solidarischen Gesellschaft?/ Was darf in einer Vision einer solidarischen Zukunft nicht fehlen?“

Du kannst die Antworten auf einem Flipchart festhalten.

Allgemeine Hinweise:

- Übung 5 wird Übung 4 etwas abrunden, da dort ein Video gezeigt wird, in dem zwei Personen auf der Suche nach zentralen Elementen einer Solidarischen Gesellschaft sind und ihre persönliche Vision teilen.
- Mach gern vor Schritt 1 bereits leise Musik an.

Hinweise für die digitale Umsetzung:

Schritt 1: Teilnehmer*innen können gerne ihre Kamera ausmachen. Die inspirierenden Fragen kannst du in den Chat posten oder über ein online Whiteboard teilen.

Schritt 2: Bereite Break-Out-Rooms für die Kleingruppen vor.



Alternativen:

Hier geben wir dir zwei Alternativvarianten zur Umsetzung von Schritt 1, die beide etwas kürzer sind.

Alternative 1: Freies Schreiben

Free Writing ist eine Übung, in der Personen für eine bestimmte Zeit alles aufschreiben, was ihnen in den Kopf kommt ohne den Stift abzusetzen. Alles ist erlaubt; das Geschriebene muss keinen Sinn ergeben. Dies hilft Schreibblockaden zu überwinden. Du kannst die Teilnehmer*innen einladen, diese Übung für 10 Minuten mitzumachen. Die Leitfrage ist: *Wie sieht eine solidarische Welt aus?*

Nach dem Schreiben hat jede Person noch 5 Minuten Zeit das Geschriebene nochmal zu lesen und für sie wichtige Stellen zu unterstreichen.

Nach der Übung fahre mit Schritt 2-4 oben fort.

Hier findest Du mehr Informationen zu dieser Methode: <https://writingprocess.mit.edu/process/step-1-generate-ideas/instructions/freewriting>

Alternative 2: Gedankenreise

Du kannst die inspirierenden Fragen auch für eine angeleitete Gedankenreise nutzen. Dazu lade die Gruppe ein, es sich gemütlich zu machen und einen Stift und ein Blatt Papier für Notizen bereitzulegen. Dann lese die Gedankenreise langsam vor und lass genug Pausen (1-2 Min.) zwischen den Fragen. Auch wenn es dir sehr lang vorkommt, halte die Pausen ein.

Mach die Kamera aus/ Schließe kurz die Augen, atme dreimal tief ein und langsam aus. Komme an. [3 Atemzüge Pause machen]. Stell dir vor, du lebst in einer Gesellschaft, in der gegenseitige Fürsorge im Zentrum steht. Eine Gesellschaft, in der alle Rahmenbedingungen, soziale Prozesse und Spielregeln sicherstellen, dass Menschen mit dem Nötigen versorgt sind, und diese Aufgaben nicht von Einzelnen geschultert werden müssen. Versetze dich in deiner Vorstellung in eine Gesellschaft, in der die Menschen zufrieden sind und rücksichtsvoll miteinander und mit ihrer Umwelt umgehen.

[Lese langsam die obenstehenden Fragen vor]

Die Gedankenreise ist hier zu Ende. Komm langsam wieder zurück ins Hier und Jetzt. Streck dich gerne und bewege dich so, wie es dir gut tut. Vielen Dank, dass du dich auf diese Zukunftsreise eingelassen hast.

Fahre danach mit Schritt 2-4 fort.

Kurze Pause (ca. 15 Minuten)

In der Pause kannst du bereits Beamer und Lautsprecher anmachen und den Link zum Video öffnen. Vergiss aber nicht selbst auch eine kurze Pause zu machen. ☺



Übung 5: Video „Solidarische Lebensweise“

Übersicht	In dieser Übung wird das Konzept der Solidarischen Lebensweise nach Überlegungen des I.L.A-Kollektivs vorgestellt. Dazu zeigst du ein kurzes Video und diskutierst dann die vier zentralen Elemente des Konzepts mit den Teilnehmer*innen.
Zeit	25 Minuten
Material	<ul style="list-style-type: none">• Beamer, Laptop, Lautsprecher• Vier Elemente der Solidarischen Lebensweise jeweils auf eine Moderationskarte geschrieben

Schritt 1: Zeige das KAUZ Video „Solidarische Lebensweise“. Es ist auf Englisch, hat aber deutsche, englische, italienische und kroatische Untertitel. Es dauert 7 Minuten:

<https://www.youtube.com/watch?v=j9dfQl3gTXU>

Schritt 2: Frage die Gruppe nach dem Video, ob es Fragen gibt und wie ihnen die Visionen im Video gefallen haben.

Allgemeine Hinweise:

Du findest Hintergrundinformationen zu den Elementen einer Solidarischen Lebensweise, die im Video vorgestellt werden in Anhang 4. (1. Care, 2. Demokratisierung, 3. Commoning und 4. Suffizienz)

Variante: Je nach Vorwissen der Gruppe, kannst du die vier Elemente auch noch im Detail diskutieren (z.b. in Kleingruppen). Wenn du das Gefühl hast, eine tiefere Auseinandersetzung mit den vier Elementen ist nicht notwendig oder überfordernd, mache einfach weiter mit der nächsten Übung.

Hinweise für die digitale Umsetzung:

Du kannst das Video über deinen Screen teilen (Vorsicht: oft schlechte Videoqualität) oder den Link zum Video in den Chat posten.



Übung 6: Puzzle der Alternativen

Übersicht:	Die Teilnehmer*innen lernen verschiedene Initiativen und Projekte kennen, die sich für eine Solidarische Zukunft einsetzen sowie drei Strategien für Wandel. In Kleingruppen werden die Initiativen den drei verschiedenen Wandel-Strategien zugeordnet.
Zeit	45 Minuten
Material	<ul style="list-style-type: none">• Slides/ Flipchart um die Wandel-Strategien zu erklären.• Puzzle-Teile mit Beispielen (siehe Begleitmaterial) -> Jede Initiative sollte auf einem eigenen Blatt (ca. DIN A5) stehen.

Schritt 1: Du stellst kurz die drei Strategien für Wandel vor. Siehe hierzu Anhang 5.

Schritt 2: Du teilst die Gruppe in kleinere Gruppen (3-4 Pers.) ein. Jede Gruppe erhält 3-4 Puzzleteile mit jeweils einem Beispiel. → Du solltest vorher passende Puzzleteile aussuchen und genügend ausdrucken.

Anzahl der Teilnehmer*innen	Kleingruppengröße	Puzzleteile
10-11	3 Personen/ Gruppe	9
12-14	4 Personen/ Gruppe	12
15-17	5 Personen/ Gruppe	15
18-20	6 Personen/ Gruppe	18

Schritt 3: Die Teilnehmer*innen lesen die Beschreibungen der Beispiele und tauschen sich darüber ca. 15 Minuten aus.

- Was denkst du über das Beispiel?
- Welche der drei Strategien kommen in diesem Beispiel zur Anwendung?

Danach entscheidet sich jede Kleingruppe für eines der Beispiele, welches sie im Plenum vorstellen möchte.

Schritt 4: Zurück im Plenum stellt jede Gruppe kurz ihr Beispiel und ihre Zuordnung zu einer der Strategien vor.

Schritt 5: Starte danach eine Diskussion zu folgenden Fragen: „Auf welche Weise unterstützen sich die Strategien gegenseitig? Wann widersprechen sie sich?“



Schritt 6: Wenn noch Zeit ist, frage im Plenum, wer noch andere (lokale) Initiativen kennt, die sich für eine Solidarische Zukunft einsetzen und welche Strategie diese anwenden.

Allgemeine Hinweise:

- Ein wichtiges Ergebnis dieser Übung ist es, zu verstehen, dass die verschiedenen Strategien zusammenhängen und sich wechselseitig stärken können. Deswegen gibt es bei der Zuordnung der Initiativen auch kein falsches Ergebnis. Fast alle Initiativen können mehreren Strategien zugeordnet werden.
- Wenn du genug Vorbereitungszeit hast, bereite gerne auch ein paar Puzzleteile mit lokalem Bezug zu dem Workshop-Ort vor.
- Wenn Du mit einer Gruppe arbeitest, die mit dem Konzept der Solidarischen Lebensweise vertraut ist (siehe Aktivität 5), kannst du zusätzlich folgende Frage stellen: „*Welche Elemente der Solidarischen Lebensweise finden sich in den Beispielen wieder?*“

Am Ende kannst du alle Puzzleteile nochmal so hinlegen, dass sich die Teilnehmer*innen nach dem Workshop diese nochmal anschauen und/oder mitnehmen können.

Hinweise für die digitale Umsetzung:

Bereite eine Folie mit den drei verschiedenen Strategien vor. Danach kannst du Breakout-Rooms eröffnen.



Übung 7: Schluss

Übersicht	In der Abschlussrunde kann jede Person nochmal sagen, was ihre nächsten, konkreten Schritte für eine Solidarische Lebensweise sein werden. Zudem ist hier Zeit für ein schriftliches, anonymes Feedback.
Zeit	10 Minuten
Material	<ul style="list-style-type: none">• Feedbackbögen• Stifte• Ein Gegenstand, der herumgereicht werden kann (z.B. Jonglierball)

Schritt 1: Mache deutlich, dass der Workshop nun zu Ende ist. Dafür kannst du auch nochmal die einzelnen Übungen zusammenfassen und dadurch den Workshop revue passieren lassen.

Schritt 2: Lade die Gruppe zu einer Minute Stille ein, in der sie über die Frage, wie ihnen der Workshop gefallen hat und was sie mitnehmen werden, nachdenken können.

Schritt 3: Leite eine kurze Abschlussrunde ein, in der jede Person einen Gedanken äußern kann. Dazu kannst du einen Gegenstand herumgeben / zu der Person werfen, die als nächstes sprechen will.

Schritt 4: Beende den Workshop. Wenn es passt, erwähne nochmal, dass die Puzzleteile auf dem Tisch gern mitgenommen werden dürfen.

Am Ende sollten mind. 5 Minuten bleiben, damit alle den Feedbackbogen ausfüllen können.

Allgemeine Hinweise:

Ein Feedbackbogen kann folgende Fragen beinhalten:

- Was war mein Aha-Moment?
- Was nehme ich heute mit?
- Was würde ich das nächste Mal anders machen?
- Konnte ich mich so einbringen wie ich wollte?

Hinweise für die digitale Umsetzung:

Schritt 3: Die Gruppe kann hier auch den Chat nutzen.

Schritt 4: Es gibt verschiedene Tools für online Feedback z.B. Survey Monkey oder Qualtrics.



Anhang

Anhang 1a: Gruppenvereinbarung

1. Gib Raum, nimm dir Raum
2. Höre auch mit dem Herzen zu
3. Bevor du sprichst – überlege dir was du sagen möchtest [W.A.I.T.—Why Am I Talking?]
4. Vertraulichkeit: Nimm die Lektion mit, lass die Details hier
5. Sei offen für verschiedene Perspektiven
6. Sei offen zu lernen
7. Sei offen dafür, dass jemand anderes deine Meinung sagt
8. Teile deine Meinung anstatt sie zu verkaufen
9. Versuche weniger „aber“ und mehr „und“ zuzulassen.
10. Schätze den Prozess mindestens so sehr wie das Ergebnis
11. Gehe von den besten Intentionen aus, nimm die Wirkung ernst
12. Achte auf deine eigenen Grenzen sowie auf die der Anderen

Frei nach adrienne marree brown (2017): emergent strategy

Anhang 1b: Chat-Zeichen zur Moderation von Diskussionen im digitalen Raum

- + Zustimmung
- Ablehnung
- * Meldung
- ** direkte Antwort zu dem gerade Gesagten
- # Ich habe ein technisches Problem und brauche Hilfe.

Teilnehmer*innen können diese Zeichen in den Chat schreiben.

Anhang 2: Zitate zum Thema Utopie

„Die Realität ist für diejenigen, die ihre Träume nicht aushalten.“ – unbekannt

„Nichts trägt im gleichen Maß wie ein Traum dazu bei die Zukunft zu gestalten.“ Victor Hugo

„My utopia is not your utopia.“



„The goal of oppressors is to limit your imagination about what is possible without them, so you might never imagine more for yourself & the world you live in. Imagine something better. Get curious about what it actually takes to make it happen. Then fight for it every day.“ Ashley C. Ford ---/---

„Das Ziel der Unterdrückenden ist es, deine Vorstellungskraft darüber einzuschränken, was ohne sie möglich ist, damit du dir nie mehr für dich und die Welt, in der du lebst, vorstellen kannst. Stell dir etwas Besseres vor. Sei neugierig darauf, was es tatsächlich braucht, um es zu verwirklichen. Dann kämpfe jeden Tag dafür.“ Ashley C. Ford

„Utopien besitzen einen politischen Anspruch: Sie kritisieren bestehende Institutionen und sozialpolitische Verhältnisse und zeichnen eine durchdachte Alternative auf. Bei alldem machen sie den Menschen zu einem aktiven, gestalterischen Wesen und schreiben jedem Individuum die gleichen Rechte zu.“

„Wandel soll eine Sprache sprechen, der nicht nur den Verstand beeindruckt, sondern auch das Herz. Träume soll man mit der Realität und umgekehrt konfrontieren, nur dann lassen sich bestehende Verhältnisse verändern. Wir brauchen positive Perspektiven. Utopien können den „lähmenden“ Zustand bekämpfen. Sie können ein Lichtblick sein, in Phasen der Resignation und Stagnation.“

„Utopien sind Motoren der Veränderung. Sie motivieren und inspirieren uns neue Wege zu gehen. Nur weil heute etwas undenkbar scheint, heißt es nicht, dass es unmöglich ist. Es ist eben gerade noch nicht denkbar.

„Die Werkzeuge der Herrschenden können nicht das Haus der Herrschenden zerstören. (frei nach Audre Lorde)

„Kindern erzählt man Geschichten, damit sie einschlafen, Erwachsenen erzählt man Geschichten, damit sie aufwachen.“ Jorge Bucay

"Probleme kann man niemals mit derselben Denkweise lösen, durch die sie entstanden sind." (Albert Einstein)

Anhang 3a: Definitionen zu Utopien

- Eine Utopie ist der Entwurf einer möglichen, zukünftigen, meist aber fiktiven Lebensform oder Gesellschaftsordnung, die nicht an zeitgenössische historisch-kulturelle Rahmenbedingungen gebunden ist. (Wikipedia)
- altgriechisch οὐ ou „nicht“ und τόπος τόπος „Ort, Stelle“, gemeinsam „Nicht-Ort“
- Erstmals aufgetaucht 1516 in dem Roman von Thomas Morus als Insel Utopia
- Wunschbild von fortschrittlicher Gesellschaft, die in der Zukunft liegt

Anhang 3b: Empfehlungen für online Whiteboards

1. Spacedeck ist eine webbasierte Software, mit der Du mühelos alle Arten von Medien auf virtuellen Whiteboards kombinieren kannst: Textnotizen, Fotos, Weblinks, sogar Videos und Audioaufnahmen: <https://spacedeck.com/>
2. Crypt Pad bietet kollaborative Dokumente, Whiteboards, Tabellenkalkulationen usw. und ist einfach zu bedienen: <https://cryptpad.fr/>



3. penBoard ist eine plattformübergreifende (Linux / Windows / macOS) interaktive Whiteboard-Anwendung. Sie wird derzeit vom Erziehungsdepartement (D.I.P.) des Kantons Genf in der Schweiz betreut: <https://www.openboard.at/>
4. Excalidraw ist ein Open-Source-Whiteboard-Tool, mit dem Du schnell Diagramme skizzieren kannst, die wie von Hand gezeichnet aussehen. Es ist direkt online als Web-App und auch über CodeSandbox verfügbar und die App kann selbst gehostet werden: <https://excalidraw.com/>

Außerdem haben einige Videokonferenz-Tools einfache Whiteboards integriert, z. B. BigBlueButton oder Open Meetings

Vorschläge inspiriert durch :

<https://alternativeto.net/category/remote-work-and-education/interactive-whiteboard/?license=opensource>

Anhang 4: Elemente der Solidarischen Lebensweise

Ausführliche Informationen zu den Ideen des I.L.A.-Kollektivs zur Solidarischen Lebensweise findest du in dieser kostenlosen Online-Publikation: <https://www.oekom.de/buch/das-gute-leben-fuer-alle-9783962380953>

Du kannst auch einige Erläuterungen dazu auf der KAUZ-Website finden:

<https://kauz-project.org/de/project/3-solidarische-lebensweise/>

In kurz:

Logik von Care:

Fürsorge-Gesellschaft bedeutet, dass wir Sorgearbeit in den Mittelpunkt unserer Gesellschaft und unseres Handelns stellen. Das impliziert, dass wir unsere Abhängigkeit von der Natur und anderen Menschen anerkennen. In diesem weiteren Sinne bezeichnet Sorgearbeit alle Handlungen, die für das Bestehen, die Erhaltung und die Erneuerung der Welt sorgen, sowie die Übernahme von Verantwortung für das eigene In-der-Welt-Sein. Care umfasst auch Tätigkeiten wie Landschaftspflege, Verantwortung für Tiere und Pflanzen, politischen Aktivismus, Informations-, Forschungs- und Entwicklungsarbeit. Die Logik von Care ist ein Appell zur Abkehr von Individualismus und Gewinnorientierung hin zu Gemeinschaft und Bedürfnisorientierung.

Demokratisierung:

Menschen sollen die Möglichkeit haben ihr Leben selbstbestimmt zu gestalten. Dazu benötigen alle Menschen Zugang zu den Mitteln, die für diese umfassende Teilhabe notwendig sind.

Demokratisierung bedeutet daher Umverteilung. Bei gleichen Zugängen geht es um zeitliche und emotionale Fähigkeiten genauso wie um Bildung sowie materielle und soziale Sicherheit. Darüber hinaus braucht es hierfür entsprechende Entscheidungsverfahren, die ungleiche Machtverhältnisse überwinden und allen Menschen gleichermaßen ermöglichen zu partizipieren. Das Recht, sich nicht immer mit voller Kraft für seine Rechte einsetzen zu müssen (weil man nicht immer kann oder nicht immer will), muss dabei jedoch gewahrt bleiben. Demokratisierung bedeutet, dass Entscheidungsmechanismen und ungerechte Machtverhältnisse offengelegt werden - nicht nur in der Politik, sondern in allen Lebensbereichen.



Commoning/ Common goods:

Unter Commoning versteht man die selbstorganisierte und bedarfsorientierte gemeinsame Produktion, Verwaltung, Pflege und Nutzung von Gütern unterschiedlicher Art. Dabei bringen die Beteiligten ihre Fähigkeiten ein und entscheiden gemeinsam über Art und Umfang der Nutzung der Ressourcen und Produkte.

Suffizienz

Der Begriff Suffizienz steht für das Streben, den Ressourcenverbrauch zu minimieren, um innerhalb der planetarischen und sozialen Grenzen zu bleiben. Das Prinzip der Suffizienz wirft die Frage nach dem richtigen Maß auf. Reduktion ist nicht länger ein Verzicht, sondern eine Strategie zur Förderung einer Solidarischen Lebensweise.

Anhang 5: Strategien des Wandels

1) Widerstand gegen Ausbeutung leisten

Eine wichtige Strategie am Weg hin zur Solidarischen Lebensweise ist es, Widerstand gegen bestehende Formen von Unrecht und Ausbeutung zu leisten und sogenannte „rote Linien“ zu ziehen. Zivilgesellschaftlicher Protest ist ein zentrales Element lebendiger Demokratien und die Mobilisierung zu Protest eine wichtige Fähigkeit von sozialen Bewegungen. Offener Protest kann die breitere öffentliche Meinung beeinflussen und damit Druck auf die Entscheidungsträger*innen aufbauen. Protest kennt viele Formen und soll die aktuellen Verhältnisse konstruktiv stören, damit Veränderung voran getrieben wird.

2) Aufbauen von Alternativen

Solidarische Alternativen entstehen schon heute als konkrete Utopien in den Nischen unserer Gesellschaft. Sie entstehen von unten und zeigen, dass eine andere Welt machbar und möglich ist. Gelebte Alternativen sind auch deshalb so wichtig, weil sie den Raum des Denk- und Machbaren erweitern und dazu beitragen solidarisches Handeln im Alltag zu lernen. Alternative Lebens- und Wirtschaftsformen entwickeln einen Vorrat an praktischen Erfahrungen, auf denen große, gesellschaftliche Veränderungen aufbauen können. Denn die solidarische Lebensweise kann nicht von einem Tag auf den anderen aus dem Boden gestampft werden. Umso wichtiger ist es schon heute zu experimentieren, um aus den Fehlern und Erfolgen für morgen zu lernen.

3) Verankerung solidarischer Alternativen

Neben dem Aufbau kleiner, solidarischer Alternativen in den Nischen der Gesellschaft, ist es notwendig, die politischen und wirtschaftlichen Institutionen, die die Rahmenbedingungen für unser gesellschaftliches Zusammenleben legen, zu verändern. Nur so können solidarische Alternativen langfristig in unserer Gesellschaft verankert werden. Diese Strategie zielt insbesondere darauf ab, neue, gesellschaftliche Normalitäten zu schaffen. Ansatzpunkt dafür sind die kommunale, aber auch die regionale, nationale und internationale Ebene. Verankerung solidarischer Alternativen findet statt, wenn Macht umverteilt wird, Institutionen demokratischer gestaltet werden, Gesetze, die solidarisches Handeln absichern, geschaffen werden oder Infrastruktur entsprechend gestaltet wird. Dazu braucht es soziale Bewegungen, die diese Forderungen formulieren und auf die Straße tragen, breite Bündnisse, die Mehrheiten organisieren und politische Akteur*innen, die diese Forderungen umsetzen.

common
FUTURE

 UNIVERSITÄT
SIEGEN

unibz

dante USTANOVA ZA
OBRAZOVANJE ODRASLIH | ADULT
EDUCATION
INSTITUTION

periskop
Wandel braucht neue Perspektiven



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.
2020-1-DE02-KA204-007671