

Auf Kosten Anderer?

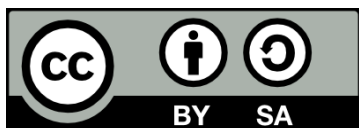
Die Imperiale Lebensweise erkunden

Workshopkonzept



Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis.....	1
Kurzbeschreibung.....	2
Ziele des Workshops.....	2
Zielgruppe.....	2
Workshop Übersicht (insgesamt 3 Stunden).....	3
Aktivität 1: Willkommen und organisatorische Punkte.....	4
Aktivität 2: Check-In: Gründe zur Hoffnung.....	5
Aktivität 3a: Einführung in die Imperiale Lebensweise.....	6
Kurze Pause von 10 Minuten.....	7
Aktivität 3b: Conversation Café.....	7
Aktivität 4: Verlernen von Gewohnheiten.....	8
Aktivität 5: Die Imperiale Lebensweise in meinem alltäglichen Leben.....	10
Aktivität 6: Abschluss.....	11
Überblick Material.....	12
Flipcharts.....	12
Anhang.....	13



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/)



Hardfacts

- 3h
- 12-20 Teilnehmende
- in Person oder online möglich

Kurzbeschreibung

Im Workshop „Auf Kosten Anderer?“ beleuchten wir die modernen, oft unsichtbaren, Ausbeutungsstrukturen, die dem mitteleuropäischen Wohlstandsmodell zugrunde liegen. Dabei arbeiten wir mit dem Konzept der Imperialen Lebensweise (Wissen/Brand, 2017), welches eine Erklärung für folgende widersprüchliche Beobachtung liefert: obwohl es ein zunehmendes Bewusstsein für Klimakrise und soziale Ungleichheiten gibt, spitzen sich beide Krisen zu. Diese Beobachtung führt zu folgender Frage: wie ist das möglich und wieso braucht ein Wandel so lange?

Wir behandeln diese Fragen am Beispiel der Automobilität, welche im KAUZ-Video über die Imperiale Lebensweise thematisiert. Auf Grundlage dieses Videos diskutieren wir die zentralen Aussagen des Konzepts. In einem zweiten Schritt wenden wir das Konzept auf Erfahrungen aus unserem Alltag an und stellen die zentrale Frage, inwiefern wir Teil der Imperialen Lebensweise sind und wo wir uns dieser widersetzen können. Der Workshop besteht aus einer Mischung aus audiovisuellen Input, Diskussion, Reflexion und Gruppenübungen.

Ziele des Workshops

- Eröffnung einer systemkritischen Perspektive auf soziale und ökologische Probleme durch Einführen des Konzepts der Imperialen Lebensweise
- Reflexion und Diskussion der eigenen Verwicklung in die Imperiale Lebensweise
- Identifikation von Möglichkeiten die Imperialen Lebensweise zu überwinden

Zielgruppe

Der Workshop ist an breite Zielgruppe ohne spezifisches Vorwissen zur Imperialen Lebensweise und ab einem Alter von 16 Jahren aufwärts gerichtet. Vor allem richtet der Workshop sich an Menschen, die eher von der Imperialen Lebensweise profitieren und die gewillt sind, Ihre eigene Rolle in Bezug auf stabilisierende Machtstrukturen kritisch zu hinterfragen.



Workshop Übersicht (insgesamt 3 Stunden)

Dauer	Name der Aktivität		Beschreibung der Aktivität	Methode
10'	1	Willkommen und organisatorische Punkte	Zu Beginn des Workshops ist es wichtig, genügend Zeit für ein entspanntes Ankommen und Willkommen-Heißen einzuplanen. Im Anschluss kannst du (die*der Anleitende des Workshops) alle organisatorischen Fragen besprechen.	/
15'	2	Check-In: Gründe zur Hoffnung	Check-Ins sind ein einfaches Werkzeug, um die Grundlage für einen lebendigen Workshop zu schaffen. Die Frage in dieser Aktivität („Was war das letzte, was dich optimistisch für die Zukunft gestimmt hat?“) zielt darauf ab, die Teilnehmenden zu aktivieren und sich dem Workshop von einer persönlichen Ebene zu nähern. Außerdem ermöglichen Check-Ins sich kennenzulernen und zum Sprechen vor der Gruppe zu ermutigen.	Austausch in Kleingruppen
45'	3a	Einführung in das Konzept der Imperialen Lebensweise	In dieser Aktivität führst du das Konzept der Imperialen Lebensweise ein und diskutierst dieses in einem nächsten Schritt mit den Teilnehmenden. Die Grundlage dafür bildet ein Video von KAUZ, welches das Konzept am Beispiel der Automobilität erklärt.	Video und Reflektion
10'	Pause			
40'	3b	Conversation café	Auf Grundlage der Ernte des Videos (Aktivität 3b) diskutiert ihr offene Fragen in Form eines Conversation Cafés. Diese Methode ermöglicht eine strukturierte Diskussion in Kleingruppen.	Strukturierte Diskussion in Kleingruppen
5'	4	Gewohnheiten Verlernen	Diese interaktive Übung ist ein Energizer und steht für sich, gleichzeitig bildet diese eine Brücke zwischen Aktivitäten 3 und 5, indem es die persönliche Ebene der Imperialen Lebensweise einführt. Weil das Verlernen von Gewohnheiten ein zentraler Schritt ist, um die Imperiale Lebensweise zu überwinden, passt diese Aktivität gut in das Gesamtkonzept des Workshops.	Interaktiver Energizer
45'	5	Die Imperiale Lebensweise in meinem Alltag	Diese Aktivität zielt darauf ab das eher theoretische Konzept der Imperialen Lebensweise auf Alltagserfahrungen der Teilnehmenden zu übertragen. Außerdem werden Möglichkeiten für eine Solidarische Lebensweise identifiziert. Die Aktivität besteht aus einer stillen und einer darauf folgenden offenen Diskussion.	Stille Diskussion auf Flipcharts und offene Diskussion
10'	6	Abschluss	Eine Abschlussrunde schließt den Workshop ab und bietet bereits eine erste Möglichkeit für Feedback an dich. Außerdem solltest du Zeit für anonymes Feedback geben.	/



Aktivität 1: Willkommen und organisatorische Punkte

Überblick	Zu Beginn des Workshops ist es wichtig, genügend Zeit für ein entspanntes Ankommen und Willkommen heißen einzuplanen. Im Anschluss kannst du (die*der Anleitende des Workshops) alle organisatorischen Fragen besprechen.
Zeit	10 Minuten
Material	Visualisierung von: <ul style="list-style-type: none">• Workshop-Ablauf (z.B. auf einem Flipchart)• Ziele des Workshops• Willkommensposter• Gruppenvereinbarung (Anhang 1a)

Anleitung

Das wichtigste an dieser Aktivität ist es, einen Raum zu schaffen, in dem sich die Teilnehmenden willkommen fühlen. Gleichzeitig, sollten alle organisatorischen Fragen geklärt werden, sodass sich die Teilnehmenden im Anschluss auf den Workshop konzentrieren können.

Folgende Punkte solltest du vorher klären und kommunizieren:

- Vorstellung von dir
- Kontext des Workshops → Warum findet dieser Workshop statt?
- Was können die Teilnehmenden erwarten? → Zeige den Ablaufplan und die Ziele des Workshops
- Gruppenvereinbarung (du findest einen Vorschlag für eine Gruppenvereinbarung von adrienne maree brown in Anhang 1a)
- Anwesenheitsliste falls notwendig
- ...

Du kannst diese Liste entsprechend dem Kontext des Workshops anpassen.

Allgemeine Hinweise:

Dieser Teil dauert gewöhnlich länger, als du erwarten magst, dennoch ist es wichtig nicht zu viel für organisatorische Details zu verwenden. Es ist hilfreich, sich vorher gründlich zu überlegen, welche Informationen benötigt werden. Außerdem ist es hilfreich Visualisierungen des Ablaufplans, der Ziele des Workshops etc. vorbereitet zu haben, damit die Teilnehmenden es einfacher haben den Informationen zu folgen.

Hinweise für die Online-Umsetzung:

Wenn du den Workshop online durchführst, müssen technische Fragen angesprochen werden, etwa für die Verwendung des Chats etc. Vorschläge für Symbole zur Moderation einer Online-Diskussion findest du in Anhang 1b. Anstelle von Flipcharts kannst du einfache Folien für eine Präsentation vorbereiten.



Aktivität 2: Check-In: Gründe zur Hoffnung

Überblick	Check-Ins sind ein einfaches Werkzeug, um die Grundlage für einen lebendigen Workshop zu schaffen. Die Frage in dieser Aktivität („Was war das letzte, was dich optimistisch für die Zukunft gestimmt hat?“) zielt darauf ab, die Teilnehmenden zu aktivieren und sich dem Workshop von einer persönlichen Ebene zu nähern. Außerdem ermöglichen Check-Ins sich kennenzulernen und zum Sprechen vor der Gruppe zu ermutigen.
Zeit	15 Minuten
Material	<ul style="list-style-type: none">• Flipchart "Gründe zur Hoffnung" mit den Leitfragen• Karteikarten• Marker/Filzstife für Teilnehmende

Anleitung

Schritt 1: Schicke die Teilnehmenden in Kleingruppen von 3 Personen für einen kurzen Austausch (7 Min.) zur Frage: „Was war das letzte, was dich optimistisch für die Zukunft gestimmt hat?“ Du kannst die Gruppen auf die folgende Weise bilden: Nimm die Gesamtzahl der Teilnehmenden und teile diese durch 3. Dann zähle die Teilnehmenden bis zu dieser Zahl ab und starte danach erneut bei 1. Alle die 1en, 2en, etc. Bilden eine Kleingruppe. Auf diese Weise erhältst du Kleingruppen von jeweils drei Personen und vermeidest, dass immer nur die Sitznachbar*innen miteinander arbeiten.

Schritt 2: Während des Austauschs zur Leitfrage schreibt jede*r Teilnehmende*r einen Stichpunkt auf eine Karteikarte auf, welcher die Situation beschreibt, an die sie*er gedacht hat.

Schritt 3: Zurück in der Gesamtgruppe stellt sich jede*r Teilnehmende*r mit Namen vor und sagt einen Satz zu der Situation, die sie*er vorgestellt hat, und hängt die Karteikarte an einer Flipchart auf. Auf diese Weise bekommen alle einen Eindruck von den Diskussionen in der Kleingruppe.

Allgemeine Hinweise:

Falls weniger als 12 Personen an dem Workshop teilnehmen sollten, kannst du die Frage in einer großen Runde der Reihe nach besprechen anstatt in Kleingruppen zu gehen.

Hinweise für die Online-Umsetzung:

Schritt 1: Für die Diskussion in Kleingruppen kannst du Break-Out-Räume erstellen und die Teilnehmenden zufällig zuteilen.

Schritt 2 & 3: Für die Online-Durchführung beschreiben die Teilnehmenden in der Gesamtgruppe ihre Situation kurz im Chat und lesen dies dann laut vor.



Aktivität 3a: Einführung in die Imperiale Lebensweise

Überblick	In dieser Aktivität führst du das Konzept der Imperialen Lebensweise ein und diskutierst dieses in einem nächsten Schritt mit den Teilnehmenden. Die Grundlage dafür bildet ein Video von KAUZ, welches das Konzept am Beispiel der Automobilität erklärt.
Zeit	45 Minuten
Material	<ul style="list-style-type: none">• Projektor• Lautsprecher• Laptop• Karteikarten in zwei verschiedenen Farben• Marker/Filzstifte für alle Teilnehmenden• Zwei Flipcharts (Überschrift: "Kernaussagen"& "Fragezeichen ")

Anleitung

Schritt 1: Du zeigst das KAUZ-Video zur Imperialen Lebensweise, welches 17 Minuten dauert und unter folgendem Link verfügbar ist: https://www.youtube.com/watch?v=c4c5e_hmsWM

Das Video ist in englischer Sprache, Untertitel auf Deutsch, Kroatisch und Italienisch sind verfügbar.

Lade die Teilnehmenden dazu ein persönliche Notizen während des Videos zu machen.

Schritt 2: Die Teilnehmenden tun sich mit ihren Sitznachbar*innen zusammen und erhalten 5 Karteikärtchen in verschiedenen Farben je Paar. Zu zweit machen sie Stichpunkte auf den Karteikarten zu folgenden Punkten:

- Was sind die Kernaussagen der Imperialen Lebensweise, die du aus dem Video mitgenommen hast? (Karteikärtchen in Farbe 1)
- Welche Fragen oder Punkte zur Diskussion hast du? (Karteikärtchen in Farbe 2)

Jedes Paar sollte maximal drei Punkte zur ersten Frage und zwei zur zweiten Frage aufschreiben. Schritt 2 dauert etwa 10 Minuten.

Schritt 3: Zuerst sammelt ihr die Kernaussagen, die ihr zur Imperialen Lebensweise aus dem Video mitgenommen habt. Du pinnt die Karteikärtchen an die Flipchart mit der Überschrift „Kernaussagen“. Sollte eine Aussage für dich oder die Teilnehmenden unklar sein, diskutiert diese kurz.



Schritt 4: Jetzt werden die offenen Fragen und Diskussionspunkte eingesammelt und auf das Flipchart mit der Überschrift „Fragezeichen“ angepinnt. Sollte eine Aussage für dich oder die Teilnehmenden unklar sein, diskutiert diese kurz.

Allgemeine Hinweise:

Weiteres Material zum Lesen über die Imperiale Lebensweise findest du in Anhang 2.

Wenn du weniger Zeit hast, kannst du auch die kürzere Version des Videos zeigen:

<https://www.youtube.com/watch?v=UQuXWMqY1xs> (9:21 Min)

Hinweise für die Online-Umsetzung:

Schritt 2: Für die Diskussion in Paaren erstellst du Break-Out-Räume und teilst die Teilnehmenden zufällig zu.

Schritt 3 & 4: Anstelle von Flipcharts kannst du die Aussagen auf einem Online-Whiteboard sammeln. Empfehlungen für Online-Whiteboards findest du in Anhang 3.

Kurze Pause von 10 Minuten

Vorbereitungen während der Pause:

Schritt 1: Das Conversation Cafe (Aktivität 3b) wird in Kleingruppen von 3-4 Personen durchgeführt. Rechne aus, wie viele Gruppen es geben wird.

Schritt 2: Jetzt clusterst du die Karteikarten auf dem Flipchart mit der Überschrift „Fragezeichen“ nach ähnlichen Fragestellungen. Versuche so viele Cluster zu erstellen wie es Gruppen gibt. Überlege dir bereits, welche Themen die wichtigsten und interessantesten Aspekte bieten.

Aktivität 3b: Conversation Café

Überblick	Auf Grundlage der Ernte des Videos (Aktivität 3b) diskutiert ihr offene Fragen in Form eines Conversation Cafes. Diese Methode ermöglicht eine strukturierte Diskussion in Kleingruppen.
Zeit	40 Minuten
Material	<ul style="list-style-type: none">• Karteikarten• Handout "Struktur eines Conversation Cafes" – Anhang 4

Anleitung



Schritt 1: Diskutiere mit den Teilnehmenden dein Vorschlag für die Clusterung für die weitere Diskussion. Passe die Cluster den Wünschen der Teilnehmenden an.

Schritt 2: Lege die Karteikarten-Cluster in verschiedene Ecken des Raumes. Die Teilnehmenden ordnen sich ihrem Interesse nach den Clustern zu. Lade die Teilnehmenden dazu ein, möglichst Gruppen von 3-4 Personen zu bilden. Falls ein Cluster nicht genügend Interesse erfahren sollte, könnt ihr das Thema auch auslassen und zwei Gruppen dasselbe Thema diskutieren lassen. Ermutige die Teilnehmenden die Verantwortung für den Gruppenbildungsprozess zu übernehmen.

Schritt 3: Verteile die Handouts zur Struktur eines Conversation Cafes an jede Gruppe und erkläre diese.

Ein Conversation Cafe besteht aus mehreren Runden und dauert 25-30 Minuten. Es folgt einem bestimmten Ablauf und stellt dadurch sicher, dass jede Person die Möglichkeit zu sprechen erhält:

- Runde 1: Individuelle Reflektion der Frage (3 Minuten Stille)
- Runde 2: Was ist das erste, was mir in den Kopf kommt, wenn ich über die Frage nachdenke? (1 Minute pro Person)
- Runde 3: Was denke ich, nachdem ich alle anderen sprechen gehört habe (1 Minute pro Person)
- Runde 4: Offene Diskussion (10 Minuten)
- Runde 5: Jede Person teilt ihre Erkenntnisse aus der Diskussion (1 Minute pro Person)

Schritt 4: Schließlich kommt ihr wieder als Gesamtgruppe zusammen. Jede Kleingruppe teilt die Hauptergebnisse ihrer Cafes. Du kannst Notizen auf Karteikarten machen und diese an die Flipchart „Kernaussagen“ anheften, um die Ergebnisse der einzelnen Diskussionen festzuhalten.

Allgemeine Hinweise:

Jede Gruppe sollte eine Person auswählen, die auf die Zeit achtet.

Hinweise für die Online-Umsetzung:

Schritt 2: Du kannst ein digitales Whiteboard mit den Clustern vorbereiten. Die Teilnehmenden können nun ihre Namen zu den Clustern schreiben, die sie gerne diskutieren wollen.

Schritt 4: Falls die Videokonferenz-Software die Möglichkeit bietet Nachrichten in die Break-Out-Räume zu senden, kann es hilfreich sein, hin und wieder Updates zum Fortschritt des Cafes zu geben („Jetzt solltet ihr in Runde 2 sein“). Der Ablaufplan kann in den Chat gepostet werden, bevor die Teilnehmenden in die Break-Out-Räume gehen.

Aktivität 4: Verlernen von Gewohnheiten

Überblick	Diese interaktive Übung ist ein Energizer und steht für sich. Gleichzeitig bildet diese eine Brücke zwischen Aktivitäten 3 und 5, indem es die persönliche Ebene der Imperialen Lebensweise einführt. Weil das Verlernen von
-----------	--



	Gewohnheiten ein zentraler Schritt ist, um die Imperiale Lebensweise zu überwinden, passt diese Aktivität gut in das Gesamtkonzept des Workshops.
Zeit	5 Minuten
Material	/

Anleitung

Schritt 1: Fordere die Teilnehmenden dazu auf, ihre Arme entspannt an den Seiten ihres Körpers hängen zu lassen.

Schritt 2: Nun, lass sie ihre Arme überkreuzen.

Schritt 3: Frag sie, welche ihrer Arme vor dem anderen ist.

Schritt 4: Bitte sie, wieder die Arme entspannt an den Seiten ihres Körpers hängen zu lassen.

Schritt 5: Wieder sollen sie die Arme überkreuzen.

Schritt 6: Frag sie, welcher ihrer Arme nun der vordere ist.

Schritt 7: Frag, wer zweimal denselben Arm vorne hatte. Das sollte die große Mehrheit der Teilnehmenden sein.

Auswertung 1: "Fast alle hatten denselben Arm zweimal vorne. Das ergibt Sinn, denn normalerweise überkreuzen wir unsere Arme, wenn wir uns auf andere Dinge fokussieren müssen. Wenn wir einmal eine Position gefunden haben, in der unsere Arme angenehm liegen, wiederholen wir diese – letztendlich wäre es eine Verschwendung an Gehirnkapazitäten, wenn wir jedes Mal neu überlegen müssten, wie wir unsere Arme überkreuzen. Solche Routinen sind effektiv und erlauben es uns, sich auf andere Sachen zu konzentrieren. Solange sich solche Verhaltensweisen als sinnvoll zeigen, gibt es keinen Grund diese in Frage zu stellen. Im Kontext der heutigen Krisen sind viele unserer Routinen aber nicht mehr sinnvoll. Neue Routinen zu entwickeln, ist ein wichtiger Schritt hin zu einer Solidarischen Lebensweise. Darum üben wir nun, mit unseren Routinen zu brechen."

Schritt 8: Bitte die Teilnehmenden ihre Arme anders herum als vorher zu überkreuzen. Das fühlt sich anfangs meist ungewohnt und etwas komisch an. Warte, bis alle ihre Arme verschränkt haben.

Auswertung 2: "Glückwunsch, du hast es geschafft. Lasst uns drei Dinge festhalten, die fast immer zutreffen, wenn wir unsere Gewohnheiten ändern:

1. Es ist möglich! Ihr alle habt die Arme nun anders herum überkreuzt.
2. Allerdings braucht es ein bisschen, darüber nachzudenken und vermutlich auch einige weitere gescheiterte Versuche, bis ihr die Gewohnheit verlernt.
3. Anfangs mag es sich irritierend anfühlen. Aber es ist wert es zu versuchen.

Allgemeine Hinweise:



Eine ausführliche Anleitung der Übung findet sich auf Seite 14 in „The system thinking playbook for climate change“ (2017). URL: <http://klimamediathek.de/wp-content/uploads/giz2011-0588en-playbook-climate-change.pdf>

Hinweise für die Online-Umsetzung:

Schritt 7: Die Teilnehmenden können die Rückmeldung im Chat geben.

Aktivität 5: Die Imperiale Lebensweise in meinem alltäglichen Leben

Überblick	Diese Aktivität zielt darauf ab, das eher theoretische Konzept der Imperialen Lebensweise auf Alltagserfahrungen der Teilnehmenden zu übertragen. Außerdem werden Möglichkeiten für eine Solidarische Lebensweise identifiziert. Die Aktivität besteht aus einer stillen und einer darauf folgendenden offenen Diskussion.
Zeit	45 Minuten
Material	<ul style="list-style-type: none">• Sechs Flipcharts• Marker/Flizstifte für alle Teilnehmenden

Anleitung

Schritt 1: Du verteilst sechs Flipcharts (eins je Leitfrage) im Raum und präsentierst diese kurz. Je zwei Fragen gehören zusammen. Daher versuche die zusammengehörigen Flipcharts nah beieinander zu platzieren.

Leitfragen:

- 1a) Wo profitiere ich von der Imperialen Lebensweise in meinem Leben?
- 1b) Wo leide ich unter der Imperialen Lebensweise in meinem Leben?

- 2a) Was bringt mich dazu, nicht von der Imperialen Lebensweise loszukommen? *In mir selbst* (Grundsätze, Überzeugungen etc.)
- 2b) Was bringt mich dazu, nicht von der Imperialen Lebensweise loszukommen? *Von außen* (Erwartungen von außen, Strukturen etc.)

- 3a) Where do I already oppose the Imperial Mode of Living?
- 3b) Where do I already experience elements of a solidary mode of living in my life?

Schritt 2: Die Teilnehmenden bewegen sich im Stillen im Raum und reflektieren die Fragen. Bitte sie, ihre Gedanken auf die Flipcharts zu schreiben. Die Teilnehmenden dürfen auch in schriftlicher Form auf die Aussagen der anderen Teilnehmenden reagieren und auf diese Weise in schriftlichen Dialog auf den Flipcharts gehen. Du kannst in dieser Zeit leise und entspannte Musik spielen. Dieser Schritt dauert 20 Minuten.



Schritt 3: Bitte die Teilnehmenden, das Schreiben auf den Flipcharts zu stoppen und herumzugehen und zu lesen, was auf den Flipcharts steht. Du kannst ebenso herumgehen, um nachzulesen, was dort steht.

Schritt 4: Ihr versammelt euch wieder als Gruppe. Jetzt können die Teilnehmenden sich in einer offenen Diskussion austauschen. Du kannst deine Gedanken teilen, sollte die Diskussion ins Stocken geraten. Versuch einen guten Abschluss zu finden, wenn die Zeit vorbei ist.

Allgemeine Hinweise:

Diese Aktivität soll die Teilnehmenden dazu ermutigen, sich ehrlich und offen mit den Konsequenzen der Imperialen Lebensweise auseinanderzusetzen. Daher ist es wichtig, die geteilten Erfahrungen und Gedanken nicht zu verurteilen, sondern diesen mit Respekt zu begegnen.

Hinweise für die Online-Umsetzung:

Schritt 1: Wieder kannst du diese Aktivität auf einem Online-Whiteboard durchführen, welches genügend Platz bieten sollte, um die Gedanken der Teilnehmenden zu teilen.

Aktivität 6: Abschluss

Überblick	Eine Abschlussrunde schließt den Workshop ab und bietet bereits eine erste Möglichkeit für Feedback an dich. Außerdem solltest du Zeit für anonymes Feedback geben.
Zeit	10 Minuten
Material	<ul style="list-style-type: none">• Feedback-Formulare• Stifte• Ein Gegenstand, der im Kreis herumgegeben werden kann (ein Jonglier-Ball zum Beispiel)

Anleitung

Schritt 1: Weise darauf hin, dass der Workshop nun fast vorbei ist.

Schritt 2: Gib den Teilnehmenden eine Minute in Stille, um über folgende Frage nachzudenken: „Was hat mich inspiriert?“

Step 3: Mach eine kurze Runde und lade die Teilnehmenden dazu ein, einen abschließenden Gedanken kurz zu teilen. Du kannst einen Gegenstand herumreichen, der anzeigt, wer gerade spricht. Die Teilnehmenden dürfen den Gegenstand auch weiterreichen, ohne etwas sagen zu müssen.

Schritt 4: Schließe den Workshop. Es sollten mindestens fünf Minuten übrig sein, damit die Teilnehmenden ein anonymes Feedbackformular ausfüllen können.

Allgemeine Hinweise:



Ein Feedback-Formular könnte die folgenden Fragen enthalten:

- Was war mein „Aha-Moment“?
- Was nehme ich mit?
- Was hätte ich mir anders gewünscht?
- Konnte ich zum Workshop so beitragen, wie ich es mir gewünscht habe? Warum?
- Was möchte ich noch sagen?

Hinweise für die Online-Umsetzung:

Schritt 3: Wenn du den Workshop online durchführst, können die Teilnehmenden die Frage auch im Chat beantworten.

Schritt 4: Es gibt verschiedene Werkzeuge für Online-Umfragen, z.B. Survey Monkey oder Qualtrics.

Überblick Material

Was?	Wie viele?	Aktivität
Karten in mind. zwei Farben	Mind. Eine Packung	2, 3a, 3b
Flipchart-stifte/ Filzstifte	Alle Teilnehmer*innen sollen zeitgleich schreiben können	2, 3a, 3b, 5
Beamer	1	3a
Lautsprecher	1	3a
Laptop	1	3a
Handout "Struktur eines Conversation Café" -> Anhang 4	1 pro Kleingruppe	3b
Stifte/ Kugelschreiber	Alle Teilnehmer*innen sollen zeitgleich schreiben können	6
Feedback Bögen	1/ pro Teilnehmer*in	6

Flipcharts

Titel/ Stichwort	Aktivität
Willkommensplakat	1
Zeitplan/ Workshop-Ziele	1
Gruppenvereinbarung	
1 Grund für Hoffnung	2
Kernaussagen	3a
Fragezeichen	3a
Die Imperiale Lebensweise in meinem Alltag – Frage 1a	5
Die Imperiale Lebensweise in meinem Alltag – Frage 1b	5
Die Imperiale Lebensweise in meinem Alltag – Frage 2a	5
Die Imperiale Lebensweise in meinem Alltag – Frage 2b	5
Die Imperiale Lebensweise in meinem Alltag – Frage 3a	5



Anhang

Anhang 1: Gruppenvereinbarung

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

Frei nach [adrienne marree brown](#) (2017): [emergent strategy](#)

Anhang 1b: Chat-Zeichen für Selbstmoderation im virtuellen Raum

+ Zustimmung

- Ablehnung

* Wunsch zu sprechen

** Direkte Reaktion auf etwas Gesagtes

Ich habe technische Probleme und brauche Unterstützung

➔ Die Teilnehmer*innen verwenden diese Zeichen im Chat, um die Moderation einer online-Diskussion zu vereinfachen

Anhang 2: Weiterführende Literatur zur Imperialen Lebensweise

- Brand, Ulrich und Wissen, Marcus (2017): Imperiale Lebensweise. Zur Ausbeutung von Mensch und Natur im globalen Kapitalismus. Oekom Verlag.
<https://www.researchgate.net/publication/321162878> [Imperiale Lebensweise Zur Ausbeutung von Mensch und Natur im globalen Kapitalismus](#)



- I.L.A.-Kollektiv (2018): Auf Kosten Anderer. Oekom Verlag.
<https://www.oekom.de/buch/auf-kosten-anderer-9783960060253>
- Video-Beitrag des Kolleg Postwachstum: Markus Wissen: Imperiale Lebensweise. Youtube:
<https://www.youtube.com/watch?v=2kBJP5YOL7k>

Anhang 3: Vorschläge für online Whiteboards

- Spacedeck ist eine webbasierte Software, mit der du alle Arten von Medien auf virtuellen Whiteboards kombinieren kannst: Textnotizen, Fotos, Weblinks, Videos und Audioaufnahmen: <https://spacedeck.com/>
- Crypt Pad bietet kollaborative Dokumente, Whiteboards, Tabellenkalkulationen usw. und ist einfach zu bedienen: <https://cryptpad.fr/>
- OpenBoard 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/>
- 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 Webapplikation und auch über CodeSandbox verfügbar: <https://excalidraw.com/>

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

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



Anhang 4: Handout „Struktur eines Conversation Café "

*Kopiere den folgenden Text in ein Dokument, um ein Handout für die Teilnehmer*innen zu erhalten*

Ein Conversation Café findet in mehreren Runden statt und dauert genau 22 Minuten. Es folgt einer bestimmten Struktur, die sicherstellt, dass jede Person während der Übung zu Wort kommt. Achtet darauf, dass ihr in den Runden 2, 3 und 5 in der gleichen Reihenfolge sprecht.

Struktur

	Aufgabe/ Leitfrage	Modus	Benötigte Zeit in einer 3er-Gruppe (in Min.)	Benötigte Zeit in einer 4er-Gruppe (in Min.)
Runde1	Einzelreflexion zur Ausgangsfrage	In Stille	3	2
Runde 2	Was kommt mir als erstes in den Kopf bei dieser Fragestellung?	1 Minute/ Person	3	4
Runde 3	Welche neuen Gedanken sind jetzt da, nachdem ich die anderen sprechen gehört habe?	1 Minute/ Person	3	4
Runde 4	Offene Diskussion	Wer sprechen will, spricht	10	8
Runde 5	Jede Person teilt mit, was sie/er/* aus der Übung mitnimmt	1 Minute/ Person	3	4
			22	22

Vergesst nicht, in eurer Gruppe einen Person zu bestimmen, die auf die Einhaltung der Zeit achtet. Diese Person ist berechtigt einzugreifen, wenn die Gruppenmitglieder Überstunden machen.

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