

**5 min**

### **Begrüßungsrunde**

Thermometer: Stand an Wissen und Erfahrung festhalten

Namensklebband

### **Infos von uns**

**Ablauf** vorstellen: Veto?

Auf Plakate hinweisen: Definitionen wie Konsens oder auch häufig gestellte Fragen

Auf Broschüren hinweisen

**10 min**

### **Intro: Was ist awareness?**

Übersetzt heisst „to be aware“ „aufmerksam sein“

- Die Grenzen anderer und auch von sich selber respektieren
- Gegen jegliche Diskriminierung
- Reflexionsprozess: Kultur: nicht ein paar Personen damit beauftragt, sondern ein Prozess: „Awareness sind wir alle, weil wir alle mitbestimmen, wie das Klima im Raum ist“

Ziel

- Raum, in welchem Menschen mehr Rücksicht aufeinander nehmen
- Inklusiverer Raum: Raum sicherer zu machen
- Bei Grenzüberschreitung den Betroffenen Ruhe, Gehör und Schutz bieten

Handeln

- Keine PC Polizei... Geht nicht darum, anderen Regeln aufzudrücken oder zu sanktionieren: werden nur dann aktiv, wenn darum gebeten wird
- Selber klar Position beziehen, solidarisieren mit Menschen, die Unterstützung möchten

Unterstützer\*innen

- möglichst vielfältig mit Wissen, Erfahrungen und wie sie wahrgenommen werden

### **Übungen**

**2 min Erklärung zur Übung**

**2 min zu zweit besprechen**

**10 min in Plenum zusammentragen**

**Wer** fehlt in diesen Räumlichkeiten? Wer kommt selten hier her?

Eigenschaften, Verhalten, Person

- Bildung
- Class/Klasse/Schicht
- Alter
- Dis\_ability, Gesundheit (Rauchen in Räumlichkeiten)
- <http://www.ak-mob.org/category/broschuere-barrierefrei-veranstalten/>
- Herkunft
- Sprache
- Beziehungsweisen, Polyamorie, sexuelle Orientierung
- Geschlecht
- Gender: Verhalten, wie weiblich / männlich Menschen sind
- Trans\*
- Inter\*
- Aussehen
- Verhalten
- Politische Ausrichtung

## Facetten von einem Übergriff

**2 min Erklärung zur Übung**

**3 min zu zweit besprechen**

**5 min in Plenum zusammentragen**

Zu zweit: in 3 Minuten möglichst viele Übergriffige Situationen zu überlegen. Möglichst breite Facette. Was für Beispiele? Situationen? Nicht ausführlich

Im Plenum zusammentragen, nicht wiederholen

## Was tun? Wichtige Konzepte. Was heisst unterstützen? Wie Raum sicherer machen?

**2 min**

Definitionsmacht

- Definition einer Grenzverletzung liegt bei Betroffenen
- Gewalt wird verschieden erlebt aufgrund von eigener Geschichte, Erfahrung und Gegenwart
- Nur die Betroffene Person kann sagen dass das Geschehene eine Grenzverletzung war
- Konzept der Definitionsmacht fordert uns auf der Betroffenen Person zu glauben das was passiert ist Gewalt war.

**2 min**

Konsens

- Informierte Zustimmung
- Aus dem medizinischen Bereich bekannt: einem Eingriff am eigenen Körper zustimmen, möglichst weit informiert sein / werden
- Anders als in Gruppenprozessen: kein Veto...
- Nein heisst nein, kein Ja heisst auch nein, weiss nicht heisst auch nein
- Ja: verbal oder auch nonverbal (aber Achtung: nonverbale Kommunikation ist meist vieldeutig)
- wenn man sich bereits gut kennt, merkt man, ob etwas nicht in Ordnung ist: Person wird plötzlich still, starr, blass, laut ... oder aber: Person sagt ja, aber nur, weil sie befürchtet, dich sonst zu enttäuschen
- Zurechnungsfähig: nicht ohnmächtig, nicht unter Drogen
- „Ist es für dich in Ordnung, wenn ich XY mache?“
- Konsens braucht enorm viel Mut: Dinge benennen, die einem peinlich sind, für die einem die Worte fehlen, oder von denen man bisher einfach so annahm, dass das schon in Ordnung für die andere Person sei
- Verweis auf Broschüre auf Deutsch

Übung: Räume hinterfragen

**2 min Erklärung zur Übung**

**10 min zu zweit besprechen oder falls viele Leute grössere Gruppen**

**10 min Pause**

**10 min in Plenum zusammentragen: wichtigster Vorschlag?**

Verschiedene Gruppen nehmen sich einen Bereich vor. Wie wirkt dieser Bereich? Fühlt man sich wohl? Wie könnte man sich wohler fühlen? Was könnte man verbessern?

- Bar
- Bühne und Menschen, die auf der Bühne sind
- Tanzfläche
- Sofaecke

- WC
- Eingangsbereich
- Strasse/Umgebung

### Was fehlt? Schutzraum!

Was ist ein Schutzraum. Ein Raum wo sich Mensch zurückziehen kann um in Ruhe zu sein oder weiteres zu besprechen nach Übergriff oder auch einfach wenn Mensch ein bisschen Zeit für sich braucht oder Gespräche führen will.

Im Tumult einer Party ist es schwierig mit einer Person über vorgefallenes zu sprechen (musik etc).

### **Rückzugsort, Ausstattung**

- Taschentücher
- Schoggi und Kekse
- Früchte
- Wasser
- Wasserkocher, Tee, Tassen
- Decke
- Taxi nr und geld
- Notfallnr. (Spital, Frauenhäuser, Psychologische betreuung, etc.)
- Erste Hilfe (Wissen wo, oder besser eigenes Set?)

### **Rollenspiel-Übung: Action!**

#### **2 min Erklärung**

3er Gruppen: 2 Personen hinter Bar, 1 Person hat ein Anliegen (Anliegen aus dem Szenariencouvert ziehen ☺)

Ihr müsst nicht alle Szenarien durchprobieren

Nach Szenario jeweils alle einander Rückmeldung geben:

- Wie hat es sich angefühlt? Was war schwierig?
- Auf eigenes nonverbales Verhalten achten (abwehrende Armhaltung, Blick, Ausdruck)
- Hingehen und hinschauen: Spiel mit Distanz > was bewirkt sie?
- Könnte an einem „echten“ Abend etwas einfacher / schwieriger sein? (Lärm, Licht ...)

Ihr könnt uns jederzeit beiziehen (zB: Unklarheiten, erweitertes Szenario ausprobieren möchten, Diskussionsbedarf ...)

#### **20 min Übung**

Szenarien für mögliche Anliegen:

Jemand hat dir an den Po gefasst und nun fühlst du dich unwohl, suchst Blickkontakt mit Menschen hinter der Bar und gehst dann langsam auf den Tresen zu. Wenn das Gespräch startet, wirst du verlegen und nach ein paar Minuten bereust du, dich an sie gewandt zu haben. Du möchtest nur noch weg.

Jemand hat dich auf der Tanzfläche von hinten umarmt und in den Nacken geküsst, ohne dass du das gewollt hättest und nun ziehst du dich zurück an die Bar. Bestelle ein Getränk und sprich nachher an, was dir passiert ist. Im Gespräch merkst du, dass du die Polizei rufen möchtest.

Eine dir bekannte Person hat dich auf der Tanzfläche aggressiv angepöbelt und dich danach verbal beleidigt. Du wendest dich an die Bar und möchtest, dass die Person rausgeworfen wird.

Du denkst, du hast gesehen, wie jemand an der Bar einer anderen Person etwas in den Drink getan hat. Ganz sicher bist du dir nicht, doch sprichst die Menschen hinter der Bar darauf an.

Du stehst an der Bar und merkst, wie dir ganz schwindlig wird. Dein Herz rast. Plötzlich wird dir schlecht und du möchtest nur noch nach Hause. Wende dich nicht von dir aus an die Menschen hinter der Bar, weil du dazu gar nicht mehr in der Lage bist, sondern warte ihre Reaktion ab.

### **10 min Erkenntnisse im Plenum teilen wenn wer möchte**

Unsere Tips:

- Handzeichen abmachen im Vorfeld, um auf Probleme aufmerksam machen zu können
- Zu Beginn jedes abends: Rucksack Runde: wie geht es mir gerade, was beschäftigt mich?
- Unterstützung holen: auch hier unter Umständen abklären, ob das für die betroffene Person ok ist (Konsens)
- Eigene Grenzen kennen: was kann und möchte ich machen? Wo kann / möchte ich nicht mehr unterstützen?
- Wissen teilen: Person mehrfach Grenzen überschreitet... Erfahrungen teilen! Was gibt es für ein Gefäß?

### **Wenn Zeit noch reicht:**

#### **Wie weiter**

Wünsche aufschreiben  
Was soll sich ändern?

#### **Abschluss**

##### **5min**

Weiterführende Infos  
- Zines etc  
Sign up für awareness Liste

##### **10min**

Auf Erwartungen verweisen  
Runde: Was nehmt ihr mit?

Feedback: Wäre toll wenn wir Feedback für den workshop bekämen. War das erste mal und ist immer gut zu hören was war toll und was voll nicht.

### **Wenn wir noch Zeit haben: Vorhandene Plakate / Aushänge lesen und überdenken: wie wirken sie? Was sollte man ändern? Was ist gut so?**

#### **Sonstige Notizen:**

Kritik ernst nehmen (2x dieselbe Kritik hören sollte zu denken geben)  
Hilferufe ernst nehmen (braucht Mut um sich zu melden: wie fällt es einem leichter?)

Jemand hat dir an den Po gefasst und nun fühlst du dich unwohl, suchst Blickkontakt mit Menschen hinter der Bar und gehst dann langsam auf den Tresen zu. Wenn das Gespräch startet, wirst du verlegen und nach ein paar Minuten bereust du, dich an sie gewandt zu haben. Du möchtest nur noch weg.

Jemand hat dich auf der Tanzfläche von hinten umarmt und in den Nacken geküsst, ohne dass du das gewollt hättest und nun ziehst du dich zurück an die Bar. Bestelle ein Getränk und sprich nachher an, was dir passiert ist. Im Gespräch merkst du, dass du die Polizei rufen möchtest.

Eine dir bekannte Person hat dich auf der Tanzfläche aggressiv angepöbelt und dich danach verbal beleidigt. Du wendest dich an die Bar und möchtest, dass die Person rausgeworfen wird.

Du denkst, du hast gesehen, wie jemand an der Bar einer anderen Person etwas in den Drink getan hat. Ganz sicher bist du dir nicht, doch sprichst die Menschen hinter der Bar darauf an.

Du stehst an der Bar und merkst, wie dir ganz schwindlig wird. Dein Herz rast. Plötzlich wird dir schlecht und du möchtest nur noch nach Hause. Wende dich nicht von dir aus an die Menschen hinter der Bar, weil du dazu gar nicht mehr in der Lage bist, sondern warte ihre Reaktion ab.