

Erzählcafé-Leitfaden für die Aktionswoche gegen Rassismus

Thema: Dazugehören

Begrüssung

*Die/der Gastgeber*in begrüsst zum Erzählcafé, erwähnt bei Bedarf den Rahmen des Erzählcafés (Aktionswoche gegen Rassismus) und sagt einige Worte zum Raum/Lokalität/Moderator*in.*

Gesprächsregeln Erzählcafé¹

Die Moderation gibt einen Überblick über den Ablauf und erklärt die Gesprächsregeln im Erzählcafé.

- Geteilt werden persönliche Erfahrungen und Geschichten aus dem Alltag
- Es gibt weder richtig noch falsch
- Das Gesagte steht nicht zur Diskussion
- Es wird nicht gewertet
- Den Erzählenden wird mit Respekt begegnet
- Erzählen ist freiwillig, Zuhören ist Pflicht
- Alles, was erzählt wird, wird vertraulich behandelt
- Als Moderator*in schaue ich, dass alle die wollen zu Wort kommen können, und dass wir einen roten Faden beibehalten
- Im informellen zweiten Teil begleitet von Kaffee/Tee können untereinander einzelne Themen vertieft oder offene Fragen geklärt werden

Ankommen

Es eignet sich eine Einstiegsrunde, wo alle ihre Stimme in der Gruppe hören lassen. Eine kurze persönliche Frage zum Aufwärmen und der Vorname genügt (Lieblingsfarbe oder Tier, wichtiger Gegenstand usw.).

Einleitung

Hier sind einige stichwortartige Gedanken, die helfen einen thematischen Einstieg zu formulieren. Sie stimmen die Teilnehmenden auf das Thema ein und regen sie zum freien Erzählen an. Auch eine Erzählung aus dem eigenen Leben kann als Erzählanstoss und hilfreiches Beispiel dienen.

Heute ist das Thema „Dazugehören“. Das heisst, zu einer Personengruppe dazugehören. Ein Teil sein, ein Mitglied sein, ein Zugehörigkeitsgefühl haben, zu einer Gruppe dazu zählen. Als Menschen sind wir oft von anderen Menschen umgeben, Leben in einer Gesellschaft, Arbeiten mit anderen, wohnen mit anderen, lernen von anderen, gehen in die Schule, sind von anderen umgeben. Heute sind wir offen für Geschichten über alle Ereignisse rund um das Dazugehören oder auch das Gefühl nicht dazu zu gehören.

Fragen

Lassen Sie sich vom Gesprächsfluss leiten und wählen Sie Fragen, die zu den Erzählungen und Lebenserfahrungen der Teilnehmenden passen. Seien Sie flexibel und gehen Sie auf das ein, was in der Gruppe erzählt wird. Fassen Sie zusammen was gesagt wurde, bevor sie zu einer anderen Frage gehen.

¹ Siehe auch Merkblatt „[Gesprächsregeln für sorgsam moderierte Erzählcafés](http://www.netzwerk-erzaehlcafe.ch)“ auf der Webseite www.netzwerk-erzaehlcafe.ch



Einstiegsfrage:	Welche Ereignisse aus eurem Leben kommen euch in den Sinn zum Thema „Dazugehören“? Welche positiven, vielleicht auch negativen, Erfahrungen und Erlebnisse mit Gemeinschaften hast du im Verlaufe deines Lebens gemacht?
Vergangenheit:	Bin ich in Gemeinschaften hineingewachsen in denen ich mich gut aufgehoben fühlte, die wichtig für mich in meinem Leben waren? Was war das Besondere an diesen Gemeinschaften? Taucht bei mir ein Bild oder ein bestimmtes Erlebnis auf, wie ich mich in dieser Gemeinschaft gefühlt habe?
Gesellschaft, Geschichte:	Wie fühle ich mich in der Schweizer Gesellschaft als zugehörig oder nicht? Wann fällt mir das auf?
Gefühle:	Welche Gefühle verbindest du mit dem dazugehören, oder nicht dazugehören? Wie fühlst du dich, wenn du dazugehörst, oder nicht?
Sinne:	Welche Gerüche und/oder Geräusche, assoziiert du mit Dazugehörigkeit?
Gegenwart:	Was zeichnet Gruppen/Gemeinschaften aus, in denen ich mich gut aufgehoben fühle? In welcher Gemeinschaft fühle ich mich wohl? Kann ich benennen weshalb? Welche Gruppen/Gemeinschaften sind heute wichtig in meinem Leben und weshalb?
Beziehungen:	Es ist natürlich, dass wir uns mit Gruppen umgeben und Grenzen ziehen. Wann empfinde ich selber, dass Andere anders sind, oder nicht dazugehören und wie verhalte ich mich demgegenüber? Welche Situationen fallen mir dazu ein?
Objekte:	Gibt es Objekte oder äussere Anzeichen, die ich mit Dazugehörigkeit assoziiere?
Zukunft, Gewohnheit, Tipps/Praxis:	Wo sehe ich den grössten Bedarf Dazugehörigkeit zu stärken? Was könnte getan werden? Wo möchte ich in Zukunft stärker dazugehören? Was kann ich machen, damit es dazu kommt? Wo möchte ich nicht mehr dazugehören?

Übergang zum informellen Austausch

Im informellen Teil bei Kaffee/Tee Gedanken können vertieft werden und Fragen gestellt werden. Als Übergang eignet sich eine kurze Zusammenfassung der Erzählungen. Auch eine Bedankung und Wertschätzung der Geschichten ist wichtig. Es ist die Gelegenheit, ohne Moderation mit Anderen ins Gespräch zu kommen. Die Moderation kann auf einzelne Personen zugehen, die starke Emotionen gezeigt haben und Nachsorge üben. Dabei kann das Gruppensetting behalten, sich frei bewegt oder kleinere Gruppen gebildet werden.

Zum Ende des Erzählcafés schliesst die Moderation und bedankt sich bei allen Anwesenden (hier sind auch Hinweise auf weitere Erzählcafés möglich).



Netzwerk Erzählcafé
Réseau Café-récits
Rete caffè narrativi

Herzlichen Dank für eure vielseitigen Geschichten. Es hat sich gezeigt, welche Ereignisse (*Zusammenfassung einiger Beispiele*) für euch heute bedeutend sind, die in Erinnerung bleiben. Durch das Zuhören der Geschichten, der anderen Teilnehmenden, habt ihr euch vielleicht an ein ähnliches Ereignis zurückerinnern können. Heute waren es diese Geschichten, die in euch nachgeklungen sind. Ich danke herzlich für eure Offenheit und Vertrauen.