

„Hört einander zu!“ – Ideensplitter für Jugendliche



Besondere Songs:

- „Hör auf die Stimme“ von Mark Forster
- „Crazy“ von Lost Frequencies & Zonderling (Inhalt: „Hör‘ nicht auf alles, Einiges tut dir nicht gut.“)

Methoden/Aktionen:

Sundays for future

Seit Monaten sind Jugendliche jeden Freitag weltweit auf den Straßen, um darauf aufmerksam zu machen, dass endlich etwas für den Klimaschutz getan werden muss. Ihr Aufruf geht an die Verantwortlichen in Politik und Gesellschaft, aber auch an jeden Einzelnen. Diese Jugendlichen fordern: „Hört uns zu. Wir haben euch etwas Wichtiges zu sagen!“

Der Klimaschutz ist momentan das Thema, das Jugendliche zu den Freitags-Demos ermutigt.

Gibt es darüber hinaus eigentlich noch andere wichtige Themen, für die sich solche Demos lohnen würden?

Wie sieht es mit dem Thema „Soziale Gerechtigkeit“ aus? Informiert euch doch einmal zum Thema „Soziale Gerechtigkeit“! Wie viele Kinder in Deutschland sind arm? Wie unterschiedlich sind Bildungschancen, je nachdem aus welcher sozialen Schicht man kommt? Wieviel verdient man in welchem Beruf? Gibt es da Unterschiede zwischen Männern und Frauen?

Bestimmt fällt euch bei eurer Recherche einiges auf, was so einfach nicht okay ist und worauf ihr gerne aufmerksam machen möchtet. Gestaltet entsprechende Plakate und überlegt, wo ihr eine „Mini-Demo“ durchführen möchtet. Dazu könnt ihr zum Beispiel in einem Gottesdienst eure Forderungen vorstellen. Oder ihr sprecht euch mit den Veranstaltern eines Festes ab und bittet die dort Menschen, euch zuzuhören.

Diskussionsrunden

Ladet Menschen ein, berühmt oder nicht, die zu einem bestimmten Thema etwas zu sagen haben. Hört ihnen aufmerksam zu und kommt dann miteinander ins Gespräch.

Diese Menschen können sein: Ein junger Flüchtling, eine Mitarbeiterin der Tafel, eine Kinderkrankenschwester, ein Altenpfleger, der Rektor der Sonderschule, eine Politikerin, ...

Bestimmt kommt jemand gerne bei euch vorbei. Lasst euch überraschen, was ihr hören werdet!

Podcast anhören

Es gibt Podcasts zu allen möglichen Themen. Einigt euch in der Gruppe auf ein Thema und sucht dann im Internet nach passenden Podcasts. Diese könnt ihr euch dann anhören und danach darüber diskutieren. Ihr werdet merken, dass man vieles anders aufnimmt, wenn man es nur hört und nicht – wie sonst immer – auch sieht.

Kugellager

Bildet zwei gleichgroße Gruppen. Stellt euch in einen inneren und einen äußeren Kreis und dreht euch zueinander. Jede und jeder hat nun ein Gegenüber. Unterhaltet euch mit eurem Gegenüber zu folgenden Fragen:

- Wem hörst du gerne zu?
- Wer hört dir zu?

Nach zwei Minuten, „dreht“ sich einer der Kreise um eine Person weiter. Das Gespräch beginnt mit dem nächsten Gegenüber erneut. Nach zwei Minuten „dreht“ sich einer der Kreise wieder. Das geht so lange, bis jeder wieder vor seinem ersten Gesprächspartner steht.

Es können natürlich auch andere Fragen verwendet werden, um ins Gespräch zu kommen.

Leitfaden für ein Gespräch

Ein Zeichen von Freundschaft ist, dass man sich gegenseitig alles erzählen kann und auch sicher sein kann, dass die Freundin/der Freund auch zuhört.

Mit diesen Tipps bist du garantiert eine gute ZuhörerIn/ein guter Zuhörer:

- Wenn jemand zu dir sagt: „Kann ich dir mal was erzählen?“, dann nimm dir die Zeit dafür. Solltest du nicht sofort Zeit haben, vereinbare einen Termin.
- Höre erst mal nur zu! Auch wenn dir direkt etwas zu dem Thema einfällt. Jetzt ist zuerst einmal die oder der Andere mit erzählen dran.
- Bevor du irgendwelche Tipps gibst, frag' erst mal nach, ob die oder der Andere einen Rat von dir haben möchte.
- Wenn dir jemand erzählt, wie sie oder er sich fühlt, nimm diese Gefühle ernst. Der Satz: „Ach, so schlimm ist es doch gar nicht, wie du gerade machst“, kann sehr verletzend sein. Außerdem fühlt sich deine Freundin/ dein Freund dann höchstwahrscheinlich nicht ernst genommen.
- Wenn du etwas erzählt bekommst, was dich selbst überfordert, zum Beispiel wenn dir jemand von Gewalterfahrungen oder ähnlichem erzählt, sucht gemeinsam nach Unterstützung. In deiner Nähe gibt es mindestens einen Erwachsenen, der euch helfen kann. Das kann beispielsweise ein Lehrer, die School-Workerin, ein Seelsorger, eine Caritasmitarbeiterin sein. Wenn du mit jemandem über das Gehörte redest, ist das kein Tratschen, sondern eine wichtige Unterstützung, damit deine Freundin/dein Freund Hilfe bekommt.
- In den allermeisten Fällen wird es aber um ganz normale große und kleine Kleinigkeiten gehen: Stress mit dem großen Bruder, Liebeskummer, nervige Lehrer, ...
- Hör gut zu und freue dich darüber, dass dir vertraut wird!

Eine Zusammenstellung von Susanne Zengerly, Gemeindereferentin in der Pfarreiengemeinschaft Dillingen.