

TRAININGSUMFANG

etwa 7 bis 9 Stunden (Tagesseminar), bei Bedarf auch auf 2 Tage verteilt. Kürzere „Schnuppertrainings“ sind möglich, ebenso wie mehrtägige Trainings zur Vertiefung.

TERMIN UND ORT

werden individuell vereinbart. Der Trainingsraum sollte ausreichend groß sein für Gruppenarbeit sowie für Interaktion und praktisches (Bewegungs-)Üben.

TRAINER*INNEN

sind engagierte Menschen aus verschiedenen Zusammenhängen, Vereinen und Institutionen in Rheinland-Pfalz. Sie haben eine intensive Ausbildung bei Prof. Dr. Margarete Boos (Universität Göttingen) und Dipl.-Soz. Malte Schütt durchlaufen. Die Trainer*innen sind zur gegenseitigen Unterstützung und Qualitätssicherung der Trainings im Netzwerk Zivilcourage RLP eingebunden.

KOSTEN

variieren je nach Umfang und Ausgestaltung des Trainings. Am Preis soll kein Trainingswunsch scheitern, es gibt Zuschussmöglichkeiten. Bitte sprechen Sie uns an.

Die Ausbildung „Trainer*in Zivilcourage“ erhielt 2010 den Weiterbildungspreis des Landes Rheinland-Pfalz.

2019 wurde das Netzwerk Zivilcourage RLP von der Stiftung Kriminalprävention Rheinland-Pfalz mit einem Sonderpreis für Zivilcourage ausgezeichnet.

Das Zivilcourage-Netzwerks RLP und die Ausbildung der Trainer*innen werden durch die Leitstelle Kriminalprävention Rheinland-Pfalz unterstützt.

KONTAKT

Zivilcourage-Netzwerk Rheinland-Pfalz
Arbeitsgemeinschaft Frieden e.V.,
Pfüthenstraße 1, 54290 Trier,
Telefon: 0651 / 9941017
buero@agf-trier.de
www.agf-trier.de/zivilcourage



Im Netzwerk sind Trainer*innen aus ganz Rheinland-Pfalz vertreten, wir vermitteln den passenden Kontakt vor Ort.

WEITERE INFORMATIONEN

Landesnetzwerk: www.zivilcourage-rlp.de
Bundesnetzwerk: www.bundesnetzwerk-zivilcourage.de
Leitstelle Kriminalprävention Rheinland-Pfalz:
kriminalpraevention.rlp.de/de/unsere-themen/zivilcourage
Polizei: www.aktion-tu-was.de und: www.zivile-helden.de

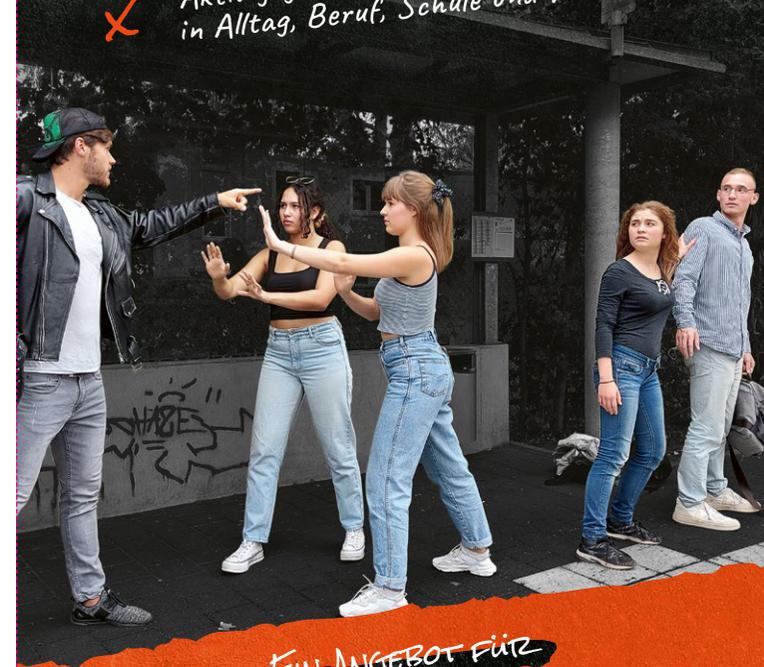
Erste Tipps, die weiterhelfen:

- X raus aus der Zuschauer- oder Opferrolle, tu was!
- X fordere andere konkret zur Mithilfe auf
- X sieh hin, präge dir Täter-Merkmale ein
- X hol Hilfe (Notruf 110)
- X versorge das Opfer, hilf als Zeuge

Netzwerk Zivilcourage Rheinland-Pfalz

ZIVILCOURAGE TRAINING

- X Gewaltfrei eingreifen, ohne sich selbst zu gefährden
- X Mit praktischen Tipps und Übungen für mehr Sicherheit, Selbstbehauptung und Eigensicherung
- X Aktiv gegen Diskriminierung und Gewalt in Alltag, Beruf, Schule und Freizeit



Ein Angebot für

- X Schulen, Bildungs-, Senioren- & Jugendeinrichtungen
- X kommunale und zivilgesellschaftliche Akteur*innen
- X alle interessierten Gruppen und Einzelpersonen

WOZUM ES GEHT

Überall wo Menschen zusammen leben, arbeiten und agieren, können Situationen entstehen, die mit Ausgrenzung, Diskriminierung oder Gewalt einhergehen. Jede und jeder hat wahrscheinlich schon solche Momente erlebt, in denen er oder sie Opfer wurde oder als Zuschauer*in gerne eingegriffen hätte. – aber nicht wusste, wie!

Viele schauen weg, wenn es zu gewalttätigen oder diskriminierenden Übergriffen kommt.

Sich äußern, sich einmischen, eingreifen – das bedeutet Einsatz für ein friedliches, respektvolles und demokratisches Miteinander und erfordert Zivilcourage. Es geht um überlegtes und beherztes Handeln ohne den Helden oder die Heldin zu spielen wenn eine Situation es gebietet.

Das Training ermutigt Menschen, Zivilcourage zu zeigen. Es vermittelt hilfreiche Informationen und bietet Raum und Gelegenheit zur Reflexion, zum Entwickeln eigener Handlungsstrategien und zum Üben.

Das Zivilcourage-Netzwerk Rheinland-Pfalz will durch Trainings nachhaltig Zivilcouragekompetenz vor Ort vermitteln und mehr Öffentlichkeit für Zivilcourage herstellen.



ZIELE

- ✗ Schärfen der Sensibilität für die Notwendigkeit zivilcouragierten Verhaltens im Alltag
- ✗ Aufzeigen und Einüben konkreter Handlungsoptionen und die Erweiterung des jeweils eigenen Verhaltensrepertoires für Zivilcourage
- ✗ Ermutigung zu zivilcouragiertem Verhalten und aktivem Eintreten für Demokratie, Menschenrechte und Menschenwürde – dafür, sich für höhere Werte zu positionieren

ZIELGRUPPEN

- ✗ Erwachsene, besonders als Erziehende mit Vorbildfunktion, als Multiplikator*innen sowie Senior*innen
- ✗ Lehrer*innen (IFB-Nummer kann beantragt werden) im Rahmen themenbezogener Unterrichtsgestaltung und zur Förderung von Demokratieverständnis und Sozialkompetenz sowie zur Gewaltprävention
- ✗ Jugendliche ab 15 Jahren in Schulklassen oder Jugendgruppen
- ✗ Teams und Gruppen im beruflichen Kontext, in Ausbildung, Studium oder Weiterbildung
- ✗ Kinder im Grundschulalter auf Anfrage
- ✗ Einzelpersonen auf Anfrage bzw. für frei ausgeschriebene Trainings



GRUNDLAGE

des Trainings bildet das Göttinger Zivilcourage-Impuls-Training (GZIT), das auf Basis sozialpsychologischer Erkenntnisse entwickelt wurde.

Diskriminierung ist Alltagsrealität und fängt nicht erst mit dem Angriff auf Leib und Leben an. In unseren Trainings werden deshalb keine Kampf- oder Selbstverteidigungstechniken trainiert, sondern Verhaltensweisen erlernt und Persönlichkeitseigenschaften gefördert, die geeignet sind, (Alltags-)Gewalt und Diskriminierung zu verhindern oder zu stoppen.

Es geht um die Erweiterung der persönlichen Handlungskompetenz unter Beachtung eigener Grenzen und eigener Unversehrtheit. Mut und innere Ruhe werden als neue Stärke erlebt, die an die Stelle von Gefühlen der Hilflosigkeit und Ohnmacht tritt.

METHODEN

Das Training setzt auf gedanklicher Ebene, beim Verhalten und bei der Selbsterfahrung an. Anhand von Beispielen und Alltagserfahrungen der Teilnehmer*innen wird Zivilcourage behandelt und in Rollenspielen eingeübt. Das Training bedient sich dabei einer Bandbreite an pädagogischen Methoden und Moderationselementen die an der jeweiligen Zielgruppe ausgerichtet sind.

