



www.respect-camp.ch

Programm- und Notizheft Respect-Camp

Name: _____

Willkommen im Respect-Camp!

Dieses Heft begleitet dich durch das Respect-Camp. In 6 verschiedenen Zelten findest du die Trainingspoints, jeder zu einem anderen Thema. Zu jedem Trainingspoint findest du eine Seite in diesem Heft mit Fragen zum jeweiligen Thema. In der Mitte steht das grosse Chillout-Tipi. Dorthin kannst du dich zurückziehen, um die Fragen in Ruhe zu beantworten oder um über das Erlebte weiter zu diskutieren.

Die Leute im blauen Respect-Camp-T-Shirt stehen für Fragen oder Gespräche bereit. Wir wünschen dir viel Spass und gute Begegnungen auf dem Weg durch das Respect-Camp.

OK Respect-Camp

Respect-Camp-Special:

Deine Meinung interessiert uns. Sende uns am Respect-Camp-Tag eine SMS mit der Zahl (der betreffenden Frage), deinem Vornamen und deiner Antwort an die Nummer

076 251 41 30

- 1: Was macht dich so richtig wütend?
- 2: Was machst du mit deiner Wut?
- 3: Was macht dich glücklich?
- 4: Wann bist du zufrieden?
- 5: Wann fühlst du dich zuhause?
- 6: Was ist dir fremd in der Schweiz?
- 7: Kennst du einen/eine Friedensstifter/in?
- 8: Worum lohnt es sich zu streiten?
- 9: Welche Vorurteile hast du wegen deiner Religionszugehörigkeit erlebt?
- 10: Was sollen wir tun, um den Frieden unter den Religionen aufzubauen?



Trainingspoint Frustabbau

Suche dir eine/n Partner/in aus eurer Gruppe für das Interview über den Umgang mit Wut. Beantwortet beide alle Fragen unten so ehrlich wie möglich und schreibt die Antworten hin. Ihr könnt einander besser kennenlernen dabei.

1. Was macht dich wütend, bzw. was ärgert dich?

a) _____

b) _____

c) _____

2. Was tust du, wenn du auf deine Geschwister wütend bist?

Wie reagieren sie?

Was tust du, wenn du auf Deine Eltern wütend bist?

Wie reagieren sie?

3. Bist du gerne mal wütend? Ja Nein

Warum oder warum nicht?

4. Kannst du und darfst du immer Wut zeigen?

Ja Nein

Wann kannst du und darfst du keine Wut zeigen?

5. Wann ist es deiner Meinung nach wichtig und richtig, wütend zu werden?



www.respect-camp.ch

Trainingspoint Zufriedenheit

Schau dich um im Zelt und lass dich inspirieren von den Bildern und Texten.
Mach dir Notizen in dein Heft.

Welches Zitat hat dich angesprochen?

Welches Zitat hat dich abgestossen?

Beantworte selber auch die beiden Fragen:

Was bedeutet für dich Glück?

Wann bist du zufrieden?

Gewalt entsteht oft aus Unzufriedenheit und Frust. Manche Leute haben unerfüllbare Wünsche und freuen sich selten. Worüber kannst du dich heute richtig freuen? Suche dir jemand aus deiner Gruppe und tauscht darüber aus.

Ich freue mich über:



Trainingspoint Beziehungen – zwischen Fremdem und Vertrautem

Wieviel Vertrautes brauchst du? – Wieviel Fremdes erträgst du?

In unserer globalisierten Welt treffen wir immer öfter auf fremde Menschen mit fremden Gewohnheiten und uns vielleicht fremden Ansichten. Wenn du durch den Bilder-Wald gehst, siehst du Gesichter und Situationen, die von Begegnungen mit dem Fremden erzählen. Wenn du Lust hast, kannst du dir ein Bild auswählen und dir dazu überlegen...

- was dir darauf fremd vorkommt oder dir vertraut ist
- welche Geschichte sich hinter der dargestellten Situation verbirgt und ob dich das Bild an eigene Erfahrungen erinnert

Auf dem interaktiven Parcours hast du die Möglichkeit, dich mit dem Bild, das du vom Fremden und von dir selbst hast, auseinanderzusetzen.

Posten 1: **«Wie sie sind.»**

Notiere in deinem Heft, was für Adjektive dir zu den genannten Gruppen spontan in den Sinn kommen und vergleiche die Resultate mit deinen Kolleginnen und Kollegen!

Posten 2: **«Wie du bist.»**

Nachdem du den Psychotest gemacht hast, frage eine Freundin oder einen Freund, wie sie oder er dich sieht!

Posten 3: **«Was es auch sein könnte.»**

Suche drei MitspielerInnen und ertastet zusammen das Innere der gelben Box. Erzählt euch, was ihr fühlt. Überlegt euch, anhand wieviel Informationen ihr über eine andere Person urteilt. Fällt es dir leicht, dich in andere Personen hineinzusetzen?

Am «Stopp Rassismus»-Kiosk gibt's das Auswertungsblatt zum Psychotest, Filme und Zeitschriften zum Anschauen und die Leute mit dem farbigen Respect-Camp-T-Shirt zum Reden.



Trainingspoint Kommunikation

Beschreibe ein eigenes Erlebnis mit Gewalt, wo du ZuschauerIn warst (nicht aus einem Film, sondern im Alltag):

Wie hast du dich als ZuschauerIn gefühlt?

Suche Ideen, wie ZuschauerInnen bei einem Gewaltvorfall mehr Zivilcourage zeigen könnten und notiere sie hier.

Welche Ideen würden sich für dein Erlebnis eignen?

Weitere Ideen findest du im Internet auf:

- www.friedenserziehung.ch
- www.eingreifen.de
- www.ncbi.ch



Trainingspoint Friedenstiften

Wann hattest du zum letzten Mal einen Streit?

a) heute (mit wem, weshalb)

b) gestern (mit wem, weshalb)

c) letzte Woche (mit wem, weshalb)

Bei einer guten Streitlösung gibt es nicht eineN VerliererIn und eineN GewinnerIn, sondern zwei GewinnerInnen. Suche einige Lösungen für deinen Streit, wo ihr beide gewinnen könnt:

A gewinnt	Beide gewinnen
Beide verlieren	B gewinnt

Wenn ihr wollt, könnt ihr eine Streitsituation mit Polaroidbilder festhalten und im Thermometer aufzeigen, wie sich der Streit entwickelt hat. Frage die Leute im farbigen Respect-Camp-T-Shirt, ob sie euch zeigen, wie der Thermometer funktioniert.



www.respect-camp.ch

Trainingspoint „Frieden–Selam–Shalom“

Die drei Religionen Judentum, Christentum und Islam suchen, beschreiben und fordern den Frieden. Dennoch hören wir viele Vorurteile und Anfeindungen gegen Andersgläubige, und oft werden andere Religionen in Frage gestellt oder abgewertet.

Welche Vorurteile hast du erlebt wegen deiner Religionszugehörigkeit?

Schau dir die Installation im Zelt über den Frieden unter den Religionen an. Die drei Türme stehen friedlich nebeneinander. Die Portraits der Jugendlichen berichten von Ausgrenzung und Vorurteilen. Die Guckfenster zeigen die Gemeinsamkeiten vom Judentum, Christentum und Islam und im Zentrum ist die «goldene Regel» jeder Religion als Friedensbotschaft platziert.

Wie gut kennst du dich aus über andere Religionen – findest du die Fehler im Guckfenster?

Was kannst du in deiner Schule oder in der Freizeit tun, um den Frieden unter den Religionen aufzubauen?



Chill-out-Tipi

Hier kannst du die friedliche Stimmung geniessen und wieder auftanken, bevor du zurück in einen Trainingspoint gehst oder das Respect-Camp verlässt. Die Leute im blauen Respect-Camp-T-Shirt stehen für Fragen oder Gespräche zur Verfügung, falls du über deine Gedanken zu Gewalt oder deine Erlebnisse im Respect-Camp reden möchtest. Musik, Kerzen und Texte helfen dir, dem Frieden nachzuspüren.

- Gewalt beginnt, wo das Reden aufhört.
- Selig sind, die Frieden stiften, denn sie werden Kinder Gottes heissen.
- Es kann nur dort Frieden geben, wo Gerechtigkeit und Frieden sich treffen.
- Es gibt keinen Weg zum Frieden, Frieden ist der Weg.
- Wenn wir keinen Feind in uns tragen, kann uns der Feind draussen nichts anhaben.
- Gewalt macht den Menschen zur Sache.
- Die Blume, die mit Gewalt gebrochen wurde, verliert ihren Duft.
- Wir glauben – Gewalt hat nicht das letzte Wort!

Baum mit Friedensbotschaften

- Notiere hier deine Botschaft(en) für den Frieden:
