

Liebe Freunde*innen,

mit diesem Schreiben möchten wir Dich zu einem „virale“ und virtuellen CAT-Training einladen. Wie viele von Euch wissen haben Karen und ich diese Trainingsidee vor Jahren in internationalen Seminaren entwickelt und Karen hat am Horn von Afrika dazu viele Menschen ausgebildet. Wir haben dieses Jahr vor, dieses CAT-Training auch für Trainer*innen und Berater*innen zugänglich zu machen. Geplant ist das erst Seminar vom 28.9.- 1.10.2020. Eine Einladung ist bis 22.5. auf der Homepage www.atcc-konfliktbearbeitung.de oder www.eiccc.org zu finden.

Durch die aktuelle Krise, die weit mehr als eine Pandemie ist, haben wir beide im Schnellverfahren ein virales und virtuelles Training entwickelt. Es ist so aufgebaut, dass sich verbindliche Gruppen von max. 8 Personen bilden, die mit mindestens 7 ein- bis zweistündigen Treffen die einzelnen Schritte dieses CAT-Trainings durchgehen. Wir werden dazu Übungen vorschlagen, die dann in diesen Treffen reflektiert werden sollen. Der Ablauf ist auf der Homepage zu finden. Wer mehr zum ATCC-Ansatz erfahren möchte schaue bitte auf die Homepage des Verbundes: www.atcc-konfliktbearbeitung.de

Ziel des gesamten Projektes: ist Handlungsoptionen in und vor allem NACH der Krise zu finden.

Wie die Geschichte zeigt, werden solche Krisen meist von extremen, demokratiefeindlichen, politischen Gruppen genutzt. Eine kleine Vorahnung was daraus erwachsen kann, können wir jetzt schon am eigenen Leib erfahren. Menschenrechtsverletzungen in den Flüchtlingslagern, an der EU-Außengrenze, Einschränkung der Entfaltung- und Veranstaltungsfreiheit, usw. Was wir aber auch sehen, es sind plötzlich Dinge möglich, die wir uns vor 1 Monat gar nicht vorstellen konnten. Der Flugverkehr wird eingeschränkt. Finanzielle Mittel, von denen keiner wusste, werden Unternehmen angeboten. All dieses wird schon im nächsten Haushalt fehlen, falls es ein Geld ist, dass für die Klimakatastrophe nicht vorhanden war. Sicherlich werden nicht die Unternehmen diesen Mangel an Finanzmittel zu spüren bekommen, sondern wahrscheinlich diejenigen, die sich jetzt schon bis zur Erschöpfung aufarbeiten. Was wir gerade erleben ist ein Gesundheitssystem, das kaputtgespart wurde. Ähnlich dem System der KiTa's und Schulen. Die zivilgesellschaftlichen Förderungen werden sicherlich - ebenfalls als nicht „systemrelevant“ - mit massiven Kürzungen rechnen müssen und der notwendige Umstieg hin zu einem klimafreundlichen Land, wird ebenfalls nicht mehr finanzierbar erscheinen.

Es geht also um die Zeit nach der Krise. Wie soll diese aussehen? Was wollen wir, willst Du dafür tun? In dem virtuellen Training schaffen wir unseren sozialen Zusammenhalt und weiten ihn aus. Gedacht ist eine ebenso hohe Verbreitungsrate wie es vielleicht ein Virus schaffen kann. Gewiss das ist grandios gedacht. Die Selbstzweifel haben wir immer noch! Doch vielleicht schaffen wir es damit viele Menschen zu ermutigen, die Nach-Krise nicht den Regierenden und deren Lobby zu überlassen.

Zum Verfahren:

Gruppe: Wir begannen am 24.3.2020 mit einer „Modellgruppe“. Aus dieser Gruppe sind wieder Gruppen entstanden und dort ebenfalls. Für eine Teilnahme ist nicht notwendig eine Gruppe zu moderieren. Doch wer sich das zutraut ist herzlich eingeladen. Wir bitten die Präambel und die Regeln zu beachten. Ansonsten hast Du alles Material zur Verfügung. Es ist Creative Commons, was bedeutet dass es nicht verändert werden darf und die Urheber*innen benannt werden müssen.



Logistik und Finanzen: Wir vom A.T.C.C.-Vorstand versuchen die technischen und methodischen Bedingungen zu schaffen. Dafür brauchen wir Spenden. Sie müssen nicht groß sein. Doch bitte denkt daran, dass ein Großteil des Projektes ehrenamtlich läuft. Den Rest müssen wir finanzieren. Unser Gedanke geht auch in die Richtung, dass Menschen, die eine zweite und weitere Moderation durchführen eine Aufwandsentschädigung erhalten. Konto ist das ATCC-Vereinskonto in der GLS-Bank IBAN DE66430609678234883500 BIC GENODEM1GLS Stichwort CAT.

Material: Auf der Homepage findest Du unsere Podcasts, bei den [Unterlagen für Teilnehmende](#) finden sich die Informationsblätter und Aufgabenbeschreibungen. Unter [Material für Moderator*innen](#) sind alle Ablaufvorschläge für die Einheiten zu finden. Für die „Kommunikation“ würden wir Euch bitten das Verfahren Eurer Wahl zu nutzen. Es gibt neben Skype, Jitsi, Zoom, Telefonkonferenzen usw.

Regeln und Grundsätze: Die detaillierten Inhalte und Themen, die ihr in der Seminargruppe besprecht, bleiben vertraulich. Auf der Homepage findet ihr unsere [Präambel](#). Hier grenzen wir uns sehr deutlich von Verschwörungstheorien oder anderen Ideologien ab. Wir sind kritisch dem Regierungshandeln gegenüber, doch wir sehen uns in Verantwortung demokratische Wege der Auseinandersetzung zu gehen. Dazu gehört im Wesentlichen der Dialog. Voraussetzung für einen Dialog ist darauf zu vertrauen, dass das Gegenüber bereit ist, unsere Argumente anzuhören und zu bedenken. Verteufelungen und Hasspropaganda widersprechen diesem Grundsatz. Wir bitten auch alle ModeratorInnen „verschwörerische Tendenzen“ zu benennen und ihnen keine Plattform zu bieten. Dennoch ist es wichtig, dass Teilnehmende über ihre Ängste sprechen können. Es ist nicht jemand ein*e Verschwörer*in wenn sie*er viele Zweifel an dem momentanen Kurs der Regierung oder Parteien hat. Zweifel sind Fragen und keine Zuschreibung böser Absichten von einzelnen Personen, Gruppe oder Ethnien. Zweifel sind Bestandteil des CAT-Trainings aber Zuschreibungen, Abwertungen, Diskriminierungen oder Rassismus auf keinen Fall.

Die Schritte: Das Material ist auf der Homepage!

1. Gründen der Gruppe

- a. Kennenlernen, Regeln, Präambel, Verbindung ATCC, Grundzüge CAT, Termine festlegen, technische Fragen. Rollenverteilung: Moderation beschreibt ihre Rolle, Rolle der Dokumentation. Aufgabenbeschreibung für den nächsten Termin.

2. Die Situation und meine Biografie (ca. 2 Stunden)

- a. **Individuelle Vorbereitung ist ein Bild zu der Frage:** Wie erlebe ich mich und meine Umwelt in der jetzigen Situation? Welche Verbindungen finde ich in meiner Biografie? Die Bilder werden für die Mitglieder der Gruppe hochladen, individuell vorgestellt und zu einer Austauschrunde gebracht. Die Moderation achtet auf die Zeit. (Papier der biografischen Arbeit)

Individuelle Vorbereitung auf die 3. Einheit: Ein Gedicht zu einem oder mehrere Werte zu schreiben.

3. Welche Werte sind bedroht?

- a. Ablauf der Einheit: Verbindungsrunde
- b. Vorlesen der Gedichte und Rückmeldung zu den Berührungspunkten.
- c. Austausch: Welche Werte werden in dieser Situation gefährdet oder sind schon verletzt? Wie erlebe ich das?

Individuelle Vorbereitung für die 4. Einheit: Beschreibe mittels eines **Briefes aus der Zukunft** wie Dein Leben in einer Gesellschaft aussehen müsste, die aus dieser Krise gelernt hat? Lesen des Textblattes zur Vision und Podcasts Vision und Mythos.

4. Meine Vision

- a. Verbindungsrunde,
- b. Anhören der einzelnen Briefe und Verbindung schaffen über das gehörte.
- c. Teilen der Gefühle, die durch diese gehörten Visionen entstanden sind. Wo sind ähnliche Gedanken? Welche Gedanken sind mir fremd?

Individuelle Vorarbeit für die 5. Einheit: Überlege was von Deiner Vision ist Dir wichtig. Höre den Podcast zur Macht und Hebel der Veränderung an. Du kannst auch gerne die Texte lesen. Nimm ein DinA4 Blatt und male Deine Hand auf das Blatt. Nun überlege was Du zur dem was Dir wichtig ist, in der Hand hast? Überlege weiter, wem du für welche Handlungen zu Deiner Vision Vertrauen schenken musst. Das sind Dinge, die Du nicht in der Hand hast. Diese schreibst oder zeichnest Du in den oberen Teil des Blattes außerhalb der Hand. In den unteren Teil des Blattes kommen all die Methoden, die Du hast, um einen Dialog zwischen dem was Du in Händen hältst und denjenigen, auf die du angewiesen bist, zu führen.

Dazu gibt es ein Arbeitsblatt! Intro zum Hebel der Veränderung und Machtraum anhören bzw. Textblatt lesen.

5. Meine – Deine Macht

- a. Verbindungsrunde, Vorstellen des individuellen Ergebnisses der Hand-Übung? Was habe ich in der Hand? Worauf muss ich vertrauen und wie halte ich den Dialog aufrecht?
- b. Austausch: Wie geht es uns mit dem Angewiesen-Sein?

Individuelle Aufgabe für die 6. Einheit: Meine Ziele und Schritte. Nimm ein DinA4 Blatt und male Deinen Ausgangspunkt und einen Zielpunkt. In dem Leerraum zeichne drei Schritte und mögliche Hindernisse. Beschreibe Deine ersten drei Schritte.

Dazu gibt es einen Podcast zu Zielen und Hindernissen.

6. Unsere Ziele und die Schritte

- a. Verbindungsrunde
- b. Betrachten der Bilder mit den „drei Schritten“ und assoziiert darüber. Gibt es einen Ausgangspunkt? Sind die Hindernisse größer als die Schritte? Gibt es ein erreichbares Ziel? siehe Arbeitsblatt.
- c. Austausch über die Gefühle und die Erkenntnisse, die aus den Rückmeldungen entstanden sind. Verabredung für die Ressourcenübung zu Zweit.

6. a. **Was sind meine Ressourcen?** Wen oder was brauche ich um das Vorgenommene zu tun, um meine „Macht“ einzusetzen. Die Paare treffen sich gesondert und führen die Übung durch.

Intro: Ressourcen und Zweifel (Podcast)

Individuelle Aufgabe für die 7. Einheit: Konkrete Handlungsplanung, Raster, wer, was, mit wem, bis wann... (Tabelle)

7. Meine Ressourcen zur Macht

- a. Verbindungsrunde, Austausch über die Ressourcenübung.
- b. Austausch: Wie geht es mit meiner konkreten Planung? Welche Zweifel, Widerstände oder Ohnmachtsgefühle sind vorhanden.
- c. Ermutigung – Für was bin ich Dir dankbar und was ich Dir wünsche!
- d. Termin für die 8. Einheit finden, Abschlussrunde

Individuelle Aufgabe für die Zeit zur 8. Einheit : Umsetzung des Vorhabens.

8. **Virtuelle Bezugsgruppe** – Erfahrungen von Erfolg und Scheitern (evtl. mehrmalige Begegnung in größeren Abständen)
 - a. Begleitung: Onlineberatungen, Supervisionen in der Virtuellen Bezugsgruppe
 - b. Dokumentation der Lernerfahrungen – Aufbau eines Wissensspeicher (Werkzeugkiste für die Krise!)
9. **Feiern, z.B.** auf einem großen Treffen im Sommer (ATCC-Treffen) oder in den lokalen Gruppen, die hoffentlich entstehen.

Wenn du bei einem Training mitmachst, kannst Du im Anschluss eine neue Gruppe bilden. Dazu ist es gut uns die Terminvorschläge, plus mailadresse zu senden.

Karen und Karl-Heinz

cat@a-t-c-c.de