



# Dein empowerender Werkzeugkoffer für transformatives, wirksames Engagement!

Der Hand-Print ONLINE

Methodenworkshops 2024

Vertiefungsangebot für Multiplikator\*innen für Globales Lernen  
und weitere engagierten Menschen



**efef**  
evangelisches Forum  
entwicklungspolitischer  
Freiwilligendienst



**„Den eigenen Handabdruck zu vergrößern bedeutet auch, Hilfe zur Selbsthilfe im Entwicklungsland Deutschland zu leisten.“**

—Germanwatch, Wandel mit Hand und Fuß

## Wann und wo?

ONLINE, 8 Termine

immer mittwochs & donnerstags, 18-21:30 Uhr von Februar bis April 2024

Ihr könnt aussuchen, wie viele Workshops ihr besucht. Sie sind alle voneinander unabhängig und ergänzen sich.

## Auf welcher Sprache?

Deutsch bei 6 Workshops

English mit deutscher Übersetzung bei 2 Workshops.

## Was erwartet mich?

Eine Vielfalt an Methoden: theoretischer Input, persönliche Erfahrungsberichte, Gruppendiskussionen, Kleingruppenübungen, Kleingruppendiskussionen. Jede\*r Referent\*in wird es anders machen, aber partizipativ wird es auf jeden Fall.

## WORKSHOPSBESCHREIBUNGEN

### 1. Wie sag ich's der Presse?

mit Haidy Damm

Donnerstag, den 01.02.2024 - 18-21:30 ONLINE (auf Deutsch)

Aktionen sollen Öffentlichkeit schaffen - für ein Thema, eine Gruppe, ein politisches Ziel. Doch wie erreiche ich Medien jenseits von Instagram, Facebook und Co.? Wie schreibe ich eine Pressemitteilung? Wie vertrete ich mein Anliegen vor dem Mikrofon? Wie finde ich heraus, welche Journalist\*innen ich für mein Anliegen ansprechen kann? Diese Fragen möchte ich in einem Workshop beantworten. Es geht um Grundlagen der Öffentlichkeitsarbeit, erste Schritte in die Praxis und eure spezifischen Anliegen.

Haidy Hamm: "Ich arbeite seit vielen Jahren als Journalistin in Redaktionen und als Selbstständige, kenne aber als langjährige politische Aktivistin auch die andere Seite".

### 2. Wie erreiche ich politische Entscheidungsträger\*innen von der Lokalpolitik bis nach Brüssel?

Mit Haidy Damm

Donnerstag, den 15.02.2024 - 18-21:30 ONLINE (auf Deutsch)

Ihr wollt eine lokale Initiative starten? Ihr braucht für euer Anliegen Unterstützung auf parlamentarischer Ebene? Politiker\*innen erscheinen oft weit weg vom Aktivismus - und ehrlich gesagt, oftmals sind sie das auch. Dennoch sind sie Ansprechpartner\*innen im demokratischen System und in diesem Sinne kann es hilfreich sein, mit ihnen ins Gespräch zu kommen. Um gezielt die richtigen Personen zu finden, ist es wichtig, die Strukturen zu kennen. Nach einem Input entwickeln wir anhand von Beispielen, gerne auch von euch, Strategien, um Mitstreiter\*innen oder Unterstützer\*innen für euer Anliegen zu finden - egal ob in der Kommune oder in Brüssel.

Haidy Hamm: "Ich habe als Journalistin sowohl in Brüssel wie auch auf kommunaler Ebene gearbeitet und zahlreiche Initiativen begleitet".

### 3. Ansätze und Fragen sozial-ökologischer Nachbarschaften nach dem Modell "Neustart Schweiz" an einem konkreten Beispiel in Tübingen.

Mit Marc Amman

Donnerstag, den 22.02.2024 - 18-21:30 ONLINE (auf Deutsch)

In Hausprojekten, Kommunen und Ökodörfern kennen wir bereits mehr und weniger umfassende gemeinschaftliche Wohn- und Lebensformen. Das Nachbarschaftsmodell von Neustart Schweiz (<https://neustartschweiz.ch/nach-hause-kommen/>) beschreibt urbane Projekte, in denen - sozial gemischt - mehrere Hundert bis über Tausend Menschen wohnen. Die Genossenschaft "Neustart Tübingen: solidarisch leben + wohnen" (<https://neustart-solewo.de/>) plant ein solches großes Projekt für 400 Menschen, eingebunden in ein noch größeres Quartier. Mit geringer individueller Wohnfläche und dafür mehr Gemeinschaftsflächen, Anbindung an eine solidarische Landwirtschaft, einem Stadtteilgesundheitszentrum, mobilem Pflegedienst, einem Second Hand-Depot, einer Allerleih-Station sowie anderen Infrastrukturen möchte Neustart Tübingen beispielhaft aufzeigen, wie Soziales und Ökologie, Diversität und Gemeinschaft, Suffizienz und Solidarität ganz

konkret-utopisch umgesetzt werden können. Nach einer Vorstellung des Projekts wird es auch um zentrale Fragen und Herausforderungen gehen, die sich dabei immer wieder stellen. Z. B.: Wie können Diversität und Beteiligung unterschiedlichster Personengruppen ermöglicht und verschiedene Lebensrealitäten einbezogen werden? Wie können Soziales und Ökologisches verbunden und nicht als Gegensatz gesehen werden?

Wir freuen uns, dazu gemeinsam mit Euch in einen inspirierenden Austausch zu kommen! Marc Amann ist freiberuflicher Trainer und ehrenamtlich am Aufbau der Genossenschaft "Neustart Tübingen: solidarisch leben + wohnen" beteiligt (<https://marcamann.net>)

## 4. Power, Rank & Privilege?

With Sonita Mbah

Thursday, 29.02.2024 - 18-21:30 ONLINE

(in English with german translation)

How can we use Rank, Power & Privilege to transform consciousness and influence groups positively?

Arny Mindell, the founder of Process Oriented Psychology defines, rank as "the sum of a person's privileges...a conscious or unconscious, social or personal ability or power arising from culture, community support, personal psychology and/or spiritual power." Whether you earned or inherited your rank, it organizes much of your communication behavior. How have you and your project team been shaped by rank? Would you like to discover more about group dynamics and how to use the transformative power of rank to navigate and integrate complex systems? In this workshop, we will explore the various types of rank and how to identify them. Finally, you will engage in an exercise to help you make better use and influence rank, power and privilege within a group, project or any system you are a part of. This workshop will be done in English with simultaneous live translation in German. Questions, exercises could also be done in German.

Sonita is a passionate food grower, Permaculture designer and facilitator. My work focuses on regenerative design, art of facilitation and systems thinking.

## 5. verschoben (siehe 24. April)

## 6. Wie können wir mit Transformationsmodellen unsere

## Projekte in aktuelle politisch-gesellschaftliche Entwicklungen einordnen und strategisch reflektieren?

Mit Marc Amann

Donnerstag, den 21.03.2024 - 18-21:30 ONLINE

(auf Deutsch)

Transformationsmodelle (wie z. B. die Multi-Level-Perspective/Mehr-Ebenen-Ansatz) beschreiben auf sehr allgemeine Weise, wie gesellschaftliche Veränderungsprozesse ablaufen. Aber sie bieten nur wenige Hinweise, wie aktuelle gesellschaftliche Trends (Polarisierung, Rechtspopulismus, Kriege, Sparpolitik, Ausspielen soziale Forderungen gegen ökologische Forderungen ...) einbezogen werden können in strategische Überlegungen: Was ist jetzt gerade notwendig und richtig, zu tun?

Ausgehend von einer gemeinsamen Trendanalyse wollen wir mit Hilfe von Transformationsmodellen diskutieren, wie unsere eigenen sozialen und ökologischen Projekte passen, um es mit derzeitigen zentralen gesellschaftlichen Herausforderungen aufnehmen zu können.

Marc Amann ist als freiberuflicher Trainer und Geschichtensammler unterwegs in sozialen Bewegungen zwischen kreativem Protest, Partizipation, solidarischen Ökonomien und zivilem Ungehorsam (<https://marcamann.net>).

## 7. Navigating change through dynamic perspectives

With Sonita Mbah

Wednesday, 10.04.2024 - 18-21:30 ONLINE

(in English with German translation)

How can we use the integral model of spiral dynamics for personal and collective transformation?

Do you sometimes wonder why your project need to address systemic change and what are the 'right' steps to take? Spiral Dynamics, a powerful framework rooted in integral theory, offers a unique lens through which we can understand complex systems (e.g it helps us to understand human thought, behavior, and cultural dynamics so that we can better address systemic change). Through engaging discussions, interactive activities, and reflective exercises, we want to explore the layers of the Spiral, gaining a deeper understanding of how to integrate our own projects fit into the various stages of human and collective development. This workshop will be done in English with simultaneous live translation in German. Questions, exercises could

also be done in German.

Sonita is a passionate food grower, Permaculture designer and facilitator. My work focuses on regenerative design, art of facilitation and systems thinking.

## 8. Im Dreiklang politisch wirksam - Wie bauen wir (strukturelle-) Zugangsbarrieren ab?

Mit Muyisa {Nkozi} Muhindo

Donnerstag, den 11.04.2024- 18-21:30 ONLINE  
(auf Deutsch)

Deutschland ist von der Vielfalt seiner  
Bürger\*innen geprägt.

Der Reality Check verdeutlicht jedoch, dass  
Black, Indigenous und People of Color-BIPoC in  
der Regel in politischen Gremien und  
Institutionen unterrepräsentiert sind. Dadurch  
werden ihre Perspektiven in  
Entscheidungsprozessen häufig nicht abgebildet.  
Angestoßen von der Black Lives Matter  
Bewegung werden Forderungen aus  
Communities von BIPoC nach mehr Partizipation  
allerdings immer lauter. Aber wie kann es  
gelingen (strukturelle-) Zugangsbarrieren  
abzubauen? Welche Hürden gibt es überhaupt  
und wie kannst du als „Ally“ unterstützen? Wie  
können Akteur\*innen aus Politik gewonnen  
werden und welche Rolle spielt in diesem  
Zusammenhang überhaupt die Verwaltung?  
Mit diesen und weiteren Fragen freue ich mich,  
mit euch auseinandersetzen zu dürfen.

„Nachdem ich lange Jahre in der antirassistischen  
Bildungsarbeit aktiv gewesen bin, hat sich der  
Fokus meiner Arbeit derweil auf die Begleitung  
und Mitgestaltung von Veränderungsprozessen in  
Politik und Institutionen/Behörden verschoben. In  
meiner Kernarbeit verstehe ich mich als Mittler,  
der Begegnungsräume zwischen  
Zivilgesellschaft/BIPoC, Politik, Verwaltung und  
Institutionen initiiert. Hierbei leiste ich  
Empowerment-Arbeit durch Qualifizierung,  
Beratung sowie Coaching und begleite  
Aushandlungsprozesse zwischen den  
Akteur\*innen. Darüber hinaus bin ich  
kommunalpolitisch in den Ausschüssen  
„Gleichstellung und Antidiskriminierung“ sowie  
„Integration“ der Stadt Wuppertal aktiv. Gerne  
möchte ich Erfahrungen und Ansätze aus meiner  
Arbeit mit euch teilen und freue mich durch eure  
Denkanstöße auch meinen Horizont erweitern zu  
dürfen“.

Muyisa {Nkozi} Muhindo, PoWi,  
Projektmanagement und Referent in der  
politischen Bildung.

## 5. Strategie, Kampagne - Erfolg!?

Mit Manuel Wiemann

14.03.2024 –MITTWOCH; 24.04.2024 18-21:30  
ONLINE

(auf Deutsch)

Wie ändert man eigentlich ein Gesetz, eine  
Verordnung oder die Verpflegungs-Richtlinien  
der Mensa? Egal ob lokal, national oder  
europäisch: Viele von uns wollen etwas  
bewegen. Aber wie kommen wir tatsächlich zum  
Ziel?

Dafür gibt es hilfreiche Methoden und Tools. Sie  
helfen, ein klares und erreichbares Ziel mit  
Zwischenzielen zu finden (z.B. Stepping Stones) -  
und geben Orientierung, um eine wirksame  
Strategie zu entwickeln (z.B. drei Formen der  
Akteur\*innen-Analyse).

Es gibt viele Initiativen, die "einfach los laufen":  
Sie setzen die guten Ideen um, die beim  
Feierabend-Getränk entstanden sind. Häufig lohnt  
es sich aber, kurz innezuhalten und eine fundierte  
Strategie zu entwickeln. Dafür gibt es in diesem  
Workshop methodische Impulse sowie  
Erfahrungen aus gescheiterten und erfolgreichen  
Kampagnen, bevor wir Teile davon auf deine  
Projekte anwenden werden.

Manuel hat verschiedene Kampagnen  
mitgestaltet: Mit Foodwatch stritt er für bessere  
Gesetze zum Schutz vor Konzerninteressen, vor  
allem mit konfrontativen Kampagnen. Beim  
Volksentscheid Berlin autofrei warb er für eine  
Verkehrswende - und musste immer wieder auch  
Lobby-Strategien entwickeln.

### Zielgruppe

Die ausgebildeten Multiplikator\*innen für  
Globales lernen sind die erste Zielgruppe. Diese  
Reihe ist auch für alle Menschen offen, die schon  
Erfahrungen im aktivistischen Bereich oder in der  
Bildungsarbeit haben und schon angefangen  
haben, ihre eigene Rolle in der Gesellschaft zu  
reflektieren.

Der Vorteil des Online-Formats ist unter anderem,  
dass Menschen aus der ganzen Welt teilnehmen  
können. Zwei von unseren Workshops sind auch  
auf Englisch. Sagt es gerne weiter ☺, für  
Menschen aus dem Globalen Süden ist das  
Angebot kostenlos.

### Kosten

Pro Workshop: 25€.

Ab 5 Workshops kostet es 125€, egal wie viele  
du besuchst.

Im Fall einer Absage können leider die Kosten

nicht erstattet werden.

Für ehemalige Süd-Nord Freiwillige und Menschen aus dem globalen Süden ist das Angebot kostenlos.

Für alle Kosten gilt, dass es sich um Richtwerte handelt. Falls du ein bisschen mehr geben kannst, ermöglicht es anderen eine günstigere Teilnahme. Und falls die Finanzierung für dich eine Herausforderung ist, finden wir gemeinsam eine Lösung!

## Anmeldung

Alle, die einen Zugang zu der Lernplattform haben, füllen [das Formular](#) mit der Seminarwahl aus (<https://lernplattform.efef-weltwaerts.de/>).

Für alle andere Menschen: Zuerst Interesse bei Clémence Bosselut ankündigen. Schreibe bitte schon in der Email, an welchen Workshops du teilnehmen möchtest [bosselut@friedensdienst.de](mailto:bosselut@friedensdienst.de)  
Die Anzahl der Plätze pro Workshop ist begrenzt!

## Was wird vorausgesetzt?

Das Hand Print Konzept wird bei den WS nicht erneut vorgestellt. Hier findest du in ein paar Worten die Beschreibung des Konzepts. Falls du nie bei einem Seminar zum Hand Print teilgenommen hast, wäre es gut, wenn du ein bisschen darüber liest oder den [TEDx von Germanwatch](#) (15 min.) hörst, oder auch auf der [Handprint Webseite von Germanwatch und Brot für die Welt](#) dich informierst. Es geht nur darum, dass du danach eine gute Idee davon hast, was der Hand Print bedeutet.

## Hintergrund: Handprint

Für viele Menschen wird „politisch leben“ stark mit Verzicht assoziiert – weniger Fleisch, weniger Fliegen, weniger von allem. Vom ökologischen Fußabdruck, den es zu verringern gilt, lernt mensch schon in der Schule, und die Antworten der Politik auf tagesaktuelle Krisen (z.B. Inflation und Gas-Krise) tönen ins gleiche Horn, wenn es heißt „Kürzer Duschen!“.

Sicherlich braucht es Postwachstum und eine gesamtgesellschaftliche Kultur der Reduktion – wir wissen alle, wir können in Nordeuropa nicht leben wie bisher. Aber wieviel Last sollte auf dem Individuum liegen, wenn es massive Veränderungen auf struktureller Ebene braucht?

Und wann macht Engagement Spaß – wenn es sich mit moralischem Druck am persönlichen Leben abarbeitet oder wenn es danach strebt, am System zu hebeln?

Wir wollen dir den Hand-Print-Ansatz vorstellen. Er kommt aus Indien und wurde von Germanwatch aufgegriffen (siehe [hier](#)). Dabei geht es um das Gegenteil vom Fußabdruck, also um das, was wir aktiv und im Positiven bewegen und hinterlassen können. Ziel ist dabei, nicht auf der Ebene von Einzelpersonen zu verbleiben, sondern Institutionen und Infrastrukturen zu beeinflussen. Dafür braucht es jedoch manchmal ein anderes Handwerkszeug als für Engagement, das z.B. Privatpersonen aufklärt und sensibilisiert.

Wo liegen die Hebel für strukturelle Veränderungen? Wie lerne ich einzuschätzen, was realistisch ist und was nicht? Wie verschaffe ich mir Verbündete und nutze Netzwerke? Welche Wege führen in den Kontakt mit Entscheidungsträger\*innen? Wie führe ich konstruktive und effiziente Gespräche mit Menschen in Machtpositionen? Wie schütze ich mich selbst und Sorge dafür, dass mein Projekt auch anderen nicht schadet? Diese, aber auch deine Fragen finden Raum.

## Gut zu wissen

Für uns bei eFeF ist es besonders wichtig, dass das Hand Print Konzept nicht „nur“ für den Klimaschutz eingesetzt wird. Klimaschutz kann nur Hand in Hand mit sozialer Gerechtigkeit gehen. Und es ist auch wichtig, soziale Gerechtigkeit strukturell zu denken und Hebel zu aktivieren.