

Handout Awarenessarbeit

Danke, dass du Teil des A-Teams bist und dich bereit erklärt hast, diese Anti-Diskriminierungs-Struktur mitzutragen.
Du bist großartig!!

Folgend werden die wichtigsten Infos aus dem Briefing nochmal zusammen gefasst sein. Nimm dir bitte vor dem Start deiner Schicht nochmal Zeit, es dir in Ruhe anzugucken.

Inhalt:

1. Wie arbeiten wir?
 - 1.1 Zuständigkeit
 - 1.2 Definitionsmacht
 - 1.3 Klare Dont's
 2. Konkrete Situationen
 - 2.1 Umgang mit betroffener Person
 - 2.2 Umgang mit gewaltausübender Person
 - 2.3 Grenzüberschreitung wahrgenommen
 - 2.4 Rausschmiss
 - 2.5 Umgang mit Pozilei
 - 2.6 Krisenintervention
 3. Schichtablauf
- Anhang 1: Hilfestellungen
Anhang 2: Nachtreffen

1. Wie Arbeiten wir?

1.1 Zuständigkeit

- Der Fokus unserer Arbeit liegt ganz klar bei der Unterstützung betroffener Personen [bP].
 - Alles weitere ist nebensächlich (Arbeit mit der gewaltausübenden Person [gaP], Bildungsarbeit, etc.) oder ganz klar nicht unsere Aufgabe (Drogenbetreuung, Trauma Bearbeitung, Erste Hilfe, Orgafragen klären – z.B. falsch parkende Autos).
- Wir wollen passive (Ansprechbar sein), sowie auch aktive (Auf Menschen zu gehen) Awarenessarbeit leisten.
- Achtet auf euch selbst, überlegt was eure eigenen Grenzen sind und haltet diese ein.
 - Wir können nicht auf alles eine Antwort haben, sind selbst keine Expert*innen und dürfen äußern, wenn wir uns in einer Situation nicht fähig oder unsicher fühlen, damit umzugehen.

1.2 Definitionsmacht

- Grundsätzlich gilt: Die betroffene Person definiert die Grenzüberschreitung selbst. Wir handeln im Sinne der Betroffenenzentriertheit und respektieren die Definitionsmacht.
- Es ist enorm wichtig nicht die eigene Einschätzung der Lage, Art und Schwere der Übergriffigkeit zur Handlungsgrundlage zu machen, sondern dies ausschließlich der bP zu überlassen und nach deren Einschätzung zu handeln. Auch wenn das von den eigenen Vorstellungen abweicht.

1.3 Klare Dont's

- Alkohol oder andere Drogen konsumieren während/vor der Schicht
- Situationen bewerten, bzw. „Recht sprechen“
- Gefühle und Erfahrungen absprechen
- Die Schuld für übergriffiges/diskriminierendes Verhalten der bP geben.
- Vorkommnisse und besprochene Dinge außerhalb der Awarenessstruktur besprechen #Schweigepflicht
- Handlungen ohne klares Einverständnis der betroffenen Person
- Zeitlichen Stress aufbauen (Tempo rausnehmen ist total wichtig!!!)
- Betroffene Person berühren (außer es ist ausdrücklich erwünscht)
- Betroffene Person dazu drängen über die Situation zu sprechen
- Zu viele Fragen stellen (Rechtfertigungsgefühle vermeiden!)

2. (Möglicher) Umgang mit konkreten Situationen

2.1 Eine betroffene Person (bP) kommt auf dich zu und möchte Unterstützung

- Kurz Vorstellen: Aufgabe von A-Team, „Wir sind da, um dir zu helfen“, Angebot mit anderer Person vom A-Team zu sprechen
- Die Person in der Entscheidung auf uns zuzugehen bestätigen
- Hör der Person zu und nimm sie ernst (Aktives Zuhören)
- Die bP weiß manchmal genau, was sie gerade braucht, manchmal auch nicht, in diesem Fall:
 - Offene Fragen stellen. Wie kann ich dir helfen, was gibt dir ein sicheres Gefühl? Anstatt von: Warum war das jetzt so schlimm für dich?
(Nicht zu tief in die Gefühlswelt eindringen! Vermeide

- emotionsfokussierte Nachfragen wie „Wie geht’s dir damit?“
 - Angebote machen (siehe Liste beim Stand/Raum): Gespräch anbieten (über die Situation ODER ablenkendes Gespräch), Ruhigen Ort anbieten, Freund*innen finden, Nähe oder Freiraum geben, Tee/Wasser/Snack/Stimmingtoys, Stressübungen, Abholung organisieren, Taxi rufen, zusammen in den Park gehen
- Frage die Person ob sie über die Situation und die Grenzverletzung sprechen möchte, die sie erfahren hat, akzeptiere es wenn nicht gewollt
- Bedürfnisse der betroffenen Person priorisieren (halte dich zurück, wenn du den Impuls hast einzugreifen, Dinge klar zu stellen, es vollständig zu verstehen → es geht nicht um dich!)
- Mögliche Handlungswünsche:
 - Konfrontation mit der gaP → über die Erwartungshaltung sprechen (mit welchem Ziel geht es in die Konfrontation?), die Frage ob die bP mitkommt klären und eventuelle negative Reaktion der gaP besprechen, um eine weitere Verletzung der bP zu vermeiden.
 - Wer möchte sprechen? Was für ein Begriff soll für die Grenzüberschreitung verwendet werden? Über was soll gesprochen werden? (z.B. Wie fühlt sich die Person nach/während des Vorfalls? Was wünscht sie sich von dem/der Verursacher*in?)
 - Gemeinsam Alternative Wünsche formulieren (z.B. ich möchte nicht wieder in die selbe Situation geraten; ich möchte das mich wer nach Hause begleitet; ich möchte Austausch mit anderen Beteiligten; Ich möchte bleiben und dass wer in meiner Nähe ansprechbar ist, o.Ä.).
Wie wird dieser Wunsch erreicht? -> können z.B. Freund*innen angesprochen werden, um die betroffene Person zu unterstützen?
- Wenn erfolgreichen Absprache zwischen beiden Parteien mit einer konkreten Lösung (z.B. gaP wird den Floor in der Mensa nicht mehr betreten) ist es hilfreich besagte Absprache von der gaP wiederholen zu lassen.
- Weise darauf hin, dass das A-team noch den ganzen Abend über da ist. Wie Du ggf. im Nachhinein erreicht werden kannst (wenn Du das möchtest).

2.2 Kontakt mit der gewaltausübenden Person

- Wir bevorzugen die Bezeichnung gewaltausübende Person (kurz: gaP) anstatt "Täter*in". Weil "Täter*in" Assoziationen von einer absichtlich und bewusst "bösen" Person hervorruft - die bestraft werden muss.
- Die Ansprache kann wie folgend aussehen:
 - Vorstellen und Anliegen formulieren („Wir sind hier, um XY bei Z zu unterstützen...“)
 - Gewalt benennen, Definition der betroffenen Person nutzen (z.B. sexuelle Übergriffigkeit, diskriminierende Beleidigung...)
 - Die Ansprache kann überraschend sein, wenn Grenzüberschreitung nicht realisiert wurden. Es bietet sich an die gaP an einen ruhigen, neutralen Ort zu bringen, um etwaige Gruppenkonflikte oder das Gefühl von Bloßstellung zu vermeiden. (Gespräch kann auch im Gehen stattfinden)
 - Das Gespräch kann Sitzend/stehend, knapp und sachlich / länger und verständnisvoll ablaufen. → mit bP absprechen
 - Direkte Schuldzuweisungen sollten vermieden und durch Ich-Botschaften ersetzt werden. („Ich/XY habe/hat mich/sich von dir angegriffen gefühlt“)
- Wann und wie Gespräch abbrechen (z.B. wenn kein Verständnis) und wann diskutiert wird, sollte vorher feststehen (=Exit-Struktur).
- Über Regeln, die auf Info-Poster bzw. im CoC festgehalten sind, wird nicht diskutiert. (denn dabei könnten die Bedürfnisse der betroffenen Person in den Hintergrund treten)
- Die Gesellschaftliche Position (geflüchtete Person, Queere Person...) beider Parteien sollte beachtet werden, da sie für das Erarbeiten von Verständnis oft von ausschlaggebender Bedeutung ist. So kann eine Grenzüberschreitung zum Beispiel einen durch Marginalisierung entstandenen Trigger aktivieren.

2.3 Du selbst nimmst eine Situation als grenzüberschreitend war

- Ähnlicher Vorgang, wenn eine außenstehende Person etwas gesehen hat und sich an dich wendet:
 - Verantwortung darf nicht zu der dritten Person zurückgegeben werden. Die Übernahme der Aufgabe und was jetzt getan wird, sollte klar kommuniziert werden. (um das Verlassen der Situation zu ermöglichen) → möchte die Person weiterhin involviert sein – mit der bP absprechen

- Mögliches Vorgehen:
 - Frage die betroffene Person (vorsichtig) nach ihrem Befinden (z.B. Ist alles ok?)
 - Wenn du die betroffene Person ansprichst, erkläre ihr kurz, warum und was du als Grenzüberschreitung wahrgenommen hast. Beachte aber, dass du deine Wahrnehmung der betroffenen Person nicht aufdrängst. Vielleicht nimmt sie die Situation ganz anders war!
 - Hör der betroffenen Person zu, nimm sie ernst und biete weitere Unterstützung an (siehe 2.1) Respektiere wenn keine Unterstützung/Gespräch gewollt ist.

2.4 Rausschmiss

- Im Extremfall besteht eine absolute Schutzraumforderung der bP und/oder es ist davon auszugehen, dass von der gaP eine Gefahr für andere ausgeht.
→ Dann kann es dazu kommen, dass die verursachende Person von der Veranstaltung oder bestimmten Bereichen ausgeschlossen werden muss. NUR im Einverständnis mit der bP.
- Ein Rausschmiss kann zu Frustration führen. In diesem Fall kann es sinnvoll sein der gaP ein Gespräch über den Vorfall anzubieten. → Unsere Grenzen/Kapas und die Bedürfnisse der bP beachten.
- Ablauf eines Rausschmisses (handelt je nachdem wir ihr euch wohl fühlt – ihr könnt die Verantwortung auch direkt abgeben):
 - Kommuniziere mit dem A-Team, der Orgagruppe und den Securitys, dass du (mit oder ohne bP) planst eine Person der Veranstaltung zu verweisen
 1. als erstes: bitte die gP die Veranstaltung zu verlassen – gehe nicht alleine (dafür haben wir ein ganzes A-Team). Beachte dabei die Punkte von 2.2.
 - kommuniziere dabei ganz klar, dein/unser Hausrecht
 2. wenn das nicht klappt: wende dich an die Security und bitte Sie darum dich beim Rausschmeißen zu unterstützen bzw. sich drum zu kümmern
 - du kannst diese Begleiten oder auch nicht
 3. nur falls alles andere nicht funktioniert: ruf die Polizei und bitte Sie darum sich um das Rausschmeißen zu kümmern

2.5 Umgang mit der Polizei

- ACHTUNG! Die Anwesenheit von Polizei, kann Trauma hervorrufen. Es fühlen sich nicht alle sicher in der Anwesenheit von bzw. im Kontakt mit Polizei.
- Polizeiliche Interventionen sind nicht Teil von Awarenessarbeit und haben das Potenzial Diskriminierung zu reproduzieren, statt zu verhindern.
- Das Hinzuziehen von Polizei birgt das Risiko Traumata und langfristige Repressionen zu verursachen.
- Nur Polizei, wenn die bP das wünscht und es keine Alternativen gibt.
- Bevor ihr die Polizei ruft, sprecht es mit der bP, dem A-Team, dem Securityteam und dem Orgateam ab.
- Wenn ihr die Security hinzuzieht, sprecht mit ihnen über die Option die Polizei zu rufen, ob es (bei Eskalation) gewollt ist und wie damit umzugehen ist.

2.6 Krisenintervention – ein paar Basics

- Es kann vorkommen, dass eine Person zu uns kommt, die gerade eine Gewalterfahrung erlebt hat oder durch eine bestimmte Situation auf der Party an eine vergangene Gewalterfahrung erinnert wurde („Trigger“). In diesen Fällen handelt es sich um einen Notfall. Da wir alle keine professionellen Helfer*innen (bspw. Traumatherapeut*innen) sind, ist es wichtig, sich in diesem Moment ebenfalls Unterstützung zu holen.
- Hier ein ungefähres Ablaufszenario:
 1. Selbstfürsorge: Kann ich mit dieser Situation gerade umgehen oder suche ich eine andere Person?
 2. Braucht die betroffene Person medizinische Unterstützung? Soll der Notruf gerufen werden?
 3. Sage dir selbst: „Es wird für die Person wieder gut werden!“
 4. Professionelle Hilfe einschalten: Frage die betroffene Person, ob es OK ist.
 - Kontaktiere einen psychologischen Bereitschaftsdienst.
 - Zum Beispiel über die Telefonseelsorge: 0800 / 111 0 111 oder 116 123
 - oder Frauenhorizonte: 0761- 2858585 (aus Freiburg)
 - Weitere Anlaufstellen/Nummern sind auf der Liste am Stand zu finden.

- Info: Bei Vergewaltigung muss die Polizei ermitteln, sobald sie davon erfährt. Das kann bei betroffenen Personen belastende Situationen hervorrufen. Folgende Krankenhäuser bieten vertrauliche Spurensicherung an, kontaktieren bei Bedarf also nicht die Polizei: Charité Universitätsmedizin Berlin
Gewaltschutzambulanz + Klinikum Frankfurt (Oder) + Ruppiner Kliniken Neuruppin
5. Umgang mit der betroffenen Person:
Alle weiteren Schritte mit der Betroffenen Person besprechen und immer ihr Einverständnis einholen! Kein Körperkontakt oder Berührung ohne das Einverständnis! Frage bei allem nach!
- bP an einen Ort bringen, (wenn sie damit einverstanden ist!) an dem Sie sich sicher fühlt, wo sie sein möchte.
 - Nach Wünschen fragen; Handlungsoptionen aufzeigen (siehe 2.1)
 - bP könnte mit einem Schock reagieren, indem sie ihren Kreislauf extrem runter fährt, z.B. Dissoziation oder extrem hochfahren, z.B. Panikattacken
→ bis professionelle Hilfe eintritt gibt es auch Übungen (siehe Anhang 1), die der bP helfen können. Dabei kannst du nicht viel falsch machen.
Weiterhin gilt: Alles Absprechen. Möchte die bP Übungen machen?

3. Schichtablauf

- Grundsätzlich gilt: Das A-Team ist nicht unverletzlich! Achtet auf eure Grenzen. Zieht euch raus. Fragt nach Unterstützung und vor allem KOMMUNIZIERT viel innerhalb eurer Schicht! Folgendes soll euch dabei unterstützen mit erlebten Dingen umzugehen und auf euch selbst zu beachten.
- Schichtanfang
 - Falls noch nicht geschehen: Trefft euch vor dem Beginn eurer Schicht in eurem Team und sprecht über eure Grenzen und Bedürfnisse.
 - Was sind eure bisherigen Erfahrungen und Ängste? Welche Themen können euch „Triggern“? Gibt es etwas, das euch besonders leicht oder schwer fällt? Was traut ihr euch zu (z.B. Polizei rufen)? Bei was wünscht ihr euch Unterstützung? Was braucht ihr von einander? Wo liegen eure persönlichen Grenzen? Was kann dein Team tun, wenn es dir schlecht geht?
 - Klärt Verantwortlichkeiten und Abläufe. (Wer hat das A-Handy/Funke?, Ist wer am Stand? Läuft wer rum?, etc.)
 - Tauscht eure Nummern aus.
 - Seid pünktlich vor Ort (am Stand) und nehmt Kontakt mit dem vorherigen A-Team auf.
- Schichtende
 - Bitte nehmt Euch vor Schichtende etwas Zeit für ein kurzes Evaluationsgespräch.
 - Nach der Schicht gerne noch mehr Zeit.
 - Nachbesprechungen im Team sind nicht nur wichtig, um Handlungsabläufe und Strategien zu verbessern, sondern auch um das erlebte in einem geschützten Raum aufzuarbeiten.
 - Wie so ein Nachtreffen aussehen kann, entnehmt ihr Anhang 2. Nutzt gerne den Notizblock am Stand zum protokollieren.
- Schichtübergabe
 - Die Schichtübergabe ist wichtig! Sie ermöglicht eine lückenlose Wissensweitergabe.
 - Schichtwechsel-Treffen: Paar Menschen der alten Schicht + die neue Schicht.
→ organisatorische Änderungen und Take-aways von der vorherigen Nachbesprechung

→ Gibt es noch Fragen?

- Zusätzlich gibt es ein fortlaufendes Gedächtnisprotokoll (Notizblock) - als Evaluationsgrundlage.
Schreibt keine Namen von bP auf, außer die Personen möchte das.
- **Nachbereitung**
 - Selfcare ist wichtig! Pass während und nach der Schicht auf dich und deine Bezugis auf. Am Tag danach ist Chillen angesagt :)
 - Es wäre schön, wenn eine ausführliche A-Team Nachbesprechung mit allen Schichten zusammen folgt.

Anhang 1 - Hilfestellungen

Hilfsfragen:

ACHTUNG: nicht alle hier aufgelisteten Fragen sind in jeder Situation passend. Sie dienen lediglich als Beispiele. Stelle nur Fragen, mit denen Du dich Wohlfühlst.

- Was würde dir gerade gut tun?
- Was brauchst/möchtest du gerade?
- Was machst du in anderen Situationen, wenn es dir nicht gut geht?
- Wie kann ich dir helfen, was gibt dir ein sicheres Gefühl?
- Kann ich dir irgendwas bringen/ besorgen?
- Möchtest du, dass ich dir Vorschläge mache?
- Wäre es für dich hilfreich, wenn ...?
- Sollen wir gemeinsam rausgehen?
- Ist dir nach Ablenkung?
- Was möchtest du als Nächstes machen?
- Möchtest du lieber alleine sein?
- Möchtest du, dass ich dein/e Freund*innen suchen?
- Möchtest du an einen anderen Ort? (z.B. Rückzugsraum)
- Ich habe gesehen das xy dich gerade hart am Arm gepackt hat, ich hatte das Gefühl dir geht es nicht gut damit. Ich bin vom A-Team, kann ich dir irgendwie helfen?

Vorformulierung an gaP (Ergänzend zur Betroffenenperspektive):

Wir möchten dich darauf hinweisen, dass du dich entgegen unserem Awarenesskonzeptes verhalten hast. Bitte achte auf einen sensiblen und respektvollen Umgang und beachte das Konzept, dass du an mehreren Stellen lesen kannst, z.B. auf den Toiletten. Wir möchten damit sicherstellen, dass diese Veranstaltung nicht nur für Minderheiten Spaß macht. Wenn du dazu Fragen hast, wende dich gerne an uns.

Umgang im Notfall auf einen Blick:

Keinen Körperkontakt ohne Einverständnis und Ankündigung! Frage bei allem nach!

1. Selbstfürsorge
2. Check: Braucht die Person medizinische Unterstützung?
3. Die Person an einen Ort bringen, an dem Sie sich sicher fühlt, wo sie sein möchte und eventuell Freund*innen suchen. ggfs. professionelle Hilfe holen
4. mit Übungen Zeit überbrücken

Übungen:

Bei Panikattacke:

→ 54321-Übung lenkt die Aufmerksamkeit nach Außen (Sag mir 5 Dinge, die du jeweils hörst/siehst... das Ganze dann noch 4 mal, dann 3 mal, 2 mal, 1 mal).

- der Person etwas zu trinken geben
- bewusste Ein- und Ausatmung
- Ballen der Fäuste und anschließendes Lösen
- langsam von zehn rückwärts zählen
- Igelbälle (oder ähnliches) in die Hand geben
- Farben benennen (was ist alles blau?... gelb?... etc.)

Bei Hyperventilation:

→ 10 Sekunden die Luft anhalten

Bei Dissoziation:

- Ablenkung, Bewegung, aufstehen und abklopfen, laut in die Hände klatschen, Aufstampfen
- schwierige Rechenaufgaben
- 54321-Übung
- Apfelsaft trinken/ Schokolade/ Süßigkeiten essen
- an starken Gerüchen riechen lassen
- starke Geschmäcker (Center Shock, Ingwer)
- Augenkontakt fordern
- die Hände unter kaltes Wasser halten
- nach dem Datum fragen
- Affirmationen machen wie „hier bist du sicher“ etc.

Anhang 2 - Nachtreffen

Awareness Treffen - grober Leitfaden (bitte Zeit beachten)

1. Kann sich vorstellen mitzuschreiben/zu protokollieren?
(Schreibt nur das auf was ihr wollt.)
2. Check-in: Wie geht es den Anwesenden (wenn sie es teilen möchten)?
3. Checken ob es gerade noch Handlungsbedarf gibt – Ist noch wer vom A-Team eingebunden?
4. Schicht-Reflexion
 - Ist eine Person auf euch zu gekommen? Möchtest du darüber (anonymisiert) sprechen? Hast du mit der Person geklärt ob es in Ordnung ist darüber zu sprechen?
 - Ist euch etwas aufgefallen worüber ihr sprechen möchtet?
 - Ist euch irgendwas im Programm bzw. bei den Veranstaltenden aufgefallen, das ihr als problematisch empfunden habt?
 - Gibt es Dinge, die wir an das restliche A-Team oder an das Orgateam herantragen möchten?
 - Was lief gut?
 - Was lässt sich verbessern?
 - Was wurde (von unserem Angebot) in Anspruch genommen? Wie wurden die Räumlichkeiten benutzt?
5. Schichtübergabe
 - Wer setzt sich mit der neuen Schicht zusammen?
 - Was soll (nicht) geteilt werden?
6. Check-out: Wie sieht eurer weiterer Abend aus? Gibt es noch weiteren Redebedarf?