

# Demokratie beginnt bei mir!

FRIDA-GARTEN

## Kompass

### HEREINSPAZIERT

In dieser Rubrik geben wir Einblick in unsere Ideen und stellen das Thema der Ausgabe vor. Auch Veranstaltungstipps finden hier Platz.

### BIOTOPE

Hier stellen wir die Teilbereiche mit ihren Inhalten und Ansätzen sowie die Menschen vor, aus denen sich das Teilprojekt FRIDA formt. Auch Beiträge von FRIDA-Freund\*innen sind willkommen.

### SAATGUT

Unser Saatgut beschreibt die Ideen, Fortschritte, und Prozesse im FRIDA-GARTEN, die wir als Demokratiegärtner\*innen einbringen sowie auch Arbeiten und Methoden aus Nachbarsgärten für die Kultivierung einer demokratischen Haltung.

## Willkommen

FRIDA steht für Friedensfähigkeit, Innere Demokratisierung und Achtsamkeit in der Bildung. In dem interdisziplinären Forschungs- und Umsetzungsverbund "Demokratiefähigkeit bilden" ist das noch junge Pflänzchen FRIDA als Teilprojekt gewachsen.

Das Verbundprojekt "Demokratiefähigkeit bilden" wird vom Ministerium für Kultur und Wissenschaft NRW gefördert und führt Perspektiven aus unterschiedlichen, wissenschaftlichen Disziplinen, aus der traumasensiblen Achtsamkeit, Gewaltfreien Kommunikation und Schulseelsorge zusammen. Den theoretischen Bezugsrahmen bilden dabei im Wesentlichen Ansätze aus Pädagogik und Psychologie, Sprachwissenschaften und Politikwissenschaften. Die Entwicklung von prosozialen, demokratiefördernden Lehr-Lern-Modulen für die Aus- und Weiterbildung von (angehenden) Lehrkräften ist ein Ziel des gemeinsamen Forschungs- und Praxisvorhabens. Spannend? Hier sind erste Informationen zum [Verbundprojekt](#) zu finden.

## Hereinspaziert

In unserem Teilprojekt FRIDA beschäftigen wir uns damit, welche Bildungsimpulse, Haltungen und Methoden Pädagog\*innen in ihren Lehr-Lern-Settings dabei unterstützen können, ein Demokratie förderndes Lernumfeld mit Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen co-kreativ zu gestalten.

Welche Blüten aus den Bereichen Achtsamkeit, Persönlichkeitsbildung und -Entwicklung (Dr. Nils Altner & Ann-Kristin Krings), Gewaltfreie Kommunikation (Yelda Balkuv), Sportpsychologie (Ulrike Hartmann) und Demokratiebildung prägen bereits die aktuelle Bildungslandschaft und welche Samen wollen wir säen, um Menschlichkeit und Frieden für eine demokratische Kultur aus der eigenen Mitte heraus wachsen zu lassen?

Wichtig erscheinen uns dabei die Beziehungen von Lehrenden und Lernenden sowie die systemischen Rahmenbedingungen. Auch theoretische Konzepte und die Berücksichtigung des wirklichen Bildungsalltags sind für FRIDA bedeutsam. Mit dem Format FRIDA-ZEIT möchten wir erste Schritte in Richtung Verbindung gehen, Impulse teilen, neue Perspektiven eröffnen und laden hierzu alle Lesenden in einen aktiven, partizipativen und kreativen Austausch ein.



# Biotope

Mein Name ist Ann-Kristin (Tini) Krings und neben meinen Grundausbildungen Pädagogin (M.A.) und approbierte Psychotherapeutin für Kinder und Jugendliche bewegt sich mein lernendes und lehrendes Herz in den Bereichen Trauerbegleitung, traumasensitive Achtsamkeit, Yoga und wissenschaftliche Mitarbeit in der AG Prävention & Globale Gesundheit an der Klinik für Naturheilkunde & Integrative Medizin, der Ev. Kliniken Essen-Mitte (KEM).

Ich empfinde Dankbarkeit für die Mitarbeit im Projekt, in welchem ich all meine beruflichen Leidenschaften verbinden darf. Verbunden sein und Verbundenheit erfahren, empfinde ich als wertvolles Gut und bedeutsam für das Erleben von Sicherheit, Vertrauen, Ehrlichkeit und Respekt.

Ich wünsche mir, dass wir die ganz besondere Chance nutzen werden und über das Ausprobieren, Evaluieren, Verwerfen, Neukreieren, Umstrukturieren und Konzipieren von demokratiefördernden Methoden in der Aus- und Weiterbildung von Lehrenden eine Bildungslandschaft anlegen, in der Menschen mit ihren individuellen Geschichten sicher und gemeinsam wachsen, lehren und lernen können. Meine Vision sind Landschaften, in der aus Schulkassen Gemeinschaften entstehen, die für ihre individuellen und gemeinsamen Bedürfnisse eintreten. Ich stelle mir vor, dass Seminar- und Arbeitsgruppen wachsen, die in einem Miteinander aufblühen und Bildungs- wie auch Menschenlandschaften formen, die bunt, friedlich, heilend, und demokratisch leuchten.



“Jenseits von  
richtig und falsch,  
gibt es einen Ort,  
dort können wir uns  
begegnen.”

Rumi



## Saatgut

Die Krisen in der aktuellen Zeit zeigen, wie gefährdet die Demokratie momentan ist. Umso mehr braucht es ein Bildungssystem, das junge Menschen in Hochschulen und Schulen darin unterstützt, sich im Miteinander eine selbstbestimmte, selbst- und verantwortungsbewusste, fundierte Meinung zu bilden und zu vertreten sowie eine gemeinschaftsorientierte, demokratische Haltung zu entwickeln. Aktuelle europäische Untersuchungen von pro-demokratischen Eigenschaften bei Jugendlichen legen nahe, dass hier Handlungsbedarf besteht. In der Vergleichsstudie ICCS 2022 wurden Achtklässler\*innen verschiedener Schulformen, ihre Lehrkräfte und Schulleitungen befragt. Laut der Ergebnisse ist das Vertrauen in wichtige Pfeiler der Demokratie im Vergleich mit den Ergebnissen der ICCS von 2016 bei den Teilnehmenden länderübergreifend um fünf bis zehn Prozentpunkte gesunken.

In einer Presseerklärung der Universität Duisburg Essen erklärten Prof. Dr. Hermann Josef Abs (Universität Duisburg-Essen DUE) und Prof. Dr. Katrin Hahn-Laudenberg (Universität Leipzig):

„Politische Bildung und Schulen können viel dazu beitragen, dass Bürger\*innen couragiert für die Demokratie eintreten. Allerdings braucht es dafür auch Lehrkräfte, die dafür ausgebildet wurden, politische Gestaltungsmöglichkeiten aufzuzeigen, mit Schüler\*innen über politische Emotionen zu sprechen und Kontroversen im Unterricht so aufzugreifen, dass sich Mehrperspektivität und Argumentationsfähigkeit entwickeln.“

In unserem Teilprojekt FRIDA möchten wir daher Methoden der Bildung von Demokratiefähigkeiten für pädagogische Fachkräfte, Lehrende und Lernende in der pädagogischen Aus- und Weiterbildung erarbeiten und in unseren Lehr-Lern-Methoden für Demokratiegärtner\*innen sammeln. Außerdem wollen wir sichtbar machen, welche weiteren Ansätze, Arbeiten, Projekte und Methoden zum Thema bereits existieren und uns und euch mit dem Saatgut aus Nachbarsgärten inspirieren.

“ Der Geist der Demokratie kann nicht von außen aufgepfropft werden. Er muss von innen heraus kommen.“

Mahatma Gandhi





## FRIDA LEHR-LERN-METHODEN

In unserem FRIDA-GARTEN entwickeln wir Lehr-Lern-Methoden für Fachkräfte, Lehrende und Lernende in der pädagogischen Aus- und Weiterbildung und stellen sie frei zur Verfügung. Dabei haben wir uns die Frage gestellt, welche Bildungsimpulse, Haltungen und Methoden (angehende) Pädagog\*innen in Studium und Weiterbildungen dabei unterstützen, demokratiefähigkeiten)bildend mit Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen arbeiten zu wollen und zu können. Dabei geht es uns um authentisch verkörperte Werte und Kompetenzen. Einblicke auf unsere stetig wachsende Sammlung an Lehr-Lern-Methoden für Demokratiegärtner\*innen geben wir hier in der FRIDA-ZEIT sowie auf unserer Wikiversity Seite: <https://de.wikiversity.org/wiki/FRIDA>.

## NACHBARSGÄRTEN

Unter dem Motto: „Mitbestimmung, Demokratie und Selbstständigkeit kann man lernen“ bietet die Methoden-Kiste von Dr. Lothar Scholz, herausgegeben von der Bundeszentrale für politische Bildung, in Form einer kostenfreien PDF-Datei eine Vielzahl von Methodenkarten für den Schulunterricht und die außerschulische Bildungsarbeit. Die Methodenkarten sind partizipativ gestaltet, sodass auch Lernende sie selbst auswählen, anwenden und somit ihren Unterricht mitgestalten können. Der Inhalt der Methodenkarten zielt auf kreatives, selbstständiges und eigenverantwortliches Lernen ab, auf kritisches Denken und Urteilen. In diesem Saatgut geht es unter anderem auch darum, eine pro-soziale und empathische Kommunikation zu fördern sowie für Gerechtigkeit und Toleranz einzustehen und die Gemeinschaftsbildung zu unterstützen.

fridagarten@posteo.de

<https://de.wikiversity.org/wiki/FRIDA>

Bei Fragen, Informations-, Beitrags- oder Kontaktwunsch freuen wir uns sehr über Post und über Besuch auf unserer wachsenden Seite!



„Demokratiefähigkeit bilden“ wird gefördert durch:



Ministerium für  
Kultur und Wissenschaft  
des Landes Nordrhein-Westfalen

