

# YOUTH IN WAR

# WORK TIMES

**Die Broschüre bietet Fachkräften und Pädagogen aus der Jugendarbeit strukturierte Informationen, Ideen und Methoden, wie die Jugendarbeit während des Krieges fortgesetzt werden kann.**

Diese Broschüre wurde von dem Projekt [LIKHTAR](#) in der [Bredbeck Bildungsstätte](#) als Teil der Initiative des [Deutsch-Polnischen Jugendwerks \(DPJW\)](#) erarbeitet und beruht auf unserer Kooperation mit den Fachkräften, externen Quellen und eigenen Erfahrungen aus unseren Projekten.

Der Inhalt dieser Broschüre ist kostenlos.  
Bei einer Weiterverwendung muss jedoch auf das Projekt verwiesen werden.





“Lasst uns kennenlernen: das Projekt LIKHTAR ist von dem Deutsch-Polnischen Jugendwerk (DPJW) initiiert worden und wird mit finanzieller Unterstützung des deutschen Auswärtigen Amtes realisiert. Der Sitz sowie die Organisation des Projektes LIKHTAR erfolgt durch die Bildungsstätte Bredbeck.”



**Alex Slyusarenko**  
project coordinator

## INHALT:

1. HERAUSFORDERUNGEN  
IN DER JUGENDARBEIT  
IN DER KRIEGSZEIT UND WIE LIKHTAR DAMIT UMGEHT.
2. DIE BESTEN PRAKTIKEN:  
LIKHTAR PROJEKTE IN DER BILDUNGSSTÄTTE BREDBECK.
3. DIE METHODEN: AUSEINANDERSETZUNG MIT DEM KRIEG  
IN INTERNATIONALEN PROJEKTEN.
4. NÜTZLICHE EXTERNE INFORMATIONQUELLEN.

# 1. ÜBER LIKHTAR

Seit 2014 arbeitet die Bildungsstätte Bredbeck aktiv mit den Bildungseinrichtungen, Bildungszentren und zivilen Organisationen in der Ukraine zusammen. Dank der Unterstützung des Deutsch-Polnischen Jugendwerkes (DPJW) konnte die Zusammenarbeit zwischen Fachleuten aus Polen, Deutschland und der Ukraine nicht nur den Herausforderungen des ersten Kriegsjahres standhalten, sondern auch wachsen. Im Jahr 2023 fungiert LIKHTAR weiterhin als eine Koordinierungsstelle für deutsch-polnisch-ukrainische Jugendarbeit, greift aktuelle Herausforderungen auf und unterstützt die Fachkräfte und Pädagog:innen.


LIKHTAR organisiert fachlichen Austausch und Treffen für Fachleute und baut durch Online- und Offline-Veranstaltungen eine Gemeinschaft von Pädagogen und Jugendfachkräften mit besonderem Augenmerk auf den Herausforderungen, die sich aufgrund der Kriegereignisse in der Ukraine auf die internationale Jugendarbeit auswirken. Wir bemühen uns stets, die Antworten auf folgende Fragen zu finden:

1. Wie verändert sich die Rolle der Jugendarbeit in der Zeit des Krieges?
2. Vor welchen Herausforderungen stehen die Pädagog:innen bei der Organisation der Jugendarbeit in der Kriegszeit?
3. Was sind die aktuellen Bedürfnisse der Fachkräfte aus der Jugendbildung in der Ukraine während des Krieges?
4. Welche Bedürfnisse haben junge Menschen in der Ukraine in der Zeit des Krieges?
5. Wie kann man mit Teilnehmenden bei trilateralen Begegnungen über den Krieg sprechen?

Um Antworten auf diese fünf Fragen zu finden, reden wir regelmäßig darüber mit unseren ukrainischen, polnischen und deutschen Kolleg:innen in trilateralen Veranstaltungen und Online-Sitzungen. Wir teilen mit Ihnen gerne die wertvollen Erfahrungen unserer Pädagog:innen. Dazu kommen noch praxisbezogene Beispiele, Methoden und Werkzeuge, die wir aufgrund unserer eigenen Erfahrung anwenden. Darüber hinaus haben wir externe Links zu Ressourcen und Veröffentlichungen zusammengestellt, die bei der Beantwortung dieser Fragen hilfreich sein können.

# 1.1 WIE VER- ÄNDERT SICH DIE ROLLE DER JUGEND- ARBEIT WÄH- REND DES KRIEGES?

(Erfahrungen der Kolleg:innen aus der Ukraine)

- Die Jugendarbeit passt sich der militärischen Lage an. Gegenwärtig engagieren sich die Jugend sowie die Jugendarbeit freiwillig und unterstützen aktiv die Gemeinden, organisieren die Sammelaktionen für die Bedürfnisse der Bevölkerung und der Armee. Dies erfordert jedoch einen höheren Zeit- und Arbeitsaufwand, sodass das Interesse der Jugendlichen zu senken tendiert, da dies ihre Ausbildung und Arbeit beeinträchtigen kann.
  - Die Zusammenarbeit zwischen Jugendlichen und Pädagog:innen nimmt zu im Rahmen der allgemeinen Tendenz zur Einheit der ukrainischen Gesellschaft.
  - Junge Menschen sind daran interessiert, neue Fähigkeiten wie Führungskompetenzen und Projektmanagement zu entwickeln und sich Zeit für die persönliche Entwicklung zu nehmen.
    - Ein hohes Maß an Patriotismus und Einigkeit in der Gesellschaft.
    - Es gibt viele Fälle, in denen junge Menschen soziale Funktionen übernehmen, die zuvor von staatlichen Strukturen ausgeübt worden sind.
  - Es gibt viele Möglichkeiten für Jugendliche im öffentlichen Sektor und im Aktivismus.
    - Aufrechterhaltung der Beziehungen zwischen den Menschen, die das Land verlassen haben, und denen, die zu Hause geblieben sind.
    - Die Jugendlichen reflektieren über die Werte und die Zukunft.
    - Junge Menschen verlassen das Land, insbesondere vor der Vollendung des 18. Lebensjahres. Viele Familien versuchen, ihre Kinder zum Studium ins Ausland zu schicken.
- 

# 1.2 VOR WEL- CHEN HERAUS- FORDERUNGEN STEHEN DIE PÄ- DAGOG:INNEN BEI DER ORGANI- SATION DER JU- GENDARBEIT IN DER KRIEGS- ZEIT?

(Erfahrung der ukrainischen Kol-  
leg:innen)

Die Be-  
wältigung neuer  
technologischer He-  
rausforderungen, wie z.  
B. die Arbeit mit Genera-  
toren und die Sicherstel-  
lung der Internetverbin-  
dung bei fehlendem  
Strom.

Die Rück-  
kehr junger  
Menschen aus  
dem Ausland kann  
eine Herausforde-  
rung sein.

Alle Themen  
und Methoden,  
die nicht direkt mit  
Krieg und Widerstand  
korrelieren, sind für  
Jugendliche und Päd-  
agog:innen automa-  
tisch weniger in-  
teressant.

Aufgrund der  
aktiven Abwande-  
rung junger Menschen  
ins Ausland und des stän-  
digen Zustroms von Binnen-  
vertriebenen ist es schwierig,  
ein Team zu organisieren  
und die Motivation auf-  
rechtzuerhalten.

Es ist eine  
Herausforde-  
rung, Jugendliche  
aus besetzten Ge-  
bieten zu integ-  
rieren.

Die pa-  
triotische  
Erziehung von  
Jugendlichen ist für  
westliche Partner:in-  
nen nicht immer  
nachvollzieh-  
bar.

Humani-  
täre Arbeit ist  
zeitaufwändig  
und kann zu einem  
Burnout und psychi-  
schen Problemen  
führen.

Fi-  
nanzielle  
Schwierigkeiten  
aufgrund eines ge-  
ringeren Spendenauf-  
kommens und Schwie-  
rigkeiten bei der  
Mittelbeschaf-  
fung.

Mangelndes  
Verständnis  
der europäischen  
Kolleg:innen für die  
Kriegsrealität, was  
manchmal zu Schwie-  
rigkeiten führen  
kann.

2

1

9

1

7

4

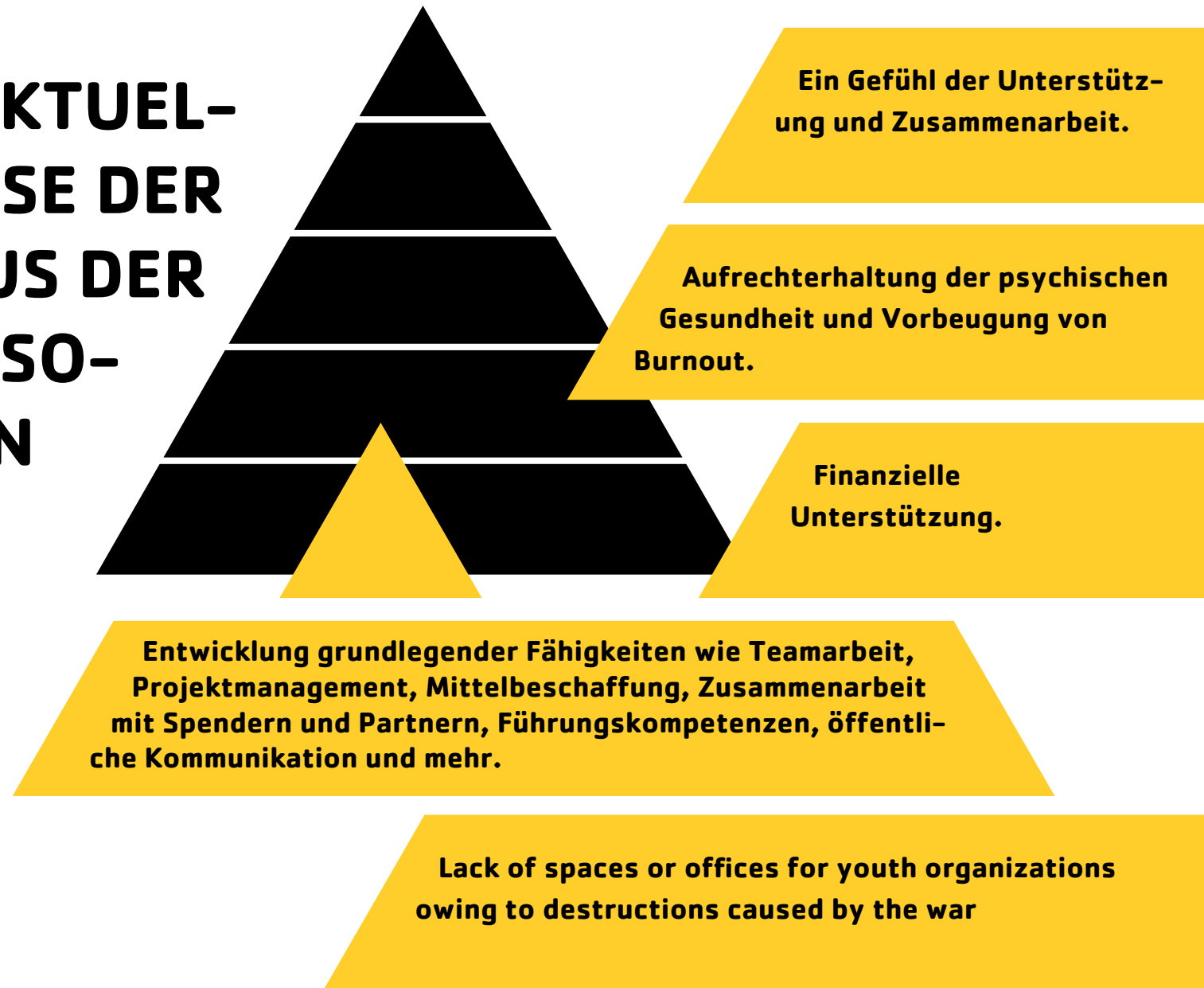
5

1

3

# 1.3 WAS SIND DIE AKTUELLEN BEDÜRFNISSE DER FACHKRÄFTE AUS DER JUGENDARBEIT SO- WIE DER JUNGEN ERWACHSENEN IN DER UKRAI- NE WÄHREND DES KRIE- GES?

(Erfahrungen der ukrainischen  
Kolleg:innen)



# 1.4. WAS SIND DIE AKTU- ELLEN BE- DÜR FNISSE DER UKRAI- NISCHEN JU- GEND WÄH- REND DES KRIEGES?

- Psy-  
chologische  
Unterstützung für  
das emotionale Wohlbe-  
finden.

- Ein Gefühl der Sicherheit  
auf verschiedenen Ebenen.

- Ein Sinn für Gerechtigkeit  
im Leben.

- Anerkennung von zivilem  
Widerstand und Aktivismus.

- Ein Verständnis für die  
patriotische Haltung  
von Jugendlichen aus  
anderen Ländern.

- Zukunftssicher-  
heit und ein Ver-  
ständnis da-  
von.

- Zugang zur  
formellen sowie infor-  
mellen Bildung.

- Vertiefung von Englischkenntnissen.

- Finanzielle und recht-  
liche Grundkennt-  
nisse.

- Grund-  
bedürfnisse wie  
Kleidung und Nah-  
rung.

- Pflege der Beziehungen zu  
Freunden und Verwandten im Ausland.

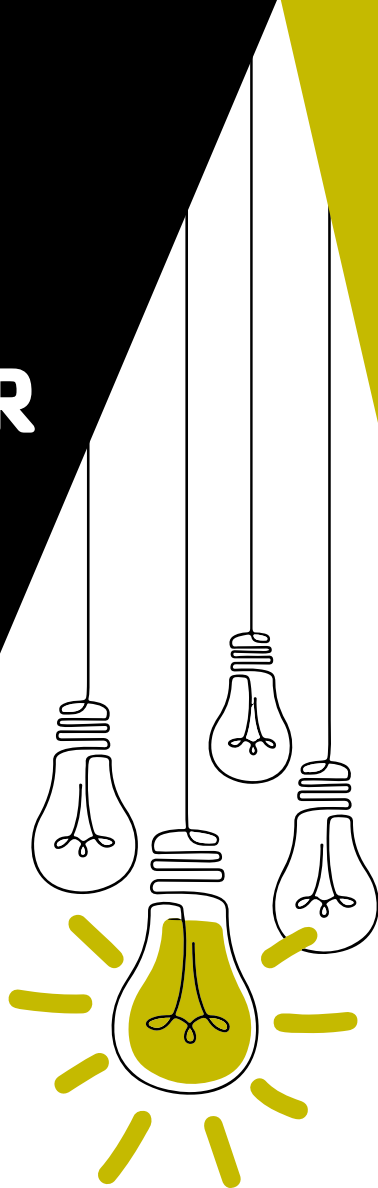
- An das neue Umfeld (Städte, Länder) gewöh-  
nen für diejenigen, die das Land verlassen ha-  
ben.

- Intergration in neue Schulen, Universitäten,  
Schließen von Freundschaften.

- Ein Gefühl von Sicherheit in den neuen  
Städten / Ländern, unter Berücksichti-  
gung von Fällen von Mobbing ukrai-  
nischer Jugendlichen in EU-  
Ländern.

## 2. PROJEKTE LIKHTAR IN DER BILDUNGS- STÄTTE BREDBECK.

In diesem Abschnitt möchten wir einige Projekte und Ansätze hervorheben, die LIKHTAR in Zusammenarbeit mit der Bildungsstätte Bredbeck umgesetzt hat. Sie können sich als wertvoll erweisen und Sie mit Ideen inspirieren, wie internationale Jugendarbeit in Zeiten des Krieges fortgesetzt werden kann.



### 1. „Borschtsch“

Diese Veranstaltung kombiniert eine Schreibwerkstatt und ein Forschungsprojekt, das in einer Buchveröffentlichung und einer öffentlichen Präsentation resultierte.

### 2. „2084“

Dieses internationale Theaterprojekt für Jugendliche aus Polen, Deutschland und der Ukraine hat eine lange Tradition und besteht bereits seit über 12 Jahren.

### 3. „Bredbeck Lito“

Wir halten es für äußerst wichtig, mit ukrainischen Organisationen zusammenzuarbeiten und sichere Räume für Jugendliche aus der Ukraine zu schaffen.

### 4. Meet-Ups

Der Aufbau von Beziehungen und die professionelle Unterstützung von Kolleg:innen im Bildungsbereich sind für das LIKHTAR-Projekt von entscheidender Bedeutung.

### 5. Stammtisch

The annual meeting of educators and partners in Das jährliche Treffen der Pädagog:innen und Partner:innen in Bredbeck ist eine eintägige Veranstaltung im Sommer, die Kolleg:innen aus den Regionen nördliches Niedersachsen und Bremen zusammenbringt.



# 2.1 BORSCHTSCH PROJEKT



Diese Veranstaltung kombiniert eine Schreibwerkstatt und ein Forschungsprojekt, das in einer Buchveröffentlichung und einer öffentlichen Präsentation resultierte. Unsere Reise in die Welt der Identität begann mit der Auseinandersetzung mit Borschtsch, einem im Osten beliebten Gericht, das in der westlichen Küche noch relativ unbekannt ist. Dies diente als ein Ausgangspunkt für die Diskussion über die Wahrnehmung des Ostens im Westen und deren Transformation nach der russischen Aggression gegen die Ukraine.

Wir sind dokumentarisch vorgegangen und haben 10 Interviews mit Menschen durchgeführt, die aufgrund des Krieges aus der Ukraine geflohen sind, sowie mit Vertretern:innen der ukrainischen Diaspora in Norddeutschland. Die Ergebnisse dieser Interviews bildeten zusammen mit unseren Texten, Illustrationen, Videos und Bildern die Grundlage für eine multimediale Lesung und die Veröffentlichung eines Buches, das wir nach Abschluss des Projekts präsentierten. Zu den im Projekt eingesetzten Methoden gehörten Workshops zu kreativem Schreiben, Interviewtechniken, Biografiearbeit, Dramatisierung, theatralische Inszenierung von Texten, Erstellung von Illustrationen, Musik- und Gesangsworkshops, Redaktionsarbeit und Layoutgestaltung.

# 2.2 2084 PROJEKT

Dieses internationale Theaterprojekt für Jugendliche aus Polen, Deutschland und der Ukraine hat eine lange Tradition und besteht bereits seit über 12 Jahren. Im Sommer 2022 haben wir 30 junge Teilnehmende aus diesen Ländern eingeladen, um eine theatralische Inszenierung während des zehntägigen Aufenthalts in der Bildungsstätte Bredbeck zu erarbeiten. Das Projekt wurde von George Orwells Roman „1984“ inspiriert und spiegelt die heutige Realität und die Gefahr der Propaganda und der Mechanismen eines autokratischen Staates wider, die eine der treibenden Kräfte hinter dem Krieg gegen die Ukraine sind. Die Teilnehmenden arbeiteten an schauspielerischen Elementen, kreativem Schreiben, Musik und Tanz und erarbeiteten eine Theaterauffassung, die sich mit sozialen Themen des Romans auseinandersetzt. Die Aufführung wurde der Öffentlichkeit in Osterholz-Scharmbeck und Kwidzyn (Polen) präsentiert.

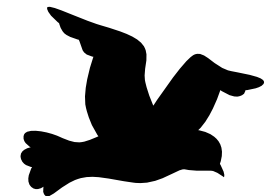
# 2.3 BREDBECK LITO PROJEKT

---



Wir halten es für äußerst wichtig, mit ukrainischen Organisationen zusammenzuarbeiten und sichere Räume für Jugendliche aus der Ukraine zu schaffen, in denen sie vorübergehend Zuflucht vor der schrecklichen Realität des Krieges finden können. Mit diesem Ziel haben wir ein Sommerprojekt mit dem Namen „Bredbeck Lito“ („Lito“ aus dem Ukrainischen „Lito“ für Sommer) organisiert. Wir wollten, dass Kinder aus der Ukraine mit neuen Kulturen, Geschichten und Sprachen der teilnehmenden Länder interagieren und ihnen einen stressfreien Raum außerhalb der Schule bieten.

Angesichts der Sprachbarriere war die Sprachanimation ein wesentlicher Bestandteil des Programms. Wir haben die nonverbale Interaktion durch experimentelles Lernen, sportliche Aktivitäten, Sensibilisierungsübungen, kreative Workshops und gruppendynamische Übungen gefördert. Das halbformale Abendprogramm (z.B. Lagerfeuer oder gemeinsame Spieleabende) sowie Ausflüge (z.B. in den Bredbecker Wald und das Teufelsmoor) haben den sozialen Charakter der Begegnungen unterstützt.



# 2.4

## LIKHTAR MEET UP

1. **\*\*Einführung und Diskussion über die aktuellen Bedürfnisse in der Jugendarbeit und Bildung.\*\***
2. **\*\*Wie organisiert man ein Projekt.\*\***
3. **\*\*Finanzielle Möglichkeiten und Förderprogramme von DPJW.\*\***
4. **\*\*Moderationsinstrumente für das Engagement von Gruppen und die Einbeziehung von Jugendlichen in Diskussionen.\*\***

Der Aufbau von Beziehungen und die professionelle Unterstützung von Kolleg:innen im Bildungsbereich sind für das LIKHTAR-Projekt von entscheidender Bedeutung. Wir haben festgestellt, dass es für viele ukrainische Partner:innen schwierig (oder unmöglich) ist, an traditionellen Austauschmaßnahmen und Konferenzen teilzunehmen.

Daher haben wir eine Reihe von Online-Veranstaltungen im Jahr 2023 organisiert:

Diese Treffen fanden über Zoom statt, hatten ein offenes Format und bestanden aus einem Hauptteil und einer Vernetzungs- / Einführungs-sitzung. Dies stellte für uns die Gelegenheit dar, sowohl die Informationen den Kolleg:innen mitzugeben, als auch neue Partner:innen zu gewinnen sowie Einblicke in die Stimmungslage und Bedürfnisse von Pädagog:innen zu erhalten. Die neu gegründete Online-Community des LIKHTAR-Projektes ist ebenfalls zu unserer Fokusgruppe geworden, um über Ideen zu diskutieren und Antworten auf unsere Fragen zu finden.

# 2.5 STAMMTISCH

Das jährliche Treffen der Pädagog:innen und Partner:innen in Bredbeck ist eine eintägige Veranstaltung im Sommer, die Kolleg:innen aus den Regionen nördliches Niedersachsen und Bremen zusammenbringt. Seit 2022 beziehen wir die ukrainischen Kolleginnen und Kollegen, die in unserem Standort wohnen, aktiv ein.



**Das Ziel der Veranstaltung ist die fachliche Unterstützung und der Aufbau partnerschaftlicher Beziehungen. Das Programm umfasst:**



**Vorstellung von aktuellen/neuen Projekten.**



**Diskussionen über relevante Themen.**



**Erprobung von Gruppenarbeitsmethoden, von denen die Kolleg:innen bei ihren Projekten profitieren können.**

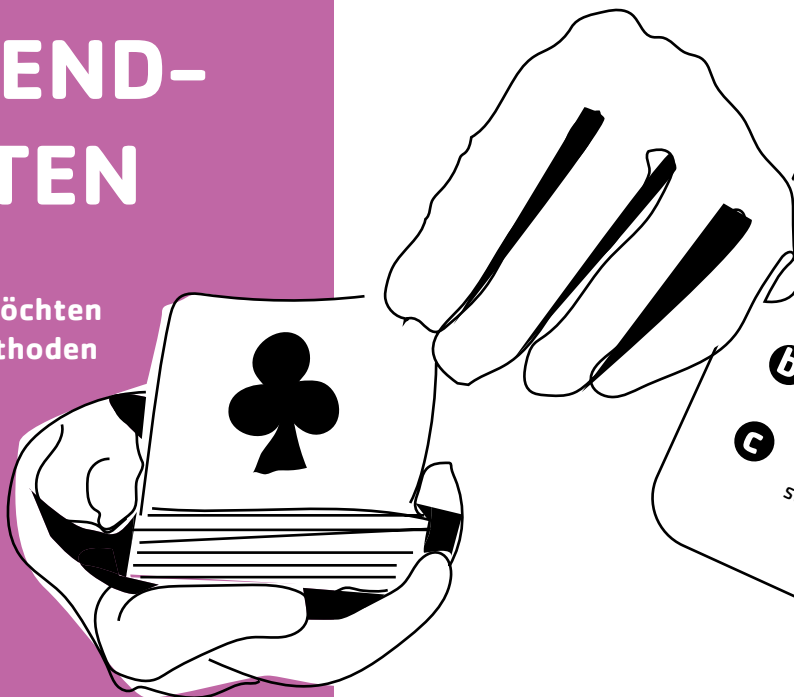


**Informelle Zeit für Kaffee, Netzwerkbildung und Ideenaustausch.**

Eines der interessantesten Ergebnisse des Stammtischs 2023 war zum Beispiel das Projekt „Psychische Gesundheit und Jugend“, das in April 2024 in Bredbeck geplant ist.

### 3. METHODEN: DIE AUSEIN- ANDERSET- ZUNG MIT DEM KRIEG IN IN- TERNATIONA- LEN JUGEND- PROJEKTEN

In diesem Abschnitt möchten wir auf bestimmte Methoden eingehen, die wir bei unseren trilateralen Jugendbegegnungen anwenden, um tiefgreifende und sichere Diskussionen über das Thema Krieg zu ermöglichen.



**1**

---

**HOT TOPICS**  
creates a safe, open space for sharing news and war-related experiences.

- a** Identify the top 5 hot topics in their country
- b** Allow 10-15 minutes for discussion
- c** After discussion, allocate time for visualizing

**2**

---

**QUESTION BOX**  
allows participants to casually discuss questions about their countries in a relaxed atmosphere.

- a** Distribute papers of different colors
- b** Each paper color represents a country
- c** Collect all questions and put them into boxes

**3**

---

**PADLET PICTURES COLLECTION**  
allows all teams to share their current lives and experiences.

- a** Create a Padlet page
- b** depicting significant events in their lives at the moment
- c** Don't forget to label whose photos belong to whom.

**4**

---

**WAR GRAPHIC ARTIFACTS**  
bring interesting insights and a deeper understanding of the Ukrainian situation.

- a** Collect quality pictures
- b** The idea is not to gather potentially traumatic photos
- c** Print or prepare a presentation

**5**

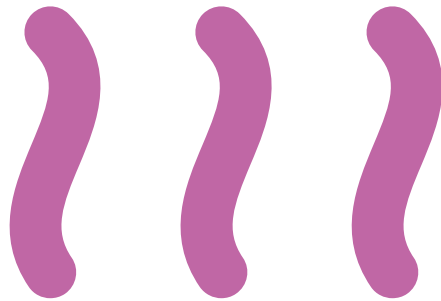
---

**AUTOMATIC WRITING**  
powerful method in trauma-sensitive creative writing

- a** also known as stream of consciousness
- b** helps participants disconnect from trauma
- c** Participants need only a pen and paper

# 3.1 HOT TOPICS

- Teilen Sie die Teilnehmenden in nationale Teams ein (Ukrainisch, Polnisch, Deutsch).
- **Aufgabenteilung:** Diskutieren Sie in Ihrer Gruppe und benennen Sie die 5 wichtigsten Hauptthemen in Ihrem Land. Planen Sie 10-15 Minuten für die Diskussion ein und stellen Sie die notwendigen Materialien für die Visualisierungen bereit. Verlängern Sie die Zeit bei Bedarf.
- Nach der Diskussion soll die Zeit eingeplant werden, um die Hauptthemen auf dem Papier zu veranschaulichen und eine:n Repräsentant:in auszuwählen, der/die die brisanten Themen aus seinem/ihrer Land vorstellt und mit den anderen Gruppen darüber diskutiert.

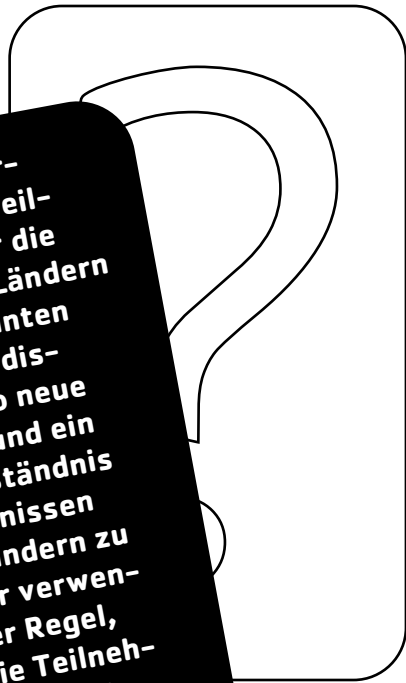


**Diese Methode schafft nicht nur einen sicheren, offenen Raum für den Austausch von Neuigkeiten und Kriegserfahrungen, sondern fördert auch das Verständnis von dem Thema bei den Teilnehmenden aus anderen Ländern. Für die Teilnehmenden aus der Ukraine ist es besonders interessant zu sehen, wie sich die Ereignisse in ihrem Land auf die Nachrichten in den Nachbarstaaten und die dortigen Prozesse auswirken.**



## 3.2 QUESTION BOX

Diese Methode ermöglicht es den Teilnehmenden, über die Fragen zu ihren Ländern in einer entspannten Atmosphäre zu diskutieren und so neue Perspektiven und ein besseres Verständnis von den Ereignissen in anderen Ländern zu schaffen. Wir verwenden sie in der Regel, wenn sich die Teilnehmenden bereits gut kennen und Freundschaften geschlossen haben.



Diese Methode kann als Ergänzung zu den „brisanten Themen“ oder als separate Maßnahme eingesetzt werden.

1. Verteilen Sie an die Teilnehmenden Papier in drei verschiedenen Farben und Stifte.
2. Jede Papierfarbe steht für ein Land: die Ukraine – gelb, Polen – rot, Deutschland – blau (zum Beispiel).
3. Geben Sie den Teilnehmenden Zeit (bis zu 10 Minuten), um Fragen über andere Länder auf die jeweiligen Zettel zu schreiben.
4. Sammeln Sie alle Fragen auf und verteilen Sie sie in die Kästchen der einzelnen Länder.
5. Teilen Sie die Teilnehmenden in 3 Gruppen ein, die jeweils Vertreter:innen aus allen drei Ländern repräsentieren.
6. Geben Sie jedem Team die gleiche Anzahl von Fragen (z. B. 5 ukrainische, 5 polnische, 5 deutsche) und eine begrenzte Zeit für Diskussionen.
7. In dieser Zeit beantworten die Ländervertreter:innen Fragen, die ihr Land betreffen, und können Fragen auslassen, die ihnen nicht gefallen oder die sie als schwierig empfinden.
8. In dieser Zeit beantworten die Ländervertreter:innen Fragen, die ihr Land betreffen, und können Fragen auslassen, die ihnen nicht gefallen oder die sie als schwierig empfinden.



# 3.3 BILDER- SAMM- LUNG AUF PADLET

**Diese Methode ermöglicht es allen Beteiligten, ihr aktuelles Leben und ihre Erfahrungen in der Kriegsrealität durch den Austausch von Fotos und Geschichten zu teilen.**

1. Erstellen Sie vor dem Veranstaltungsbeginn eine Padlet-Seite mit einer Spalte für jeden Teilnehmenden.

2. Gewähren Sie jedem Teilnehmenden Zugang zum Padlet.

3. Bitten Sie sie, bis zu 3 Fotos in ihrer Spalte hinzuzufügen, die wichtige Ereignisse in ihrem Leben darstellen.

4. Drucken Sie die Fotos während anderer Aktivitäten (oder später) aus und gestalten Sie ein interaktives Museum an der Wand. Denken Sie daran, die Fotos nach ihrer Zugehörigkeit zu beschriften.

5. Die Gruppen der einzelnen Länder bereiten sich darauf vor, 10 Minuten lang Fragen zu beantworten, indem sie neben ihren Fotos stehen, während die anderen Gruppen zu Museumsbesucher:innen werden, die sich die Fotos anschauen oder den Fotobesitzer:innen klärende Fragen stellen können.

# 3.4 KRIEGS- BEZOGENE GRAFISCHE ARTEFAKTE



- Sammeln Sie wertvolle Fotos, die verschiedene Aspekte der militärischen Realität in der Ukraine abbilden (Fotos von Menschen in Unterkünften, Alltagsroutinen in Kriegszeiten, zerstörte Gebäude). Es geht nicht darum, potenziell traumatische Fotos zu sammeln, sondern bis zu 10 qualitativ hochwertige, interessante Fotos, die im Gedächtnis bleiben und eine fesselnde Lebenserfahrung vermitteln, zu haben. Beziehen Sie dabei natürlich die ukrainischen Teilnehmenden mit ein. Sie können sogar den gesamten Prozess an sie delegieren, aber vergessen Sie nicht, die endgültigen Ergebnisse zu überprüfen.



- Drucken Sie die Fotos aus oder bereiten Sie eine Präsentation mit diesen Fotos vor.
- Sprechen Sie kurz und sachlich über jedes Foto.

- Führen Sie die Präsentation für alle Teilnehmenden durch, und laden Sie die ukrainischen Teilnehmenden ein, ihre Erzählung zu ergänzen, wenn sie dies möchten.

Wenn die Fotos von hohem Interesse und guter Qualität sind, kann dies für die Teilnehmenden aus Polen und Deutschland interessante Einblicke und ein tieferes Verständnis der ukrainischen Situation mit sich bringen.

Seien Sie auf Fragen der Teilnehmenden vorbereitet.

# 3.5 AUTOMATISCHES SCHREIBEN



Automatisches Schreiben, auch bekannt als Gedankenstrom, ist eine wirkungsvolle Methode vom traumatischen Schreiben. Es hilft den Teilnehmenden, sich von Traumata, schmerzhaften Erinnerungen und Ängsten zu lösen, indem sie diese auf eine andere Art und Weise auf dem Papier ausdrücken.

## Wie geht das?

1. Die Teilnehmenden brauchen nur einen Stift und ein Blatt Papier.
2. Ein:e Moderator:in stellt einen Timer ein (z. B. eine Minute).
3. Sie beginnen sofort mit dem Schreiben.
4. Wählen Sie Ihren eigenen Startpunkt, wenn er nicht vorgegeben ist.
5. Schreiben Sie alle Gedanken auf, die Ihnen in den Sinn kommen.
6. Die wichtigste Regel: Schreiben Sie ohne Pausen weiter.
7. Verwenden Sie Symbole (Punkte, Fragezeichen), wenn Sie nicht weiterkommen.
8. Der Stift sollte nicht stillstehen, bis der Timer stoppt.

## Wichtige Punkte:

- Es besteht kein Druck in Bezug auf perfekte Grammatik oder Textzusammenhang.
- Der Schwerpunkt liegt auf dem Prozess, nicht auf dem endgültigen Text.
- Der Text kann abstrakt, lustig oder nicht zusammenhängend sein.
- Keine Verpflichtung, Texte zu präsentieren oder einzureichen.

## Evaluation:

- Diskutieren Sie nach dem ersten Versuch über die Gefühle und Erfahrungen der Teilnehmenden.
- Erfahren Sie, ob die Aufgabe für sie leicht oder schwer war.
- Berücksichtigen Sie dabei auftretende seltsame Gefühle.

## Entwicklung:

- Verlängern Sie die Übungszeit (z. B. 5 oder 10 Minuten) für weitere Runden.
- Führen Sie Ausgangspunkte wie Sätze oder Zitate ein.
- Achten Sie auf sensible Themen bei den Teilnehmenden während der Durchführung der Methode.
- Der Austausch von Texten ist optional und kann eine Grundlage für kreative Schreibtechniken in Gruppen sein.

# 4. NÜTZLICHE EXTERNE INFORMA- TIONS- QUELLEN

Kontaktiere uns: **Bredbeck**  
Bildungsstätte

Alex Slyusarenko  
LIKHTAR project coordinator  
in Bredbeck

E-Mail:  
Sliusarenko@bredbeck.de

Instagram:  
likhtar\_project / bildungsstaette\_bredbeck

LIKHTAR  
ЛІХТАР

**STÄNDIGE UNTERSTÜTZUNG FÜR FACHKRÄFTE AUS DER JUGEND-  
BILDUNG WÄHREND DER KRIEGSZEIT DURCH DAS DPJW:**

**Kostenloses Online-Training für Jugendfachkräfte**



**Community und Projekte entwickeln** 

**Digitale Plattform für Fachkräfte aus Jugendarbeit**



- [Ein detaillierter und umfassender Leitfaden von Salto-Youth zur Thematisierung des Krieges in der Ukraine während des Jugendaustausches. \(Englisch\)](#)
- [Eine aktuelle Forschungsstudie über die Auswirkungen des Krieges auf die ukrainische Jugend, die vom Ministerium für Jugend und Sport der Ukraine in Auftrag gegeben wurde. \(Ukrainisch\)](#)
- [Werteorientierte Jugendarbeit im Kriegskontext: Trainingsprogramme und Thesen des Europarates \(Englisch\)](#)
- [Ein Auszug aus einem Kurs über traumainformierte Jugendarbeit. \(Ukrainisch\)](#)
- [Ein Podcast, der als Stimme der ukrainischen Jugend während des Krieges dient und in Zusammenarbeit mit UNFPA, dem Bevölkerungsfonds der Vereinten Nationen in der Ukraine, umgesetzt wurde. \(Ukrainisch\)](#)
- [Informationsressourcen zur psychologischen Unterstützung in Kriegszeiten. \(Ukrainisch\)](#)
- Datei mit Fragen für bedeutungsvolle unterstützende Gespräche mit Jugendlichen – von fundacja „krzyżowa” dla porozumienia europejskiego. [Ukrainisch](#) [Polnisch](#) [Deutsch](#)
- [Die Ukraine. Geschichte und Gegenwart eines europäischen Staates](#) von Leibniz-Institut für Geschichte und Kultur des östlichen Europa ([GWZO](#)) (Deutsch)
- [Resilienz bei Kindern, die Trauma, Katastrophen und Krieg erlebt haben: Globale Perspektiven](#) - kostenloser Kurs auf Coursera. (Englisch, Deutsch, mit ukrainischen und polnischen Untertiteln)
- [Die Stimmen der Jugend für den Wiederaufbau und die Wiederherstellung der Ukraine verstärken](#) - Ausführliche Untersuchung von Plan International (Englisch)