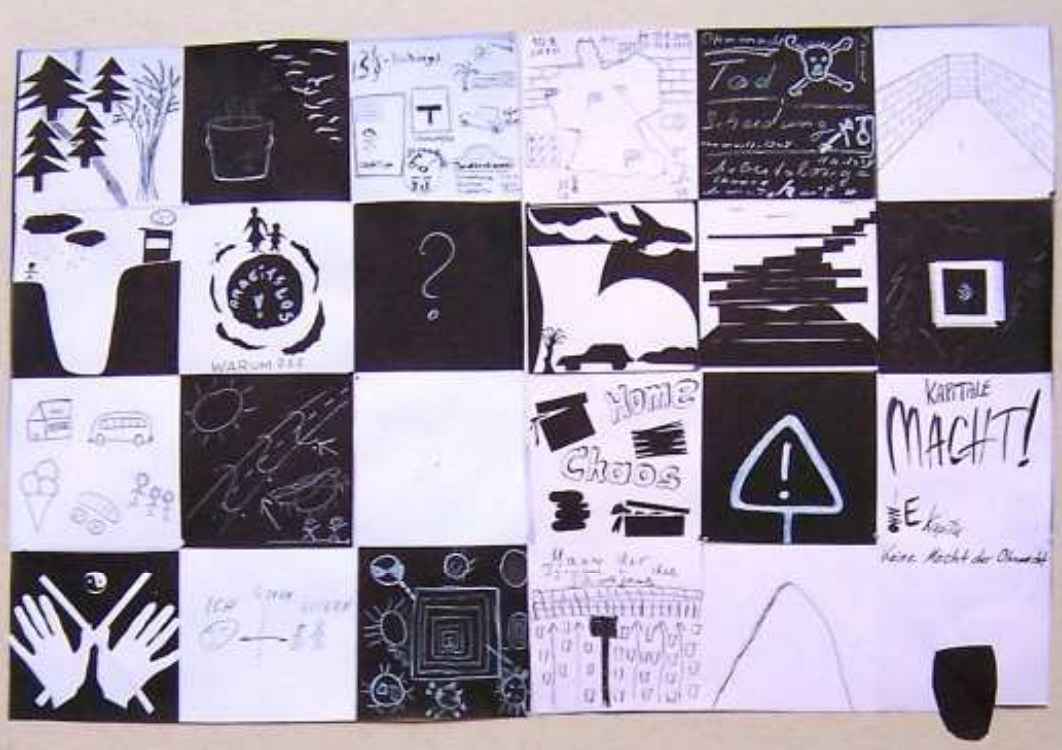


REZEPTE GEGEN OHNMACHT

KULTUR + KREATIVSEMINAR
10. - 13. AUGUST 2010
HAUS AM MAIBERG, HEPPENHEIM

Rezepte gegen Ohnmacht

Kultur- und Kreativseminar für Erwerbslose in Hessen

10. bis 13. August 2010

Haus am Maiberg, Heppenheim

Veranstalter:

Katholische Betriebsseelsorge Mainz
Regionalstelle Darmstadt

EVANGELISCHE KIRCHE
VON KURHESSEN-WALDECK

Referat Wirtschaft-Arbeit-Soziales

Zentrum Gesellschaftliche Verantwortung
der Evangelischen Kirche in Hessen und Nassau

Rezepte gegen Ohnmacht

Banken werden saniert, Sozialleistungen werden gestrichen. Steuerhinterzieher werden geschont, Arme verurteilt.

Armut wird verwaltet. Vor lauter Maßnahmen, Fallmanagement und Eingliederungsvereinbarungen weiß der Einzelne kaum noch selbst, was er will.

Die vielen Demonstrationen und Proteste in den letzten Jahren – haben sie etwas genützt?

Bei so viel Ungerechtigkeit bleibt oft das Gefühl der Ohnmacht zurück.

Und doch wachsen im Schatten der Betonmauern zarte Pflänzchen von Solidarität und Andersdenken.

Menschen schließen sich zusammen. Sie gehen vielleicht nicht auf die Straße, aber gemeinsam mit anderen machen sie doch „ihr eigenes Ding": Selbsthilfeprojekte, Umsonstläden, Widerstand ...

Im Seminar wollen wir auf kreative, künstlerische Weise Ideen und Rezepte zusammentragen, wie wir das Gefühl der Ohnmacht bewältigen und wie es anders gehen kann – wie wir die Macht zurückgewinnen können, zumindest über unser eigenes Leben.

Der genaue Programmablauf wird auf dem Seminar besprochen.

Auf eine rege, fantasievolle Teilnahme freut sich das Team:

- Martina Bodenmüller, Dipl.-Pädagogin und Kunsttherapeutin, Gießen
- Holger Wilmesmeier, Kunstpädagoge, Darmstadt
- Marion Schick, Zentrum Gesellschaftliche Verantwortung der EKHN, Mainz

Anti-Ohnmachts-Kekse

Vermische in einem Gefäß:

1 Tasse	Glücksessenz
4 Eßl.	Zufriedenheitsflocken
200 g	Charakterstärke
4	Demutstropfen
1 Teel.	Weisheitssirup
100 g	Optimismusmus
1 Messersp.	Augentrost
2-3	Mutblüten
einige Fäden	scharfe Sinne

mit frischem Quellwasser zu einem geschmeidigen Teig ...

.... löse 2 Prisen Glaubensalz in etwas Kraftbrühe zum bestreichen, eventl. mit Behutsamen bestreuen ....

Backblech mit dem Einsichtspinsel und Frei-Öl einfetten und die Kekse –von allen Seiten gründlich in Liebe gewälzt – darauf setzen und in der warmen Sonne trocknen.

Bei Bedarf 1-2 Stück langsam im Munde zergehen lassen.

DURCH DIE MAUER MIT
LEBEN
LIEBE
FLUCHTHELFER
MAUERBLÜMCHEN
BRUCH
EINSTURZ
AUSBRUCH
MAUER
JOY
HASS
AUSBRUC
KRAFT, LIEBE UND MUT
WANDELN

REZEPT

ZUM UMGANG MIT DER FREIEN ZEIT

ZEITROULADE

Zubereitung

Für die Zubereitung einer bekömmlichen und schmackhaften Zeitroulade empfiehlt sich die Verwendung ausgewählter, persönlicher Zutaten. Die Mengen können je nach Vorliebe variieren.

Man nehme die freie Zeit, breite sie vor sich aus und lege sie dann zur Seite.

Für die Rouladenfüllung nehme man 1 / 4 psychologische oder biografische Aufarbeitung sowie 1 / 4 seiner Zeit und füge Struktur hinzu. Zunächst leicht kneten, damit die Füllung fest, aber nicht starr wird.

Dann ergänze man 1 / 4 tragfähige Beziehungen und soziale Kontakte, schüttele und rühre sie, um sie der neuen Situation anzupassen. Anschließend 1 / 4 neu- und wiederentdeckter Talente unterrühren.

Für den vollen Geschmack der Füllmasse täglich einen großen Löffel Bewegung & Sport, eine Messerspitze Glaube & Werte sowie eine Prise Hobbies hinzufügen.

Die Masse nach Belieben rühren und schütteln. Nun jeweils einen großen Klecks Füllung auf die vorbereiteten Zeitsegmente geben. Das Ganze rollen und mit einem Faden umwickeln.

Die Rouladen backen und heiß oder kalt servieren.

Als Beilagen eignen sich z. B. Neugier, Flexibilität, Gelassenheit, Humor und Selbstironie.

Guten Appetit!

Wolfgang
Barbara
Hans

Sabine
Gabriele

Was brauche ich?	Wo kaufe ich?
Lebenshilfe/ Beratung	• Arzt, Psychologischer Dienst • Beratungsstellen der Kirchen, Wohlfahrts-Verbände • Selbsthilfegruppen
Struktur im Tagesablauf	• wächst nur im eigenen Garten
Soziale Kontakte	• Netzwerke • Partner, Familie, Freunde • Vereine, Ehrenamt, Interessengruppen
Talente, Fähigkeiten, Hobbies	• Wächst im eigenen Erinnerungsgarten • Netzwerke • Medien • Kurse (z. B. VHS, Wohlfahrtsverbände)
Sport/Bewegung	• Vereine • Mit Sportpartner verabreden • Zuhause, fester Termin mit sich selbst
Werte, Spiritualität, Glaube	• Wächst im eigenen Erinnerungsgarten • Kirchen, esoterische Gruppen • Bücher, TV, Radio, Internet • Gespräche

MEHR ZEIT

LEER ZEIT

LERN ZEIT

Kraftkugel
im
Liebes Sternschnuppen Nest
Verwöhnen
Geistige Kraft
Elfen
Lachen
Entspannen
Humor
Natur
Universm
Liebe
Engel
Fehen
Leichtigkeit
Freude
Damf ab-
lassen
Kreativität
Streicheln
der Seele
Traum

SELBSTANDIGKEIT

mit der 5 ELEMENTE KÜCHE IM KREIS

KOCHEN

EINE RUNDE SACHE

Rezepte gegen Vorurteile

1. Stigmatisieren.

Rezept: man nehme eine Prise Mut, um gegen Vorurteile anzugehen

2. Konfrontation.

Rezept: man nehme ein Quentchen Aufklärung für Nichtbetroffene

siehe: andere Sorten (Mensch)

Politiker/ Ignoranten und Stammtischbrüder

UND WAS IST IHNEN DAS WICHTIGSTE IM LEBEN?

VERTRAUEN

Auf zu neuen Macht

Jetzt kommt der Kassensturz

Nackte Kunden

Hilflos, mit einer Riesenwut

Gefährlicher Job

GROSSES RISIKO

Sturz ins Nichts

Umsonst und draußen

Ohne Fesseln

Wie ergeht es Erwerbslosen?

Deutschland, deine Hilfeleistung ?

Dringend gesucht: Ideen

Das Rad neu erfinden

SCHÖN

zwei Ideen

DARF MAN SICH VON SEINEN TRENNEN?

Verantwortung

Verbindliche Regeln

Und bist du nicht willig, so kürz' ich dein Geld

MÖGLICH IST ALLES

Abstieg des Helden

DA LÄUFT WAS FALSCH ...

Tafel

für wenig Geld!

GLATT gespart

Auf Diät gesetzt

Signale beachten

Kommunikette

Ihr direkter Draht zur

Vorurteile?

Rezepte dagegen

1. Menschen werden gegenseitig ausgespielt.

Rezept: man nehme sich viel Zeit, um seine Rechte kennenzulernen.

2. Vorurteil.

Den Betroffenen wird keine Aufmerksamkeit geschenkt.

Rezept: man nehme eine Handvoll Zusammenhalt, um gegen bestehendes Unrecht zu protestieren.

WAS FEHLT

ZEICHENSETZEN

Auf Empfehlung

Wir lieben menschenwürdige Arbeitsplätze!

Ihre Eintrittskarte für BILDUNG

So kommen Sie hin!

Ohne Umwege ans Ziel

„Ja, wir erlebten das Faustrecht" der Chefin

Es bestand überhaupt keine Chance.

Bürger begehren auf

Erfolgreich vermittelt wird jetzt

GERECHTIGKEIT | WÜRDE | SOLIDARITÄT

Hartz-IV-Empfänger hoffen

»Ich will's nicht hören!«

Schreiben Sie?

Gespaltener Arbeitsmarkt

Entstehen reguläre oder prekäre Arbeitsplätze?

er schlecht bezahlt und zeitlich befristet

Beschäftigte

Missstand hält an

Die vergessenen Fachkräfte

Um uns gehts

DIE GERECHTIGKEIT BLEIBT AUF DER STRECKE

Leben in einer anderen Welt

Neue Chancen zur beruflichen Orientierung Fort- und Weiterbildung

Überraschend vielfältig:

Eine runde Sache

STRASSENKAMPF

DAMIT KANN ICH ARBEITEN

Rezept gegen Vorurteile

Um ein guten Teig gegen Vorurteile zu kneten, braucht man Zutaten wie Toleranz, Verständnis, Optimismus, Frohsinn und Mut.

Zubereitung:

Verschiedene Früchte jeweils 3 Minuten reden lassen, etwas ruhen lassen bevor sie weiter für den Teig benötigt werden. Dann 500g Verständnis in eine große Rührschüssel geben, es lässt sich besser verrühren, wenn es nicht so kalt ist. Ein gleicher Teil Toleranz 500g mit fünf Löffel Mut nach Gefühl verrühren bis eine sämige Masse entsteht. Bis hier hin ist die halbe Arbeit schon getan, noch etwas Frohsinn 500g damit der Teig aufgehen kann. Gut durchgesiebt mit dem Teig weiter verrühren. Noch etwas Zeit zum Aufgehen unterrühren. Den Backofen auf Stufe „Aufmerksamkeit" stellen. Bis die Hitze im Ofen erreicht ist, werden die Früchte dem Teig unter-gehoben. Jetzt in den Ofen und die Ofenklappe mit einer anderen innerlichen Einstellung schließen. Achtung: !!!

Ungenauigkeiten können die Qualität des Erzeugnisses beeinträchtigen!

Nach dem Abkühlen kann das Vorurteil mit etwas Puderzucker oder Schokoladenstreusel verziert werden. Nun mit Humor genießen.

Guten Appetit

dumm faul ... geht es viel zu gut ... wollen nicht ... kriegen alles bezahlt .....

Ohren spitzen!

Rezept gegen Vorurteile

Zutaten:
- viel Ruhe und Geduld
- Ausdauer
- viel Sachwissen
- Verständnis und Mut, gut gesiebt
- etwas Mitleid
- gute Argumente

Arbeitsgeräte – mittel
- offenes Ohr
- Mund
- taubes Ohr
- gute Nerven
- dickes Fell
- manchmal Mitmischer

Nerven

Umsonst ans Ziel

Alles sorgfältig vorbereiten und gut mischen. Vorheizen nicht erforderlich. Ruhe bewahren, wenn der Teig nicht gleich gelingt. Abweichungen sind immer wieder möglich und sogar gewünscht. Bei starken Abweichungen nicht resignieren.

Die guten Nerven braucht man nicht immer dabei haben, aber auf jeden Fall, wenn die Teigmasse zu stark überquillt. Dann braucht man auch das dicke Fell. Ein offenes Ohr sollte man immer haben, erst dann wenn alles zu massig wird, das taube Ohr anwenden.

Stellung nehmen

Manchmal ist es gut wenn man Mitmischer hat. Man sollte mutig und geduldig sein.

Bei niedriger Temperatur backen.

Lächle, denn du willst essen!

Ein ehrlicher Streit ist besser als eine schein-heilige Unterhaltung

Probiert wird alles!

Herta

K.u.K. Rezepte gegen Ohnmacht

Rezept gegen allgemeine Ohnmacht:

Vor allem: Es ist (fast) nie zu spät. Wenn doch, Lasse die Zeit neu beginnen.

Man nehme HOFFNUNG: Es gibt (fast) immer noch eine Chance. Wenn gar nicht, dann nutze sie trotzdem.

Man nehme OPTIMISMUS: "best case method" statt "worst case method"

Gegen besondere Ohnmächte:

Reform(ation) und sparen GEGEN Dogma und streichen

Engagement und Zivilcourage GEGEN Gleichgültigkeit und Desinteresse

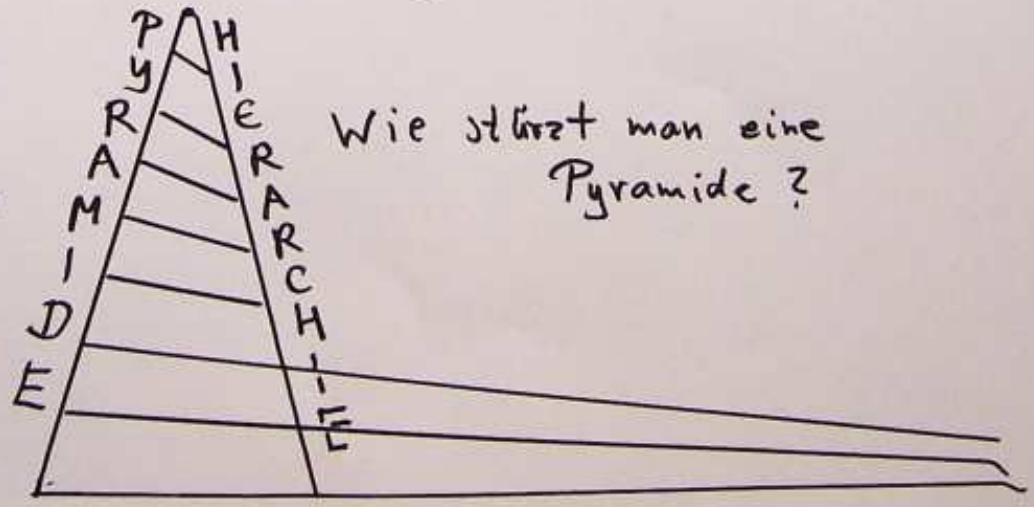
Zuhören und Begriffe klären GEGEN Missverständnisse und Vorurteile

Enteresse (Neu- und Wissbegier) GEGEN Ignoranz, d.h. Nicht-Wissen

Ption (z.B. Vulkan) GEGEN Deckelung

T but not least: Kompetenz GEGEN Hierarchie und Argumente GEGEN Autoritäten

20 H G10



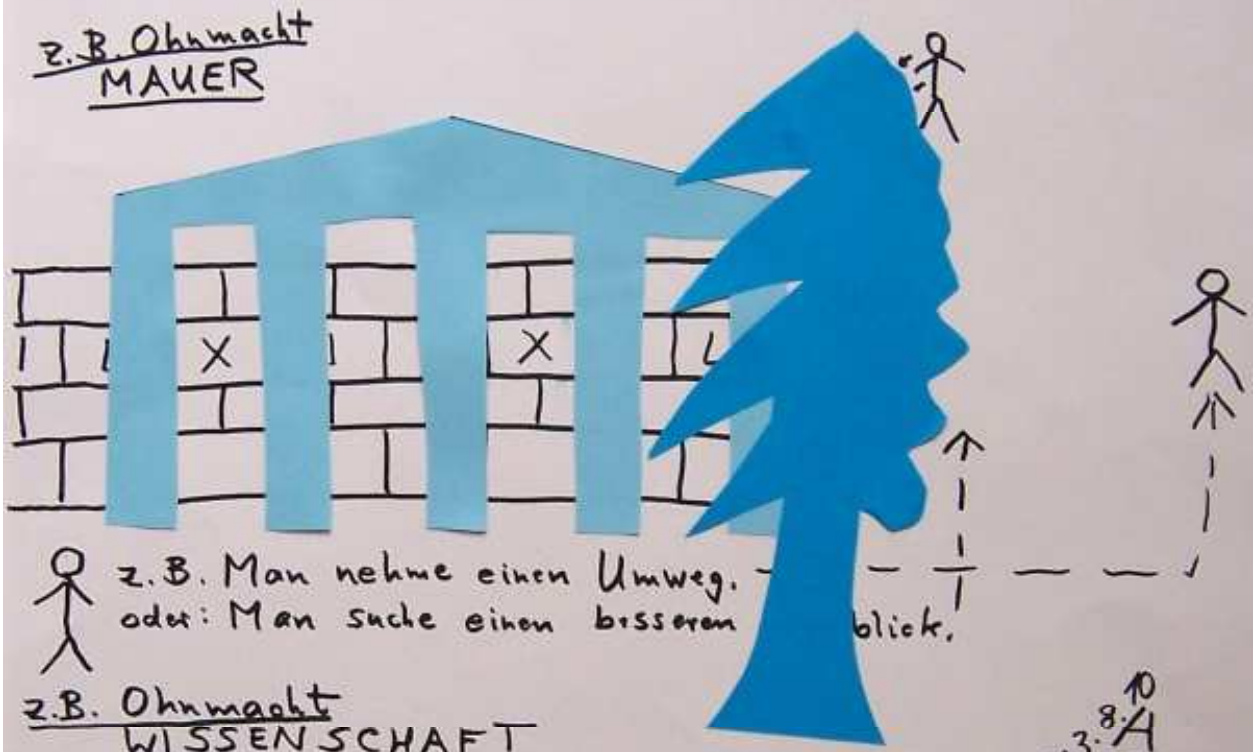
Wie stürzt man eine Pyramide?

Rezept gegen das Vorurteil OHNMACHT

Ohnmachtserlebnisse gibt es leider oft, viel zu oft; und oft überflüssig. Ein Grund kann sein:
MISSVERSTÄNDNISSE und VORURTEILE

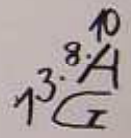
Die scheinbar wirkliche Ohnmacht kann auch nur virtuell oder künstlich aufgebaut sein.

z.B. Ohnmacht
MAUER



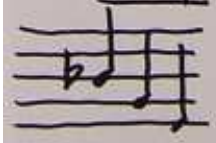
z.B. Man nehme einen Umweg.
oder: Man suche einen besseren [illegible]blick.

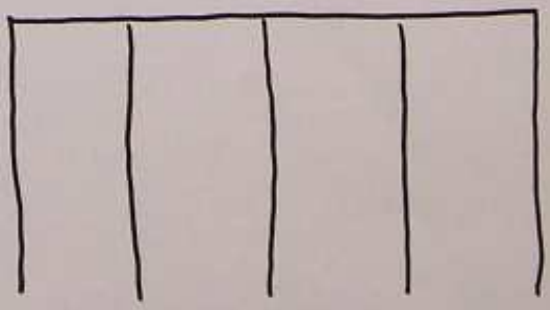
z.B. Ohnmacht
WISSENSCHAFT



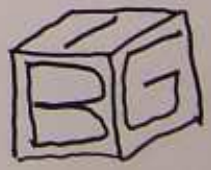
Die 5 tragenden
oder fragenden(?) Säulen
des Tempels der Wissenschaft

Spezial-
rezept:





Spezial-
rezept:



Rezept für ein EUROPA LIBRE

Man gebe viel alten und auch etwas neuen Wein in neue Schläuche.

z.B. 89er égalité
89er fraternité
89er liberté
80er solidarność

für unsere Schwestern und Brüder in Europa.

E GALITEE
Gleichheit
F RATERNITE
Brüderlichkeit
L IBERTE
Freiheit

Eigentum verpflichtet

GG

Wir sind das Volk

SOLIDARNOŚĆ

Rezept = Algorithmus

Wer hat die Eulen nach Athen getragen?

ein einsamer Tempel ohne Hintergrund und Umfeld
(vgl. auch die 5 soziologischen Säulen der Identität)

20 HG 10

Rezept für Drückeberger

Als frischgebackener Arbeitsloser stellst du dir sicher manch' bange Frage. Was wird man mir im Amt so alles auftischen? Wird mir das auch schmecken? Wird das Amt bei den Menüvorschlägen meine Arbeitsallergie angemessen berücksichtigen?

Doch diese Sorgen sind unbegründet, denn das Amt kann dir nur Menüvorschläge machen. Was letztlich wirklich aufgetischt wird, hängt immer noch von den Lieferanten ab, das sind die Arbeitgeber. Und die können heutzutage zwischen so vielen Kandidaten wählen, dass selbst diejenigen, die bereit sind alles zu schlucken, meistens leer ausgehen. Warum sollten sie also ausgerechnet jemandem etwas geben, dem das sowieso nicht schmeckt?

Natürlich solltest du dich nicht nur aufs Amt verlassen, sondern dich auch selbst auf dem Markt umschauen. Im Computer des Amtes finden sich manche Angebote, die schon seit langem nicht mehr aktuell sind. Davon will das Amt zwar nichts wissen, aber das macht nichts - ganz im Gegenteil, denn diese Angebote kannst du getrost wahrnehmen, ohne negative Folgen für deine Allergie befürchten zu müssen.

Auch die Stellenanzeigen in der Zeitung solltest du aufmerksam studieren. Wenn du dies eine Weile lang tust, wird dir dort manches Lockvogelangebot auffallen. Kaum gehst du auf solch ein Angebot ein, wird es rein zufällig gerade ausgegangen sein. Ein solches Angebot ist natürlich allergologisch ebenfalls völlig unbedenklich.

Sollte dir doch mal etwas anbrennen, und du tatsächlich eine Einladung zu einem Vorstellungsgespräch erhalten, so ist noch lange nichts verloren.

Wenn du eine Frau bist und weißt, dass der potenzielle Chef ein Mann ist, solltest du das bei der Wahl deiner Kleidung berücksichtigen. Dann kannst du dich darauf verlassen, dass eine andere Frau dorthin muss. Oder du kannst im Verlaufe des Vorstellungsgeprächs ganz beiläufig die Frage einflechten, ob es im Unternehmen einen Betriebsrat gibt und welcher Tarifgemeinschaft es angehört. Das reicht bestimmt, um dort nicht arbeiten zu müssen. Wenn du schon über fünfzig bist, kannst du auf diese Tricks sogar vollkommen verzichten. Dein Alter reicht allein schon aus um bei den Bewerbungen gar nicht erst ernsthaft in Betracht gezogen zu werden.

Du siehst, für den diätbewussten Arbeitslosen, der gerne auch mal eine gewisse Enthaltsamkeit übt, stellt der derzeitige Arbeitsmarkt ein wahrhaft vielfältiges Angebot bereit. Nur diejenigen, die wirklich Arbeit suchen finden meistens nur leere Regale vor.

Unser FRÜHSTÜCKSTREFF:
eine Einladung zum geselligen
und nützlichen
Wochenanfang

Rezept gegen Isolation

Im **Arbeitslosen-Treff** arbeiten zusammen:

Katholische Pfarrgemeinde Sankt Fidelis
Pfarrbüro: 06151 – 88 16 27

Katholisches Dekanat Darmstadt
Dekanatsbüro
Andreas Rellensberg: 06151 – 1363043
Betriebs- und Arbeitslosenseelsorge
Bruno Schumacher: 06151 – 79 35 77
Pfarreienverbund Darmstadt Innenstadt
Diakon Heinz Gerhart: 06151 – 996614
Kolpingfamilie Darmstadt Zentral

Evangelisches Dekanat Darmstadt
Fachstelle Bildung
Ernst Wiederhold: 06151 – 1362430
Evangelische Johannesgemeinde
Frau Rak: 06151 – 21753
Evangelische Paul Gerhardt Gemeinde
06151 – 624848

Diakonisches Werk Darmstadt-Dieburg
Fachberatungsstelle Teestube KONKRET
Frank Hillerich: 06151 – 151501

Treffpunkt:

Kompass
Arbeitslosen-Treff Darmstadt
Kath. Pfarrheim St. Fidelis
Gebäude im Innenhof
Feldbergstraße 27 - 29
64293 Darmstadt

Frühstückstreff
jeden Montag
von 9.30 Uhr – 11.30 Uhr

Feldbergstraße
Haltestelle für Straßenbahn und Buslinie

Postanschrift:

Betriebs- u. Arbeitslosenseelsorge
Kompass-Arbeitslosen-Treff
Schulgartenplatz 2
64289 Darmstadt
Tel.: 06151 793577
kontakt@kompass-darmstadt.de
www.kompass-darmstadt.de

Kompass

Arbeitslosen-Treff Darmstadt

Gefördert durch die „Zur Hessen Stiftung der DEKM"

- ***Sie sind arbeitslos?***
- ***Sie bedrückt Arbeitslosigkeit?***
- ***Sie sind arbeitsuchend?***
- ***Sie haben Probleme mit der Arbeitsagentur / dem kommunalen Jobcenter?***
- ***Sie suchen Hilfe bei Ihren Bewerbungen?***
- ***Sie fühlen sich alleingelassen und unverstanden?***
- ***Sie suchen Unterstützung?***
- ***Sie wollen reden?***
- ***Sie wollen helfen?***

Wenn Sie mindestens eine dieser Fragen mit Ja beantworten, dann schauen Sie doch einfach mal vorbei!

Der Arbeitslosen-Treff
Kompass
bietet Ihnen:

- Gespräche mit anderen Betroffenen beim zwanglosen Frühstück
- Beratung in wirtschaftlichen und persönlichen Notlagen
- Gegenseitige Unterstützung und Hilfe zur Selbsthilfe
- Vorträge von kompetenten Referenten
- Klärung von arbeits- und sozialrechtlichen Fragen
- Hilfe bei der Stellensuche am Arbeitsmarkt
- Hilfe bei der Erstellung von Bewerbungsunterlagen

Warum unser Arbeitslosen-Treff
Kompass
genannt wird:

Ein Kompass hilft, die Richtung zu bestimmen. Wo stehe ich, wo soll es hingehen?

Verlust der Arbeit - unklare Perspektive - weniger Geld haben - ausgegrenzt sein - nicht wissen, wie der nächste Schritt geht.

Bei solchen oder ähnlichen Fragen wollen wir, das Team von Kompass, gemeinsam mit Ihnen nach Wegen für eine Zukunft suchen und Sie dabei unterstützen.

Kompass
Arbeitslosen-Treff Darmstadt

Kath. Pfarrheim St. Fidelis
Feldbergstraße 27 - 29
64293 Darmstadt

Frühstückstreff
jeden Montag
von 9.30 bis 11.30 Uhr

Arbeitslosen-Treff Darmstadt

B.W.

Arbeitslosen initiative im
Lahn - Dill - Kreis e.V. WALI
Wetzlar
06441 - 44048
www.wali-wetzlar.de

Arbeitslosen initiative
Giessen e.V.
0641 / 389376
www.ali-giessen.de

OASE

Evangel. Gemeindezentrum
W.-Dilich-Str. 12
34590 Wabern

05683-1376

Darmstädter sozial Hilfe Gruppe
Darmstadt
Kontakt: Günther Seufert
06151 - 594591

"GRUPPENARBEIT"

Hermann Grundei

Im Rahmen meiner Teilnahme am **"Kulturseminar für Erwerbslose in Hessen"**, federführend veranstaltet vom >Zentrum Gesellschaftliche Verantwortung der EKHN<, Mainz, habe ich als mögliches Thema einer Gruppenarbeit "Wahrnehmung der Wirklichkeit", dies im Kontext der Erwerbslosigkeit und dem individuellen Bewusstsein von Arbeit, Arbeitsbedeutung (Beruf) und Lebensplanung,vorgeschlagen.

Mein Vorschlag hat nur geringen Widerhall bei den anderen TeilnehmerInnen gefunden. Daher versuche ich, das Thema alleine darzustellen, da ich seiner Lösung eine hohe Bedeutung beimessen möchte.

Ich halte die breite Bewusstmachung der Initiativensituationen für einen wichtigen Baustein auf dem Weg zur

Gegenwehr gegen unberechtigte und falsche Behandlung als auch gegen unrichtige Darstellungen der Lebenssituation von Erwerbslosen,

besonders jenen, die nach SGB II staatliche Leistungen in Anspruch nehmen (müssen).

Zurückblickend müssen wir feststellen, dass es seit Jahrzehnten keine politisch wirksame Vereinigung in Westdeutschland gibt, die den politischen Akteuren die tatsächlichen Problemstellungen der Erwerbslosen nahe bringt.

Nach meiner Beobachtung hat dies sich nicht verflüchtigende Ursachen. D.h. die Gründe für die unbefriedigende Situation sind in dieser Zeit nicht geregelt worden, sind unverändert wirksam und führen zu den alljährlichen Versuchen sich zu „Vernetzen", sich zu kraftvollen Vereinigungen zusammenzufinden. Gelegentlich gelingt dies auch auf regionaler Ebene.

Was verhinderte bisher eine Landesvertretung?

Da ist zum einen die Fluktuation bei den Erwerbslosengruppen, sofern sie sich zu Initiativen zusammengefunden haben, weil Beteiligte wieder eine feste Anstellung gefunden haben oder in Fortbildungsmaßnahmen für etliche Monate entschwinden oder eine "Arbeitsgelegenheit" wahrnehmen, oder aber dass in den Initiativen unterschiedliche politische Auffassungen unversöhnlich aufeinanderprallen und dies ein weiter Grund für die fehlende kontinuierliche Arbeit der örtlichen, als auch der in Großräumen tätigen, Erwerbslosenvereinigungen ist.

Obwohl sich Einzelgewerkschaften, kirchliche Institutionen, als auch andere nichtstaatliche Organisationen schon mit Fragen der Erwerbslosigkeit befassen, lösen sie selten die konkreten, praktischen Alltagsprobleme von SGB II-Beziehern.

b. w.

Das stattfindende Seminar scheint dem zu widersprechen. In Wirklichkeit werden auch hier Erwerbslose vermarktet. In der ersten Fassung meiner Ausarbeitung ging ich auf Aspekte der „Vermarktung" ein. Da die Aufgabenstellung der „Gruppenarbeit" die Überschrift „Rezepte für…" lautete, also Handlungs- und Lösungskonzepte erarbeitet und präsentiert werden sollen, habe ich meine Ursachenanalyse herausgenommen.

Ich halte es für dringend erforderlich, dass sich Erwerbslose nachhaltig organisieren. Die bereits auf kommunaler Ebene bestehenden Initiativen sollten sich eine zukunftsfähige Struktur geben. Dies bedeutet, dass es eine Leitungsebene geben sollte, die sich über die Zeit vereinsartig oder gar auf einer Vereinssatzung beruhend kontinuierlich reorganisiert und somit zumindest die Etablierung einer Leitungsgruppe (Vorstand) gesichert ist. Ferner muss es eine Finanzbasis geben, die die entstehenden Kosten, wenn auch i. d. Regel geringe, trägt.

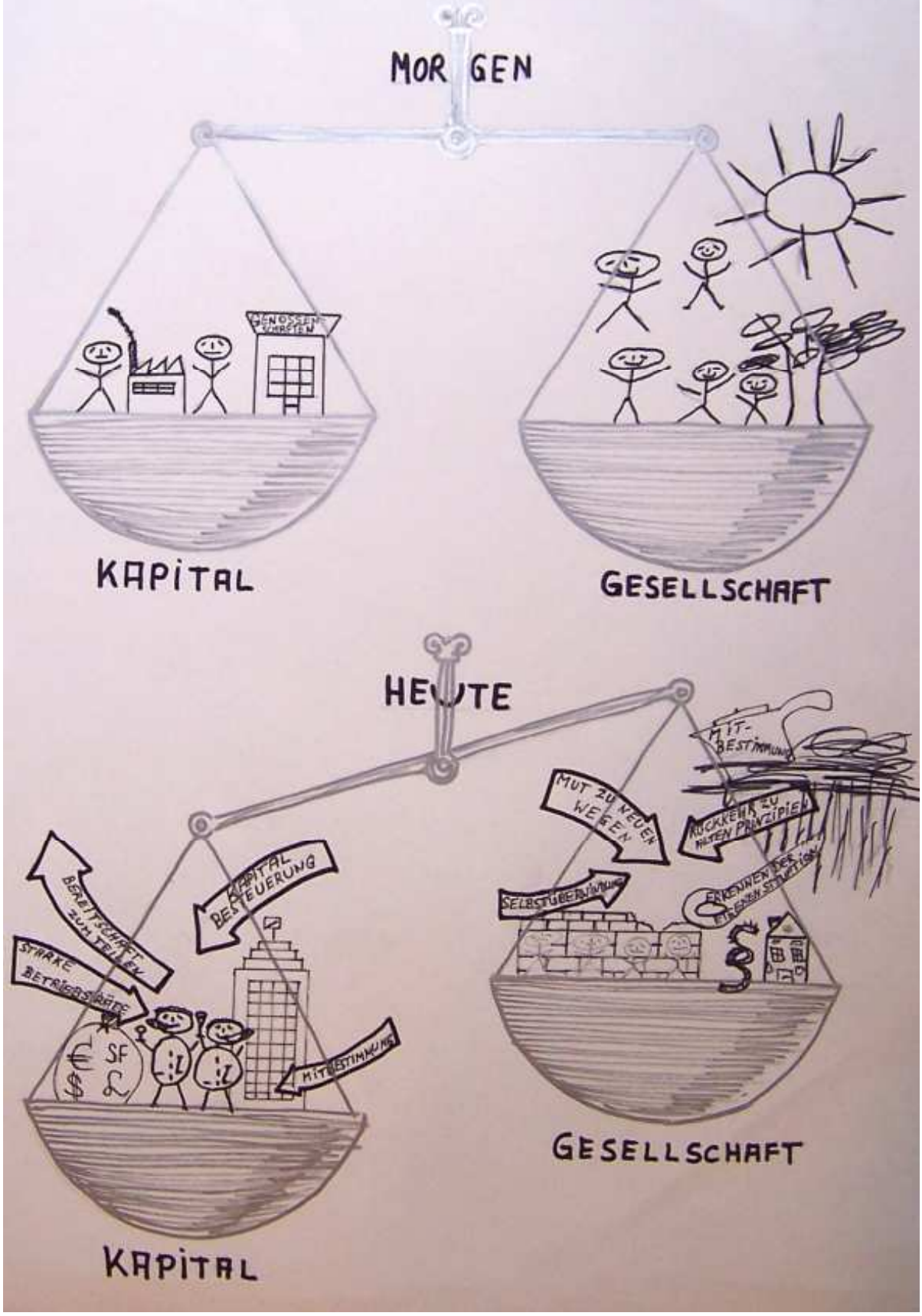
Auf Landesebene sollte ein Vertretungsorgan gegründet werden, das auf dieser Ebene als Sprachrohr (Lobbyarbeit) gegenüber der Landes-Arbeitsagentur, gegenüber den ARGEN und Optionsgemeinden berechtigt ist die Basisinitiativen zu vertreten. Dieser Landesverband konstituiert sich aus der Mitgliedschaft der auf kommunaler Ebene bestehenden Erwerbsloseninitiativen (Basisinitiativen).
Es braucht ein **„Leitbild"** und einen **Aufgabenkatalog** für die im Landesverband Tätigen.
Die Finanzierung erfolgt aus Beiträgen der Basisinitiativen und ggf. aus Landesmitteln.

Mögliche zentrale Aufgabenstellungen eines Landesverbandes

- Die Gestaltung und Herausgabe einer regelmäßigen Publikation (Monats- oder Quartalsschrift)
- Den Aufbau und die Unterhaltung einer Bibliothek, mit den Schwerpunkten
  + Recht (Bund)
  + Landesgesetzgebung und Verordnungen
  + Kommunale Verordnungen zum SGB II
  + Sonstige die Themen Arbeit und Erwerbslosigkeit betreffende Literatur
- Beratung der Mitgliedsinitiativen
- Internetauftritt
- Koordination von Aktionen
- Aufbau eines Schulungssystems in Kooperation mit bestehenden Institutionen
- Sammlung und Auswertung von Statistiken
- Führen einer „schwarzen Liste" (weißen Liste?) von sowohl negativ als auch positiv aufgefallenen Arbeitgebern

Diese Listung erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

WAAGE DER GESELLSCHAFT



Die meisten Menschen wollen die Welt verändern, nur nicht sich selbst.

Die Anderen müssen sich verändern.

Die da oben, sagen die unten. Die da unten, sagen die oben.

Die Männer, sagen die Frauen. Die Frauen, sagen die Männer.

Wir fangen an zu drohen und Druck zu machen.

Wir begreifen schwer, daß keiner ein Recht hat

andere zur Änderung zu zwingen.

Nur Überzeugung, nur Einsicht, nur Freundschaft

kann andere zur Änderung bringen.

Der Mensch ist das einzige Wesen, das sich selbst zu verändern vermag.

Wenn sich die Menschen nicht ändern,

— ändert sich nichts.

Die Welt verändern?

Da fang ich immer wieder an — bei mir selbst.

Phil. Bosmans
· Worte zum Wohlfühlen ·

137
145
AN DIE
FAMILIEN
MIT HARTZ IV

LIEBE ELTERN,

ICH SENDE EUCH EIN REZEPT FÜR FAMILIEN-EINTOPF

gemeinsames Vorlesen

Wochenend Ausflüge mit Kindern

Haus-aufgaben betreuung (Schule/Hort)

Schulessen

viel Zeit und Liebe geben

Kinderflohmarkt

gemeinsame Zeit in der Natur verbringen

Feste feiern

Mehrtägige Klassenfahrt

Musische Erziehung

Abenteuer-spielplatz

Bücherei

EIN TOPF VOLLER HUMOR!

Familien besuch

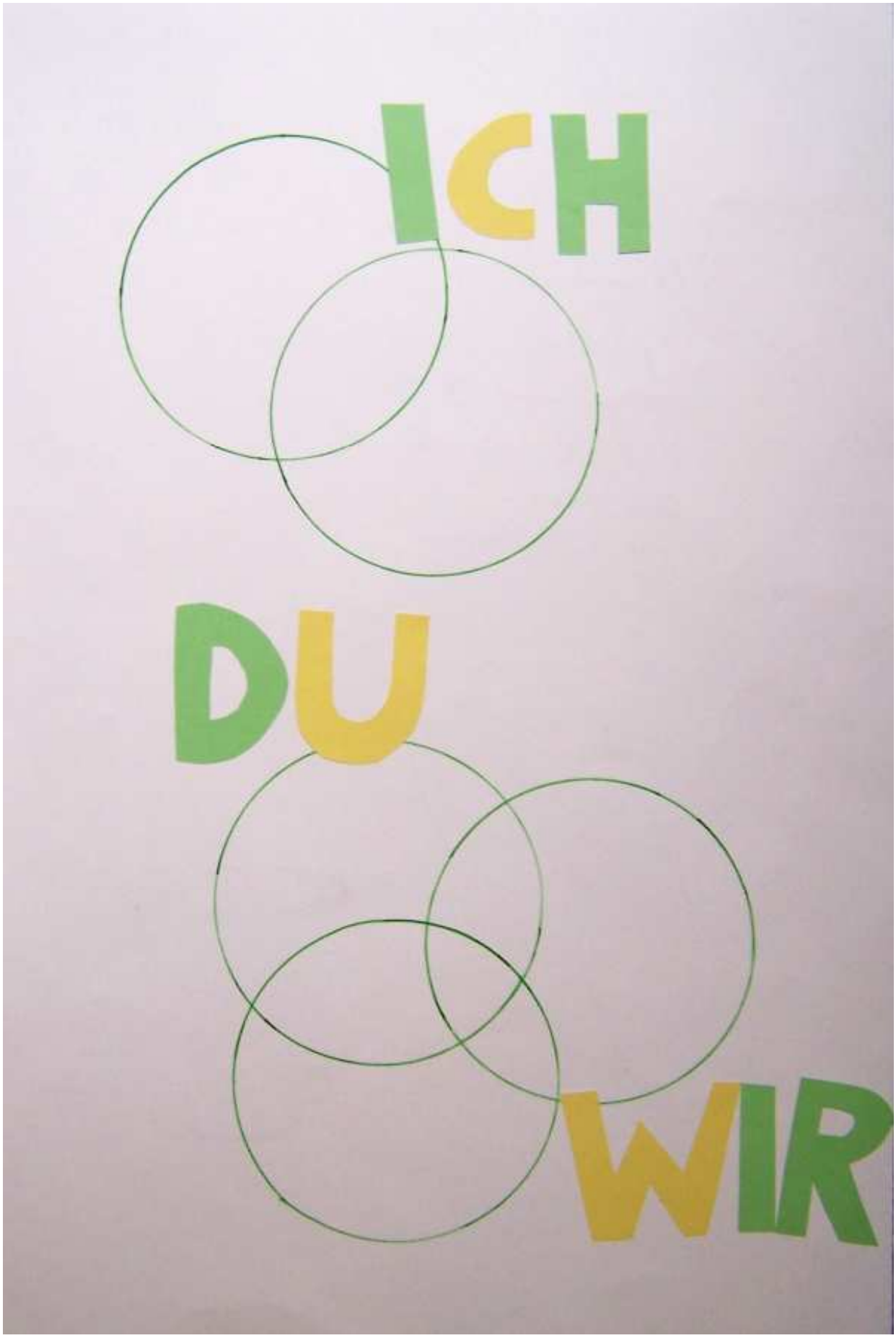
Museums-besuch

GRÜßE VON JOHANNA

ZUFRIEDENHEIT

Möchtest Du zufrieden
sein suche, pflücke,
genieße

BROMBEEREN


ICH
DU
WIR

Fußbadrezept gegen

Es wird benötigt:

1 großer Eimer (10 Ltr.)
1 kleiner Eimer (5 Ltr.)
Viel Flüssigkeit
Eine Erbse
Eine Fußbadewanne

Egoismus

Man nehme einen großen Eimer Egoismus:

ich will
ich weiß, mir steht zu
ich muß haben
ich – nach dem Gesetz für mich
ich – ich.. ich.. ich...

und schütte ihn in die Fußwanne

Gib dazu einen kleinen Eimer Schuldzuweisung:

das System ist schuld
die Gesellschaft ist kalt
die Mitmenschen lassen mich ab
die, der, das ist schuld...

Das ergibt eine schmutzig grau-schwarze Brühe
in der die Füße gut weichen und sich suhlen können in Selbstmitleid

Wird es Dir jetzt langweilig Dich in Deinem eigenen Saft zu schmoren, so
füge hinzu drei Liter klare Rede an Dich selbst:

ich könnte
ich würde
ich kann eigentlich...

Die kollene Badewasserfarbe gefällt Dir nicht? Dann füge hinzu drei Liter
vom gelben Tutendrang:

ich bemühe mich
ich mache es
ich kann
ich trage dazu bei, denn die Gesellschaft,
das bin auch ich...

Jetzt ist das Fußbad von klarer Farbe

Und schon drängt sich das "helle Blau-Wohl" hinzu –
nimm nur wenige Tropfen davon und lasse die starke
Essenz auf Dich wirken:

Atme tief.
Dein Kopf wird frei
Deine Seele heiler
Und es wird Dir gewiß:

Mein tägliches Brot ist mir gegeben
Das Dach über meinem Kopf auch
Es kleidet und bewahret mich
vor dem ärgsten Ungemach: ich selbst
und Du und
die Gesellschaft

So schreite nun – Du kannst es nicht? – Ich glaub' es nicht!
in Deinen Alltag hinein in Denken und Wollen, in Zuversicht
im Wir
das Dich nicht verlieren will!

Ein „Bären"-Rezept

Man nehme ein Bärenfell
(oder Ersatz)

Eine bequeme Haltung

Zwei geschlossene Augen
(für einen angemessenen individuellen Zeitraum)

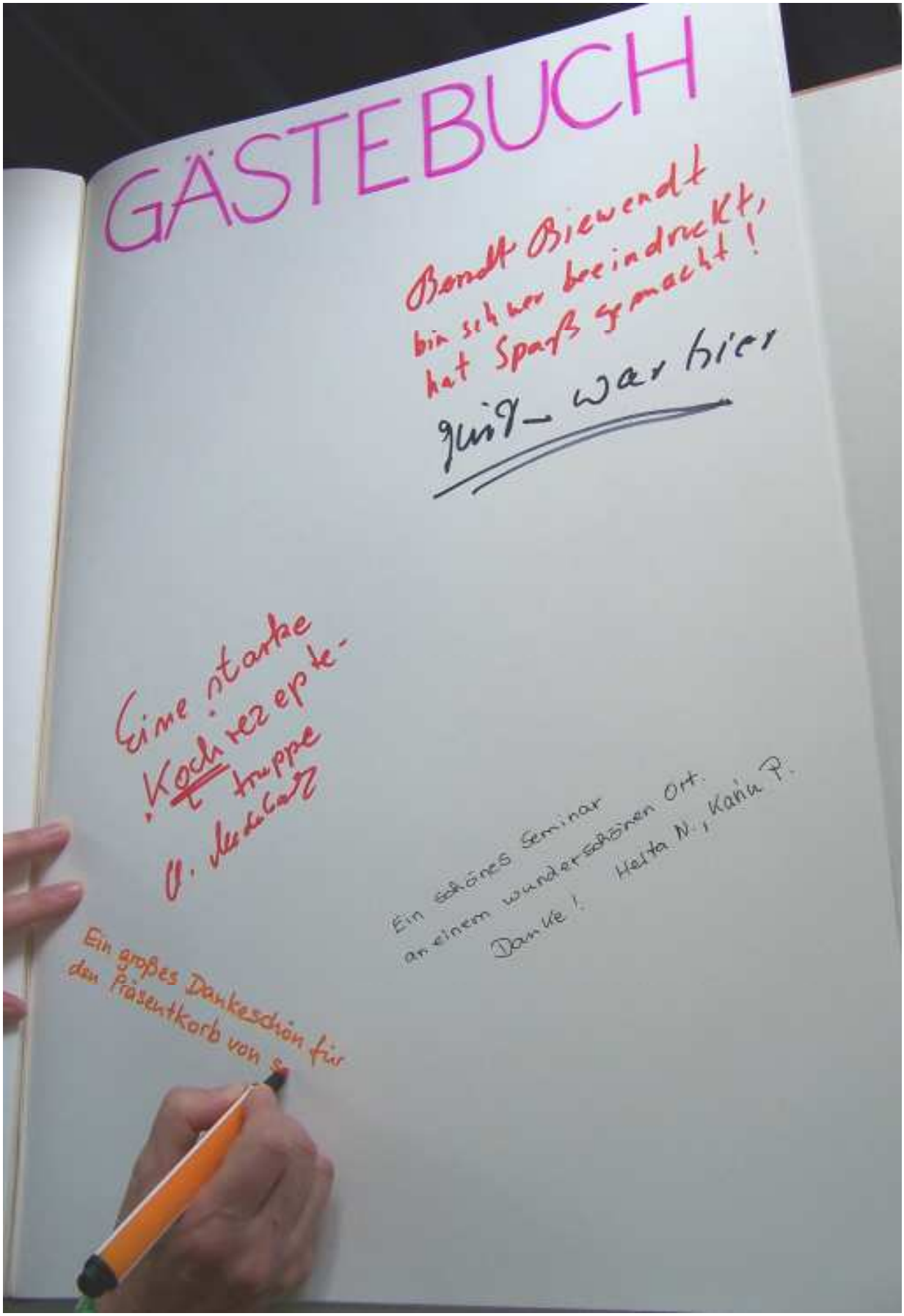
Dazu eine große Menge positive Erinnerungen

Diese Erinnerungen lasse vom Kopf in die Seele
fließen

Und so lange auf Dich einwirken,
bis Du in Zufriedenheit
Deine Augen wieder öffnen kannst

Nimm anschließend Deinen Alltag an
und würze ihn
mit Deiner Zufriedenheit

Charlotte [illegible] Johanna


GÄSTEBUCH
Bernd Biewendt
bin schwer beeindruckt,
hat Spaß gemacht!
Eine starke
Kochrezepte-
truppe
Ein schönes Seminar
an einem wunderschönen Ort.
Danke! Hetta N., Karin P.
Ein großes Dankeschön für
den Präsentkorb von

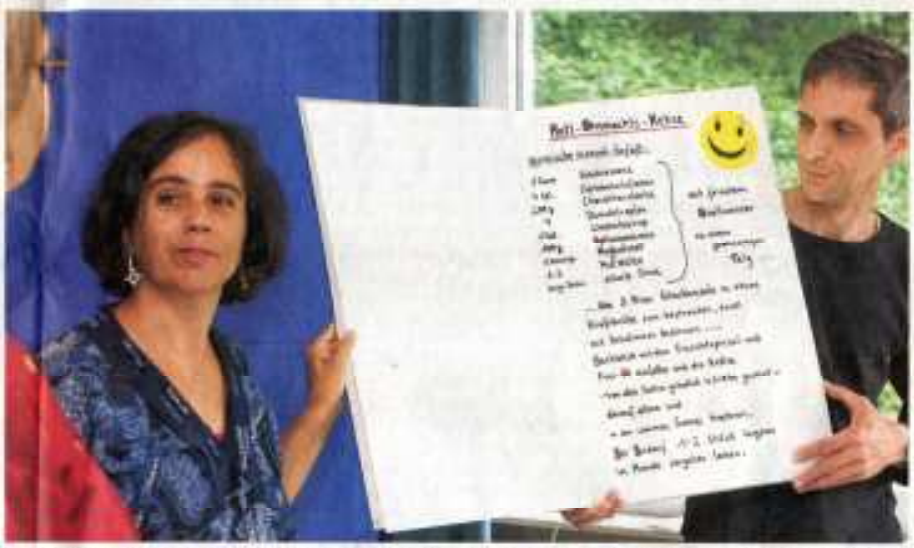
Anhang

Collage zu Ohnmachtserfahrungen

Seminar: Kultur- und Kreativseminar für Erwerbslose im Haus am Maiberg in Heppenheim

Rezepte gegen die Ohnmacht

BERGSTRASSE. Rezepte gegen Ohnmacht haben 23 erwachsene Erwerbslose aus dem Kreis Bergstraße, aus dem Odenwald, Darmstadt und Nordhessen während eines dreitägigen Seminars in einem Buch zusammengestellt, künstlerisch gestaltet und kommentiert. Seminarort des Kultur- und Kreativseminars war das Haus am Maiberg in Heppenheim. Veranstalter waren die Katholische Betriebsseelsorge Mainz, Regionalstelle Darmstadt, die Evangelische Kirche von Kurhessen-Waldeck und das Zentrum Gesellschaftliche Verantwortung der Evangelischen Kirche in Hessen und Nassau. Jedes Jahr laden die Kirchen Betroffene über Erwerbsloseninitiativen in eine andere Stadt ein.



„Rezepte gegen Ohnmacht" hieß ein Kultur- und Kreativseminar für Erwerbslose in Hessen, das im Haus am Maiberg in Heppenheim durchgeführt wurde. Gestern präsentierten die Teilnehmer zusammen mit der Kunsttherapeutin Martina Bodenmüller und dem Kunstpädagogen Holger Wilmesmeier ihr kreatives „Kochbuch". FOTO: [illegible]

Aus der Isolation herauskommen

Bei der Abschlussveranstaltung im Haus Maiberg stellten die arbeitslosen Männer und Frauen ihre sehr individuellen und kreativen Rezeptideen gegen Ohnmacht vor. Sie sollen genauso helfen, das Gefühl der Ohnmacht zu bewältigen, anders in Zukunft damit umzugehen und Macht über das eigene Leben zurück zu gewinnen, wie auch die geführten Diskussionen und Beratungsgespräche die Teilnehmer diesen Zielen näher bringen sollen.

„Unser Ziel ist es, die Menschen mit künstlerischen Methoden stark zumachen und sie zu bestärken, aus der Isolation heraus zu kommen und neuen Mut zu fassen": Die Teamleitung mit Martina Bodenmüller, Diplompädagogin und Kunsttherapeutin aus Gießen, Holger Wilmesmeier, Kunstpädagoge aus Darmstadt und Marion Schick vom Zentrum Gesellschaftliche Verantwortung der EKHN, Mainz, möchte, dass das Ende des Tunnels möglichst schnell erreicht wird.

Dazu haben die Teilnehmer nicht nur Mut-Mach-Rezeptideen formuliert und in Buchform gefasst, sondern ihre persönliche Situation, ihre Probleme, ihre Unrast und Verzweiflung in Schwarz-Weiß-Bildern ausgedrückt. Thematisiert werden Scheidung, Langzeitarbeitslosigkeit, Paragrafendschungel, Ohnmacht, Entmündigung und Dauerabsagen auf Dutzende von Bewerbungen.

Vier Esslöffel Charakterstärke

Jede Arbeitsgruppe gestaltete außerdem eine Seite mit einem ganz speziellen Rezept gegen Ohnmacht im gemeinsamen „Kochbuch". Viele Vorschläge sind nicht nur ausgesprochen kreativ, sondern auch humorvoll angerichtet. Als Zutaten bei den Anti-Ohnmachtskeksen werden unter anderem eine Tasse Glücks-Essenz, vier Esslöffel Zufriedenheitsflocken und Charakterstärke, 100 Gramm Optimismus und so weiter angeführt. Das Backblech dazu sollte mit einem Einsichtspinsel eingefettet werden.

Andere Arbeitsgruppen nennen Wege und Mittel, wie man das Mauerwerk der Ohnmacht und des Eingesperrtseins mit Leben, Kraft, Liebe und Mut „durchwandeln kann". Ein weiteres Rezept empfiehlt den Arbeitslosen den Umgang mit der freien Zeit, mit Zutaten wie Tages- und Wochengestaltung, Lebenshilfe und Beratung, sozialen Kontakten, Wiederentdeckung von Hobbys und Talenten, Sport, Spiritualität und einen strukturierten Tagesablauf.

Die einen Verfasser der Rezepte setzen ihre Hoffnung auf Kraftkugeln, die helfen Dampf abzulassen und geistige Kraft verleihen sollen. Die anderen wollen dringend Vorurteile der Umwelt abbauen: Hartz IV-Empfänger sind nicht dumm, faul und kriegen alles vom Staat bezahlt, sondern sie sind schlau, fleißig und würden gerne einer Arbeit nachgehen.

Angebot der Kirchen

Die Kirchen veranstalten seit etlichen Jahren Kultur- und Kreativseminare für Erwerbslose und kümmern sich währenddessen auch um die Kinderbetreuung. Warum sie dies tun? „Banken werden saniert, Sozialleistungen werden gestrichen, Steuerhinterzieher werden geschont, Arme verurteilt. Armut wird verwaltet. Vor lauter Maßnahmen, Fallmanagement und Eingliederungsvereinbarungen weiß der Einzelne kaum noch selbst, was er will. Bei soviel Ungerechtigkeit bleibt oft das Gefühl der Ohnmacht zurück", heißt es dazu in einem Flyer. Damit wollen sich die Veranstalter nicht zufrieden geben. gs

Bergsträßer Anzeiger vom 14.08.10

Zeitroulade und Hartz-IV-Familieneintopf

Wirksame Rezepte gegen die Ohnmacht entwerfen Arbeitslose in einem Kreativseminar in Heppenheim

HEPPENHEIM. »Rezepte gegen Ohnmacht« – unter diesem Motto veranstalteten das Zentrum Gesellschaftliche Verantwortung der Evangelischen Kirche in Hessen und Nassau, das Referat Wirtschaft-Arbeit-Soziales der Evangelischen Kirche Kurhessen-Waldeck und die Katholische Betriebsseelsorge Mainz in Heppenheim ein Kreativ-Seminar für Erwerbslose.

Was die 23 Arbeitslosen angerührt und an Rezepten entwickelt hatten, präsentierten sie verblüfften Besuchern am Ende der dreitägigen Veranstaltung im Haus am Maiberg in Heppenheim. Ein Rezept für Anti-Ohnmachtskekse hat Sybille ausgetüftelt. Sie ist arbeitslos und kennt das Ohnmachtsgefühl aus eigener Erfahrung. Als Zutat für ihre speziellen Kekse empfiehlt sie unter anderem 200 Gramm Charakterstärke, zwei Prisen Glaubenssalz in Kraftbrühe und vier Tropfen Demut.

Andere Teilnehmer erarbeiteten ein Rezept für den richtigen Umgang mit freier Zeit bei Erwerbslosigkeit. Ihr Zubereitungstipp für die Zeitroulade: unbedingt neue oder wieder entdeckte Talente unterrühren. Als Rezept gegen Isolation wurde die Teilnahme am Arbeitslosentreff Kompass oder einer anderen Initiative als nahrhaft empfohlen. In einem weiteren Rezept, das sich ausdrücklich an die »Drückeberger« unter den Arbeitslosen wendet, heißt es ironisch: Wer das Pech habe, zum Vorstellungsgespräch eingeladen zu werden, müsse dabei nur nach dem Betriebsrat fragen – den Job bekäme dann garantiert ein anderer.

Einen Hartz-IV-Familieneintopf tischte Johanna auf. Weil davon auch Kinder essen, sollte die Vor- und Zubereitung stets mit Vorlesen, Hausaufgabenhilfe, Museumsbesuchen oder Spielen verbunden sein – dazu dürfe ein kräftiger Schuss Humor auf keinen Fall fehlen. Alle Rezepte wurden in einem großen Kochbuch zusammengebunden – zum Nachlesen und als Anregung, eigene Rezepte zu entwickeln.

Marion Schick vom Zentrum Gesellschaftliche Verantwortung der Landeskirche, der Kunstpädagoge Holger Wilmesmeier und die Kunsttherapeutin Martina Bodenmüller, die das Seminar gemeinsam leiteten, machten deutlich, dass es im Falle der Erwerbslosigkeit kein Patentrezept gegen Ohnmacht gebe. Es gebe aber viele kleine Hilfen, die einem das Leben als Erwerbsloser erleichtern könnten. Das Kreativ-Seminar sollte dazu Anregungen geben. Die vielleicht wichtigste: Rezepte gegen Ohnmacht sind umso wirkungsvoller und raffinierter, wenn sie nicht allein, sondern gemeinsam entwickelt werden. Für den Nachtisch hatte Johanna das Rezept für ein »Bärendessert« parat. »Man nehme ein Bärenfell, eine bequeme Haltung, geschlossene Augen und positive Energie. Nimm anschließend deinen Alltag an und würze ihn mit deiner Zufriedenheit.« *esz/bet*

Foto: eba / Berndt Biewendt

Holger Wilmesmeier, Kunstpädagoge und einer der Leiter des Kreativ-Seminars (links), mit einem der Teilnehmer.

Evangelische Sonntagszeitung vom 12.09.10

Echo | online |

KREIS 16. August 2010 | e |

Rezepte gegen Ohnmacht

Kirchen: 23 Arbeitslose stärken sich im Haus am Maiberg mit Kreativseminar für den Alltag

KREIS BERGSTRASSE *,,Rezepte gegen Ohnmacht" - unter diesem Motto veranstalteten das Zentrum Gesellschaftliche Verantwortung der Evangelischen Kirche in Hessen und Nassau (EKHN), das ...*

Rezepte gegen Ohnmacht bei Arbeitslosigkeit präsentierten am Freitag die 23 Teilnehmer eines von kirchlichen Trägern angebotenen Kreativseminars im Heppenheimer Haus am Maiberg. Foto: Evangelisches Dekanat

,,Rezepte gegen Ohnmacht" - unter diesem Motto veranstalteten das Zentrum Gesellschaftliche Verantwortung der Evangelischen Kirche in Hessen und Nassau (EKHN), das Referat Wirtschaft-Arbeit-Soziales der Evangelischen Kirche Kurhessen-Waldeck und die Katholische Betriebsseelsorge Mainz in Heppenheim ein Kreativseminar für Erwerbslose. Was die 23 Arbeitslosen angerührt und an Rezepten entwickelt hatten, präsentierten sie am Freitag verblüfften Besuchern am Ende der dreitägigen Veranstaltung im Haus am Maiberg in Heppenheim.

Ein Rezept für Anti-Ohnmachtskekse hat Sybille ausgetüftelt. Sie ist arbeitslos und kennt das Ohnmachtsgefühl aus eigener Erfahrung. Als Zutat für ihre speziellen Kekse empfiehlt sie unter anderem 200 Gramm Charakterstärke, zwei Prisen Glaubenssalz in Kraftbrühe und vier Tropfen Demut.

Andere Teilnehmer erarbeiteten ein Rezept für den richtigen Umgang mit der freien Zeit. Ihr Zubereitungstipp für die Zeitroulade: unbedingt neue oder wieder entdeckte Talente unterrühren. Als Rezept gegen Isolation wurde die Teilnahme am Arbeitslosentreff Kompass oder einer anderen Arbeitsloseninitiative als schmack- und nahrhaft empfohlen. In einem weiteren Rezept, das sich ausdrücklich an die ,,Drückeberger" unter den Arbeitslosen wendet, heißt es ironisch: wer das Pech habe zum Vorstellungsgespräch eingeladen zu werden, müsse dabei nur nach dem Betriebsrat fragen - den Job bekäme dann garantiert ein anderer.

Einen Hartz-IV-Familieneintopf tischte Johanna auf. Weil davon auch Kinder essen, sollte die Vor- und Zubereitung stets mit Vorlesen, Hausaufgabenhilfe, Museumsbesuchen oder Spielen verbunden sein - dazu dürfe ein kräftiger Schuss Humor auf keinen Fall fehlen.

Alle Rezepte wurden in einem großen Kochbuch zusammengebunden - zum Nachlesen und als Anregung, eigene Rezepte zu entwickeln. Marion Schick vom Zentrum gesellschaftliche Verantwortung der EKHN, Kunstpädagoge Holger Wilmesmeier und Kunsttherapeutin Martina Bodenmüller, die das Seminar gemeinsam leiteten, machten deutlich, dass es bei Arbeitslosigkeit kein Patentrezept gegen Ohnmacht gebe. Es gebe aber viele kleine Hilfen, die das Leben erleichtern könnten.

Das Kreativ-Seminar sollte dazu Anregungen geben. Die vielleicht wichtigste: Rezepte gegen Ohnmacht sind wirkungsvoller, wenn sie nicht allein, sondern gemeinsam entwickelt werden. Für den Nachtisch hatte Johanna das Rezept für ein ,,Bärendessert" parat. Man nehme: ,,ein Bärenfell, eine bequeme Haltung, geschlossene Augen und positive Energie. Nimm anschließend Deinen Alltag an und würze ihn mit Deiner Zufriedenheit."

Echo Südhessen online vom 16.08.10