

Friederike von Gross/André Weßel (Hrsg.)

Haltung zeigen, Gesellschaft gestalten

Mit Medienpädagogik für Demokratie und Menschenrechte

Friederike von Gross/André Weßel (Hrsg.)

Haltung zeigen, Gesellschaft gestalten

Mit Medienpädagogik für Demokratie und Menschenrechte

Beiträge aus Forschung und Praxis

Prämierte Medienprojekte

Friederike von Gross/André Weßel (Hrsg.)
Haltung zeigen, Gesellschaft gestalten
Mit Medienpädagogik für Demokratie und Menschenrechte
Kreativ und kritisch mit Hörmedien in der Medienpädagogik
Beiträge aus Forschung und Praxis – Prämierte Medienprojekte

Dieser Band wurde gefördert vom

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ)

Herausgeber

Gesellschaft für Medienpädagogik und Kommunikationskultur
in der Bundesrepublik Deutschland e.V. (GMK)

Anschrift

GMK-Geschäftsstelle
Obernstr. 24 a
33602 Bielefeld
fon 0521/677 88
fax 0521/677 92
email gmk@medienpaed.de
homepage www.gmk-net.de

Redaktion

Dr. Friederike von Gross
André Weßel
Tanja Kalwar

Lektorat

Tanja Kalwar

Titelillustration

kopaed

Druck

Memminger MedienCentrum, Memmingen

© kopaed 2025
Arnulfstraße 205
80634 München
fon 089/688 900 98
fax 089/689 19 12
email info@kopaed.de
homepage www.kopaed.de

ISBN 978-3-96848-770-0

Medien und Bildung RLP gGmbH

Democracy Gym – Demokratie ist wie ein Muskel, der regelmäßig trainiert werden muss

(Kategorie F | Sonderpreis 2024 „Nie wieder ist jetzt – Mit Medienpädagogik für Demokratie und Menschenrechte“)

Medien und Bildung RLP hat mit dem *Democracy Gym* eine zeitgemäße Form der Demokratie- und Medienkompetenzvermittlung entwickelt, welche aktuelle Themen wie Rassismus, Diskriminierung und gruppenbezogene Menschenfeindlichkeit aufgreift und junge Menschen darin unterstützt, eine eigene Haltung zu gesellschaftlich relevanten Themen zu finden. Wenn man Demokratie als Muskel begreift, der immer wieder trainiert werden muss, dann ist die Metapher eines Fitnessstudios naheliegend, um junge Menschen in ihrer Welt anzusprechen und in ihrem Verständnis für Demokratie und gegen menschenverachtende Handlungen im Internet zu stärken bzw. zu trainieren. Ihnen wird so auf spielerische Art und Weise verdeutlicht, wie Demokratie und demokratische Prozesse mit ihrem eigenen Leben zusammenhängen. Im *Democracy Gym* werden an verschiedenen Stationen – in Analogie zu echten Trainingsstationen im Fitnessstudio – Themen und Situationen aufgegriffen, die den Jugendlichen sowohl im analogen als auch im digitalen Raum begegnen. In alltagsnahen Szenarien setzen sie sich mit Fragen und Problemlagen des demokratischen Miteinanders auseinander, positionieren sich und reflektieren dies gemeinsam.

Thema

Im Sinne eines politischen Fitnessstudios bündelt das *Democracy Gym* medienbasierte Methoden in aktivierenden Trainingsstationen. Dabei geht es um aktuelle Themen wie Kommunikation im Internet, Diskriminierung, das Grundgesetz und seine Relevanz im Alltag, Engagement und politische Partizipation. Durch Kreativität und Witz wird so Freude an der Demokratie vermittelt.

Zielgruppe/n

Das *Democracy Gym* richtet sich an Jugendliche ab 13 Jahren. Mit seiner niederschweligen Ausrichtung erreicht es v.a. auch sozial benachteiligte Jugendliche und fungiert als Türöffner hin zur Auseinandersetzung mit gesellschaftlich und politisch relevanten Themen.

Methoden

Das *Democracy Gym* ist eine klassische Stationenarbeit. Die einzelnen Trainingsstationen werden an Tischen aufgebaut und in Kleingruppen parallel durchlaufen. Das *Democracy Gym* beinhaltet Stationen aus fünf Trainingsbereichen zur Stärkung der Demokratie- und Medienkompetenz:

- Unsere Verfassung – Das Grundgesetz
- Du bist ein Teil davon – Aktiv für Demokratie
- Regeln und Respekt – Wie wir zusammenleben wollen
- Gefahren für die Demokratie
- Demokratie nicht selbstverständlich

Die Stationen beinhalten Aufgaben für Gruppenarbeit, Partnerarbeit oder Einzelaufgaben, die mithilfe digitaler Endgeräte gelöst werden.

Projektlaufzeit

Die Praxisphase startete Mitte 2023 und endete im Dezember 2024. In dieser Zeit führte Medien und Bildung RLP als außerschulischer Bildungspartner insgesamt 62 Workshops mit unterschiedlichen Gruppen der freien und verbandlichen Jugendarbeit sowie Schulen (Schwerpunkt Realschule plus, Integrierte Gesamtschule und BBS) durch.

Ergebnisse

Die Trainingsstationen des *Democracy Gyms* schließen damit ab, dass sich die Gruppen zum jeweiligen Thema positionieren. Sie rücken ihre eigene Meinung und Haltung in den Fokus und gestalten ihr eigenes Medienprodukt am Tablet. So feiern beispielsweise selbst erstellte Memes das Grundgesetz und die persönlich wichtigsten Grundgesetzartikel. Digitale Plakate und Slogans zeigen, was die Teilnehmenden aktuell beschäftigt und für was sie sich stark machen wollen. Foto-Statements visualisieren eigene Hashtag-Initiativen. Die mit über 600 Teilnehmenden über die gesamte Projektlaufzeit erstellten Ergebnisse zeigen auf eindrückliche und kreative Weise, was den Teilnehmenden besonders wichtig ist und welche zukunftsweisenden Gedanken sie für unser Miteinander und unsere Gesellschaft haben.

Kontakt

Medien und Bildung RLP gGmbH
E-Mail: info@mb-rlp.de
Web: www.democracy-gym.de



Im Interview

Democracy Gym

Medien und Bildung RLP gGmbH

Mario Di Carlo, Katja Mayer und Christine Zinn-Schätz

Herausragendes und Spezielles

Was ist das Besondere an Ihrem Projekt?

Die Besonderheiten des *Democracy Gyms* liegen in mehreren innovativen Ansätzen, die darauf abzielen, die Medien- und Demokratiekompetenz von Jugendlichen zu stärken. Hier sind einige der herausragenden Merkmale:

- **Innovative Methoden:** Wir nutzen kreative Ansätze, um den Jugendlichen ein vergleichbares Gefühl von Empowerment zu vermitteln, wie es bei sportlichen Aktivitäten der Fall ist. Dies geschieht durch interaktive und ansprechende Formate, die die Teilnehmenden aktiv einbeziehen.
- **Niedrigschwelliger Zugang:** Das Projekt ist offen für alle Jugendlichen und ermöglicht ihnen, ohne Vorwissen oder Hemmungen teilzunehmen. Dies fördert eine inklusive Atmosphäre, in der sich alle wohlfühlen können.
- **Partizipative Entwicklung:** Die Inhalte der Trainingsstationen wurden im Rahmen des *Democracy Labs* zusammen mit zwei Jugendredaktionen und Medienprofis noch einmal medial aufbereitet. Dies stellt sicher, dass die ausgewählten Stationen für die Teilnehmenden relevant und ansprechend sind und sie sich mit den Inhalten identifizieren können.
- **Selbstwirksamkeitserfahrungen:** Durch Diskussionen, Abstimmungen und die Erstellung eigener kreativer Outputs erleben die Teilnehmenden, dass ihre Meinungen und Ideen zählen. Dies stärkt ihr Gefühl der Selbstwirksamkeit und ermutigt sie, aktiv an politischen Prozessen teilzunehmen.
- **Humorvoller Zugang:** Wir treten als Demokratietrainer*innen auf Augenhöhe und mit einem Augenzwinkern auf, was dazu

beiträgt, Barrieren abzubauen und eine positive Lernumgebung zu schaffen.

- **Modularer Aufbau:** Das Projekt bietet umfangreiche Materialien und einen modularen Aufbau, der es ermöglicht, die Inhalte an verschiedene Bildungskontexte und aktuelle Anlässe (beispielsweise Wahlen) anzupassen. Dies sorgt für eine nachhaltige Anwendung und Relevanz des Projekts.

Insgesamt zielt das *Democracy Gym* darauf ab, die Demokratie lebendig zu halten, indem es junge Menschen ermutigt, sich aktiv zu beteiligen und ihre Stimme zu erheben.

Ziele und Methoden

Welche medienpädagogischen Ziele werden mit welchen Methoden verfolgt?

Im *Democracy Gym* wechseln sich kurze Inputphasen und praktische Phasen ab. Die Trainingsstationen des *Democracy Gyms* sind alle ähnlich aufgebaut und enthalten jeweils drei bis fünf Arbeitsaufträge. Jede Übung ist so aufbereitet, dass die Kleingruppen selbstständig agieren können. Mit einem Intro wird in den Themenbereich eingeführt, danach folgt eine vertiefende Auseinandersetzung mit dem Thema. Methodisch kommen hier kurze Video- und Audioclips, AR-Anwendungen, Quizze, Learning Nuggets, Scrollytelling (kombiniert Scrollen mit Storytelling) und QR-Code-Puzzles zum Einsatz. Abgeschlossen werden die Trainingsstationen damit, dass die Gruppen sich zum Thema positionieren und ihre eigene Meinung oder Haltung in den Fokus rücken. Dies erfolgt u.a. über die Gestaltung eines eigenen Medienprodukts am Tablet und zeigt auf kreative Weise, was den Teilnehmenden wichtig ist.

Die medienpädagogischen Ziele des *Democracy Gyms* im Detail:

- **Stärkung der Medienkompetenz:** Jugendliche lernen, Medien kritisch zu nutzen und zu hinterfragen. Dies umfasst sowohl den Umgang mit Informationen als auch die Fähigkeit, eigene Inhalte zu erstellen. An den Stationen geschieht dies beispielsweise durch Online-Recherchen zu bestimmten Hashtag-Kampagnen. Die Teilnehmenden müssen Informationen finden und sortieren. Sie müssen entscheiden, welche Quellen sie für die Recherche nutzen und die Informationen so bündeln, dass sie den anderen Gruppen ihre Ergebnisse verständlich präsentieren können. Durch die Erstellung eigener Memes, digitaler Plakate oder Foto-Statements lernen sie die Machart unterschiedlicher Medienprodukte kennen und visualisieren ihre eigenen Ideen.
- **Förderung der Demokratiekompetenz:** Die Teilnehmenden entwickeln und lernen ein Verständnis für demokratische Prozesse und wie sie selbst aktiv an diesen teilnehmen können. Dies schließt das Wissen um Rechte und Pflichten in einer Demokratie ein. So setzen sie sich unter anderem mit den Grundgesetzartikeln auseinander. Sie sind aufgefordert, ein Ranking mit ihren Top-5-Grundgesetzen zu erstellen. Hierbei wird deutlich, dass die Gruppen unterschiedliche demokratische Verfahren anwenden, um ihre Top 5 zu erstellen. Es zeigt sich, dass es immer darauf ankommt, wer mitdiskutiert, dass nie das gleiche Ergebnis entsteht und die Themen besonders wichtig erscheinen, die einen selbst betreffen.
- **Ermutigung zur Meinungsäußerung:** Die Arbeit in selbstgewählten Kleingruppen ermutigt Jugendliche, ihre Meinungen zu äußern und sich aktiv an Diskussionen zu beteiligen. Die Coaches achten auf einen wertschätzenden Umgang sowie die Schaffung einer positiven Gruppenatmosphäre und geben den Teilnehmenden Raum zum Austausch und Debattieren. Dies fördert das Selbstbewusstsein und die Kommunikationsfähigkeiten.

- **Entwicklung von kritischem Denken:** Die Teilnehmenden lernen, Informationen zu analysieren, zu bewerten und eigene Standpunkte zu formulieren. Dies ist besonders wichtig in einer Zeit, in der zunehmend Falschinformationen verbreitet werden.
- **Ermöglichung von Selbstwirksamkeitserfahrungen:** Durch aktive Teilnahme und das Erstellen eigener kreativer Outputs erleben die Jugendlichen, dass sie Einfluss auf ihre Umwelt und die Gesellschaft haben können.
- **Förderung von Teamarbeit und sozialer Interaktion:** In Kleingruppenarbeiten und Diskussionen lernen die Teilnehmenden, gemeinsam Lösungen zu erarbeiten und unterschiedliche Perspektiven zu respektieren.
- **Niedrigschwelliger Zugang zu Bildung:** Das Projekt steht allen Jugendlichen offen, unabhängig von ihrem Hintergrund oder Vorwissen, um Chancengleichheit zu fördern.

Die Teilnehmenden werden so darin unterstützt, sich zu mündigen Bürger*innen zu entwickeln, die aktiv an der Gesellschaft teilnehmen und die Demokratie mitgestalten.

Medienkompetenz und Medienbildung durch Praxisprojekte

a) Welche Vorkenntnisse hatten die Teilnehmer*innen?

Das *Democracy Gym* wurde mit ganz unterschiedlichen Gruppen durchgeführt, die alle unterschiedliche Vorkenntnisse mitbrachten. Jugendparlamentsgruppen hatten sich mit gesellschaftlich relevanten Themen bereits stärker auseinandergesetzt. Je nachdem, ob politische Diskussionen im Elternhaus stattfinden oder bestimmte Themen bereits im Schulunterricht behandelt wurden, waren auch hier mehr oder weniger Vorkenntnisse vorhanden. Manche Teilnehmer*innen zeigten sich etwas versierter in der kreativen App-Nutzung oder Meme-Erstellung als andere. Generell konnte der Umgang mit dem Tablet aber vorausgesetzt werden. Die eingesetzten digitalen Lernbausteine sind selbsterklärend und leicht verständlich. Digitale Tools zur Bildbearbeitung kennen

junge Menschen sehr gut, wodurch es keiner Einführung bedurfte. Sie konnten stattdessen ihr kollektives Vorwissen nutzen, um gleich in die inhaltliche Diskussion einzusteigen.

b) Welche Bereiche der Medienkompetenz fördert das Projekt?

Digitale Tools sind die Werkzeuge zur praktischen Umsetzung bei den Trainingseinheiten des *Democracy Gyms* und werden selbstverständlich erprobt und angewendet. Durch die kreative Mediengestaltung und das eigene Produzieren von Visual Statements, Memes etc. setzen sich die Teilnehmenden mit den gelernten Inhalten konkret auseinander und verstetigen ihr erworbenes Wissen.

c) Welche Kenntnisse haben die Teilnehmenden erworben?

Frage man Jugendliche zu Beginn des Workshops, ob sie an Politik interessiert sind, so bejahten dies nur wenige. Auch was Demokratie konkret für sie bedeutet, konnten sie oft nicht artikulieren. Im Laufe des Projekts und spätestens zur Abschlussrunde entstanden Aha-Momente, die den jungen Menschen verdeutlichen, dass sie sich sehr wohl politisch und gesellschaftlich relevanten und auch aktuellen Themen widmen – sei es hinsichtlich ihrer persönlichen Freizeitgestaltung, des Blicks auf das eigene Berufsleben oder im Kontext des Zusammenlebens in unserer Gesellschaft.

Die Teilnehmenden sind sich durch die methodische Herangehensweise im Projekt bewusst geworden, dass Demokratie schon im Kleinen, im Alltäglichen praktiziert werden kann. Sie haben das Grundgesetz in konkrete Verbindung zu ihrem alltäglichen Leben und mittels digitaler Anwendungen kennengelernt. Sie konnten auch erfahren, dass Demokratie manchmal herausfordernd und anstrengend sein kann, jedoch eine autoritäre Alternative mit einfachen und schnellen Lösungen nicht die Gesellschaftsform ist, in der sie gerne leben möchten. Während der Trainingsstationen haben die Teilnehmenden fast nebenbei demokratische Prozesse durchlaufen. Beispielsweise haben sie selbst ihre Kleingruppen gewählt,



miteinander diskutiert, verhandelt, Entscheidungen getroffen und Kompromisse gefunden. Sie haben ihre Meinung vertreten, sich solidarisch gezeigt, stark gemacht und zusammengearbeitet. Nicht zuletzt haben sie sich beteiligt. All dies sind Grundvoraussetzungen, um am gesellschaftlichen Leben teilhaben zu können.

Probleme und Grenzen

Gab es strukturelle oder pädagogische Grenzen und Stolpersteine bei der Vorbereitung oder Durchführung des Projekts? Wie wurden diese Probleme bewältigt?

Wie bei vielen Projekten gab es auch beim *Democracy Gym* die typischen strukturellen und pädagogischen Herausforderungen, wie die Erreichbarkeit und Motivation der Zielgruppe und die finanzielle sowie materielle Unterstützung. Um diese Hürden zu überwinden, wurden gezielte Ansätze entwickelt, die Jugendlichen dort abzuholen, wo sie stehen. Dazu gehörte die Nutzung von sozialen Medien und die Zusammenarbeit mit Schulen und Jugendzentren, um das Projekt bekannt zu machen. Die benötigten Ressourcen und finanzi-

c) Und was finden Sie selbst besonders motivierend?

Immer wieder ist es schön zu sehen und zu erleben, wie gut das *Democracy Gym* funktioniert, aber sich selten inhaltlich wiederholt. Immer wieder kommen für uns neue Themen und Situationen zu Tage. Dies gelingt, weil die Themen und Meinungen, die die jungen Menschen mitbringen, von uns ernst genommen werden und auch die Zeit und den Raum bekommen, geäußert und bearbeitet zu werden.

Nachhaltigkeit und Wirkung des Projekts

a) Welche Veränderungen haben sich durch die Medienprojekte in der Zielgruppe, in Ihrer Einrichtung oder den beteiligten Einrichtungen, im Stadtteil etc. ergeben?

Wir haben ein Projekt erschaffen, dass Nachahmer finden wird. Es gibt Jugendzentren, die einzelne Methoden aus unserem Training regelmäßig im Peer-to-Peer-Ansatz durchführen möchten.

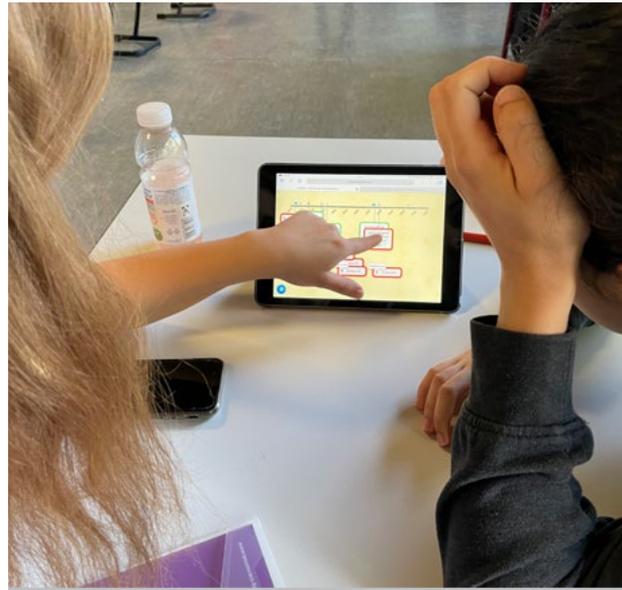
b) Läuft das Projekt noch und wenn ja, wie lange? Oder gibt es Anschlussprojekte?

Die bisher akquirierte Projektförderung ist 2024 ausgelaufen. Medien und Bildung RLP befindet sich in Liquidation und kann daher keine Folgeprojekte mehr durchführen. Die Medienanstalt RLP wird in 2025 entscheiden, wie das Ziel, Medienkompetenz als Demokratiekompetenz zu verstehen, unter veränderten Rahmenbedingungen realisiert werden soll.

Themen

Welche Themen (Inhalte) waren im Projekt für Ihre Zielgruppe besonders spannend?

Aktuelle politische Ereignisse und damit einhergehende Konflikte spielen in *Democracy-Gym*-Workshops immer wieder eine zentrale Rolle in den Diskussionen. Krieg und der Wunsch nach Frieden, Klima- und Artenschutz, Diskriminierung und Rassismus, Angst vor Abschiebung und Inflation und damit einhergehender potenzieller Armut, LGBTQ+,



Sexismus und Gleichberechtigung aller Menschen sind nur einige der Themen, die die Teilnehmenden mitunter sehr leidenschaftlich diskutiert haben. In ihren Medienprodukten konnten die Jugendlichen all diese Themen in einer großen Bandbreite – von humorvoll und clever über empathisch und solidarisch bis hin zu anklagend und fordernd – in der ihr eigenen (Bild-)Sprache visualisieren.

Trends und Interessen der Zielgruppe

a) Welche neuen Medientrends, medialen Interessen oder Aspekte der Medienkultur sind in Ihrer Zielgruppe in jüngster Zeit besonders aktuell?

Viele der älteren Jugendlichen in unseren Workshops berichteten von KI-Tools als Schreibhilfen. Hinsichtlich der Social-Media-Angebote, um sich visuell auszutauschen und vor allem selbst zu konsumieren, lagen die Trends 2023 und 2024 nach wie vor bei Instagram, TikTok und YouTube. Und zur reinen Kommunikation nutzten fast alle der über 600 jungen Menschen in ganz Rheinland-Pfalz WhatsApp auf eigenen Geräten.

b) Wie geht man in Ihrer Einrichtung/wie gehen Sie evtl. darauf ein?

Im Rahmen dieses Projektes konnten wir diese Trends z.T. thematisieren. Um ein vertiefendes Auseinandersetzen mit den Chancen und Risiken der unterschiedlichen Anbieter*innen zu gewährleisten, hinterließen wir Linktipps und teilweise Flyer von Jugendmedienschutzrichtungen bei den Teilnehmenden.

Perspektiven

Welche Chancen sehen Sie vor dem Hintergrund Ihres Erfolgs

a) für die medienpädagogische Projektarbeit in Ihrer Einrichtung?

Die Juryauszeichnung hat uns beflügelt und das ganze Team ist stolz darauf. In der Laudatio wird besonders gelobt, dass wir das pädagogische Konzept partizipativ mit Jugendlichen entwickelt und erweitert haben. Außerdem fühlen wir uns in dem Grundansatz bestätigt, dass politische Bildung und Medienkompetenz heute zusammengehören und gestärkt werden müssen.

b) für medienpädagogische Projektarbeit generell?

Wir möchten erneut betonen, dass niedrigschwellige Ansätze erfolgreich sind. Um junge Menschen zu erreichen und ihnen Möglichkeiten zur Teilhabe zu bieten, ist es wichtig, einen Bezug zu ihrer Lebensrealität herzustellen. Mit unserer Metapher des Gyms gewinnen wir die Aufmerksamkeit junger Menschen und können sie so auch für politische Themen sensibilisieren, die sie zuvor möglicherweise nicht interessiert haben. Unsere kontinuierliche Feedbackkultur und die flexible Ausrichtung

auf die Bedürfnisse der Teilnehmenden tragen ebenfalls zu diesem Erfolg bei.

Struktur und Rahmen

Welche Rahmenbedingungen für Projektarbeit sind wünschenswert? Wie kann man diese schaffen?

Neben einer klaren Zielsetzung mit einem kompetenten, wertschätzenden Team, das flexibel agiert, muss die finanzielle Struktur flächendeckend geschaffen sein. Medienkompetenzvermittlung sowie Demokratiebildung sind heute gesellschaftlich relevanter denn je und müssen als Teildisziplinen der Bildungs- und Kulturarbeit langfristig (nicht nur als Projektmaßnahmen) gefördert werden.

Feedback

Gab es abschließend seitens der Zielgruppe Verbesserungsvorschläge oder weiterführende Ideen bezüglich Ihres Projektes?

Die Zielgruppe ist in der Regel begeistert. Zitat aus einem Workshop der VHS Ludwigshafen: „Als ich gestern an den Workshop dachte und daran, dass wir uns drei Stunden mit dem Thema Demokratie beschäftigen, dachte ich nur, wie soll ich das schaffen?! Aber die Zeit ist dann doch recht schnell verfliegen und es war wichtig, was wir gemacht haben. Danke!“

Interviewpartner*innen

Mario Di Carlo, Katja Mayer und Christine Zinn-Schätz: Medienpädagog*innen bei Medien und Bildung RLP gGmbH

Lizenz

Der Artikel steht unter der Creative Commons Lizenz **CC BY-SA 4.0**. Die Namen der Urheber*innen (siehe Interviewpartner*innen) sollen bei einer Weiterverwendung genannt werden. Wird das Material mit anderen Materialien zu etwas Neuem verbunden oder verschmolzen, sodass das ursprüngliche Material nicht mehr als solches erkennbar ist und die unterschiedlichen Materialien nicht mehr voneinander zu trennen sind, muss die bearbeitete Fassung bzw. das neue Werk unter derselben Lizenz wie das Original stehen. Details zur Lizenz: <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/legalcode>.

Einzelbeiträge werden unter www.gmk-net.de/publikationen/artikel veröffentlicht.