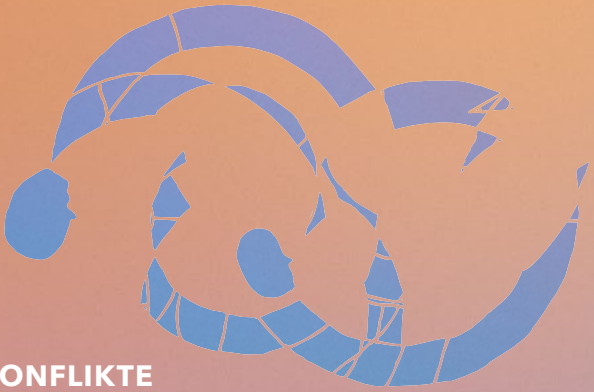


A stylized illustration of a globe in shades of blue and purple, with several green leaves and a dark silhouette of a person's head and shoulders overlaid on it. The text is centered over the globe.

# **UMGANG MIT KONFLIKTEN**



## **KONFLIKTE MÜSSEN NICHT IN GEWALT ENDEN.**

Das Projekt Alternativen zur Gewalt (PAG) e.V. setzt sich für die konstruktive Austragung von Konflikten ein. Diese Arbeit gründet auf der Erfahrung, dass in Konflikten eine verändernde Kraft wirken kann, die neue Wege zur Konfliktlösung ohne Sieger und Besiegte finden lässt. Im Vergleich zum Anti-Aggressionstraining (AAT) werden keine Konfrontationstechniken eingesetzt. PAG Workshops setzen auf die innere Stärkung, die es Einzelnen möglich macht, gewaltfreie Lösungen zu finden. Dabei wird vor allem auf die Unterstützung durch die Gruppe, d.h. auf konstruktive gruppenspezifische Prozesse gesetzt.

Mit heiteren und ernsten Übungen, Rollenspielen und Gesprächen lernen Teilnehmende

- sich selbst besser kennen,
- ihr Selbstbewusstsein zu stärken,
- anderen Menschen und sich selbst mit Respekt und Verständnis zu begegnen
- sich ihrer Emotionen bewusst zu werden
- bei Konflikten nach konstruktiven Lösungen zu suchen.

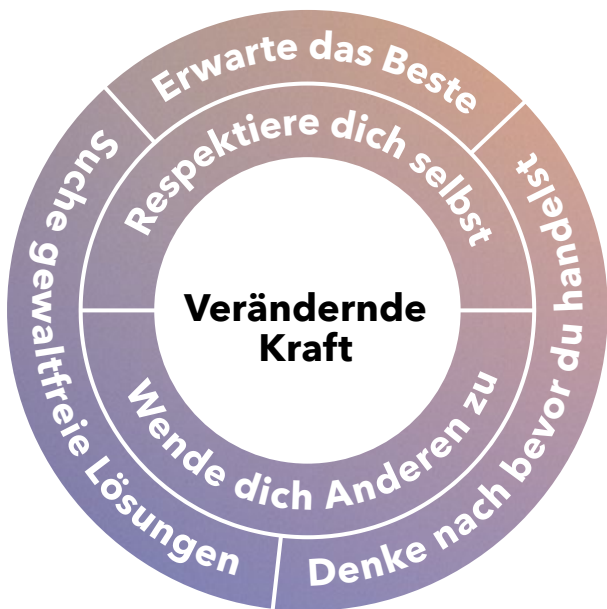
## UNSERE GESCHICHTE

Das Projekt wurde 1975 im New Yorker Justizvollzugssystem gegründet. Insassen des Strafvollzugs Greenhaven wollten das Klima der Gewalt im Gefängnis ändern und wurden gebeten, jugendliche Straftäter zu beraten. Gemeinsam mit der örtlichen Gruppe der Quäker (eine traditionelle Friedenskirche) entwickelten sie ein „Alternativen zur Gewalt Training“ (Alternatives to Violence Project, AVP). Nach diesem ersten Seminar breitete sich das Projekt schnell in den USA und Kanada aus. Für einige Jahre lag der Fokus auf der Arbeit in Gefängnissen, später begannen wir, auch Kurse außerhalb von Gefängnissen anzubieten, um sich mit alltäglicher Gewalt auseinanderzusetzen. Die Definition von Gewalt ist individuell sehr verschieden. Jede/r kann sowohl Täter wie auch Opfer sein.

Seit 1994 bietet das Projekt in Deutschland Workshops an. Im Aufbau und der weiteren Arbeit wurde (und wird) das Projekt durch die „Religiöse Gesellschaft der Freunde (Quäker)“ unterstützt. In dem Projekt arbeiten Menschen aller Glaubensrichtungen und Überzeugungen.

## ARBEITSWEISE

Das „Projekt Alternativen zur Gewalt“ ist ein Netzwerk von Freiwilligen, die Workshops für alle anbieten, der oder die Wege finden möchte, um Konflikte gewaltfrei zu lösen. Wir bieten die Workshops in Gefängnissen sowie an anderen Orten an. In Gefängnissen werden die Teilnehmenden von Teams begleitet, die sich aus Externen und Inhaftierten zusammensetzen.



Wir glauben, dass Konflikte ein natürlicher Teil des Lebens sind und dass es möglich ist, neue Wege im Umgang mit Konflikten zu lernen. In den Workshops betrachten die Teilnehmenden die zugrunde liegenden Ursachen von Unstimmigkeiten und Gewalt und erarbeiten praktische Wege, wie Konfliktsituationen bewältigt werden können.

## WORKSHOPS

Die Workshops finden meist am Wochenende (Freitagnachmittag bis Sonntagnachmittag) statt. Sie werden von einem Team gemeinsam geplant und durchgeführt. Zu einem Team gehören im Gefängnis 2-3 externe und 1-2 interne Begleitende (Gefangene). Insgesamt besteht die Gruppe aus 15-20 Personen.

## **Grundlagen-Workshops**

In den Grundlagen-Workshops werden die fünf Prinzipien (Selbstbestätigung, Kommunikation, Zusammenarbeit, Gemeinschaft und Verändernde Kraft) eingeführt.

## **Aufbau-Workshops**

Die Aufbau-Workshops bauen auf die bereits erarbeiteten Prinzipien auf. Typische Themen sind Angst, Wut, Macht, Trauer, Vorurteile u.a. Entscheidungen werden im Konsens getroffen. Es werden praktische Übungen und ein Rollenspiel zum Schwerpunktthema durchgeführt.

Alle Teilnehmende, die an mindestens drei Workshops teilgenommen haben und ihre Erfahrungen vertiefen wollen, können an einem Training für Workshop Begleitung teilnehmen.

Workshops finden in Gefängnissen und an anderen Orten statt. In JVAs können pro Workshop bis zu zwei Personen von außerhalb teilnehmen. Bitte beachten Sie, dass auf Grund von Sicherheitsvorschriften ein gewisser Vorlauf zwischen Anmeldung und Kursbeginn sein muss. Melden Sie sich deshalb mindestens 5 Wochen vorher an. In jedem Fall benötigen wir von Ihnen Name, Anschrift und Geburtsdatum.

**Termine und Orte finden sie auf unserer Internetseite: [www.pag.de](http://www.pag.de)**

Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie weitere Informationen.

Die Teilnehmenden beteiligen sich pro Workshop mit Beiträgen zwischen € 40,- und € 100,- nach Selbsteinschätzung an den Kosten. Für die Gefangenen zahlen die Justizvollzugsanstalten eine Pauschale an PAG.

## **DIE ARBEIT BEI PAG IST EHRENAMTLICH UND UNABHÄNGIG.**

PAG lebt von der Großzügigkeit der Menschen,  
die unsere Arbeit durch Spenden unterstützen.

Wenn Sie PAG finanziell unterstützen möchten,  
können Sie einen Beitrag auf folgendes Konto  
überweisen:

PAG e.V., Voba Hildesheim - Lehrte - Pattensen  
BIC: GENODEF1PAT,  
IBAN: DE96 2519 3331 0416 5110 00

Als gemeinnütziger Verein stellen wir  
Spendenbescheinigungen aus.

## **KONTAKT**

PAG e.V.  
Kaliweg 31  
30952 Ronnenberg

E-Mail: [pag@pag.de](mailto:pag@pag.de)  
Internet: [www.pag.de](http://www.pag.de)

