

## Selbstbewusst und courgiert handeln

Seit zwei Jahren gibt es das Projekt „Engagement stärken. Haltung zeigen.“ des Landesnetzwerks Bürger-schaftliches Engagement Bayern. Ziel ist es, Freiwilligen in ihrer Arbeit Handlungskompetenzen mit auf den



**Maria Träger**

Weg zu geben. In kostenlosen Workshops werden Handlungsoptionen vorgestellt und getestet, um mit kritischen Situationen besser umzugehen. Anlässlich der „Wochen zur Demokratie“ fand in Passau ein Workshop mit dem Titel „Haltung zeigen! Selbstbewusst und courgiert“ statt. **Maria Träger**, freie Referentin und Diplompädagogin mit Schwerpunkt Erwachsenenbildung, leitete die Veranstaltung.

*Frau Träger, Ehrenamtliche, die sich für Geflüchtete oder Strafgefangene einsetzen, sind manchmal persönlichen Anfeindungen ausgesetzt. Warum ist es wichtig, sich dagegen zu wehren?*

Wenn man überhaupt nichts macht, wird solchen Parolen Raum zur Verfügung gestellt. Man lässt sie glauben, dass alle so denken. Ob man nun einschreiten soll oder nicht, hängt natürlich auch von der jeweiligen Situation ab. Diese gilt es davor abzuschätzen. Selbstschutz steht da vorne dran. Dabei sollte man überlegen, was das eigene Ziel ist. Möchte man mit dem anderen ins Gespräch kommen?. Was möchte man erreichen, was ist die Motivation? Es gibt viele verschiedene Möglichkeiten, etwas zu tun oder zu sagen. Auch wenn man eine eher schüchterne Person ist. Wenn man zum Beispiel mitbekommt, dass jemand anderes etwas sagt, kann man diese Person unterstützen. Durch kleine Gesten. Indem man demjenigen sagt, dass man der gleichen Meinung ist.

*Was können sich Interessierte von Ihren Workshops erwarten?*

Die dreistündigen Workshops sind sehr interaktiv. Die Teilneh-