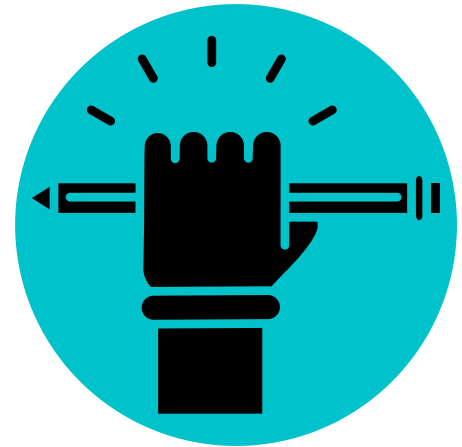




EMPOWERMENT

The image features a central text element, "EMPOWERMENT", rendered in a bold, dark red, sans-serif font. This text is set against a white background and is framed by a thin, dark red border. The composition is enhanced by two clusters of abstract, overlapping lines in red and teal. One cluster is positioned in the upper left quadrant, and the other is in the lower right quadrant. These lines are of varying lengths and orientations, creating a sense of dynamic movement and energy. The overall aesthetic is clean, modern, and visually striking.

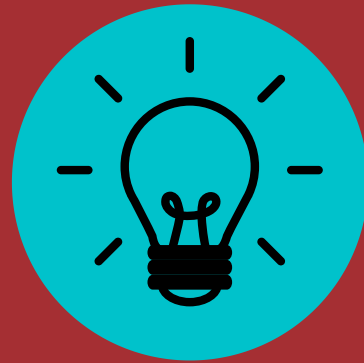
WORUM GEHT ES IN DIESER EINHEIT?



- Theorie
- Schlüsselbegriffe
- Anwendungsbereiche

Was bedeutet das für
→ mich?
→ mein Umfeld?
→ die Gesellschaft?

- Grundhaltungen
- Praxistransfer
- Literatur



ÜBUNG 1

Klicke auf den Link und höre dir den Beitrag an:





HINTERGUNDWISSEN

Was bedeutet Empowerment?

Empowerment bedeutet, sehr vereinfacht, die individuelle und kollektive Selbstermächtigung (oder auch Selbst-Bemächtigung) von Menschen mit Diskriminierungserfahrungen.

Im Fokus stehen hierbei die Ressourcen und Potenziale von Individuen, aus denen heraus gesellschaftliche Veränderungen erst ermöglicht und entwickelt werden können.

Empowerment ist sowohl ein theoretisches als auch ein praktisches Konzept, das den Fokus weg vom unterdrückenden System und stattdessen auf Selbststärkung und solidarisches Handeln richtet.



Entstehung

Der Begriff **Empowerment** (**“Selbst-Bemächtigung“**) stammt aus der schwarzen Bürger*innenrechtsbewegung der USA. Aufgrund seines historischen Kontextes muss Empowerment als ein durch und durch politischer Begriff verstanden werden. Die Ziele sind der Kampf um soziale Gerechtigkeit und die Erlangung eigener Handlungsfähigkeit.



Es geht bei der Empowermentarbeit stets auch um die Entwicklung konkreter politischer Forderungen von gesellschaftlichen Gruppen, die über einen langen Zeitraum Unterdrückung und Benachteiligung erfahren haben (z.B. schwarze Menschen, Frauen, queere Personen)

Für wen?

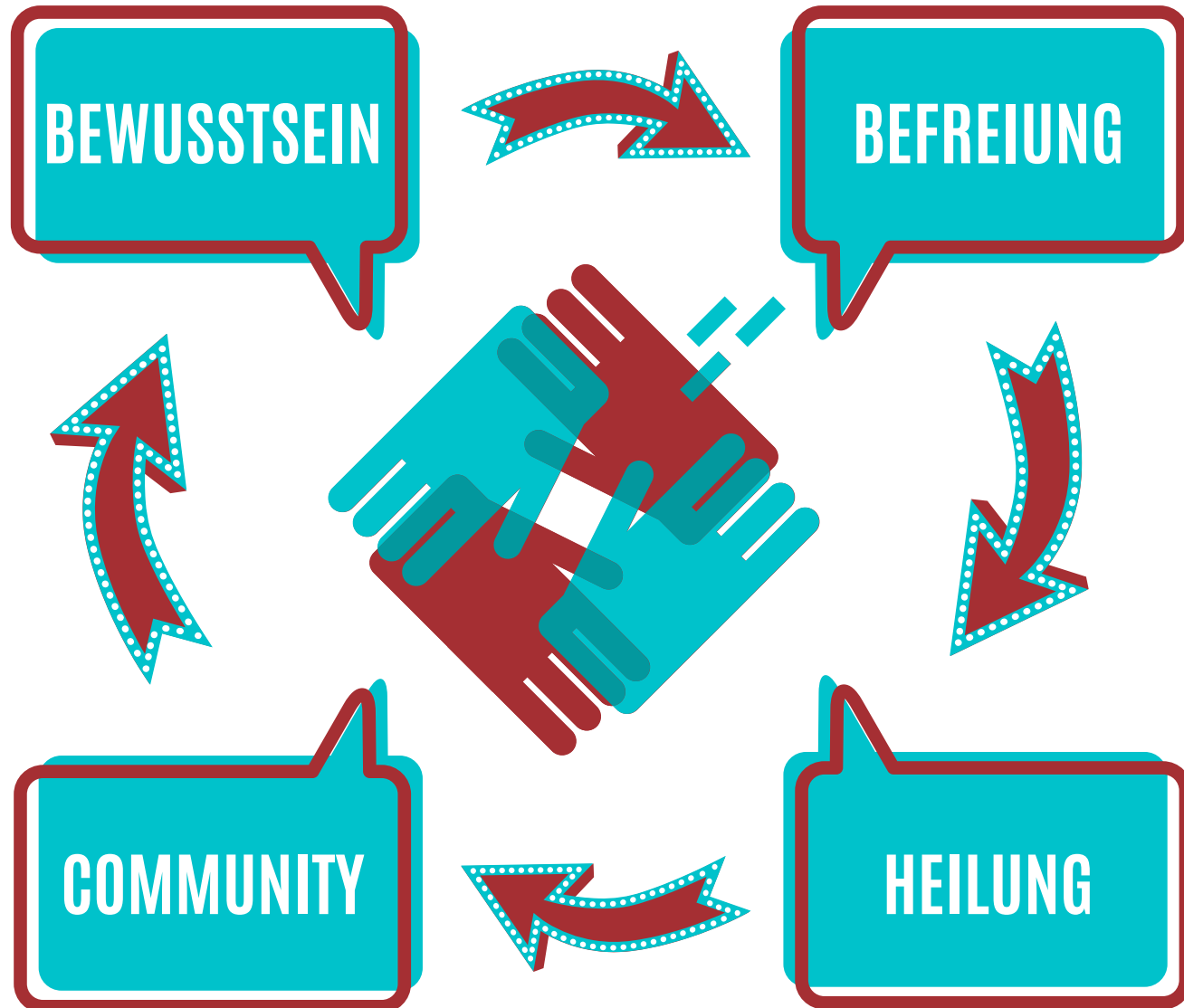
Der **machtkritische Empowermentansatz** unterstützt die Selbstermächtigung von Individuen und gesellschaftlichen Gruppen, die Diskriminierung erfahren und somit von Unterdrückung und Entrechtung betroffen sind.

Empowermentarbeit hilft dabei, die geteilten Erfahrungen zu artikulieren, zu reflektieren und sie nicht länger als individuelles Problem zu erleben. Erfahrungen von Solidarität und die Sensibilisierung für erfahrene Diskriminierung(en) helfen dabei, die ursächlichen Strukturen in den Blick zu nehmen.

Empowerment ermöglicht die Sichtbarmachung von Ungleichheitsverhältnissen und deren Auswirkungen, Zusammenschlüsse und die Verbindung von politischen Kämpfen für mehr Rechte.



Empowermentprozess



Empowerment als Prozess

Empowerment ist ein Prozess, der Zeit braucht und für den es keinen Endpunkt geben kann, da sich die Bedürfnisse an die jeweiligen gesellschaftlichen Zustände und Entwicklungen anpassen und sich mit diesen verändern.

Vier wichtige Elemente für diesen Prozess sind:

Das **Bewusstsein** für die historische Entstehung und Kontinuität(en) von Unterdrückungs- und Machtverhältnissen, deren Wirkungsweisen auf Individuen und eigene Potentiale und Privilegien.

Die **Befreiung** von Fremdbestimmung auf individueller und gesellschaftlicher Ebene hin zu Handlungsfähigkeit, Selbstbestimmung und Ausdruck.

Die **Heilung** und Sensibilisierung für unterdrückte und unbewusste Emotionen und Bedürfnisse und deren Umwandlung in Handlungsfähigkeit.

Community als Erleben von Gemeinschaft und gemeinsamem Arbeiten an Selbstbestimmung, Beziehung und Bedürfnisorientierung. Die Idee, dass durch Zusammenhalt und den gemeinsamen Austausch, Potentiale den notwendigen Raum zur Entfaltung bekommen können.



Empowerment ≠ Empowerment

Wie bereits erwähnt, wird der Begriff sehr unterschiedlich verwendet. Woran ein machtkritischer Ansatz kein Interesse hat, ist Empowerment als Selbstoptimierung und Leistungssteigerung (z.B. im Kontext von (Lohn-)Arbeit) oder die individuelle Selbstverwirklichung als oberstes Ziel.

Selbstentfaltung kann natürlich Teil des Befreiungsprozesses sein, weil die eigenen Bedürfnisse wieder an Relevanz gewinnen - aber nicht, um anderen unterdrückenden Strukturen einen Mehrwehrt zu generieren und diese zu stützen.



**Klicke auf den Link und schaue
dir den Beitrag an:**



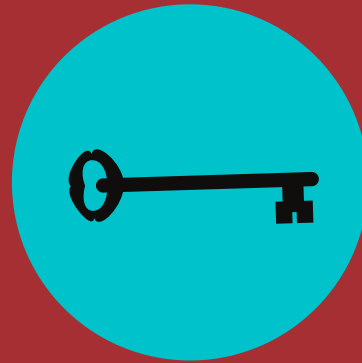


Im Video erklären Wopana Mudimu und Rosa Kapuya, wie Empowerment praktisch aussehen kann:

"Empowerment bedeutet für mich Selbstfürsorge, die Verbundenheit zu mir selbst und zu anderen und die Möglichkeit zu haben, mal auf die Stopp-Taste zu drücken und mal durchzuatmen "

(Rose Kapuya)

Notiere dir Gedanken, wie Empowerment für dich und für von Diskriminierung Betroffene in deinem Umfeld umgesetzt werden könnte.



SCHLÜSSELBEGRIFFE

Schlüsselbegriffe

**REPRÄSENTATION &
SICHTBARKEIT**

SAFE SPACES

**POWER-
SHARING**

ALLYSHIP





Schaue dir die vier Schlüsselbegriffe nochmal an und notiere dir Antworten zu folgenden Fragen:



Was weißt du bereits über die einzelnen Begriffe?



Was assoziiert du mit ihnen?



Wie und in welcher Form begegnen sie dir persönlich?

Schlüsselbegriffe

REPRÄSENTATION & SICHTBARKEIT

Diskriminierung und Marginalisierung gehen meist mit einer Unsichtbarmachung der betroffenen Individuen, Gruppen und deren Bedürfnissen und Anliegen einher. Strukturelle Benachteiligung generiert Ausschlüsse auf verschiedenen gesellschaftlichen Ebenen (z.B. in der Schulbildung).



Die Repräsentation (z.B. durch Medien und in Bildungsinstitutionen) von Personen und deren Anliegen, ist vor allem für von Diskriminierung Betroffene eine Möglichkeit der Identifikation. Sichtbarkeit schafft einerseits Sensibilisierung für Themen und bietet andererseits die Möglichkeit für gesellschaftliche Weiterentwicklung und den Abbau stereotyper Bilder und Einstellungen zu Gruppen, die nicht zur Mehrheit gehören.

Klicke auf den Link und schaue dir das Video an:



Schlüsselbegriffe



SAFE SPACES

Als **Safe Spaces** werden Räume definiert, in denen sich Personen, die aufgrund ähnlicher Zuschreibungen und Unterdrückungsstrukturen Diskriminierung erfahren, einen Ort des Rückzugs und der gemeinsamen Aufarbeitung ihrer Erfahrungen bilden (z.B. feministische Räume)



Dieser Austausch ist die Basis für Selbststärkung, die Entstehung von Community und damit gesellschaftliche Veränderung.

Schlüsselbegriffe



POWER-SHARING

Mit dem Konzept des **Powersharing** ist das Teilen von Macht und Einfluss gemeint. Je nach individuellen Privilegien kann dies unterschiedlich aussehen. (z.B. Spenden für unbezahlte Bildungsarbeit von marginalisierten Personen)



Durch Powersharing können Macht und Privilegien in Form von Zugang zu Wissen, finanziellen Ressourcen, Räumen etc. geteilt werden. Wichtig dabei ist es, betroffene Personen zu fragen, was sie genau brauchen und ihnen zuzuhören, um nicht durch Bevormundung Unterdrückungen zu reproduzieren.

Schlüsselbegriffe



ALLYSHIP

Als **Allyship** wird eine prozesshafte Praxis bezeichnet, in der Personen ihre Solidarität mit marginalisierten Individuen und gesellschaftlichen Gruppen durch den Einsatz eigener Privilegien an geeigneter Stelle zum Ausdruck bringen. Dafür ist es zentral, eigene Denk- und Handlungsmuster zu hinterfragen und neue zu erlernen.



Allyship bedeutet, vertrauensvolle Beziehungen aufzubauen. Verantwortung zu übernehmen ist ein lebenslanger Prozess. Was gelungenes Allyship ausmacht, bestimmen die betroffenen Personen. Wichtig sind auch hier aktives Zuhören und Nachfragen, ob Unterstützungsbedarf besteht. Außerhalb von konkreten Situationen besteht Allyship auch darin, sich konstant über Unterdrückung zu informieren und sich selbstständig weiterzubilden.

Quelle: Hate Aid 2020



Schaue dir unter <https://hateaid.org/allyship/> die goldenen Regeln des Allyship an und notiere dir Antworten zu folgenden Fragen:



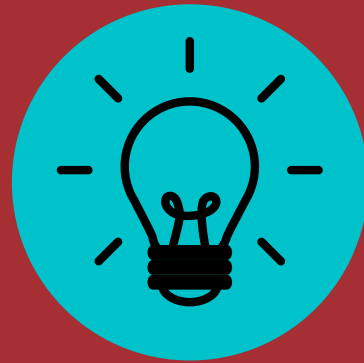
**Über welche Privilegien verfügst du persönlich?
Wie könntest du diese als Ally nutzen?**



Wie würdest du handeln, wenn eine betroffene Person ihre Diskriminierungserfahrung mit dir teilt?



Warst du schonmal in Situationen, in denen Allyship wichtig gewesen wäre? Wie hast du dich verhalten? Würdest du heute etwas anders machen?



ÜBUNG 2

"R-E-S-P-E-C-T" von Nina LaGrande



Schaue dir das Video komplett an. Notiere dir gegebenenfalls erste Gedanken oder Eindrücke.



Beantworte für dich die Frage:

Was hat der Slam von Nina mit Empowerment zu tun?



Klicke auf den Link und schaue dir das Video an:



Was kann Empowerment konkret bedeuten?

in Räumen zu sein,
in denen die
eigene Identität
nicht in Frage
gestellt wird

Seine eigene
Geschichte zu
erzählen!

sich der eigenen
Fähigkeiten
bewusst zu
werden!

Self-Care

Grenzen zu
setzen!

Solidarität zu
erleben und
Handlungsräume
zu erweitern!

in Räumen zu sein, in
denen Diskriminierung,
Schmerz, Wut und Trauer
ausgetauscht werden
können

Für sich selbst
und eigene
Bedürfnisse
einstehen!





REFLEXION

Versuche, den folgenden Satz zu vervollständigen:

”

Empowerment bedeutet für mich...



”

Schau dir nochmal deine Notizen an und versuche folgende Fragen zu beantworten:



Was war neu für mich? Worüber habe ich mir davor keine Gedanken gemacht?



Was bedeutet das Gehörte/Gesehene für mich und meinen privaten Alltag? Was für mich und meine Arbeit?



Bin ich eine Person, die empowernde Räume schaffen kann? Brauche ich selbst solche Räume? Was müsste ich dafür tun? Wo kann ich mir Hilfe suchen?



Quellen und Links

Amadeu Antonio Stiftung (2016): „Einen Gleichwertigkeitszauber wirken lassen...“. Empowerment in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit verstehen.“ Golschan Ahmad Haschemi und Pasquale Virginie Rotter (Redaktion und Konzeption).

Verfügbar unter: <https://www.amadeu-antonio-stiftung.de/w/files/pdfs/empowerment-internet.pdf>

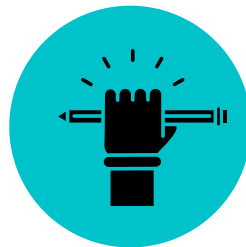
Hate Aid (2020): How to become an Ally: die goldenen Regeln des Allyship. Verfügbar unter: <https://hateaid.org/allyship/>

Kechaja Maria (2020) : Was ist Empowerment?

Verfügbar unter: https://adis-ev.de/wp-content/uploads/2020/04/Empowerment_Text_adis-mk.pdf

LAG Mädchen*politik BW (2016): Vielfalt verankern.

Handreichung und Methodensammlung für Gruppenleitungen, die mit Jugendlichen zu gender, geschlechtlicher Vielfalt und vielfältigen Lebensformen arbeiten. Unter: <https://www.lag-maedchenpolitik-bw.de/lag/lag-maedchenpolitik/Publikationen/>



Quellen und Links

LAG Mädchen*politik BW (2019): Mädchen* und Flucht. Impulse für eine diskriminierungskritische Arbeit.

LAG Mädchen*politik BW (2018): Mädchen* Begegnen. Intersektionale Perspektiven und antidiskriminierende Sichtweisen auf Mädchen*arbeit heute- digital und analog

Vielfalt Mediathek: Kurz erklärt: Was ist Powersharing?

Unter: <https://www.vielfalt-mediathek.de/powersharing>

Podcast:

Das böse F Wort - Feminismus ABC: E wie Empowerment

Verfügbar unter: <https://podcasthero.de/episode/1883628>

Videos:

Projekt "Erklär mir mal..." (2020): Erklär mir mal...Empowerment.

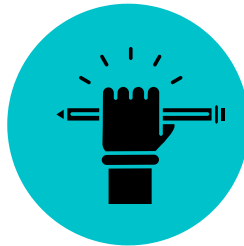
Verfügbar unter: <https://www.instagram.com/tv/CECbNngKY07/?hl=de>

Vogue Germany (2019): Weil Sichtbarkeit das Wichtigste ist!

Verfügbar unter: <https://www.youtube.com/watch?v=0C3JqV-ZPKo>

Poetry Slam TV (2019) : Ninia LaGrande - R-E-S-P-E-C-T

Verfügbar unter: <https://www.youtube.com/watch?v=8HqsrnJVP4E>



Quellen und Links

Zum weiter lesen:

Jagusch Birgit, Chehata Yasemine (2020): Empowerment und Powersharing, Ankerpunkte – Positionierungen – Arenen. Diversität in der Sozialen Arbeit Band 1 Juventa Verlag ein Imprint der Julius Beltz GmbH & Co. KG.

Can, H. (2013): Empowerment aus der People of Color-Perspektive. Reflexionen und Empfehlungen zur Durchführung von Empowerment-Workshops gegen Rassismus.

Verfügbar unter:

https://www.eccar.info/sites/default/files/document/empowerment_webroschuere_barrierefrei.pdf

Hoeder Ciani-Sophia (2020): Unter Schwarzen: Sind “Safe Spaces” heilend, selektiv, beides oder nichts?

Verfügbar unter: <https://rosa-mag.de/unter-schwarzen-sind-safe-spaces-heilend-selektiv-beides-oder-nichts/>

