

Arbeitshilfe

zum

VIII. Bundeskongress



CAJ Deutschland e.V.
www.caj.de
bundesverband@caj.de

Inhalt

1. Vorwort und Einführung	1
2. Der Bundeskongress	2
2.1. Wer oder was ist der Bundeskongress überhaupt?	2
2.2. Organisatorisches zum Bundeskongress 2025	3
2.3. Die Schwerpunktthemen	3
2.4. Zeitplan und Meilensteine	5
3. Die Sammelphase	6
3.1. Unser Ansatz: Vom Leben ausgehen	6
3.2. Einstieg in die Auseinandersetzung mit Lebensrealitäten	7
3.2.1. Die ROLWA als Methode der CAJ zum Austausch über Lebensrealitäten	7
3.2.2. Weitere Methoden zum Einstieg und zur ersten Auseinandersetzung mit Lebensrealität	7
4. Vom Einstieg zum Testimony	9
5. Nach dem Bundeskongress	11
5.1. Der Bundesaktionsplan	11
6. Austausch, Ideen und Material	11
7. Literatur	12

1. Vorwort und Einführung

Liebe CAJler*innen, liebe Aktivist*innen,
in weniger als einem Jahr findet der Bundeskongress statt und damit beginnen -sowohl auf Bundes- wie auch auf DV- und Ortsgruppenebene - die Vorbereitungen. Schon im September vom 11.-14.09.2025 ist es in Mannheim soweit: Wir kommen mit circa 80 CAJler*innen beim VIII. Bundeskongress der CAJ Deutschland zusammen. Dort befassen wir uns anhand der Schwerpunktthemen - Finanzen, Mitbestimmung und Demokratie, Mentale Gesundheit, Arbeit und Bildung - mit unseren Lebensrealitäten und leiten daraus den Bundesaktionsplan ab. Dieser Bundesaktionsplan wird uns in den nächsten vier Jahren auf allen Ebenen begleiten und unsere inhaltliche Richtung vorgeben.

Dazu bedarf es einer gewissen Vorbereitung und auf diesem Weg soll euch die Arbeitshilfe eine Unterstützung sein. Wir gehen darin zunächst auf den Prozess rund um den Bundeskongress (Kapitel 2) ein. Da es bis zum Bundeskongress um das Sammeln von Lebensrealitäten geht, geben wir euch im Rahmen der Arbeitshilfe außerdem Informationen an die Hand, wie ihr den Vorbereitungsprozess bei euch vor Ort einbringen könnt (Kapitel 3). All die Arbeit dient der tiefen Beschäftigung mit den Lebensrealitäten der jungen CAJler*innen in ganz Deutschland, welche am Bundeskongress selbst in den Bundesaktionsplan einfließen und unsere inhaltliche Arbeit und Aktionen in den nächsten Jahren prägen wird (Kapitel 4). Und schließlich möchten wir euch Unterstützungsmöglichkeiten während der Vorbereitung (Kapitel 5) sowie spannende Dokumente und Literatur aufzeigen (Kapitel 6).

In der Arbeitshilfe tauchen immer wieder lila Check-Boxen auf, die Arbeitsaufträge und Reflexionsfragen für eure CAJ-Arbeit vor Ort enthalten. Was bedeutet das nun also konkret für uns? Welche Fragen können uns durch den Prozess begleiten? Die aufgeführten Fragen sind keineswegs als vollständig zu verstehen, sondern sollen euch vielmehr als Anregung für die Auseinandersetzung damit in euren Teams, Diözesanbüros, Gruppen, usw. dienen.

Zusätzlich findet ihr folgende Symbole vor, welche euch als Orientierung beim Lesen dienen soll:



Wichtig



Wissenswertes



Tipps für die Praxis

Wir hoffen, dass diese Arbeitshilfe euch nützlich ist und Lust auf den nächsten Bundeskongress macht. Wir freuen uns über Anfragen, Rückmeldungen und neue Ideen. Wenn ihr selbst beispielsweise noch gute Praxisbeispiele habt, so packen wir diese gerne in die Materialbox zum Bundeskongress. Und dann erwarten wir euch natürlich ebenso voller Vorfreude beim Kongress selbst!

Mit solidarischen Grüßen,
eure Bundesleitung (im Dezember 2024)

Alexandra, Conni, Julian, Ksenia und Timothy

2. Der Bundeskongress

2.1. Wer oder was ist der Bundeskongress überhaupt?



Der Bundeskongress 2025 ist der VIII. Bundeskongress in der Geschichte der CAJ Deutschland. Es fanden in der Vergangenheit bereits folgende Kongresse statt:

- 1966: „Arbeit gestaltet die Welt“ in Essen
- 1970: „Konflikte nicht vermeiden - mitentscheiden“ in Mainz
- 1980: „Arbeiterjugend bricht das Schweigen – für das Recht auf qualifizierte Arbeit“ in Duisburg
- 1993: „Wo wir leben wird sich was bewegen“ in Augsburg
- 2000: „Arbeit ist das halbe Leben“ in Duisburg-Rheinhausen
- 2012: „Her mit dem ganzen Leben!“ in Essen
- 2019: „Berufen eine andere Welt zu erkämpfen“ in Altenberg bei Köln

Das Motto des aktuellen Kongresses steht noch nicht fest und wird im ersten Quartal 2025 festgelegt werden. Die Schwerpunktthemen findest du in Kapitel 2.2.1

Seit der Satzungsänderung 2018 ist der Bundeskongress, ähnlich wie der Leitungsrat, als ein festes Gremium in der Satzung festgelegt. Darin steht:

1. Der Bundeskongress entwickelt und beschließt in einem Bundesaktionsplan die inhaltlichen Schwerpunkte des CAJ Deutschland e.V. für die Zeit bis zum nächsten Bundeskongress.
2. Der Bundeskongress soll alle vier Jahre im Vorfeld des Weltrats der internationalen CAJ für mindestens vier Tage stattfinden.
3. Die Bestimmungen aus § 8 Absatz 2-5 sowie § 8 Absatz 10-11 finden entsprechend auf den Bundeskongress Anwendung.
4. Zusätzlich steht der Bundeskongress Mitgliedern der CAJ-Diözesanverbände offen, die dann beratende Mitglieder sind.
5. Zu den Aufgaben des Bundeskongresses gehören insbesondere:
 - a. **Sehen-Urteilen-Handeln im Blick auf die Lebensrealitäten der CAJler*innen**
 - b. **Schulung der Mitglieder in CAJ-Methodik**
 - c. **Beschlussfassung im Blick auf die inhaltliche Arbeit und Positionierung des CAJ Deutschland e.V.**
6. Der Bundeskongress wird vom Bundesvorstand in Textform mit einer Frist von 8 Wochen unter Angabe der vorläufigen Tagesordnung einberufen.
7. Über die Beschlüsse des Bundeskongresses wird eine Niederschrift angefertigt, die von allen Protokollführern*innen und einem Mitglied des Bundesvorstandes zu unterzeichnen ist.
8. Weiteres regelt eine Geschäftsordnung.

Der Bundeskongress setzt sich damit zusammen aus Delegierten und Gästen aus den Diözesanverbänden, Bundesaktionsgruppen, Kommissionen, der Bundesleitung und der KAB, sowie der europäischen und der internationalen CAJ, des BDKJ und weiteren.

2.2. Organisatorisches zum Bundeskongress 2025



Wer ist wofür zuständig?

Die Gesamtverantwortung für den Bundeskongress trägt die Bundesleitung. Ansprechpartnerin ist zum einen Conni aus dem Bundesvorstand. Und zum anderen Enya, welche seit Juni 2023 als Projektreferentin für den Bundeskongress angestellt ist.

Die inhaltliche Vorbereitung wird vom Team Aktionskoordination übernommen, welches sich Anfang Januar zum ersten Mal treffen wird, um das Programm des Bundeskongresses genauer zu planen.

Daneben gibt es ein Orga-Team, welches aus CAJler*innen aus ganz Deutschland besteht.

Für die inhaltliche Vorbereitung in den Diözesanverbänden und die Rückkopplung zum Prozess hat jeder DV eine Ansprechperson benannt, die das Bindeglied zwischen Bundes- und Diözesanebene darstellt.

Wer darf am Bundeskongress teilnehmen?

Delegierte bilden entsprechend der Stimmverteilung zum Leitungsrat den Kern des Bundeskongresses. Sie nehmen auch das Stimmrecht wahr, wenn es darum geht, den Bundesaktionsplan abzustimmen.

Darüber hinaus sind weitere aktive CAJler*innen, Hauptamtliche, Hauptberufliche und geistliche Leitungen eingeladen am Kongress teilzunehmen. Insgesamt dürft ihr mit der zweifachen Delegiertenanzahl zum Bundeskongress kommen.

Wo und wann findet der Bundeskongress statt?

Der Bundeskongress 2025 findet vom 11.-14.09.2025 in der Jugendherberge Mannheim statt. Die Jugendherberge ist vom Bahnhof gut zu Fuß erreichbar.

Checkbox

- Wer ist unsere Ansprechperson für den Bundeskongress im DV? Haben wir diese Person schon an die Bundesebene weitergeleitet?
- Wer könnte zum Bundeskongress fahren und Teil unserer Delegation sein? Mit wie vielen Menschen wollen wir insgesamt fahren?
- Braucht es Schul- oder Arbeitsbefreiungen/Jugendleitersonderurlaub für den Donnerstag und Freitag?

2.3. Die Schwerpunktthemen



Um die Schwerpunktthemen des Bundeskongresses 2025 festzulegen, wurden im Sommer/Herbst 2024 eure Themen abgefragt: Mit welchen Themen beschäftigt ihr euch in eurem DV & euren Ortsgruppen? Welche Lebensrealitäten spielen bei euch vor Ort eine Rolle? Wozu laufen eure Aktionen?

Des Weiteren wurden die Aktionstage als Auftaktveranstaltung für den Bundeskongress genutzt, wo wir weitere wichtige Lebensbereiche erkennen konnten.

Daraus haben sich folgende Schwerpunktthemen ergeben:

Finanzen

Wir sehen, dass immer mehr junge Menschen von Unsicherheiten und Ängsten um ihre Zukunft geprägt sind, vor allem in finanziellen Belangen. Die Aussicht auf eine berufliche und finanzielle Zukunft scheint für viele ungewiss und viele fragen sich deshalb aktuell: „Werde ich finanziell abgesichert sein?“. Die finanzielle Situation von jungen Menschen im Studium oder in Ausbildung ist oftmals geprägt von einer finanziellen Abhängigkeit der Familie. Doch auch bei Menschen, welche schon vollständig ins Berufsleben eingestiegen sind, zeigt sich, dass der Lohn meist nicht für ein gutes Leben reicht. Trotz Vollzeitarbeit reichen viele Gehälter, gerade in Städten, nicht mehr aus, um ein unabhängiges Leben zu führen. Verstärkt wurde das im letzten Jahr außerdem durch steigende Lebenshaltungskosten und die Inflation. Oftmals hindert das junge Menschen daran ihr Leben so zu führen, wie sie möchten und sich z.B. durch den Auszug ein selbstständiges Leben aufzubauen. Darüber hinaus drückt sich das auch in einem pessimistischen Blick auf die Zukunft aus.

Mitbestimmung und Demokratie

Junge Menschen wollen sich an der Gesellschaft beteiligen und etwas bewirken, leider ist dies oftmals nicht möglich. Junge Menschen und bestimmte Bevölkerungsgruppen werden aus öffentlichen Debatten ausgeschlossen. Aktuelle gesellschaftliche Geschehnisse, wie die Europa- und Bundestagswahlen, der voranschreitende Rechtsruck, die Klimakrise und weltweite Kriege sind Themen, die die Frage nach dem persönlichen effektiven Einfluss in den jungen Menschen hervorbringen.

Mentale Gesundheit

Viele junge Menschen sehen sich heute mit einer Vielzahl von Herausforderungen konfrontiert, die zunehmend ihre mentale Gesundheit belasten. Überarbeitung und ständiger Stress prägen nicht nur den Arbeitsalltag, sondern greifen auch auf Studium, Ausbildung, die Schule und selbst auf ehrenamtliche Tätigkeiten über. Es fällt schwer, zwischen all diesen Verpflichtungen noch einen Raum für Erholung zu finden. Das Konzept einer echten Work-Life-Balance bleibt für viele ein Ideal, das in der Realität nur schwer erreichbar ist. Zusätzlich entstehen auch durch soziale Kontakte viele Erwartungen und Verpflichtungen, die einen Ausgleich im privaten Raum erschweren.

Für junge Menschen stellt sich die Frage: Wie manage ich all das – Arbeit, Schule, Ehrenamt, Freunde und Familie – ohne dabei auszubrennen?

Arbeitswelt

Viele junge Menschen erfahren eine Arbeitswelt, die wenig Sicherheit, geringe Löhne und kaum Anerkennung bietet. Hohe Anforderungen und prekäre Bedingungen sind an der Tagesordnung. Der Druck und Stress wirken sich auch auf die (mentale) Gesundheit der Arbeitnehmenden aus. Stark betroffen sind davon unter anderem Beschäftigte im Care-Sektor.

Bildung

Junge Menschen berichten von kaputten und dreckigen Toiletten und weiteren Missständen vor Ort in ihren Schulen. Im Unterricht wird oftmals an ihren Interessen, Bedürfnissen und Talenten vorbei gelehrt. Das zieht sich in der Ausbildung und dem Studium weiter fort – die Lerninhalte spiegeln nicht das wider, was im späteren Berufsalltag gebraucht wird. Und auch im Arbeitsalltag angekommen, stellt sich weiterhin die Frage: „Wie schaffe ich es mich neben dem Berufsalltag weiterzubilden?“

Checkbox

- Welche Themen sind bei uns im Diözesanverband, in unserer Ortsgruppe, in unserer Aktionsgruppe gerade aktuell?
- In welche Themenbereiche lassen sich diese einordnen?
- Fallen uns Lebensrealitäten unserer CAJler*innen ein, welche bisher noch nicht bei uns im DV, in der Aktionsgruppe und im Aktionsprozess zum Bundeskongress thematisiert wurden und wo sind diese einzuordnen?

2.4. Zeitplan und Meilensteine

Im Großen und Ganzen lässt sich die Zeit bis zum Bundeskongress grob in die folgenden Phasen aufteilen:



Sammelphase

Die Diözesanverbände sind aufgerufen, sich mit den Lebensrealitäten junger Menschen zu beschäftigen, da diese die Grundlage für unsere Auseinandersetzung beim Bundeskongress bilden.

Ziel der Sammelphase ist damit das Erlangen von Testimonies („Lebenszeugnisse“ = Erzählungen über Lebensrealitäten) zu den verschiedenen Lebensrealitäten aus den unterschiedlichen Bereichen. Wir wollen uns nicht auf eine große Masse an quantitativen Zahlen berufen, sondern wirklich vom Leben jeder*s Einzelnen ausgehen, denn jede*r ist mehr wert als alles Gold der Erde. Diese Arbeitshilfe zielt vor allem darauf ab, euch Hilfe für diese Sammelphase zu sein (siehe Kapitel 3).

Auswertung

Nachdem die Testimonies gesammelt wurden, sollen diese am besten noch im Diözesanverband gesichtet und in die verschiedenen Themenbereiche eingeordnet werden. Dies ermöglicht den Überblick über die Realitäten im eigenen DV, der eigenen Aktionsgruppe, etc. Außerdem ermöglicht dies eine entsprechende Nacharbeit vor Ort an den einzelnen Lebensrealitäten. Nach der Sichtung und Einordnung (soweit möglich) schickt der Diözesanverband die Testimonies an den Bundesverband, um diese auf Bundesebene auszuwerten und zusammenzufügen, um darauf aufbauend die Ausgangslage für den Bundeskongress zu entwickeln. Diese Vorbereitung des Arbeitsmaterials für den Kongress wird durch die Bundesebene übernommen. Auf Diözesanebene läuft die Weiterarbeit an den einzelnen Themen.

Vorbereitungsphase

Die Sammel- und Auswertungsphase wird zusammengefasst als Vorbereitungsphase. Die Vorbereitungsphase betrifft vor allem das inhaltliche Vorbereitungsteam sowie die Bundesleitung.

Alles, was läuft, muss koordiniert und konkretisiert werden. Aber auch bei euch vor Ort können und sollen Vorbereitungen laufen. Im Wesentlichen geht es um das Sammeln von Lebensrealitäten. Darüber hinaus könnt ihr euch zu Treffen eurer Kongress-Teilnehmenden verabreden, bei denen ihr euch etwa über eure Lebensrealitäten austauscht, usw. Hierbei soll euch die Arbeitshilfe unterstützen. Ein weiterer Schritt kann die Teilnahme an einer der im nächsten Jahr anstehenden Vorkämpfer*innen-Schulungen sein. Hier lernt ihr das wichtige Handwerkszeug bei der CAJ und in der Vorbereitung auf den Bundeskongress.

Checkbox

- An welchen Stellen in unserer Jahresplanung lassen sich Formate (Aktivitäten, Veranstaltungen, Einheiten, Studienteile, Workshops, etc.) einfügen, die der Vorbereitung des Bundeskongresses dienlich sind?
- Wie stellen wir den Bundeskongress und dessen Themenbereiche bei uns vor Ort auf eine besonders breite Basis?
- Welche Menschen sollen/müssen vor Ort in die konkrete Vorbereitung involviert sein?
- Welche Aktivist*innen können wir mit dem Prozess des Bundeskongresse stärken?

3. Die Sammelphase

3.1. Unser Ansatz: Vom Leben ausgehen



Warum nun aber überhaupt Lebensrealitäten? Cardijn ging bereits bei der Gründung davon aus, dass jeder junge Mensch eine göttliche Würde und Berufung hat. Für diese zu kämpfen ist unser Anliegen in der CAJ. Um das zu erreichen, braucht es unsere Analyse, unsere Vision, unser Handeln, sprich: Es braucht unsere Aktion, weil wir selbst und die Menschen um uns herum davon betroffen sind. Dieser Missstand spielt in unserem Leben eine Rolle, er betrifft uns persönlich.

Wir wollen als CAJ nicht über das urteilen und anschließend dazu in Aktion treten, was wir vielleicht mal gehört haben, was allgemein gerade als schlecht beschrieben wird, wo man mal was machen müsste. Wir wollen eine Aktion, die nicht nur Gesellschaft verändert, sondern auch unsere ganz persönliche Lebensrealität. Wir wollen jetzt schon in Würde leben und unserer Berufung nachkommen, da, wo wir leben. Das macht uns besonders.

Als CAJ wollen wir mehr wissen! Junge Menschen, insbesondere uns als junge Arbeiter*innen ernst zu nehmen, bedeutet nachzufragen, in die Tiefe zu gehen, auch wenn das für beide Seiten erstmal ungewohnt ist: Schnell fühlen wir uns ernstgenommen, gesehen und spüren eine Verbindung miteinander. Und wir haben eine wunderbare Basis, um Gemeinsamkeiten zu entdecken, und uns zu fragen: Warum ist es eigentlich, wie es ist?

Checkbox

- Wisst ihr als Leitungen, was genau eure Mitglieder an der Basis eigentlich tun in ihrem Alltag? Wie es ihnen geht und was sie beschäftigt?
- Wo und bei wem könntet ihr mal genauer nachhaken?

3.2. Einstieg in die Auseinandersetzung mit Lebensrealitäten

Neben dem klassischen Gespräch mit den jungen Menschen in der CAJ über deren Lebensrealitäten braucht es konkrete Methoden, welche eine Auseinandersetzung mit dem Leben jeder*s Einzelnen ermöglicht. Eine Herangehensweise ist unsere zentrale Methode, die ROLWA, welche unbedingt Teil der Vorbereitungen sein sollte.

3.1.1. Die ROLWA als Methode der CAJ zum Austausch über Lebensrealitäten

ROLWA steht für Reflection of Life and Workers Action. Wenn wir über die ROLWA sprechen, meinen wir zum einen eine ganz konkrete Methode, bei der wir nach dem Dreischritt Sehen-Urteilen-Handeln Lebensrealitäten oder unsere Aktionen reflektieren. Diese Reflexion passiert dabei nicht um ihrer selbst Willen, sondern um wiederum in eine individuelle oder eine kollektive Aktion treten zu können. Auf der anderen Seite beschreibt ROLWA aber auch unsere grundsätzliche Handlungsweise als CAJ weltweit: wir arbeiten nach diesem Dreischritt in unserem verbandlichen und persönlichen Alltag. ROLWA ist damit auch eine Grundhaltung, eine Lebenshaltung, von uns als CAJler*innen, welche unsere Verbandsidentität ausmacht und echte CAJ-Aktionen prägt.

Wie die ROLWA funktioniert und wie ihr sie anwenden könnt, könnt ihr in den folgenden Dokumenten nachlesen:

>>> Reflexion des Lebens und der Arbeiteraktion. Grundsatzdokument der internationalen CAJ, beschlossen durch den VII. Weltrat. Deutsche Fassung 2013.

>>> Sehen-Urteilen-Handeln. Ein Praxisleitfaden. Erstellt 2013, überarbeitete Fassung 2019.

>>> Revision des Lebens. Eine Lebensweise. 2014.

Alle Dokumente erhaltet ihr übrigens bei uns in der Bundesstelle oder auf www.caj.de!

Checkbox

- An welchen Stellen arbeiten wir schon mit der ROLWA – als konkrete eigenständige Methode oder als stetige Reflexionsebene hinter unserm Tun?
- Wo können wir bei uns an der Basis die ROLWA anwenden?
- Wo bietet sich ein geeignetes Setting für die Durchführung? Was braucht es dazu?
- Was ist notwendig, um fit in der Anwendung von Sehen-Urteilen-Handeln sowie ROLWA zu sein und wo/wie könnt ihr diese Unterstützung erhalten?

3.1.2. Weitere Methoden zum Einstieg und zur ersten Auseinandersetzung mit Lebensrealitäten

Neben und ergänzend zu der Anwendung der ROLWA ist es natürlich auch möglich sich mit anderen Methoden der eigenen Lebensrealität anzunähern. Wichtig ist, dass die Methoden stets im Sinne eines tiefen Sehens genutzt werden und dabei das Erreichen von Testimonies angestrebt wird.

Wenn dies gegeben ist, so muss es tatsächlich nicht immer nur die ROLWA als kleine Runde von Menschen, die sich verbal anhand des Leitfadens über ihr Leben austauschen, sein. In manchen Kontexten und Settings kann es sogar sinnvoll sein, einen ersten Einstieg anders zu ermöglichen:

Sensis-Karten

In Gruppen von 3-8 Personen tauschen sich die Teilnehmenden zu Aussagen mit Bezug auf verschiedene Lebensbereiche aus. Diese werden jeweils eingebracht und alle äußern sich – zunächst verdeckt – dazu, inwieweit sie davon selbst betroffen sind. Anschließend erfolgt der gemeinsame und intensivere Austausch über diese Fragestellung.

Skalierung/4-Ecken-Methode

Auch hier geht es darum, sich im Hinblick auf die Aussagen zu positionieren. Allerdings geschieht dies entlang einer imaginären Linie von „Trifft voll zu“ bis „Trifft gar nicht zu“ im Raum oder aber in den vier Ecken des Raumes („ja, ich persönlich“, „ja, in meinem nahen Umfeld“, „nein“, „weiß nicht“). Die Methode dient einem ersten Einstieg.

Perlenglas Methode

Die Methode dient als Einstieg, um zu sehen, welche Lebensbereiche in der Gruppe eine zentrale Rolle spielt. Dazu werden Gläser mit Aussagen aufgestellt. Die Teilnehmenden werfen nun eine Perle in das jeweilige Glas, wenn sie der Aussage zustimmen. Es gibt einen guten Überblick über die eigenen Lebensrealität, sowie über die Tatsache, dass man selbst meist nicht allein mit einer Herausforderung ist.

Cross the line

Die Methode dient zum ersten Einstieg und darum zu checken, zu welchen Themenbereichen überhaupt Betroffenheit herrscht. Dazu stehen alle Teilnehmenden auf einer Seite eines Seils oder einer Markierung. Aussagen aus verschiedenen Lebensbereichen werden vorgelesen und wer persönlich betroffen ist überquert schweigend die Linie.

Ich stelle dich vor/dar... Dein Leben wird mein Leben

Hierbei geht es darum, die Lebensrealität eines anderen Menschen greifbar zu machen, jedoch auch eine gewisse Distanz zum eigenen Leben herzustellen. Zwei Personen tauschen sich über ihre Lebensrealitäten aus, etwa nach der Beantwortung des Fragebogens. Anschließend stellt die jeweils andere Person die verstandene Situation des*der Anderen dar.

Pantomime/Montagsmaler*in

Diese Methode kann ein spielerischer und witziger erster Einstieg sein, um sich mit den verschiedenen Bereichen und verschiedenen Begriffen wie etwa Befristung vertraut zu machen.

>>> Genauere Erläuterungen der einzelnen Methoden sowie nach und nach weitere Methoden findest du im digitalen Methodenordner zum Bundeskongress unter [Bundeskongress 2025](#)

Checkbox

- Dient die Methode einem intensiven Sehen und Wahrnehmen der Lebensrealität, von der ich/die Beteiligten betroffen sind?
- Komme ich von der angewandten Methode dahin, dass diese Lebensrealitäten beschreibbar sind und in ein Testimony münden (können)?

3.3. Vom Einstieg zum Testimony



Während im vorangehenden Kapitel erläutert wurde, wie der Einstieg in die Auseinandersetzung mit dem eigenen Leben und auch schon eine vertiefte, gemeinsame Auseinandersetzung damit gelingen kann, stellt sich schließlich die Frage, wie es davon ausgehend, nun zu einem Testimony kommt.

Ein Testimony ist wörtlich übersetzt ein Zeugnis, eine Aussage, eine Bekundung. Im Kontext der CAJ meinen wir damit „Lebenszeugnisse“ und damit mehr oder weniger kurze Beschreibungen unserer Lebensrealitäten. Junge Menschen erzählen von ihren ganz persönlichen Erfahrungen, von dem was ist. Mit einem Testimony machen wir für uns in der CAJ wirklich greifbar, wie unsere Lebenswirklichkeiten sind.

Der Austausch und das Bewusstwerden über die eigene Lebensrealität – egal ob alleine oder gemeinsam im Austausch – ist ein grundlegender, spannender und wichtiger Schritt im Sehen. Um wirklich an und mit dieser Lebensrealität arbeiten zu können, muss diese jedoch greifbar und zugänglich gemacht werden. Dies funktioniert in der Form eines Testimonies, da dieses die konkrete Situation als durch die betroffene Person selbst erzählte Realität am besten abgebildet werden kann.

Dennoch ist es meist kein ganz leichter Schritt die eigene Lebensrealität zu Papier zu bringen. Immerhin ist sie dann gesichert, man kann sie nicht mehr einfach verdrängen oder vergessen. Deshalb ist wichtig, bewusst zu machen, dass es sich dabei um eine Momentaufnahme handelt.

Das Niederschreiben der eigenen Lebensrealität kann jedoch auch sehr befreiend für den*die Betroffene*n sein. Immerhin bildet das Testimony die Grundlage einer weiteren Aktion, die zur Verbesserung der eigenen Situation führen soll und das mit anderen jungen Menschen gemeinsam: Ein*e CAJler*in tut nie etwas alleine! Damit stellt jedes Testimony auch eine Wertschätzung und ein Ernstnehmen der jeweiligen jungen Person dar.

Beispiel für ein Testimony

Ich bin Referendar; dementsprechend muss ich sehr viel arbeiten, weil ich unter einer ständigen Bewertungssituation stehe. Tatsächlich ist es ein großes Problem, dass die Arbeitszeit im Grunde nicht begrenzt ist. Der Aufwand, den man betreiben muss oder betreiben kann an Vorbereitung, der ist im Prinzip nach oben offen. Dadurch, dass es eben auch um Noten und um Chancen geht, ist man eigentlich immer in der Situation, noch mehr zu machen und mehr zu arbeiten. Deswegen fällt es mir oft schwer, wirklich Freizeit zu haben vor allem auch einen freien Kopf zu bekommen und ich merke, dass es dadurch eigentlich auch schwer möglich ist, in anderen Bereichen irgendwie sozial aktiv zu sein. Was meine sozialen Beziehungen angeht, würde ich immerhin schon sagen, dass die nicht so stark darunter leiden, weil ich da eine große Priorität draufsetze.

Ein Testimony soll letztlich schriftlich vorliegen, damit wir es auch gut in die Auswertung einfließen lassen können, jedoch bieten sich zur Sammlung von Lebensrealitäten auch andere Formate an:

Tonaufzeichnung/Sprachnachricht

Es kann eine gute Möglichkeit sein, das Testimony aufzuzeichnen oder aber als Sprachnachricht zu verfassen, da für manche die Schriftsprache ein Hindernis darstellt. Die Jugendlichen können sich

beispielsweise nach dem Einstieg über eine der oben genannten Methoden über eine besonders spannende oder betroffen machende Lebensrealität interviewen und das Erzählte aufzeichnen. Andere Settings zur Aufnahme sind natürlich auch möglich. Entweder Jede*r nimmt seine Sprachaufzeichnung selbst mit, um sie danach in einem Text zu verschriftlichen oder aber das Diözesanbüro übernimmt diese Aufgabe. (Da wir in der Bundesgeschäftsstelle nicht die Ressourcen haben, diese Arbeit zu erledigen, bitten wir euch darum, uns nur, wenn es gar nicht anders geht, allein die Sprachaufzeichnungen zukommen zu lassen.)

Videomitschnitt

Gleiches gilt für den Videomitschnitt. Auch hier kann der einzelne junge Mensch zunächst einmal frei medial seine eigene Lebensrealität festhalten.

Schriftform

Hier schreibt jede*r einzelne bzw. diejenigen, die dies tun möchten, ihre Lebensrealität auf. Es kann hier hilfreich sein, wenn man als Beispiel andere Testimonies vorliegen hat. Jedoch ist wichtig, dass es keine feste Form oder keinen festen Umfang für ein Testimony gibt! Von Bedeutung ist nur, dass die wesentlichen Fragen zum Sehen Eingang in das Testimony finden.

Wichtig bei allen Formen ist es, das Einverständnis zum Speichern der Daten von den betroffenen Personen einzuholen; außerdem die Info, in welcher Form (mit oder ohne Namen, Ton- und Bildaufnahmen) wir das Testimony verwenden dürfen. Hierzu gibt es einen Datenschutz- Begleitbogen, der jeweils von der Person selbst ausgefüllt werden muss.

Durch das Sammeln von Testimonies, haben wir die Möglichkeit, anschaulich von diesen Lebensrealitäten zu erzählen, wenn wir für unsere Forderungen eintreten. Die CAJ ist zum Beispiel bei der International Labour Organization (ILO) bekannt dafür, stark und anschaulich für junge Menschen einzutreten – aufgrund der Testimonies!

Infos zu den Testimonies und begleitendes Material findet ihr in unserer Materialsammlung zum Bundeskongress unter: Testimonies sammeln

Checkbox

- Welche Form der Testimonies passt für unsere Teilnehmenden am besten?
- Haben wir genügend Zeit und einen passenden Rahmen für die Testimonies mit eingeplant?
- Haben wir an die Einverständniserklärungen gedacht, um den Datenschutz zu wahren und das Testimony weiter nutzen zu können?
- Wurden die Testimonies an die CAJ Deutschland weitergeleitet?
- Wie stellen wir die Weiterarbeit sicher?

4. Nach dem Bundeskongress



Ende September 2025 ist der Bundeskongress selbst zwar schon rum, aber der damit angestoßene Prozess noch lange nicht zu Ende! Es wurde vielmehr mit dem Beschluss des Bundesaktionsplanes (BAP) gerade einmal der Grundstein für die kommenden vier Jahre unserer CAJ-Arbeit in Deutschland gelegt.

4.1. Der Bundesaktionsplan

Im Bundesaktionsplan werden zunächst einmal die Lebensrealitäten der CAJler*innen zusammengeführt und zusammengefasst. Er bildet das ab, womit wir uns in unserem Alltag als junge Menschen in Deutschland und dieser Welt konfrontiert sehen (= Sehen). Des Weiteren stellt er diesen Lebensrealitäten unsere Überzeugungen und Werte gegenüber und unsere Vision gegenüber (=Urteilen). Mit all diesen Inhalten bildet der Bundesaktionsplan zugleich auch die Dokumentation des Bundeskongresses, denn genau diese Überlegungen sollen vor Ort laufen.

Der Bundesaktionsplan wird voraussichtlich weniger ein detaillierter Plan dessen, was es wann wo wie zu tun gibt. Er fokussiert aber all unsere Aktionen, die folgen werden, auf die wesentlichen Lebensrealitäten, welche wir herausgearbeitet haben. Er bildet den Rahmen für verschiedene Aktionen an verschiedenen Orten, die jedoch durch den Bundesaktionsplan miteinander verbunden sind. Dies führt zu einer Profilschärfung und einer Einheit als CAJ Deutschland.

Neben der nationalen Ebene hat der Bundesaktionsplan als Ergebnis des Bundeskongresses ebenfalls eine wichtige Bedeutung, denn er bildet den Ausgangspunkt dessen, was wir als CAJ Deutschland beim Weltrat 2026 einbringen werden. Unsere Anliegen sollen auch im internationalen Aktionsplan, der dort verabschiedet wird, Raum finden.

5. Austausch, Ideen und Material



Ein wichtiges Hilfsmittel bei der Vorbereitung des Bundeskongresses soll diese Arbeitshilfe darstellen. Darüber hinaus haben wir aber noch weitere Möglichkeiten geschaffen, die euch auf dem Weg zum Bundeskongress unterstützen sollen:

·Gemeinsame Telefonkonferenzen der Ansprechpartner*innen aus den DVs

Ihr habt bereits Ansprechpartner*innen benannt, die vor Ort den Prozess begleiten werden. Vor dem Kongress werden regelmäßig Telefonkonferenzen stattfinden, die der Information und dem Austausch über den aktuellen Stand der Dinge dienen sollen. Eine erste Telefonkonferenz ist für Anfang 2025 angedacht.

Material-Ordner unter Bundeskongress 2025

Damit alle Materialien, die für den Bundeskongress relevant sind, an einem zentralen Ort für alle zugänglich gebündelt werden können, haben wir unter der oben genannten Adresse ein solches Ordnersystem angelegt. Dieser Link wird den kompletten Prozess begleiten und relevante Infos, Ergebnisse und Materialien bereitstellen.

Vorkämpfer*innen-Schulung vom 17.-19.01.2025 in Braunschweig und vom 18.-20.07.2025 in Bayern

Ihr wollt die CAJ, ihre Grundlagen und Methoden kennenlernen oder braucht eine Auffrischung? Dann ist die Vorkämpfer*innen-Schulung der perfekte Ort für euch! Hier lernt ihr etwas über Sehen-Urteilen-Handeln, die ROLWA und warum sich die CAJ überhaupt an Lebensrealitäten orientiert. Da diese Elemente zentral für den Bundeskongress sind, wird beim Wochenende bewusst ein Bezug zur Vorbereitung auf den Bundeskongress hergestellt.

6. Literatur



Im Verlauf dieser Arbeitshilfe wurde an einigen Stellen bereits auf spannende Materialien oder Literatur hingewiesen. An dieser Stelle sind diese nochmals gebündelt aufgeführt und mit weiteren Werken ergänzt:

>>> [sehen], [urteilen], [handeln], [feiern] & [runden arbeit]. Der befreiende Schritt für die Arbeit mit Jugendlichen

und Jungen Erwachsenen. Ein Handbuch für die Praxis. Katholische Jugend Oberösterreich.

2014.

>>> Geschäftsordnung der CAJ Deutschland in der 2017 beschlossenen Version. § 26 (1)

>>> Leitfaden der CAJ (JOCI) für AktivistInnen. Zieh ihn auf! Deutsche Fassung 2013, Originaldokument der internationalen CAJ 2004.

>>> Reflexion des Lebens und der Arbeiteraktion. Grundsatzdokument der internationalen CAJ, beschlossen durch den VII. Weltrat. Deutsche Fassung 2013.

>>> Sehen-Urteilen-Handeln. Ein Praxisleitfaden. Erstellt 2013, überarbeitete Fassung 2019.

>>> Revision des Lebens. Eine Lebensweise. Übungshandbuch zur Methode „Sehen – Urteilen – Handeln. CAJ Deutschland e.V. (Hrsg). 2014.

>>> Internationale Grundsatzklärung. Beschluss vom Weltrat 2005, deutsche Version von 2013.

>>> „Gerechte Arbeit, Gleichberechtigung und ein Leben in Würde für alle jungen Arbeiter*innen.“ Internationaler

Aktionsplan 2017-2020. Interne Version. I-CAJ. 2016.

>>> Reflexion des Lebens und der Arbeiteraktion (RLAA). Oder auch: ROLWA/Révision de vie. Beschluss des Weltrates 2000, Deutsche Fassung von 2013.

>>> Der Bildungsauftrag der CAJ. Beschluss des Weltrates 2000. Deutsche Fassung von 2013.