

## **Bericht über das 4. Qualifizierungsseminar des Förderprogramms „Fast Track“**

**2. Jahrgang GRUPPE A, 27.-28.11.2025, GRUPPE B, 04.-05.12.2025**

### **Selbstwirksam und sichtbar sein – wie gelingt selbstbewusste Teilhabe?**

Das vierte Qualifizierungsseminar für den zweiten Jahrgang des Programms „Fast Track“ bot den Teilnehmenden eine intensive Gelegenheit, ihre bisherigen Erfahrungen zu reflektieren, neue Impulse zum Thema Selbstwirksamkeit zu erhalten und sich auf die abschließende Projektpräsentation vorzubereiten. An zwei Tagen kamen über 40 junge engagierte Ukrainer:innen zusammen, um ihre Erfolge sichtbar zu machen, Herausforderungen zu besprechen und sich gegenseitig zu motivieren.

Zu Beginn stand der Rückblick auf das Fast Track Jahr 2025 im Mittelpunkt: Welche Meilensteine wurden erreicht, welche Erkenntnisse gewonnen? In einer offenen Atmosphäre konnten die Teilnehmenden ihre Fortschritte würdigen und konstruktives Feedback einholen. Die anschließenden Praxisphasen boten Raum für die Vorbereitung von Projektpräsentationen und der nächsten Schritte bei der Projektumsetzung. Auch eine Peer-To-Peer-Beratung in Kleingruppen stärkte den Austausch und die Vernetzung der Teilnehmenden.

Besondere Highlights waren die Impulse von zwei Expert:innen: Oleksii Kysliak und Nataliya Pryhornytska sprachen über selbstbewusste Teilhabe und Sichtbarkeit – ein Thema, das viele bewegt. Als gebürtige Ukrainer:innen inspirierten Oleksii und Nataliya die Teilnehmenden durch Berichte ihrer aktivistischen Erfolge und die nachhaltige Wirkung ihres Engagements. Sie erzählten außerdem, auf welche kleinen und großen Schritte sie besonders stolz waren und wie sich ihre Aktivitäten in Deutschland auf ihr Selbstwirksamkeitsgefühl ausgewirkt haben. Teilnehmende lernten darüber, wie man Partnerschaften bilden und unterschiedliche Akteur:innen involvieren kann sowie über welche Wege sie in Öffentlichkeit und Gesellschaft sichtbar werden können.

Ebenso inspirierend war der Workshop von Alexander Kauschanski, der praxisnah vermittelte, wie man die eigene Geschichte öffentlichkeitswirksam erzählt. Ergänzt durch Inputs zu Public Speaking und Präsentationsaufbau erhielten die Teilnehmenden wertvolle Werkzeuge für ihre Abschlusspräsentationen.

Schwerpunkte des Workshops waren:

Durchgeführt von:

Gefördert durch:

Mit freundlicher Unterstützung:

- Was macht meine Geschichte erzählenswert, warum erzähle ich sie?
- Wie erzählt man fesselnd und wirkungsvoll eine Geschichte?
- Welche Macht/Kraft hat eine Geschichte?
- Wie verändert sich eine Geschichte je nach Kontext oder Perspektive, wer was erzählt und wem? (Je nach Zielgruppe)
- Teilnehmende haben Geschichten erzählen geübt, z.B. darüber, wann sie das letzte mal mutig waren oder was sie in 2025 erlebt und erreicht haben.

Neben intensiver Arbeit kam auch das Miteinander nicht zu kurz: Gemeinsame Abendessen und der Ausflug zur Aussichtsterrasse des Humboldt Forums rundeten die Tage ab und boten Gelegenheit, die entstandenen Netzwerke zu vertiefen. Das Seminar endete mit einer klaren Ausrichtung auf die nächsten Schritte – motiviert, gestärkt und voller Ideen für den Abschluss des Programms in April 2026.

Durchgeführt von:

Gefördert durch:



Die Beauftragte der Bundesregierung  
für Migration, Flüchtlinge und Integration  
Die Beauftragte der Bundesregierung für Antirassismus

Mit freundlicher Unterstützung:

**Ziele:** Alle Teilnehmenden...

- haben ihre Aktivitäten im Jahr 2025, inkl. Arbeit an Projektideen, reflektiert;
- erkennen eigene Erfolge an, erhalten Feedback zum Stand ihrer Projekte und bekommen (Peer)Beratung bei Herausforderungen;
- erweitern ihr Wissen und bekommen praktische Tipps für öffentliche Präsentationen von Expert:innen und üben, wie sie sich und ihre Projekte öffentlich präsentieren können; entwickeln Ideen für ihre abschließende Projektpräsentation und bereiten diese vor (egal wie weit die Fortschritte sind 😊);
- kennen die eigenen nächsten Schritte bis zum Ende des Programms;
- nutzen das Netzwerk mit den anderen Teilnehmenden und unterstützen sich gegenseitig.

Donnerstag, 27.11.2025		Freitag, 28.11.2025	
<b>8:45</b>	Ankommen, Kaffee holen – Wir freuen uns auf euch!	<b>8:45</b>	Ankommen, Kaffee holen – Wir freuen uns auf euch!
<b>09:00</b>	<b>Begrüßung und Programm</b>  Einführung, Programm und Ziele Rückblick Fast Track: Bisherige Reise, Erfolge und Erkenntnisse	<b>09:00</b>	<b>Begrüßung und Programm</b>
		<b>09:05</b>	<b>Workshop mit Alexander Kauschanski:</b> <i>Wie erzähle ich meine Geschichte öffentlichkeitswirksam?</i>
<b>10:30</b>	<b>Kaffeepause</b>  Fortsetzung Rückblick	<b>13:00</b>	<b>Mittagspause</b>  Kurzinput: Aufbau von Abschlusspräsentation  Kurzinput: Public Speaking  Praxisphase
<b>12:30</b>	<b>Mittagspause</b>  Praxisphase mit dem ÖA Team Individuelle Projektreflexion Beratung in Kleingruppen	<b>16:00</b>	<b>Kaffeepause</b>  Evaluation  Abschlussübung  Tagesrückblick, Fragen, Ausblick
<b>15:00</b>	<b>Kaffeepause</b>  Gruppenübung	<b>17:30</b>	<b>Ende des Seminars und gemeinsames Abendessen</b>
<b>17:00</b>	<b>Gespräch mit Oleksii Kysliak:</b> <i>Selbstwirksam und sichtbar sein – wie gelingt selbstbewusste Teilhabe als Ukrainer:in in Deutschland?</i>	<b>19:00</b>	<b>Ausflug auf die Aussichtsterrasse des Humboldt Forums</b>
<b>18:00</b>	<b>Gemeinsames Abendessen</b>		

Durchgeführt von:

Gefördert durch:

Mit freundlicher Unterstützung:

## Donnerstag, 04.12.2025

- 8:45** Ankommen, Kaffee holen –  
Wir freuen uns auf euch!
- 09:00** **Begrüßung und Programm**  
Einführung, Programm und Ziele  
Rückblick Fast Track I: Bisherige Reise,  
Erfolge und Erkenntnisse
- 10:15** **Kaffeepause**  
Fortsetzung Rückblick
- 11:45** **Mittagspause**
- 12:45** **Workshop mit Alexander Kauschanski:**  
*Wie erzähle ich meine Geschichte  
öffentlichkeitswirksam?*
- 16:45** **Kurze Pause**
- 17:00** **Gespräch mit Nataliya Pryhornytska:**  
*Selbstwirksam und sichtbar sein – wie  
gelingt selbstbewusste Teilhabe als  
Ukrainer:in in Deutschland?*
- 18:00** **Gemeinsames Abendessen vor Ort**

## Freitag, 05.12.2025

- 8:45** Ankommen, Kaffee holen –  
Wir freuen uns auf euch!
- 09:00** **Begrüßung und Programm**  
Rückblick Fast Track Teil II:  
Bisherige Reise, Erfolge und Erkenntnisse
- 10:45** **Kaffeepause**  
Fortsetzung Rückblick und Gallery-Walk
- 12:45** **Mittagspause**  
Praxisphase mit dem ÖA Team  
Kurziput: Public Speaking und Aufbau  
von Abschlusspräsentation
- 15:15** **Kaffeepause**  
Praxisphase und Beratung zu  
Abschlusspräsentationen  
Evaluation  
Abschlussübung  
Tagesrückblick, Fragen, Ausblick
- 17:30** **Ende des Seminars und gemeinsames  
Abendessen vor Ort**
- 19:00** **Ausflug auf die Aussichtsterrasse des  
Humboldt Forums**

Durchgeführt von:

Gefördert durch:

Mit freundlicher Unterstützung: