



Ablauf Methode Frau, Leben, Freiheit - Geschichten von Wut und Hoffnung

Abkürzungen:

- KL = Kursleitung
- TN = Teilnehmer*innen

Lernziele der Methode:

- Die TN erleben spielerisch, dass unterschiedliche Ausgangspositionen (Privilegien) die Chancen beeinflussen, etwas zu erreichen.
- Die TN verstehen, dass Benachteiligung oder Privilegierung nicht „normal“, sondern strukturell bedingt sind.
- Die TN lernen die empowernden Geschichten von drei Frauen aus verschiedenen Orten der Welt kennen.
- Die TN lernen, dass Gewalt und Benachteiligung von gegen Frauen, trans Menschen und queere Menschen ein globales Problem sind und dass sich die Menschen in verschiedenen Ländern dafür einsetzen, für ihre Rechte zu kämpfen.
- Die TN verstehen, dass es Regierungen gibt, die die Rechte von Frauen, queeren Menschen und trans Personen einschränken und dadurch für diese Gruppen gefährlich sind.
- Die TN lernen verschiedene Proteste kennen, bei denen für die Rechte von Frauen, queeren Menschen und trans Personen gekämpft wurde. Die Beispiele sollen die TN stärken und ihnen Mut machen, sich für Gleichberechtigung und Gerechtigkeit einzusetzen.
- Die TN lernen weitere Beispiele von kämpferischen Frauen kennen (z. B. Christina Clemm und Clara Zetkin aus Deutschland)
- Die TN verstehen, dass Frauen, queeren Menschen und trans Personen weltweit durch Gesetze, Strukturen und rechte oder autoritäre Regierungen benachteiligt werden und dass sich dieser Mechanismus in mehreren Ländern (z. B. Iran, Brasilien, USA, Deutschland) ähnlich wiederholt.
- Die TN verstehen, was antifeministische Politik bedeutet und verstehen, dass durch das Erstarken der AFD in Deutschland auch wichtige Rechte für Frauen, queere Menschen und trans Personen in Gefahr sind.

Hinweise zu Fallstricke:

- Im Video werden zwei Geschichten von Frauen erzählt, die ermordet wurden. Es geht dabei um Gewalt gegen Frauen, ohne dass Gewalt oder Tod bildlich dargestellt werden. Die KL sollte vorab einschätzen, ob und wie gut die Gruppe über dieses Thema sprechen kann. Wenn Unsicherheiten bestehen, ist es sinnvoll, einzelne TN im Vorfeld anzusprechen und ihnen die Möglichkeit zu geben, sich bewusst für oder gegen



die Teilnahme zu entscheiden. Auch im Video selbst wird auf das Thema hingewiesen, und die TN können sich dort nochmals gegen das Anschauen entscheiden.

- Das Video erzählt Geschichten von Frauen aus Ländern des Globalen Südens. Die Verwendung einfacher Sprache kann dabei unbeabsichtigt stereotype Vorstellungen verstärken. So könnte etwa beim Thema „Favelas“ (in der Geschichte von Marielle Franco) der Eindruck entstehen, dass alle Menschen in Brasilien arm sind und in solchen Vierteln leben. Die KL sollte sich daher vorab mit der Reproduktion von Stereotypen im Globalen Lernen auseinandersetzen und dies bei der Durchführung bewusst reflektieren. Eine hilfreiche Handreichung dazu findet sich hier (ab S. 168): <https://elibrary.utb.de/doi/epdf/10.3278/9783763967063>. Weiterführende Informationen bietet auch dieser Leitfaden: https://www.elina-marmer.com/wp-content/uploads/2015/03/IMAFREDU-Rassismuskritischer-Leitfaden_Web_barrierefrei-NEU.pdf.
- Im Video sind auch kurze Körperübungen aus dem sozial-emotionalen Lernen eingebaut (z. B. Abklopfen oder Ausschütteln). Die KL sollte sich das Video vorher ansehen und einschätzen, ob diese Übungen zur Gruppe passen. Wichtig ist, die TN jeweils zu fragen, ob sie mitmachen möchten. Die Teilnahme sollte immer freiwillig sein; die Übungen können bei Bedarf übersprungen werden.
- Da im Video viele und komplexe Themen in einfacher Sprache vermittelt werden, kann es sinnvoll sein, zwischendurch Pausen zu machen, Inhalte zu wiederholen oder zu besprechen – je nach Konzentrationsfähigkeit und Sprachniveau der TN. Alternativ können die einzelnen Geschichten auch auf mehrere Unterrichtseinheiten aufgeteilt werden.

Zeit	Ziel	Inhalt	Methode	Material
5 min	Die KL bereitet die TN auf die Methode vor.	<p>Die KL sagt: „In den nächsten 90 Minuten sprechen wir über die Rechte von Frauen.“</p> <p>Wir schauen: Welche Rechte haben Frauen in verschiedenen Ländern der Welt. Dafür schauen wir ein Video.</p> <p>Im Video erzählen wir über das Leben von drei starken Frauen. Sie haben für ihre Rechte gekämpft.</p>	<p>Einstieg Die KL führt mit einem kurzen Input in das Thema der nächsten 20 min ein.</p> <p>Hinweis: Die Methode in einfacher Sprache „Demokratie in Gefahr“ vom F3_kollektiv eignet sich besonders gut zur Vorarbeit.</p>	



		<p>Das Thema ist auch für Männer sehr wichtig. Warum?</p> <p>Eine gerechte Gesellschaft braucht Gleichberechtigung von Männern und Frauen. Wenn alle gleich gerecht behandelt werden gibt es weniger Gewalt.</p> <p>Männer können helfen, dass es weniger Gewalt und Ungerechtigkeit gibt. Sie können über die Rechte von Frauen lernen. Sie können Verantwortung übernehmen, dass Frauen gleiche Rechte wie Männer bekommen.</p> <p>Wir sprechen heute viel darüber. Bitte seid respektvoll miteinander.</p> <p>Wir starten mit einem kurzen Spiel.“</p>		
5 min	Die TN erleben spielerisch, dass unterschiedliche Ausgangspositionen (Privilegien) die Chancen beeinflussen, etwas zu erreichen.		<p>Mülleimer-Methode¹ Die TN sitzen oder stehen im Kreis und bekommen jeweils eine kleine Papierkugel. Die KL stellt einen Mülleimer an eine Seite des Kreises. Von ihrem Platz aus versuchen die</p>	<p>Offener Mülleimer/Papierkorb</p> <p>Kleine Kugeln aus zerknülltem Papier</p>

¹ Die Methode stammt von <https://queer-at-school.de/> im Rahmen von <https://methodenpool.queere-bildung.de/>. Vielen Dank für die Erlaubnis, die Methode abzudrucken.



			<p>TN, die Kugel in den Mülleimer zu werfen. Dabei haben einige TN einen kurzen Wurfweg und andere einen längeren.</p> <p>Nachdem alle TN geworfen haben, nehmen sie ihre Papierkugeln wieder an sich.</p> <p>Dann bewegen sich alle TN frei im Raum. Auf ein Signal der KL bleiben sie stehen und die TN versuchen noch einmal, den Mülleimer zu treffen.</p> <p>Hinweis: Wenn sich einzelne TN nicht gut bewegen können, kann stattdessen der Mülleimer von der KL an verschiedene Stellen im Raum gestellt werden.</p>	
10 min	<p>Die TN verstehen, dass Benachteiligung oder Privilegierung nicht „normal“, sondern strukturell bedingt sind.</p>	<p>Leitfragen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wie hat es sich angefühlt, wenn ihr nah am Mülleimer standet? • Wie hat es sich angefühlt, wenn ihr weiter weg vom Mülleimer saßt? • Hatten alle die gleichen Chancen, den Mülleimer zu treffen • Wie fandet ihr die Übung? • Was glaubt ihr, warum wir diese Methode mit euch gemacht haben? • Jetzt schauen wir, was die Situation mit dem 	<p>Auswertung Mülleimer Methode</p> <p>Nach der Übung nehmen alle TN wieder ihren Platz im Kreis ein und die KL wertet die Aktivität gemeinsam mit ihnen anhand der Leitfragen aus.</p> <p>Die KL sollten darauf achten, die TN nicht zu lange darüber raten zu lassen, warum das Spiel gemacht wurde, sondern schnell zur Reflexion übergehen.</p> <p>In der Auswertung wird besprochen, weshalb es manchen TN leichter fiel, den Mülleimer zu treffen (z. B. kürzerer Abstand, privilegiere</p>	



		<p>Mülleimer mit unserem Leben zu tun hat: Erinnert ihr euch an Situationen, in eurem Leben, in denen Menschen schlechtere Chancen hatten (wie wenn sie weit weg vom Mülleimer standen) oder begünstigt wurden (wie wenn sie nah am Mülleimer standen)?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wenn das Thema Geschlechtergerechtigkeit nicht von selbst kommt, fragt die KL: Denkt ihr, dass Frauen in Deutschland weniger Chancen haben werden? Nennt Beispiele! 	<p>Position) und anderen schwerer (z. B. weiterer Abstand, ungleiche Startchancen bzw. Diskriminierung). Da nur der Mülleimer und nicht die TN sich bewegen dürfen, haben die TN keinen Einfluss auf die Veränderung dieser Ausgangsbedingungen – es sei denn, dass Bedingungen geschaffen werden, die es allen ermöglichen, den Mülleimer gut zu treffen. Ein mögliches Beispiel ist, den Mülleimer in die Mitte zu stellen: Dadurch wird der Abstand für alle TN ungefähr gleich.</p>	
10 min	PAUSE			
5 min		<p>Überleitung Bei der Übung mit dem Mülleimer haben wir darüber geredet: Haben Frauen weniger Chancen?</p> <p>Wenn Frauen weniger Chancen haben, dann ist auch manchmal das Gesetz daran schuld. Es gibt wenig Rechte, die Frauen unterstützen.</p> <p>Wir schauen jetzt das Video. Im Video zeigen wir drei starke Frauen. Sie hatten weniger Rechte in ihrem Land. Sie wurden schlecht behandelt.</p>	<p>Die KL startet das Video und informiert die TN, dass das Video immer wieder stoppt und kleine Aufgaben gemacht werden.</p> <p>Bevor das Video beginnt, setzt sie die Methode mit dem Mülleimer in einen Zusammenhang mit den Themen des Videos.</p>	



		<p>Aber: Sie haben gesagt: Das ist nicht gerecht! Und haben für Gerechtigkeit gekämpft. Sie haben anderen Mut gemacht.“</p>		
<p>55 min (mit Schreib- übung)</p>	<p>Die TN lernen die empowernden Geschichten von drei Frauen aus verschiedenen Orten der Welt kennen.</p> <p>Die TN lernen, dass Gewalt und Benachteiligung von gegen Frauen, trans-Menschen und queere Menschen ein globales Problem sind und dass sich die Menschen in verschiedenen Ländern dafür einsetzen, für ihre Rechte zu kämpfen.</p> <p>Die TN verstehen, dass es Regierungen gibt, die die Rechte von Frauen, queeren Menschen und trans Personen einschränken und dadurch für diese Gruppen gefährlich sind.</p>	<p>Übungen aus dem Video</p> <p>[1: Wo liegt Iran] (5 min) Die KL fragt die TN, ob sie wissen, wo Iran liegt, und lässt sie die Position auf der Karte zeigen. Er*Sie löst im Anschluss auf.</p> <p>[2: Video Jin, Jiyān, Azadî] (2:15 min) Die TN schauen sich gemeinsam das Video an. Darin singen und tanzen verschiedene kurdische Frauen. Hier findet die KL Hintergrundwissen zu dem Video.</p> <p>[3: Auswahl Emotionen] (5 -7 min) Die KL bittet die TN sich das Emoji auszuwählen, dass am besten zu ihren Gefühlen nach dem Kennenlernen der Geschichte von Jina Mahsa Amini passt. Sie klickt alle Emojis an, die die TN nennen.</p> <p>[4: Wo liegt Brasilien] (5 min) Die KL fragt die TN, ob sie wissen, wo Brasilien liegt, und lässt sie die Position auf der Karte zeigen. Er*Sie löst im Anschluss auf.</p> <p>[5: Abklopf-Übung]</p>	<p>Interaktives Lernvideo Die KL startet das Video, indem sie das H5P Tool auf der Methodenseite öffnet</p> <p>Das Video ist in Kapitel unterteilt, die die KL direkt ansteuern kann. Es stoppt bei allen interaktiven Aufgaben. Die KL kann sie direkt anklicken.</p> <p>Die KL fragt bei allen Körperübungen, ob die TN Lust haben mitzumachen. Niemand muss mitmachen. Die Übungen sind für alle TN freiwillig.</p> <p>Im Video werden schwere Wörter erklärt und eingeblendet. Die KL kann das Video bei diesen Wörtern anhalten, damit die TN das Wort abschreiben können. So kann die Übung gleichzeitig als Schreibübung genutzt werden.</p>	<p>Video Beamer/Whiteboard</p> <p>M2A_T1 interaktives Lernvideo</p> <p>Lautsprecher</p>



	<p>Die TN lernen verschiedene Proteste kennen, bei denen für die Rechte von Frauen, queeren Menschen und trans-Personen gekämpft wurde. Die Beispiele sollen die TN stärken und ihnen Mut machen, sich für Gleichberechtigung und Gerechtigkeit einzusetzen.</p>	<p>Wenn die TN offen für eine Körperübung sind, können die KL und die TN es den Protagonist*innen im Video gleich tun und sich abklopfen. Diese Übung ist aber optional. Falls die TN kein Interesse haben springt die KL zum nächsten Kapitel.</p> <p>[6. Wo liegt die USA] (5 min) Die KL fragt die TN, ob sie wissen, wo die USA liegt, und lässt sie die Position auf der Karte zeigen. Er*Sie löst im Anschluss auf.</p> <p><i>Hinweis:</i> Ein US-Bundesrichter hat die von Präsident Donald Trump angeordnete Verlegung von Transfrauen in Männergefängnisse vorläufig blockiert, da dies als Verstoß gegen das Verbot von "grausamer und unüblicher Bestrafung" angesehen wird. Der Richter stellte fest, dass das Frauengefängnis für die betroffenen Transfrauen die geeignete Einrichtung sei. Siehe hier</p> <p>[7. Schüttel Übung] Wenn die TN offen für eine Körperübung sind, können die KL und die TN es den Protagonist*innen im Video gleich tun und sich kurz abschütteln. Diese Übung ist aber optional. Falls die TN kein Interesse haben beendet die KL das Video und geht über zur Reflexion.</p>		
--	--	--	--	--



<p>10 min</p>	<p>Die TN lernen weitere Beispiele von kämpferischen Frauen kennen (z. B. Christina Clemm und Clara Zetkin aus Deutschland)</p> <p>Die TN verstehen, dass Frauen, queeren Menschen und trans-Personen weltweit durch Gesetze, Strukturen und rechte oder autoritäre Regierungen benachteiligt werden und dass sich dieser Mechanismus in mehreren Ländern (z. B. Iran, Brasilien, USA, Deutschland) ähnlich wiederholt.</p> <p>Die TN verstehen, was antifeministische Politik bedeutet und verstehen, dass durch das Erstarben der AFD in Deutschland</p>	<p>Leitfragen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Was verbindet die Geschichten der drei Frauen? Was unterscheidet sie? • Kennt ihr noch weitere Geschichten von anderen Frauen, die für ihre Rechte gekämpft haben. • Die Geschichten, die wir gehört haben, waren aus Iran, Brasilien und den USA. Wie ist es in Deutschland? Haben hier Frauen alle Rechte? • Was macht die Politiker*innen in Deutschland? Sagen sie: JA! Alle Frauen sollen die gleichen Rechte haben wie Männer? • Möchte jemand die Rechte von Frauen in Deutschland einschränken? • Was denkt ihr? Wie sieht die Zukunft aus? Werden Frauen mehr Rechte haben und gleich wie Männer behandelt werden? 	<p>Reflexion</p> <p>Nach dem Video leiten die KL die Reflektion mit Hilfe der Leitfragen an. Das Handout unterstützt mit Hintergrundwissen und hilft dabei, die Lernziele zu erreichen. Es empfiehlt sich, es ausgedruckt dabei zu haben.</p>	<p>M2A_M1_Hintergrund²</p>
---------------	--	---	--	---

² Das Dokument kann für die Bedarfe von Gruppen angepasst werden. Dafür kann eine Kopie direkt im Programm Canva (<https://www.canva.com/>) geöffnet werden. Um Canva zu benutzen, können die TM sich einen kostenlosen Account anlegen. Die Verlinkung des Materials führt direkt zur Vorlage.



auch wichtige Rechte für Frauen, queere Menschen und trans-Personen in Gefahr sind.				
---	--	--	--	--



Bildungsmaterialien und Methodenbeschreibungen aus dem Projekt „[Bildung gegen rechte Ideologien – Kämpfe und Strategien aus dem Globalen Süden](#)“ vom [F3_kollektiv](#) sind lizenziert unter einer [Creative Commons Namensnennung – Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International Lizenz](#).