

# In Aktion 2021<sup>+</sup>

## Arbeitshilfe für Gruppen



# Aufstehen





# **Aktionstag der Evangelischen Frauenhilfe im Rheinland „Aufstehen“**

## **Inhaltsverzeichnis**

<b>Vorwort</b>	<b>S. 3</b>
<b>Steh auf! Gott gibt Dir, was Du dazu brauchst!</b> <i>Andacht zu drei biblischen Situationen zum Thema „Aufstehen“</i>	<b>S. 4</b>
<b>Es ist Zeit aufzustehen!</b> <i>Ein Überblicksvortrag zum Thema Zivilcourage, ziviler Ungehorsam und ziviler Widerstand</i>	<b>S. 8</b>
<b>Auf(er)stehen</b> <i>Bibelarbeit zum Thema Aufstehen</i>	<b>S. 16</b>
<b>Lasst uns reden! Über den Umgang mit Stammtischparolen</b> <i>„Bierdeckel-Aktion“ und andere Informationen zum Thema</i>	<b>S. 22</b>
<b>Aktion 1: Frauen stehen auf</b> <i>Kreative Aktionsbeispiele von Frauen aus aller Welt</i>	<b>S. 31</b>
<b>Aktion 2: Farben und Symbole – Ein Quiz</b> <i>Farben, Symbole und Logos von Interessensgruppen, Organisationen oder Aktionsbündnissen</i>	<b>S. 34</b>
<b>Aktion 3: Was bringt uns in Bewegung?</b> <i>Jahres- und Gedenktage, die zum Aufstehen aufrufen</i>	<b>S. 38</b>
<b>Liedvorschläge zum Thema „Aufstehen“</b>	<b>S. 41</b>
<b>Modelltext für einen Gemeindebrief</b>	<b>S. 42</b>
<b>Plakat</b>	<b>S. 43</b>

### **Hinweis:**

Bei Vervielfältigung oder Veröffentlichung unseres Materials ist als Quelle anzugeben:

© Evangelische Frauenhilfe im Rheinland e.V.

## **Impressum**

Herausgeberin: Evangelische Frauenhilfe im Rheinland e.V. (EFHiR)  
Ellesdorfer Straße 52, 53179 Bonn-Bad Godesberg

Telefon (0228) 9541 117, Telefax (0228) 9541 100  
E-Mail: [oeffentlichkeit@frauenhilfe-rheinland.de](mailto:oeffentlichkeit@frauenhilfe-rheinland.de)  
Internet: [www.frauenhilfe-rheinland.de](http://www.frauenhilfe-rheinland.de)

ViSdP: Dagmar Müller (Leitende Pfarrerin)  
Redaktion: Christine Kucharski  
Titelbild-Collage: © Christopher Glanzl/  
[omasgegenrechts.at](http://omasgegenrechts.at); Klimademo © EFHiR;  
© Carola Gietzen/[equalpayday.de](http://equalpayday.de);  
WGT-Seminar © EFHiR; © Elvert Barnes/[wikipedia.org](http://wikipedia.org)  
Gestaltung und Druck: DCM, Meckenheim  
Auflage: 400 Exemplare



## **Vorwort**

### ***In Aktion 2021 – Aufstehen***

***Liebe Leserinnen und Leser,***

die Evangelische Frauenhilfe im Rheinland lädt in diesem Jahr ein, mit dem Thema Aufstehen „in Aktion“ zu gehen.

Wofür stehen wir auf? Was bringt uns in Bewegung? Und was hindert uns, gegen Unrecht, Gewalt und Machtmissbrauch zu protestieren und für eine offene, gerechte und lebenswerte Gesellschaft einzutreten?

Wir wollen den politischen Entwicklungen und der sozialen Dynamik der letzten Jahre, den Stammesparolen und populistischen Reden etwas entgegensetzen. Mit unserer Arbeitshilfe „In Aktion 2021“ wollen wir dazu ermutigen, Position zu beziehen. Es geht um Zivilcourage, Mut und Widerstandskraft. Lassen wir uns in Bewegung bringen durch vielfältige Aktionsbeispiele von Frauen aus aller Welt, die die wichtige Rolle von Frauen in zivilen Protestaktionen bezeugen. Lassen wir uns zum Aufstehen ermutigen durch Vorbilder, wie Mahatma Gandhi, Rosa Parks, Martin Luther King oder auch Dietrich Bonhoeffer, Sophie Scholl und andere Widerstandskämpfer\*innen der NS-Zeit. Und nicht zuletzt finden wir in der Bibel Beispiele von Aufgestandenen, Aufstand und Auferstehung mitten im Leben: Elia, der von Gott die Kraft zum Aufstehen bekommt, die Töchter Zelofhads, die für ihr Recht aufstehen, oder die Frauen am Ostermorgen, die aufstehen und die ersten Auferstehungszeuginnen werden.

Als Christ\*innen stehen wir auf aus der Kraft der Verheißung, die uns trägt. Wir sind dazu aufgefordert, Position zu beziehen und Verantwortung zu übernehmen. „Wir brauchen Menschen mit Rückgrat und Widerstandskraft“ (Margot Käßmann). – Es ist Zeit aufzustehen!

***„In Aktion 2021“***

Die Evangelische Frauenhilfe im Rheinland meldet sich regelmäßig mit aktuellen gesellschaftspolitischen, frauenpolitischen und theologischen Themen zu Wort, um (nicht nur) Frauen zu motivieren, sich zusammen mit anderen für wichtige Themen in Gesellschaft und Kirche einzusetzen. Machen Sie mit! Schaffen Sie Begegnungsmöglichkeiten für Frauen, diskutieren Sie über aktuelle Fragen und Themen, beten und singen Sie miteinander und erfahren Sie eine stärkende Gemeinschaft. (Wir hoffen sehr, dass ab Frühjahr 2021 wieder echte Begegnungen und Treffen möglich sind.)

In diesem Jahr haben wir für Sie wieder umfangreiches Informations- und Vorbereitungsmaterial mit vielfältigen Anregungen und interessanten Gestaltungsideen vorbereitet. Die einzelnen Bausteine können Sie für verschiedene Veranstaltungsformate nutzen: zur Gestaltung eines ganzen Tages oder auch für einen Nachmittag in Ihrer (Frauenhilfe-)Gruppe. Die Einheiten sind je nach Zeitbudget, Veranstaltungsform und Interesse miteinander kombinierbar.

Gehen Sie mit uns „in Aktion“! Lassen Sie sich in Bewegung bringen und zum Aufstehen ermutigen. Viel Freude bei der Umsetzung wünschen Ihnen

***Ihre Leitende Pfarrerin  
Dagmar Müller***

***Ihre Referentinnen  
Christine Kurcharski, Iris Pupak,  
Sabine Richarz, Ulrike Schalenbach***



## ***Steh auf! Gott gibt Dir, was Du dazu brauchst!***

### ***Andacht zu drei biblischen Situationen zum Thema „Aufstehen“***

*Hinweis für die Leiterin:*

*Es ist schöner, wenn die Andacht von mind. zwei Personen gelesen wird, so können die Erzähl- und Auslegungsteile besser wahrgenommen werden, die einzelnen Abschnitte können durch Lieder gerahmt werden.*

#### **Votum**

Im Namen Gottes, Schöpfer alles Lebendigen und Quelle des Lebens, und des Sohnes, Lehrer des Friedens und auferstanden zum ewigen Leben, und der Heiligen Geistkraft, die uns Vertrauen schenkt in die Worte des Lebens.

#### **Auferstehung**

Manchmal stehen wir auf  
Stehen wir zur Auferstehung auf  
Mitten am Tage  
Mit unserem lebendigen Haar  
Mit unserer atmenden Haut.  
Nur das Gewohnte ist um uns.  
Keine Fata Morgana von Palmen  
Mit weidenden Löwen  
Und sanften Wölfen.  
Die Weckuhren hören nicht auf zu ticken  
Ihre Leuchtzeiger löschen nicht aus.  
Und dennoch leicht  
Und dennoch unverwundbar  
Geordnet in geheimnisvolle Ordnung  
Vorweggenommen in ein Haus aus Licht.  
(Marie Luise Kaschnitz)

#### **Liedvorschlag: Wir strecken uns nach dir**

eg 664

(oder: „Da wohnt ein Sehnen tief in uns“, siehe Liedvorschläge)

Jeden Morgen tun wir es – aufstehen! Jeden Morgen beginnen wir einen neuen Tag, stehen wir auf zum Leben, um unsere Wege zu gehen, unsere Aufgaben zu erledigen, um Schweres und Schönes zu tun. Mal geht es flott und freudig, mal fällt es schwer und ist quälend. Das Aufste-

hen sagt uns oft schon, wie wir den Tag erwarten und was uns erwartet. Das Aufstehen am Morgen ist die tägliche Übung für alles Aufstehen, das wir in unserem Leben tun.

Von Aufstehen handeln auch die drei biblischen Momente, die wir heute näher betrachten. Sie berichten von Aufsteh-Momenten, und ihnen ist gemeinsam, dass Menschen, die glauben, dass sie nicht mehr aufstehen können, die Kraft dazu bekommen, es doch zu tun. Wir springen mitten rein in die Geschichten, um etwas über die Quelle der Kraft zu erfahren. Hört gut zu, denn diese Geschichten sind auch unsere Geschichten!

#### **I**

**Elia war am Ende. Es war alles so unglaublich anstrengend gewesen. Der Auftrag, das Bewusstsein, dass alles an ihm hing, die Angst, dass alles schief geht. Er hatte sich Gott ganz zur Verfügung gestellt, er war aber doch auch nur ein Mensch. Und jetzt wollten sie ihm wieder ans Leben. Und er hatte keine Kraft mehr. „Ich kann nicht mehr ich will nicht mehr, ich bin todmüde, es ist mir egal, wenn ich jetzt sterbe!“ Er legt sich unter einen Ginsterstrauch und fällt in einen tiefen, traumlosen Schlaf. Da hört er eine Stimme: „Steh auf und iss!“ Elia kommt hoch, seine Sinne noch ziemlich vernebelt, orientierungslos. Woher kommen Brot und Wasser? Er isst, er weiß nicht, ist das Traum oder Wirklichkeit – dann schläft er wieder ein. Ein zweites Mal weckt ihn eine Stimme auf – es war wohl kein Traum: Steh auf und iss! Und Elia weiß, dass das Brot und das Wasser von Gott kommen. Lebendiges Wasser und Brot des Lebens. Und er kann wieder aufstehen und er kann losgehen, er hat die Kraft bekommen, die er braucht. Es wird ein Weg zu Gott, 40 Tage und**



## **Nächte wandert er, dann begegnet er Gott.** (nach 1. Könige 19, Dagmar Müller)

Gerade Menschen, die sich oft verausgaben, die mit großem Engagement und Erwartungen an sich selbst an ihre Aufgaben gehen, können an einen Punkt kommen, an dem nichts mehr geht. So geht es auch Elia. Es ist genug! Ich will nichts mehr hören und sehen, ich will lieber tot sein! Und er legt sich hin und schläft ein!

Schlaf ist eine wunderbare Schöpfungsidee – im Schlaf regeneriert sich der Körper, im Schlaf werden Eindrücke verarbeitet und so manche Wut und mancher Ärger kühlen ab. Schlaf ist eine Gnade, die uns ermöglicht, für einige Stunden der Wirklichkeit zu entkommen. Guter Schlaf hat heilende Kraft. So macht es auch Elia! Und Gott gibt ihm, was er braucht: erst den tiefen Schlaf, dann auch Brot und Wasser! Brot und Wasser sind die essentiellen Nahrungsmittel für unseren Leib. Gott stellt Elia bereit, was er braucht, um wieder aufzustehen.

Gott stellt für alle bereit, was sie brauchen! Denn zuerst braucht der Mensch ganz elementar Kraft, um aufzustehen. Kennen Sie aus Ihrem Leben eine solche Geschichte? Einen Moment, in dem Sie nicht mehr konnten, aber unerwartet Kraft zum Wieder-Aufstehen bekamen?

Elia bekommt Kraft für einen weiten Marsch zum Gottesberg. Dort begegnet er im sanften Sausen des Windes Gott und klagt ihm noch einmal sein Leid und seine Angst. Und Gott gibt ihm Weisung für einen sicheren Weg. Elia vertraut ohne Wenn und Aber und geht weiter seinen Weg, den Gott ihm weist.

Gott gibt uns Lebenskraft, Gott gibt uns Leibespeise und Seelenruhe. So können wir aufstehen und losgehen, um ihm zu begegnen!

### **Liedvorschlag: Vertraut den neuen Wegen**

eg 395

## **II**

**Eigentlich ist ihm das alles zu viel. Um ihn herum Streit und Durcheinander, er selbst sprachlos und am Boden liegend. Wo war er da nur reingeraten? Was ist**

**hier eigentlich gerade passiert? Ja, es war etwas passiert mit ihm, in ihm, in seinem Kopf, nein, in seinem Herz. Irrendwie war es, als ob jemand die Steine, von denen er gar nicht wusste, dass sie auf ihm lagen, weggenommen hatte. Er atmet tief durch, er fühlt, wie ihm warm wird und wie es im ganzen Körper kribbelt. Er hat unbändige Lust aufzustehen, einfach loszulaufen, aber das geht ja nicht, er ist gelähmt. „Steh auf, nimm dein Bett und geh!“ hört er plötzlich irgendwoher in dem Stimmengewirr. Das kann ja nicht für ihn gemeint sein. Er sieht seine Freunde an. Unglaublich, wie sie ihn über das Dach ins Haus gebracht hatten. Stimmengewirr um ihn herum. Was hatte er gehört: „Deine Sünden sind dir vergeben!“ „Gotteslästerung!“ schrien die anderen. Und dann wieder, nah an seinem Ohr: „Steh auf, nimm dein Bett und geh!“ Er ist gemeint. Echt jetzt? Nein, er war noch nie gemeint, wenn es um was Gutes ging. Nochmal: „Steh auf, deine Sünden sind dir vergeben!“ Und er steht auf! Plötzlich ist da absolute Stille. Sie sehen sich noch einmal an, dann geht er und lässt das Alte hinter sich.** (nach Markus 2, Dagmar Müller)

„Die Heilung des Gelähmten“ ist die Überschrift dieser Geschichte, doch genauso passend wäre „Vier Freunde auf dem Dach!“ oder „Vom Glück der Vergebung!“. Denn dass der Gelähmte wieder aufstehen kann, hat zwei Gründe: 1. Seine vier Freunde haben ihn getragen. Sie haben da, wo die Menschenmasse ein unüberwindbares Hindernis schien, mit Kreativität und Mut und unter Missachtung von Anstandsregeln – denn man steigt ja niemandem aufs Dach – ihren Freund zu Jesus gebracht. Gute Freundinnen und Freunde sind wichtig, wenn man nicht aufstehen kann. Genauso wichtig ist es, eine gute Freundin zu sein.

2. Jesus ermöglicht dem Gelähmten, wieder aufzustehen. Er vergibt ihm seine Sünden. Vergebung ist weltbewegend, Vergebung ändert das, was unveränderlich scheint. Die Last der Schuld kann einen Menschen niederwerfen,



die Seele beschädigen. Um immer wieder aufstehen zu können, wenn der Seelen-Rucksack mit Vorwürfen, schlechtem Gewissen, Groll und Schuldbewusstsein voll ist, ist die Vergebung die einzige wirklich wirksame Medizin. Einem anderen verzeihen, sich selbst vergeben, sich seiner Schuld stellen, Frieden schaffen im eigenen Herzen, sich seines eigenen Anteils bewusstwerden – all das nimmt das Lähmende von uns, macht das Herz leicht – damit kann man wieder aufstehen und fast schon fliegen!

**Liedvorschlag: Nun aufwärts froh den Blick gewandt**

eg 394

(oder: „We are marching in the light of God!“, siehe Liedvorschläge)

**III**

**Sie sitzen zusammen und begreifen noch gar nicht, was gestern passiert ist. Sie sitzen zusammen und wollen nicht mehr aufstehen. Jesus ist tot. Jesus liegt in einem Felsengrab, sie waren dabei, wie der Leichnam dorthin gebracht wurde, sie haben es mit eigenen Augen gesehen – wir er gefoltert wurde, wie er gekreuzigt wurde, wie er starb. Und jetzt sitzen die vier Frauen da, wie betäubt, in ihren tiefsten Grundfesten erschüttert. Er, der ihr Leben verändert hatte, der die Liebe Gottes predigte und selbst Gottes Liebe war, er ist tot! Sie könnten jetzt einfach so sitzen bleiben. Es ist doch eh nichts mehr zu ändern. Sie trauern, singen leise Klagegesänge, weinen zusammen – in der Haltlosigkeit finden sie Halt in dem, was sie immer tun, wenn einer gestorben ist. Und sie tun es gemeinsam. Und dann stehen sie auch gemeinsam auf: Lasst uns zum Grab gehen! Kommt, steht auf – lasst uns gehen! Sie stehen auf, helfen sich dabei gegenseitig, ordnen ihre Kleider und dann gehen sie. Und sie werden gemeinsam die ersten Zeuginnen des neuen Lebens sein, Leben, das den Tod überwindet.** (nach Markus 16, Lukas 23 und 24, Dagmar Müller)

Stellen Sie sich vor, diese Frauen wären nicht aufgestanden! (5 Sekunden Pause)

Es geht um einen weltverändernden Entschluss: Aufstehen und zum Grab gehen.

Es werden uns in dieser Geschichte drei weitere Kraftquellen des Aufstehens offenbart: die Kraft des geteilten Leids, die Kraft der Rituale und die Kraft der Gemeinschaft.

Nicht nur, dass geteiltes Leid halbes Leid ist, es könnte sogar sein, dass aus dem geteilten Leid eine größere Kraft erwächst als aus geteilter Freude. Das hört sich zuerst paradox an, denn Leid schwächt und zermürbt. Aber es wächst in geteiltem Leid eine Lebenskraft, die alle stärken kann. Weltweit gibt es sehr viel intensivere Trauerrituale als wir sie pflegen. Unsere Kultur ist eher von Zurückhaltung geprägt. Dieser außergewöhnliche Moment der Weltgeschichte, in dem die Frauen aus ihrem geteilten Leid heraus die Kraft gewinnen aufzustehen, kann uns ermutigen, das Teilen unseres Leids neu zu lernen.

Die Kraft der Rituale entfaltet sich in den Momenten, in denen wir nicht mehr nachdenken können, was jetzt zu tun ist, in denen uns die Ideen fehlen, was wir jetzt tun können. Die Kraft der Rituale liegt darin, dass sie uns mit einem tiefen Wissen verbinden, das über unseren Alltag hinausweist. Rituale und Symbole verbinden uns generationsübergreifend. Sie begleiten unser Leben in den entscheidenden Momenten und geben Halt. Die trauernden Frauen wissen, was sie tun wollen und können. – Ihre Rituale tragen sie, geben ihnen die Kraft, aufzustehen und ans Grab zu gehen.

Die Kraft der Gemeinschaft ist die dritte Kraftquelle, aus der die Frauen schöpfen. Gemeinsam aufstehen, gemeinsam losgehen – da reicht eine der anderen die Hand, um ihr aufzuhelfen und da wartet die eine auf die andere. Die Kraft des gemeinsamen Aufstehens ist der Kern vieler Geschichten und vieler Ereignisse der Weltgeschichte – nicht immer zum Guten.

Aber hier bedeutet sie den Anfang einer Geschichte, die nun 2000 Jahre lang die Welt



prägt und von der Hoffnung zeugt, dass Aufstehen auch eine Verheißung ist.

Jedes Mal, wenn wir aufstehen, am Morgen nach dem Schlaf, nach einem Tiefschlag des Lebens, nach einer Krankheit, nach einem Misserfolg, aber auch für die Bewahrung der Schöpfung, für unsere Kinder, gegen Diktatoren und Ungerechtigkeit, dann erleben wir die Kraft der Verheißung, die uns trägt und die die Frauen an jenem Morgen, als sie gemeinsam aufgestanden sind, für uns alle als erste erlebt haben: Die Auferstehung zum ewigen Leben! Diese Verheißung gilt auch uns!

**Liedvorschlag: Lasst uns den Weg der Gerechtigkeit gehen**  
eg 675

Aufstehen! Das ist die Lebensbewegung von uns Christinnen. Es fällt den einen leichter und den anderen schwerer, das ist auch eine Frage des Temperaments. Deshalb gibt es auch welche mit der Kraft, andere mit hochzuziehen, und welche, die sich hochziehen lassen. Die Bibel berichtet von vielen solchen Geschichten. Unser Leben berichtet von vielen solchen Geschichten. Die Kraftquellen, um aufzustehen sind vielfältig, mehr als in dieser Andacht beschrieben sind. Fängt man einmal an, darüber nachzudenken, tut sich ein ganzes Fass mit Kraftquellen auf.

Was ist Ihre Leibspeise und was bringt Ihnen Seelenruhe? Wo ist es Zeit zu vergeben und Lasten abzulegen? Welches Ritual gibt Ihnen Kraft, und wo sind die Menschen, die mit Ihnen aufstehen?

Was gibt Ihnen Halt und was macht Sie mutig, Ihre Stimme zu erheben?

„Steh auf! Werde Licht! Denn dein Licht kommt!“ (Jesaja 60, 1) In diesen Worten ist alles zusammengefasst, Ermutigung, Auftrag und Verheißung. Danach dürfen wir leben und handeln in dem Vertrauen auf die eine Kraftquelle, aus der alles kommt.

Amen.



**Liedvorschlag: Erleuchte und bewege uns**  
eg 608

(oder: „Aufstehn, aufeinander zugehn“, siehe Liedvorschläge)

**Votum**

Gott, unser Licht,  
Du bist der Urgrund unseres Lebens,  
Du bist die Kraft, die uns aufrichtet,  
Du bist die Liebe, die uns aufstehen lässt,  
Du bist das Licht, das in Ewigkeit nicht finster wird. Danke!

Du bist unsere Quelle der Kraft,  
gibst uns Leibspeise und Seelenruhe;  
vergibst uns und lässt uns vergeben,  
machst unser Herz wieder leicht.  
Du schenkst uns Gemeinschaft  
und offenbarst Dich in der Tiefe des Lebens.  
Danke!

Hilf uns aufzustehen  
und die Stimme zu erheben  
für die, die am Boden liegen  
und für die ohne Stimme.  
Hilf uns aufzustehen,  
um Worte des Trostes zu teilen  
und Lieder der Auferstehung zu singen.  
Lass uns aufstehen hier und jetzt  
und bei dir einst in Ewigkeit.  
Amen

*Weitere Anregung: Die klare Aufteilung der Andacht eignet sich auch für einen Pilgerweg mit vier Etappen. Miteinander aufzustehen, loszugehen und unterwegs die Fragen der Andacht zu bedenken (evtl. im gemeinsamen schweigenden Gehen), lassen die Thematik sehr „leibhaft“ erfahren.*



## Es ist Zeit aufzustehen!

### Ein Überblicksvortrag zum Thema Zivilcourage, ziviler Ungehorsam und ziviler Widerstand

Zeit	ca. 60 Minuten
Inhalt	Einführungsvortrag über Formen des Aufstehens, über geschichtliche Vorbilder und über die Entwicklung von Protestformen. Das Thema „Frauen und ziviler Protest“ will Mut machen, aktiv zu werden und für gerechte und lebenswerte Strukturen aufzustehen.
Methode	Vortrag, Austausch in Murmelgruppen
Geeignet für	alle Gruppen
Material	Vier große Blätter mit den Stichworten „Zivilcourage“, „Ziviler Ungehorsam“, „Ziviler Widerstand“ und „Demokratische Protestaktionen“; Filzstifte

#### Hinweis für die Leiterin

Der Vortrag wird immer wieder unterbrochen durch Fragen zur Selbstreflexion oder für einen kurzen Austausch in Murmelgruppen.

#### Vortrag

Mit Sorge haben wir im Landesverband der Frauenhilfe die politischen Entwicklungen der letzten Jahre und das Schweigen weiter Teile der Gesellschaft zu diesen Entwicklungen beobachtet. Bis auf wenige Ausnahmen, wie z. B. den „Omas-gegen-Rechts“ oder der „Pro-Europa-Initiative“ gab es kaum Gegenbewegungen zu diesem Ruck nach rechts und der Radikalisierung von Teilen der Gesellschaft, die immer lauter und aggressiver die Abschaffung demokratischer Grundwerte fordern. Und diese Initiativen bringen oft weit

weniger Menschen in Bewegung als die rechten, demokratiefeindlichen Gruppierungen, obwohl die Mehrheit in unserer Gesellschaft gegen diese Entwicklungen und für eine pro-europäische, demokratische Gesellschaft votiert.

In Bewegung bringen – darum geht es. Warum bringen die, die sich für den Erhalt unserer demokratischen Gesellschaft einsetzen, so viel weniger Menschen in Bewegung und auf die Straße als die radikalisierten Minderheiten? Hat es mit einem grundsätzlichen Problem unserer deutschen Geschichte, unserer Erziehung und Sozialisation zu tun? Oder sind wir einfach träge geworden im Laufe der vielen „fetten“ Jahre, in denen ja alles soweit ganz gut zu laufen schien? Ist es eine Folge der Individualisierung und des wachsenden Egoismus in unserer Gesellschaft?



© privat

#### Fragen

- Traue ich mich, mich für meine Anliegen öffentlich einzusetzen?
- Was hindert mich, laut und deutlich zu einem Thema Stellung zu beziehen?
- Was würde mir helfen dies zu tun?

Bei unserem Thema „Aufstehen“ soll es darum gehen, was Menschen aufstehen lässt gegen Un-



recht, Gewalt und Machtmissbrauch und was sie in Bewegung bringt für eine offene, gerechte Gesellschaft und eine heile Mitwelt.

Wir wollen aufzeigen, welche Formen von Aufstehen es gibt, welche Vorbilder wir in der Geschichte und in anderen Teilen der Welt finden, wie sich die Protestformen in den letzten Jahren verändert haben und welche Rolle Frauen im zivilen Protest spielen. Aber es geht auch darum genau hinzuschauen! Es geht um Abgrenzungen, um das, was kein Aufstehen ist, auch wenn es die Formen des zivilen Protestes nutzt. Und natürlich geht es auch darum, Mut zu machen zum Aufstehen, zum Aktivwerden gegen Unrecht und für eine lebenswerte Gesellschaft und Mitwelt.

Aufstehen ist das Gegenteil von Sitzenbleiben oder etwas aussitzen in der Hoffnung, dass es dann schon irgendwie vorübergeht. ‚Aufstehen‘ ist eine innere Haltung, die dafür sorgt, dass man nicht alles klaglos hinnimmt, sondern sich dem Zerstörerischen entgegenstellt, sowohl im gesellschaftlichen als auch im persönlichen Umfeld. Aufstehen hat zwei Richtungen: die eine betrifft das persönliche Leben, die andere das gesellschaftliche. Doch egal ob es sich um eine persönliche Enttäuschung, handelt oder um gesellschaftliche Missstände, ich habe immer zwei Optionen: Ich kann in dem, was ist, verharren oder ich kann aufstehen.

### **Fragen**

- Wofür stehen Sie auf? Wofür machen Sie sich stark?
- Wie gehen Sie dabei mit Misserfolgen um?
- Was hilft Ihnen, den Mut nicht zu verlieren?

### **Von Mut, Courage und Ungehorsam – eine Begriffsklärung**

Aufstehen, nicht schweigend stillhalten, sondern sich aktiv für eine lebenswerte Gesellschaft einsetzen, kann in vielerlei Form geschehen. Und so gibt es auch mehrere Begriffe, die unterschiedliche Aspekte des Phänomens beschreiben und sich teilweise überschneiden.

**Zivilcourage** (wörtlich ‚Bürgermut‘) beschreibt ein Verhalten, bei dem Menschen sich für andere Menschen, für gesellschaftliche Gruppen oder für sich selbst einsetzen.

„Ohne den zivilen Mut einzelner Bürger gehen freiheitliche Institutionen zugrunde oder werden wertlos.“ (Iring Fetscher, Politikwissenschaftler)

Der Duden beschreibt Zivilcourage als den „Mut, überall unerschrocken seine Meinung zu vertreten“. Zivilcourage ist der Mut, den es braucht, um sich für die eigenen oder die Rechte eines anderen, einer Gruppe oder gegen gesellschaftliche Missstände einzusetzen. Von Mut ist die Rede, weil die Person, die Zivilcourage übt, durch ihren Einsatz selbst in Schwierigkeiten geraten kann.

„Wir können nicht genug davon haben an Bürgersinn und Zivilcourage, damit Gewalt und Vorurteile nicht im Schatten von Gleichgültigkeit und dem Gefühl wachsen können: Das geht mich nichts an. (...) Wir brauchen eine neue Bürgerbewegung für ein friedliches Miteinander in unserem Land.“ (Johannes Rau)

Das gebräuchlichste Mittel, um sich aktiv gegen (vermeintliche) Missstände einzusetzen, ist die **Demonstration**. 2011 wählte das ‚Time-Magazin‘ den ‚Demonstranten‘ zur Person des Jahres. Demonstrationen sind eine gute Möglichkeit auch für Minderheiten, ihren Themen Gehör zu verschaffen. Das Recht zu demonstrieren gehört in demokratischen Gesellschaften zu den Grundrechten und ist eine Form bürgerlicher Beteiligung am gesellschaftlichen Prozess.

Unter **zivilem Ungehorsam** fasst man alle Protestformen zusammen, bei denen bewusst ein Gesetz übertreten wird, um auf eine Unrechtsituation aufmerksam zu machen. Ziel ist es, die Gesellschaft und die Politik durch den zivilen Ungehorsam zum Umdenken zu bewegen, damit dieser Missstand behoben wird. Eine Person, die zivilen Ungehorsam leistet, tut dies aus Gewissensgründen, um Bürger- und Menschenrechte durchzusetzen und nicht, um sich persönliche Vorteile zu verschaffen. Das Recht dazu leitet sie von ihrem Gewissen ab, das einem höheren Recht als der normativen Rechtsprechung verpflichtet ist, wie z. B. einem höheren, göttlichen Recht, einem Vernunft- oder Naturrecht. Der oder die Protestierende nimmt dabei in Kauf, für die Gesetzesübertretung nach geltendem Recht verurteilt zu werden.



Henry David Thoreau, der Erfinder des Begriffes „Ziviler Ungehorsam“, hat selbst ein gutes Beispiel gegeben, wie ziviler Ungehorsam in einer demokratischen Gesellschaft geleistet werden kann. Thoreau war amerikanischer Staatsbürger und lebte im 19. Jahrhundert. Aus Protest gegen den Sklavenhandel und Amerikas Krieg gegen Mexiko (1846-48) weigerte sich Thoreau Steuern zu zahlen und kam dafür ins Gefängnis. Als Reaktion verfasste er sein Essay „Über die Pflicht zum Ungehorsam gegen den Staat“.

Während ziviler Ungehorsam auf die Veränderung einzelner Missstände in einer Gesellschaft abzielt, ohne das politische System als Ganzes abschaffen zu wollen, verfolgt der **zivile Widerstand** die Abschaffung eines politischen Systems, wie z.B. einer Diktatur oder einer Besatzungsmacht, weil es ungerecht und menschenverachtend ist. Beim Thema ziviler Widerstand fällt uns in der Regel zuerst der Widerstand während der NS-Zeit ein. Er ist mit Namen verbunden wie Sophie und Hans Scholl, Dietrich Bonhoeffer oder Gruppierungen wie dem „Kreisauer Kreis“ und der „Roten Kapelle“. Gleichzeitig macht diese Aufzählung deutlich, wie unterschiedlich die Motive waren, die zum Widerstand führten, aber auch wie unterschiedlich die Vorstellungen waren, welche Mittel und Maßnahmen im zivilen Widerstand erlaubt sind und welche nicht. So gab es zwischen den Protagonisten des Widerstandes heftige Diskussionen, ob zur Beendigung einer brutalen Diktatur auch Gewalt ein Mittel sein könnte oder eben nicht.

„Widerstand in der Diktatur ist eine Tat oder Unterlassung bei vollem Einsatz des eigenen Lebens“. Dieser Satz von Dr. Axel Smend, dem Sohn des hingerichteten Widerstandskämpfers Günther Smend, zeigt einen der wichtigsten Unterschiede zwischen den zivilen Protestformen in einer Demokratie und in einer Diktatur. Denn widerständig sein in einer Diktatur hat zumeist weitreichende Folgen, nicht nur für die Widerständigen, sondern auch für die Menschen in ihrem Umfeld, ihre Familien und Freunde. So wurden die Familien der Widerstandskämpfer des 20. Juli als Veräter\*innen geächtet. Vielen wurden ihre Kinder weggenommen und unter falschem Namen in ein NS-Kinderheim gesperrt.

Die Übergänge zwischen den Protestformen Demonstration, ziviler Ungehorsam und ziviler Widerstand sind fließend und von der Gesellschaftsform abhängig, in der sie begangen werden. So gehört das Demonstrationsrecht in der Bundesrepublik zu den im Grundgesetz verankerten Rechten. Wer also in unserem Land an einer Demonstration teilnimmt, begeht keinen zivilen Ungehorsam. Ganz anders ist z.B. die Situation in Belarus, wo seit der letzten Wahl Tausende Menschen an jedem Wochenende auf die Straße gehen, um gegen die Fälschung der Wahlergebnisse zu protestieren. Dabei nehmen sie in Kauf, für den Kampf um ihre Rechte verhaftet und ins Gefängnis geworfen zu werden.

Auch in unserem Land kann eine Demonstration zugleich ein Akt zivilen Ungehorsams sein, z.B. wenn sich Atomkraftgegner\*innen bei ihrer Demonstration an Bahnschienen ketten, um einen Castortransport zu verhindern.

Typische Formen und Methoden des zivilen Protestes sind Demonstrationen, Menschenketten, Blockaden bzw. Sitzblockaden mit und ohne Anketten, Streiks, der Boykott bestimmter Waren oder Dienstleistungen, Steuerverweigerung, Protestcamps und das Kirchenasyl. Deutlich abzugrenzen von allen Formen zivilrechtlichen Engagements sind Handlungen, die den individuellen, politischen oder ökonomischen Interessen Einzelner oder einer kleinen gesellschaftlichen Gruppe dienen oder die Privilegien von Teilen der Gesellschaft gegenüber anderen Teilen schützen sollen. In diesem Sinne sind die Demonstrationen von Anhängern der AfD, Pegida oder der Querdenkerbewegung kein ziviler Ungehorsam oder Widerstand.

### **Aufgabe**

- Sammeln Sie auf vier verschiedenen Blättern Beispiele für Zivilcourage, zivilen Ungehorsam, zivilen Widerstand und demokratische Protestaktionen.

### **Fragen**

- Gibt es Überschneidungen?
- Würden Sie selbst an einer Aktion des zivilen Ungehorsams teilnehmen?
- Was müsste geschehen, damit Sie das tun?

### **Geschichte im Überblick**

Zivilcourage, Demonstrationen oder ziviler Ungehorsam sind keine Phänomene der Neuzeit. Lange vor den ersten Versuchen, diese Begriffe genauer zu definieren, sind Menschen gegen Unrecht, Unterdrückung und Machtmissbrauch aufgestanden.

Eines der frühesten Beispiele von Zivilcourage findet sich in der **Bibel**. Im ersten Kapitel des Buches Exodus wird berichtet, wie zwei hebräische Hebammen sich weigerten, den Befehl des Pharaos auszuführen und alle männlichen Neugeborenen ihres Volkes umzubringen.

Die Bibel ist voller Geschichten über Menschen, die gegen die Meinung der Herrschenden und der Mehrheit aufgestanden sind, um der Gerechtigkeit im Namen Gottes Gehör zu verschaffen. Propheten wie Elia, Jeremia oder Amos haben öffentlich gegen Unrecht, Machtmissbrauch und Gottlosigkeit gepredigt und dabei ihr Leben riskiert. Von Anfang an waren viele Frauen unter den Widerständigen. (*Einige Beispiele finden Sie im Kapitel Bibelarbeit*) Sie alle wussten nicht, wie ihr mutiges Eintreten für eine gerechte Sache enden würde. Denn das ist die Crux bei der Zivilcourage, man weiß vorher nie, was sie einen kosten wird.

Auch in der **Antike** finden sich etliche Beispiele für Zivilcourage und zivilen Ungehorsam. Eines der originellsten Beispiele ist die Komödie *Lystrata* aus dem Jahr 411 v. Chr. In ihr beschreibt der Dichter Aristophanes die erste Sitzblockade der Weltgeschichte. Die Athener Frauen blockierten den Zugang zur Schatzkammer der Stadt, um den Männern die finanzielle Grundlage ihres Krieges mit den Spartanern zu entziehen. Um dem Protest Nachdruck zu verleihen, verweigerten sie ihren Männern gleichzeitig den Beischlaf.

In einem Beispiel aus der Geschichte des **Römischen Reiches** wird berichtet, wie sich die römischen Frauen gegen eine Kleidersteuer, die einseitig nur auf ihre Kleidung erhoben wurde, wehrten, indem sie die Büros der Volkstribune besetzten. Sie erreichten die Aufhebung des Gesetzes. Dieser Erfolg läutete eine Entwicklung ein, die den Frauen Roms zunehmend mehr staatsbürgerliche Rechte einräumte.

Überhaupt sind es häufig Frauen, die durch einen Akt des zivilen Ungehorsams auf Ungerechtigkeiten aufmerksam machen. Der Rechtsphilosoph David Daube ist der Meinung, dass es kein Zufall sei, dass in der Antike mehr Frauen als Männer zivilen Ungehorsam leisteten. Frauen hatten in weiten Teilen der Welt keinen legalen politischen Zugang zur Macht. Ziviler Ungehorsam war ihre einzige Möglichkeit, für ihre Interessen einzustehen.

Im **Mittelalter** waren es zumeist Hunger und Enteignungen, die die Menschen auf die Straße trieben. Dabei weiteten sich diese Proteste oft zu Revolten aus und endeten blutig.

In der **Neuzeit** kam es in Europa zunehmend zu Aufständen der Spinner\*innen und Weber\*innen, die durch die Industrialisierung ihre Arbeit verloren. Häufig endeten diese Proteste in Gewalt und Zerstörung der Maschinen, weil ihre friedlichen Proteste von staatlicher Seite mit Gewalt niedergeschlagen wurden und ihre berechtigten Anliegen kein Gehör fanden.



Die Weber 1897 © Emil Orlik

Die Zeit der **Industrialisierung** war geprägt durch eine zunehmende Organisation der Arbeiterproteste gegen die Vorenthaltung politischer Rechte und Ausbeutung. Die Frauenbewegung entstand und kämpfte um das Frauenwahlrecht, um gleiche Bildungschancen und staatsbürgerliche Rechte für Frauen.

In anderen Teilen der Welt formierte sich der Widerstand gegen Sklaverei und Kolonialismus. Einer der bekanntesten Proteste ist der friedliche Widerstand **Mahatma Gandhis** gegen die koloniale Unterdrückung Indiens durch Großbritannien.

en. Er begann mit dem Salzmarsch Gandhis und seiner Anhänger im Jahr 1930, an dessen Ende Gandhi eine Handvoll Meersalz aufhob. Mit dieser symbolischen Geste brach er das Salzmonopol der britischen Besatzungsmacht. Dies führte zu einem landesweiten, friedlichen Protest. Tausende Inder\*innen brachen durch die Gewinnung und den steuerfreien Verkauf von Salz die britischen Salzgesetze. Zeitweise saßen deshalb bis zu 50.000 Menschen im Gefängnis. Die Bereitschaft, für die eigene Überzeugung Nachteile auf sich zu nehmen und zu leiden, ist ein Kennzeichen



Gandhi Salzmarsch

der Protestbewegung Mahatma Gandhis, das von späteren Protestbewegungen, wie z.B. der Bürgerrechtsbewegung Martin Luther Kings, übernommen wurde. Durch dieses Verhalten soll die moralische Verwerflichkeit des Unrechts öffentlich sichtbar gemacht werden. Der Gegner soll bekehrt, nicht bezwungen werden.

Neben den Aktionen der bekannten Widerstandsgruppen kam es in der Zeit des sogenannten **Dritten Reichs** zu weiteren unterschiedlichen Formen zivilen Ungehorsams. Ein beeindruckendes Beispiel für Zivilcourage ist der Protest der Frauen in der Berliner Rosenstraße. 1943 hatte die Berliner Gestapo Juden, die mit nichtjüdischen Frauen verheiratet waren, verhaftet und in einem provisorischen Gefängnis in der Berliner Rosenstraße interniert, bevor sie in die Gaskammern nach Auschwitz weitertransportiert werden sollten. Daraufhin versammelten sich ca. 600 Frauen mit ihren Kindern vor dem Gefängnis und forderten lautstark die Freilassung ihrer Angehörigen. Versuche, sie auseinanderzutreiben, misslangen. Der Protest dauerte etwa eine Woche, dann lenkte die Leitstelle der Gestapo ein und ließ die Gefangenen frei.

### ***Demonstrationskultur seit der Nachkriegszeit***

#### ***Fragen***

- Haben Sie schon mal an einer Demonstration teilgenommen?
- Wann war das und zu welchem Thema?
- Falls nicht: warum nicht?

War es in den 1950er und 1960er Jahren noch eine überschaubare Zahl von Bürgern, vorwiegend Studierende und politisch Linksorientierte, die für ihre Anliegen auf die Straße gingen, so nahm die Bereitschaft öffentlich zu demonstrieren in den folgenden Jahren ständig zu. Einen ersten Höhepunkt erlebte die neue Demonstrationskultur Ende der 1970er, Anfang der 1980er Jahre, als Hunderttausende gegen die Stationierung von Mittelstreckenraketen in Europa auf die Straße gingen. Nachdem die Zahl der Demonstrationen und der Demonstrationsteilnehmer\*innen in den 1980er bis Anfang der 2000er Jahre ständig zugenommen hatte, sah es eine Zeit lang so aus, als wäre die Zeit der großen Demonstrationen vorbei. Seit einigen Jahren gehen jedoch wieder deutlich mehr Menschen auf die Straße. Die bisher größte Demonstration in der Bundesrepublik fand 2003 in Berlin statt. Über eine halbe Million Menschen demonstrierten gegen den Irakkrieg. 2018 demonstrierten rund 240.000 Menschen unter dem Motto #unteilbar in Berlin für eine offene Gesellschaft. Nicht nur in Berlin, in allen größeren deutschen Städten gehen mittlerweile wieder deutlich mehr Menschen für ihre Themen auf die Straße. Keinen geringen Anteil hat daran sicher



die Bewegung „Fridays-for-Future“, die jeden Freitag Zehntausende Menschen, nicht nur Schüler\*innen, auf die Straße bringt. Fast ein Drittel der wahlberechtigten

Deutschen hat in den letzten Jahren an einer Demonstration teilgenommen. Dabei haben sich auch die Demonstrierenden verändert. Es sind nicht mehr nur Gruppen, die von der Mehrheitsgesellschaft als (extremistische) Randgruppen wahrgenommen werden, die heute für ihre Anliegen auf die Straße gehen. Demonstrationen und Formen des zivilen Ungehorsams wie Sitzblockaden, Menschenketten oder Boykotte sind in der Mitte der Gesellschaft angekommen.

In den 1960ern gingen Menschen vor allem für mehr Demokratie auf die Straße, ab Mitte der 1970er war es das Thema Frieden, das Menschen dazu bewegte öffentlich zu protestieren. In den letzten Jahrzehnten sind Themen wie Umweltschutz, Globalisierung und Migration hinzugekommen.



Der Protest findet jedoch nicht nur auf der Straße statt. Auch Petitionen an den Bundestag und die Gründung von Bürgerinitiativen sind wirksame Mittel, sich für ein Anliegen einzusetzen. Jährlich werden ca. 24.000 Petitionen beim Bundestag eingereicht. Von der Rettung seltener Kröten bis zum Bau einer Umgehungsstraße gibt es mittlerweile kaum ein Thema, für das sich nicht eine Bürgerinitiative einsetzt.

### **Missbrauch des Demonstrationsrechts**

Leider entdecken auch immer mehr Lobbyverbände, dass sie das Demonstrationsrecht für die Durchsetzung ihrer Interessen einsetzen können. So hat z.B. die Deutsche Bahn Demonstrationen, die sich für die Durchführung des Projektes „Stuttgart 21“ einsetzten, mitfinanziert. Beim Bau von Umgehungsstraßen bekommen Bürgerinitiativen zum Teil direkte Unterstützung von der „Gesellschaft zur Förderung umweltgerechter Straßen- und Verkehrsplanung“ (GSV), einem Lobbyverein der Straßenbauwirtschaft, denn der Bau neuer Straßen ist ein lukratives Geschäft. Unter dem Siegel der Gemeinnützigkeit unterstützt die GSV Bürgerinitiativen durch professionelle Berater\*innen, ihren Protest medienwirksam zu organisieren.

Seit 2010 macht der Begriff „Wutbürger“ in den Medien die Runde und wurde immer wieder von Journalistinnen und Journalisten dazu benutzt, um eine Gruppe von Demonstrant\*innen als renitent, egoistisch und spießbürgerlich zu beschreiben (wikipedia). Vor allem in Zusammenhang mit den Demonstrationen gegen „Stuttgart 21“ kam der Begriff zum Einsatz. Eine solche Etikettierung verunglimpft Menschen, die ihr demokratisches Recht auf freie Meinungsäußerung durch Demonstrationen wahrnehmen.

### **Globalisierung und Digitalisierung**

In einer globalen Welt wird auch der Protest zunehmend global, wie man an den neuen Protestbewegungen wie „Fridays-for-Future“, „Attac“ oder „Occupy“ sehen kann (Erklärung siehe unten, Neuere Protestbewegungen).

Und noch etwas ist neu und verändert die Form und Geschwindigkeit moderner Protestaktionen rasant: das Internet. Es gibt Petitionen und Unterschriftenaktionen, an denen man sich durch

seine Unterschrift beteiligen kann, oder kleine gezielte Demonstrationen, Sit-ins oder Flashmobs, zu denen sich über das Internet verabredet wird. Dabei hat sich auch die Art, wie demonstriert wird, verändert. Demonstrationen sind heute bunter, fröhlicher und kreativer als noch vor einigen Jahren. Dabei gibt es immer mehr Netzwerke, die sich nicht nur für ein Thema einsetzen, sondern globale Vernetzungsplattformen, wie z.B. „Avaaz“ oder „Campact“, die die unterschiedlichsten Aktionen anstoßen und koordinieren. Ihr Ziel ist es, „Bürgerinnen und Bürger auf der ganzen Welt zu mobilisieren, um gemeinsam die Lücke zwischen der Welt, die wir haben, und der Welt, die wir uns wünschen zu schließen“ (Webseite von Avaaz).

### **Mutbürgerinnen – Frauen und ziviler Protest**

Es war eine Frau, die durch ihr Handeln den friedlichen Protest gegen die Rassegesetze in den USA auslöste. Am 1. Dezember 1955 weigerte sich Rosa Parks, ihren Sitzplatz in einem Bus für einen Weißen freizumachen, und wurde deshalb verhaftet. Daraufhin startete der ‚Womens Political Council‘ einen Boykott aller öffentlichen Busse durch die afroamerikanische Bevölkerung. Nach 381 Tagen beständigen Protestes bestätigte der oberste Gerichtshof ein Urteil des Bundesbezirksgerichts, wonach die Rassentrennung in Schulen und öffentlichen Verkehrsmitteln verfassungswidrig ist. Der Boykott endete. Dieser Protest verhalf der amerikanischen Bürgerrechtsbewegung zum Durchbruch.



Rosa Parks

Rein statistisch nehmen in Deutschland etwas weniger Frauen als Männer an Demonstrationen teil. Allerdings gab und gibt es Themen, für die Frauen regelmäßig auf die Straße gehen. Am Weltfrauentag (8. März) demonstrieren jedes Jahr Frauen in Deutschland und weltweit für ihre Rechte, für Gerechtigkeit und gegen Gewalt. Seit 2012 findet am 14. Februar die Aktion „One Billion Rising“ statt, die an die eine Milliarde Frauen erinnern soll, die in ihrem Leben Opfer von Gewalt werden. Dabei



© SA 2.0

protestieren Frauen auf der ganzen Welt, indem sie tanzen. Jedes Jahr machen Frauen durch gezielte Aktionen am „Equal Pay Day“ auf die Lohnunterschiede zwischen Männern und Frauen aufmerksam, die bis heute bestehen. Dass solche Proteste immer mehr Beachtung erhalten, wird an der Berichterstattung zum Tag ‚Nein zu Gewalt an Frauen‘ deutlich. Vor wenigen Jahren war der 25. November den Medien nur eine kurze Rand-



notiz wert. Seit die Aktion zum „Orange Day“ ausgeweitet wurde, erhält sie zunehmend mehr Aufmerksamkeit. 2020 wurde in den Hauptnachrichten aller Sender über

die Gewalterfahrungen von Frauen berichtet, und in vielen Städten wurden die öffentlichen Gebäude und Kirchen orange angestrahlt.

Aber Frauen engagieren sich nicht nur für sogenannte Frauenthemen. Weltweit gehen Frauen für die unterschiedlichsten Themen auf die Straße und machen auf Ungerechtigkeit und politische Unterdrückung aufmerksam, wie das aktuelle Beispiel aus Belarus zeigt. Jeden Samstag protestieren hier Frauen mit ihrem „Marsch der Solidarität“ gegen die Wahlfälschung durch Machthaber Lukaschenko. In vielen Ländern kämpfen Frauen auf unterschiedlichste Art, nicht nur mit Demonstrationen, gegen Misshandlung, Unterdrückung und Ermordung von Frauen und nehmen für ihren Einsatz selbst Gewalt und Gefängnis in Kauf. (Weitere Informationen im Kapitel „Frauen stehen auf“)

### **Keine Toleranz gegen Intoleranz**

Toleranz ist ein hohes Gut demokratischer Gesellschaften. Ohne Toleranz gegen Andersdenkende

ist das Zusammenleben unterschiedlicher gesellschaftlicher, politischer, kultureller und ethnischer Gruppen in einem Staat nicht denkbar.

Versammlungsfreiheit und Demonstrationsrecht sind wichtige Instrumente zur Erhaltung und Verbesserung der demokratischen Gesellschaft.

Allerdings haben mittlerweile auch gesellschaftliche Gruppierungen diese Möglichkeiten der Einflussnahme für sich entdeckt, deren Ziele nicht dem rechtsstaatlichen Anspruch der Gleichheit aller Bürger\*innen entsprechen, ja die mit Hilfe demokratischer Mittel die Demokratie abschaffen wollen. Hier ist der demokratische Staat gefordert, solche Bestrebungen zu verhindern bzw. sind wir als Bürger\*innen gefragt, solchen antidemokratischen und rassistischen Bewegungen entgegenzutreten und den Staat an seine Pflicht zu erinnern, den Schutz demokratischer Werte und der Menschenrechte. Hier gilt: Null Toleranz der Intoleranz!

Viele Menschen glauben, den rechten Protestmärschen sollte man am besten durch Nichtbeachtung begegnen, um ihnen so die öffentliche Aufmerksamkeit zu entziehen. Doch dieses Verhalten ist keine Option im Umgang mit Menschen, die demokratische Mittel nutzen, um die Demokratie abzuschaffen. Dies müsste allen Bundesbürger\*innen durch leidvolle Erfahrungen aus der Geschichte bewusst sein. Trotz der Gefahr, unnötige Aufmerksamkeit auf solche Gruppierungen zu lenken, muss ihnen laut und deutlich widersprochen werden, um ihnen die Möglichkeit zu nehmen, Macht und Einfluss zu gewinnen.

### **„Das bringt doch eh nichts“**

Immer wieder hört man in Diskussionen zur Teilnahme an Protesten diesen Satz. Einmal davon abgesehen, dass schon die Möglichkeit, eine Meinung wie diese öffentlich äußern zu können, das beste Gegenbeispiel für diese Behauptung ist, gibt es eine Vielzahl von Beispielen, die belegen, wie wirksam Protestaktionen sein können. Seit über dreißig Jahren leben wir in einem wiedervereinigten Deutschland. Dass dies möglich, wurde verdanken wir vor allem den Montagsdemonstrationen in der DDR im Jahr 1989. Ein anders Beispiel ist der Erfolg der Anti-Atomkraft-Demonstrationen 2011. Lange Zeit war von Seiten der Politik ein Ausstieg aus der Atomenergie nicht denkbar. Die

massiven Proteste nach dem Unfall in Fukushima führten zu einem Wechsel in der Politik. Wer also behauptet, dass Demonstrationen und andere Aktionsformen für eine bessere Gesellschaft nichts bringen, ist leicht zu widerlegen.

### Fragen

- Welche Argumente begegnen Ihnen in Ihrem Bekanntenkreis gegen die Teilnahme an Protestaktionen?
- Welche menschenverachtenden und diskriminierenden Sprüche sind Ihnen schon begegnet?
- Haben Sie einen guten Spruch / ein gutes Argument, um sich gegen solche Aussagen zu wehren? (siehe auch Kapitel „Umgang mit Stammtischparolen“)

### Abschluss und Ausblick

„Hinfallen – Aufstehen – Krönchen richten – Weitergehen!“ Unterschiedlich gestaltete Postkarten



mit diesem Spruch machten vor einigen Jahren die Runde und riefen gerne mal ein Schmunzeln auf das Gesicht der so Beschenkten. Eine Ermutigung

von Freundin zu Freundin, nicht aufzugeben, wenn etwas schief gegangen ist im Leben, sondern sich aufzurappeln und es erneut zu versuchen. Dieser Spruch macht noch eine andere Seite deutlich, die sich in dem Begriff „Aufstehen“ verbirgt: Wer aufsteht, kann hinfallen, das gehört dazu. Umso wichtiger ist es dann, nicht liegenzubleiben, nicht aufzugeben, sich nicht enttäuscht zurückziehen und das Feld „den anderen“ zu überlassen. Und ganz

wichtig: Krönchen richten! Das bedeutet sich den eigenen Wert und die eigene Würde bewusst zu machen. Beides ist unabhängig vom Erfolg! Mein Engagement und ich sind wertvoll, und sie sind es wert, dass ich mich weiterhin dafür einsetze.

„Niemand hat das Recht zu gehorchen“ diese Zitate von Hanna Arendt macht deutlich, dass es nicht nur ein Recht, sondern auch eine Pflicht zum Aufstehen gibt.

Der Protest gegen die Diskriminierung und Ungleichbehandlung einzelner und ganzer ethnischer Gruppen ist für uns Christinnen Verpflichtung und Ausdruck unseres christlichen Glaubens. 2017 haben wir in der Frauenhilfe unsere Aktion „Mut\*Mensch“ gestartet. Damit wollten wir ein Zeichen setzen gegen alle Versuche, den berechtigten Protest und den Einsatz für eine lebenswerte Gesellschaft mit dem Etikett „Gutmensch“ lächerlich und damit mundtot zu machen. Der Einsatz gegen die Zerstörung unserer Mitwelt und gegen jede Form struktureller Gewalt und Unterdrückung, egal ob sie von Konzernen, Regierungen oder einzelnen gesellschaftlichen Gruppierungen ausgeht, gründet in den ethischen Grundlagen unseres christlichen Glaubens, wie sie in den Zehn Geboten und der Bergpredigt niedergelegt sind.

Lassen Sie sich zum Abschluss mit einem Zitat von Pfarrerin Dorothea Rhode zum Aufstehen ermutigen: „In Zeiten wie diesen, verfinstert von Gewalt und Terror, von Angst und Entsetzen, will ich mein Gesicht in die Sonne halten und mich durchwärmen lassen vom Licht, das Leben schafft und mich Mensch sein lässt. Denn in Zeiten wie diesen, wo es am Tage dunkel ist, ist es Zeit, aufzustehen im Namen dessen, der aufstand, als die Sonne am Ostermorgen aufging.“

### Neuere Protestorganisationen

„**Occupy**“ (englisch: besetzen) ist der Name einer weltweit agierenden Protestbewegung, die sich seit 2011 vor allem gegen wirtschaftliche Ungerechtigkeiten einsetzt. „Sie verlangten eine stärkere Kontrolle des Banken- und Finanzsektors durch die Politik, eine Korrektur des als höchst ungerecht empfundenen Steuersystems und eine nachdrückliche Verringerung der Schere zwischen Armen und Reichen“ (Bundeszentrale für politische Bildung).

„**Attac**“ ist eine 1989 gegründete Organisation von Globalisierungsgegnern. Ihre Proteste richten sich gegen die Handelspolitik der Welthandelsorganisation und die durch die Globalisierung verursachte weltweit wachsende soziale Ungleichheit.



# Auf(er)stehen

## Bibelarbeit zum Thema Aufstehen

Zeit	60-90 Minuten
Inhalt	Bibelarbeit rund um die biblischen Bedeutungen des Auf(er)stehens
Methode	Vortrag, ggf. Einstiegs-Spiel, Gruppenarbeit, Gesprächsrunden/Austausch
Geeignet für	alle Gruppen
Material	DIN A3-Plakate mit Begriffen (s. u.) für die Übung aus 1. Variante 1 bzw. ein großes Plakat oder Flipchart bei Variante 2; Kopien der drei Bibeltexte für die Gruppenarbeit (siehe Kopiervorlagen); DIN A5-Zettel mit Satzanfängen (s. u.)

### 1. Arten des Aufstehens

In einer Bibelarbeit wollen wir das Thema „Aufstehen“ untersuchen. Doch bevor wir uns mit der Bibel direkt beschäftigen, gibt es zuerst etwas Spielerisches zum Thema.

#### Variante 1:

Die TN werden in zwei Gruppen geteilt, die aufstehen und sich im Raum einander gegenüber stellen. Jeweils eine Gruppe soll nun raten, was die andere Gruppe pantomimisch darstellt. (Es sollen möglichst alle TN mitmachen. Falls das räumlich nicht geht, spielen zwei Kleingruppen gegen-/miteinander, die anderen TN schauen zu). Dazu stellt sich die Leiterin hinter die eine Gruppe (die somit der Leiterin den Rücken zuwendet) und zeigt der gegenüber stehenden Gruppe Schilder mit Begriffen. Die gegenüber stehende Gruppe soll nun den jeweiligen Begriff pantomimisch darstellen, die andere Gruppe muss raten. Ist der Begriff geraten, wechselt die Leiterin die Gruppen, so dass die jeweils andere Gruppe nun raten/darstellen muss.

Folgende Begriffe sollen geraten werden (vorher groß auf DIN A 3-Papier schreiben): a) Aufstehen, b) jemanden aufrichten, c) Aufstand (aufstehen gegen...), d) Auferstehung.

Wenn danach alle TN wieder an ihren Plätzen sitzen, nennt die Leiterin noch einmal die Begriffe

und ergänzt weitere Synonyme zum „Aufstehen“ (s. unter Variante 2).

#### Variante 2:

Sammeln Sie mit den TN auf Zuruf Synonyme zu dem Wort „aufstehen“ (z.B. sich erheben, auf die Beine kommen, sich aufrichten, aufbegehren (Aufstand!), sich widersetzen, rebellieren; biblisch auch: auferstehen).

Es kann hilfreich sein, die Begriffe für alle gut sichtbar auf einem Plakat/Flipchart festzuhalten.

### 2. Aufstehen in der Bibel

Nicht nur im Deutschen hat das **Verb „aufstehen“ eine große Bedeutungsbreite**. Das ist in den biblischen Sprachen ebenso. Deshalb finden sich **auch in der Bibel** viele Beispiele zu den unterschiedlichen Varianten des Aufstehens. Zuerst geht es natürlich um die **reine Bewegung**, das Aufstehen aus dem Liegen oder Sitzen. Für die **weiteren Bedeutungen** sehen wir uns einige Textbeispiele an.

Der **Prophet Elia** läuft z.B. vor einer tödlichen Bedrohung davon, flieht in die Wüste, ist am Ende. „Es ist genug“, sagt er, „so nimm nun, HERR, meine Seele“ (1 Kön 19,4), und er legt sich hin und schläft ein. Da kommt ein Engel, berührt ihn und sagt: „Steh auf und iss!“ (V. 5); tatsächlich sind Brot



und Wasser vorhanden. Dasselbe passiert erneut, und danach ist Elia so gestärkt, dass er aufstehen und losgehen kann. Ein weiteres Beispiel ist die Geschichte des **Kranken am Teich Betesda** (Joh 5), den Jesus heilt, indem er sagt: „Steh auf, nimm dein Bett, und geh hin!“ (V. 8). Oder die Zusage aus dem ersten **Petrusbrief**: „Der Gott aller Gnade aber ... wird euch, die ihr eine kleine Zeit leidet, aufrichten, stärken, kräftigen, gründen.“ **Menschen können aufstehen, weil sie Zuspruch bekommen, weil sie aufgerichtet, geheilt, gestärkt, befähigt werden.** Mit neuem Mut und neuer Kraft gehen sie in die Zukunft.

Interessant ist, dass die Wörter für „aufstehen“ **auch für die Bedeutung „auferstehen“** genutzt werden können, z.B. finden sie sich in großer Zahl in den Evangelien. Und auch in Apostelgeschichte 9 wird erzählt, wie Petrus zu einer verstorbenen Frau namens **Tabita** gerufen wird. Er betet an ihrem Bett und sagt dann zu dem Leichnam schlicht: „Tabita, steh auf!“, und schon setzt sie sich auf und steht an der Hand des Apostels auf (V. 41). Das ist ein **Aufstehen in ein neues Leben.**

Doch es gibt auch ein **Aufstehen, das mit Gewalt verbunden ist.** Das Buch der Richter\*innen erzählt davon, wie das Volk Israel bedroht wurde, „... bis du, **Debora**, aufstandest, bis du aufstandest, eine Mutter in Israel“ (Ri 5,7). Die Richterin Debora und der Feldherr Barak besiegen die Feinde in einer blutigen Schlacht. Manchmal wird auch **Gott** aufgefordert, aufzustehen: „Steh auf, HERR, in deinem Zorn, ... Wache auf, mir zu helfen...“ (Ps 7,7). Hier ist das Aufstehen kriegerisch bzw. als **Einsatz Gottes für bedrohte Menschen zu verstehen.**

In Markus 7 wird berichtet, wie Jesus aufsteht und aufbricht (Mk 7,24) und dann einer **Griechin aus Syrophönizien** begegnet, die ihn bittet, ihre Tochter zu heilen. Jesus weigert sich zunächst, doch die Frau gibt nicht auf, bis Jesus ihre Tochter schließlich heilt. Im übertragenen Sinn kann man sagen, dass **die Frau hier für ihre Tochter aufsteht** und Jesus mutig konfrontiert.

Von **Widerstand und mutigem Aufstehen** berichtet auch Apostelgeschichte 5, 17ff.). Die

Gruppe um den **Apostel Petrus** verkündigt in Jerusalem Jesus als den Messias und die Jünger\*innen werden dafür von der Obrigkeit ins Gefängnis gesperrt. Kaum von einem Engel befreit, stehen sie wieder im Tempel und verkündigen weiter die gute Nachricht. In der Folge werden sie sogar misshandelt, doch auch das kann sie nicht abhalten.

**Aufstehen kann man sogar gegen Gott selbst**, wie es z.B. in Psalm 22 vorkommt: „Mein Gott, mein Gott, warum hast Du mich verlassen? ... des Tages rufe ich, doch antwortest Du nicht...“ (Ps 22,1f.). Sogar **Jesus am Kreuz** stellt diese Frage (Mt 27,46). Auch das Buch Hiob und das Buch der Klagelieder sind voller Stellen, an denen Menschen in ihrer Not Gott geradezu anklagen. Offenbar darf das von Gottes wegen so sein, denn sonst wären uns solche Texte nicht überliefert. Doch auch wenn sie gegen Gott aufstehen, wenden sich die Menschen weiterhin an ihn selbst, sozusagen „mit Gott gegen Gott“.

### 3. Genauere Betrachtung des Auf(er)stehens

#### Gruppenarbeit

*Im nächsten Schritt sollen „Arten des Aufstehens“ in drei Bibeltexten untersucht werden. Es kann in drei (ggf. mehr) Kleingruppen von etwa 3-6 TN gearbeitet werden. Jede Kleingruppe bearbeitet einen der drei Texte (siehe Kopiervorlagen). Die darunter abgedruckten Fragen sollen den Zugang zum Text erleichtern, müssen aber keinesfalls „abgearbeitet“ werden.*

*Im Anschluss an die Gruppenphase (ca. 20-30 Min.) präsentieren die einzelnen Gruppen einander im Plenum, was sie herausgefunden haben.*





*Dazu gehören durchaus auch ungelöste Fragen, nicht verstandene Textstellen u. Ä.*

*Zu Ihrer Information als Leiterin sind die folgenden Kurzauslegungen gedacht. Die einzelnen Informationen können Sie dann im Plenum im Gespräch mit den TN einfließen lassen oder auch (in Ausschnitten) vorlesen.*

#### **Kurzauslegung für die Leiterin zu Num 27, 1-8**

Die vielen Namen zu Beginn (V. 1) können verwirren. Im alten Israel gab es jedoch keine Nachnamen, wie wir sie kennen, sondern es wurde die Reihe der Ahnen genannt. Die lange Ahnenreihe der Töchter Zelofhads beglaubigt also ihre Herkunft. Aufgezählt werden allerdings nur die männlichen Vorfahren! Dass die Töchter hier mit Namen aufgeführt werden, zeigt wiederum die Bedeutung der Dinge, die in diesem Abschnitt verhandelt werden. Die fünf Töchter treten vor den Stammesrat (V. 2-4), bestehend aus Mose als Anführer, Eleasar als Priester und den Stammesfürsten. Dann folgt die Schilderung des Grunds, warum die Töchter vor den Rat treten: ihr Vater Zelofhad ist gestorben, und nun würde sein Erbe auf seine Söhne übergehen, und zwar nur auf sie. Da Zelofhad aber ausschließlich Töchter hatte, würden diese leer ausgehen und andere männliche Verwandte würden erben. V. 3 betont, dass Zelofhad sich nichts hat zuschulden kommen lassen. Die fünf Töchter fordern nun den Rat auf, ihnen das Erbe zu geben (V. 4). Es geht um viel: wenn die Töchter nichts erben, stünden sie mittellos da. Mose legt Gott diesen Konflikt vor (V. 5) und Gottes Antwort ist klar (V. 7): Die fünf Töchter haben recht, ihnen steht das Erbe zu,

weil es keine direkten männlichen Nachkommen gibt. In V. 8 wird dieses Urteil zur allgemeinen Bestimmung erklärt.

Das Aufstehen der Töchter besteht darin, dass sie für ihr Recht aufstehen und eintreten. Sie erstreiten ihr Erbe gegen die damals bestehenden Regelungen. Damit haben sie nun eine gesicherte Perspektive für ihre Zukunft. Das hat sicherlich großen Mut erfordert. Auch hier hilft Gott, denn er ist es letztlich, der den Töchtern ihr Recht zuspricht.

#### **Kurzauslegung für die Leiterin zu Mt 28, 1-10**

Dieser Abschnitt spielt sozusagen am Ostersonntag. Jesus wurde am Freitag vorher hingerichtet und ins Grab gelegt. Am Samstag, Sabbat, durfte niemand zum Grab gehen, aber jetzt machen sich zwei Frauen dorthin auf. Beide werden mit Namen genannt, was ihre Bedeutung herausstellt; welche die „andere“ Maria ist, weiß man aber nicht. Es war durchaus nicht ungefährlich, sich dem Grab eines Hingerichteten zu nähern und daher womöglich zu seinen Gefolgsleuten gezählt zu werden. Tatsächlich wird das Grab sogar bewacht (V. 4). Die beiden Marias zeigen also Mut, mitten in ihrer Trauer. Das Grab ist mit einem Stein verschlossen, und es braucht einen Engel, um ihn wegzuwälzen (V. 2). Das Erdbeben und der Auftritt des Engels (V. 2 f.) zeigen, dass hier etwas Göttliches und absolut Erschütterndes passiert. Die Wachen erstarren prompt (V. 4), die Frauen erschrecken wohl auch, bleiben anscheinend aber aufrecht. Der Engel beruhigt sie und verkündet ihnen die unfassbare Botschaft (V. 5f.): Der gekreuzigte Jesus ist auferstanden, und wie zum Beweis sollen die Frauen den Platz sehen, wo er gelegen hat. Damit nicht genug, es folgt ein Auftrag an die beiden Frauen (V. 7): Sie sollen den Jüngern sagen, dass Jesus auferstanden ist von den Toten. Angst, aber auch Freude bewegen die beiden Marias (V. 8) und sie machen sich auf, um den Auftrag zu erfüllen. Auf dem Weg begegnet ihnen der auferstandene Jesus selbst (V. 9f.) und sie fallen vor ihm nieder, was Zeichen ihrer Verehrung für Jesus ist. Ein zweites Mal hören sie, nun von Jesus selbst, dass sie keine Angst haben müssen (V. 10), dass sie den Jüngern die Auferstehung verkündigen sollen und Jesus ihnen in Galiläa wiederbegegnen wird.



© Anemone123 / Pixabay



Das Aufstehen kann man hier mehrfach finden: Einmal geht es natürlich um Auferstehung; aber man kann auch sagen, dass die Frauen aufstehen, indem sie überhaupt den Mut haben, zum Grab zu gehen. Man könnte auch sagen, dass sie durch die Worte des Engels und später durch die Worte Jesu aufgerichtet, beruhigt und ermutigt werden. Nachdem sie vor dem Auferstandenen niedergefallen sind, werden sie aufstehen und mutig zu Verkünderinnen der Auferstehung werden.

#### **Kurzauslegung für die Leiterin zu Lk 13, 11-17**

Es ist Sabbat, Jesus lehrt in der Synagoge (V. 1), wo vor allem Männer anwesend waren, Frauen kamen nur im Hintergrund vor. Doch Jesus sieht die Frau, die schon seit 18 Jahren krank und gekrümmt ist und ruft sie zu sich (V. 11f.). Die Frau steht dann, sichtbar krank, mitten in der Menge und niemand kann sie mehr übersehen. Man dachte damals, dass böse Geister Menschen krank machen, und diese wurden dann auch sozial ausgegrenzt. Jesus kümmert sich um die Frau und heilt sie durch Handauflegung (V. 13). Die Frau richtet sich auf und preist und lobt Gott – was Frauen normalerweise in der Synagoge gar nicht tun durften. Der Synagogenvorsteher beschwert sich, dass Jesus am Sabbat heilt, denn das war verboten (V. 14). Jesus legt ihm jedoch dar, dass man in einem solchen Fall das Nötige tun darf (V. 15f.). Bemerkenswert ist hier, dass er die Frau als „Abrahams Tochter“ bezeichnet, denn damit sagt er, dass seine Verheißungen nicht nur Männern, sondern auch Frauen gelten. Offenbar überzeugt Jesus die Umstehenden (V. 17), die sich schämen und schließlich mitfreuen können.

Das Aufstehen zeigt sich hier als Aufgerichtetwerden der gekrümmtten Frau. Doch sie wird nicht „nur“ von ihrem körperlichen Gebrechen geheilt. Jesus ruft sie in die Mitte der Menschen, die sie vorher ausgegrenzt haben. Schon dadurch, und erst recht durch die Heilung, findet sie zurück in die Gesellschaft, sie gehört wieder dazu. Doch Jesus richtet die Frau auch auf, indem er ihr – und allen anderen Frauen – einen festen Platz und eine gleichberechtigte Stellung im Volk Gottes zuweist.

#### **4. Auf(er)stehen im Leben**

*Bereiten Sie als Leiterin Zettel vor, auf denen je einer der folgenden Satzanfänge steht (groß auf DIN A5 schreiben):*

*Wenn ich Aufrichtung brauche, dann hilft mir...*

*Wenn ich jemanden aufrichten will, dann...*

*Es ist wichtig, aufzustehen für/gegen...*

*Auferstehung kann man auch erleben, wenn....*

*Mischen Sie die Zettel und teilen sie verdeckt aus: je zwei TN sollen sich zu einem Satz austauschen bzw. ihn vollenden. Dafür den TN ca. 10 Min. Zeit geben.*

*Im Anschluss nennen die Zweiergruppen der Reihe nach ihre vervollständigten Sätze (in einer sehr großen Gruppe nur diejenigen, die sich freiwillig melden).*

*Der Abschluss wird als „Blitzlicht“ durchgeführt: Jede TN nennt ein Wort, das ihr nach allem Gehörten gerade jetzt zum „Aufstehen“ einfällt.*





## ***Kopiervorlage 1***

### **4. Mose/Numeri 27, 1-8**

- 1 Und die Töchter Zelofhads, des Sohnes Hefers, des Sohnes Gileads, des Sohnes Machirs, des Sohnes Manasses, von den Geschlechtern Manasses, des Sohnes Josefs, mit Namen Machla, Noa, Hogla, Milka und Tirza kamen herzu
- 2 und traten vor Mose und vor Eleasar, den Priester, und vor die Stammesfürsten und die ganze Gemeinde vor den Eingang der Stiftshütte und sprachen:
- 3 Unser Vater ist gestorben in der Wüste und war nicht unter denen, die sich gegen den Herrn empörten, unter der Rotte Korach, sondern ist um seiner eigenen Sünde willen gestorben und hatte keine Söhne.
- 4 Warum soll denn unseres Vaters Name in seinem Geschlecht untergehen, weil er keinen Sohn hat? Gebt uns auch ein Erbteil unter den Brüdern unseres Vaters.
- 5 Mose brachte ihre Sache vor den Herrn. 6 Und der Herr sprach zu ihm:
- 7 Die Töchter Zelofhads haben recht geredet. Du sollst ihnen ein Erbteil unter den Brüdern ihres Vaters geben und sollst ihres Vaters Erbe ihnen zuwenden.
- 8 Und sage den Israeliten: Wenn jemand stirbt und keinen Sohn hat, so sollt ihr sein Erbe seiner Tochter zuwenden.

- Unterstreichen oder markieren Sie die wichtigsten Aussagen des Textes (zum besseren Überblick, worum es geht)
  - Was spricht Sie an diesem Text an?
  - Wer steht in diesem Text auf? Worin besteht dieses Aufstehen?
- 

## ***Kopiervorlage 2***

### **Matthäus 28, 1-10**

- 1 Als aber der Sabbat vorüber war und der erste Tag der Woche anbrach, kamen Maria Magdalena und die andere Maria, um nach dem Grab zu sehen.
- 2 Und siehe, es geschah ein großes Erdbeben. Denn ein Engel des Herrn kam vom Himmel herab, trat hinzu und wälzte den Stein weg und setzte sich darauf.
- 3 Seine Erscheinung war wie der Blitz und sein Gewand weiß wie der Schnee.
- 4 Die Wachen aber erbebten aus Furcht vor ihm und wurden, als wären sie tot.
- 5 Aber der Engel sprach zu den Frauen: Fürchtet euch nicht! Ich weiß, dass ihr Jesus, den Gekreuzigten, sucht. 6 Er ist nicht hier; er ist auferstanden, wie er gesagt hat. Kommt und seht die Stätte, wo er gelegen hat;
- 7 und geht eilends hin und sagt seinen Jüngern: Er ist auferstanden von den Toten. Und siehe, er geht vor euch hin nach Galiläa; da werdet ihr ihn sehen. Siehe, ich habe es euch gesagt.
- 8 Und sie gingen eilends weg vom Grab mit Furcht und großer Freude und liefen, um es seinen Jüngern zu verkündigen.
- 9 Und siehe, da begegnete ihnen Jesus und sprach: Seid gegrüßt! Und sie traten zu ihm und umfassten seine Füße und fielen vor ihm nieder. 10 Da sprach Jesus zu ihnen: Fürchtet euch nicht! Geht hin und verkündigt es meinen Brüdern, dass sie nach Galiläa gehen: Dort werden sie mich sehen.

- Unterstreichen oder markieren Sie die wichtigsten Aussagen des Textes (zum besseren Überblick, worum es geht)
  - Was spricht Sie an diesem Text an?
  - Wer steht in diesem Text auf? Worin besteht dieses Aufstehen?
-



## Kopiervorlage 3

### Lukas 13, 10-17

10 Und er lehrte in einer Synagoge am Sabbat.

11 Und siehe, eine Frau war da, die hatte seit achtzehn Jahren einen Geist, der sie krank machte; und sie war verkrümmt und konnte sich nicht mehr aufrichten.

12 Als aber Jesus sie sah, rief er sie zu sich und sprach zu ihr: Frau, du bist erlöst von deiner Krankheit!

13 Und legte die Hände auf sie; und sogleich richtete sie sich auf und pries Gott.

14 Da antwortete der Vorsteher der Synagoge, denn er war unwillig, dass Jesus am Sabbat heilte, und sprach zu dem Volk: Es sind sechs Tage, an denen man arbeiten soll; an denen kommt und lasst euch heilen, aber nicht am Sabbattag.

15 Da antwortete ihm der Herr und sprach: Ihr Heuchler! Bindet nicht jeder von euch am Sabbat seinen Ochsen oder Esel von der Krippe los und führt ihn zur Tränke?

16 Musste dann nicht diese, die doch Abrahams Tochter ist, die der Satan schon achtzehn Jahre gebunden hatte, am Sabbat von dieser Fessel gelöst werden?

17 Und als er das sagte, schämten sich alle, die gegen ihn waren. Und alles Volk freute sich über alle herrlichen Taten, die durch ihn geschahen.

- Unterstreichen oder markieren Sie die wichtigsten Aussagen des Textes (zum besseren Überblick, worum es geht)
- Was spricht Sie an diesem Text an?
- Wer steht in diesem Text auf? Worin besteht dieses Aufstehen?





## Lasst uns reden! Über den Umgang mit Stammtischparolen „Bierdeckel-Aktion“ und andere Informationen zum Thema

Zeit	45-60 Minuten
Inhalt	Eine Einladung zum Gespräch über Stammtischparolen mit Vorstellung einer „Bierdeckel-Aktion“ und Informationen zum Thema
Methode	Vortrag, Gruppenarbeit, Gespräch
Geeignet für	Gruppen, die sich fragen, wie man Stammtischparolen begegnen kann
Material	Fotokopien der „Bierdeckel“ und des Arbeitsblatts in Gruppenstärke

### Einleitung

Beim Thema Aufstehen stellt sich die Frage, wofür oder wogegen wir aufstehen können oder müssten. Eine Möglichkeit ist, gegen sogenannte Stammtischparolen aufzustehen, d.h. Meinungen entgegenzutreten, die andere Menschen angreifen, ausgrenzen, diskriminieren. Leider verschlägt es uns oft gerade dann die Sprache, und im Nachhinein denken wir: Da hätte ich einschreiten sollen, da hätte ich etwas sagen müssen. Aber was? Wir denken: Ich kann gar nicht so gut reden, ich bin nicht schlagfertig, ich würde gar nicht die richtigen Worte finden... usw.

Damit wir in Zukunft nicht sprachlos bleiben müssen, lernen wir heute eine Aktion kennen, die Abhilfe schaffen will.

Zuerst sehen wir uns an, was hinter Stammtischparolen und anderer aggressiver Sprache steckt. Dann geht es um Möglichkeiten, wie wir reagieren können und wo wir weitere Hilfe bekommen.

### Ins Gespräch kommen – mit Bierdeckeln

Im Evangelischen Kirchenkreis an der Ruhr entstand die Idee, mit Hilfe von Bierdeckeln ins Gespräch zu kommen. Im Rahmen der Themenreihe „Frieden geht anders“ wurden in Lokalen Bierdeckel verteilt, auf denen auf der einen Seite typische Stammtischparolen abgedruckt sind, und auf der anderen Seite mögliche Antworten. Ziel ist es, sprachfähiger zu werden und einfacher miteinander ins Gespräch zu kommen. Die typischen Parolen lauten: „Lügenpresse!“, „Das ist doch Gender-Gaga“, „Wir werden islamisiert“ und „Das sind Schmarotzer, die das Sozialsystem

unterwandern“. Sätze, die wir so oder ähnlich alle schon gehört oder gelesen haben.

Selbst wenn wir ganz zurückgezogen leben würden, an Parolen dieser Art kommen wir nicht vorbei. Und sei es bei einer Familienfeier, wo plötzlich jemand etwas sagt, und wir fühlen: Das ist aggressiv und unfair gegenüber den Angegriffenen, aber soll ich jetzt etwas sagen? Wir hören von Populisten und Rechtspopulisten und der AfD. In den sozialen Medien wie Twitter und Facebook findet sich mancher verbale Schlagabtausch. Wir hören von Hasskommentaren und „vergifteter“ Sprache. Die Hintergründe und Zusammenhänge sind vielfältig. Das schauen wir uns zuerst an, um mehr zu verstehen. Danach wenden wir uns ganz praktisch der Bierdeckel-Aktion zu.

### Typische Muster

Immer wieder begegnet uns Stimmungsmache gegen bestimmte Gruppen. Mal sind es „die Migranten“, dann ist es „der Islam“ oder es sind „diese Feministinnen“ oder „die da oben“. Immer geht es gegen eine bestimmte Gruppe von Menschen. Sie werden als Gruppe zusammengefasst und als Gegner\*innen dargestellt. Es wird eine Stimmung der Spaltung aufgebaut: „Wir“ und „die anderen“. Ängste vor Bedrohung durch bestimmte Menschen werden geschürt. Doch schon die Gruppen an sich sind konstruiert. Oder gibt es etwa „die Christ\*innen“, „die Frauenhilfe-Frauen“, „die Senior\*innen“? Jede von uns würde doch protestieren, wollte man sie zusammen mit allen anderen in einen Topf stecken. Menschen sind individuell



verschieden, und wir sollten schon hellhörig werden bei jedem „Die“, die angeblich eine Gruppe darstellen.

Interessanterweise zeigen Studien zu diesem Phänomen, dass bestimmte etablierte Erklärungsmuster – die sogenannten „Narrative“ – immer wieder auftauchen. Es werden Feindbilder konstruiert und Bilder eines Kampfes heraufbeschworen. Das erzeugt Angst vor Bedrohung und hetzt Menschen gegeneinander auf. Zu diesen Erklärungs- oder Erzählmustern gehört, dass der Islam das christliche Abendland vernichten will, dass Homosexualität gesellschaftszersetzend ist, dass Feminismus und Gender die Familie zerstören und dass die Demokratie von einer im Geheimen tätigen Elite bedroht ist, die die Weltherrschaft übernehmen will und unsere Politiker\*innen sind Teil davon.

In Reden und Aktionen rechtspopulistischer Akteur\*innen treten ebenfalls bestimmte Muster auf. Rechtspopulismus ist eine politische Strategie und nährt sich aus autoritären Vorstellungen, greift rassistische Vorurteile auf und verstärkt diese. Die Akteur\*innen bauen eine Gegnerschaft auf zwischen dem „einfachen Volk“ und „denen da oben“, wer immer sie sein sollen (Regierung, Parteien, Konzerne, Medien etc.). Sie fordern radikale Lösungen (als ob das jemals geholfen hätte). Sie verbreiten Verschwörungstheorien, schüren Ängste, inszenieren vermeintliche Tabubrüche und manipulieren Meinungen, wo sie können.

### **Gruppenbezogene Menschenfeindlichkeit**

Die genannten typischen Muster tauchen immer wieder in unterschiedlichsten Zusammenhängen auf. Wenn Menschen in Gruppen eingeteilt werden, um ausgegrenzt und abgewertet zu werden, spricht man von „Gruppenbezogener Menschenfeindlichkeit“, ein Begriff aus der Sozialwissenschaft. Ausgrenzung und Abwertung beziehen sich auf bestimmte Merkmale von Menschen, die dann als anders, fremd oder unnormale markiert werden. Es geht dabei um die verschiedensten, oft nur angedichteten Merkmale, aufgrund derer Menschen zu einer Gruppe zusammengefasst und abgewertet werden. Beispiele sind „die Ausländer“, „die Schwulen“, „die Arbeitslosen“, „die

Penner“ (also Obdachlose), „die Behinderten“. Antisemitismus, Rassismus, Islamfeindlichkeit, Sexismus/Antifeminismus und die Feindseligkeit gegenüber angeblichen „Eliten“ schaffen Feindbilder. Mit diesen Feindbildern, die auch Kennzeichen rechtsextremer Einstellungen sind, wird die Gesellschaft gespalten.

Die gruppenbezogene Menschenfeindlichkeit kann sich „nur“ als innere Haltung zeigen, in Stammtischparolen und verbalen Attacken offenbaren und sich bis zu Gewalttaten steigern, wie Ereignisse in jüngster Vergangenheit zeigen. Der Mord an dem Kasseler Regierungspräsidenten Lübcke 2019 und der Anschlag auf die Synagoge in Halle, ebenfalls 2019, haben als Motiv gruppenbezogene Menschenfeindlichkeit.

Gemeinsam ist allen Arten von Ausgrenzung die dahinter stehende Ideologie der Ungleichheit, also die Annahme, dass es tatsächlich „die einen“ und „die anderen“ Menschen gibt, und dass die einen besser und die anderen schlechter sind. Dabei ist immer Abwertung mit im Spiel. Das aber widerspricht unseren gesellschaftlichen Grundwerten, z.B. der Menschenwürde und dem Schutz von Minderheiten.

Vorurteile gegenüber anderen Menschen kennen wir alle. Vorab-Urteile passieren uns immer wieder, wenn wir neue Menschen treffen. Zunächst sind Vorurteile einfach erste Abwägungen, vorschnelle Urteile, die ursprünglich auch zum Schutz vor etwas oder jemandem dienen, das oder den wir noch nicht einschätzen können. Vorurteile sind also nicht an sich „schlecht“. Es kommt aber darauf an, wie wir weiter mit ihnen umgehen. Wenn wir von Einzelnen auf Viele schließen, gemeinsame Merkmale zu finden meinen und diese negativ bewerten, verfestigen sich die Vorurteile zu Urteilen. Wenn man nur auf die Unterschiede zu sich selbst guckt – andere Namen, unterschiedliches Aussehen – und nicht auch auf Gemeinsamkeiten, kommt es zu schiefen Bildern. Eine Ungleichwertigkeit wird konstruiert, ein „Wir“ und ein „Die“, mit Stereotypen belegt und „die anderen“ werden herabgesetzt.

Übrigens ist es kulturübergreifend so, dass folgende Merkmale besonders herangezogen werden: Geschlecht, Alter, Religion, ethnisch-kulturelle Herkunft, sexuelle Orientierung, Behinderung.



Nicht zu vergessen: In den Augen anderer Menschen werden auch wir sehr leicht zu „den Anderen“, „den Fremden“! Das Vertrackte an Vorurteilen ist auch, dass sie sich verfestigen können und wir dann nur noch wahrnehmen, was unsere Vorurteile bestätigt und zu dem passt, was wir eh schon zu wissen meinen. Es geht also nicht darum, keine Vorurteile zu haben, sondern darum zu wissen und zu merken, dass sie nicht die Wahrheit abbilden. Und es geht darum, die eigenen Vorurteile immer mal wieder zu hinterfragen. Wir selbst wollen schließlich auch nicht „in eine Schublade gesteckt“ werden.

### Ursachen

Es gibt viele Studien, die Verbreitung und Ursachen der gruppenbezogenen Menschenfeindlichkeit erforschen. Wie kommt es also dazu, dass Menschen immer wieder andere Menschen als vermeintliche Gruppe zusammenfassen, ausgrenzen und abwerten?

In den Studien stellten sich mehrere Faktoren heraus: Für Gruppen, die einen höheren Status haben, dient die Annahme einer Ungleichwertigkeit dazu, diesen zu erhalten, ihre Privilegien zu sichern und die Hierarchie aufrecht zu erhalten: Weiße, Männer und Ältere sind nahezu überall auf der Welt sozial höher gestellt als Schwarze, Frauen und Jüngere. Es geht darum, wer „oben“ ist, wer angesehen ist, mehr Möglichkeiten und mehr Macht hat, und es geht darum, diesen Status zu erhalten und zu rechtfertigen. Hinter der Abwertung steht die Sorge, den eigenen Status zu verlieren; indem andere Menschen abgewertet werden, macht man sich selber größer. Das „Wir“-Gefühl wird gestärkt und damit auch die persönliche Zugehörigkeit, es entsteht ein Gefühl von Sicherheit und Kontrolle. Umgekehrt gilt das Gleiche: Wer sich unterlegen fühlt, macht gerne pauschal „die da oben“ verantwortlich.

Auch individuelle Einstellungen von Personen spielen für die gruppenbezogene Menschenfeindlichkeit eine Rolle:

- die individuelle Bereitschaft, einer Autorität zu folgen, also Gehorsam
- die Befürwortung sozialer Hierarchien
- die Ablehnung religiöser und kultureller Vielfalt,

- die Einteilung von Menschen nach ihrer „Nützlichkeit“
- der Wunsch nach strengen Ordnungen.

Das subjektive Gefühl, schlechter gestellt zu sein oder zu werden, spielt also eine große Rolle, genauso wie das Empfinden einer wie auch immer gearteten Bedrohung.

Für die von Ausgrenzung Betroffenen stellen die Abwertung und Ausgrenzung eine enorme seelische Belastung dar. Ihr Wohlbefinden wird gestört, ihr Selbstwertgefühl sinkt, Minderwertigkeitsgefühle steigen, sie leiden an Stress und können psychisch erkranken. Der Gesellschaft gehen damit aber die Ideen, Fähigkeiten und Beiträge der Ausgegrenzten verloren. Denn man weiß schon lange durch Studien, dass Teams aus unterschiedlichen Menschen die besseren Ergebnisse liefern und auch wirtschaftlich erfolgreicher sind. Wer es wagt, Kontakt zu Menschen aus der „anderen“ Gruppe oder vermeintlich „fremden“ herzustellen und diese Menschen wirklich kennenlernt, hat die Chance, ganz neue Entdeckungen zu machen und zu erfahren, dass aus Fremden Vertraute werden können.

### Vielfältige Ausgrenzung

Rechtspopulistische Strömungen greifen die ausgrenzenden Muster auf und nutzen sie. Sie sprechen Menschen auf ihre tatsächliche oder gefühlte Benachteiligung an, lenken deren Wut und Angst auf erklärte Sündenböcke und vermitteln den vermeintlich benachteiligten Menschen so das Gefühl, sicherer zu sein und auch mehr zu gelten. Veränderungen und Konflikte in der Welt und vor Ort, die verunsichern und Angst machen, werden aufgenommen und verstärkt. Laut Wörterbuch ist Populismus „eine von Opportunismus geprägte, volksnahe, oft demagogische Politik, die das Ziel hat, durch Dramatisierung der politischen Lage die Gunst der Massen zu gewinnen“.

Interessant ist, dass Menschen, die eine Gruppe ausgrenzen, auch dazu neigen, weitere Gruppen auszugrenzen. Studien zeigen: Wer Migranten ausgrenzt, der verachtet vermutlich auch weitere Menschen, z.B. Homosexuelle. Weit verbreitet ist auch die Kombination von Fremdenfeindlichkeit und Anti-Gender-Einstellung oder von Frauen-



feindlichkeit und Antisemitismus. Wo immer Menschen als „Gruppe“ gesehen und diffamiert und abgewertet werden, sollten wir hellhörig werden. Sobald jemand menschenfeindlich oder antidemokratisch redet, gilt es, aufmerksam zu sein.

Wer Facebook oder andere sogenannte soziale Medien nutzt, wird eventuell damit konfrontiert, aber auch in Leserbriefen in Zeitungen oder auch im Fernsehen können sie einem begegnen: Hate Speech (Hassrede) und Toxic Speech (Giftrede) sind Begriffe aus den Neuen Medien. Hate Speech ist gewalttätige Sprache, die abwertet, angreift, beschimpft, beleidigt und verleumdet. Diese hassgetränkte Sprache zielt auf Gruppen von Menschen ab und ist teilweise sogar mit dem Aufruf zu Gewalttaten verknüpft. Toxic Speech ist eine gefährliche Sprache, die den respektvollen Umgang miteinander gefährdet. Charakteristisch sind Falschinformationen, manipulierte Erzählungen, abwertende Verallgemeinerungen. Bei dieser vergifteten Art des Redens werden auch soziale Regeln verletzt: Wer eine andere Meinung hat, wird beschimpft und mundtot gemacht.

### **Sollte man etwas tun? Der biblische Auftrag**

Auch in Kirchengemeinden taucht solche „vergiftete“ Sprache auf, und Hetze gibt es auch in „christlicher“ Verbrämung. Bei all dem könnten wir mutlos werden und denken, dass wir uns lieber raushalten sollten. Und das tun wir tatsächlich oft. Doch Rassismus und jede andere Form von Diskriminierung und Ausgrenzung widersprechen der Achtung der Menschenwürde und dem, was wir als Christ\*innen glauben. Das Gebot der Nächstenliebe weist uns den Weg. Als Christ\*innen haben wir den Auftrag, uns gegen Abwertung und Erniedrigung von Menschen einzusetzen.

Schon aus der Schöpfungsgeschichte wissen wir, dass alle Menschen gleichwertig sind: „Und Gott schuf die Menschen zu seinem Bilde, zum Bilde Gottes schuf er sie, und schuf sie männlich und weiblich“ (Gen 1,27). Dass die Menschen alle gleich seien, behauptet Paulus nicht, aber vor Gott gilt: „Da ist nicht jüdisch noch griechisch, da ist nicht versklavt noch frei, da ist nicht männlich und weiblich; denn ihr seid allesamt eins in Jesus Christus“ (Gal 3, 28, BigS). Das heißt, trotz ethni-

sch, sozialer und geschlechtlicher Verschiedenheit sind alle gleich vor Gott, nämlich gleich an Würde und Wert.

Im Buch Numeri heißt es ganz klar: „Wenn ein Fremdling bei euch wohnt in eurem Lande, den sollt ihr nicht bedrücken. Er soll bei euch wohnen wie ein Einheimischer unter euch, und du sollst ihn lieben wie dich selbst“ (3. Mose 19,33f.). Es wird hier schon vorausgesetzt, dass Fremde im Land wohnen, darüber gibt es gar keine Diskussion. Die Begründung, Fremde wie Einheimische zu behandeln ist einfach: Auch die angesprochenen Israeliten sind einmal Fremdlinge gewesen und wissen also, was es bedeutet, fremd zu sein. Gott hat sie befreit und aus Fremdlingen in Ägypten Menschen mit Heimat gemacht. Er steht auf der Seite der Fremdlinge.

Gruppenbezogener Menschenfeindlichkeit sollten wir also die Menschenfreundlichkeit unseres menschenfreundlichen Gottes entgegensetzen. Vielleicht scheuen wir uns davor, aber dann könnte uns der 2. Timotheusbrief helfen (2.Tim 1,7): „Gott hat uns nicht gegeben den Geist der Furcht, sondern der Kraft und der Liebe und der Besonnenheit.“ So viel zur inneren Haltung. In den nächsten Abschnitten sehen wir uns an, wie wir reagieren, argumentieren und uns verhalten können.

### **Wie kann man reagieren?**

Was können wir also tun, wie können wir reagieren, wenn uns ausgrenzende und herabsetzende Parolen begegnen?

Wichtig ist, dass wir überhaupt reagieren und die Parolen nicht unkommentiert stehen lassen. Denn dann bleiben sie unwidersprochen und „wahr“ für Umstehende und Zuhörer\*innen, die überlegen, ob das wahr sein könnte. Den oder die Sprecher\*in werden wir eventuell nicht überzeugen können, aber die Zuhörer\*innen vielleicht doch. Erst recht müssen wir reagieren, wenn ein Angehöriger der diffamierten Gruppe dabei ist oder sogar direkt angegriffen wird. Aber wie?

Leider gibt es kein einfaches Rezept, wie wir auf rechtspopulistische oder andere entwertende und demütigende Kommentare reagieren können,



aber es gibt hilfreiche Tipps. Die Aktion „**Unser Ziel: Kleiner Fünf**“ hat Argumentationshilfen gegen Rechtspopulismus erarbeitet und sie eignen sich auch für „schwierige“ Gespräche.

**Die wichtigste Grundhaltung ist die „radikale Höflichkeit“!**

Es geht um eine respektvolle Debatte, in der Menschen einander ernst nehmen und einander zuhören, auch wenn sie unterschiedlicher Meinung sind. Natürlich gilt das auch für den oder die, die pöbeln, auch sie sind zu achten. Dabei gilt es, angemessen auf das Gegenüber und die Situation einzugehen, sich auf die eigene Position zu konzentrieren, die eigenen Grenzen zu bewahren und jeglicher Form von Gewalt und menschenverachtenden Sprüchen entgegenzutreten.

Als Argumentationstechniken schlägt die Aktion „Kleiner Fünf“ (siehe Link-Tipps) fünf Regeln vor:

- 1) **Bleibe cool!** D.h. sich nicht provozieren lassen, sachlich und höflich bleiben, sich auf keine Debatte einlassen; Gelassenheit wirkt besser als Wut oder moralische Entrüstung.
- 2) **Mache es konkret!** D.h. gegen Verallgemeinerungen anschauliche Beispiele setzen, das Gegenüber zu konkreten Aussagen bringen.
- 3) **Agiere, statt zu reagieren!** D.h. sich nicht von Thesen und Themen drängen lassen, sondern auf einem konkreten Thema beharren.
- 4) **Nachfragen und hinterfragen!** D.h. die Behauptungen auf Quellen und deren Echtheit prüfen.
- 5) **Wäge deine Worte!** D.h. rechtspopulistischen Begriffen, wie beispielsweise „Wirtschaftsflüchtling“, einen eigenen Begriff entgegensetzen: „Menschen, die aus ökonomischen Gründen migrieren.“

*Austauschrunde (ca. 15 Min.)*

*Die Leiterin kann die fettgedruckten Sätze auf ein Flipchart schreiben und die Zuhörerinnen zum Gespräch darüber einladen, was die Sätze für sie konkret bedeuten:*

Bei Diskussionen über populistische Äußerungen geht es nicht darum, zu „gewinnen“ oder recht zu behalten, sondern etwas dagegensetzen. Es kommt natürlich auch darauf an, mit wem wir

sprechen. Ist das Gegenüber Argumenten zugänglich, lässt es wenigstens andere Meinungen stehen, oder ist es ein ideologischer Menschenfeind? Im letzten Fall wird man diesen Menschen nicht überzeugen können, doch es ist trotzdem wichtig, ihm Grenzen zu setzen, etwas zu erwidern, damit nicht nur die Pöbelei im Gedächtnis bleibt. Wir sollten also Mut haben, etwas zu sagen, mindestens um der Angegriffenen willen, auch wegen der eventuellen Zuhörerschaft und schließlich auch für unsere Selbstachtung. Bei drohender Gewalt muss man sich selbstverständlich selbst schützen und ggf. nichts erwidern.

### Die Bierdeckel-Aktion

Kommen wir auf die Bierdeckel-Aktion aus dem Kirchenkreis Mülheim an der Ruhr zurück. Anhand von vier typischen Stammtischparolen, ihrer Hintergründe und der möglichen Antworten darauf sollen Menschen ins Gespräch kommen. Sehen wir uns die Bierdeckel-Parolen nun einmal an.

*Gruppenarbeit:*

*Die Leiterin stellt die Bierdeckel vor, indem sie einmal die roten „Parolen“ für alle TN vorliest. Dann teilt sie die TN in Kleingruppen ein und verteilt die Kopien (eine Gruppe von 4-6 TN beschäftigt sich mit je einem Bierdeckel, die Leiterin benennt die Gruppe: Gruppe 1 nimmt sich Bierdeckel 1 vor, Gruppe 2 Bierdeckel 2 usw.).*

*Die Kleingruppen beschäftigen sich ca. 10-15 Minuten mit folgenden Fragen (siehe Arbeitsblatt).*

**Fragen:**

- Sehen Sie sich die rote „Parole“ an und lesen Sie die darunter stehende Erklärung (vor). Ist alles verständlich?
- Ist Ihnen so eine (oder ähnliche) Parole schon einmal begegnet?
- Was würden Sie spontan antworten?
- Sehen Sie sich nun die blaue Seite an und lesen die Ausführungen (vor).
- Wie würden Sie jetzt antworten? Probieren Sie es aus, indem Eine die Parole nennt und eine/mehrere Andere eine Antwort formulieren.
- Denken Sie bei Ihren Gesprächen daran: „Radikale Höflichkeit!“ ☺



*Danach kommen alle im Plenum zusammen und melden zurück (ggf. eine für jede Gruppe), was Sie besprochen haben. Gruppe 1 stellt „ihre“ Parole vor und formuliert mögliche Antworten. Wenn eine weitere Gruppe zur ersten Parole gearbeitet hat, kann sie hier ihre Variante einbringen.*

*Bitte beachten: Die Leiterin kennt ihre jeweilige Gruppe am besten. Wenn sie der Ansicht ist, dass die TN über die Parolen ins Streiten geraten würden, dann bleiben die TN im Plenum und die beiden Seiten der „Bierdeckel“ werden lediglich vorgelesen. Falls es hierbei oder in der Gruppenarbeit zu Auseinandersetzungen kommt, weist die Leiterin auf die Gesprächsregeln hin (radikale Höflichkeit, die verschiedenen Meinungen achten, es geht nicht ums „Rechthaben“). Festzustellen, dass es unterschiedliche Meinungen gibt und kein Konsens möglich ist, ist auch ein Ergebnis. Hilfreich für die Leiterin kann es auch sein, vorab ein wenig in den Internet-Infos zu stöbern (siehe Tipps und Links zur Weiterarbeit). Natürlich können die Tipps und Links auch fotokopiert und an die TN ausgegeben werden.*

## Schluss

Wir alle können etwas tun, selbst wenn wir uns nicht trauen sollten, in der Öffentlichkeit laut zu protestieren und zu argumentieren. Denn oftmals sind es „kleine“ Situationen, in die wir geraten: der Nachbar, die gute Bekannte, die Mitchristin, der Verwandte, der oder die plötzlich etwas sagt, das uns stutzen lässt. Es lohnt sich nachzufragen, wie das gemeint war. Eventuell ist es angesagt, später unter vier Augen noch einmal das Gespräch zu suchen und vorab darüber nachzudenken, welche Argumente man nutzen möchte.

Letztlich ist es immer nötig, bei uns selbst anzufangen, uns selbst auf Vorurteile zu „überprüfen“. Jeder Mensch neigt wohl dazu, andere Menschen auszugrenzen, weil sie anders sind. Allzu leicht ordnen wir „die anderen“ auch pauschal einer Gruppe zu. Aber dabei muss es nicht bleiben. Offenheit, Neugier und Wohlwollen helfen sehr, aus Menschen, die befremdlich „anders“ sind, interessante Menschen zu machen, die wir einfach noch nicht ausreichend kennengelernt haben. Wir können andere einfach anders sein lassen. Unter-

schiede dürfen sein und bestehen bleiben, Diskriminierung nicht.

## Tipps und Links zur Weiterarbeit

- **„Bierdeckel“**, <https://www.kirche-muelheim.de/evangelisch-an-der-ruhr/bierdeckel-gegenstammtischparolen-8119.php>, Interessierte können die Bierdeckel beziehen über das Öffentlichkeitsreferat des Kirchenkreises An der Ruhr, Kontakt: [presse@kirche-muelheim.de](mailto:presse@kirche-muelheim.de)
- **Amadeu-Antonio-Stiftung**, Stärkung der demokratischen Zivilgesellschaft, Novalisstraße 12, 10115 Berlin, <https://www.amadeu-antonio-stiftung.de>, Tel.: +49 (0)30 240 886 10, Umgang mit gruppenbezogener Menschenfeindlichkeit, Argumentationshilfen, viele Unterthemen, reichhaltiges Material zur Info und Weiterarbeit.
- **BAGKR Bundesarbeitsgemeinschaft Kirche und Rechtsextremismus**, [www.bagkr.de](http://www.bagkr.de), c/o Aktion Sühnezeichen Friedensdienste, Auguststraße 80, 10117 Berlin, Tel. 030/28395-184, Ökumenisches Netzwerk, das sich mit der Wahrnehmung und Bearbeitung von gruppenbezogener Menschenfeindlichkeit im Raum der Kirche befasst, Informationen, Publikationen, Termine, Webinare, etc.
- **Bundeszentrale für politische Bildung bpb**, [www.bpb.de](http://www.bpb.de), Adenauerallee 86, 53113 Bonn, Tel +49 (0)228 99515-0, E-Mail: [info@bpb.de](mailto:info@bpb.de); Über das Suchfeld reichhaltige Infos z.B. zu Rassismus, Menschenfeindlichkeit, u.a. sehr gute Erklär-Videos, Publikationen, etc., z.B. <https://www.bpb.de/mediathek/230610/gruppenbezogene-menschenfeindlichkeit>
- **Netzteufel** <https://www.netzteufel.eaberlin.de>, **Evangelische Akademie zu Berlin**, „Der Teufel auch im Netz, Charlottenstraße 53/54, 10117 Berlin, Tel.: (030) 203 55-0; „Netzteufel“ analysiert in Social Media die Verbreitung gruppenbezogener Menschenfeindlichkeit im Namen des christlichen Glaubens. Auf der Homepage u.a. Möglichkeit, sich durch „Toxische Narrative“ zu klicken, einen Workshop zu buchen und auch selbst zu erlernen.



- **“Unser Ziel: Kleiner 5” („<5“):** motivieren und unterstützen Menschen, aktiv gegen Rechtspopulismus zu werden, [www.kleinerfuenf.de](http://www.kleinerfuenf.de) Kleiner Fünf / Tadel verpflichtet! e.V., c/o Wildcorn, Paul-Lincke-Ufer 41, 2. HH 10999 Berlin; Homepage: u.a. Aktionen, Argumentationshilfen, Spiel der „radikalen Höflichkeit“ – wie würde ich reagieren?



---

## Arbeitsblatt

### Fragen für ein Gespräch über die „Bierdeckel“

- Sehen Sie sich die rote „Parole“ an und lesen Sie die darunter stehende Erklärung (vor). Ist alles verständlich?
- Ist Ihnen so eine (oder ähnliche) Parole schon einmal begegnet?
- Was würden Sie spontan antworten?
- Sehen Sie sich nun die blaue Seite an und lesen die Ausführungen (vor).
- Wie würden Sie jetzt antworten? Probieren Sie es aus, indem Eine die Parole nennt und eine/mehrere Andere eine Antwort formulieren.
- Denken Sie bei Ihren Gesprächen daran: „Radikale Höflichkeit!“ 😊

## Kopiervorlage 1

1

### „Lügenpresse!“ „Meinungskultur!“



Vermeintliche „Eliten“ wie Politikerinnen und Kirchenleuten wird unterstellt, den vorgeblich wahren Willen des „Volkes“ zu unterdrücken. Auch die Medien werden diesen Eliten zugerechnet, „Zensur!“ lautet der Vorwurf. PopulistInnen unterstellen, dass es einen einheitlichen „Volkswillen“ gibt, der sich von der (vorgeblich einheitlichen) in Medien veröffentlichten Meinung unterscheidet. Populistische Akteure reklamieren den „Volkswillen“ für sich und machen sich selbst zu dessen erstem Vertreter.

**Wir müssen reden!**



2

### „Wir werden islamisiert“



Wer von der „Islamisierung“ des so genannten „christlichen Abendlandes“ spricht, legt nahe, dass es sich um eine Bedrohung handle, die von MuslimInnen ausgeht. Das Szenario der „Islamisierung“ unterstellt, es gäbe eine aggressive Haltung von Musliminnen und Muslimen, vielleicht sogar den Willen zur „feindlichen Übernahme“ gegenüber der westlichen Welt. Das legt den Gedanken nahe, dass man sich dagegen wehren müsse. Schnell ist das Miteinander von Aggression geprägt, an Stelle von Dialog und Austausch.

**Wir müssen reden!**



### „Schmarotzer, die das Sozialsystem unterwandern“



Diese Redeweise erklärt Geflüchtete zu Faulenzern, die ungerechtfertigt Geld oder andere Leistungen beziehen. So werden viele verschiedene Menschen, die in Deutschland ein neues Leben suchen, über einen Kamm geschert und als Bedrohung des westlichen Wohlstands dargestellt.

Wer pauschal alle nach Deutschland Kommenden als Schmarotzer, oder etwas milder als „Wirtschaftsmigranten“ bezeichnet, stellt das Grundrecht auf Asyl zwar nicht in Frage – gesteht es aber den „Migranten“ auch nicht zu.

**Wir müssen reden!**



3

### „Gender-Gaga!“



Mit Kampfbegriffen, wie „Gender-Gaga“ verbreiten PopulistInnen Ängste und Unwahrheiten. Dazu gehört die Behauptung, die Gender-Forschung zielt auf die Aufhebung jeglicher Geschlechtlichkeit. Es wird geleugnet, dass zwischen einem biologischen Geschlecht (englisch: sex) und einem sozial geformten Geschlecht (englisch: gender) unterschieden werden kann. Begriffe wie „Genderwahn“ transformieren ein diffuses Feindbild gegen weibliche Emanzipation sowie gegen sexuelle Minderheiten. Diese Redeweise dient oft als Vorwand dafür, Minderheiten in ihren Rechten zu beschneiden.

**Wir müssen reden!**



4



## Kopiervorlage 2

1

### Wir streiten fair



Es gibt unterschiedlichste politische Auffassungen in der Gesellschaft, so dass von dem einen „Volkswillen“ keine Rede sein kann. Auch in Medienberichten kommen konträre Meinungen zum Ausdruck.



Wenn jemand für eine Äußerung Kritik einsteckt, bedeutet das nicht, dass er/sie diese Meinung nicht äußern darf. Sachliche Kritik gehört zur demokratischen Kultur. Außerdem: Wie könnten wir Meinungsdictatur leben, wenn wir zugleich darüber öffentlich diskutieren?



Besteht der Witz nicht darin, nach dem Balken im eigenen Auge zu fragen, statt auf andere zu zeigen (Matthäus 7,3)? Wir als Kirche stehen für lebendige und faire Diskussion.

[www.frieden.kirche-muelheim.de](http://www.frieden.kirche-muelheim.de)

2

### Frieden ist Ziel von Muslimen UND Christen



In Bibel und Koran ist das friedliche Zusammenleben ein zentraler Wert. Die allermeisten Christen und Muslime wissen das sehr zu schätzen.



Die christlich und die muslimisch geprägte Welt sind in sich vielfältig, mit Liberalen und Fundamentalisten hier und dort. – Ja, es gibt Menschen, die im Namen des Islam Gewalt verbreiten. Daraus kann man aber nicht auf „die Muslime“ schließen. Im Gegenteil: Viele Flüchtlinge suchen gerade Schutz vor der Gewalt des selbsternannten „Islamischen Staates“.



Als ChristInnen treten wir gemeinsam mit unseren muslimischen Nachbarn für ein friedlichen Zusammenleben ein.

[www.frieden.kirche-muelheim.de](http://www.frieden.kirche-muelheim.de)

3

### Wir spielen bedürftige Gefühle nicht gegen bedürftige Einheimische aus



Die Kirche tritt für alle Schwachen ein: für Witwen und Waisen, Fremde und Arme, wie es in der Bibel heißt. Mit anderen Worten: für Rentnerinnen und Rentner, Arbeitslose und auch für Geflüchtete.



Auch biblische Heldinnen und Helden waren Flüchtlinge, wie Maria, Joseph und Jesus, das Volk Israel, und viele Weitere.



Wirtschaftliche Not ist für Viele ein Grund, die Heimat zu verlassen. Nicht zuletzt unser Konsum trägt zur Not in anderen Teilen der Welt bei.

[www.frieden.kirche-muelheim.de](http://www.frieden.kirche-muelheim.de)

4

### Gendervielfalt ist völlig okay



Es gibt Frauen, die Frauen lieben, Männer, die Frauen werden wollen, Menschen, deren Geschlecht nicht eindeutig zugeordnet werden kann, und und und.

Das ist Vielfalt – und die muss nicht in vermeintlich „geordnete Bahnen“ gelenkt werden.



Paulus schreibt: „Da ist nicht männlich noch weiblich, nicht jüdisch noch griechisch, nicht Herr noch Knecht. Wir sind alle eins in Christus“ (Galater 3,28). Ihn sollten wir als radikale Aufforderung zur Gleichberechtigung in Christus verstehen.



Christinnen und Christen respektieren jeden Menschen als ein in Gott geliebtes Geschöpf.

[www.frieden.kirche-muelheim.de](http://www.frieden.kirche-muelheim.de)



## Aktion 1: Frauen stehen auf

### Kreative Aktionsbeispiele von Frauen aus aller Welt

Zeit	ca. 60 min.
Inhalt	Kennenlernen von verschiedenen kreativen Frauen-Protestaktionen
Methode	Diskussionsrunde in Kleingruppen und im Plenum
Geeignet für	alle Gruppen
Material	Kopiervorlage mit Beispielen der Protestaktionen

#### Einleitung

Seit Jahren gehen Frauen weltweit auf die Straße und protestieren für Geschlechtergerechtigkeit, eine saubere Umwelt, gegen Gewalt, für Frieden, für mehr Chancengleichheit... Die UN Women (Einheit der Vereinten Nationen für Gleichstellung und Ermächtigung der Frauen) stellen 25 Jahre nach der letzten großen Frauenkonferenz in Peking fest, dass die Verpflichtungen und Zusagen von 189 Ländern, sich für eine geschlechtergerechte Welt einzusetzen, ins Stocken geraten sind und sogar hart erkämpfte Fortschritte rückgängig gemacht werden. Von einer Umverteilung von Macht und Ressourcen zwischen den Geschlechtern sind wir noch immer weit entfernt, heißt es in den Veröffentlichungen von UN Women. Die Verpflichtungen wurden nicht in die Tat umgesetzt. (<https://www.unwomen.de/informieren/internationale-vereinbarungen/pekinger-erklarung-und-aktionsplattform.html>)

Auch in unserem Land lohnt es sich nach wie vor aufzuzeigen, dass es noch ein weiter Weg ist bis zu einer geschlechtergerechten Welt. Hier nur einige Beispiele:

- Nach wie vor erhalten Frauen fast 20% weniger Gehalt. Seit 15 Jahren wird durch verschiedene Aktionen auf diese Ungleichbehandlung hingewiesen. Trotz „Gender-Pay-Gap-Day“ und Versprechungen von Unternehmen und Industrie gehen Wissenschaftler\*innen davon aus, dass es beim heutigen Tempo bis in das Jahr 2070 dauern wird, bis das Ziel einer gleichen Bezahlung erreicht ist.
- Die deutsche Regierung schreitet mit einer Gesetzesvorlage ein, um eine Quotierung bei

der Besetzung von Vorständen und Aufsichtsräten zu erreichen. Die Selbstverpflichtung der Unternehmen in den letzten Jahren hat nichts verändert.

- Bei uns in Deutschland müssen Schutzhäuser für Frauen, die ständig überbelegt sind, jedes Jahr erneut um ihre finanzielle Absicherung kämpfen.
- Das Vorhaben, eine paritätische Besetzung der kirchlichen Leitungs- und Entscheidungsgremien umzusetzen, ist bis heute, 30 Jahre nach den Beschlüssen der Synode von Bad Krozingen, nicht erreicht.

Weltweit gibt es spannende Aktionen von Frauen, die auf Missstände aufmerksam machen. Sie sind kreativ, sehr unterschiedlich und regen zur Diskussion innerhalb der Gesellschaft an.

#### Beispiele von Frauen-Aktionen rund um die Welt

##### • Chile-AKTION „Die Stadt der Frauen“

Im März 2020 haben Chiles Feministinnen über Nacht mehr als 60 Plätze, Denkmäler und Parks der Hauptstadt umbenannt. Die Namen der berühmten Männer haben sie überklebt und sie mit violetten Tüchern markiert – der Farbe des feministischen Protests. „Diese Aktion ermöglicht uns, im öffentlichen Raum aufzutauchen, wo wir sonst nicht genannt werden, mit unseren eigenen Namen und unseren eigenen Erinnerungen“, sagte Javiera Manzi, eine der Organisatorinnen. Schon ein Jahr zuvor hatten sie in einer Nachtaktion alle U-Bahn-Stationen in Santiago mit Frauennamen umbenannt. (<https://www.sueddeutsche.de/panorama/weltfrauentag-chile-feminismus-1.4830272>)



- **Mexiko-AKTION „Ein Tag ohne Frauen“**

Supermärkte ohne Kassiererinnen, Schulen ohne Schülerinnen, Unis ohne Studentinnen, Nachrichtensendungen ohne Moderatorinnen und Busse und Bahnen ohne weibliche Passagiere. Mexiko erlebte einen historischen Montag, an dem Millionen Frauen für einen ganzen Tag aus dem öffentlichen und oft auch dem virtuellen Leben verschwanden, um zu zeigen, wie eine Gesellschaft ohne sie aussehen würde. „So merken die Männer und die Gesellschaft hoffentlich, dass sich was ändern muss. Wir sind wütend und wollen nicht mehr in Angst davor leben, überfallen, misshandelt oder ermordet zu werden“, sagt eine der Aktivistinnen, die 2012 das Mahnmahl für die getöteten Frauen in Mexiko entworfen hat.

(<https://www.blickpunkt-lateinamerika.de/artikel/mexiko-ein-tag-ohne-frauen/>)

- **Argentinien-AKTION „Nicht eine weniger“**

Auf den Plakaten stehen meist nur drei Wörter: „Ni una menos“ – „Nicht eine Frau weniger“. Unter diesem Motto fand im Juni 2015 erstmals ein landesweiter Protesttag gegen Frauenmorde statt. „Es ist eine Pflicht für alle Frauen, zu protestieren. Wir müssen öffentliche Plätze besetzen und zeigen, dass wir viele sind, dass wir alle an einem Strang ziehen.“ „Ni una menos“ ist ein Slogan, den heute in Argentinien so gut wie jeder kennt. Die Gruppe von Journalistinnen, die den ersten Protesttag organisierte, ist über den Erfolg und die Nachhaltigkeit ihrer Initiative immer noch erstaunt. Valeria Sampedro, eine junge Reporterin, arbeitet für den privaten Nachrichtenkanal Todo Noticias.

„Uns passierte damals folgendes: Es reichte uns nicht mehr, über die Frauenmorde zu berichten und diese schrecklichen Geschichten zu erzählen. Sondern wir wollten als Frauen, als Bürgerinnen aktiv werden. Alles begann mit dem Tweet einer Kollegin, die fragte: Wollen wir etwa tatenlos zusehen, wie sie uns töten?“

([https://www.deutschlandfunkkultur.de/frauenmorde-in-lateinamerika-argentiniens-frauen-setzen.979.de.html?dram:article\\_id=387427](https://www.deutschlandfunkkultur.de/frauenmorde-in-lateinamerika-argentiniens-frauen-setzen.979.de.html?dram:article_id=387427))

- **Belarus/Weißrussland-AKTION „Der Blumenmarsch der Frauen“**

Seit der umstrittenen Wiederwahl des Machthabers Alexander Lukaschenko Anfang August 2020 gehen

jedes Wochenende mutige Frauen auf die Straße, um für Neuwahlen, Freilassung der politischen Gefangenen und Frauenrechte zu protestieren. Als Zeichen der Solidarität tragen sie weiß-rote Kleidung und sie verteilen Blumen oder tragen sie mit sich als Zeichen des Friedens. Trotz eines immer härteren Vorgehens der Polizeikräfte und regelmäßiger Festnahmen lassen sich die Frauen nicht entmutigen.

(<https://www.handelsblatt.com/politik/international/protest-frauen-in-weissrussland-demonstrieren-gegen-staatschef-lukaschenko/26241454.html?ticket=ST-8490196-fIU1rNRcAyAtfPadOMiM-ap6>)

- **Island-AKTION „Frauenruhetag“**

Am 24. Oktober 1975 legten über 90% der isländischen Frauen ihre Arbeit nieder. Dieser landesweite Generalstreik wurde von der feministischen Frauengruppe der „Roten Strümpfe“ über fünf Jahre vorbereitet. Sie mobilisierten Frauen aus allen Generationen, Berufsgruppen, Schichten. Die Frauen solidarisierten sich landesweit und stellten – für sie teilweise überraschend – fest, welche Wirkkraft sie hatten. Nichts funktionierte mehr. Unternehmen mussten schließen, Laufbänder blieben stehen, Männer mussten ihre Kinder mit zur Arbeit nehmen. Kinos, Supermärkte, Ticketverkaufsstellen blieben zu. Auch Hausfrauen verließen für einen Tag ihren Arbeitsplatz. Diese Erfahrung hat die isländischen Frauen bestärkt, sich für ihre Rechte einzusetzen. Noch heute findet in regelmäßigen Abständen ein „Frauenruhetag“ in Island statt, bei dem auch die Regierungschefin des Landes pünktlich ihren Arbeitsplatz verlässt und mit den Frauen auf die Straße geht. In Island hat sich seit 1975 viel geändert. Hier bezeichnen sich heute auch die Männer als Feministen und es gilt als unmännlich, als Mann die eigenen Kinder nicht in die Schule oder den Kindergarten zu bringen. Das Weltwirtschaftsforum untersucht jedes Jahr in 153 Ländern, wie es um die Gleichstellung der Frau bestellt ist. Das Fazit ist seit elf Jahren in Folge gleich: In Island lässt es sich als Frau am besten leben.

(<http://emanzipationhumanum.de/deutsch/frauenstreik.html>,  
<https://wienerin.at/frauenparadies-island-sind-hier-wirklich-alle-gleich>,  
<https://epaper.neue.at/politik/2020/03/07/das-geheimnis-der-frauen-aus-dem-nordland.neue>)



- **Österreich-AKTION „Solange ... bin ich Feminist:in“**

Das Kunstprojekt SOLANGE von Katharina Cibulka und ihren Mitstreiterinnen ist in einigen Großstädten von Österreich nicht zu übersehen. Es sind Sätze wie:

- SOLANGE MACHT DAZU VERFÜHRT, FRAUEN ZU MISSBRAUCHEN, BIN ICH FEMINIST.
- SOLANGE GLEICHBERECHTIGUNG EINE EWIGE BAUSTELLE IST, BIN ICH FEMINISTIN.
- SOLANGE GOTT EINEN BART HAT, BIN ICH FEMINIST.
- SOLANGE FRAUENPOWER ALS ENERGIEQUELLE UNTERBEWERTET IST, BIN ICH FEMINISTIN.
- SO LANGE FRAUEN FÜR RECHTE KÄMPFEN MÜSSEN, DIE MÄNNER IMMER SCHON HABEN, BIN ICH FEMINIST.



© CIBULKA SOLANGE

Mit Kabelbinder und Tüll bestickte Staubschutznetze werden auf Baustellen montiert. Die großformatigen, im traditionellen Kreuzstich eingestickten Botschaften verdeutlichen für die Künstlerin die anhaltende Notwendigkeit feministischer Forderungen. Die Themenbereiche für die Slogans werden aus zahlreichen Gesprächen rund um das Thema Feminismus entwickelt. Im Fokus steht das Hinterfragen aktueller gesellschaftlicher Machtstrukturen.

(<http://www.katharina-cibulka.com/solange.html>)



© CIBULKA SOLANGE

### Gesprächsrunde

Auch Sie sind jetzt herzlich eingeladen, über die folgenden Beispiele ins Gespräch zu kommen;

- Was denken Sie über die Notwendigkeit der hier vorgestellten „Aufsteh-Aktionen“ von Frauen?
- Fällt Ihnen ein Satz oder eine Forderung zum Thema Gleichstellung der Geschlechter ein, den Sie gerne weit sichtbar machen würden? (So wie die riesigen Installationen der österreichischen Künstlerin Katharina Cibulka)

Diskutieren Sie über die folgenden Fragen:

- Welche Themen greifen die Frauen auf?
- Was wollen die Frauen mit ihrer Aktion bewirken?
- Was hat die Aktion Ihrer Meinung nach bewirkt?
- Würden Sie an einer solchen Aufsteh-Aktion teilnehmen?
- Was wünschen Sie den Frauen?
- Zu welcher eigenen Aktion regen Sie die hier vorgestellten Aktionen an?



© CIBULKA SOLANGE



## Aktion 2: Farben und Symbole – Ein Quiz

Farben, Symbole und Logos von Interessensgruppen, Organisationen oder Aktionsbündnissen

Zeit	ca. 45 Minuten
Inhalt	Kennenlernen unterschiedlicher Farben und Symbolen in Zusammenhang mit „Aufstehaktionen“
Methode	Quiz zum Ankreuzen, zu jedem Symbol gibt es drei Antworten.
Geeignet für	alle Gruppen
Material	Kopiervorlage Quiz für jede Teilnehmerin oder jeweils für eine Kleingruppe, Stifte

### Einleitung

Um auf spezielle Themen und gesellschaftliche Probleme hinzuweisen, nutzen Interessensgruppen oft Farben, Symbole und Logos für Pressemitteilungen, Demonstrationsplakate und -schilder als Wiedererkennungswert.

### Gruppenarbeit

(in Einzelarbeit oder in Kleingruppen)

In diesem Quiz erhalten Sie zu jedem Symbol drei Antworten. Kreuzen Sie die jeweils richtige Antwort an.

Tauschen Sie sich anschließend im Plenum über Ihre Antworten aus.

### Auflösung für die Leiterin

Richtige Antworten:

1 a/ 2 b/ 3 c/ 4 b/ 5 c/ 6 a/ 7 b/ 8 a/ 9 a, b, c/ 10 b/ 11 c

Quellenangaben zu den Fotos

Zu 1) <http://www.kleiner-kalender.de/event/tag-der-informationsfreiheit/97797.html>

Zu 2) <https://www.unwomen.de/informieren/internationale-vereinbarungen/pekinger-erklarung-und-aktionsplattform/generation-equality.html>

Zu 3) <https://www.behindertenrechtskonvention.info/bildung-3907/>

Zu 4) <https://www.npla.de/lexikon/wiphala/>

Zu 5) [https://www.youtube.com/watch?v=pmVGBEV9U\\_E](https://www.youtube.com/watch?v=pmVGBEV9U_E)

Zu 6) [https://de.wikipedia.org/wiki/Ein\\_Logo\\_f%C3%BCr\\_Menschenrechte](https://de.wikipedia.org/wiki/Ein_Logo_f%C3%BCr_Menschenrechte)

Zu 7) <https://www.unwomen.de/informieren/beendigung-der-gewalt-gegen-frauen/16-tage-zur-beendigung-der-gewalt-gegen-frauen-2018.html>

Zu 8) <http://www.onebillionrising.de/>

Zu 9) <https://de.wikipedia.org/wiki/Regenbogenfahne>

Zu 10) <https://www.oikoumene.org/de/news/thursdays-in-black-campaign-relaunches-efforts-to-end-rape-and-violence>



## Quiz

<p>1</p> 	<p>a. Diese Fahne steht für die Forderung nach Informationsfreiheit.                  b. Diese Fahne steht für die Forderung nach ausreichend Grünflächen in den Großstädten.                  c. Diese Fahne steht für die Forderung nach Internetzugang für alle; besonders im ländlichen Raum (in Zeiten der Pandemie besonders wichtig).</p>
<p>2</p> 	<p>a. Unter diesem Logo fordert die Jugend aller sozialistischen Parteien mehr Mitspracherechte für junge Menschen unter 18 Jahren in der Politik.                  b. Unter diesem Logo startet UN Women nach 25 Jahren Frauenkonferenz Peking die generationsübergreifende Kampagne: „Generation Gleichberechtigung – Frauenrechte verwirklichen“.                  c. Unter diesem Logo fordern die Pfadfinder*innen weltweit mehr Gerechtigkeit, besonders für die Länder des südlichen Erdballs.</p>
<p>3</p> 	<p>a. Dieses Logo steht für die Bedeutung und das Verbindende von Kunst und Malerei weltweit.                  b. Dieses Logo fordert das Recht auf einen kostenfreien Kindergartenplatz ab dem 3. Lebensjahr.                  c. Dieses Logo steht für die UN-Behindertenrechtskonventionen für ein inklusives Bildungssystem auf allen Ebenen und lebenslanges Lernen.</p>
<p>4</p> 	<p>a. Dieses Quadrat aus vielen bunten Quadraten steht für die Rettung der traditionellen Handwerkskunst des „Quiltens“. Einmal im Jahr geht in Großbritannien eine große Menschenmenge mit solchen bunten Fahnen auf die Straße.                  b. Dieses Quadrat aus vielen bunten Quadraten ist die gemeinsame Fahne der indigenen Andenvölker. Bei allen Aktionen und Veranstaltungen, wo es um die Einforderung ihrer Rechte geht, ist die Fahne zu sehen.                  c. Dieses Quadrat aus vielen bunten Quadraten steht für das friedliche Zusammenleben einer bunten Gesellschaft. Es ist besonders in der Hausbesetzerszene in Berlin bekannt. Einmal im Jahr wird dort die Fahne aus dem Fenster gehängt, als Zeichen für mehr multikulturelles Zusammenleben und Inklusion.</p>
<p>5</p> 	<p>a. Rote Schuhe auf einen großen Platz verteilt ist eine Protestaktion der klassischen Tanzschulen, da die Tradition des Abschlussballs verloren geht und sie sich für ein Fortbestehen einsetzen.                  b. Rote Schuhe auf einen großen Platz verteilt ist eine Protestaktion der heimischen Schuhindustrie gegen Kinderarbeit in den Billigschuhfabriken in Asien.                  c. Rote Schuhe auf einen großen Platz verteilt ist eine Protestaktion am Tag gegen Gewalt gegen Frauen und die häufigen Morde an Frauen durch ihre Lebenspartner.</p>



<p>6</p> 	<p>a. Das Logo für „Menschenrechte“ wurde am 23. September 2011 vor der UN Generalversammlung vorgestellt. Es wurde aus 15.300 Vorschlägen aus mehr als 190 Ländern von einer Jury ausgewählt. Das Logo soll die Menschen begleiten, die sich weltweit für Menschenrechte einsetzen.</p> <p>b. Das Logo für „Sauberes Wasser für Meeresvögel“ wurde in Zusammenhang mit den Meeressäuberungen von Plastik als international anerkanntes Symbol von einer niederländischen Künstlerin entworfen.</p> <p>c. Das Logo für „Frieden und Gerechtigkeit“ wurde von einer Erzieherin entwickelt. Ihre Grundidee war, dass durch Fingerfarben-Handabdrücke die Kindergartenkinder dieses Logo sehr leicht herstellen können und das Thema „Frieden und Gerechtigkeit“ schon im Kindergarten spielerisch thematisiert wird.</p>
<p>7</p> 	<p>a. Der Aufruf „Orange the world“ bekommt jedes Jahr am 27. April bei unseren Nachbarn eine große Bedeutung. Alle Niederländer sind dazu aufgerufen, sich zu Ehren des Königstages und dem gemeinsamen Bestreben nach friedlichem Zusammenleben orange zu kleiden.</p> <p>b. Der Aufruf „Orange the world“ ging im Jahr 1991 das erste Mal um die Welt. Es ist die Aufforderung vom 25. November bis 10. Dezember durch besondere Aktionen auf das weltweite Problem „Gewalt gegen Frauen“ aufmerksam zu machen.</p> <p>c. Der Aufruf „Orange the world“ ist einmal im Jahr der Aufschrei der internationalen Müllentsorgungs-Gewerkschaft. Mit ausgefallenen Aktionen machen die aktiven Müllmänner und -frauen auf die jährliche Zunahme des Plastikmülls aufmerksam und auf das große Problem der richtigen Entsorgung.</p>
<p>8</p> 	<p>a. „One Billion Rising“ ist eine weltweite Kampagne für ein Ende der Gewalt gegen Frauen und Mädchen und für Gleichstellung. Sie wurde im September 2012 von der New Yorker Künstlerin und Feministin Eve Ensler initiiert.</p> <p>b. Das Plakat zu „One Billion Rising“ ist das gemeinsame Logo der Berufsgruppe der Hebammen. Es steht für das Recht auf freie Hebammenwahl und Hausgeburt. Das Plakat ist bei den Aktionswochen der Hebammen gegen die Erhöhung der Versicherungskosten im Jahr 2015 entstanden.</p> <p>c. „One Billion Rising“ ist eine weltweite Kampagne für gesunde Bewegung und gesundes Leben. Am Aktionstag, am 14. Februar wird dazu aufgerufen, den Tag mit dem Sonnengruß zu beginnen. Hierzu kommt die Anleitung von einer ausgebildeten Yogalehrerin immer aus einem anderen Teil der Welt.</p>



<p style="text-align: center;">9</p> 	<p>Die Regenbogenfahne steht in zahlreichen Kulturen weltweit für Aufbruch, Veränderung und Frieden, und sie gilt als Zeichen der Toleranz und Akzeptanz, der Vielfalt von Lebensformen, der Hoffnung und der Sehnsucht.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Schon zur Zeit der deutschen Bauernkriege war die Regenbogenfahne Zeichen einer neuen Zeit, der Hoffnung und Veränderung. So verband Thomas Müntzer mit der Verkündigung des Evangeliums sozialrevolutionäre Forderungen und als Zeichen hierfür die Farben des Regenbogens. Der Farbverlauf ist hier von Rot/oben nach Blau/ unten.</li> <li>Die Regenbogenfahne ist das weltweite verbindende Zeichen der Lesben- und Schwulenbewegung seit den 70er Jahren. Sie besteht aus sechs Farben.</li> <li>Die Regenbogenfahne steht seit den 60er Jahren für die Friedensbewegung. Sie hat ihren Ursprung in Italien und wird weltweit bei Anti-Kriegs-Demonstrationen genutzt. Die Farben der Fahne stehen im Vergleich zum natürlichen Regenbogen auf dem Kopf.</li> </ol>
<p style="text-align: center;">10</p> 	<ol style="list-style-type: none"> <li>Die Aktion „Donnerstags in Schwarz“ steht in Zusammenhang mit der Forderung nach mehr Tierschutz. Jeden Donnerstag versammeln sich Menschen schwarz gekleidet vor Großschlachtereien, Tierfarmen mit Massentierhaltung, um auf das Problem aufmerksam zu machen.</li> <li>Die Aktion „Donnerstags in Schwarz“ hat seinen Ursprung in der Dekade des Ökumenischen Rats der Kirchen „Kirche in Solidarität mit den Frauen“. Jeden Donnerstag sollen sich die Menschen schwarz kleiden, die sich gegen Gewalt gegen Frauen stellen und auf das weltweite Problem aufmerksam machen.</li> <li>Die Aktion „Donnerstags in Schwarz“ beruht auf einer deutschlandweiten Solidaritätsaktion mit den Frauen in Indien, die jeden Donnerstag schwarz gekleidet vor den Produktionsstätten von Coca-Cola protestieren, um auf die extreme Verschmutzung des Trinkwassers hinzuweisen.</li> </ol>
<p style="text-align: center;">11</p> 	<ol style="list-style-type: none"> <li>Dieses Handzeichen gehört zu den neuen internationalen Regeln für Zoomkonferenzen. Die ausgestreckten Finger weisen auf die Minuten hin, die anschließende geschlossene Faust zeigt das Ende der Redezeit.</li> <li>Dieses Handzeichen gehört zu den neuen internationalen Regeln für Zoomkonferenzen. Hierüber wird angezeigt, in wieviel Minuten die Teilnehmer*innen automatisch in Gesprächsgruppen aufgeteilt werden.</li> <li>Dieses Handzeichen gehört zu den neuen internationalen Regeln für Zoomkonferenzen in Zeiten der Pandemie. Durch diese Handbewegung von ausgestreckter Hand mit innen liegendem Daumen und anschließender Faust macht die Gesprächspartnerin deutlich, dass sie dringend Hilfe benötigt, da sie aktuell von häuslicher Gewalt bedroht ist.</li> </ol>



## Aktion 3: Was bringt uns in Bewegung? Jahres- und Gedenktage, die zum Aufstehen aufrufen

Zeit	ca. 60 Minuten
Inhalt und Ziele	Welche Bedeutung haben jährlich wiederkehrende Gedenktage?
Methode	Einzelarbeit, Diskussionsrunde in Kleingruppen und im Plenum
Geeignet für	alle Gruppen
Material	Kopiervorlage Gedenktage durch das Jahr ( 1 Kopie pro Teilnehmerin, verschiedenfarbige Stifte zum Kennzeichnen, Papier und farbige Stifte (grün, gelb, blau, rot).

### Einleitung

Jedes Jahr gibt es immer wiederkehrende Gedenktage. Einige sind uns vertraut, andere gehen vorbei, ohne dass wir ein Gedenken bemerken. Bei einigen Gedenktagen gehen Menschen auf die Straße, um für dieses Thema zu protestieren. Sie stehen auf für ihr Anliegen und für eine Verbesserung in der Zukunft.

Überlegen Sie gemeinsam:

- Welche Gedenktage sind uns vertraut?
- Welche Gedenktage finden wir sinnvoll?
- Welche „Aufstehaktionen“ zu Gedenktagen sind uns bekannt?
- Zu welchen Gedenktagen wäre es für Frauen wichtig aufzustehen?
- Welche neue „Aufstehaktion“ zu welchem Gedenktag fällt uns ein?
- Was sollte das „Aufstehen“ bewirken?

### 1. Einzelarbeit

Gehen Sie die Liste der Gedenktage mit vier verschiedenfarbigen Stiften durch und kennzeichnen Sie mit

- grün: Ist mir bekannt.
- gelb: Ist mir bekannt und finde ich wichtig.
- blau: Ist mir nicht bekannt, aber finde ich wichtig.
- rot: Zu diesem Thema finde ich es gut, wenn Frauengruppen dazu „aufstehen“.

### 2. Gruppenarbeit

Tauschen Sie sich in einer Kleingruppe über die Ergebnisse Ihrer Einzelarbeit aus.

- Einigen Sie sich auf drei Themen, zu denen Frauengruppen aufstehen sollten.
- Halten Sie in Stichpunkten fest, warum Sie sich für die drei Themen entschieden haben.
- Überlegen Sie sich zu einem der drei ausgewählten Themen eine ausgefallene, kreative „Aufstehaktion“.
- Notieren Sie in Stichpunkten, was die Aufstehaktion bewirken soll.

### 3. Plenum

Stellen Sie sich gegenseitig Ihre Ergebnisse vor. Vielleicht kommen Sie zu einem gemeinsamen Gruppenergebnis, für welches Thema Sie 2021/2022 eine Aufstehaktion besonders wichtig halten. Worauf wollen Sie aufmerksam machen und wofür Veränderung bewirken?



## *Jahres- und Gedenktage, die zum Aufstehen aufrufen*

### **Januar**

- 1. Jan. Weltfriedenstag
- 19. Jan. Weltreligionstag
- 20. Jan. Martin Luther King Day
- 27. Jan. Gedenktag für die Opfer des Holocaust  
UNESCO

### **Februar**

- 6. Feb. Tag gegen Genitalverstümmelung
- 11. Feb. Tag des Notrufs 112
- 11. Feb. Tag der Frauen und Mädchen in der  
Wissenschaft UNESCO
- 11. Feb. Sicheres Internet
- 11. Feb. Welttag der Kranken
- 14. Feb. „One Billion Rising“-Tag
- 12. Feb. Tag gegen Kindersoldaten
- 20. Feb. Tag der sozialen Gerechtigkeit

### **März**

- 1. März Null Diskriminierung Tag
- 1. Freitag März Weltgebetstag
- 8. März Internationaler Frauentag UNESCO
- 14. März „Equal Pay Day“ in Deutschland
- 20. März Tag des Glücks
- 21. März Tag gegen rassistische Diskriminierung
- 22. März Weltwassertag UNESCO
- 24. März Tag für die Wahrheit über  
Menschenrechtsverletzungen

### **April**

- 1. Apr. Tag der älteren Generation
- 7. Apr. Weltgesundheitstag
- 23. Apr. Girls' Day/ Mädchen Tag

### **Mai**

- 1. Mai Tag der Arbeit
- 3. Mai Welttag der Pressefreiheit UNESCO
- 5. Mai Gleichstellungstag
- 9. Mai Weltladentag
- 12. Mai Tag der Krankenpflege
- 17. Mai Tag gegen Homophobie
- 21. Mai Welttag der kulturellen Vielfalt  
UNESCO
- 23. Mai Tag des Grundgesetzes
- 28. Mai Frauengesundheitstag

### **Juni**

- 5. Juni Weltumwelttag UNESCO
- 12. Juni Tag gegen Kinderarbeit
- 15. Juni Tag gegen Misshandlung Älterer
- 17. Juni Welttag der Dürre
- 19. Juni Tag gegen sexuelle Konfliktgewalt
- 20. Juni Weltflüchtlingstag UNESCO
- 26. Juni Tag der Folteropfer



© Mabel Amber / Pixabay



## ***Jahres- und Gedenktage, die zum Aufstehen aufrufen***

### ***Juli***

- 11. Juli Weltbevölkerungstag
- 17. Juli Welttag für internationale Gerechtigkeit
- 30. Juli Tag gegen Menschenhandel

### ***August***

- 9. Aug. Tag der indigenen Bevölkerung
- 19. Aug. Tag der humanitären Hilfe
- 23. Aug. Tag des Sklavenhandels UNESCO
- 30. Aug. Tag der Verschwundenen
- 30. Aug. Tag der Todesopfer in Abschiebungshaft

### ***September***

- 1. Sept. Antikriegstag
- 15. Sept. Tag der Demokratie
- 21. Sept. Internationaler Friedenstag UNESCO
- 26. Sept. Tag der Sprachen
- 28. Sept. Intern. Tag des allgemeinen Informationszugangs UNESCO

### ***Oktober***

- 2. Okt. Tag der Gewaltlosigkeit
- 7. Okt. Tag für menschenwürdige Arbeit
- 10. Okt. Welttag gegen die Todesstrafe
- 16. Okt. Welthungertag
- 17. Okt. Tag gegen Armut UNESCO
- 24. Okt. Tag der Vereinten Nationen UNESCO
- 31. Okt. Reformationstag

### ***November***

- 2. Nov. Tag gegen Verbrechen an Journalisten
- 9. Nov. Gedenken an Reichspogromnacht
- 15. Nov. Tag der Autoren hinter Gittern
- 16. Nov. Tag für Toleranz UNESCO
- 20. Nov. Weltkindertag UNESCO
- 25. Nov. Tag gegen Gewalt gegen Frauen
- 29. Nov. Tag der Solidarität mit dem palästinensischen Volk UNESCO

### ***Dezember***

- 1. Dez. Weltaidstag UNESCO
- 5. Dez. Tag des Ehrenamtes
- 9. Dez. Tag der Völkermordopfer
- 10. Dez. Tag der Menschenrechte UNESCO
- 18. Dez. Tag der Migranten
- 20. Dez. Tag der Solidarität

(Quelle: <https://feiertags.info/jahrestage>; <https://www.unesco.de/presse/internationale-tage-und-jahre>)

**NEIN** 25. NOV  
zu Gewalt an Frauen



**Frei  
leben  
— ohne  
Gewalt**



## **Liedvorschläge zum Thema „Aufstehen“**

### **Evangelisches Gesangbuch (eg)**

- eg 206 Liebster Jesu, wir sind hier
- eg 262 Sonne der Gerechtigkeit
- eg 394 Nun aufwärts froh den Blick gewandt
- eg 395 Vertraut den neuen Wegen
- eg 407 Stern, auf den ich schaue
- eg 412 So jemand spricht: Ich liebe Gott
- eg 416 O Herr, mach mich zum Werkzeug deines Friedens
- eg 419 Hilf, Herr, meines Lebens
- eg 420 Brich mit den Hungrigen dein Brot
- eg 425 Gib uns Frieden jeden Tag
- eg 430 Gib Frieden, Herr, gib Frieden
- eg 494 In Gottes Namen fang ich an
- eg 537 Mache dich auf und werde licht
- eg 570 Du, Herr, gabst uns dein festes Wort
- eg 577 Kommt herbei, singt dem Herrn
- eg 608 Erleuchte und bewege uns
- eg 645 Lasst uns miteinander
- eg 658 Laß uns in deinem Namen, Herr, die nötigen Schritte tun
- eg 659 Ins Wasser fällt ein Stein
- eg 664 Wir strecken uns nach dir
- eg 665 Liebe ist nicht nur ein Wort
- eg 667 Wenn das Brot, das wir teilen
- eg 669 Herr, gib mir Mut zum Brückenbauen
- eg 671 Unfriede herrscht auf der Erde
- eg 675 Laß uns den Weg der Gerechtigkeit gehen
- eg 677 Die Erde ist des Herrn
- eg 680 Im Lande der Knechtschaft (Mirjam-Lied)

Speziell zum Thema Auferstehung, z.B.

- eg 116 Er ist erstanden
- eg 60 O herrlicher Tag

### **Wortlaute, Liederheft zum Evangelischen Gesangbuch**

- Steh auf und iss (Nr. 29)
- Einen Schritt weiter (Nr. 83)
- Da wohnt ein Sehnen tief in uns (Nr. 85)
- Wo Menschen sich vergessen (Nr. 90)
- Lebendig und kräftig und schärfer (Nr. 99)
- We are marching in the light of God (Nr. 110)
- Geh unter der Gnade (Nr. 114)

### **Das Liederbuch – Lieder zwischen Himmel und Erde**

- Komm, bau ein Haus (Nr. 10)
- Caminando va (Nr. 117)
- Du bist meine Zuflucht (Nr. 201)
- Steh auf, bewege dich (Nr. 312)
- Aufstehn, aufeinander zugehn (Nr. 313)
- Wir stehen im Morgen (Nr. 416)
- Diesen Tag, Herr, leg ich zurück in deine Hände (Nr. 444)

### **Lieder vom WGT 2020 aus Simbabwe „Steh auf und geh!“**

- Wo immer du auch bist
- Steh' auf
- Durch das Dunkel hindurch

## ***In Aktion 2021 – Aufstehen***

***Evangelische Frauenhilfe im Rheinland e.V.***



Die Evangelische Frauenhilfe im Rheinland lädt ein, mit dem Thema Aufstehen „in Aktion“ zu gehen.

Wofür stehen wir auf? Was bringt uns in Bewegung? Und was hindert uns, gegen Unrecht, Gewalt und Machtmissbrauch zu protestieren und für eine offene, gerechte und lebenswerte Gesellschaft einzutreten?

Wir wollen dazu ermutigen, Position zu beziehen. Es geht um Zivilcourage, Mut und Widerstandskraft.

Lassen wir uns in Bewegung bringen durch vielfältige Aktionsbeispiele von Frauen aus aller Welt, die die wichtige Rolle von Frauen in zivilen Protestaktionen bezeugen.

Lassen wir uns zum Aufstehen ermutigen durch Vorbilder, wie Mahatma Gandhi, Rosa Parks, Martin Luther King oder auch Dietrich Bonhoeffer und Sophie Scholl.

Und nicht zuletzt finden wir in der Bibel Beispiele von Aufgestandenen, Aufstand und Auferstehung mitten im Leben: Elia, der von Gott die Kraft zum Aufstehen bekommt, die Töchter Zelofhads, die für ihr Recht aufstehen, oder die Frauen am Ostermorgen, die aufstehen und die ersten Auferstehungszeuginnen werden.

Als Christ\*innen stehen wir auf aus der Kraft der Verheißung, die uns trägt. Wir sind dazu aufgefordert, Position zu beziehen und Verantwortung zu übernehmen. „Wir brauchen Menschen mit Rückgrat und Widerstandskraft“ (Margot Käßmann). – Es ist Zeit aufzustehen!

### **Herzliche Einladung, mit der Frauenhilfe „in Aktion“ zu gehen**

am: \_\_\_\_\_  
um: \_\_\_\_\_  
in: \_\_\_\_\_

Ansprechpartnerin: \_\_\_\_\_  
Telefon/ E-Mail: \_\_\_\_\_

# In Aktion 2021<sup>+</sup>

Evangelische Frauenhilfe im Rheinland e.V.



## Aufstehen

**Wir laden ein**

um .....

am .....

in .....

.....



