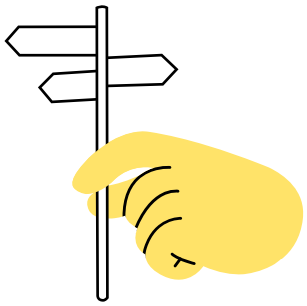
Titel

Frauen*bilder und ich

Praxismethode für die politische Medienbildung



Mareike Bier, Nathalie Emmer, Esther Kuhn, Antonia Sannwald

GMK
Gesellschaft für Medienpädagogik und Kommunikationskultur

Über diese Praxismethode

Frauen*bilder und ich

Praxismethode für die politische Medienbildung

Autorinnen:
Mareike Bier, Nathalie Emmer,
Esther Kuhn, Antonia Sannwald

Projektleitung:
Dr. Valentin Dander
Projektbetreuung: Carolin Rössler,
Melina Honegg

www.hass-im-netz.gmk-net.de
Kontakt: gegenHiN@gmk-net.de

Die Praxismethode *Frauen*bilder und ich*[1] wurde im Rahmen des GMK-Projekts in toneshift – Netzwerk gegen Hass im Netz und Desinformation entwickelt. Die Idee für diese Methode entstand bei einem Methodensprint der GMK im Medienbildungszentrum Süd der Medienanstalt Hessen in Offenbach am Main mit Expert*innen der medienpädagogischen und politischen Bildung. Die Entwicklung der Methoden und die Veröffentlichung wurden von der Hessischen Landeszentrale für politische Bildung finanziell unterstützt.

Das Projekt wird im Rahmen des Bundesprogramms „Demokratie leben!“ vom Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend und dem Fonds Soziokultur gefördert. Für inhaltliche Aussagen und Meinungsäußerungen tragen die Publizierenden dieser Veröffentlichung die Verantwortung.

GMK Gesellschaft für Medienpädagogik und Kommunikationskultur × tone shift Netzwerk gegen Hass im Netz und Desinformation

Gefördert vom Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend im Rahmen des Bundesprogramms Demokratie leben!

FONDS SOZIOKULTUR · MEDIENANSTALT HESSEN · medienbildungszentrum SÜD · HESSEN Hessische Landeszentrale für politische Bildung

[1] Das Sternchen im Titel der Methode ist kein Gendersternchen, sondern bedeutet: Frauen, Mädchen, weibliche Personen.

Lizenzhinweis

CC BY SA

Dieses Material ist unter CC BY-SA 4.0 (Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International) lizenziert. D.h. das Werk darf unter derselben Lizenz sowohl für nichtkommerzielle als auch für kommerzielle Zwecke verbreitet und verändert werden, sofern die Urheber*innen des Originals wie nachfolgend genannt und Änderungen ausgewiesen werden. Wenn das Material bearbeitet, angepasst oder darauf aufgebaut wird, muss das veränderte Material unter denselben Lizenzbedingungen veröffentlicht werden.

Gestaltung

Hanna Niestegge
www.hannaniestegge.de

Frauen*bilder und ich

Bilder davon, wie insbesondere Frauen* auszusehen haben, werden schon früh geprägt. Ob über die Wahrnehmung der Frauen* im eigenen Umfeld oder über Bilder in Kinderbüchern, in Serien, im Internet oder in Zeitschriften: Wirkmächtige Bilder prägen sich schnell ein und schränken in vielerlei Hinsicht die eigene Freiheit und Imagination ein. Besonders die sozialen Medien tragen heute dazu bei, wie Frauen* sich und ihre Körper sehen, nicht nur im Digitalen, sondern auch im Analogen.

Die Methode „Frauen*bilder und ich“ macht diese Vorstellungen sichtbar und lädt dazu ein, die eigene Sichtweise zu reflektieren und mit diesen Bildern kreativ zu arbeiten. Sie ist als Einstieg in vertiefende Gruppen- oder Workshoparbeit gedacht und steht nicht alleine. Daher kann sie vielfältig angewendet und als Impuls für verschiedene Themenschwerpunkte genutzt werden.

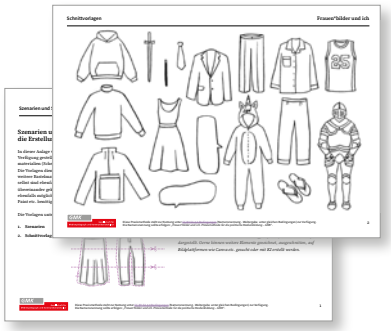
Für die Arbeit mit Geschlechterbildern wird die Methode in ihren Grundzügen erläutert und es werden verschiedene Anschlusssettings vorgeschlagen, in denen mit den Ergebnissen der Methode weitergearbeitet werden kann. Denn diese Methode ist nur dann wirkungsvoll, wenn die aufgewühlten Bilder und Emotionen konstruktiv eingesetzt werden können. Sie kann beispielsweise als **„Warm up“** genutzt werden: Fokus ist dann der Erfahrungsaustausch und die folgende Diskussion als **„Aufhänger“** für die weitere Arbeit am Thema. Alternativ kann sie auch als **„Einstieg für die inhaltliche Arbeit“** oder **„Einstieg in einen performativen Workshop“** genutzt werden.

Diese Praxismethode steht zur Nutzung unter CC BY-SA 4.0 Bedingungen (Namensnennung - Weitergabe unter gleichen Bedingungen) zur Verfügung. Die Namensnennung sollte erfolgen: *„Frauen*bilder und ich. Praxismethode für die politische Medienbildung – GMK“.*

Frauen*bilder und ich

Methodenbeschreibung

Zielgruppen	Kinder, Jugendliche; Fachkräfte & Multiplikator*innen
Altersstufe	ab 10 Jahren, je nach Einsatz auch Erwachsene
Format	Themenanstoß, Impuls, kreatives Arbeiten
Lernziel	Anhand von Collagen oder Visionboards setzen sich die Teilnehmenden mit (vorgegebenen) gesellschaftlichen Situationen auseinander, in denen Auffassungen zu Körperbildern, Rollenbildern oder Verhaltensweisen in Konflikt geraten können. Dabei können eigene Wünsche mit dem Ziel, sich in solchen Situationen wohl zu fühlen, reflektiert sowie mögliche Alternativentwürfe oder Forderungen an das Umfeld formuliert werden.
Kompetenzebenen	Soziale, emotionale und gestalterische Kompetenzen
Dauer	ca. 45 min (ggf. zzgl. Vorbereitung und gemeinsamem Abschluss)
Gruppengröße	Einzelarbeit oder Kleingruppen (2–3 Pers.)
Medien / Material	Anlage „Szenarien und Schnittbögen“, Bastelmaterialien (Papier, Schere, Buntstifte, Klebstoff), weitere Materialien wie Aufkleber, Glitzer, Magazine für Collagen etc. (können auch von den TN selbst mitgebracht werden).



Hinweis:
Die Methode kann alternativ auch digital durchgeführt werden. Hier wird dann allerdings ein digitales Tool wie z.B. Canva, PowerPoint, ein Shared File etc. benötigt

Diese Praxismethode steht zur Nutzung unter CC BY-SA 4.0 Bedingungen (Namensnennung - Weitergabe unter gleichen Bedingungen) zur Verfügung. Die Namensnennung sollte erfolgen: *„Frauen*bilder und ich. Praxismethode für die politische Medienbildung – GMK“.*

Frauen*bilder und ich

Pädagogische Hinweise

Vorüberlegungen & didaktische Hinweise

Beim Thema Geschlechterbilder handelt es sich für manche Teilnehmende um besonders sensible Inhalte. Abwehrreaktionen können beispielsweise die Verweigerung der Teilnahme sein, aber auch das Äußern von verächtlich machenden Aussagen oder der Angriff auf andere Teilnehmende. Hierzu sollten sich durchführende Personen im Vorfeld Gedanken machen: *Gibt es Ausweichmöglichkeiten für betroffene Teilnehmende? Kann in Gruppen auf freiwilliger Basis gearbeitet werden? Sind Wortbeiträge optional? Müssen vor Beginn Gesprächsregeln aufgestellt oder erneuert werden? Müssen Verweise auf mögliche Beratungsstellen mitgedacht werden? Bin ich als durchführende Fachkraft in der Lage, einen solchen Dialog zu moderieren?*

Genauso wichtig ist es, sich über das Ziel der Einheit und die anschließende Diskussion oder Projektarbeit Gedanken zu machen. Was sollen die zu vermittelnden Botschaften sein? Die Methode an sich bietet dazu keine Hinweise, sie dient lediglich als visualisierter Einstieg in das Thema.

Erforderliches Vorwissen

bei der Fachkraft	Grundlegende Narrative der gruppenbezogenen Menschenfeindlichkeit kennen und widerlegen können, Umgang mit sensiblen Gesprächsthemen und sichere Diskussionsführung
bei den Teilnehmenden	Sensibilisierung gegenüber dem Vorhandensein gruppenbezogener Menschenfeindlichkeit und deren Auswirkungen

Diese Praxismethode steht zur Nutzung unter CC BY-SA 4.0 Bedingungen (Namensnennung - Weitergabe unter gleichen Bedingungen) zur Verfügung. Die Namensnennung sollte erfolgen: *„Frauen*bilder und ich. Praxismethode für die politische Medienbildung – GMK“.*

Frauen*bilder und ich

Haltung

bei der Fachkraft

Diskriminierungssensible und vorurteilsbewusste Haltung. Ein gutes Gefühl für Gruppen und die Auswahl einer passenden Methodenvariante für diese Gruppe. Fähigkeit zur Rahmung reproduzierter Stereotype und Vorurteile, ohne den Teilnehmenden ihre Erfahrungen abzusprechen.

→

Haltungen und Aussagen, die sich gegen die Menschenwürde, Gleichberechtigung und demokratische Werte richten, müssen und sollten nicht hingenommen werden, sondern bedürfen der professionellen pädagogischen Einordnung und Bearbeitung.

Mögliche herausfordernde Reaktionen der Gruppen:	**Umgang damit:**
Reproduktion von menschenfeindlichen Narrativen	Einfangen und Rahmen
Betroffenheit (durch Thematisierung oder Reproduktion)	Einfangen und Rahmen
Verweigerung der Mitarbeit	Ausweichräume anbieten, Rahmen und Versorgen

Diese Praxismethode steht zur Nutzung unter CC BY-SA 4.0 Bedingungen (Namensnennung - Weitergabe unter gleichen Bedingungen) zur Verfügung. Die Namensnennung sollte erfolgen: *„Frauen*bilder und ich. Praxismethode für die politische Medienbildung – GMK“.*

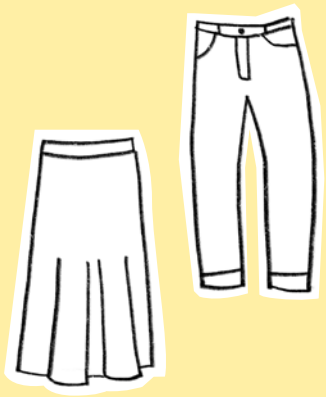
Frauen*bilder und ich

Variation

A) Methode als Warm Up

Dauer	ca. 45 min
Lernziel	Erfahrungsaustausch und Diskussion als „Aufhänger“ für die weitere Arbeit am Thema.
Hinweise	Bearbeitung zunächst individuell oder in kleinen Gruppen (maximal 4 Personen) für maximal 15 Minuten. Ergebnisse werden daraufhin „umverteilt“, z.B. an der*die Nachbar*in weitergegeben oder gemischt und neu verteilt. Auch ein Präsentieren in der Gruppe oder Aufhängen der Bilder mit oder ohne Vorstellung durch die Produzent*innen ist denkbar. Dafür je nach Austauschform, Austauschbedarf und folgenden Aufgaben 30–45 Minuten Zeit lassen. Wichtig ist hier mitzudenken, wie gut die Teilnehmenden (TN) sich kennen, wie unterschiedlich die Bedürfnisse und Sensibilisierungen innerhalb der Gruppe sind und wie vulnerabel ein Präsentieren der eigenen Arbeit die jeweiligen Produzierenden macht.

Diese Praxismethode steht zur Nutzung unter CC BY-SA 4.0 Bedingungen (Namensnennung - Weitergabe unter gleichen Bedingungen) zur Verfügung. Die Namensnennung sollte erfolgen: *„Frauen*bilder und ich. Praxismethode für die politische Medienbildung – GMK“.*

ZEIT	LERNZIEL	AKTION	MATERIAL / METHODE
15 min	Die TN* verstehen die Aufgabe und das Ziel der Einheit. Sie kennen die Arbeitsmaterialien. Mittels der Einführungsfragen erhalten sie einen Zugang zum Thema.	**Begrüßung und Einführung** Die Moderation begrüßt die TN und leitet das Thema des Workshops ein. Sie erklärt die Methode und die Anlage „Szenarien und Schnittvorlagen“. Dabei sollte kurz vorgestellt werden, was das Ziel des im Anschluss geplanten Workshops / der Diskussion ist. Für die Erstellung der Collagen gibt es *zwei verschiedene Varianten* als Einstieg. **Themensetting A** • *„Wenn du über x (Beziehung, Familie, einen Tag im Schwimmbad, ...) nachdenkst, welche zwei zentralen Begriffen fallen dir ein? Was wünschst du dir, damit du dich gut fühlst? Was würdest du anderen gerne sagen?“* **Themensetting B** • *„Wenn du über x nachdenkst, was stört dich? Welche Wünsche oder Forderungen an die anderen in der Situation hast du? Was würdest du anderen gerne sagen?“*	**TN= Teilnehmende(n)* → ***Gespräch / Input*** *Szenarien und Schnittbilder vgl. Anlage 1, weitere Bastelmaterialien* 

GMK Gesellschaft für Medienpädagogik und Kommunikationskultur

Diese Praxismethode steht zur Nutzung unter CC BY-SA 4.0 Bedingungen (Namensnennung - Weitergabe unter gleichen Bedingungen) zur Verfügung. Die Namensnennung sollte erfolgen: *„Frauen*bilder und ich. Praxismethode für die politische Medienbildung – GMK“.*

Ablauf der Methode A)

ZEIT	LERNZIEL	AKTION	MATERIAL / METHODE
20 – 25 min	Die TN erarbeiten auf kreative Weise am Thema Geschlechter-bilder und -stereotype.	**Arbeit an den Collagen** Die TN arbeiten alleine oder in kleinen Gruppen an ihren Collagen. Abhängig von der Stimmung in der Gruppe können Gespräche über die Bastelarbeit zugelassen werden.	→ ***Einzel-/Gruppenarbeit***
5 min	Die Methode wird abgeschlossen. Gege-benenfalls findet eine Auseinandersetzung mit den Ideen der anderen TN statt.	**Abschluss** Abschluss als Überleitung zu weiteren Inhalten – es findet keine unmittelbare Diskussion über die erstellten Inhalte statt. Eventuell kann zu einem späteren Zeitpunkt des Workshops / der Lehreinheit darauf zurückgegriffen oder die Ergebnisse kommentarlos sichtbar aufgehängt werden, sodass sie sich von allen TN angeschaut werden können. Sie können aber auch anonym bei den TN verbleiben und als Gedankenstütze immer wieder aufgegriffen werden.	→ *Optional: Gallery Walk Präsentationsfläche und Mög-lichkeiten zum Aufhängen*

GMK Gesellschaft für Medienpädagogik und Kommunikationskultur

Diese Praxismethode steht zur Nutzung unter CC BY-SA 4.0 Bedingungen (Namensnennung - Weitergabe unter gleichen Bedingungen) zur Verfügung. Die Namensnennung sollte erfolgen: *„Frauen*bilder und ich. Praxismethode für die politische Medienbildung – GMK“.*

Frauen*bilder und ich

Variation

B) Methode als Einstieg für die inhaltliche Arbeit

Erfahrungsaustausch und Diskussion als „Aufhänger“ für die weitere Arbeit am Thema.

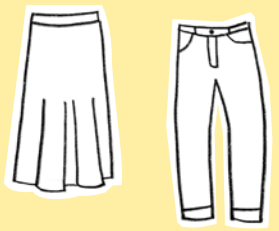
Wichtig ist hier mitzudenken, wie gut die TN sich kennen, wie unterschiedlich die Bedürfnisse und Sensibilisierungen innerhalb der Gruppe sind und wie vulnerabel ein Präsentieren der eigenen Arbeit, die jeweiligen Produzent*innen macht.

Dauer	ca. 45 min
Lernziel	Erste thematische Annäherung in Form von Kategorisierung des eigenen Alltags- und Vorwissens.
Hinweise	Aushängen der Ergebnisse und Bildung von Kategorien durch die TN (z.B. nach Situation: öffentlicher Raum, Social Media, Familie/Freundeskreis, Schule/Beruf etc. oder nach Art der Übergriffe/Diskriminierungen: sexuelle Übergriffe, Benachteiligung bei Noten, Karriere, Bezahlung, Herabwürdigung des Körpers, Mehrfachdiskriminierung etc.), Umhängen der Bilder zu den jeweiligen Kategorien. Letztere können als Grundlage für die Aufteilung in Arbeitsgruppen oder für die zeitliche Struktur des Workshops dienen, sofern diese durch die TN mitgestaltet werden kann. Andernfalls könnten die Kategorien bereits vorbereitet sein und nur die Zuordnung der Bilder durch die Teilnehmenden erfolgen. Auch dann könnte der Einstieg als Grundlage für die Einteilung von Arbeitsgruppen nützlich sein.

Diese Praxismethode steht zur Nutzung unter CC BY-SA 4.0 Bedingungen (Namensnennung - Weitergabe unter gleichen Bedingungen) zur Verfügung. Die Namensnennung sollte erfolgen: *„Frauen*bilder und ich. Praxismethode für die politische Medienbildung – GMK“.*

Ablauf der Methode B)

ZEIT	LERNZIEL	AKTION	MATERIAL / METHODE
10 min	Die TN kennen Thema und Ziel des Workshops sowie die Arbeitsmaterialien. Wenn es einen Vorfall gab, verstehen sie den Kontext, in dem der Workshop durchgeführt wird.	**Begrüßung und Einführung** Die Moderation begrüßt die TN und leitet das Thema des Workshops ein. Sie erklärt die Methode und die Anlage „Szenarien und Schnittbögen“. Dabei sollte kurz vorgestellt werden, was das Ziel der im Anschluss geplanten Diskussion ist. Gab es beispielsweise einen konkreten Vorfall oder Anlass, auf den sich bezogen werden soll?	*TN= Teilnehmende(n) → ***Gespräch / Input***
15 min	Die TN arbeiten auf kreative Weise am Thema Geschlechterbilder und -stereotype.	**Arbeit an den Collagen** Die TN arbeiten an ihren Collagen. Die Bearbeitung durch die TN erfolgt zunächst individuell oder in kleinen Gruppen (maximal 4 Personen) für maximal 15 Minuten.	→ *Gruppenarbeit mit Szenarien und Schnittbögen vgl. Anlage 1*
30–45 min	Die TN setzen sich mit anderen Versionen der Entwürfe auseinander und haben die Möglichkeit, sich dazu zu äußern.	**Mischen/Präsentieren** Die Ergebnisse der TN werden „umverteilt“, z.B. an der*die Nachbar*in weitergegeben oder gemischt und neu verteilt. Über die Werke der anderen kann ein Austausch erfolgen. Auch ein Präsentieren in der Gruppe oder Aufhängen der Bilder mit oder ohne Vorstellung durch die Produzierenden ist denkbar. *Dafür je nach Austauschform, Austauschbedarf und folgenden Aufgaben 30–45 Minuten Zeit lassen.*	→ ***Präsentation / Diskussion;*** *Collagen der Teilnehmenden*



GMK Gesellschaft für Medienpädagogik und Kommunikationskultur

Diese Praxismethode steht zur Nutzung unter CC BY-SA 4.0 Bedingungen (Namensnennung - Weitergabe unter gleichen Bedingungen) zur Verfügung. Die Namensnennung sollte erfolgen: *„Frauen*bilder und ich. Praxismethode für die politische Medienbildung – GMK“.*

ZEIT	LERNZIEL	AKTION	MATERIAL / METHODE
10 min	Die Methode wird abgeschlossen. Die TN erkennen zentrale Take aways aus dem Austausch.	**Abschluss/Auswertung** Die Teilnehmenden arbeiten alleine oder in kleinen Gruppen an ihren Collagen. Abhängig von der Stimmung in der Gruppe können Gespräche über die Bastelarbeit zugelassen werden.	→ ***Ergebnissicherung;*** *Flipchart o.ä.*
anschließend	Das Thema wird inhaltlich und methodisch erweitert und das Wissen der TN so erweitert bzw. deren Interesse angeregt.	*Optional:* **Anschlussmethode** Für die weitere Beschäftigung mit dem Thema kann zum Beispiel das Methodenset „Unlearning Anti-Feminism on TikTok“ genutzt werden: https://www.antiantifeminism.org/oer/ Weitere mögliche Beispiele werden am Ende des Dokuments genannt.	→ *Optional: Gallery Walk Präsentationsfläche und Möglichkeiten zum Aufhängen*

GMK Gesellschaft für Medienpädagogik und Kommunikationskultur

Diese Praxismethode steht zur Nutzung unter CC BY-SA 4.0 Bedingungen (Namensnennung - Weitergabe unter gleichen Bedingungen) zur Verfügung. Die Namensnennung sollte erfolgen: *„Frauen*bilder und ich. Praxismethode für die politische Medienbildung – GMK“.*

Frauen*bilder und ich

Variation

C) Methode als Einstieg in einen performativen Workshop

Dauer	ca. 45 min
Lernziel	Visualisierung von Alltags- und Erfahrungswissen als Grundlage für theaterpädagogische Auseinandersetzung.
Hinweise	Bearbeitung in kleinen Gruppen (höchstens vier Personen), Zusammentragen und platzieren der Gestaltungselemente. Dabei entsteht ein Erfahrungsaustausch und eine Diskussion. Hiervon ausgehend Entwicklung kurzer Szenen (Improvisationstheater) mit dem Fokus auf einen empowernden Ansatz. Die szenische Arbeit kann auch ausschließlich innerhalb der Gruppe, ohne „Aufführung“, stattfinden. Ausgangspunkt für einen kompletten theaterpädagogischen Workshop zum Thema.

Vorschläge für im weitesten Sinne künstlerische Weiterbearbeitung mit der Möglichkeit zur Veröffentlichung:

- Klassische Stop-Motion- oder auch Zeichentrick-Animation
- Intervention/Performance im öffentlichen Raum z.B. durch Übertragung der Bilder mit Straßenkreide, alternativ: Erstellung von Schablonen für Fingerfarbe (abwaschbar), der Vorteil hier ist, dass nur ausgedruckt und ausgeschnitten werden muss
- Streetart-Projekt (z.B. in Jugendzentren) oder (mit Genehmigung) an öffentlichen Wänden, insbesondere in Angsträumen, wie Unterführungen etc.
- Digitale (z.B. Paint, Canva, Photoshop) oder analoge Weiterbearbeitung: Übermalen, Collagen, „Verschmelzung“ mit Fotos, ggf. KI-Einsatz und anschließender Ausstellung
- Verarbeitung zu Memes, Karikaturen, Comics

Diese Praxismethode steht zur Nutzung unter CC BY-SA 4.0 Bedingungen (Namensnennung - Weitergabe unter gleichen Bedingungen) zur Verfügung. Die Namensnennung sollte erfolgen: *„Frauen*bilder und ich. Praxismethode für die politische Medienbildung – GMK“.*

Frauen*bilder und ich

Linkliste

Gute inhaltliche Stützen, weitere Methoden zum Thema Geschlechterbilder und auch Argumentationshilfen im Umgang mit frauen- und queerfeindlichen Haltungen finden Multiplikator*innen an den folgenden Stellen:

- https://www.amadeu-antonio-stiftung.de/projekte/gegen-antifeminismus-de/
- https://antifeminismus-begegnen-mediathek.de/de/media/image/antifeminismus-plaedoyer-fuer-eine-analytische-schaerfe
- https://antifeminismus-begegnen.de/sites/default/files/2024-04/abds_e_paper_diskursatlas_web_final_final.pdf
- www.antiantifeminism.org

Diese Praxismethode steht zur Nutzung unter CC BY-SA 4.0 Bedingungen (Namensnennung - Weitergabe unter gleichen Bedingungen) zur Verfügung. Die Namensnennung sollte erfolgen: *„Frauen*bilder und ich. Praxismethode für die politische Medienbildung – GMK“.*

Impressum

HERAUSGEGEBERIN

Gesellschaft für Medienpädagogik und

Kommunikationskultur (GMK) e.V.

Obernstar. 24a | 33602 Bielefeld

www.gmk-net.de

Geschäftsführung:

Dr. Friederike von Gross,

André Weßel

Berlin, *November 2026*

GMK

Gesellschaft für
Medienpädagogik und Kommunikationskultur