



Übung: Traumreise

Kurzbeschreibung

Diese Übung macht die allgegenwärtige gesellschaftliche Heteronormativität und den Heterosexismus in unserem Alltag erfahrbar. Die Unsichtbarkeit von Homosexuellen und von Menschen, die nicht den Geschlechternormen entsprechend leben, wird ebenso verdeutlicht wie der Einfluß von Werbung und Medien auf unser Gesellschaftsbild.

Durch eine „Umkehr“ des Alltags wird sichtbar, dass Heteronormativität alle Lebensbereiche durchzieht.

Rahmenbedingungen

Zeit: ca. 30-45 Minuten

Gruppe: 5-20 Teilnehmende

Material: Arbeitsblatt Traumreise

Raum: Es muss ein ruhiger Raum sein, möglichst mit Stuhlkreis

Ziele der Übung

- + Bewusstwerden über Heteronormativität und Heterosexismus
- + Bewusstwerden über Unsichtbarkeiten von Gesellschaftsteilen
- + Reflexion der eigenen Position in der Gesellschaft
- + Einfühlung in die realen Lebensbedingungen gesellschaftlicher Minderheiten oder Gruppen

Vorbereitung

Die Übungsleitung sollte den Text schon mehrfach für sich laut vorgelesen haben und diesen ohne große Betonung laut vortragen. An den Absätzen sollte eine kurze Verweildauer eingehalten werden, damit die Gruppe den Anweisungen in ihrer Phantasie folgen und für sich passende Bilder entstehen lassen kann.

Ablauf der Übung

Erfahrungsgemäß bietet sich ein Stuhlkreis an.

Die Teilnehmenden werden gebeten, sich bequem hinzusetzen und möglichst nicht die Beine zu überkreuzen. Oft hilft es, während der Traumreise die Augen zu schließen. Die Teilnehmenden sollen sich so setzen, wie sie sich wohl fühlen.



Die Übungsleitung bereitet die Gruppe auf eine ruhige Übung vor, indem sie die Teilnehmenden in einem ruhigen, sanften Ton bittet, sich zu entspannen, tief einzuatmen und sich auf eine kleine Reise einzulassen. Sobald die Gruppe zur Ruhe gekommen ist, beginnt die Leitung den Text langsam, laut und deutlich vorzulesen.

Auswertung

Die Leitung fordert die Teilnehmenden auf, wieder in den Raum zurückzukommen. Sich zu strecken, tief einzuatmen und die Augen zu öffnen. Nach einer kleinen Ruhepause, etwa von 1-2 Minuten, können sich die Teilnehmenden zu der Reise äußern.

Es kann helfen, der Gruppe offene Fragen zu stellen. Hierbei gilt keine Reihenfolge. Die Fragen sollen eher für die Themen sensibilisieren und in den Gesprächsablauf im Plenum integriert werden. Ein paar Beispiele:

- Was haben Sie alles gesehen?
- Was haben Sie nicht gesehen?
- Haben Sie etwas vermisst?
- Wie haben Sie sich gefühlt?
- Ein Tag wie jeder andere?
- Würden Sie gerne in so einer Welt leben? Ist es eine Alternative?
- Fallen Ihnen weitere Beispiele ein, die „nur“ Mann-Frau dominiert sind?

Hinweise | Was ist zu beachten?

Die Übung eignet sich gut als Einstiegsübung und zur Herstellung einer vertrauten Atmosphäre.

Die Übung kann eigene Erfahrungen von Ausschluss und Handlungsbeschränkungen ins Gedächtnis rufen, daher sollte genügend Zeit für die Auswertung eingeplant werden.

Diese Methode ist von dem LSVD-Projekt „Homosexualität und Familien“ entwickelt worden. Sie kann frei eingesetzt werden.

- *Anleitungstext auf den folgenden Seiten*



Arbeitsblatt | Traumreise zur Heteronormativität

Bitte setzen Sie sich so bequem hin, dass Sie eine kleine Zeit meinen Worten und den Bildern folgen können. Wenn Sie möchten, schließen Sie Ihre Augen. Ich nehme Sie jetzt auf eine kleine Reise mit. Stellen Sie sich vor, ein kleiner, aber starker und sicherer Greifhaken nimmt Sie mit aus diesem Raum und setzt Sie nach einer kleinen Weile sanft wieder ab.

3

Sie sind am Anfang einer Fußgängerzone, alleine und fühlen sich wohl. Sie sind mitten in einer Großstadt.

Sie sehen viele verschiedene Menschen, viele Geschäfte mit bunten Schaufenstern, die zum Einkaufen einladen.

Ihr Blick fällt in die Auslage einer Buchhandlung. „Romeo und Julian“, lesen Sie. Ein weiterer Titel lautet „Tristan und Isidor“.

Sie gehen weiter.

An einer Litfaßsäule fällt Ihnen ein Plakat auf. Es wird die BahnCard beworben - die Partnerkarte. Es sind zwei Bilder darauf zu sehen: je zwei Frauen und zwei Männer, die sich umarmen. Darunter der Slogan: „Gemeinsam reisen Sie günstiger.“

Ein paar Meter weiter sehen Sie ein Kino. Dort wird in großen Lettern der neue Film beworben: „Terminator 7“. Zu sehen ist ein Muskelmann mit einer Kanone, leicht im Hintergrund sind zwei halb nackte Männer zu sehen, die offensichtlich um seine Zuneigung buhlen - und die Nebenrollen spielen.

Es scheint Wahlkampf zu sein.

Auf einem riesen Plakat lächelt Sie eine Frau an. Es ist Frau Yildriz von einer kleineren Partei. Auf dem Plakat lehnt sich ihre Lebenspartnerin an ihre Schulter. Kursiv gedruckt steht dort: „Die Liebe ist gleich und macht vor Unterschieden keinen Halt. Für die volle Gleichberechtigung von Heterosexuellen.“

Direkt daneben ist die Eiscrème-Werbung. Groß, schrill, bunt.

Darauf zu sehen sind zwei junge, schlanke Frauen, die sich schmeichelnd ansehen und dabei ein Eis in der Hand halten.

Die Menschen, an denen Sie vorbeigehen, beachten Sie kaum. Trotzdem haben Sie das Gefühl, alle sehen Sie an.

Ihnen fällt auf, dass Männer und Frauen fast alle getrennt voneinander gehen. Zwei Männer zusammen und zwei Frauen zusammen. Selten eine Gruppe. Manche Paare halten Händchen und verbieten dem Partner, einem anderen Mann hinterher zusehen. Manchmal spielen sich zu Ihrer Belustigung dramatische Szenen ab.



Der Zoo ist in der Stadt: Sie sehen die Aushänge für Vergünstigungen: „Mehr Zeit für die Familie: Kommen beide Väter oder beide Mütter, haben bis zu zwei Kinder kostenfreien Eintritt“.

Sie schlendern an Geschäften vorbei und Ihr Blick fällt auf einen Mann, der einsam am Rande der Fußgängerzone steht. Er hält ein Plakat vor sich. Auf dem steht: „Heteros sind kein Wille Gottes!“

Sie gehen ein kleines Stück weiter.

Es ist ein Aktionsstand aufgestellt, es sind jedoch wenige Menschen dort. Interessiert gehen Sie dort hin. Es liegen Unterschriftenlisten aus. Darauf steht: „Für die Einführung der Hetero-Ehe. Auch Unterschiede verlangen gleiche Rechte.“

Während Sie noch lesen, reden Aktivisten auf Sie ein, um zu unterschreiben. Sie gehen weiter.

Vor dem Rathaus, zu Ihrer Linken, findet gerade eine Hochzeit statt. Das Brautpaar tritt gerade unter Applaus auf die Straße. Viele Menschen jubeln den beiden Frauen zu, die im eleganten schwarzen Anzug allen zuwinken. Es werden Fotos gemacht und die beiden verschwinden in einer Limousine mit der Aufschrift „just married“.

Zu Hause angekommen, sehen Sie in den Briefkasten, um die Post zu holen. Natürlich ist wieder mal viel Werbung dabei. Beworben werden Lebensversicherungen, Autos und sogar Handytarife exklusiv für Eingetragene Lebenspartnerschaften. Sie legen die Werbung beiseite.

Sie möchten sich nach dem anstrengenden Tag eine Tasse Kaffee oder Tee machen, dazu schalten Sie auch das Radio ein. Es laufen Schlager. Immerfort singt ein Mann von seiner Liebe zu seinem Mann, der gerade zur See fährt. Danach kommen die Nachrichten. „Beziehungsdrama in der Holzgasse. Mann erschlägt sogenannte Mitbewohnerin. Wahrscheinlicher Bezug zum Heterosexuellen-Milieu.“

Sie entschließen sich, den Tag vor dem Fernseher ausklingen zu lassen. Sie zappen die Kanäle durch. Doch egal auf welchen Sender Sie schalten, zwei Männer küssen sich, zwei Frauen liegen gemeinsam im Bett. Welchen Film, Serie oder Dokumentation Sie sehen, alles dreht sich um gleichgeschlechtliche Liebe. Doch nicht ganz: in der Vorabendserie sehen Sie ein gegengeschlechtliches Paar bei einem Kuss. Die Quoten-Heteros.

Nach dem anstrengenden Tag gehen Sie ins Bett und entschließen sich, noch etwas zu lesen. Durch ein Preisausschreiben haben Sie immer die Top 50 der Spiegel -Bestsellerliste zu Hause. Sie können aus Lesben-Abenteuern, Schwulen-Romanzen oder den Biografien von Anne Will oder Hape Kerkeling wählen.

Müde schlafen Sie ein ... und wachen sogleich erfrischt und munter wieder auf. Sie bemerken den Greifhaken, der Sie sanft mitnimmt und Sie im Hier und Jetzt wieder auf Ihren Stuhl setzt.

Es ist nun an der Zeit langsam zurückzukommen. Lenken Sie Ihre Aufmerksamkeit auf das Hier und Jetzt. Atmen Sie einmal tief ein und wieder aus.

Sie können nun aufwachen.
