

# Held\*innen Reisebuch



**diversitätssensibles**

Methodenbuch für  
die offene Kinder- und Jugendarbeit

# Diversitätssensibles Held\*innenreisebuch

Ein Methodenbuch für die  
offene Kinder- und Jugendarbeit

Projekt: VKJ-TalentFusion

Projektleitung: Zoe Kocans

Gestaltung: Carolin Schuster



Ministerium für Kinder, Jugend, Familie,  
Gleichstellung, Flucht und Integration  
des Landes Nordrhein-Westfalen



# Inhalt



## Konzept und Theorie

- Wie ist die Idee entstanden?
- Warum eine diversitätssensible Held\*innenreise in der OKJA?
- Was bringt mir das Held\*innenreisebuch für die eigene Praxis?
- Exkurs: Auswirkungen von Rassismus in Kinder- und Jugendliteratur
- Exkurs: Die Bedeutung von geschlechtergerechter Sprache
- Erläuterungen zu den verwendeten Begriffen und Schreibweisen

## Phase 1: Reisevorbereitung...

- 1.1 Reiseplan erstellen
- 1.2 Kofferpacken mit Held\*inneneigenschaften
- 1.3 Die Held\*innen Schatzsuche

## Phase 2: Held\*innenreise um die Welt

- 2.1 Die Reisepässe
- 2.2 Länderwahl und Held\*innensuche
- 2.3 Ablaufschema eines Reisetages
- 2.4 Länderbeispiele/Held\*innen-Portraits

## Phase 3: local heroes und Alltagsheld\*innen

- 3.1 Wer ist meine Alltagsheld\*in?
- 3.2 Held\*innen Interviews
- 3.3 Das Held\*innenfest

## Phase 4: Meine eigene Held\*innengeschichte

- 4.1 Ich als Held\*in, Kostüme nähen
- 4.2 Fotochallenge „I am a hero because...“
- 4.3 Theaterworkshop „The story of you“
- 4.4 Kreativ-Tag, Held\*innencollagen

## Phase 5: Reiseabschluss und Reflexion

- 5.1 Die letzte Seite des Reisepasses
- 5.2 Gestaltung eines gemeinsamen Reisealbums
- 5.3 Abschlussrunde „Ich packe meinen Koffer ..“

## Medienliste

# Konzept & Theorie



## Wie ist die Idee entstanden?

Das vorliegende Held\*innenreisebuch ist im Rahmen des Projekts „Vielfalt - Wir leben sie!“ entwickelt worden, welches 2016 vor dem Hintergrund der angestiegenen Fluchtbewegungen von der AGOT NRW e.V. mit Hilfe des Landes NRW ins Leben gerufen wurde.

*Ziel des Projekts war damals, geflüchtete und neu zugewanderte Kinder und Jugendliche durch die Angebote der offenen Kinder- und Jugendarbeit (OKJA) vor Ort einzubinden und ihnen so eine bessere Orientierung im Sozialraum sowie Partizipationsräume zu ermöglichen.*

Im Rahmen des Vielfaltprojekts 2021 wurden rassismuskritische Perspektiven verstärkt in den Blick genommen und dadurch auch Ansätze wie Empowerment, Powersharing und Critical Whiteness in den Fokus gerückt.

Die inhaltliche Fokusverschiebung des Vielfaltprojekts bedeutete für mich auf der fachlichen Ebene auch eine vertiefte Auseinandersetzung mit der eigenen Rolle als weiße Fachkraft und die Reflektion der eigenen blinden Flecken. Für die praktische Arbeit mit den Kindern bedeutet dies, dass ich mir in meiner täglichen Arbeit immer wieder bewusst werden muss, dass die Erfahrungen die ich als weiße Frau in Deutschland mache, oftmals andere sind als die der zumeist migrantisch gelesenen Kinder und Jugendlichen, die an dem Projekt teilnehmen. Gleichzeitig darf das Wissen über die gesellschaftliche Verankerung von strukturellen und subtilen Diskriminierungsformen nicht dazu führen, die Kinder und Jugendlichen in einer Opferrolle zu stigmatisieren oder sie auf eine Erfahrungsdimension zu reduzieren. Hieraus entwickelte sich für das Jahr 2022 die Überlegung, wie die thematische Auseinandersetzung mit Vielfalt, Diskriminierung und Empowerment auch innerhalb des Praxisprojektes erfolgen kann ohne durch die Betonung einer vermeintlichen „Andersheit“ selbst zu einer Stigmatisierung beizutragen.

*Auf dieser Grundlage ist die Idee einer diversitätssensiblen Held\*innenreise entstanden. Gemeinsam mit den Kindern und Jugendlichen aus dem Projekt wollte ich mich auf die Suche nach unterschiedlichen großen und kleinen Helden und Heldinnen begeben, mit welchen sich die Kinder und Jugendlichen selbst identifizieren können oder durch deren Geschichten sie bestärkt werden ihre eigenen Träume und Zukunftsvisionen zu entwickeln.*

## Warum eine diversitätssensible Held\*innenreise in der OKJA?

Zuerst einmal kommt die Frage auf wer ist überhaupt ein Held oder eine Heldin und was macht eigentlich Held\*innen aus? Wenn wir uns nur auf Superhelden beschränken, kommen zumindest mir vor allem sehr einseitige Held\*innenfiguren in den Sinn. Batman, Superman, Spiderman - weiß, männlich, heterosexuell. Auch wenn das Spektrum der Held\*innenfiguren mittlerweile etwas diverser geworden ist bleibt ein kritischer Blick darauf wie, wer in welchen Geschichten welche Rolle einnimmt und welche Bilder damit geschaffen werden weiterhin zentral. Held\*innenfiguren können uns aber auch ganz ohne übernatürliche Superkräfte in verschiedenen Formen, unterschiedlichen Ländern oder auch in unserem Alltag begegnen. Daher wollen wir den Blick auch auf Geschichten von Menschen werfen die sich ganz ohne Fledermausbumerangs, roten Umhang oder Spinnenfäden – für Gerechtigkeit stark machen und für eine bessere Welt einsetzen.

*Das Ziel einer diversitätssensiblen Held\*innenreise ist dabei einerseits den Kindern und Jugendlichen verschiedene Möglichkeiten zu bieten sich mit diversen Identifikationsfiguren auseinanderzusetzen. Für den Entwicklungs- und Identitätsfindungsprozess von Kindern und Jugendlichen ist es wichtig Vorbilder zu haben mit denen sie sich selbst identifizieren können. Entsprechend des Empowermentgedankens soll die Suche nach Held\*innen den Blick dabei auch auf Ermächtigungsbewegungen und Gerechtigkeitskämpfer\*innen lenken. Hierin liegt der Gedanke durch die Suche nach Held\*innen auch zu einer Klärung des eigenen Weltbildes beizutragen.*

Andererseits soll gemeinsam mit den teilnehmenden Kindern und Jugendlichen der Blick auch auf sich selbst gerichtet werden. Die zugrundeliegenden Fragen sind dabei etwa: Was macht mich selbst zum Helden/ zur Heldin? Beziehungsweise. was für ein\*e Held\*in möchte ich sein? Kinder und Jugendliche sollen durch eine diversitätssensible Held\*innenreise somit auch in ihrem Selbstbild und in ihrer Selbstwirksamkeit gestärkt werden.

## Was bringt mir das Held\*innenreisebuch für meine Praxis?

Das Held\*innenreisebuch ist als eine Art Leitfaden zur Durchführung von Held\*innenreisen konzipiert und soll andere Fachkräfte dabei unterstützen selbst Angebote aus diesem Themenkomplex diversitätssensibel umzusetzen. Hierfür sind in dem vorliegenden Held\*innenreisebuch eine Vielzahl von Methoden, Spiel-, Kreativ-, und Aktionsideen aufgeführt, welche im Laufe des Projektjahres gemeinsam mit den Kindern und Jugendlichen erprobt und so aufbereitet wurden, dass sie sich auch auf andere Einrichtungskontexte übertragen lassen. Ein Grundsatz, der jedoch unabhängig von Einrichtungskontext immer beachtet werden sollte, ist die Wichtigkeit die Reise mit einer fragenden Haltung anzutreten. Die Held\*innenreise ist nicht dazu gedacht die Kinder und Jugendlichen zu belehren oder ihnen das eigene Weltbild aufzudrängen. Vielmehr sollte die Perspektive der Kinder und Jugendlichen klar im Zentrum stehen.

*Kurzgefasst: wir als Fachkräfte liefern nicht die Antworten, sondern stellen die Fragen!*

Die Held\*innenreise ist dabei in 5 Phasen untergliedert, in welchen jeweils unterschiedliche Fragen im Zentrum stehen, die mit den Kindern und Jugendlichen im Laufe der Held\*innenreise bearbeitet werden können.

## Exkurs:

Die Auswirkungen von Rassismus in Kinder- und Jugendliteratur

*Welchen Einfluss haben rassistische Differenzkonstruktionen auf das Selbstwertgefühl und die Selbstwahrnehmung von Kindern und Jugendlichen?*

Wie Eggers in ihrer Dissertation ‚Rassifizierung und kindliches Machtempfinden‘ (2005) darlegt, lernen Kinder bereits früh, die sie umgebende Welt mit Hilfe von rassifizierenden Differenzkonstruktionen wahrzunehmen. Dabei erlernen Kinder nicht nur in rassistischen Unterscheidungsmustern zu denken (race conscious), sondern entwickeln auch eine Art Machtbewusstsein (power conscious) über ihre eigene Positionierung innerhalb der als different wahrgenommenen Welt. Dies kann sowohl für Schwarze als auch für weiße Kinder angenommen werden. Wie Eggers exemplarisch anhand des Kinderbuches „Pipi in Taka-Tuka-Land“ und der autobiografischen Erzählung von Stefanie Zweig „Nirgendwo in Afrika“ aufzeigt, bildet die Kinder- und Jugendliteratur eines der Medien, durch die rassifizierende Machtbotschaften an Kinder adressiert werden. So werden in beiden Büchern Schwarze (häufig namenlose) Figuren als unterwürfig gegenüber den weißen (Haupt-)Figuren dargestellt (vgl. Eggers 2005).

Die Erfahrung, dass rassifizierende Differenzkonstruktionen eine wirklichkeitsstrukturierende Rolle spielen, machen Kinder und Jugendliche auf sehr vielfältige Weise. Dabei generieren diese Erfahrungen bestimmte Formen des Wissens, welche prägend für das Selbst- und Weltverständnis von Kindern und Jugendlichen sind und sich auf deren Einschätzungen und Handlungsweisen auswirken können (Scharathow 2017: 108).

Insofern ist es wichtig die Mediennutzung in der OKJA daraufhin zu überprüfen welche Differenzkonstruktionen und ebenso welche Normalitätsbilder darin (re)produziert werden. Differenzbotschaften sind jedoch nicht nur in Büchern, Filmen oder sonstigen Medien zu finden, sondern können auch durch unsere Sprache transportiert werden. Für eine diversitätssensible Held\*innenreise ist es daher auch wichtig, dass wir als Fachkräfte uns unserer eigenen Bilder im Kopf bewusstwerden und unsere Sprache dahingehend reflektieren.

## Exkurs:

### Die Bedeutung von geschlechtergerechter Sprache

*Welchen Einfluss hat Sprache auf die Zukunftsvorstellungen von Kindern und Jugendlichen?*

Für Berufsbezeichnungen wie Bspw. Politiker, Erzieher oder Arzt wird in Deutschland nach wie vor häufig das generische Maskulinum benutzt. Verschiedene Studien weisen jedoch darauf hin, dass der Gebrauch des generischen Maskulinums (d. h. die Verwendung grammatisch männlicher Begriffe) automatisch Bilder von Männern hervorruft (vgl. Misersky et al. 2018; Stahlberg et al. 2001). Auch wenn sich das generische Maskulinum laut Definition nicht auf das biologische Geschlecht von Menschen bezieht, werden Frauen bei der Verwendung der männlichen Form gedanklich deutlich weniger miteinbezogen als bei geschlechtergerechten oder geschlechtsneutralen Formulierungen (vgl. u.a. Kollmayer et al. 2018; Gabriel et al. 2018).

Die Art wie wir sprechen und welche Begriffe wir verwenden kann sich dabei auch auf die Berufswahl von Kindern und Jugendlichen auswirken. So trauen sich deutlich mehr Kinder nicht-geschlechtsstereotype Berufe zu, wenn diese in geschlechtergerechter Sprache präsentiert werden. Wenn für die Berufsbeschreibung beide Geschlechterformen verwendet werden (Bspw. Ingenieurinnen und Ingenieure) bekunden Mädchen ein größeres Interesse an Arbeitsfeldern, die als typische „Männerberufe“ gelten. Genauso entscheiden sich auch Jungen häufiger für stereotype „Frauenberufe“, wenn diese in gegenderter Form dargestellt werden (vgl. Verwecken/ Hannover 2015).

Für eine diversitätssensible Held\*innenreise bedeutet dies, dass wir uns bewusst werden sollten, dass unsere Art des Sprechens sich auch auf die wahrgenommenen Möglichkeitsräume der Kinder und Jugendlichen auswirkt und einen Einfluss darauf haben kann, welche Zukunftsvorstellungen die Kinder und Jugendlichen von sich selbst entwerfen.

## Medien-Tipp:

Sendung Quarks vom 27.03.2021

Thema: „Was bringt Gendern wirklich?“

Link: <https://youtu.be/to9lbR8JvyM>

## Erläuterungen zu den verwendeten Begriffen und Schreibweisen

### Geschlechtergerechte Sprache

In dem Held\*innenreisebuch wird das Gendersternchen für eine geschlechtergerechte Sprache verwendet. Das Gendersternchen wird dabei sowohl innerhalb eines Wortes zwischen der maskulinen und femininen Wortendung eingesetzt (Bspw. Held\*innen), als auch am Ende von Geschlechtsbezeichnungen (Bspw. Junge\*). Durch die Markierung von geschlechtsbezogenen Wörtern soll dabei zum einen der Konstruktionscharakter von „Geschlecht“ betont werden und zum anderen soll damit auch die Geschlechtervielfalt, jenseits von binären Geschlechtskategorien abgebildet werden (vgl. FUMA e. V..

### Schwarze und weiße

Die Schreibweise von Schwarz und weiß wird hier verwendet um auf den Konstruktionscharakter der beiden Begriffe im Kontext von Rassismus hinzuweisen und zu verdeutlichen, dass es dabei nicht um biologische Eigenschaften, sondern gesellschaftspolitische Zugehörigkeiten geht. Durch die Großschreibung von Schwarz, soll darauf aufmerksam gemacht werden, dass sich Schwarz hierbei nicht auf eine Hautfarbe bezieht, sondern als politische Selbstbezeichnung verstanden wird. Durch die Kursiv- und Kleinschreibung von weiß soll andererseits auf die gesellschaftliche Privilegierung hingewiesen werden, die mit einer weißen Normalität verknüpft ist (vgl. Eggers et al. 2020: 13; IDA e. V. 2016: 15 f.).

# Phase 1

## Reisevorbereitung





Bevor wir uns gemeinsam mit den Kindern und Jugendlichen auf eine Held\*innenreise begeben wollen, steht erstmal die Reisevorbereitung an. Damit ist der Einstieg in das Thema und die Vorstellung des „Reiseplans“ gemeint.

*Es geht also darum den teilnehmenden Kindern und Jugendlichen die Idee der Held\*innenreise näher zu bringen, ihnen dabei aber auch die Möglichkeit zu lassen den Kurs der Reise mitzubestimmen. Gleichzeitig kann in der Vorbereitungsphase auch eine erste Annäherung an das Thema erfolgen.*

Wichtige Auseinandersetzungsfragen in dieser Phase sind etwa:

Wie sieht für mich ein\*e Held\*in aus?

Was macht für mich eine\*n Held\*in aus?

Was möchte ich auf der Held\*innenreise erleben?

# 1.1

## Reiseplan erstellen



- Auseinandersetzung mit dem Held\*innenbegriff
- Einführung in das Thema und Ablauf darstellen
- Ideen sammeln und Mitbestimmungsräume aufzeigen



- 8 – 14 jhr., ggf. auch älter
- 8 – 10 Teilnehmer\*innen



- ca. 10 min:  
Begriffsklärung u. Kurzvorstellung von Idee u. Ablauf
- ca. 30-45 min.:  
gemeinsame Plakatgestaltung/Reiseplanung



- Großer Bogen Papier oder Pappe für das Plakat
- Diverse Filzstifte, Buntstifte, Marker
- Ausgedruckte Weltkarte (oder selber drauf malen)
- buntes Papier, Kreisschablone
- Kleber
- Schere

## Beschreibung:

Gemeinsame Plakatgestaltung zur Klärung des Vorhabens

## Auseinandersetzung mit dem Held\*innenbegriff

Das Plakat wird von den jeweiligen Fachkräften vorbereitet, indem oben drüber bereits die Überschrift „Held\*innenreise“ geschrieben wird (am besten in großen, ausmalbaren Buchstaben). Zu Projektbeginn kann mit den teilnehmenden Kindern und Jugendlichen anhand dieses Titels bereits der Heldenbegriff besprochen werden.

Frageideen zur Auseinandersetzung mit dem Held\*innenbegriff:  
Wer fällt euch als erstes ein wenn ihr an einen Helden denkt?  
Weiß jemand von euch, was das Sternchen bedeutet?

*Wie und in welcher Form und Ausführlichkeit ihr das besprecht könnt ihr je nach Kontext selbst entscheiden, es sollte aber deutlich werden, dass ihr das Sternchen verwendet um alle Kinder und Jugendlichen anzusprechen und das das Held\*innen-Sein nicht vom Geschlecht abhängt.*

## Einführung in das Thema und Ablauf der Held\*innenreise darstellen

In der Vorbereitung werden von der jeweiligen Fachkraft 5 bunte Kreise ausgeschnitten, auf die die unterschiedlichen Projektphasen (siehe Kapitel 1-5) und die dazugehörige Zeitplanung draufgeschrieben werden.

Anhand dieser Kreise kann der Projektablauf erläutert werden. Dafür werden die Kreise nacheinander aufgedeckt bzw. auf das Plakat gelegt und kurz erklärt worum es geht bzw. was ihr vorhabt.

## Ideen sammeln und Mitbestimmungsräume aufzeigen

Die teilnehmenden Kinder und Jugendlichen können nun dazu eingeladen werden das Plakat bunt zu gestalten und den Reiseplan mit ihren Ideen zu füllen. Es geht also hierbei darum die Ideen der Kinder und Jugendlichen einzubinden und rauszufinden, was diese während der Held\*innenreise erleben wollen bzw. was ihnen wichtig ist.

Entweder können sie ihre Wünsche und Interessen den jeweiligen Phasen zuordnen oder auch einfach frei irgendwo auf das Plakat schreiben/ malen.



## Folgenden Fragen können Anregung geben:

Wohin würdet ihr gerne einmal reisen?

Was ist euer Lieblingsland?

Was findet ihr sollte sich in der Welt/ in unserer Stadt/ Nachbarschaft verändern/ verbessern?

Und: Kennt ihr jemand der sich dafür einsetzt?

Wofür interessiert ihr euch? Was sind wichtige Themen für euch?

Wer sind eure Vorbilder/ Held\*innen? (bspw. aus den Medien – Film, Fernseh, Musik, Social Media, Sport...)

Was sind eure Stärken?/ Was könnt ihr besonders gut?

Was könnt ihr nicht so gut?/ Wovor habt ihr Angst?

Was wolltet ihr schon immer einmal ausprobieren?

## Praktische Tipps:

Die Gestaltung des Plakates kann je nach Motivation der Kinder und Jugendlichen auch kontinuierlich, neben dem regulären Betrieb fortgesetzt und mit weiteren Ideen gefüllt werden kann. Falls es keine feststehende Gruppe gibt, sondern wechselnde Teilnehmer\*innen kann es auch von unterschiedlichen Kindern und Jugendlichen weiterbearbeitet werden.



# 1.2

## Kofferpacken mit Held\*innen-Eigenschaften



- Spielerische Einführung in das Thema
- Auseinandersetzung mit Kernfragen  
z.B.: Was macht für mich eine\*n Held\*in aus?  
Was ist mir wichtig bei einer\*m Held\*in?
- Gegenseitiges Kennenlernen



- 8 – 14 jhr., ggf. auch älter
- mind. 4 Teilnehmer\*innen



- ca.10-15 Minuten für den Spielablauf  
(je nach Teilnehmer\*innenzahl)
- ca. 10 Minuten für die Nachbesprechung/Reflexion



- Stifte, bunte Papierkreise
- Alten Reisekoffer oder ausgedruckte Kofferschablone

## Beschreibung

Dieses Spiel ist eine abgewandelte Form des bekannten Merkfähigkeit-Spiels „Ich packe meinen Koffer und nehme mit...“, bei welchem die Teilnehmer\*innen in einem Kreis sitzen/ stehen und nacheinander unterschiedliche Dinge nennen, welche Sie auf eine Reise mitnehmen würden und sich merken müssen, was in welcher Reihenfolge in den Koffer gepackt wurde.

## Ablauf

Nachdem alle Teilnehmer\*innen im Kreis zusammengekommen sind, kann die Einführung der Spielregeln erfolgen. Der Reihe nach sagen alle Teilnehmer\*innen ihren Namen und was ihnen wichtig ist bei einer\*em Held\*in. Als Held\*inneneigenschaft können einzelne Wörter aber auch kurze Sätze in den Koffer gepackt werden. Es geht darum sich zu merken wer, welche Eigenschaft in den Koffer gepackt hat und diese in der richtigen Reihenfolge zu wiederholen.

## Beispiel

Ein\*e Mitspieler\*in fängt mit dem Satz an „Ich heiße ZOE und ich packe in meinen Koffer MUT“. Der/ Die nächste Mitspieler\*in sagt „Du heißt ZOE und packst in deinen Koffer MUT, ich heiße ALI und packe in meinen Koffer KAMPF FÜR GERECHTIGKEIT“... usw. Das geht so lange bis die Runde durch ist und wenn ihr wollt auch noch weiter.

Gegebenenfalls kennen die Kinder und Jugendlichen die Spielregeln von „Ich packe meinen Koffer“ bereits.

*Anders als bei anderen Versionen des Spiels, sollte ein Fehler hier aber nicht zum Ausschluss führen. Um den Ansporn zu erhöhen wäre es aber möglich bspw. Fehlversuche zu zählen.*





## Nachbesprechung/Reflexion

Wenn ihr eine oder mehrere Runden gespielt habt, bleibt ihr noch im Kreis sitzen. Je nachdem wie viele Runden ihr gespielt habt, erhalten nun alle Teilnehmer\*innen so viele bunte Papierkreise. Auf diese Kreise kann nun jede\*r seine eigenen Wörter/ Sätze drauf schreiben. Danach werden alle Wörter/ Sätze in der Mitte noch einmal ausgelegt und alle können nacheinander sagen welche Held\*innen-Eigenschaft ihnen am wichtigsten ist und warum. Wichtig: es muss nicht das eigene Wort ausgewählt werden. Zum Schluss werden alle Wörter in den mitgebrachten Reisekoffer gelegt bzw. auf eine Kofferschablone geklebt.

### Kleiner Zusatz-Tipp

Falls ihr einen richtigen Koffer habt, könnt ihr hierin das Material sammeln, welches im Laufe eurer Reise zusammenkommt. Das gesammelte Material (Bspw. Bilder, Gebasteltes, Geschriebenes etc.) könnt ihr am Ende des Projekts ggf. mit in ein Fotoalbum/ Reisetagebuch kleben oder auf ein großes Plakat o.ä.

# 1.3

## Held\*innen Rallye



- Spielerischer Einstieg in die Held\*innenreise
- Auseinandersetzung mit verschiedenen Held\*innen/ Identifikationsfiguren.



- ab 8 jhr.
- ohne Teilnehmer\*innenbegrenzung



- ca. 1 Std. Vorbereitungszeit
- ca. 45 min.Spielzeit



- Kordel oder Klebeband zum Befestigen der Bilder
- Plakat mit Schriftzug „Held\*innen der -----“ (zum Eintragen des Lösungswortes)
- Kleber, Schere, Stifte
- Schatz (siehe unten)
- Druckvorlage „Held\*innenbilder“
- Druckvorlage: „Hinweisblatt“
- „Fragen zum Entschlüsseln des Lösungswortes“

(Druckvorlagen befinden sich am Ende des Kapitels 1.3)

## Vorbereitung der Held\*innenrallye:

Auf dem Gelände werden Bilder von verschiedenen Held\*innenfiguren versteckt, die z.T. aus den Medien bekannt sind oder sich in irgendeiner Weise für Vielfalt/ Gerechtigkeit/ Nachhaltigkeit etc. einsetzen. Auf der Vorderseite der Held\*innen-Bilder ist jeweils ein farbig markierter Buchstabe zu finden. Mit Hilfe des markierten Buchstabens kann am Ende ein Lösungswort zusammengesetzt werden.

Die Held\*innen-Bilder müssen vor Spielbeginn entsprechend des Hinweisblattes auf dem Gelände der Einrichtung versteckt werden.

Falls einzelne Hinweise/Held\*innen auf die jeweilige Einrichtung nicht anwendbar sind, können diese auch im Vorfeld noch abgeändert/ ausgetauscht werden.

Des Weiteren sollte vor Spielbeginn ein großes Plakat mit dem Schriftzug „Held\*innen der \_ \_ \_ \_ \_“ vorbereitet werden. In die acht leeren Felder können die Teilnehmenden am Ende das Lösungswort eintragen. Die gefundenen Held\*innenbilder können am Ende ebenfalls auf das Plakat geklebt werden.

## Vorbereitung des Schatzes:

Die Held\*innenrallye ist als spielerische Überleitung zum Kapitel „Held\*innenreise um die Welt“ konzipiert. Für den Schatz bietet es sich an die dafür notwendigen Reisepässe sowie ggf. verschiedene Bücher mit Held\*innengeschichten in eine Schatzkiste/Koffer o.ä. einzupacken. Darüber hinaus freuen sich die Teilnehmenden bestimmt auch über einen leckeren Reiseproviant (Süßigkeiten o.ä.).

Beispielliste für den Inhalt der Schatzkiste/ Schatzkoffer:

- Reisepässe
- Stempelset
- Held\*innenbücher (siehe Medienliste)
- Landkarte
- Reiseproviant



## Ablauf der Held\*innenrallye:

Die Held\*innenrallye ist als kooperatives Spiel konzipiert. Die Schatzsuche/ Rallye startet mit einem ersten Hinweis, der von der Spielleitung vorgelesen wird. Nach dem Startsignal suchen die Teilnehmenden gemeinsam nach der/ dem ersten Held\*in. Das gesuchte Held\*innenbild wird eingesammelt und der Spielleitung übergeben. Wenn die richtige Held\*innenfigur gefunden wurde, erhalten die Teilnehmenden einen weiteren Hinweis, der gemeinsam entschlüsselt werden muss und sie zur nächsten Held\*innenfigur leitet.

## Entschlüsselung des Lösungswortes:

*Wenn alle Held\*innen gefunden wurden muss noch das Lösungswort entschlüsselt werden.*

Dafür kommen alle Kinder und Jugendlichen wieder an der Anfangsstation zusammen. Für die Entschlüsselung des Lösungswortes wird das Aufgabenblatt „Lösungswort-Fragen“ benötigt. Mit Hilfe der Spielleitung wird nun überlegt, welche Held\*in zu welcher Frage/Aussage passt. Die Fragen/Aussagen sind jeweils einer Nummer zugeordnet. Die zuvor gesammelten farbig markierten Buchstaben müssen nun entsprechend dieser Zahlen in die richtige Reihenfolge gebracht werden, d.h. die Reihenfolge der Nummern ergibt auch die Reihenfolge des Lösungswortes.

Wenn das Lösungswort entschlüsselt wurde, wird dieses abschließend auf ein großes Plakat geschrieben und die Held\*innenbilder werden ebenfalls dazu geklebt.

## Abschlussfragen

Welche von den gefundenen Helden\*innen findet ihr am besten und warum?

Wer ist euer\* eure Lieblingsheld\*in?

Wenn das Plakat fertig gestaltet wurde erhalten die Kinder und Jugendlichen den Schlüssel zum Koffer/zur Schatzkiste.

Malala YouSafzai  
HELD\*INNEN  
DER  
T  
L  
V  
I  
E  
L  
f  
A  
Billie  
Eilish



## Beispieleinleitung:

Wir starten unsere Held\*innenreise um die Welt. Doch bevor es losgehen kann, müssen wir erst noch unser Reisegepäck finden. Um den Schlüssel für das Reisegepäck zu bekommen müssen wir gemeinsam ein Lösungswort entschlüsseln.

Verschiedene Helden und Heldinnen werden uns bei der Suche unterstützen indem sie uns die fehlenden Buchstaben geben.

**Wichtig:** Ihr spielt zusammen und könnt nur gemeinsam das Lösungswort knacken.

Auf unserem Spielfeld sind verschiedene Held\*innenfiguren versteckt die ihr finden müsst. Auf jedem Held\*innenbild findet ihr einen rot markierten Buchstaben. Diese brauchen wir um am Ende das Lösungswort zu entschlüsseln.

Das Spiel beginnt mit einem ersten Hinweis. Wenn ihr die richtige Held\*in findet müsst ihr diese einsammeln und hier an die Station bringen. Nur wenn ihr die/ den richtigen Held\*in gefunden habt, erhaltet ihr den nächsten Hinweis. Wenn ihr alle gefunden habt treffen wir uns wieder um gemeinsam das Lösungswort rauszufinden.

## Der erste Hinweis:

Der Name unseres ersten Helden ist LeBron James.

Was denkt ihr wo ihr LeBron James finden könnt?

Wisst ihr wodurch er berühmt geworden ist?

(Zusatz-Tipp: Es ist eine Sportart bei dem ein Ball durch einen Korb geworfen wird.)

*An einem Basketballplatz/ Basketballkorb: Bild von LeBron James*

## Der zweite Hinweis:

Die nächste Heldin setzt sich mit Schulstreiks für den weltweiten Klimaschutz ein

Wisst ihr welche Pflanzen besonders wichtig sind für den Klimaschutz, weil sie viel CO<sup>2</sup> aus der Atmosphäre zu speichern? – An einem dieser Pflanzen findet ihr die nächste Heldin.

*An einem Baum: Bild von Greta Thunberg*

## Der dritte Hinweis:

Den nächsten Helden den ihr suchen müsst, heißt Dwayne Johnson. Er ist ein berühmter Wrestler und Schauspieler. Er ist bekannt unter dem Namen „The Rock“.

Wisst ihr was „The Rock“ auf Deutsch heißt?

*Am einem (großen) Stein: Bild von Dwayne Johnson*

## Der vierte Hinweis:

Die nächste Heldin ist eine berühmte Sängerin und Schauspielerin die sich für den Tierschutz einsetzt und 2020 sogar ein eigenes Tierheim gegründet hat.

Findet einen Ort an dem Tiere etwas zum Essen/ einen Unterschlupf finden können. Dort wartet schon die nächste Heldin mit einem weiteren Buchstaben auf euch.

*An einem Vogelhaus/ Insektenhotel o.ä.: Bild von Ariana Grande*

### **Der fünfte Hinweis:**

Der nächste Held hat ein System entwickelt, um Plastikmüll aus dem Meer zu fischen und hat für seine Erfindung sogar die Auszeichnung „Champion of the Earth“ bekommen. Um diesen Held zu finden müsst ihr an einem Ort suchen, der uns dabei hilft, dass unsere Umwelt/ Einrichtung sauber bleibt.

*An einem Mülleimer: Bild von Boyan Slat*

### **Der sechste Hinweis:**

Die nächste Heldin die ihr suchen müsst setzt sich für das Recht auf Bildung für Alle ein und riskierte dafür sogar ihr eigenes Leben. Für ihren Mut und ihren Einsatz erhielt sie als jüngster Mensch in der Geschichte den Friedensnobelpreis. Sie hat auch bereits ihr eigenes Buch geschrieben, indem sie über ihre Geschichte erzählt. An welchem Ort könnte sich diese Heldin versteckt haben?

*An einem Bücherschrank o.ä.: Bild von Malala Yousafzai*

### **Der siebte Hinweis:**

Der nächste Held ist ein richtiger Bollywood-Star und vor allem für seine schauspielerischen Fähigkeiten und coolen Tanzmoves bekannt. Was denkt ihr wo er sich versteckt haben könnte?

*An einer Bühne/ Tanzraum o.ä.: Bild von Shah Rukh Khan*

### **Der letzte Hinweis:**

Die letzte Heldin möchte anderen Menschen dabei helfen mit einem gesünderen Herz länger zu leben. Nachdem sie als junges Mädchen bei einem Krankenhaus erfuhr, dass viele Menschen an Herzkrankheiten sterben, gründete sie im Alter von 8 Jahren bereits einen eigenen Wohltätigkeitsverein um Leute darüber zu informieren, was sie tun müssen, damit ihr Herz gesund bleibt. Könnt ihr euch schon denken wo sich diese letzte Heldin versteckt hat?

*Bei einem großen mit Kreide gemalten Herz: Bild von Savannah Karmue*

Nun habt ihr alle Buchstaben zusammen, die ihr für das Lösungswort braucht. Um die richtige Reihenfolge rausfinden zu können, müsst ihr die Buchstaben nur noch den richtigen Zitate/ Aussagen zuordnen.

### Fragen zum Entschlüsseln des Lösungswortes

#### 1. Buchstabe:

Welche\*r Held\*in gründete die „Happy Heart Challenges“ – bei denen Schulkindern gezeigt wird wie wichtig ein gesundes Herz ist und wie sie durch gesundes Essen und Sport ihr Herz beschützen können?

*Lösung: (SaVanna Karmue)*

#### 2. Buchstabe:

Welche\*r Held\*in hat als Stimme des Zebras 2019 bei dem Charity-Song Earth mitgesungen, dessen Gewinne an verschiedene Umweltorganisationen gingen?

*Lösung: Ariana Grande*

#### 3. Buchstabe:

Diese\*r Held\*in kann im Ring richtig gefährlich aussehen aber ist eigentlich ein Mensch der anderen gerne hilft. Denn wusstet ihr das: während der Corona-Pandemie hat dieser Held viel Geld an soziale und medizinische Einrichtungen gespendet, unterstützt seit längerem die Black-Lives-Matter-Bewegung und setzt sich für die Make-A-Wish Stiftung ein, um kranken Kindern Wünsche zu erfüllen.

*Lösung: Dwayne Johnson*

#### 4. Buchstabe:

Welche\*r Held\*in hat den Satz gesagt: „Ich glaube, viele Menschen sehen Innovationen als eine Möglichkeit, um reich zu werden. Nicht so sehr als einen Weg, die Welt zu einem besseren Ort zu machen oder die Menschheit zu bereichern.“?

*Lösung: Boyan Slat*

#### 5. Buchstabe:

Welche\*r Held\*in hat diesen Satz gesagt: „Wenn die ganze Welt schweigt, kann auch eine einzige Stimme mächtig sein“?

*Lösung: Malala Yousafzai*

**6. Buchstabe:**

Diese\*r Held\*in wollte Schauspieler werden, um seine Familie zu unterstützen. Dafür zog er ganz alleine in eine fremde Stadt. Ohne Geld musste er damals manchmal sogar auf der Straße schlafen – aber heute ist er einer der größten und reichsten Filmstars der Welt. Mit seinem Geld unterstützt er heute nicht nur seine eigene Familie, sondern spendet auch viel für wohltätige Zwecke.

*Lösung: ShAh Rukh Khan*

**7. Buchstabe:**

Welche\*r Held\*in ist nicht nur auf dem Spielfeld Spitzenklasse, sondern auch privat ein echtes Vorbild – indem er etwa junge Menschen mit Stipendien unterstützt, die sich sonst kein Studium leisten könnten und sich außerdem gegen Rassismus einsetzt?

*Lösung: LeBron James*

**Buchstabe:**

Durch den Einsatz welcher Held\*in hat sich die weltweite Bewegung Fridays For Future gegründet?

*Lösung: Greta Thunberg*

Lösungswort: \_ \_ \_ \_ \_

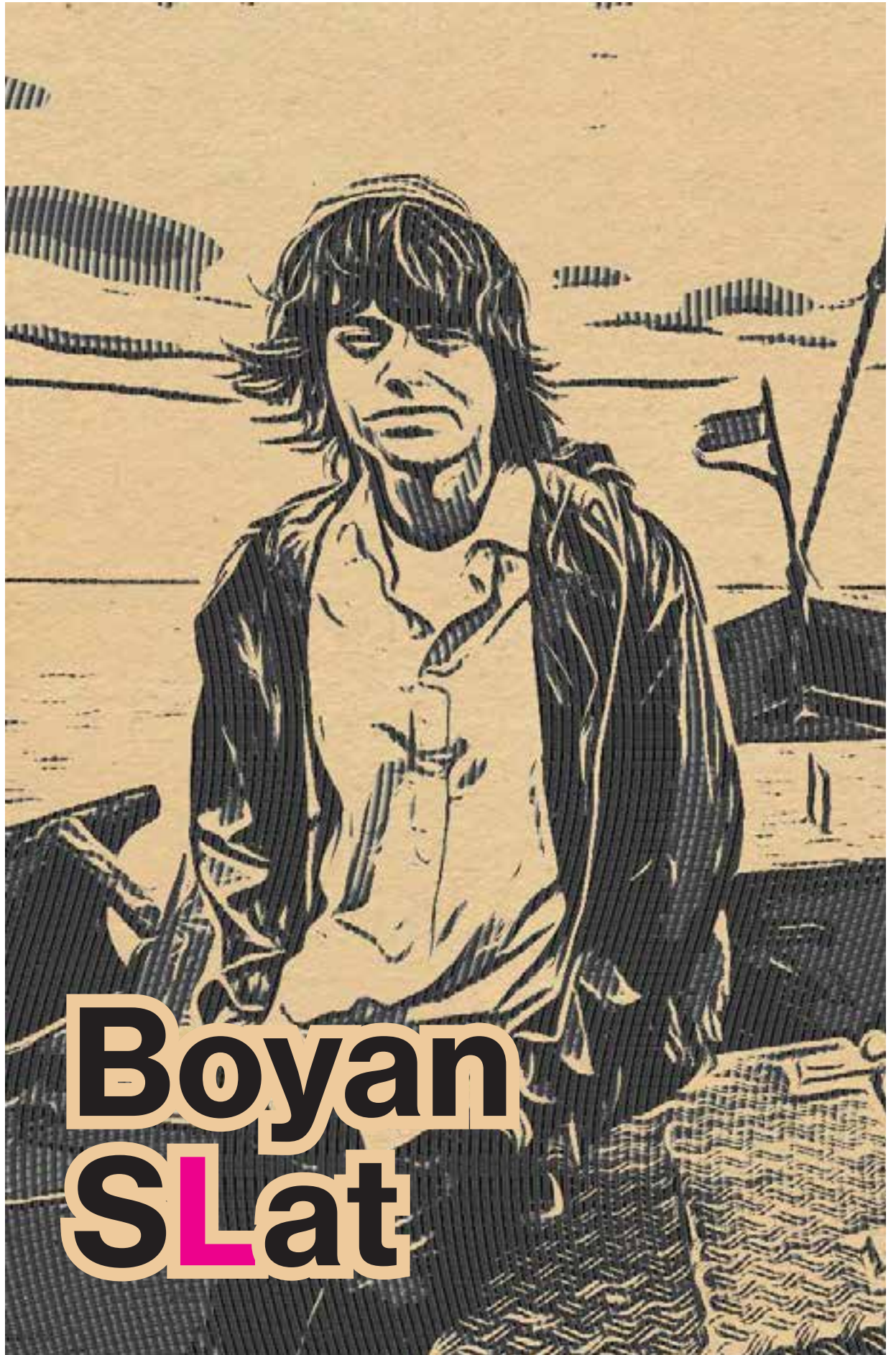


# Savanna Karmue

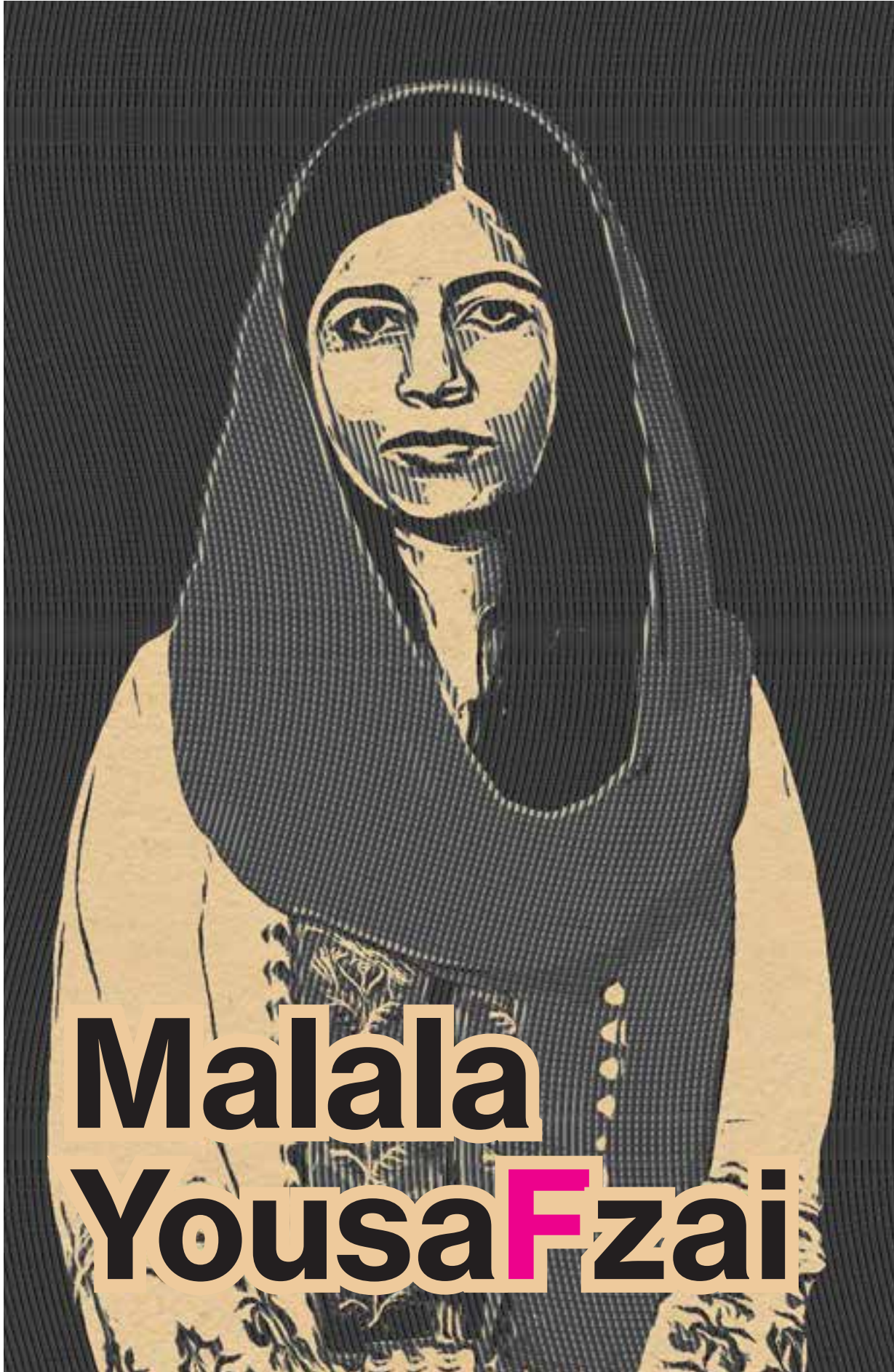




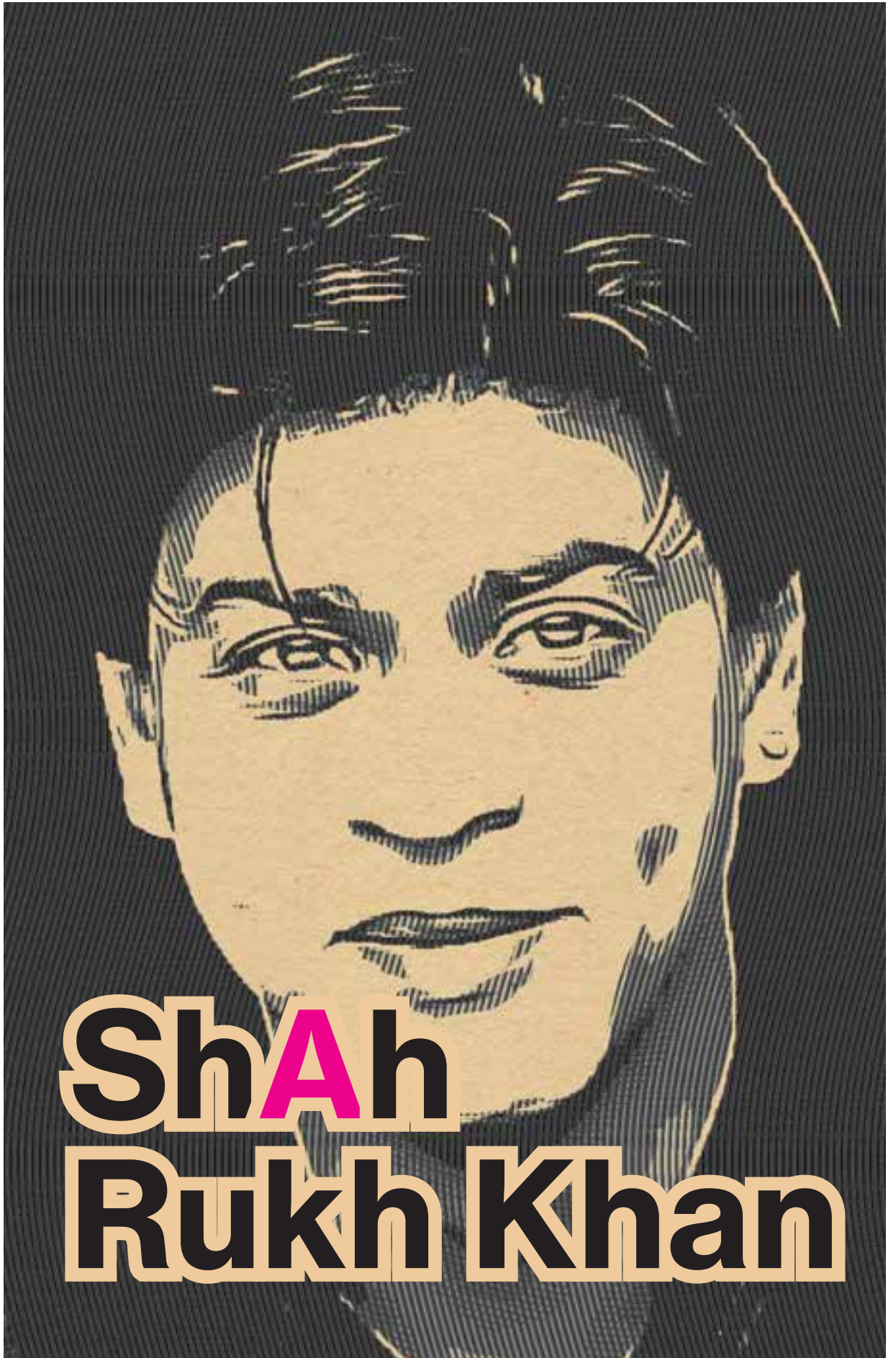
**DwaynE  
Johnson**



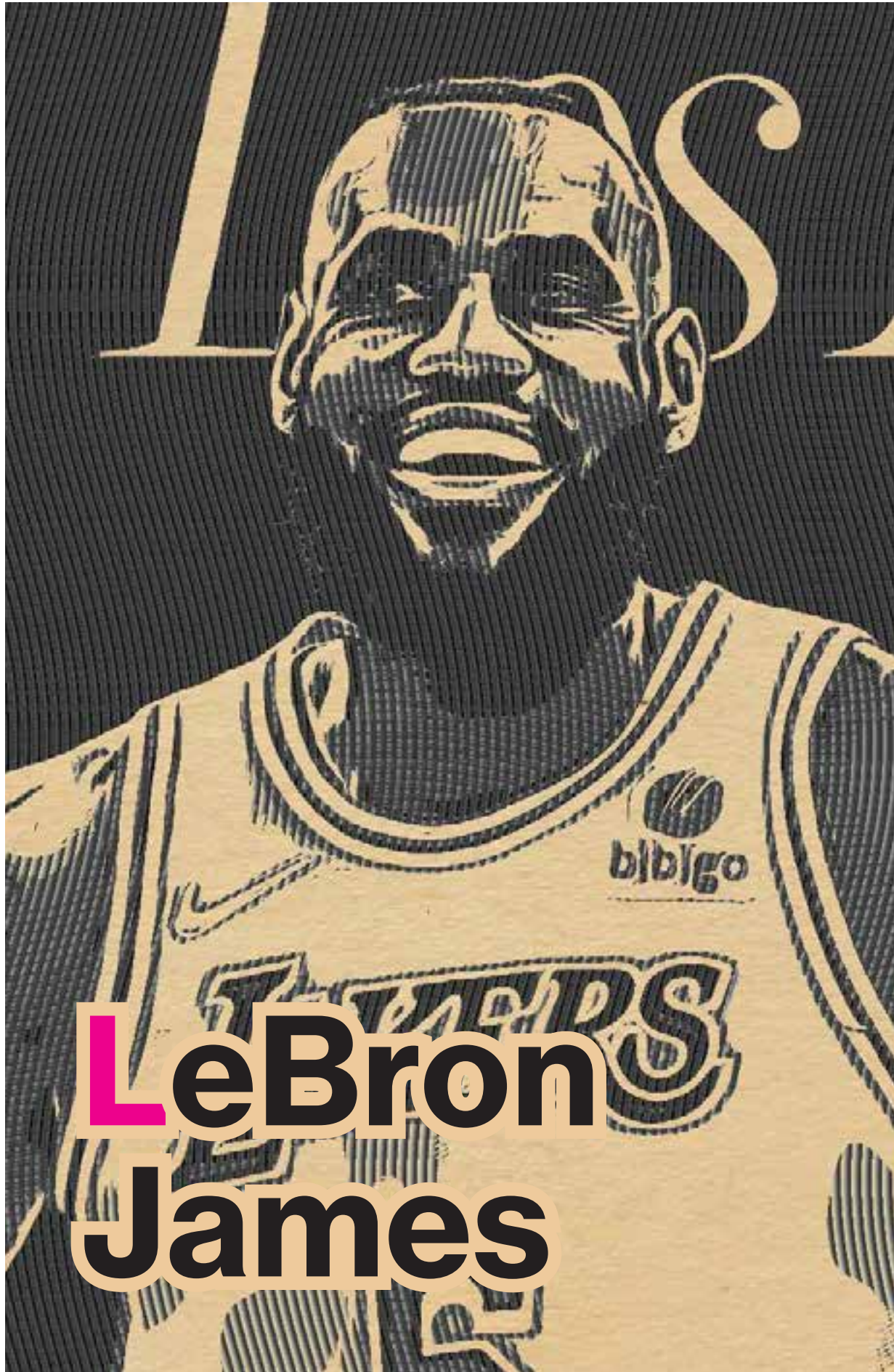
**Boyan  
SLat**



**Malala**  
**YousaFzai**



**ShAh**  
**Rukh Khan**



# LeBron James



# Greta Thunberg

# Phase 2

## Held\*innenreise um die Welt



Bei der Held\*innenreise um die Welt, geht es darum verschiedene Held\*innen aus unterschiedlichen Ländern der Welt kennen zu lernen. Die Geschichten der Held\*innen bieten den teilnehmenden Kindern und Jugendlichen bestenfalls verschiedene Identifikationsmöglichkeiten und zeigen, dass Held\*innen sehr divers sein können und überall auf der Welt zu finden sind.

*Kerngedanke der Held\*innenreise um die Welt, ist das für jeden Reisetag ein neues Land ausgesucht wird, wobei die Teilnehmenden hier frei nach ihren Interessen bestimmen können wohin die Reise geht.*

LOS GEHTS!



# 2.1

## Die Reisepässe



- Für die Held\*innenreise um die Welt, wird ein „Held\*innen-Reisepass“ benötigt. Die Druckvorlage findet ihr hinter 2.1

## Kurz-Anleitung zum Reisepass:

- Das Cover des Reisepasses wird auf buntes Din-A4 Papier gedruckt.
- Der Content des Reisepasses wird auf weißes Din-A4 Papier gedruckt.
- Um den Reisepass zusammenzustellen werden die einzelnen Blätter in der Mitte gefaltet und in der richtigen Reihenfolge ineinandergelegt.
- Zur Befestigung des Reisepasses kann der linke Rand entweder getackert werden oder mit Hilfe eines Lochers und Fadens gebunden werden.
- Jedes teilnehmende Kind erhält einen eigenen Reisepass.

## Ausfülltipps zum Reisepass:

Die Seiten „Vor der Reise“, „Das bin ich...“ und „Ich als Held\*in“ können entweder von den teilnehmenden Kindern und Jugendlichen alleine ausgefüllt und anschließend besprochen werden oder gemeinsam ausgefüllt werden.

Die Seite „Reiseregeln“ wird gemeinsam ausgefüllt.

*Zu Beginn der Reise soll gemeinsam über die Regeln abgestimmt werden (was ist den Teilnehmenden wichtig bspw. gegenseitiger Respekt, einander zuhören...).*

Zur Reflexion der einzelnen „Reisetage“ können die Seiten „die Reise geht nach“ und „Eindrücke“ genutzt werden. Die Teilnahme an einem Reisetag wird mit einem Stempel abgeschlossen (siehe Stempel-Feld auf der Seite „Eindrücke...“)

Die Seite „Abschluss“ kann sowohl für eine gemeinsame Reflexion am Ende der Phase 2 als auch für die Abschlussreflexion des gesamten Reiseprozesses genutzt werden (siehe Phase 5.2).



## Exkurs: Privilegiencheck - Die Bedeutung eines Passes

Es ist wichtig, dass ihr euch bewusst darüber seid, dass ein Pass kein neutrales Dokument ist, sondern eng verknüpft ist mit bestehenden Ungleichheiten und herrschenden Machtverhältnissen innerhalb der Welt und auch innerhalb Deutschlands. Für viele Menschen ist es nicht möglich mit ihrem Pass einfach mal in ein anderes Land zu reisen und auch innerhalb von Deutschland haben viele Menschen aufgrund ihres Aufenthaltsstatus nicht die Möglichkeit sich frei zu bewegen. Und wiederum andere besitzen aus den unterschiedlichsten Gründen gar keinen Pass.

Einen Pass zu haben, insbesondere einen deutschen Pass, ist mit bestimmten Rechten und Privilegien verbunden, von denen viele Menschen aufgrund ihres Geburtsortes, Staatsangehörigkeit, oder ethnischen Zugehörigkeit ausgeschlossen sind.

Für eine diversitätssensible OKJA ist es wichtig das die unterschiedlichen Lebensrealitäten und Partizipationsmöglichkeiten bei der Angebotsgestaltung mitgedacht werden und die eigenen Privilegien reflektiert werden.

### Medientipp:

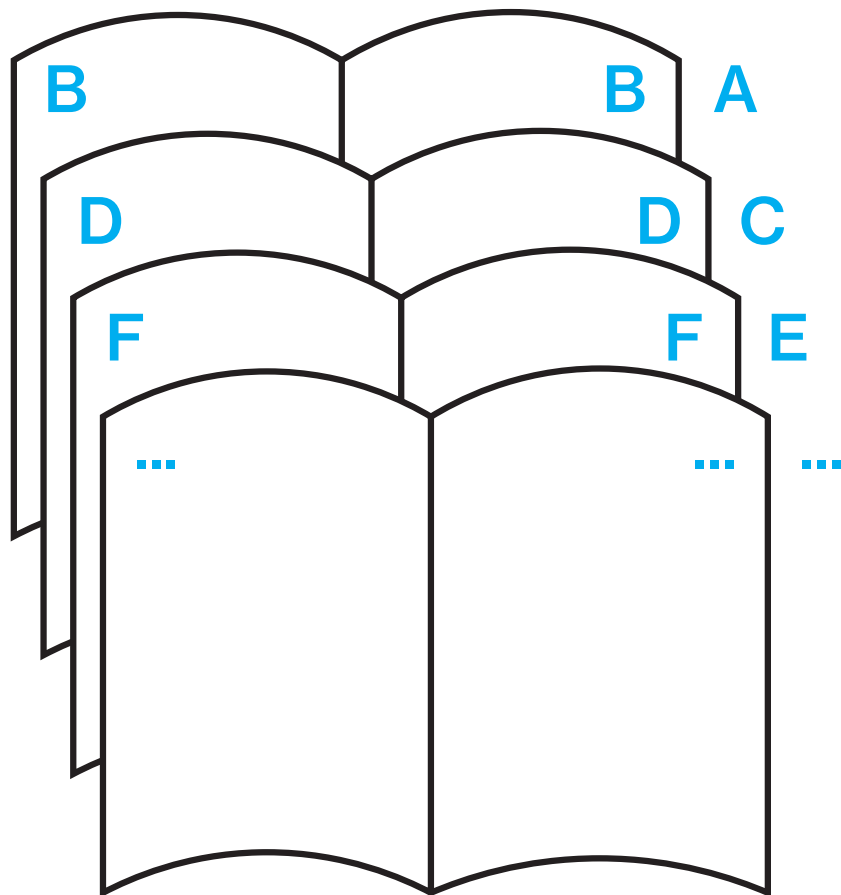
<https://www.deutschlandfunknova.de/beitrag/staatsbuergerschaft-die-macht-des-richtigen-passes>

<https://www.deutschlandfunknova.de/beitrag/christiana-bukalo-ich-habe-meine-staatenlosigkeit-mit-sehr-viel-scham-verbunden>

## Richtige Reihenfolge des Reisepasses:

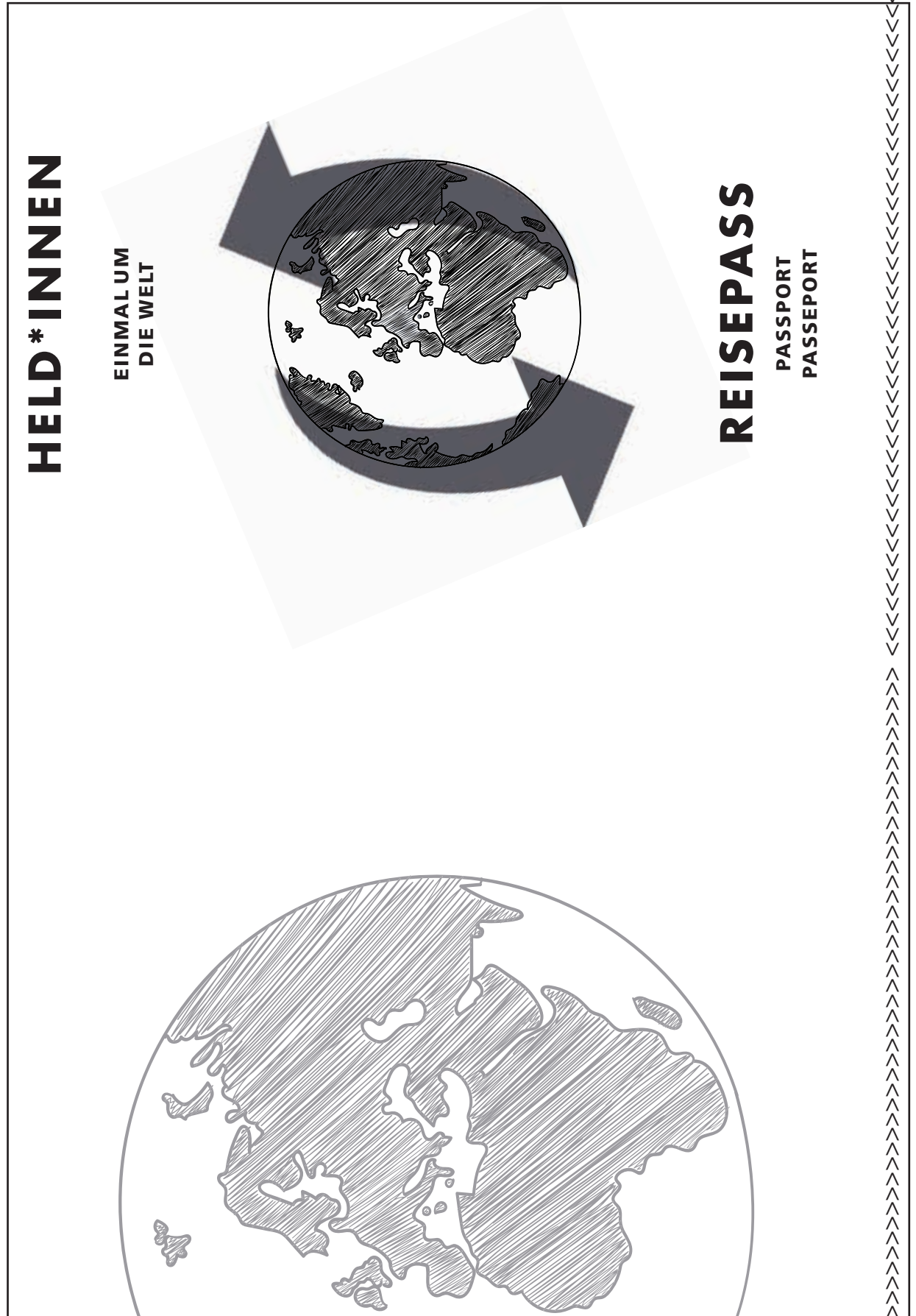
wichtig: der Umschlag wird separat gedruckt

alles andere doppelseitig wie folgt:





Cover (seperat auf bspw. buntes Papier)



A

gute reise	رحلة سعيدة
have a nice trip	좋은 여행 되세요
iyi yolculuklar	udhetim te mbare
prijemnú cestu	旅行愉快
kia pai to haerenga	mitej podróży
хорошей поездки	Buen viaje
հաճելի ուղևորություն	γεια και καλη
gera xweş	καλό ταξίδι
bon voyage	سفر خوش
sretan put	良い旅を

**B**

**VOR DER REISE? / BON VOYAGE?**

Darauf freue ich mich...

---

---

---

---

---

Das wünsche ich mir...

---

---

---

---

---

Diese\*n Held\*in möchte ich besuchen...

---

---

---

---

---



# ABSCHLUSS

Diese Reise fand ich am besten, weil...

---

---

---

---

Das hätte ich gerne noch gemacht...

---

---

---

---

Diese\*r Held\*in hat mich am meisten beeindruckt, weil...

---

---

---

---

# REISEREGELN

- 1 \_\_\_\_\_
- 2 \_\_\_\_\_
- 3 \_\_\_\_\_
- 4 \_\_\_\_\_
- 5 \_\_\_\_\_
- 6 \_\_\_\_\_
- 7 \_\_\_\_\_
- 8 \_\_\_\_\_
- 9 \_\_\_\_\_



D

## DAS BIN ICH...

Name

---

---

Geburtstag  
Geburtsort

---

---

Liebingsland

---

---

Liebings Held\*in

---

---

Meine Superkraft

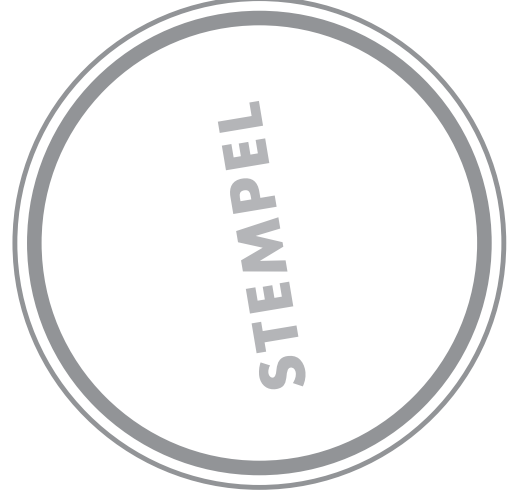
---

---

---

---

## EINDRÜCKE...



E

**DIE REISE GEHT NACH...**

Diese Held\*innen haben wir kennengelernt

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Das war spannend / hat mich beeindruckt

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Das war nicht so gut

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**ICH ALS HELD\*IN**

\_\_\_\_\_

Datum Reisestart \_\_\_\_\_

Datum Reiseende \_\_\_\_\_



F (hiervon können beliebig viele eingefügt werden)

**DIE REISE GEHT NACH...**

Diese Held\*innen haben wir kennengelernt

---

---

---

---

Das war spannend / hat mich beeindruckt

---

---

---

---

Das war nicht so gut

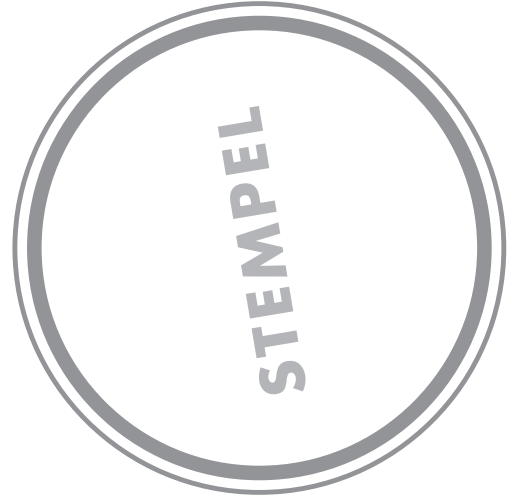
---

---

---

---

**EINDRÜCKE...**



2.2

# Länderwahl & Held\*innensuche



## Beschreibung

Das erste Reiseland kann entweder in einer gemeinsamen Entscheidung bestimmt werden oder ein teilnehmendes Kind/ Jugendliche\*r darf sich ein Land aussuchen.

Hierfür wird eine Weltkarte ausgeklappt/ aufgehängt und gemeinsam nach den Ländern gesucht die, die Teilnehmenden als mögliche Reiseziele nennen.

## Beispielfragen zur Länderauswahl:

*Was ist euer Lieblingsland?*

*Wohin würdet ihr gerne mal Reisen?*

*Aus welchem Land kommt euer/ eure Lieblingsheld\*in?*

**Wichtig:** Für eine diversitätssensible Held\*innenreise sollte darauf geachtet werden Identitätszuschreibungen zu vermeiden. Es geht also nicht darum, dass die Kinder und Jugendlichen ihr vermeintliches Herkunftsland/ Land ihrer Eltern vorstellen, außer wenn dies von den Jugendlichen selbst so gewünscht wird.

## Freiwillige Aufgabe für Zuhause:

Wer möchte kann eine Held\*innengeschichte aus dem ausgewählten Land vorbereiten. Menschen aus einem der Bücher, Menschen aus den Medien oder Menschen die die Kinder persönlich kennen, können dafür ausgewählt werden.

*Falls Held\*innen Bücher vorhanden sind, können diese an die jeweiligen Kinder/ Jugendlichen ausgeliehen werden.*

Falls keines der teilnehmenden Kinder und Jugendlichen diese Aufgabe übernehmen möchte, kann dies auch von der pädagogischen Fachkraft/ Reisebegleitung übernommen werden.

*Die gewählte Held\*innen-Person kann am nächsten Reisetag mit Hilfe des Held\*innen-Fragebogens den anderen vorgestellt werden.*

## Exkurs: Die Weltkarte als Spiegel (postkolonialer) Machtverhältnisse

Bei der Heranziehung einer Weltkarte, sollte mitbedacht werden, dass diese keine naturgegebene Ordnung widerspiegelt, sondern vielmehr ein Ausdruck historischer sowie aktueller Machtverhältnisse ist. So sind die auf der Weltkarte abgebildeten Grenzlinien in vielen Fällen das Ergebnis von zumeist konfliktreichen und zum Teil kriegerischen Interessenskämpfen und Aushandlungsprozessen. Insbesondere im Falle der ehemals europäischen Kolonialisierungsgebiete wurden die Grenzlinien dabei ohne Einbezug der Menschen vor Ort festgelegt (Bspw. die Entscheidung der Grenzverläufe auf dem afrikanischen Kontinent während der Berliner Kongo-Konferenz 1884).

Darüber hinaus ist zu beachten, dass es einige Länder/ Gebiete gibt, die aufgrund einer fehlenden internationalen Anerkennung nicht auf der Landkarte zu finden sind, die aber dennoch für die Identitätskonstrukte vieler Menschen eine zentrale Rolle spielen (Bspw. Kosovo, Palästina, Kurdistan, Tibet, Taiwan... ). Da die Nicht-Abbildung dieser sogenannten De-Facto-Staaten von betroffenen Kindern und Jugendlichen auch als Infragestellung ihrer eigenen Identität wahrgenommen werden kann ist ein sensibler Umgang beim Einsatz von Weltkarten gefragt. Andererseits kann es vorkommen, dass bestehende geopolitische Konflikte auch unter den Kindern und Jugendlichen zu Auseinandersetzungen führen. Ein diversitätssensibler Umgang mit solchen Konfliktsituationen sollte dabei weniger die Herbeiführung eines Konsenses als oberstes Ziel setzen, sondern eher versuchen auf ein respektvolles Miteinander und gegenseitiges Verständnis hinzuwirken.

### Hintergrundinfos:

<https://www.deutschlandfunk.de/auf-kosten-afrikas-100.html>

<https://www.deutschlandfunk.de/de-facto-staaten-das-schicksal-von-laendern-ohne-100.html>

# Held\*innen Fragebogen

Name: \_\_\_\_\_

Geburtsort: \_\_\_\_\_

Geburtsjahr: \_\_\_\_\_

Hobbies/ Beruf: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Auszeichnungen/ Preise: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Was für eine Heldin ist er\*sie?

\_\_\_\_\_

Was für eine Spezialkraft hat er\*sie?

\_\_\_\_\_

Was ist seine\*ihre Geschichte?

\_\_\_\_\_

Ein wichtiges Zitat von meiner\*m Held\*in

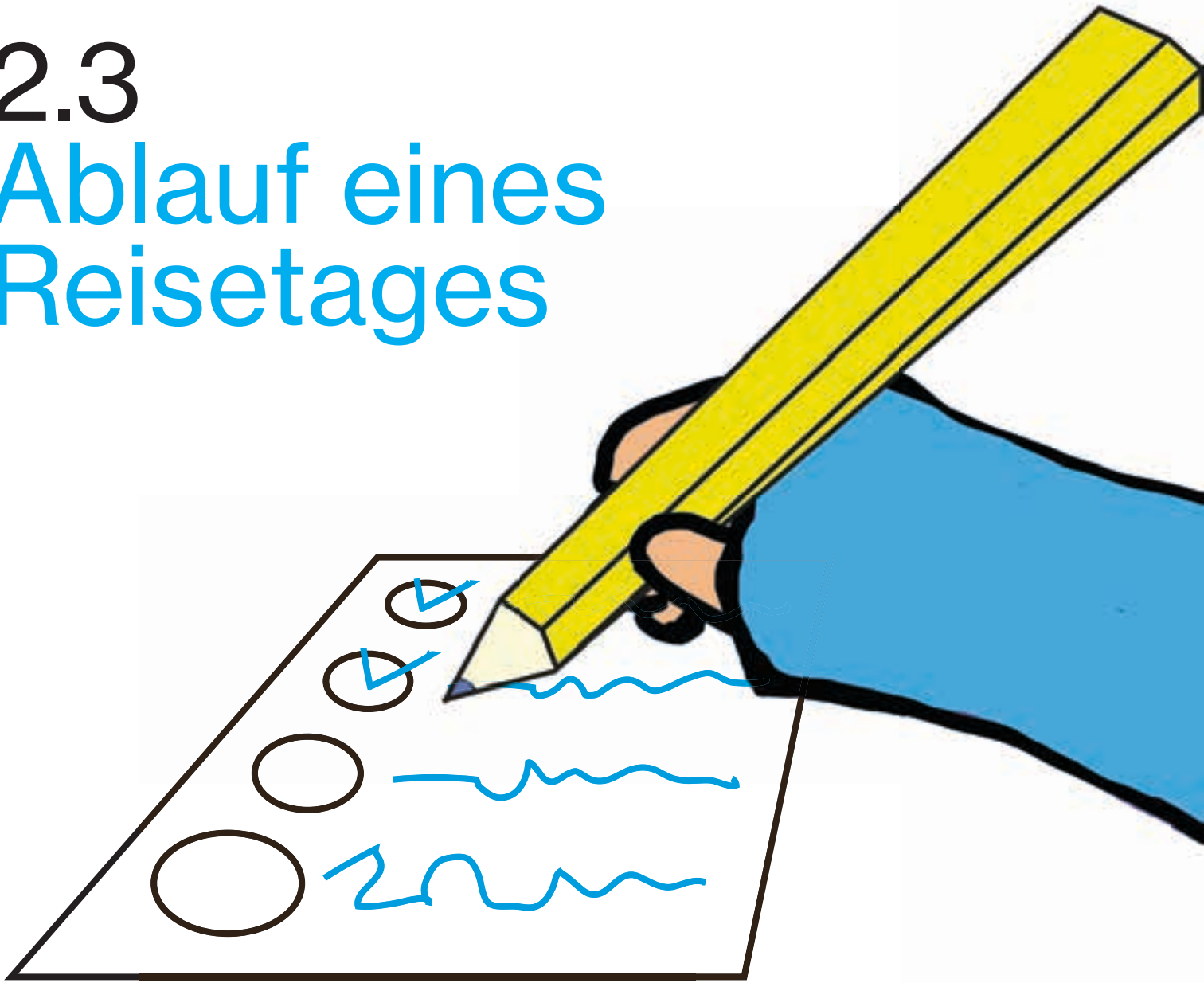
\_\_\_\_\_

Was beeindruckt mich am meisten an meiner\*m Held\*in?

\_\_\_\_\_

## 2.3

# Ablauf eines Reisetages



- Kennenlernen von verschiedenen Held\*innen bzw. Identifikationsfiguren



- 8-14 jhr.
- 8-10 Teilnehmer\*innen ggf. mehr



- ca. 3-4 h



- Weltkarte
- Reisepässe
- Stempel
- Hinweisblatt
- ggf. Held\*innenbücher
- ggf. Einsatz weiterer medien (Lieder, Filme, Fotos)
- ggf. koch- bzw. Backzutaten

## Beschreibung

An jedem Reisetag lernen die Kinder und Jugendlichen eine\*n oder mehrerer Held\*innen aus einem zuvor gewählten Land kennen. Zusätzlich kann ein passendes Back- oder Kochangebot vorbereitet werden.

## Einstiegsmethode „Check-In“

Jeder Reisetag beginnt mit einem kurzen „Check-In“. Dabei kann jede mitreisende Person kurz etwas erzählen.

## Check-In-Fragen

Wie geht es mir heute?

Habe ich heute schon eine Held\*innentat getan/ erlebt? Wenn ja welche?

Worauf freue ich mich heute am meisten?

## „Wo geht es heute hin?“

Nach dem Check-In wird gemeinsam auf der Weltkarte das heutige Reiseziel gesucht.

## Länder-Fragen

Wer weiß wo ... liegt?

Wer war schon mal in ... ?

Wer weiß etwas über ... ?

*Wenn das Land auf der Karte gefunden wurde, kann dieses von einem Kind/ Jugendlichen eingekreist oder angepinnt werden.*



## Das Held\*innen-Portrait

Die Vorstellung der Held\*innen kann mit Hilfe des Held\*innenfragebogens erfolgen. Zusätzlich können Bilder, Videos, Lieder o.ä. gezeigt werden.

## Koch- oder Backangebot mit typischen Gerichten des Reiselandes

Die Reise kann von einem gemeinsamen Back- oder Kochangebot begleitet werden.

Die Rezepte/ Gerichte können im Vorhinein entweder von den Teilnehmenden Kindern und Jugendlichen vorgeschlagen werden oder von der jeweiligen Fachkraft rausgesucht werden.

Wichtig zu beachten: häufig sind Speisen nicht einem bestimmten Land zuzuordnen und die Küche eines Landes ist auch vielfältiger als ein bestimmtes typisches Gericht.

## Reiseabschluss

Am Ende eines jeden Reisetages werden die Reisepässe ausgefüllt. Die Teilnehmenden Kinder und Jugendlichen können dort ihre Eindrücke des Tages festhalten. Für Kinder die lieber malen anstatt zu schreiben, gibt es dort auch ein Kästchen in welchem die Eindrücke visuell dargestellt werden können. Zum Abschluss eines jeden Reisetages erhält jede\*r Teilnehmer\*in einen Stempel in den Reisepass.



2.4

# Länderbeispiele/ Held\*innenportraits



*Im Folgenden werden drei Beispielheld\*innen aus unterschiedlichen Ländern dargestellt.*

*Auf jede\*n Held\*in folgt ein Rezept eines Gerichtes aus dem jeweiligen Land.*



## KROATIEN



- Name:* Katarina Kruhonja
- Geburtsjahr:* 1949
- Geburtsort:* Osijek, Kroatien
- Hobbies/Beruf:* Ärztin und Direktorin des Zentrums für Frieden, Gewaltfreiheit und Menschenrechte
- Auszeichnungen:* Für ihren Einsatz für den Frieden wurde Katarina Kruhonja 1998 mit dem „Right Livelihood Award“ ausgezeichnet. Dieser wird an Menschen vergeben, die sich für eine bessere Welt einsetzen.
- Art der Held\*in:* Heldin für den Frieden
- Spezialkraft:* Gewaltfreie Kommunikation
- wichtiges Zitat:* „Frieden ist für uns nicht nur die Abwesenheit von Krieg. Frieden ist: Beziehungen aufbauen zwischen Menschen, Gruppen, Staaten auf allen Ebenen. Und das schließt Menschen ein, aber auch Tiere und den gesamten Planeten.“

*Geschichte:*

1991 brach in Kroatien ein Krieg zwischen der serbischen und der kroatischen Bevölkerung aus. Als die Feindschaften zwischen beiden Bevölkerungsgruppen immer stärker wurden und auch aufeinander geschossen wurde, entschloss Katarina Kruhonja etwas dagegen zu tun. Katarina, die selbst zu der kroatischen Bevölkerungsgruppe zählt, begann in die umliegenden Dörfer zu fahren, in denen mehrheitlich Serben lebten und versuchte mit den Menschen ins Gespräch zu kommen. Zwar war es zu spät um den Krieg zu verhindern aber gemeinsam mit anderen Mitstreiter\*innen unterstützte sie bspw. Serben, die von der Polizei vertrieben werden sollten und versuchte zwischen den verfeindeten Menschen zu vermitteln. Auch heute noch, mehr als 20 Jahre nach dem Krieg, sind die Wunden von damals nicht ganz geheilt und es gibt weiterhin Spaltungen in der Gesellschaft. Auch Katarina engagiert sich immer noch für ein friedliches Miteinander und spricht zum Beispiel mit Jugendlichen über die Zeit des Krieges und die Bedeutung von „gewaltfreier Kommunikation“.

*beeindruckend:*

Mich beeindruckt, dass Katarina und ihre Mitstreiter\*innen den Mut hatten in einer Zeit des Krieges auf Menschen zuzugehen, von denen sie nicht wussten, ob sie ihnen feindlich gegenüberstehen. Ich finde es held\*innenhaft, dass Katarina nicht mit Waffen kämpfte, sondern mit ihrer Stimme einen gewaltfreien Weg fand um für ein friedliches Miteinander zu kämpfen.

*weitere Infos:*

<https://www.deutschlandfunk.de/friedensaktivistin-in-slawonien-frieden-ist-nicht-nur-die-100.htmlv>

## KROATIEN

### Cupavci kroatische Kokosschnitten



#### Zutaten Teig:

<i>Eier</i>	3 Stück
<i>Zucker</i>	200 g
<i>Salz</i>	1 Prise
<i>Öl</i>	150 ml
<i>Milch</i>	200 ml
<i>Mehl</i>	300 g
<i>Backpulver</i>	1 Päckchen

#### Zutaten Guss:

<i>Zucker</i>	200 g
<i>Milch</i>	200 ml
<i>Schokolade</i>	100 g
<i>Butter</i>	100 g
<i>Kokosraspeln</i>	200 g

## Zubereitung:

Zuerst werden die Eier mit dem Zucker und einer Prise Salz schaumig gerührt

Dann wird die Milch und das Öl untergerührt.

Als nächstes wird das Backpulver mit dem Mehl vermischt und die Mischung dann mit den anderen Zutaten zu einem Teig geknetet.

Die fertige Teigmasse wird in eine vorgefettete Backform von ca. 30 mal 20 Zentimeter gegeben. Nun muss der Kuchen im vorgeheizten Backofen bei 180°C Ober- und Unterhitze für ca. 30 Minuten gebacken werden.

Nachdem der Kuchen etwas abgekühlt ist, wird er in kleine Würfel geschnitten.

Für den Guss wird die Schokolade zusammen mit dem Zucker geschmolzen. Wenn es flüssig ist, wird die Milch dazu gegeben und alles nochmal aufgekocht.

Die Hitze wird nun wieder reduziert und dann die Butter dazugegeben. Wenn sie ebenfalls geschmolzen ist, ist der Guss fertig.

Zuletzt müssen die Kuchenwürfel nur noch mit dem Guss übergossen und in zuerst in Kokosraspeln gewälzt werden. Wenn alles abgekühlt ist, könnt ihr es euch schmecken lassen.

*Guten Appetit - Dobar Tek*

## AFGHANISTAN



- Name:* Sonita Alizadeh
- Geburtsjahr:* 1996
- Geburtsort:* Herat, Afghanistan
- Hobbies/Beruf:* Rapperin,  
Studiert Musik und Menschenrechte
- Auszeichnungen:* Die iranische Regisseurin Rokhsareh Ghaem Maghami drehte ein Dokumentarfilm über Sonitas Leben. Der Film gewann mehrere Preise.
- Art der Held\*in:* Heldin für die Rechte von Frauen
- Spezialkraft:* Rappen
- wichtiges Zitat:* „Millionen von Mädchen da draußen werden täglich entführt, denn eine Zwangsheirat ist nichts anders als eine Entführung. Wieso tut niemand was dagegen?“

*Geschichte:*

Ihre Familie flieht 2007 vor den Taliban in den Iran. Doch weil das Leben als afghanische Flüchtlinge sehr hart im Iran ist, kehrt ihre Familie ohne sie zurück nach Afghanistan. Sonita bleibt alleine in Therean. Dort besucht sie einen Verein, wo sie kostenlosen Unterricht bekommt und erstmals auch Lieder von Eminem hört. Inspiriert von seinen Songs fängt Sonita selbst mit dem Rappen an. Ihr Traum ist es berühmte Rapperin zu werden, doch ihre Eltern haben andere Pläne für Sonitas Zukunft und wollen sie verheiraten. Mit ihrem Rapsong „Daughters for sale“ stellt sich Sonita gegen die Zwangsverheiratung von Mädchen. Auf das Musik-Video wird auch eine NGO aufmerksam, die Sonitas Talent erkennt und ihr ein Musik-Stipendium in den USA ermöglicht. Sonita gelingt es so der geplanten Zwangsverheiratung zu entkommen. Auch heute setzt sich Sonita noch für Frauenrechte und gegen die Zwangsehe ein. Mit ihrer Familie hat sich Sonita heute auch wieder versöhnt. Denn die Schuld für die Zwangsverheiratung von jungen Mädchen, sieht Sonita nicht bei den Eltern, sondern Schuld ist für sie der gesellschaftliche Druck, der auf die Familien ausgeübt wird.

*beeindruckend:*

Mich beeindruckt Sonitas Mut. Ich glaube es ist nicht einfach sich gegen den Willen der eigenen Familie und gegen den Druck der gesellschaftlichen Erwartungen zu stellen. Aber Sonita hat sich getraut ihren eigenen Weg zu gehen und benutzt ihre Stimme auch um sich für andere einzusetzen.

*weitere Infos:*

<https://www.deutschlandfunkkultur.de/afghanische-rapperin-sonita-alizadeh-aus-new-york-aktiv-100.html>

<https://ichkriegdich.de/themen/bildung/musikvideo/>

<https://www.sueddeutsche.de/kultur/rap-ihre-stimme-ist-ihre-waffe-1.3124994>

## AFGHANISTAN

### Bolani Afghanische Teigtaschen



#### Zutaten Teig:

<i>Mehl</i>	500 g
<i>Wasser lauwarm</i>	400 ml
<i>Trockenhefe</i>	1 Packung
<i>Salz</i>	1 Esslöffel

#### Zutaten Füllung:

<i>Kartoffeln</i>	6-8
<i>Lauchzwiebeln</i>	1 Bund
<i>Koriander</i>	1 Bund, frisch
<i>Salz, Pfeffer</i>	nach Belieben

#### Zutaten Dip:

<i>Naturjoghurt</i>	500 ml
<i>Knoblauch</i>	3 Zehen
<i>Salz, Pfeffer, Minze</i>	nach Belieben

## Zubereitung:

Für den Teig wird die Trockenhefe im Wasser aufgelöst und anschließend mit dem Mehl und Salz zu einem festen Teig geknetet. Solange ihr euch um die Füllung kümmert kann der Teig mit einem Tuch zugedeckt ruhen.

Für die Füllung werden zuerst die Kartoffeln geschält, geviertelt und dann für ca. 15 min. gekocht, bis sie weich sind. Währenddessen könnt ihr die Lauchzwiebeln und den Koriander waschen und fein hacken.

Die fertig gekochten Kartoffeln werden anschließend mit den Lauchzwiebeln und dem Koriander zu einer Maße zerstampft und mit Pfeffer und Salz gewürzt.

Für den Dip den Joghurt in eine Schüssel geben und dann den Knoblauch mit Hilfe einer Knoblauchpresse in den Joghurt drücken. Mit fein geschnittener Minze und Salz und Pfeffer abschmecken.

Nun kann der Teig in 10 kleine Kugeln geteilt werden.

Die Kugeln werden auf einer bemehlten Arbeitsfläche mit einem Nudelholz kreisförmig ausgerollt.

Dann verteilt ihr die Füllung auf der einen Hälfte des Kreises – Wichtig: am Rand ca. 1 cm frei lassen.

Nun klappt ihr die freie Hälfte um und drückt die Ränder fest zusammen.

Die fertig gefüllten Teigtaschen werden zuletzt in einer Pfanne mit heißem Öl von beiden Seiten gebraten, bis sie goldbraun sind.

Und fertig sind die Bolani`s – etwas Joghurt-Dip dazu und dann lasst es euch schmecken.

*Guten Appetit! – Noschedjan!  
Guten Appetit! – Daro de scha!*

## USA



- Name:* Colin Kaepernick
- Geburtsjahr:* 1987
- Geburtsort:* Milwaukee, USA
- Hobbies/Beruf:* US-amerikanischer Football Spieler
- Auszeichnungen:* 2018 wurde Colin von Amnesty International für seinen Einsatz gegen Rassismus als Botschafter des Gewissens ausgezeichnet.
- Art der Held\*in:* Held der Gerechtigkeit
- Spezialkraft:* Der demonstrative Kniefall
- wichtiges Zitat:* „Sich hinzuknien ist ein körperlicher Akt, der hinterfragen will, warum Menschen von dem Konzept der Freizügigkeit, Freiheit und Gerechtigkeit aller ausgeschlossen sind. Doch der Protest wurzelt auch in meinen moralischen Überzeugungen und meiner Liebe zu den Menschen.“

*Geschichte:* Colin Kaepernick ist ein US-amerikanischer Profi-Football-Spieler, der sich gegen Rassismus und Polizeigewalt einsetzt. Als Reaktion darauf, dass mehrere Schwarze Menschen während Polizeikontrollen getötet wurden, kniete sich Colin im Jahre 2016 während der Nationalhymne aus Protest hin. Für seine Protestaktion erfuhr Colin sehr viel Hass und verlor sogar seinen Job in der Profiligena. Doch Colin blieb bei seiner Haltung. Denn mit seinem Kniefall wollte er deutlich machen, dass er sich nicht für ein Land hinstellt, indem Schwarze Menschen immer noch unterdrückt und wegen ihrer Hautfarbe ermordet werden. Für viele Menschen, die sich ebenfalls gegen Rassismus einsetzen wurde Colin dagegen zu einer Symbolfigur. Während der Black-Lives-Matter-Bewegung 2020, nach der Ermordung von George Floyd, knieten sich Menschen in der ganzen Welt hin um gegen Rassismus und Polizeigewalt zu protestieren.

*Colin kämpft auch heute noch für Gerechtigkeit. So hat er zum Beispiel die Colin-Kaepernick-Stiftung gegründet und veranstaltet „Kenne deine Rechte“-Camps um junge Menschen darin zu stärken gegen Ungerechtigkeiten in der Welt vorzugehen.*

*beeindruckend:* Mich hat beeindruckt, dass Colin sich getraut hat sich während der amerikanischen Nationalhymne hinzuknien obwohl es so viele Menschen gab die in dafür beleidigten und er Angst haben musste seinen eigenen Job zu verlieren.

*weitere Infos:* <https://www.deutschlandfunknova.de/beitrag/black-lives-matter-colin-kaepernick-und-der-erste-kniefall-in-der-nfl>

*Medientipps:* Film: Ein amerikanischer Held – Die Geschichte des Colin Kaepernick

Serie: Colin in Black and White

USA

Brownies, amerikanische  
Schoko-Küchlein



Zutaten Teig:

*Butter* 250 g

*Zucker* 1 Tasse

*Kakaopulver* 1/2 Tasse

*Eier, groß* 4

*Mehl* 1 Tasse

*Vanillezucker* 1 Päckchen

*Salz* 1 Prise

*Backpulver:* 1 Päckchen

## Zubereitung:

Zuerst die Butter in einem Topf schmelzen.

Wenn die Butter geschmolzen ist, den Topf vom Herd nehmen und Zucker, Vanillezucker, Kakaopulver und Salz dazugeben und vermischen.

Danach muss die Kakaomischung kurz abkühlen.

Nun wird jedes Ei einzeln jeweils 1 - 2 Minuten untergerührt.

Anschließend wird das Mehl mit Backpulver gemischt und dazugegeben.

Der fertige Teig wird in eine mit Backpapier ausgelegte Backform geben und für ca. 20 - 25 Minuten im vorgeheizten Backofen gebacken.

Nach dem Backen die Brownies vollständig abkühlen lassen und anschließend in kleine Portionen schneiden.

*Guten Appetit - Enjoy your meal!*

# Phase 3

## Suche nach Alltagsheld\*innen



*In der dritten Phase wollen wir den Blick auf unsere direkte Umwelt werfen, denn Held\*innen gibt es nicht nur in der großen weiten Welt. Wenn wir richtig hingucken, finden wir sie oft auch ganz in der Nähe, direkt in unserem Leben. Das können Menschen sein die uns wichtig sind, die sich für uns oder für andere einsetzen, die wir bewundern für das was sie so alles in ihrem Leben schon bewältigt haben oder die für uns ein Vorbild sind, einfach weil sie so sind wie sie sind.*

# 3.1

## Wer ist meine Alltagsheld\*in



- Wir befassen uns mit den Fragen, welche Menschen in unserem eigenen Leben eigentlich Held\*innen sind und warum diese Menschen so wichtig für uns sind



- 8 – 14 jhr. ggf. älter
- 8 – 10 Teilnehmer\*innen ggf. mehr



- ca. 15 –20 Minuten



- kein Material benötigt

## Beschreibung

Die Suche nach den eigenen Alltagsheld\*innen wird spielerisch mit Hilfe einer neuen Variante des bereits bekannten „Ich packe meinen Koffer...“ Spiels gestaltet.

## Ablauf:

Zu Beginn kommen wieder alle Teilnehmenden in einem Kreis zusammen. Diesmal geht es darum, dass die Kinder und Jugendlichen eine Person aus ihrem Leben nennen, die für sie ein\*e Held\*in ist und in einem kurzen Satz auch dazu sagen warum diese Person für sie ein\*e Held\*in ist.

Anregungsfragen:

*Gibt es einen Menschen in eurem Leben der euch oft hilft?*

*Gibt es einen Menschen, bei dem ihr euch bedanken wollt?*

Gibt es einen Menschen in eurem Leben, der euch glücklich macht?

Wie bei der regulären Variante, geht es nun der Reihe nach im Kreis. Jede Person die dran ist muss zuerst die zuvor genannten Held\*innen wiederholen und zuletzt ihre\*n eigene\*n Held\*in nennen.

## Beispielsatz:

Ich packe meinen Koffer und nehme mit... „meine Mutter, weil sie mir immer hilft und Sachen für mich repariert, wenn sie kaputt sind.“

*Die genannten Held\*innen sind auch für die folgenden Aktionen wichtig.*

# 3.2

## Held\*innen Interview



- Sich Zeit zu nehmen um mal genauer hinzuhören, denn überall verstecken sich Held\*innengeschichten.



- 8 – 14 jhr. ggf. älter
- 8 – 10 Teilnehmer\*innen, ggf. mehr



- ca. 2 h Vorbereitung
- ca 30 min. Interviewzeit



- Papier und Stifte
- ggf. Aufnahmegeräte (Video, Audio)
- ggf. Einverständniserklärung für Aufzeichnung
- ggf. Flipchart/Whiteboard zum Fragen Sammeln

## Beschreibung

Die Idee des Held\*inneninterviews ist es, dass die Kinder und Jugendlichen sich auf die Suche nach Held\*innengeschichten begeben, indem sie selbst Interviews mit ihren persönlichen Held\*innen durchführen und dafür auch selbst die Fragen selbst entwickeln.

## Idee & Ablauf:

Die Suche nach unseren Alltagsheld\*innen beginnt mit einer Das Format des Interviews stellt die Alltagsheld\*innen der Kinder und Jugendlichen in den Mittelpunkt und bietet einerseits die Möglichkeit, dass diese einen Raum erhalten ihre Geschichten zu erzählen. Andererseits können die teilnehmenden Kinder und Jugendlichen ggf. auch noch selbst neue Dinge über ihre Alltagsheld\*innen erfahren. Dabei sollte es in dem Held\*innen-Interview allerdings nicht darum gehen, dass die Gesprächspartner\*innen heroisiert werden. Dementsprechend sind die Interviewfragen nicht nur auf die Stärken der Alltagsheld\*innen auszurichten, sondern geben den Gesprächspartner\*innen bestenfalls auch die Möglichkeit Ängste und Zweifel zu thematisieren.

*Damit die Interviews gelingen, ist es wichtig, dass sie gemeinsam gut vorbereitet werden.*

Ob die Ergebnisse der Interviews danach präsentiert werden, liegt in der Entscheidung der Kinder und Jugendlichen, sowie der interviewten Menschen. Die Idee des Held\*innen-Interviews ist, dass die Kinder und Jugendlichen ihre zuvor genannten Held\*innen selbst interviewen und dabei weitestgehend selbst entscheiden, wie das Interview abläuft und welche Fragen gestellt werden.

## Zuvor sind allerdings einige Dinge zu erledigen:

Was für eine Art von Interview wollt ihr machen?  
(als offenes Gespräch? oder lieber mit Hilfe eines Fragebogens oder schriftlich?)

Wie wollt ihr das Interview machen?  
(einfach mündlich? mit einem Aufnahmegerät? oder mit einer Kamera?)

*Wichtig: Falls ein Aufnahmegerät oder eine Kamera eingesetzt werden soll, muss eine Einverständniserklärung der betreffenden Personen eingeholt werden.*



Wo wollt ihr das Interview machen?  
(Zuhause bei euch? Draußen auf einer Bank? In der Jugendeinrichtung?)

*Wichtig: sucht euch am besten einen Ort aus an dem ihr euch wohl fühlt und wo ihr in Ruhe miteinander reden könnt.*

### Der Interview-Fragebogen:

Für ein gutes Interview braucht ihr auch gute Fragen. Diese könnt ihr euch vorher gemeinsam überlegen. Wichtig ist auch, wie ihr euer Interview beginnt, denn die Anfangsfrage ist auch für den weiteren Verlauf des Interviews von Bedeutung.

*Am besten wählt ihr dafür eine Frage die euer Gegenüber dazu bringt euch viel von seinem\*ihrem Leben zu erzählen.*

### Beispiel:

Erzähl mir bitte etwas über dich und deine Familie.

Erzähl mir bitte etwas über deine Kindheit.

Erzähl mir bitte, was dir in deinem Leben am wichtigsten ist und warum.

Erzähl mir bitte von besonderen Momenten, die es in deinem Leben gab.

*Wichtig: stellt am besten keine Fragen auf die eure Interviewpartner\*innen nur mit ja oder nein antworten können, sondern lieber solche Fragen, die zum Erzählen anregen.*

### Beispiel:

*nicht so gut:* Hast du schonmal etwas mutiges gemacht?

*Besser:* Was war das Mutigste was du in deinem Leben gemacht hast?

*Wenn ihr Fragen habt, auf die ihr nur eine kurze Antwort braucht, stellt ihr diese am besten am Ende eures Interviews.*

## Beispiel:

Was ist dein Lieblingsessen/ Lieblingstrinken?

Was ist deine Lieblingsfarbe?

Was ist dein Lieblingslied?

Was kannst du richtig gut/ Was ist dein größtes Talent?

*kleiner Tipp: Diese Beispielfragen können auch für das spätere Held\*innen-Fest genutzt werden.*

## Was gibt es sonst noch zu beachten:

Sagt eurer\*m Interviewpartner\*in vor dem Interview, dass sie selbst entscheiden können was sie von sich erzählen wollen, und wenn sie im Nachhinein etwas blöd finden, was sie gesagt haben, dann könnt ihr das auch wieder rausstreichen.

Lacht eure Interview-Partner\*in nicht aus, wenn sie etwas erzählt – aber gemeinsames lachen ist erlaubt =)

## Ein paar weitere Beispielfragen für eure Held\*innen-Interviews:

*Was macht dich traurig/glücklich?*

*Was wünschst du dir für deine Zukunft?*

*Was waren deine Kindheitsträume?*

*Was machst du gerne in deiner Freizeit?*

*Wovor hast du am meisten Angst in deinem Leben?*

*Wer ist für dich ein\*e Held\*in/Vorbild und Warum?*

*Was hat dir in deinem Leben Kraft gegeben?*

*Was für Herausforderungen/ schwierige Momente gab es in deinem Leben und wie bist du mit denen umgegangen?*

*Welche Menschen haben dich in deinem Leben am meisten unterstützt?*

*Was kannst du nicht so gut?*

*Was würdest du gerne noch lernen?/ erleben? Einmal ausprobieren?*

*Was würdest du in deinem Leben gerne verändern?*

# 3.3

## Held\*innen Fest



- Einfach mal DANKE sagen und den Menschen eine Freude machen, die sonst immer viel für uns tun oder die einfach wichtig für uns sind



- 8 – 14 jhr. ggf. älter
- 8 – 10 Teilnehmer\*innen ggf. mehr + Gäst\*innen



- vor dem Fest: ca. 2 Tage a 2 – 3 h
- am Tag des festes: ca. 3 – 4 h
- Zeit zum feiern: 2 – 3 h



- Bastelmaterial für die Einladungen (siehe Bastelanleitung)
- Dekomaterial je nach Wünschen der Teilnehmenden
- Koch- und Backzutaten je nach Wünschen der Teilnehmenden
- Getränke je nach Wünschen der Teilnehmenden
- Musik-Playlist je nach Wünschen der Teilnehmenden
- Musikanlage
- Ggf. Polaroid-Kamera/ Fotofilme
- Druckvorlage „Bastelanleitung“
- Druckvorlage „Held\*innen Bingo“

*(Die Druckvorlagen befinden sich am Ende des Kapitels 3.3)*

## Beschreibung

Gemeinsam mit den Kindern und Jugendlichen wollen wir uns die Zeit nehmen um unseren Alltagsheld\*innen einfach mal Danke zu sagen und sie mit einem Fest zu feiern. Hierbei liegt die Entscheidungsmacht über die Gestaltung des Festes weitestgehend bei den Kindern und Jugendlichen selbst.

## Planungsschritte für ein eigenes Held\*innenfest

### Schritt 1:

Was soll gemacht werden: Ort, Zeit und Programm festlegen

An welchem Datum/ Uhrzeit soll die Feier stattfinden?

Was für Speisen und Getränke soll es geben?

Was benötigen wir für die Dekoration?

Soll es Aktionen, Spiele, Musik o. ä. geben? Und wenn ja welche?

### Spiel- und Aktionsideen für das Held\*innen-Fest:

- Held\*innen-Bingo
- Stopptanz
- Gemeinsame Fotos/Polaroid-Fotos mit den Alltagsheld\*innen
- kleine Talentshow, bei der jede\*r etwas präsentieren kann

### Schritt 2: Die Gästeliste erstellen

Unsere Alltagsheld\*innen stehen selbstverständlich auf der Gästeliste. Da es aber sein kann, dass die zuvor gewählten Alltagsheld\*innen nicht teilnehmen oder nur in Begleitung erscheinen können (Bspw. Eltern mit kleineren Kindern) ist es wichtig abzuklären wer alles zu eurer Held\*innen-Feier eingeladen wird.

### Schritt 3: Die Einladungen schreiben/ basteln

Wenn die Eckdaten geklärt sind und auch über die Gästeliste entschieden wurde, können als nächstes die Einladungen gestaltet werden (siehe Bastelanleitung).



## Schritt 4: Einkaufsliste erstellen und Einkaufen

*Wenn die ungefähre Teilnehmer\*innenzahl feststeht kann der nächste Planungsschritt folgen. Dafür schaut ihr nochmal auf eure Planungsnotizen von Schritt 1.*

Was muss noch besorgt werden für das Essen, die Getränke die Deko etc.?

*Je nach Rahmenbedingungen der Einrichtung kann der Einkauf auch gemeinsam mit den Kindern und Jugendlichen erfolgen.*

## Schritt 5: Die Vorbereitung des Held\*innen-Festes

Die Vorbereitung des Festes sollte je nach Größe/ Programm bereits am Vortag starten oder zumindest 3-4 Stunden vor dem eigentlichen Fest.

*Essen kochen/ backen*

*Dekorieren*

*Vorbereitung der Spiele/ Aktionen/ Programmpunkte*

Schritt 6:





# Das kleine Held\*innen-Kennenlern-Bingo

Finde eine Person, die ...

<p>... schon einmal in einem anderen Land gelebt hat.</p> <p>_____</p>	<p>... heute eine gute Tat vollbracht hat.</p> <p>_____</p>	<p>... die*den gleiche*n Lieblingsheld*in hat wie du.</p> <p>_____</p>
<p>... einen zweiten Vornamen hat.</p> <p>_____</p>	<p>... das gleiche Hobby hat wie du.</p> <p>_____</p>	<p>... schonmal eine Sternschnuppe gesehen hat.</p> <p>_____</p>
<p>... die gleiche Lieblingsfarbe hat wie du.</p> <p>_____</p>	<p>... mehr als zwei Geschwister hat.</p> <p>_____</p>	<p>... das Wort „Held*in“ auf mindestens 3 verschiedenen Sprachen sagen kann.</p> <p>_____</p>

## Bastelanleitung Einladung Held\*innen



- 1x buntes A4 Tonpapier (dickeres Papier)
- 1x buntes + 1x weißes normales A4 Papier
- Schere und Tacker
- Kleber und Bundstifte



### Schritt 1 – Karte falten und tackern:

Falte das bunte Tonpapier und das dünne weiße Papier in der Mitte, lege es ineinander und tackere es an der Seite fest.



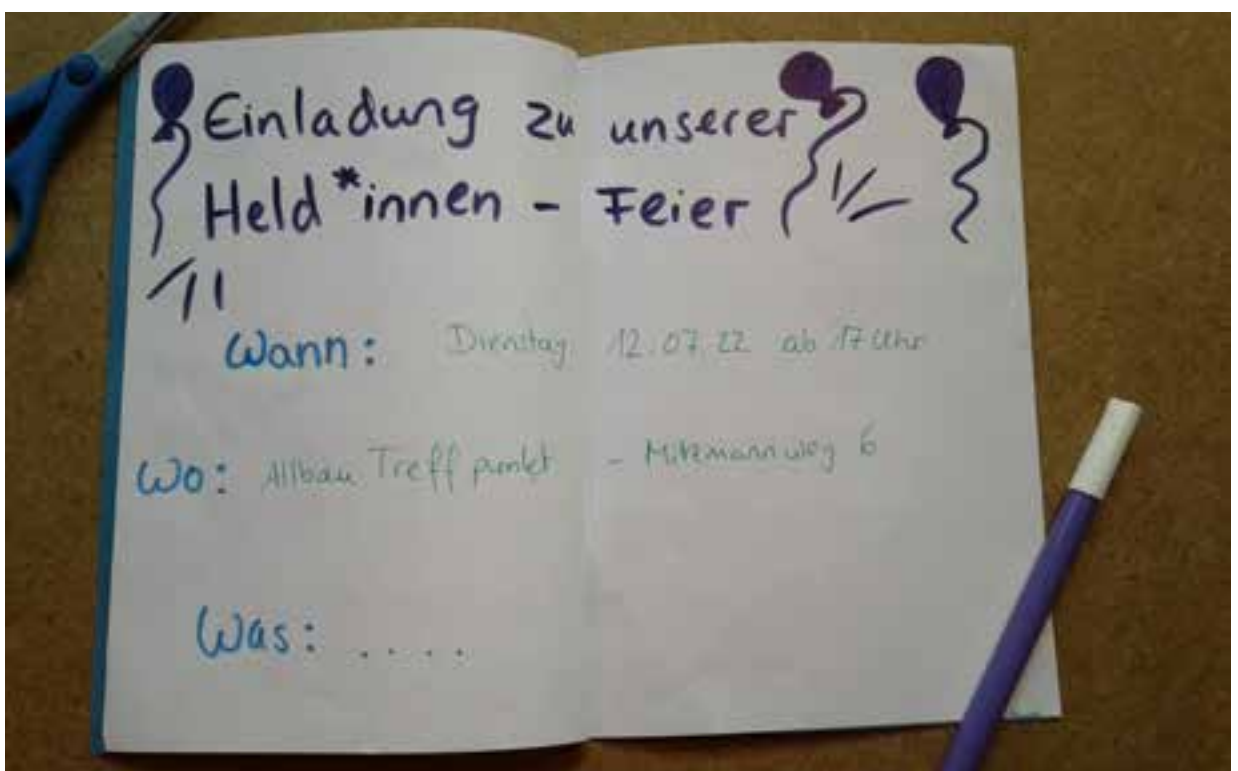
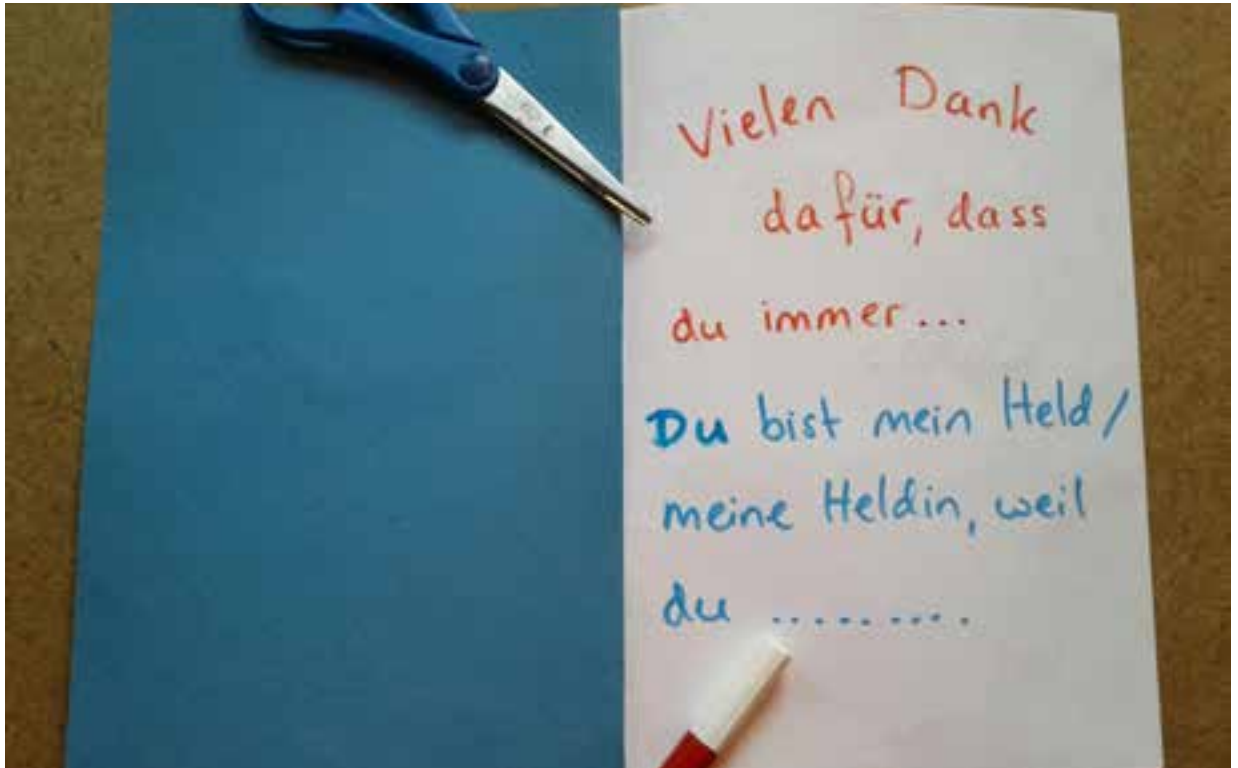
### Schritt 2 – verzieren:

Die Vorderseite der Karte kannst du verzieren, indem du bspw. aus dem anderen bunten Papier eine Herzform ausschneidest und sie vorne draufklebst.

# Einladung Held\*innenfest

## Schritt 3 – beschriften:

Zuletzt kannst du alle wichtigen Details in die Karte schreiben und sie noch passend dazu bemalen.



# Phase 4 meine eigene Held\*innen- geschichte



*In der vierten Phase soll der Blick schließlich auf die Kinder und Jugendlichen selbst gerichtet werden.*

*Dabei geht es darum die eigenen Stärken der teilnehmenden Kinder- und Jugendlichen zu ergründen und der Frage nachzugehen, was sie selbst zu einer\*m Held\*in macht bzw. was für ein\*e Held\*in er/sie sein möchten.*

*Durch verschiedene Aktionen und Workshops, wie etwa das Nähen eines eigenen Held\*innenkostüms oder ein Theaterworkshop indem es um die eigenen Emotionen und Geschichten geht, werden den Kindern und Jugendlichen Räume und Möglichkeiten für Selbstwirksamkeitserfahrungen eröffnet.*

# 4.1

## ich als Held\*in Kostüme nähen



- Auseinandersetzung mit den eigenen Stärken und der Frage, was die Teilnehmenden selbst zu Held\*innen macht
- Die Gestaltung eines Held\*innenkostüms als künstlerisches Ausdrucksmittel



- 8 – 14 jhr. ggf. älter
- 8 – 10 Teilnehmer\*innen



- 3-tägiger Workshop a 3 – 4 h



- mind. 2 – 3 Nähmaschinen (und Bedienungs-Expert\*innen)
  - ausreichend Garn in untersch. Farben
  - ca. 100 Stecknadeln
  - mind. 2 – 3 Sicherheitsnadeln
  - ca. 35 – 40 m Schrägband (zum Abnähen d. Ränder)
  - weiße Stoffe für den Umhang; Breite ca. 130 - 150 cm, Länge ca. 90 – 110 cm (je nach Teilnehmer\*innenzahl und -größe)
  - Bunte Stoffe (für Aufnäher bspw. Stoffbuchstaben/ Symbole o. ä.)
  - ca. 12 m Kordel
  - Textilspray und Textilstifte untersch. Farben
  - Karton (für Schablonen)
  - Stifte, Radiergummi, Scheren
  - Unterlagen
  - Einweghandschuhe
  - Schürzen
  - Kopiervorlage Entwurf
- Für die Masken
- Filzmatten
  - ca. 3-5 m Gummiband
  - ggf. Perlen, Filzsticker usw. zum Verzieren
  - ggf. Druckvorlage Masken-Schablonen

*(Die Kopiervorlagen befinden sich am Ende des Kapitels 3.3)*

## Beschreibung

In dem Nähworkshop „Ich als Held\*in“ entwerfen und gestalten die Teilnehmenden ihr eigenes Held\*innenkostüm. Dabei geht es weniger darum das Held\*innenkostüm als funktionales Kleidungsstück zu entwerfen als vielmehr darum die Gestaltung eines Held\*innenumhangs als künstlerisches Ausdrucksmittel zu nutzen.

### Einstiegsmethode: „Ich bin ein\*e Held\*in weil, ...“

Der Nähworkshop ist gleichzeitig der Einstieg in die Phase 4 und beginnt erneut mit einer Variante des „Ich packe meinen Koffer...“ Spiels. Dafür kommen zu Beginn alle Teilnehmenden in einem Kreis zusammen.

Anstatt des Anfangssatzes „Ich packe meinen Koffer und nehme mit...“ geht es bei dieser Variante darum, dass die Kinder und Jugendlichen den Satz beenden „Ich bin ein\*e Held\*in, weil ...“. Zum beenden des Satzes überlegen sich die Jugendlichen was sie an sich selbst gut finden bzw. was sie gut können.

Wenn sich jede\*r eine Stärke/ Eigenschaft o. ä. überlegt hat, kann die Runde beginnen. Wie bei der regulären Variante, geht es nun der Reihe nach im Kreis. Jede Person die dran ist muss zuerst das zuvor genannte wiederholen und danach benennen was sie selbst zu einer\*m Held\*in macht.

### Beispielsatz:

Ich bin ein\*e Held\*in weil... „ich andere Menschen gut zum Lachen bringen kann“.

Die Eigenschaften die dabei gesammelt werden, können anschließend für die Gestaltung des Umhangs genutzt werden, indem bspw. einzelne Wörter oder passende Symbole auf den Umhang genäht oder gesprayed werden.

Beispiel: #Held\*in der Witze, Smiley-Symbol o. ä.



## Ablaufschritte des Nähworkshops:

### Schritt 1

#### Entwurfsgestaltung des Umhangs

Jede\*r bekommt eine Vorlage für den Entwurf des Umhangs. Mit Stiften kann nun die Gestaltung des eigenen Umhangs geplant werden.

*Was soll drauf (Wörter, Symbole, Muster)?*

*Welche Farben möchte ich benutzen?*

*Welche Stoffe möchte ich benutzen?*

*Wo möchte ich was hinschreiben/ nähen/ sprayen?*

### Schritt 2

#### Einführung in den Umgang mit einer Nähmaschine

Wer mit seinem Entwurf fertig ist, erhält zunächst eine kurze Einführung in den Umgang mit einer Nähmaschine und kann an einem Probestoff selbst ausprobieren wie es geht.

*Wie wird die Nähmaschine eingeschaltet?*

*Wie wird die Nähmaschine eingefädelt?*

*Wie wird die Nähmaschine bedient?*

*Welche Stichart brauche ich wofür?*

*Wie halte ich den Stoff während des Nähens?*

*Wie nähe ich vor- und zurück?*

### Schritt 3

#### Anfertigung von Schablonen, Stoff-Aufnähern etc.

Zur Vorbereitung des späteren Nähens und Sprayens etc. werden Schablonen angefertigt. Dafür werden die gewünschten Symbole, Wörter etc. auf Pappe übertragen und ausgeschnitten. Mit Hilfe der Schablonen können als nächstes die gewünschten Stoffe zugeschnitten werden.

## Schritt 4

### Kragen gestalten

Zum gestalten des Kragens des Held\*innenumhangs muss der Rand der oberen Seite (eine der längeren Seiten des Weißen Stoffes) ca. 3 cm breit nach innen umgenäht werden.

Dafür wird der Stoff zuerst 3 cm nach innen umgeklappt und abgesteckt und dann mit einem geraden Stich oder zick-zack Stich am Rand genäht, sodass ein Stofftunnel entsteht.

Durch diesen Stofftunnel wird als nächstes ein Kordelstück mit Hilfe einer Sicherheitsnadel gezogen. Das Kordelstück muss ca. 40 cm länger sein als die Oberseite des Umhangs.

## Schritt 5

### Abnähen der Stoffränder mit Hilfe des Schrägbandes

Als nächstes werden die Vorderseiten und die untere Seite des Umhanges mit Hilfe eines Schrägbandes abgenäht. Dafür wird das Schrägband um die Stoffränder geklappt und mit Sicherheitsnadeln festgesteckt. Nun kann das Schrägband mit Hilfe eines geraden oder zick-zack Stich festgenäht werden.

## Schritt 6

### Aufnähen von Stoffbuchstaben, Symbolen, Mustern

Falls Stoffe zum aufnähen ausgewählt wurden, können diese als nächstes festgesteckt und mit Hilfe eines geraden oder zick-zack Stiches drauf genäht werden.

## Schritt 7

### Besprayen/Beschriften des Umhangs

Das Besprayen der Umhänge sollte zuletzt erfolgen, da die Farben trocknen müssen.

Für das Besprayen der Umhänge sollten Unterlagen und Einmalhandschuhe verwendet werden. Zum Besprayen des Umhangs können die zuvor gefertigten Schablonen verwendet werden.

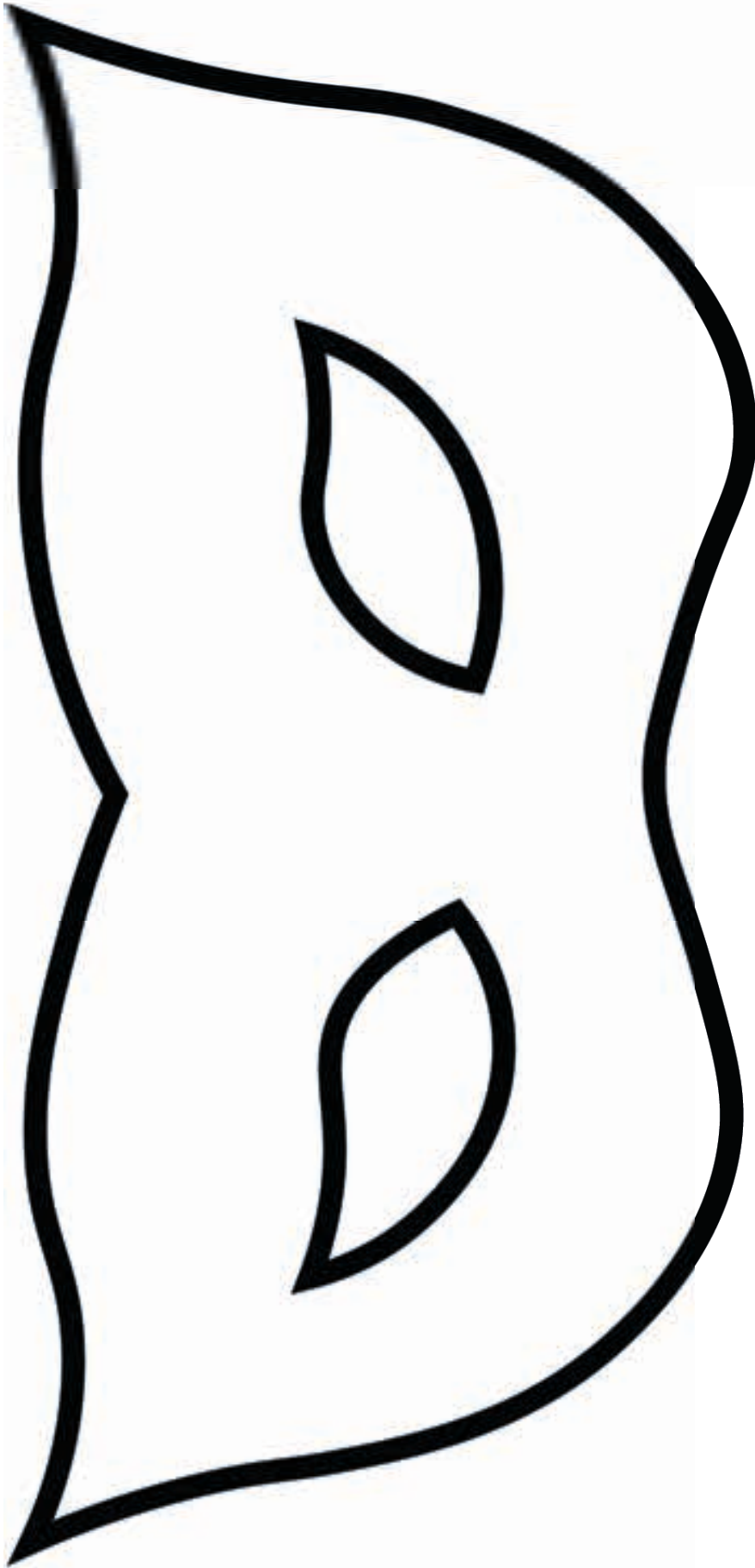
Wenn der Umhang soweit fertig ist, sollte er für mindestens 1-2 Std. zum Trocknen aufgehängt werden.

## Schritt 8

### Held\*innenmaske aus Filz gestalten

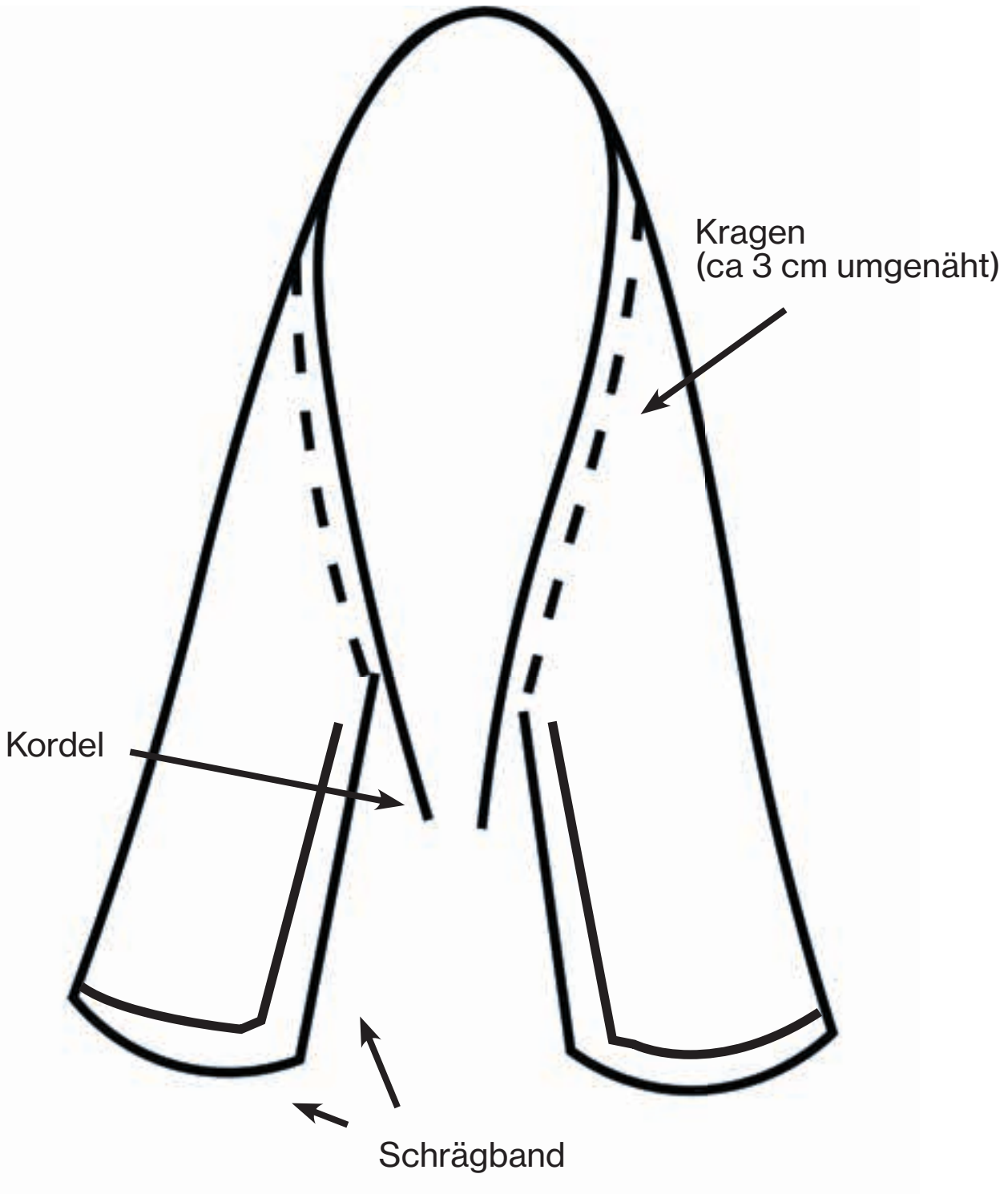
In der Zwischenzeit können die Held\*innenmasken gestaltet werden. Dafür wird mit Hilfe der Maskenschablonen die Form der Maske auf den Filzstoff zu übertragen. Hierfür wird die Schablone auf den Filzstoff gelegt und die Außenlinien mit einem Filzstift o. ä. auf den Stoff gezeichnet. Anschließend muss die Maske noch ausgeschnitten werden. Die Maske kann mit Filzformen oder Perlen usw. verziert werden.

Zuletzt wird an den Seiten ein zuvor abgemessenes Gummiband festgenäht oder getackert.

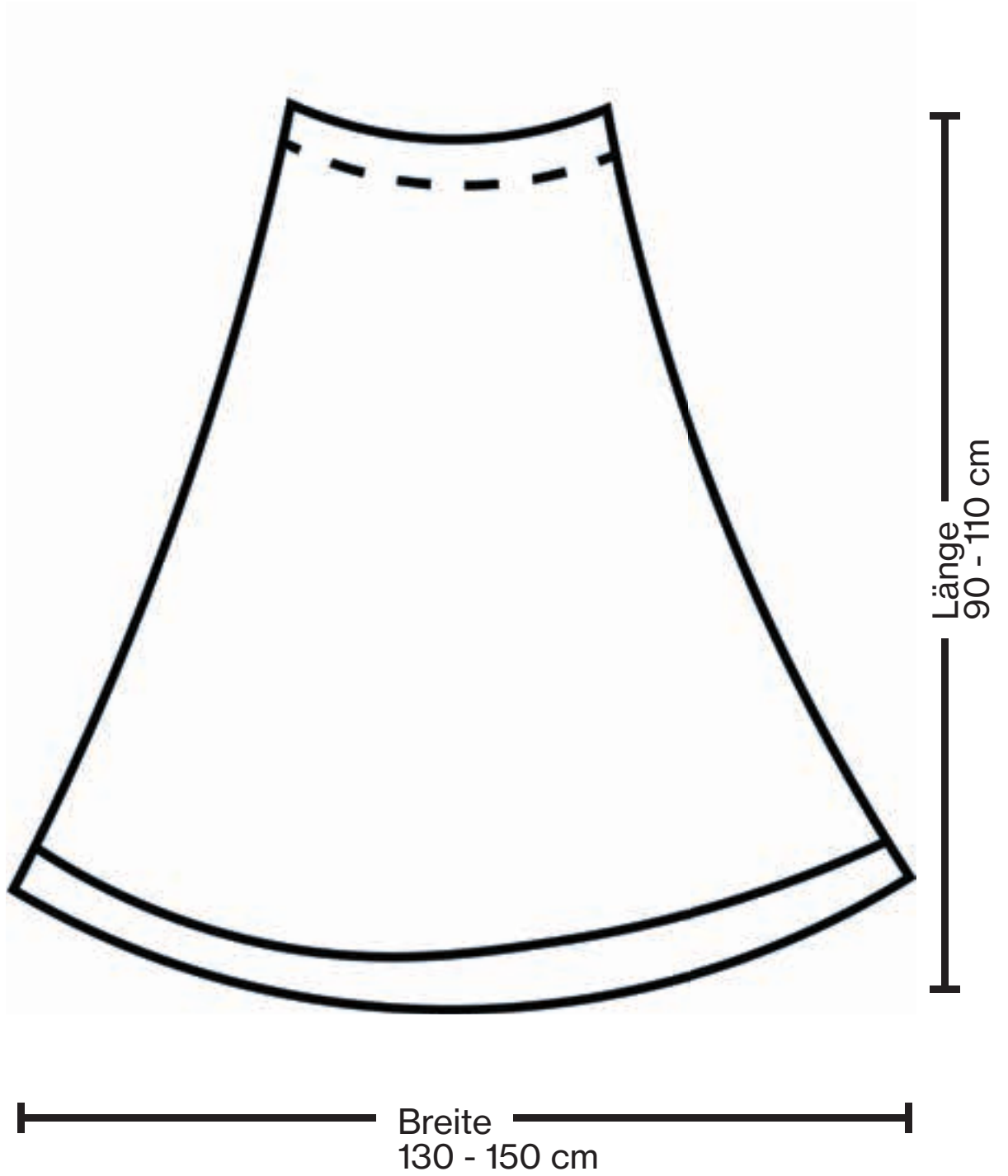




VORNE



HINTEN



# 4.2

## Fotochallenge

„I am a hero because...“



- Auseinandersetzung mit den eigenen Stärken und der Frage, was die Teilnehmenden selbst zu Held\*innen macht



- keine Altersvorgabe
- ohne Teilnehmer\*innenbegrenzung



- abhängig von Anzahl d. teilnehmer\*innen



- Fotowand/Großes Plakat mit der Überschrift „I am a hero because...“
- Polaroid-Kamera und ausreichend Foto-Filme
- Stifte in verschiedenen Farben
- Kleber
- Verschiedene Held\*innen-Masken (siehe Maskenschablonen aus Kapitel 4.1)

*Es können auch andere Masken verwendet werden, bspw. von bekannten Superheld\*innen o. ä.*

## Beschreibung

Die Foto-Challenge läuft unter dem Motto „I am a heore because...“/ „Ich bin ein\*e Held\*in weil...“. Dabei geht es darum, dass die Teilnehmenden ein Polaroid-Foto von sich mit einer Held\*innenmaske machen und unter das Foto schreiben, was sie selbst zu einer\*m Held\*in macht.

## Ablauf der Foto-Challenge:

*Zur Vorbereitung der Foto-Challenge muss zuerst eine Fotowand/ großes Plakat mit der Überschrift „I am a heore because“ gebastelt und ein geeigneter Ort für die Fotoaufnahmen ausgesucht werden.*

Für die Fotoaktion suchen sich die Teilnehmenden eine Held\*innenmaske aus und können anschließend in ihrer eigenen Held\*innen-Pose ein Foto machen. Damit die Farben sich richtig entwickeln können, muss Das Polaroid-Foto anschließend für ein paar Minuten an einen dunklen Ort bzw. umgedreht hingellegt werden.

Wenn es fertig ist, schreiben die Teilnehmenden in einem Wort oder kurzen Satz unter das Foto, was sie zu Held\*innen macht und kleben es anschließend auf die vorbereitete Fotowand. Bei Bedarf können Fotos auch in zweifacher Ausführung gemacht werden, damit die abgebildete Person auch eins mit nach Hause nehmen kann.

*Wichtig: Bei minderjährigen Teilnehmenden muss ggf. vorher eine Erlaubnis der Eltern eingeholt werden.*



# 4.3

## Theaterworkshop „The story of you...“



- Auseinandersetzung mit den eigenen Emotionen
- Die Erprobung des eigenen Körpergefühls und der eigenen Stimme
- Selbstwirksamkeitserfahrungen, Überwindung von Ängsten



- 10 – 14 Jahre
- ca. 8 – 10 Teilnehmer\*innen



- 10-tägiger Workshop mit abschließender Aufführung



- Teilnehmende benötigen sportliche Kleidung
- Papier und Stifte

Wir sind Amanda Romero Canepa, Tänzerin und Tanzpädagogin sowie Marguerite Windblut, Theaterpädagog\*in. Seit einigen Jahren arbeiten wir immer wieder künstlerisch-pädagogisch in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit. In diesen meist ein- bis zweiwöchigen Projekten steht neben viel Spaß und wertschätzendem Umgang auch das Ausprobieren der Möglichkeiten des eigenen Körpers und der Stimme im Mittelpunkt sowie die Kreativität beim Entwickeln von Geschichten für die Bühne. Im Sommer 2022 haben wir ein anderthalbwöchiges Projekt entwickelt, das sich explizit mit vier verschiedenen Emotionen beschäftigt: Wut, Trauer, Scham, Freude. Ziel war es mit den persönlichen Erfahrungen der Teilnehmenden zu diesen Emotionen zu arbeiten. Die Teilnehmenden sollten am Ende der anderthalb Wochen im Bühnenraum stehen und stolz auf ein kleines selbst entwickeltes Stück sein.

In dem Projekt „The story of you“ wird dabei in erster Linie partizipativ und emphatisch gearbeitet. Das Konzept besteht darin, dass die Teilnehmenden sich als Zentralpunkt ihres eigenen Lebens betrachten und ihre Geschichte als nennenswert und wichtig erkennen. Ein Theaterworkshop, der durch viel Bewegung, sprachlichen und tänzerischen Ausdruck dazu einlädt, sich einfach mal sich selbst zu widmen, sich zuzuhören, herauszufinden, wo die eigenen Emotionen am stärksten sind und wie so. Egal was hochkommt, hier ist alles erlaubt und erwähnenswert!

Dieses Theaterprojekt richtet sich daher an genau die Kinder und Jugendlichen, die etwas teilen und preisgeben wollen und bietet dafür den Raum, eine Bühne und das Publikum. Egal ob mit Sprache oder Bewegung: Jede\*r hat etwas zu erzählen. Mit Körper- und Stimmübungen und dem gemeinsamen Spielen werden die Kinder und Jugendlichen in einen Prozess geschickt, der sie sanft zum „öffnen“ anregt und einen Zugang zu persönlichen Themen schafft. Dabei wird mit Fragestellungen und Methoden aus dem biographischen Theater gearbeitet. So werden beispielsweise Traumreisen eingesetzt um persönliche Momente von großer Freude oder großer Scham in Erinnerung zu rufen und die damit verbundenen Gefühle bearbeiten und besprechen zu können.

In der Gruppe darf alles geteilt werden, was geteilt werden möchte. Nichts muss, alles kann. Die Teilnehmenden gestalten somit den Inhalt und Ablauf des Projekts aktiv mit. Durch die partizipative Teilnahme sollen die Kinder und Jugendlichen in ihrer Kreativität gefördert und in ihrem Selbstwert gestärkt werden. Denn alles, was die Kinder als wichtig erachten wird hier als wertvollen Beitrag behandelt und mit in das Stück integriert.



Im Laufe des Workshops entsteht daraus eine Art Kaleidoskop an Antworten und persönlichen Erfahrungen, die wiederum mit performativen Spielregeln (Raumläufe, Orte an denen gesprochen wird im Raum, Bewegungsaufgaben) in eine Bühnenform gebracht werden.

„The story of you“ ist als 10-tägiger Intensivworkshop konzipiert, mit einem Auftritt am Ende der zweiten Woche. Im Vordergrund stehen Empowerment, Selbstwirksamkeit und Mut.



**Kontakt Daten der Theater-/Tanzpädagog\*innen:**

**Marguerite Windblut**

*margueritewindblut@gmail.com*

*0176 31298975*



Foto: Philip Noack

**Amanda Romero Canepa**

*amandaromero94@hotmail.com*

*0173 2787094*



Foto: Martin Misere

# 4.4

## Kreativtag Held\*innencollagen



- Reflexion und kreative Auseinandersetzung mit verschiedenen Fragen wie Bspw. nach den eigenen Träumen und Wünschen, Stärken und Schwächen



- 8 – 14 Jahre ggf. älter
- ca. 8 – 10 Teilnehmer\*innen, ggf. mehr



- ca. 3 h



- Plakate, Leinwände oder DinA3 Blätter
- Diverse Zeitschriften, Zeitungen, Fotos
- Scheren, Stifte, Kleber
- Druckvorlagen mit Figuren und Symbolen (Die Druckvorlagen befinden sich am Ende des Kapitels 4.4)

## Beschreibung

Es wird eine individuelle Held\*innen-Collage erstellt, in welcher verschiedene Themen/ Fragestellungen widerspiegelt werden, die für die Kinder und Jugendlichen von Bedeutung sind.

## Ablauf des Kreativ-Tages: Held\*innen-Collagen

Zur Vorbereitung des Kreativ-Tages werden die Reflexionsfragen/ Anregungsfragen auf ein großes Blatt/ Plakat geschrieben.

Mögliche Anregungsfragen/ bzw. Ideen für die Held\*innen-Collagen:

*Was mache ich gerne? (Hobbys, Interessen)*

*Was kann ich gut? (Stärken)*

*Was würde ich gerne können?/ einmal ausprobieren?*

*Was sollte sich in der Welt verändern?*

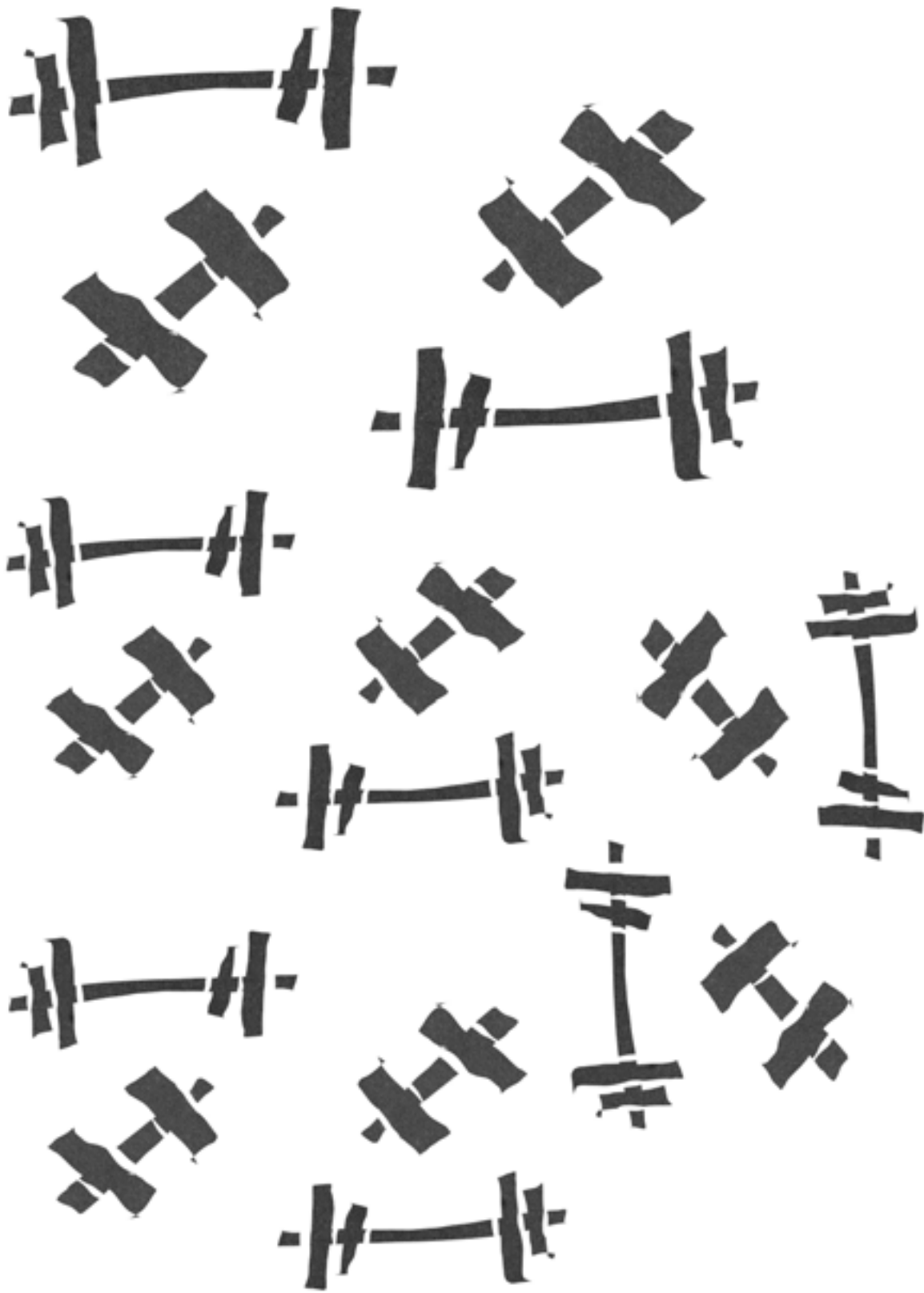
*Welche Themen interessieren mich?*

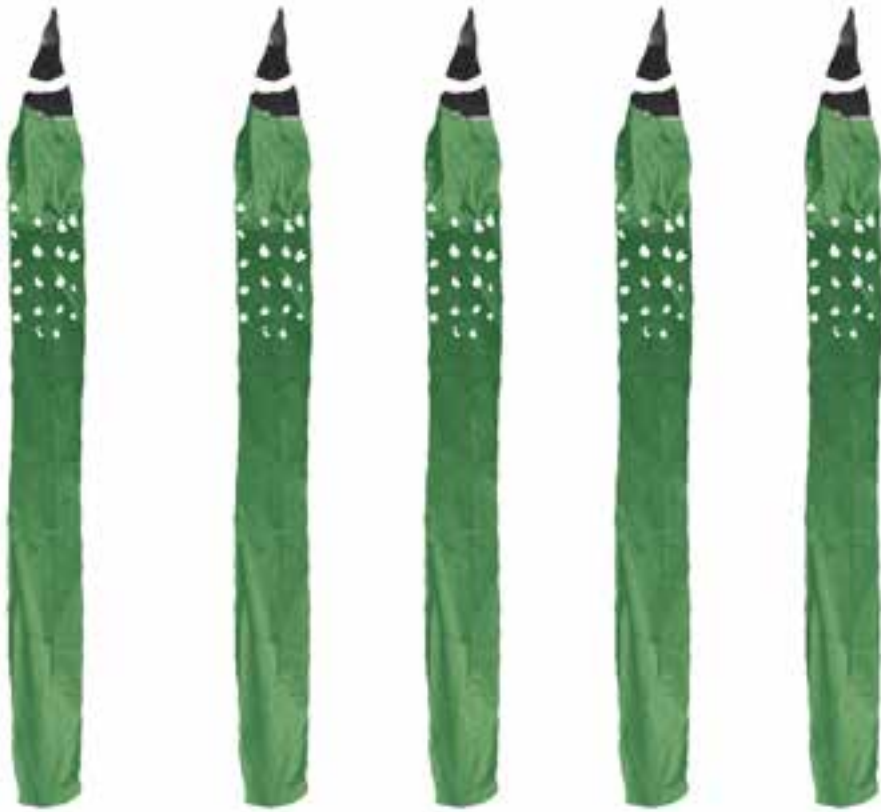
*Was sind meine Träume und Wünsche oder Ziele für die Zukunft?*

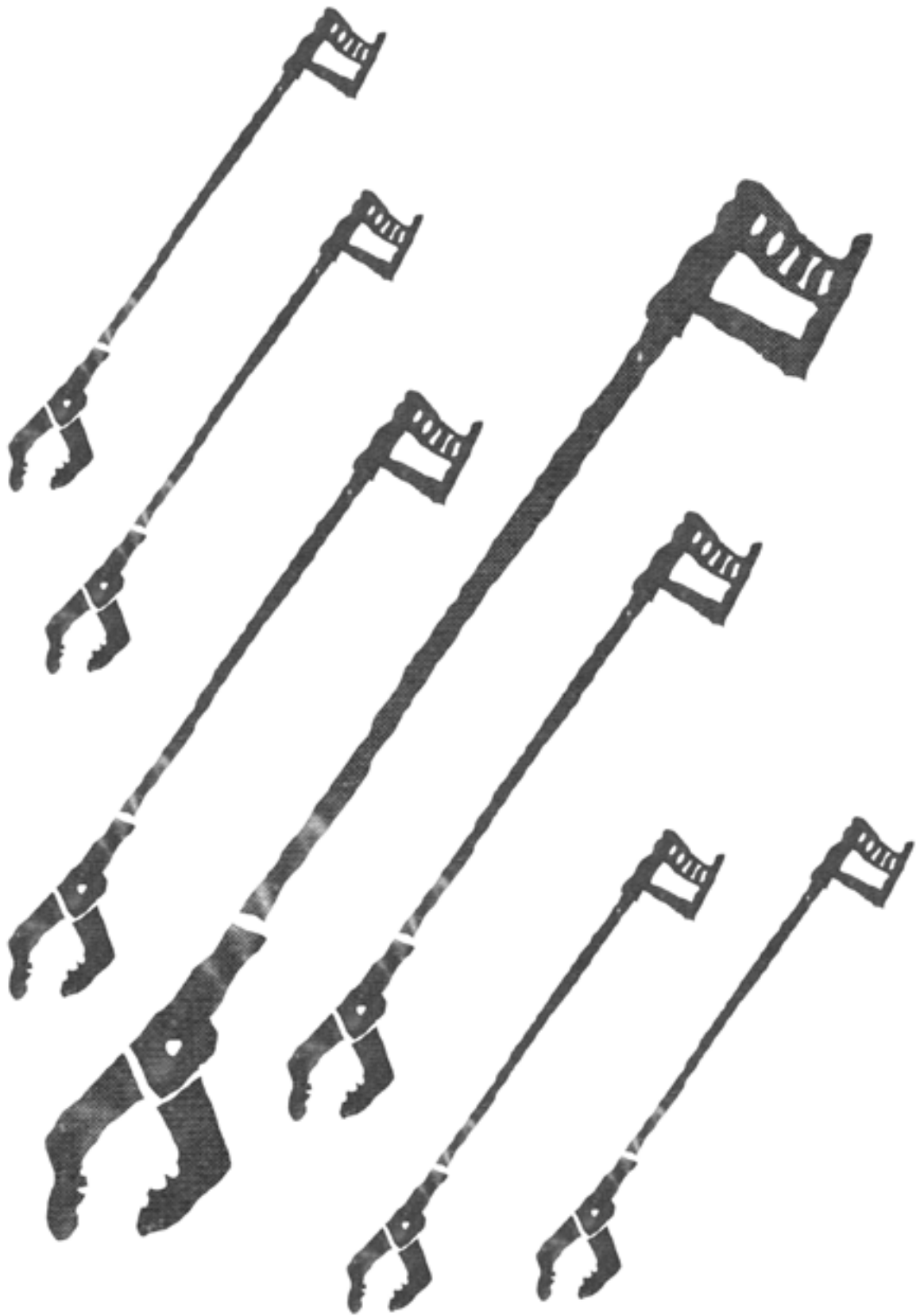
Mit Hilfe dieser Fragen erstellen die teilnehmenden Kinder und Jugendlichen ihre persönliche Held\*innen-Collage. Dafür können sie die mitgebrachten Zeitungen/ Zeitschriften/ Fotos/ Vorlagen durchstöbern und ganz frei drauflos schnibbeln, kritzeln, kleben. Jede\*r kann sich soviel Zeit nehmen, wie er\*sie möchte.

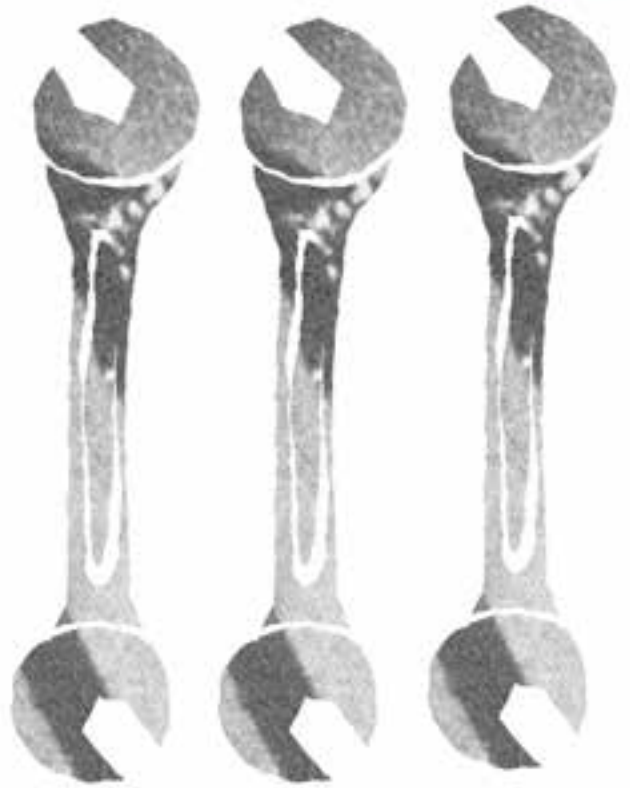
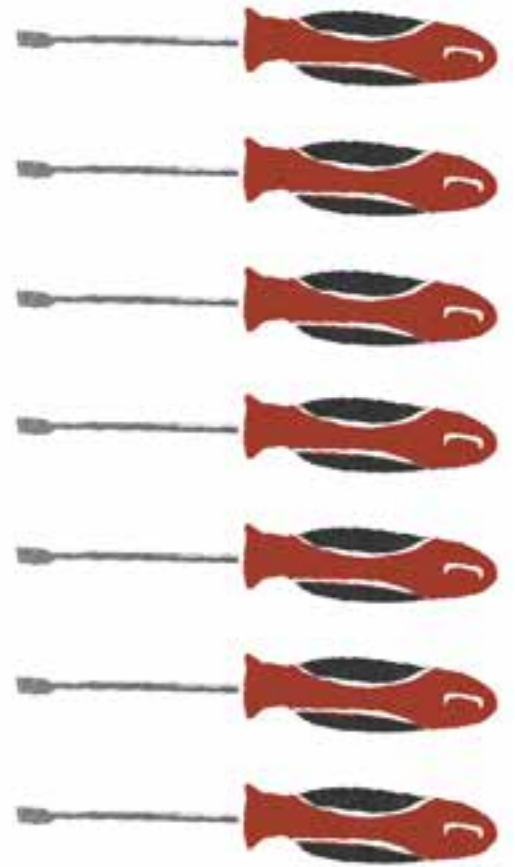
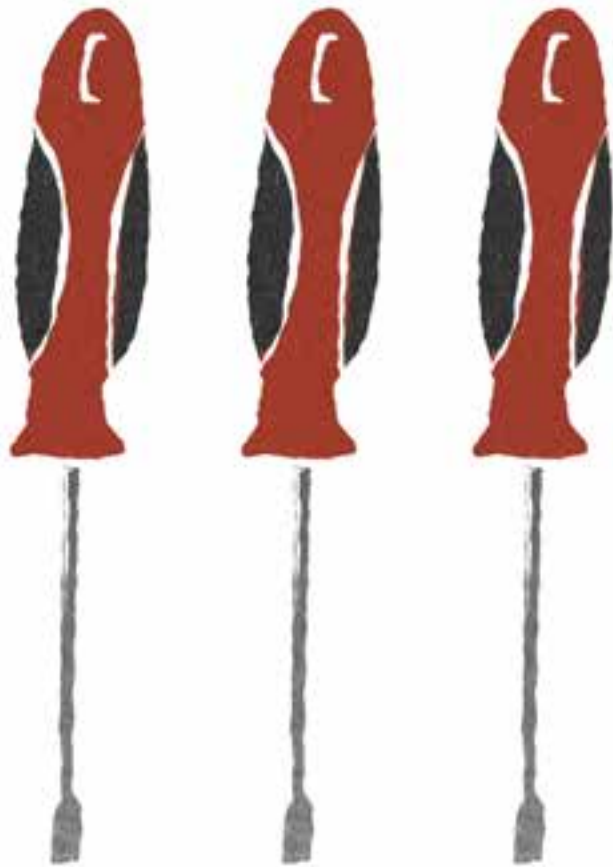
Falls einzelne früher fertig sind, kann die Collage schonmal einzeln besprochen werden und ggf. andere Freizeitgestaltungsmöglichkeiten angeboten werden.

Wichtig ist, dass am Ende alle noch einmal zusammen kommen und gemeinsam über ihre Collagen sprechen. Jede\*r sollte hierbei genügend Zeit und Raum bekommen um etwas über die eigene Collage erzählen zu können. Sofern dies von den Kindern und Jugendlichen gewünscht wird, können die Collagen auch bei einem Fest ausgestellt werden oder innerhalb der Einrichtung aufgehängt werden.

















# Phase 5

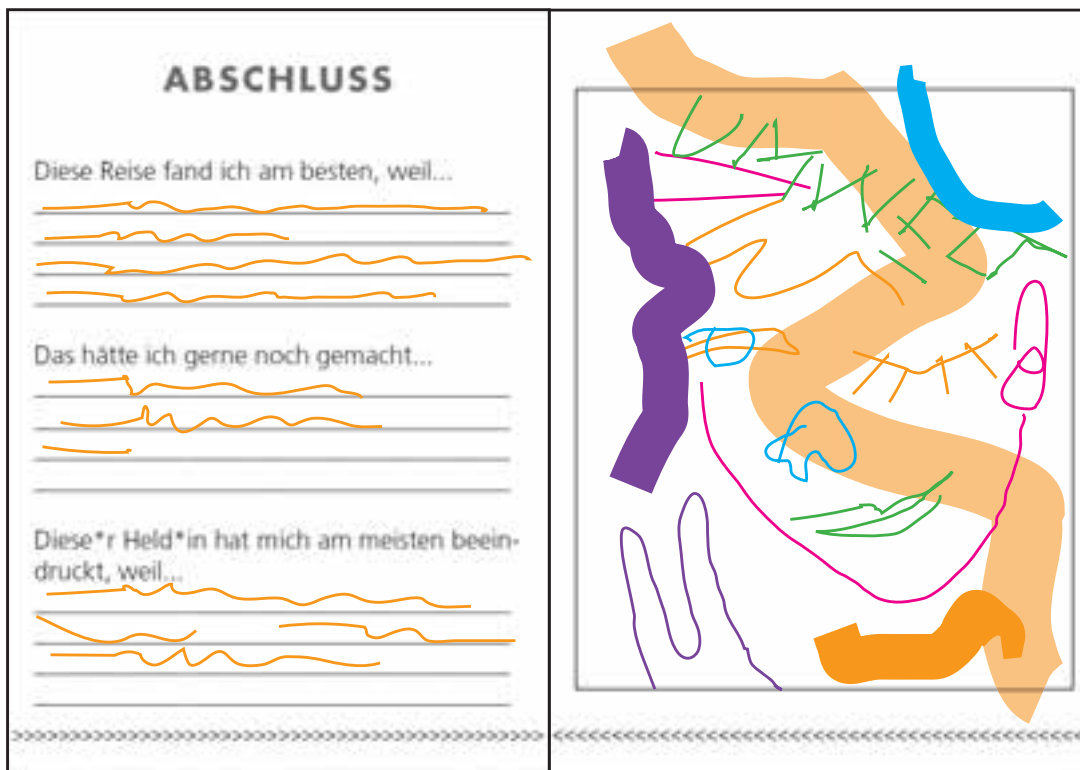
## Reiseabschluss & Reflexion



*Am Ende unserer Held\*innenreise wollen wir noch einmal gemeinsam auf unsere Zeit zurückblicken, uns an die schönen und schwierigen Momente erinnern und uns über die Dinge austauschen die wir von der Reise mitnehmen. Dafür werden wir in einem ersten Schritt den Reisepass zuende ausfüllen und danach gemeinsam an einem Erinnerungsalbum arbeiten. Hierfür können Fotos, Zeichnungen oder einfach eure Gedanken in dem gemeinsamen Album verewigt werden. Den Abschluss der Held\*innenreise bildet eine letzte „Ich packe meinen Koffer“ Runde, in der jede\*r nochmal kurz erzählen kann, was er\*sie von der Reise mitnimmt.*

# 5.1

## Die letzten Seiten des Reisepasses



- Individuelle Reflexion des Reiseprozesses



- 8 – 14 jhr.
- Teilnehmer\*innenzahl unbegrenzt



- ca. 15 – 20 min.



- Reisepässe
- Stifte
- ggf. Fotos
- ggf. Kleber

## Beschreibung

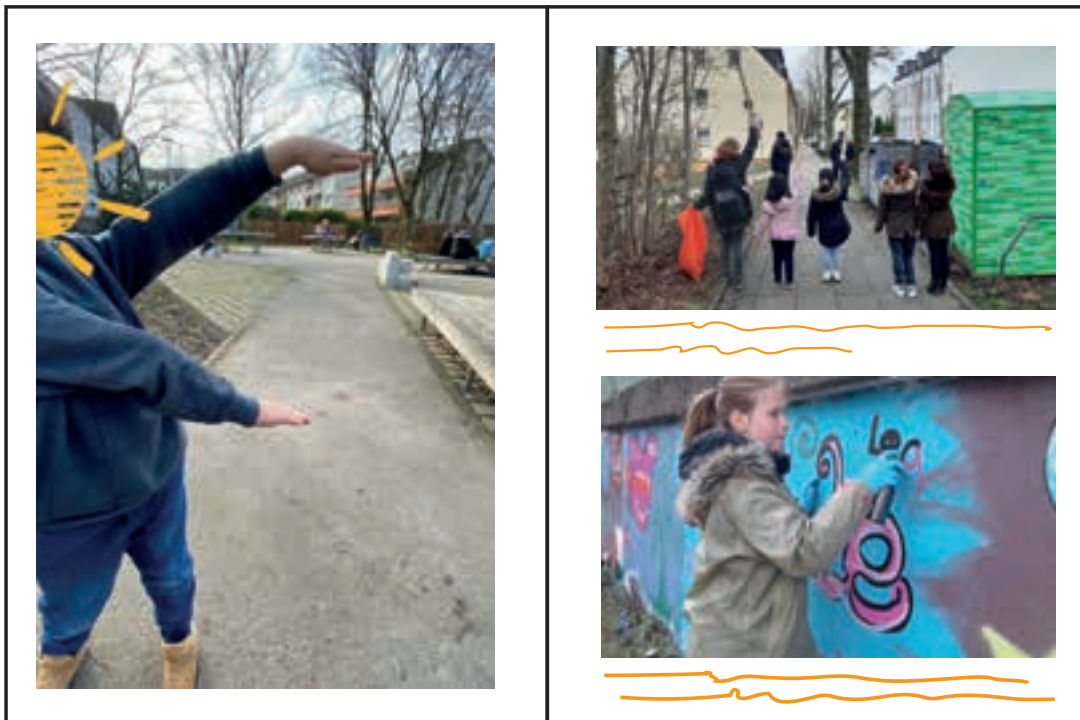
Auf der letzten Seite des Reisepasses können die teilnehmenden Kinder und Jugendlichen eintragen, welche „Reise“ ihnen am besten gefallen hat, was sie gerne noch gemacht hätten und welche\*r Held\*in sie am meisten beeindruckt hat. In das leere Kästchen können die wichtigsten Eindrücke nochmal visuell (mit Foto, Zeichnung, Bild o. ä.) festgehalten werden.

## Ablauf:

Jede\*r erhält zu Beginn den eigenen Reisepass und beantwortet die letzten 3 Fragen für sich selbst. Bei sprachlichen Schwierigkeiten kann gerne geholfen werden oder den betreffenden Kindern/ Jugendlichen die Möglichkeit gegeben werden, ihre Eindrücke in einem Bild festzuhalten. Wenn alle fertig sind, werde die Antworten gemeinsam besprochen. Die besprochenen Themen/ Punkte können hierbei auch für die anschließende Gestaltung eines gemeinsamen Reisealbums aufgegriffen werden.

# 5.2

## Gestaltung eines gemeinsamen Reisealbums



• Individuelle Reflexion des Reiseprozesses



• 8 – 14 jhr.  
• Teilnehmer\*innenzahl unbegrenzt



• ca. 15 – 20 min.



• Reisepässe  
• Stifte  
• ggf. Fotos  
• ggf. Kleber

## Beschreibung

Die Erlebnisse der Held\*innenreise werden in einem gemeinsamen Foto- bzw. Reisealbum festgehalten. Dafür können Fotos, Bilder, Gedanken usw. zu Papier gebracht werden.

### Mögliche Reflexions-/ Besprechungsfragen:

*Was hat euch am meisten Spaß gemacht?*

*Was hat euch nicht so gut gefallen und warum?*

*Was hättet ihr gerne noch erlebt/ gemacht?*

*Gab es Momente in denen ihr Angst hattet/ euch geschämt habt?*

*Gab es Momente in denen ihr euch mutig/ stark gefühlt habt?*

*Habt ihr etwas gemacht worauf ihr besonders stolz seid?*

*Habt ihr etwas gemacht, was ihr im Nachhinein lieber anders gemacht hättet?*

*Welche sind eure wichtigsten/ schönsten Held\*innenmomente während unserer Reise?*

Mit Hilfe von Fotos/ Videos/ Bildern oder gebastelten Dingen, die während der Projektlaufzeit entstanden sind, können diese Momente ggf. nochmal in Erinnerung gerufen und gemeinsam über schwierige und schöne Erlebnisse gesprochen werden. Darüber hinaus können auch einzelne bzw. gemeinsame Held\*innenmomente nochmal in den Fokus gerückt werden.

*Wer hat sich in welchem Moment besonders held\*innenhaft verhalten?*

*Was wurde gemeinsam held\*innenhaftes erschaffen, gemeistert während der Zeit? (Bspw. der Mut auf der Bühne etwas vorzuführen.)*

Die Anordnung/ Gestaltung der Fotos, Bilder etc. liegt dabei weitestgehend in der Hand der Kinder- und Jugendlichen.  
Beispiel:

# 5.3

## Abschlussrunde „Ich packe meinen Koffer...“



- Reflexion von wertvollen Erfahrungen & Momenten
- gemeinsamer Projektabschluss



- 8 – 14 jhr.
- 8 – 10 ggf. mehr



- ca. 20 – 30 min.



- Stifte
- bunte Papierkreise

## Beschreibung

Zum Abschluss der Held\*innenreise wird ein letztes Mal eine gemeinsame Runde „Ich packe meinen Koffer und nehme mit...“ gespielt. Diesmal geht es darum das wertvollste einzupacken, was sie von der vergangenen Held\*innenreise mitnehmen.

## Ablauf:

Zum Abschluss der Held\*innenreise wird eine weitere Variante des „Ich packe meinen Koffer...“ Spiels gespielt. Dafür kommen zu Beginn, wie gewohnt alle Teilnehmenden in einem Kreis zusammen. Diesmal geht es darum, dass die Kinder und Jugendlichen sagen, was das wichtigste ist, was sie von dieser Held\*innenreise mitnehmen, das kann ein Gegenstand, eine neu erlernte Fähigkeit, ein besonderes Erlebnis oder eine Erkenntnis über sich selbst oder jemand anderes sein.

Wenn sich jede\*r etwas überlegt hat, kann die Runde beginnen. Wie bei der regulären Variante, geht es nun der Reihe nach im Kreis. Jede Person die dran ist muss zuerst das zuvor genannte wiederholen und zuletzt ihre\*n eigene\*n Held\*innen-Schatz benennen.

## Beispielsatz:

*Ich packe meinen Koffer und nehme mit... „die Erfahrung, dass ich mich traue vor anderen meine Stimme zu benutzen“.*

Als letztes werden die einzelnen Schätze auf die Papierkreise geschrieben und in den Reisekoffer gelegt oder in das gemeinsame Reisealbum geklebt. Wer seinen Schatz-Zettel lieber behalten möchte, kann diesen natürlich auch mitnehmen.

# Medienliste

## Filme/ Serien/ Videos:

- Ein amerikanischer Held – Die Geschichte des Colin Kaepernick: Dokumentarfilm aus dem Jahr 2019, Regie: Annebeth Jacobsen.
- Colin in Black and White: Netflix-Serie aus dem Jahr 2021, Regie: Ava DuVernay, Colin Kaepernick.
- Träume sind wie wilde Tiger: deutscher Kinofilm aus dem Jahr 2021, Regie: Lars Montag.
- Germania: Porträtreihe des ZDF mit bekannten Menschen aus Film, Musik, Social Media, Sport etc.

*Link: <https://www.zdf.de/kultur/germania>*

## Bücher/ Printmedien zu Held\*innengeschichten:

- FAVILLI, Elena; CAVALLO, Francesca (2016): Good Night Stories For Rebel Girls. 100 außergewöhnliche Frauen. München: Carl Hanser Verlag.

*Kleiner Tipp: gibt es auch als Postkarten*

- KNÖDLER, Benjamin; KNÖDLER, Christine (2020): Young Rebels. 25 Jugendliche, die die Welt verändern! München: Carl Hanser.
- BROOKS, Ben (2019): Stories for Kids who Dare to be Different. Vom Mut, anders zu sein. Bindlach: LOEWE.
- MAZZA, Viviana (2020): Stories For Future. 13 Jugendliche, die etwas bewegen. München: dtv.
- LEEK, Cliff; ROHLMANN, Bene (2019): Boy oh Boy. 30 wahre Helden. München, London, New York: Prestel.
- LAWRENCE, Sandra; HILL, Stuart (2020): Atlas der Heldinnen und Helden. Legendäre Figuren aus Märchen, Sagen und Mythen. München, London, New York: Prestel.

- ENGELHARDT, Marc (2021): Die Klima Kämpfer. Wer unseren Planeten wirklich rettet und wie du selbst zum Klimahelden werden kannst. München: Penguin.
- MANRIQUE, Melisa; CHANDER, Manik; PUCCI, Marta (2019): Mama Superstar. Elf Porträts über Mut, bedingungslose Liebe und kulturelle Vielfalt. Berlin: Migrant Mama.
- YOUSAFZAI, Malala; LAMB, Christina (2013): Ich bin Malala. Das Mädchen, das die Taliban erschießen wollten, weil es für das Recht auf Bildung kämpft. München: Droemer.
- HOLZAPFEL, Miriam (2019): Das Besser Macher Buch. 75 Ideen, mit denen du die Welt veränderst. Münster: Coppenrath.

### Quellen und Hintergrundinformationen:

#### *Exkurs zu Auswirkungen von Rassismus in Kinder- und Jugendliteratur:*

- EGGERS, Maureen (2005): Rassifizierung und kindliches Machtempfinden. Wie schwarze und weiße Kinder rassifizierte Machtdifferenz verhandeln auf der Ebene von Identität. Link: [https://macau.uni-kiel.de/servlets/MCRFileNodeServlet/dissertation\\_derivate\\_00002289/Dissertation\\_Maureen\\_Eggers.pdf](https://macau.uni-kiel.de/servlets/MCRFileNodeServlet/dissertation_derivate_00002289/Dissertation_Maureen_Eggers.pdf)
- SCHARATHOW, Wiebke (2017): Jugendliche und Rassismuserfahrungen. Kontexte, Handlungsherausforderungen und Umgangsweisen. In: FERREDOONI, Karim; EL, Meral (Hrsg.): Rassismuskritik und Widerstandsformen. Wiesbaden: Springer.

#### *Exkurs zur Bedeutung geschlechtergerechter Sprache*

- Sendung Quarks vom 27.03.2021, Thema: „Was bringt Gendern wirklich?“

Link: <https://youtu.be/to9lbR8JvyM>

- MISERSKY, Julia; MAJID, Asifa; SNIJDERS, M. Tineke (2019): Grammatical Gender in German Influences How Role-Nouns Are Interpreted: Evidence from ERPs. In: Discourse Process, 56. Link: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/0163853X.2018.1541382>

- Stahlberg et al. (2001). Name Your Favorite Musician: Effects of Masculine Generics and of their Alternatives in German. *Journal of Language and Social Psychology* 20(4).
- Gabriel et al. (2018). Neutralising linguistic sexism: promising but cumbersome? *Group Process. Intergroup Relat.* 21.
- Kollmayer et al. (2018). Breaking away from the male stereotype of a specialist: gendered language affects performance in a thinking task. *Frontiers in psychology*, 9.
- Vervecken et al (2013). Changing (S) expectations: How gender fair job descriptions impact children's perceptions and interest regarding traditionally male occupations. *Journal of Vocational Behavior*, 82(3).

## Zu den verwendeten Begriffen und Schreibweisen

- FUMA e. V.

*Link: <https://www.gender-nrw.de/geschlechtergerechte-sprache/>*

- EGGERS, Maureen Maisha; KILOMBA, Grada; PIESCHE, Peggy; ARNDT, Susan (2020): Kozeptionelle Überlegungen. In: EGGERS, Maureen Maisha; KILOMBA, Grada; PIESCHE, Peggy; ARNDT, Susan (Hrsg.): *Mythen, Masken und Subjekte*. 4. Auflage. Münstser: Unrast-Verlag.
- IDA e. V. (2016): *Glossar der Neuen deutschen Medienmacher Formulierungshilfen für einen diskriminierungssensiblen Sprachgebrauch in der Bildungsarbeit in der Migrationsgesellschaft*.  
Link: [https://www.idaev.de/fileadmin/user\\_upload/pdf/publikationen/Reader/2016\\_IDA\\_Glossar\\_Medienmacher.pdf](https://www.idaev.de/fileadmin/user_upload/pdf/publikationen/Reader/2016_IDA_Glossar_Medienmacher.pdf)

### *Exkurs zur Bedeutung eines Passes:*

- Link: <https://www.deutschlandfunknova.de/beitrag/staatsbuergerschaft-die-macht-des-richtigen-passes>
- Link: <https://www.deutschlandfunknova.de/beitrag/christiana-bukalo-ich-habe-meine-staatenlosigkeit-mit-sehr-viel-scham-verbunden>

## ***Exkurs zur Weltkarte als Spiegel von (postkolonialen) Machtverhältnissen:***

- Link: <https://www.deutschlandfunk.de/auf-kosten-afrikas-100.html>
- Link: <https://www.deutschlandfunk.de/de-facto-staaten-das-schicksal-von-laendern-ohne-100.html>

## **Hintergrundinfos zu den Held\*innenporträts aus Phase 2:**

- Link: <https://www.deutschlandfunk.de/friedensaktivistin-in-slawonien-frieden-ist-nicht-nur-die-100.html>
- Link: <https://www.deutschlandfunkkultur.de/afghanische-rapperin-sonita-alizadeh-aus-new-york-aktiv-100.html>
- Link: <https://www.sueddeutsche.de/kultur/rap-ihre-stimme-ist-ihre-waffe-1.3124994>
- Link: <https://www.deutschlandfunknova.de/beitrag/black-lives-matter-colin-kaepernick-und-der-erste-kniefall-in-der-nfl>

