

Diese Zusatzmaterialien sind Teil des Handbuchs

KlimaQUEERRechtigkeit

Queerfeminismus und Klimagerechtigkeit
zusammengedacht

MATERIALIEN FÜR DIE BILDUNGSARBEIT

Queertopia

Traumreise und Austausch zu klimaQUEERRechten Utopien

Was: Traumreise und Fragenliste

Stand: 12/2023



Traumreise

Setz oder lege dich bequem hin und schließe deine Augen, wenn du magst. Atme tief ein. Atme aus. Spüre, wie dein Körper mit dem Atem schwer wird. Versuch, deinen Herzschlag zu spüren und lausche ein Weilchen. Spüre, an welchen Stellen dein Körper den Boden berührt. Spüre deine Arme und Hände. Entspanne deinen Nacken und die Schultern. Entspanne die Füße und Beine. Auch dein Gesicht ist entspannt und gelöst. Konzentriere dich nun auf deinen Atem. Atme langsam und tief. Atme ein, Atme aus. Fühle, wie sich dein Brustkorb, deine Rippen und dein Bauch heben und wieder senken. Fühle, wie der Körper beim Ausatmen loslässt und entspannt. Lass alle Gedanken los.

Stell dir vor, du verlässt diesen Raum und gehst spazieren. Während du durch die Landschaft läufst, kommen dir viele Dinge aus deinem Alltag bekannt vor. Du siehst vieles Bekanntes, aber du siehst auch viele Probleme und Herausforderungen. Während du durch die Straßen läufst und über den Zustand der Welt nachdenkst, kommst du an einen Ort, den du gerne hast, mit deinen lieben Menschen um dich herum, die gut gelaunt zusammen sind. Dort steht ein großer Baum, der bis in den Himmel ragt. Er zieht dich an und du kletterst langsam immer höher auf den Baum bis ganz nach oben. Mit all deinen Gedanken über dich und die Welt im Kopf - bis in die Krone. Wenn du ganz oben angekommen bist, bemerkst du, dass du auf einem magischen Ast sitzt. Der Ast verwandelt sich zu einer Brücke, die weit über deine Baumkrone hinausragt. Du testest sie vorsichtig aus und gehst dann langsam über die Brücke. Nach einer Weile siehst du das Ende der Brücke und stellst fest, dass du über die Brücke 30 Jahre in die Zukunft gelaufen bist. Du bist an dem Ort deiner Träume und Wünsche und siehst, wie ein gutes Leben für dich und alle anderen in 30 Jahren ausschaut.

In deinem Traum kannst du tun und lassen, was du möchtest – genieße deine Freiheit. Du hast einige Minuten Zeit, dich genau in deiner Zukunft – wie du sie dir wünschst – umzusehen. Schau dich genau um.

- Wie alt bist du in 30 Jahren? Wie sieht dein Körper aus?
- Du lebst in einer utopischen und klimagerechten Gesellschaft, in der Queerfeminismus gelebt wird.
- Was bedeutet das?
- Welchen Effekt hat das auf dein Leben in 30 Jahren?
- Wo lebst du? Wie sieht es dort aus?
- Welche Menschen sind um dich herum?
- Wie wohnen die Menschen? Wie schaut das aus? Wer wohnt da zusammen?
- Was machen die Menschen mit ihrer Zeit in 30 Jahren? Gehen sie zur Arbeit? Wie schaut die Arbeitswelt aus? Was machen sie in ihrer Freizeit?
- Wie wird miteinander umgegangen? Wie wird sich umeinander gekümmert? Und wer kümmert sich auf welche Weise?
- Wie sehen öffentliche Orte aus?
- Wie hat sich Politik verändert?
- Was ist mit Armut und Reichtum passiert?
- Wie werden Konflikte gelöst? Welche Institutionen gibt es dafür?
- In welchen politischen Gruppen sind Menschen aktiv?
- Wie gehen die Menschen in diesen Gruppen miteinander um?
- Wie sehen Menschen die Vergangenheit?
- Wie sind Menschen mit der Umwelt verbunden?
- Was ist mit der Klimakrise passiert?
- Was siehst du sonst noch? Gibt es Werbung? Wie grün ist es? Wirken die Menschen gestresst oder entspannt? Siehst du Ungleichheiten, Armut, Diskriminierung?

- Was findest du besonders spannend, faszinierend, inspirierend, ...?
- Was stört dich an dem, was du erkundest?
- Worin liegen für dich die größten Unterschiede zwischen 2053 und 2023?

Langsam ist es Zeit, wieder den Rückweg anzutreten. Du schaust dich nochmal um und siehst das gute Leben für alle in 30 Jahren. Du läufst langsam wieder zurück zur Brücke. An der Brücke angekommen, atme noch einmal tief ein und betrete sie. Wie fühlst du dich gerade? Welche Gedanken sind in deinem Kopf, während du zurückläufst? Du kommst langsam wieder auf deinem Baum an und hüpfst von der Brücke auf den Ast. Du kletterst langsam deinen Baum wieder zurück nach unten - mit den Gedanken noch bei dem, was du gerade in 2053 gesehen hast.

Bevor du den Baum ganz hinunterkletterst, erinnerst du dich zurück, was alles in den 30 Jahren bis 2053 passiert ist.

- Was kommt dir in den Kopf?
- In welchen Gruppen warst du aktiv?
- Für welche Veränderungen habt ihr gekämpft?
- Was hat dabei gut funktioniert? Was war eher schwierig?
- Welche anderen Gruppen gab es und wie habt ihr zusammengearbeitet? Welche eurer Ziele habt ihr erreicht?

Du blickst nochmal zurück auf die vergangene Zeit und bist froh über die Dinge, die ihr erreicht habt.

Jetzt kletterst du weiter den Baum runter. Unten angekommen lehnst du dich an den Baum, atmest tief ein und wieder aus. Spürst, wie du den Boden berührst. Spürst, wie sich dein Körper mit deinem Atem bewegt. Spürst oder hörst deinen Herzschlag und kommst langsam wieder an, hier im Raum. Wenn dir danach ist, mach gerne deine Augen auf und bleibe noch ruhig sitzen. Bleibe ein wenig in Gedanken bei deiner Reise in die Zukunft.

Ein Blick in eine klimaQUEERechte Zukunft

Nimm dir Zeit und lies dir einmal alle Fragen durch. Sie sollen dir helfen, ein Bild von deiner utopischen Vision für eine queer-feministische und klimagerechte Zukunft in 30 Jahren zu bekommen. Nach einem ersten Lesen kannst du selbst entscheiden, welche Fragen du gerne beantworten möchtest und welche nicht. Du kannst diese Aufgabe alleine machen oder zu zweit. Du kannst die Fragen entweder einfach in Gedanken beantworten, dir Notizen machen, einfach drauf los schreiben, ohne viel nachzudenken oder ihr sprecht zu zweit drüber. Ihr habt 30 min dafür Zeit.

Die Fragen:

Wie alt bist du in 30 Jahren? Wie schaut dein Körper aus?

Du lebst in einer utopischen und klimagerechten Gesellschaft. In der Queerfeminismus gelebt wird. Was bedeutet das? Welchen Effekt hat das auf dein Leben in 2053?

Wo lebst du? Wie sieht es dort aus? Welche Menschen sind um dich herum?

Wie wohnen die Menschen? Wie schaut das aus? Wer wohnt da zusammen?

Was machen die Menschen mit ihrer Zeit in 30 Jahren? Gehen sie zur Arbeit? Wie schaut die Arbeitswelt aus? Was machen sie in ihrer Freizeit?

Wie wird miteinander umgegangen? Wie wird sich umeinander gekümmert? Und wer kümmert sich auf welche Weise?

Wie sehen öffentliche Orte aus?

Wie hat sich Politik verändert?

Was ist mit Armut und Reichtum passiert?

Wie werden Konflikte gelöst? Welche Institutionen gibt es dafür?

In welchen politischen Gruppen sind Menschen aktiv?

Wie gehen die Menschen in diesen Gruppen miteinander um?

Wie sehen Menschen die Vergangenheit?

Wie sind Menschen mit der Umwelt verbunden?

Was ist mit der Klimakrise passiert?

Was siehst du sonst noch? Gibt es Werbung? Wie grün ist es? Wirken die Menschen gestresst oder entspannt? Siehst du Ungleichheiten, Armut, Diskriminierung?

Was findest du besonders spannend, faszinierend, inspirierend, ...?

Worin liegen für dich die größten Unterschiede zwischen 2053 und 2023?

Du erinnerst dich zurück an die letzten 30 Jahre.:

Was ist in der Zeit passiert?

In welchen Gruppen warst du aktiv?

Für welche Veränderungen habt ihr gekämpft?

Was hat dabei gut funktioniert? Was war eher schwierig?

Welche anderen Gruppen gab es und wie habt ihr zusammengearbeitet? Welche eurer Ziele habt ihr erreicht?