



Zukunftstag 2024

Wofür lohnt es sich?

12. Zukunftstag der sächsischen
Frauen*- und Gleichstellungsprojekte



11. Juni 2024
13.30 – 18.30 Uhr

Pöge-Haus Leipzig
Hedwigstraße 20
04315 Leipzig

Dokumentation zum 12. Zukunftstag Sächsischer Frauen*- und Gleichstellungsprojekte



Genderkompetenzzentrum Sachsen

Oskarstraße 1, 01219 Dresden
Telefon: 0351 / 310 52 75
Fax: 0351 / 310 70 13
Email: info@genderkompetenz-sachsen.de
www.genderkompetenz-sachsen.de

<https://www.facebook.com/Genderkompetenz/>
[instagram.com/genderkompetenzzentrumsachsen](https://www.instagram.com/genderkompetenzzentrumsachsen)

Träger: FrauenBildungsHaus Dresden e.V.

Was war das Ziel der Veranstaltung?

Mit Sorge blicken feministische Akteur*innen auf das Wahljahr 2024 in Sachsen. Viele Initiativen, Aktivist*innen und Netzwerke leisten unermüdliche Arbeit und setzen sich mit Kampagnen, Demonstrationen und Bildungsveranstaltungen für ein demokratisches, vielfältiges und feministisches Sachsen ein.

Mit Vernetzung, Performances, Spoken Word und Community Care wollten wir uns beim 12. Zukunftstag der Frage stellen: **Wofür lohnt es sich aktiv zu werden? Aktiv zu bleiben?**

Wie können wir hoffnungsvoll bleiben? Wie können wir heute schon handeln im Hinblick auf feministische Utopien, in denen ein gutes Leben für alle möglich ist? Wie können wir solidarisch sein und uns intersektional verbünden?

Seit 2013 laden wir jährlich ein zum „Zukunftstag Sächsischer Frauen*- und Gleichstellungsprojekte“ um Vereine, Verbände, Engagierte und Multiplikator*innen aus ganz Sachsen miteinander zu vernetzen und gemeinsam Themen und Visionen für die Gleichstellungsarbeit in Sachsen am Puls der Zeit zu entwickeln.

Ankommen im Pöge-Haus in Leipzig



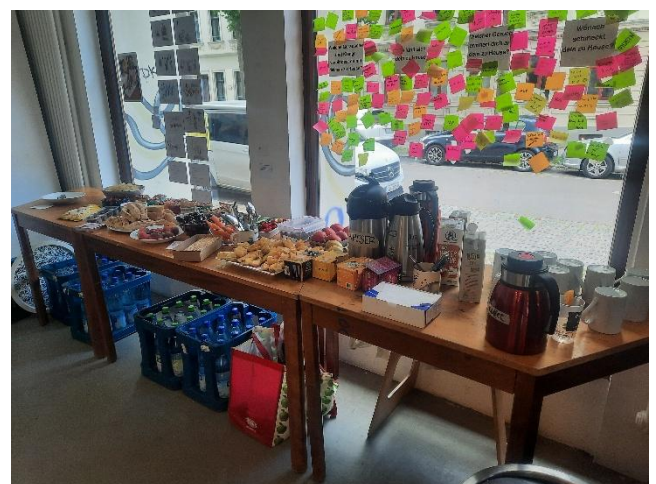
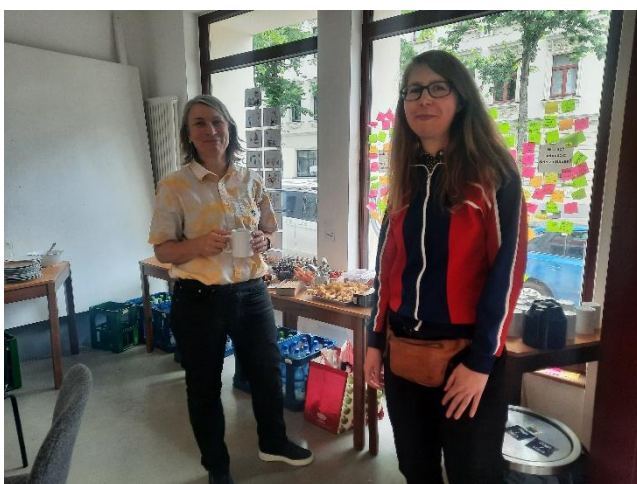
Den Nachmittag eröffnete Liviana Bath, Curanda Referentin, Theaterpädagogin, Resilienz Trainerin aus Berlin, mit einem interaktiven Ankommen im gemeinsamen Plenum. Sie stellte einen inhaltlichen Rahmen für den Tag und wärmte alle Teilnehmenden für das Thema des Tages an.

Nach einer Vorstellung des Genderkompetenzzentrum Sachsen und einleitenden Worten zur Idee des Tages und zur Geschichte des Zukunftstages, gab es eine Ankommens- und Kennenlernrunde mit allen Teilnehmer*innen und Referent*innen. Im Anschluss konnten alle Anwesenden einer Keynote von Liviana Bath zum Thema **Nachhaltiger Aktivismus aus einer intersektionalen Perspektive** lauschen. Dabei ging sie vor allem auf die Themen Stressreaktionen, individuelle und strukturelle Faktoren darin sowie Resilienz-Strategien

für politische Gruppen und Teams ein. Nachhaltigen Aktivismus verstand sie in Anlehnung an Timo Luhmann dabei als einen Analyserahmen, um verschiedenste Ansätze und Erfahrungen zu systematisieren und zusammenzufassen¹.



Die anschließende Pause konnten alle Teilnehmer*innen am Buffet bei Kaffee, Kuchen und verschiedenen Snacks genießen und zum Netzwerken nutzen.



¹ Vgl. auch den Anhang dazu.

Workshops

Workshop ‚Feministische Körper - Ein Performance Workshop‘ mit Liviana Bath

(Curanda Referentin, Theaterpädagogin, Resilienz Trainerin)



Feministischer Zusammenhalt bedeutet WIR. Solidarität in Zeiten, wo Bewegungen sich spalten, braucht es umso dringlicher. Im Workshop wurden Handlungsmöglichkeiten gemeinsam mit ästhetisch poetischen Mitteln mit Sound und Körper als Performance erarbeitet. Der Workshop arbeitete mit Methoden des feministischen Theaters der Unterdrückten.

Workshop ‚Rest – Breath – Move‘ mit Senja Katharina Brütting

(Freiberufliche Bildungsreferent*in zu rassismuskritischem Empowerment, Tänzer*in, Performer*in)



Auszuruhen in Zeiten von großer Unruhe ist notwendig, aber nicht leicht im Alltag zu etablieren. In dem Workshop von Senja Brütting haben wir Momente des Ruhens und Atmens durch Bewegung gefunden. Durch angeleitete Bewegungsimpulse, Tanzimprovisation und Bodywork haben wir uns gemeinsam unseren Körpern gewidmet und ihnen eine bewegte Auszeit mit Blick auf die eigenen Ressourcen gegönnt.

Workshop ‚Artefakte feministischer UTOPIEN – was von uns bleibt...‘ mit Qin Hu

(Dipl. Mediendramaturgin, Systemische Coachin (SG), Kulturpädagogin, Vorstandsmitglied Ausländerrat Dresden e.V.)

Stelle dir vor: Es ist das Jahr 2060, du – höchstpersönlich – oder deine Mitstreiter*innen, Nachfolger*innen, Freund*innen, Mentees bzw. Kinder befinden sich in einer archäologisch angehauchten Sonderausstellung über feministische Utopien jüngerer Vergangenheit. Ja, du warst dabei und eine der beharrlichsten Utopie-Macher*innen. Gegenstände der Ausstellung sind Artefakte diversester Art, Eigenschaften und Narrative. Was entdeckst du, was du mitgeschaffen hast? Was vermisst du? Welche Gefühle und Gedankengänge löst dies in dir aus? Warum überdauert das eine und verflüchtigt sich das andere? Diese und weitere Fragen wurden im Workshop behutsam, biografisch, kreativ-gestalterisch und solidarisch eröffnet und erforscht.



„Willkommen im Belit“ - eine afrofuturistische Poesie Performance



Die Performance verwebte afrofuturistische und dekoloniale Poesie zu einer eklektischen Reise in eine Welt mit dem Namen "Belit": Vielleicht fliegen Geldscheine, vielleicht Konfetti. Irgendetwas wird glitzern, glitzert gerade, hat schon immer geglitzert. Past, present and future co-exist.

Ich bin Landouma: Ich schreibe Poesie und performe. Ich liebe es, Welten zu erschaffen - lange Zeit in meinem Kopf allein, jetzt immer öfter erfahrbar für weitere Menschen an kleinen Theatern. Meine Texte mischen Sprachen und große Fragen. Sie sind politisch und verletzlich, widerständig und verspielt.



Wir bedanken uns bei allen Teilnehmer*innen, Referent*innen und Kolleginnen* sowie dem Team des Pöge-Haus e.V. für die Organisation und Gestaltung des 12. Zukunftstages! Wir hatten eine inspirierende und anregende Zeit gemeinsam und hoffen, dass ihr viel Freude, Motivation und Antworten auf die Frage ‚Wofür lohnt es sich?‘ mitnehmen konntet!

Wir hoffen alle beim 13. Zukunftstag 2025 wieder begrüßen zu können!

„Fürsorge für mich selbst ist nicht Genusssucht,
es ist Selbsterhaltung
und dies ist ein Akt des politischen Kampfes.“
Audre Lorde

Der Vortrag ist unter der ICH-Ebene und der WIR Ebene zu betrachten
Zum Beispiel sind Stressreaktionsmuster auf Körperlicher, Verhaltens und Emotional-Kognitiver Ebene beobachtbar auf der ICH-Ebene.

Von den mentalen Gesundheits- und psychosozialen Auswirkungen von Trauma und chronischem negativen Stress befinden sich Personen auf der ICH-Ebene und auf der WIR Ebene im Empfinden von Stressreaktionen und Anpassungsverhalten als Trauma organisierte Gruppen und Organisationen oder auch Gemeinschaften und Gesellschaften. Dies ist gleichzeitig zusammen zu denken und auseinander zu halten! Der Wunsch Aktivismus nachhaltig zu organisieren, bereichern die Ich- und WIR Ebene als Interdependenzen zu betrachten.

Für ein Burnout gibt es also individuelle und strukturelle Faktoren. Individuelle Faktoren sind zum Beispiel: Die Leugnung der eigenen Bedürfnisse oder starke Negativität.

Strukturelle Faktoren sind zum Beispiel: Kapitalistische Verhältnisse, Diskriminierung oder Strukturlosigkeit.

Eine der Resilienz Säulen ist Akzeptanz, durch die an erster Stelle Notwendigkeit aufzeigt wird, um wieder Handlungsfähigkeit herzustellen.

Der Ansatz des nachhaltigen Aktivismus ist von der Resilienzforschung, spirituellen Traditionen und Erfahrung Wissen aus Umgang mit Krisen in der Geschichte und Praxis von sozialen Bewegungen geformt. Resilienz wird hier auch individuelle und kollektiv gedacht.

„(...) Nachhaltiger Aktivismus als ein Analyserahmen, um verschiedenste Ansätze und Erfahrungen zu systematisieren und zusammenzufassen.“
Timo Luhmann

Das Ziel ist es Stressbewältigungs- und Resilienz Strategien auf kollektiver Ebene zu entwickeln. Dabei können verschiedene Ebenen der Veränderung reflektiert werden: Kulturelle, Strukturelle, Institutionelle, Interfraktionelle, Zwischenmenschliche und persönliche Ebene.

Resilienzstrategien für die politische Gruppe/Team

- Praktische Solidarität mit von Burnout, Trauma oder Krankheit betroffenen Aktivist*innen; Anerkennung der Selbstfürsorge
- Schaffen von ermächtigenden Gruppen
- Kollektive transformative Praxen
- Partizipative Gruppenstrukturen (Machtausgleich, reflektierte Entscheidungsfindung, Kommunikationswege/formen)
- Unterstützung von Familien in sozialen Bewegungen und Gemeinschaften
- Gemeinsame Visionen entwickeln
- Geeignete Organisationsform finden
- Zeitmanagement und Teamsitzungen/Plena gut strukturieren
- Konflikte ernst nehmen
- Reflexion: Gemeinsame Projekte auswerten und feiern
- Politische Unterstützungsnetzwerke aufbauen
- Nachhaltige Finanzkonzepte / Umverteilen / Solidarische Ökonomie
- Gemeinsam feiern, meditieren, Urlaub machen

Kollektive Resilienzstrategien auf Bewegungsebene

Gesundheitliche Unterstützungsstrukturen

- Aktionsküchen, KÜfAs
- Antirepressionsgruppen und Demosanis
- Awarenessgruppen zum Umgang mit Diskriminierung und sexualisierter und rassistischer Gewalt
- Kollektive Strukturen zur Unterstützung von Traumatisierten
- Übersetzungskollektive
- Aktivistentrainer*innen und Bewegungsarbeiter*innen
- Stiftungen gründen / solidarische Finanzierungsformen
- Meditationsgruppen und Vermittlung und Lösung von Konflikten
- Orte und Räume für Rückzug und Erholung

Timo Luthmann: Politisch aktiv sein und bleiben. Handbuch nachhaltiger Aktivismus

Joanna Macy, Chris Johnstone: Hoffnung durch Handeln. Dem Chaos standhalten, ohne verrückt zu werden

Katrina Shields: In the Tiger's Mouth. An Empowerment Guide for Social Action

Hillary Rettig: The Lifelong Activist. How to Change the World Without Losing Your Way

