

# Entwurf für die Praxis für Frauen- oder Gesprächskreise zum Kapitel 1 im Buch „Mit Weisheit, Witz und Widerstand“



## ***In der Öffentlichkeit stehen – mit Erwartungen leben***

Autorin: Gertraude Schumacher, Referentin im Frauenwerk

### 1. Rahmenbedingungen

- Ziel: Reflexion über eigene Ansichten und Erwartungen an Pastorenfrauen  
Umgang mit eigenen und fremden Erwartungen an sich selbst  
Gegenseitige Ermutigung und Unterstützung
- Zeitraum: ca. 2 Stunden
- Material: Stuhlkreis mit gestalteter Mitte  
Moderations- oder Karteikarten mit aufgeklebten oder aufnotierten Zitaten  
großes Papier / Packpapierrolle  
dickere und dünnere Stifte  
Papierbögen, Karteikarten, bunte Notizzettel  
Kopie des Textes von Ulrich Schaffer für jede Teilnehmerin  
Meditative Musik, Recorder oder CD-Player  
Gesangbücher  
große Kerze, evtl. Teelichter

### 2. Einstieg (je nach Gruppengröße ca. 20 – 30 Min.)

Beginn mit einem Lied „aus der Väter Tagen“, z.B. 398 Beleb dein Werk, o Herr; 323 Liebe, komm herab zur Erde; 336 Welch ein Freund

Zitate von Pastorenfrauen aus dem Buch, mit Aussagen über Erwartungen, die an sie gerichtet sind, auf Karten schreiben. Die Karten werden um die Mitte auf den Boden gelegt. Jede Teilnehmerin sucht sich ein Zitat aus, das sie in irgendeiner Form anspricht (ärgert, wundert, freut....). Danach liest jede ihr Zitat vor und erzählt ihre Gedanken dazu.

Zitate:

- *„Eine Predigersfrau soll sein ganz still und ganz fein.“*
- *„Eine Predigersfrau soll sein wie ein Edelstein, der die Strahlen bricht vom ewigen Licht.“*
- *„Wenn die Predigersfrau Gäste erwartet, nützt Zitieren von Schillers ‚Räuber‘ wenig, dann kommt es darauf an, dass geschmackvolles Essen in aufgeräumten und ... gemütlichen Räumen gereicht werden kann.“*
- *„Während des Krieges hat sie über Jahre den Bezirk geleitet und oft auch gepredigt.“*
- *„Es gibt ein ungeschriebenes Gesetz, welches von ihr fordert, dass sie gesellschaftliche Verpflichtungen erfüllt, Kranke und Betrübte besucht, genügend Bildung und Selbstbewusstsein besitzt, um in öffentlichen Verhandlungen den Vorsitz zu führen, dass sie sich auf eine Art kleiden soll, die den Wählerischen sowohl als auch den Sparsamen gefällt.“*

# Entwurf für die Praxis für Frauen- oder Gesprächskreise

## In der Öffentlichkeit stehen – mit Erwartungen leben



- „Die täglichen Hausarbeiten soll sie geräuschlos verrichten, aber dabei das Heim so hell und freundlich wie möglich gestalten, dass der Seelsorger weder Unruhe noch Ablenkung darin hat.“
- „Bei all unseren Verpflichtungen dürfen wir nicht im Alltag und seinen Sorgen auf- und untergehen. Wir dürfen keine erschöpften Menschen werden.“
- „Dass die Predigersfrau im Spannungsfeld von Tradition und Mode drinsteht, zeigt die immer wieder akute Diskussion um den berühmten Knoten.“
- „Meine Bereitschaft, unsere Wohnung wegen unzureichender Gemeinderäume für Kinderbetreuung, Kaffeekochen und Spülen zur Verfügung zu stellen, wurde teilweise zu selbstverständlich genommen und ausgenutzt.“
- „Unsere Kirche ist eine Laienkirche und man erwartet von jedem Mitglied je nach Gaben Mitarbeit. Das heißt ja nicht, dass jedes Mitglied der Gemeinde vollzeitlich einsteigen muss – auch nicht die Pastorsfrau! Sie ist Gemeindeglied.“
- „Ich mache Dinge, die ich will und kann, was anderes geht nicht. Ich lebe mein Leben, und wenn sie es bewerten, dann bewerten sie es eben.“
- „Deine Schwägerin darf arbeiten, du als Pastorsfrau nicht.“

### 3. Erarbeitung

#### 3.1. Erwartungen - Wie es früher war (ca. 30 Min.)

Ein großes Stück Papier wird auf den Boden gelegt (evtl. Packpapierrolle). Eine Frau legt sich darauf und eine andere umfährt ihren Körperumriss mit einem dicken Stift. Gemeinsam werden nun zu den jeweiligen Körperteilen Erwartungen, die sich ganz speziell an die Pastorsfrauen richteten, benannt und notiert.

Z.B. bei der Hand: handwerkliches Geschick, basteln, stricken, Bazare....

Bei den Füßen: Besuche machen, Botengänge,.....

Kurzer Austausch: Was für einen Eindruck hinterlässt dieses Bild bei uns Frauen heute?

Könnten/wollten **wir** die Erwartungen erfüllen, die zum Ausdruck kommen?

#### 3.2. Erwartungen – wie es heute ist (ca. 45 – 60 Min.)

##### 3.2.1. Bei leiser Musikuntermalung macht sich jede Frau für sich Gedanken

- Welche Erwartungen habe ich an mich?
- Welche Erwartungen fühle ich von anderen an mich gerichtet (in Familie, Gemeinde, Beruf; als Frau an „seiner“ Seite (Pastor, Laienvertreter...), als Frau in verantwortlicher Position, mit eigenen Aufgaben....)?

Papier oder Kärtchen und Stifte zur Verfügung stellen

##### 3.2.2. Austausch in Vierer-Gruppen

4 Frauen finden sich zusammen und kommen nach untenstehenden Regeln miteinander ins Gespräch:

- Jede Frau berichtet ihre persönlichen Erfahrungen zum Thema
- Jede Frau entscheidet selbst darüber, was sie erzählen will und was nicht

## Entwurf für die Praxis für Frauen- oder Gesprächskreise

### In der Öffentlichkeit stehen – mit Erwartungen leben



- Bei dem persönlichen Erfahrungsbericht soll sie **nicht** unterbrochen werden
- Wenn alle Frauen ihre Erfahrungen erzählt haben, schließt sich ein allgemeines Gespräch an. Es kann überlegt werden, ob es bei den Erfahrungen Gemeinsamkeiten gibt. Diese werden notiert und ins Plenum eingebracht. Was passiert, wenn „frau“ aus dem Rahmen fällt? Es können auch hilfreiche Erfahrungen weitergegeben werden, wie es Frauen gelungen ist, eigenen und fremden Erwartungen zu begegnen und ihnen „die Macht“ zu nehmen.

#### 3.2.3. Plenumsgespräch

Alle kommen wieder in der großen Runde zusammen. Gemeinsame Erfahrungen werden anhand der Notizen eingebracht (evtl. für alle sichtbar aufhängen oder auslegen).

#### **Hilfreiche Erfahrungen austauschen**

Ideen sammeln, wie Frauen sich gegenseitig unterstützen können, mit sich selbst liebevoll umzugehen und dem Erwartungsdruck zu begegnen.

#### 3.2.4. Meditation und Konkretion

Der folgende Textauszug von Ulrich Schaffer „Programm für eine kleine Revolution“ aus dem Buch „Neues umarmen. Für die Mutigen, die ihren Weg suchen“ wird vorgelesen.

Danach erhält jede Frau eine Kopie des Textes und drei Karteikärtchen. Sie hat dann die Gelegenheit, den Text noch einmal für sich zu bedenken und für sich 3 Ansatzpunkte für ihre eigene kleine Revolution zu formulieren.

#### **Programm für eine kleine Revolution**

1

Sieh in die Wolken.

Entdecke nichts in ihnen.

Achte nicht darauf,

welche sich auflösen

und welche größer werden.

Werde eine Wolke.

Lass dich vom Wind treiben.

Lass dich los.

Lass los.

Lass doch los.

2

Lass einen wichtigen Termin verfallen,

etwas, wo du unabhkömmlich bist.

Entwurf für die Praxis für Frauen- oder Gesprächskreise  
In der Öffentlichkeit stehen – mit Erwartungen leben



Beweise deine Abkömmlichkeit.

3

Fahre / gehe  
auf einem anderen Weg  
zur Arbeit / Schule  
und lass dir Zeit,  
viel Zeit.

Dann lerne  
innerlich  
andere Wege zu gehen.

6

Bekämpfe deine Träume nicht.  
Glaube ihnen.  
Sieh in ihnen deinen Wunsch nach Leben.  
Mache sie wahr.

8

Lies alle Eintragungen unter dem Buchstaben „C“  
in einem Taschenlexikon.  
Lies sie alle.

Entdeckst du,  
dass es draußen  
noch eine andere Welt gibt  
als die deines Karussells,  
auf dem du dich bis zum Umfallen drehst?

Entdecke diese Welt.  
Werde ein Experte über John Cabot  
(italienischer Seefahrer 1425-1498)  
oder lies ein Stück von Calderon  
(„Das Leben ein Traum“ würde ich dir empfehlen).  
Reise mal nach Calw  
(da ist Hesse geboren),  
oder besieh dir Bilder von Carpaccio  
(das könnte doch für ein Jahr „dein“ Maler werden).  
Versuche eine ganz leichte Komposition von

Entwurf für die Praxis für Frauen- oder Gesprächskreise  
In der Öffentlichkeit stehen – mit Erwartungen leben



Chopin auf dem Klavier zu spielen  
(sag nicht immer gleich „kann ich nicht“).

Öffne dir die Welt.  
Tritt in sie ein.  
Was du draußen findest,  
wird in dir etwas zum Klingen bringen.

12  
Sag nein  
ohne schlechtes Gewissen.  
Du entscheidest.

13  
Rufe jemand an  
und rede anders als sonst:  
direkter, offener,  
sei in deinen Worten.  
Sprich über das, was du fühlst  
(du darfst dich sogar blamieren).

Sei doch nicht so vorhersagbar.

14  
Denke an Gott,  
nicht als Gott,  
sondern als Freund,  
den du besuchen kannst.

Schreib ihm einen Brief.  
Rede mit ihm am Telefon,  
ohne eine Nummer zu wählen.  
Alle Nummern gehören ihm.

15  
Schreibe hundertmal auf  
„Ich kann mich verändern“  
und glaube daran,  
indem du dir ein mögliches, erreichbares Programm

Entwurf für die Praxis für Frauen- oder Gesprächskreise  
In der Öffentlichkeit stehen – mit Erwartungen leben



liebevoll zusammenstellt.

Entwurf für die Praxis für Frauen- oder Gesprächskreise  
In der Öffentlichkeit stehen – mit Erwartungen leben



#### 4. Abschluss (10 – 15 Min.)

***Körperwahrnehmung: Sich liebevoll zuwenden, stärken und stützen***

Alle stehen im Kreis, relativ dicht beieinander. Nun drehen sich alle nach rechts um und legen die Hände auf die Schultern der nun vor ihnen stehenden Person. Die Hände werden so eingesetzt, dass die Partnerin das Gefühl bekommt, dass man es sehr gut mit ihr meint: auf unterschiedlichste Arten wird die Schulterpartie verwöhnt (Lasten abstreifen, ausstreichen, mit einzelnen Fingern oder der ganzen Hand sanft klopfen, reiben, kneten.....)

Nach ca. 2 Minuten die Hände noch kurz auf den Schultern ruhen lassen, spüren und genießen.

Dann langsam die Hände sinken lassen, sich zur Kreismitte und dann nach links drehen. Die Schulterpartie der linken Nachbarin wird nun verwöhnt.

Die große Kerze in die Kreismitte stellen, entzünden

Lied: 329, Gott, singe mich

Stille – Jede lässt den Abend in Gedanken noch einmal Revue passieren.

Fürbitten für Frauen aus dem Kreis, für verantwortliche Frauen, für Frauen von Pastoren, Laienvertretern.... können von einzelnen genannt werden (evtl. bei jeder Bitte ein Teelicht an der großen Kerze entzünden und in die Mitte stellen)

Gemeinsam das Vaterunser beten

Lied: 22, Ich sing dir mein Lied

Segen: Gott stärke, was in dir wachsen will.

Gott schütze, was dich lebendig macht.

Gott behüte, was du weiterträgst,

Gott bewahre, was du freigibst,

Gott segne dich und behüte dich. Amen.