



JUNGES
KURZFILM
FESTIVAL
HAMBURG

„NEON 1“

(ab 12 Jahren)

Pädagogisches Begleitmaterial Juni 2026

Junges Kurzfilm Festival Hamburg Mo & Friese | Kurzfilm Agentur Hamburg e.V.
Künstlerische Leitung: Lina Paulsen, Organisatorische Leitung: Gesa Carstensen
Bodenstedtstr. 16 | 22765 Hamburg | moundfrieese.shortfilm.com
moundfrieese@shortfilm.com | 040-39 10 63-29



Moundfrieese



KURZFILM
AGENTUR
HAMBURG

Inhalt

1	Einleitung	2
2	Zie, Zo	3
2.1	Themen und Inhalt	3
2.2	Filmbesprechung	3
2.3	Filmsprache: Symbole der Veränderung	4
2.4	Anstoß für Gespräch und Gestalten: Die drei Schichten meiner Identität	6
3	Was ich sehe (Ce que je vois)	7
3.1	Themen und Inhalt	7
3.2	Filmbesprechung	7
3.3	Filmmusik und Geräusche	8
3.4	5, 4, 3, 2, 1 - Die Achtsamkeitsübung	8
4	Denkst du auch, was ich denk, Couseng?	10
4.1	Themen und Inhalt	10
4.2	Filmbesprechung	10
4.3	Das Gefühls-Mischpult	11
5	Das ist meine Schwester (C'est ma soeur)	14
5.1	Themen und Inhalt	14
5.2	Filmbesprechung	14
5.3	Vertiefung: Wer ist mit Vielfalt gemeint?	15
5.4	Das Bias-Lexikon	16
6	Impressum	18

1 Einleitung

Weil Film mehr ist, als sich berieseln zu lassen!

Audiovisuelle Medien begleiten unseren Alltag. Schon im frühen Kindesalter wird man sowohl direkt als auch indirekt mit ihnen konfrontiert. Das Vermögen, Filme sinnverstehend aufzunehmen, ist daher eine wichtige Kulturtechnik der modernen Gesellschaft. Dieses Vermögen ist uns nicht angeboren, sondern muss erst erlernt werden. Folglich sind Filme nicht nur eine Ware, welche konsumiert wird, sondern vielmehr ein Element einer Kultur, das der*die Zuschauer*in aktiv verarbeitet.

Diese aktive Verarbeitung besteht in teilbewussten kognitiven und emotionalen Prozessen, die während und nach dem Filmerlebnis stattfinden und die auch unsere Wahrnehmung der Welt nachhaltig beeinflussen. Deswegen ist gerade bei Kindern und Jugendlichen eine bewusste Auseinandersetzung mit den Medienprodukten, in diesem Falle Kurzfilmen, die über das pure Filmerleben hinausgeht, von großer Bedeutung.

Die Kurzfilmprogramme des diesjährigen Jungen Kurzfilm Festival Hamburg Mo&FrieSe eröffnen den jungen Betrachter*innen einen Blick auf unterschiedliche Kulturkreise und/oder zeigen neue Facetten der eigenen Kultur. In den 12 Kurzfilmprogrammen finden sich 56 Filme aus 20 Ländern, die speziell und mit Bedacht für die Altersgruppe ausgewählt wurden. Die internationale Filmauswahl spiegelt die Multikulturalität der Welt wider und lässt das junge Publikum in spannende, neue Sphären eintauchen. Die internationalen Kurzfilme helfen verstehen, werfen Fragen auf und regen so zum Nachdenken und zur Auseinandersetzung mit fremder und eigener Kultur an.

Die Kurzfilme zeichnen sich jedoch nicht nur durch ihre inhaltliche Vielfalt aus, sondern auch durch die verschiedenen Produktionsarten. So finden sich neben populäreren Formen wie dem fiktionalen (Kurz-)Spielfilm und dem Animationsfilm auch Dokumentar- und Experimentalfilme in unseren Programmen. Durch die Bandbreite an unterschiedlichen Filmgattungen wird ein kreativer Umgang mit dem visuellen Medium angeregt und dem jungen Publikum gezeigt, wie groß und bunt die Filmlandschaft eigentlich sein kann.

Kurzfilme stellen zudem eine überaus geeignete Form dar, in kurzer Zeit Einblicke in unterschiedliche Erzählungen und Geschichten zu geben. Die Konzentration der jungen Zuschauer*innen wird folglich nicht überbeansprucht.

Durch die altersgerechten Moderationen im Kino und die Möglichkeit, den Filmemacher*innen Fragen zu stellen, wird noch eine weitere Verständnisebene in Bezug auf Film und Filmproduktion geschaffen.

Wir wünschen Ihnen und den Kindern und Jugendlichen ein spannendes, anregendes und unterhaltsames Festival und viel Freude bei der Vor- und Nachbereitung.

Ihr Mo&FrieSe Team

2 Zie, Zo

Niederlande 2025 | Kris van Melle | Spielfilm | 12'00 Min



2.1 Themen und Inhalt

Coming of Age, Familie, Geschlechterrollen, Identität

Juuls Mutter stellt ein Foto ihrer Tochter im Rahmen einer Ausstellung aus. Das mündet in Streit.

2.2 Filmbesprechung

Um den Inhalt des Films mit den Jugendlichen zu besprechen, können folgende Fragen gestellt werden:

- **Erinnert ihr euch an die erste Szene? Was passiert dort?**
Antwort: Demonstrativ schneidet Juul sich in der Szene die Haare ab und wühlt sich durch den Wäscheberg ihres Bruders, um ein Outfit herauszusuchen. Juul geht die Treppe hinunter mitten ins Geschehen, doch dort wird die Verwandlung kaum bemerkt.
- **Wie wird Juul in der Ausstellung der Mutter auf den Fotos dargestellt?**
Antwort: Juul sieht auf dem Foto, das die Mutter ausgewählt hat, ganz anders aus,

als wir sie zu Beginn kennenlernen. Auf dem lebensgroßen Bild von Juul, wird diese als eine Art Symbol für traditionelle jugendliche Weiblichkeit dargestellt.

- Was hat Juul für einen Konflikt?

Antwort: Juul, die an ihrer Geschlechtsidentität zweifelt, fühlt sich überhaupt nicht wohl mit der Darstellung. Sie schneidet sich die langen Haare ab und die Menschen sprechen sie darauf an, doch bringen sie immer wieder in Verbindung mit dem Foto, das dort hängt und betonen, wie schön Juul darauf aussieht. Das möchte Juul in dem Moment aber einfach gar nicht hören. Dieser Moment steht stellvertretend für den Film, der sich darum dreht, wie sich Juul innerlich fühlt und wie diese Gefühle von der Außenwelt ignoriert werden.

- Wie versucht der Film uns zu verdeutlichen, dass Juul sich nicht mit dem Charakter des Fotos identifizieren kann?

Antwort: Juul schneidet sich die Haare ab und trägt Kleidung ihres Bruders, Juul beobachtet den Bruder und trinkt aus dem Milchkarton wie er. Als die Mutter eine Rede hält, sehen wir, wie unwohl Juul sich fühlt, wie die Mutter über sie spricht. Juuls Körperhaltung, Gesichtsausdruck, Verhalten und Aussagen machen in jeder Szene deutlich, dass etwas nicht stimmt. Plötzlich schreit Juul aus Verzweiflung und Überforderung sogar die Mutter an.

2.3 Filmsprache: Symbole der Veränderung

Aufgabe: Der Film nutzt starke Symbole. Diskutiert in der Klasse oder notiert einzeln:

1. Die Schere und das Haar

Das Abschneiden der Haare ist weit mehr als ein neuer Haarschnitt, es ist ein Akt der Selbstermächtigung.

- Bedeutung: Das Haar steht oft als klassisches Symbol für Weiblichkeit. Indem Juul es abschneidet, zerstört sie aktiv das Bild, das die Gesellschaft und ihre Mutter von ihr haben. Es ist ein „Schrei nach Anerkennung“ ihrer wahren Identität.
- Der Kontrast: Während Juul diesen lebensverändernden Schritt geht, widmet sich die Mutter Pina banalen Dingen wie den Vorspeisen. Dieser Kontrast verdeutlicht die emotionale Distanz: Das Wesentliche (Juuls Identität) wird vom Banalen (der Feierlichkeit) überlagert.

2. Der Kleiderberg

Zu Beginn trägt Juul einen riesigen Berg an Kleidung.

- Bedeutung: Kleidung fungiert hier als „soziale Haut“. Der schwere Berg symbolisiert die Last der Erwartungen. Dass sie sich ausgerechnet im Schrank des Bruders bedient,

zeigt den Wunsch, die einschränkende weibliche Geschlechterrolle hinter sich zu lassen.

- Zitat der Regisseurin: Kleidung ist das Werkzeug, mit dem wir der Welt sagen: „Ich fühle mich so nicht wohl und ich muss etwas ändern.“

3. Der Spiegel

Die Spiegelszene ist ein klassisches filmisches Motiv für die Identitätsfindung.

- Bedeutung: Der Spiegel zeigt die Diskrepanz zwischen dem Außen und dem Innen. Juul sieht nicht sich selbst, sondern eine Hülle, die sie nicht mehr bewohnen möchte. Es symbolisiert ihre Unzufriedenheit und den Wunsch nach Übereinstimmung von Körper und Gefühl.

4. Das Foto in der Ausstellung

Das Foto in der Ausstellung ist das zentrale Gegensymbol zu Juuls realem Erleben.

- Das Foto als Käfig: Für Juul ist der Rahmen ein Gefängnis. Er hält sie in einer Version ihrer selbst fest, die sie längst hinter sich gelassen hat. Es ist ein statisches Bild, das keine Entwicklung zulässt.
- Die Sicht der Mutter: Für Pina ist das Foto ein Idealbild. Dass sie Juul als Baby „kleinen Köter“ (geschlechtsneutral) nannte, nun aber auf der „schönen jungen Frau“ (stark geschlechtsspezifisch) beharrt, zeigt ihre Unfähigkeit, die Individualität ihres Kindes jenseits von Schönheitsidealen zu akzeptieren.

5. Der Ausbruch aus dem Rahmen

Als Juul den symbolischen Rahmen verlässt (durch ihr Verhalten auf der Feier), bricht das mühsam aufrechterhaltene Bild der Mutter zusammen.

- Der Konflikt als Fortschritt: Erst durch den heftigen Streit und den Satz „Ich hasse dich“ wird die Mutter gezwungen, die Realität wahrzunehmen. Die Harmonie wird zerstört, damit eine ehrliche Beziehung entstehen kann.
- Das Ende: Der Film lässt offen, ob alles sofort „gut“ wird. Die letzte Szene deutet jedoch an, dass die Kommunikation begonnen hat. Der starre Rahmen ist zerbrochen, was Raum für eine neue, echte Verbindung schafft.

2.4 Anstoß für Gespräch und Gestalten: Die drei Schichten meiner Identität

Schritt 1: Zeichne drei ineinander liegende Kreise auf dein Blatt (wie eine Zielscheibe).

1. Der äußere Ring: „Die Welt & Ich“ (Gesellschaft, Trends, Fremde)
2. Der mittlere Ring: „Mein Kreis & Ich“ (Eltern, Freunde, Schule)
3. Der innere Kern: „Nur Ich“ (Gefühle, Träume, unbeobachtete Momente)

Schritt 2: Beantworte für dich (stichpunktartig) folgende Fragen in den jeweiligen Ringen:

- Äußerer Ring: Was glaube ich, wie ich sein *muss*, um „normal“ zu wirken? Was denken wohl Leute in der Bahn oder im Netz über mich? Welche Rollen (z. B. „das Mädchen“, „der Junge“, „der Coole“) werden mir hier zugeschrieben?
- Mittlerer Ring: Was erwarten meine Eltern oder Freunde von mir? Wann verhalte ich mich so, wie sie es gewohnt sind, auch wenn es mir gar nicht danach ist? (Denk an Juuls Mutter und das Foto).
- Innerer Kern: Wer bin ich, wenn niemand zuschaut? Was mag ich an mir, auch wenn es kein „Trend“ ist? Welches Gefühl in mir ist so echt wie Juuls Wunsch, die Haare abzuschneiden?

Schritt 3: Schau dir deine Notizen an und überlege:

- Welcher Ring ist bei dir gerade am „lautesten“?
- Stell dir vor, die Meinung der anderen (äußerer Ring) wäre für einen Tag komplett egal. Was würdest du sofort an deinem Aussehen oder Verhalten ändern?

Schritt 4: Diskutiert gemeinsam: „Ist es überhaupt möglich, den äußeren Ring komplett zu ignorieren? Oder brauchen wir diese Rollen manchmal auch als Schutzraum?“

3 Was ich sehe (Ce que je vois)

Belgien 2025 | Maï Calon | Experimentalfilm | 7'37 Min



3.1 Themen und Inhalt

Natur, Bäume, Experimental, Wachstum Verfall, Muster

Eine Hommage an den Baum. Einen Baum in seiner ganzen Pracht.

3.2 Filmbesprechung

Um den Inhalt des Films mit den Jugendlichen zu besprechen, können folgende Fragen gestellt werden:

- Wie unterscheidet der Film sich von den anderen im Programm?
Antwort: Zunächst ist der experimentelle Film eine Stop-Motion-Animation, eine Animationstechnik, bei der einzelne Fotos von unbewegten Objekten gemacht werden, die zwischen den Aufnahmen jeweils nur minimal verändert oder verschoben werden. Wenn diese Bilder schnell nacheinander abgespielt werden, entsteht für das Auge die Illusion einer fließenden Bewegung. Zudem hat der Film eine sehr besondere Machart. Er zeichnet sich durch seine Materialien aus und setzt sehr auf Haptik handgefertigter Strukturen, wodurch die Stop-Motion-Animation organisch und lebendig wirkt.
- Welche Materialien wurden in dem Film verwendet und welche Wirkung hatten sie dadurch?

Antwort:

1. Stickerei & Faden: Die Adern der Blätter werden durch zarte Stiche zum Leben erweckt und spiegeln die komplexen Muster der Natur wider.
2. Porzellanzeige: Zerbrechlich und spröde, zerbrechen sie und hallen nach, wodurch sie an die Skelettstruktur von Winterbäumen erinnern.
3. Nasser Ton & Verwandlung: Die Rinde löst sich auf und formt sich neu, wodurch sie die sich ständig wandelnde Natur von Wachstum und Verfall nachahmt.
4. Filz & Tiefe: Das unterirdische Netzwerk der Wurzeln wird mit Filz nachgebildet, weich und einhüllend, und steht für die verborgenen Verbindungen zwischen den Bäumen.

- Was ändert sich durch die Übergänge?

Antwort: Farben, Licht, Stimmung, Bewegung, Ton

3.3 Filmmusik und Geräusche

Der Film „Ce que je vois“ wird übersetzt mit „Was ich sehe“ und trifft damit den Nagel auf den Kopf. Der Film hat keinen Dialog. Überlegt gemeinsam, welche Rolle der Ton beim Erzählen der Geschichte im Film spielt.

Antwort: Das Fehlen von Dialogen im Film ist eine bewusste Entscheidung. Die Filmschaffenden legen den Fokus vollständig auf die atmosphärische Klanglandschaft und spielen damit. Die Regisseurin Maï Calon sagt in einem Interview: „We experimented with textures and rhythms to imagine how a tree might ‚sound‘ from the inside—its creaking branches, the flow of sap, the silent communication of roots underground. The absence of dialogue invites the audience to listen more deeply.“

Anstatt durch Worte wird die Geschichte durch Texturen und Rhythmen erzählt, die dem Publikum eine Vorstellung davon vermitteln, wie ein Baum in seinem Inneren klingen könnte. Diese akustische Gestaltung macht Prozesse wie das Knarren der Äste, das Fließen des Saftes oder die lautlose Kommunikation der Wurzeln im Erdreich hörbar und erfahrbar.

3.4 5, 4, 3, 2, 1 - Die Achtsamkeitsübung

Die **5-4-3-2-1-Übung** ist eine klassische Methode zum Innehalten und zur Erdung, die besonders in Momenten von Stress, Angst oder Reizüberflutung hilft. Sie funktioniert quasi wie eine Stopp-Taste im Alltag. Die Übung zwingt das Gehirn, den Fokus von belastenden Sorgen oder kreisenden Gedanken weg und hin zur unmittelbaren Umgebung zu lenken.

Durch die Konzentration auf die fünf Sinne wird das Nervensystem beruhigt und die Person aus einem Zustand der Unruhe oder Panik zurück in die Realität geholt. Sie schult das „tiefere Zuhören“ und Hinsehen, genau wie es der Film „Ce que je vois“ durch den Verzicht auf Dialoge anregt.

- **5 Dinge, die ich sehe**

Schau dich um. Suche nicht nach Objekten, sondern nach Oberflächen, genau wie im Film. Finde 5 verschiedene Oberflächen (z. B. die Maserung eines Holztisches, das Gewebe deines Ärmels oder das Licht, das auf einer Kante bricht).

- **4 Dinge, die ich höre**

Schließe die Augen und lausche tief, da es keine Dialoge gibt, die dich ablenken. Höre auf 4 Geräusche. Versuche, sie wie die Regisseurin Maï Calon einzuordnen: Ist es ein „Knarren“, ein „Fließen“ oder ein „Rhythmus“?

- **3 Dinge, die ich fühle**

Erinnere dich an die Materialien aus dem Film: Porzellan, Filz oder Ton. Berühre 3 Dinge in deiner Nähe. Wie fühlen sie sich an? Sind sie spröde wie Porzellanzweige, weich wie Filzwurzeln oder fest wie Baumrinde?

- **2 Dinge, die ich rieche**

Atme tief ein. Materialien im Film „atmen“ durch ihre Beschaffenheit. Kannst du 2 Gerüche wahrnehmen? Vielleicht den Duft von Papier, den Geruch der Luft am offenen Fenster oder das Aroma eines Getränks?

- **1 Ding, das ich schmecke**

Konzentriere dich auf 1 Geschmack in deinem Mund oder nimm einen Schluck Wasser. Spüre ganz bewusst, wie die Flüssigkeit fließt – so wie der Saft im Inneren eines Baumes.

Abschlussfrage: Der Film lädt uns ein, „aufmerksamer zuzuhören“ und hinzusehen. Welcher deiner Sinne hat dich gerade am meisten überrascht? Gab es ein Geräusch oder eine Textur, die du normalerweise komplett übersehen oder überhört hättest?

Regisseurin Maï Calon sagt: “More than a message, I want to offer an experience—one that encourages stillness, presence, and connection. In a world where we are constantly distracted, the film is an invitation to pause, breathe, and rediscover the quiet beauty of nature.”

4 Denkst du auch, was ich denk, Couseng?

Deutschland 2025 | Lotta Becker | Dokumentarfilm | 15'41 Min



4.1 Themen und Inhalt

Familie, Freundschaft, Identität, Zukunftsträume, Rap, Community

Wenn Rupl rappt, wird es still um ihn.

4.2 Filmbesprechung

Um den Inhalt des Films mit den Jugendlichen zu besprechen, können folgende Fragen gestellt werden:

- Warum nutzen Rupl und seine Freunde Rap, um ihre Geschichte zu erzählen?
Antwort: In ihren Rap Texten thematisieren sie ihre Herkunft, sie erzählen ihre eigene Geschichte und können selbst entscheiden, wie sie gesehen werden wollen. Die Musik schafft einen Raum, in dem ihre gemeinsame Identität als Roma einfließt, ohne dass sie daraus ein „politisches Thema“ machen müssen – es ist einfach ihr Leben.
- Was kann man in einem Song sagen, was man im Alltag vielleicht nicht so leicht ausspricht?
Antwort: Als „Jungs aus Chb“ schreiben und rappen sie über Liebe, Geld und ihren Alltag. Ihre Herkunftsgeschichte prägt ihre Musik und Sprache und macht ihre Identität als Roma sichtbar. Im Rap als Kunstform wird ein Schutzraum geschaffen,

in dem man Verletzlichkeit und Enttäuschungen zeigen kann, ohne die „harte Schale“ des Alltags zu verlieren. Er erlaubt es, große Träume laut auszusprechen und Kritik direkter zu formulieren, als es im normalen Gespräch möglich wäre. So entsteht ein Ort der Selbstbehauptung, an dem Gefühle und Identität ohne Rechtfertigung ihren Platz haben.

- Wann zeigen die Jungs im Film ihre weiche oder nachdenkliche Seite?

Antwort: Neben Rap geht es im Kurzfilm auch um das Erwachsenwerden. Die Jungs beschäftigen sich mit Zukunftsfragen und -wünschen jenseits der Musik. Ein besonders starker Moment dieser emotionalen Offenheit ist die Szene, als Rupi im Kindergarten arbeitet und sich ungezwungen, herzlich und albern mit den Kindern zeigt. Dort bricht er bewusst mit dem gängigen Bild eines harten Rappers. Auch später im Gespräch mit seinen Freunden spricht er offen über seinen Berufswunsch, Erzieher zu werden. In diesen Sequenzen wird deutlich, dass ihre „weiche“ Seite nicht im Gegensatz zu ihrem Auftreten steht, sondern ein zentraler Teil ihres Erwachsenwerdens ist.

4.3 Das Gefühls-Mischpult

Der vorliegende Kurzfilm ist aus dem Projekt „Alles für die Jugend“ entstanden. Das Projekt bietet Workshops an, in denen Jugendliche lernen, ihre Emotionen produktiv zu verarbeiten, anstatt sich von ihnen steuern zu lassen. Das Ziel ist klar: „In der Ruhe liegt die Kraft“. Wer lernt, in hitzigen Momenten die Ruhe zu bewahren, schützt sich davor, impulsiv den falschen Weg zu wählen.

Die folgende Aufgabe überträgt diese Workshop-Inhalte in den Klassenraum. Sie hilft den Schüler*innen, ihre Gefühle wie an einem Mischpult selbst zu steuern und so die Kontrolle über ihr eigenes Handeln zu behalten. Jugendliche lernen, intensive Emotionen (Wut, Frust, Angst) nicht zu unterdrücken, sondern sie als Energie zu begreifen, die man steuern kann.

Alles für die Jugend: <https://allesfuerdiejugend.de/>

Aufgabe:

Stellt euch vor, eure Emotionen sind wie die Regler an einem Mischpult im Tonstudio. Manchmal schlägt der Pegel voll in den roten Bereich aus (Wut, Stress, Adrenalin). Wer dann sofort handelt, verhält sich oft unrational und bringt sich eher in Schwierigkeiten. Wer aber lernt, die Regler bewusst zu bedienen, erschafft einen Song, also eine konstruktive Lösung.

Jede*r Jugendliche*r erhält eine Skizze eines Mischpults (oder zeichnet selbst drei große Schieberegler auf ein Blatt).

REGLER 1: DIE HITZE
(Wut/Frust)

REGLER 2: DER IMPULS
(Handeln)

REGLER 3: DIE RUHE
(Verarbeitung)

INTENSITÄT

ROTER
BEREICH

DEINE
POSITION:

Regler 1

DRUCK

IMPULSIV

DEINE
POSITION:

Regler 2

INNERES GLEICHGEWICHT

GRÜNER
BEREICH

Regler 3

DEIN GEFÜHLS-MISCHPULT

Stelle deine Regler ein! Wo stehst du, wenn es brennt? Notiere auf den Linien!

Aufgabe 1: Den „Roten Bereich“ identifizieren (Einzelarbeit)

- Regler 1: Die Hitze (Wut/Frust) – Wann geht dieser Regler bei mir hoch?
z.B. bei Ungerechtigkeit, Stress in der Schule, Streit mit Eltern oder Freunden
- Regler 2: Der Impuls (Handeln) – Was ist meine erste Reaktion, wenn es brennt?
z.B. Losschreien, Tür knallen, sich zurückziehen
- Regler 3: Die Ruhe (Verarbeitung) – Was hilft mir, den Pegel wieder in den grünen Bereich zu bringen?
z.B. Musik hören, Sport, tief durchatmen, kurz rausgehen

Aufgabe 2: Die „Verarbeitungs-Werkstatt“ (Kleingruppe)

In 3er-Teams tauschen sich die Jugendlichen über ihre Regler 3 aus.

- Aufgabe: Entwickelt gemeinsam eine „Notfall-Playlist“ für den Moment, in dem man Gefahr läuft, den „falschen Weg“ einzuschlagen (z.B. aggressiv zu werden).
- Frage: Was bedeutet für euch der Satz „In der Ruhe liegt die Kraft“ konkret in eurem Viertel oder eurer Schule? Ist Ruhe ein Zeichen von Schwäche oder von krasser Selbstkontrolle?

Aufgabe 3: Statement Poster

Die Jugendlichen entwerfen ein kurzes Statement-Poster oder eine Lyrics-Zeile (Rap-Stil), die beschreibt, wie man aus einer negativen Emotion etwas Positives macht.

Beispiele:

- „Wut im Bauch, aber den Kopf auf Eis.“
- „Kein falscher Schritt, ich atme die Spannung weg.“
- „Meine Kraft kommt aus der Stille, nicht aus dem Schrei.“

Abschließende Diskussionsrunde: Wenn ihr wütend seid, steuert die Wut euch oder steuert ihr die Wut? Wie fühlt es sich an, wenn man es schafft, in einer stressigen Situation ruhig zu bleiben? Ist das der Moment, in dem man eigentlich der*die Stärkste im Raum ist?

5 Das ist meine Schwester (C'est ma soeur)

Kanada 2026 | Zoé Pelchat | Spielfilm | 14'35 Min



5.1 Themen und Inhalt

Geschwister, Trisomie 21, Diskriminierung, Zusammenhalt, Mut

Camille möchte tanzen, stößt dabei an Grenzen. Ihre Schwester steht ihr zur Seite.

5.2 Filmbesprechung

Um den Inhalt des Films mit den Jugendlichen zu besprechen, können folgende Fragen gestellt werden:

- Was ist Camilles großes Ziel und wie bereitet sie sich darauf vor?
Antwort: Camille träumt davon, in eine Tanzgruppe aufgenommen zu werden. Dafür hat sie monatelang mit großer Entschlossenheit eine Choreografie einstudiert. Am Tag des Vortanzens präsentiert sich Camille voller Selbstvertrauen und denkt gar nicht daran, dass ihr Anderssein als Hindernis angesehen werden könnte.
- Mit welchem Gefühl startet ihre Schwester Agathe in den Tag? Wie verändert sich ihre Haltung im Laufe der Geschichte?
Antwort: Agathe ist extrem genervt darüber, dass sie ihre Schwester Camille begleiten muss an diesem Tag. Zu Beginn ist sie also entsprechend schlecht

gelaunt darüber. Als sie Camille zum Vortanzen fährt, merkt man, dass sie auch etwas aufgeregt ist und nur das Beste für ihre Schwester möchte. Sie steht voll hinter ihr und als sie jedoch Zeugin der Diskriminierung gegenüber Camille wird, steigt Wut in ihr auf, und ihr Beschützerinneninstinkt setzt ein.

- Wie reagiert die Jury auf Camille? Beschreibt nicht nur, was sie sagen, sondern auch ihre Mimik und Körpersprache.

Antwort: Die Jury reagiert sehr negativ auf Camille und schaut sie mit herablassenden Blicken an. Auch in den Gesprächen sind sie ihr gegenüber sehr unfair und wollen sie an eine andere Tanzgruppe verweisen. Sie sind grundsätzlich in einer extremen Abwehrhaltung und tragen diese offensichtlich nach außen. Auch wenn sie Camille verniedlichen, tun sie das auf eine herablassende Art.

5.3 Vertiefung: Wer ist mit Vielfalt gemeint?

Ausgangspunkt: Camille sagt im Film zu der Jury "In Ihrer Werbeanzeige stand, dass Sie auf Vielfalt setzen, und ich bin ein Teil davon!"

Schreibt die Worte DIVERSITY / VIELFALT groß an die Tafel oder auf ein digitales Whiteboard. Nennt alle Begriffe, die euch dazu einfallen. Teilt die Begriffe danach ein: Was davon ist sichtbar (z. B. Hautfarbe, Alter, körperliche Merkmale) und was ist unsichtbar (z. B. Weltanschauung, Herkunft, Talente, sexuelle Orientierung)?

Diskutiert in Kleingruppen über Camilles mutige Aussage anhand dieser Leitfragen:

- Wenn Firmen oder Tanzgruppen in Anzeigen schreiben, sie suchen „Vielfalt“ – welches Bild haben sie dabei oft im Kopf? Glaubt ihr, die Jury hat dabei an eine Tänzerin mit Trisomie 21 gedacht?
- Gibt es Arten von Vielfalt, die in unserer Gesellschaft „beliebter“ oder „leichter zu akzeptieren“ sind als andere? (Beispiel: Jemand, der eine andere Sprache spricht vs. jemand, der eine geistige Behinderung hat).
- Camille sagt: „Ich bin Teil davon“ Wer gehört eigentlich nicht zur Vielfalt? Ist ein weißer, gesunder Junge ohne Migrationshintergrund auch Teil der Vielfalt? (Diskussion über das Missverständnis, dass „Vielfalt“ nur „die anderen“ sind).
- Wenn ihr Filme oder Werbung schaut – wer wird dort als „erfolgreich“ oder „schön“ repräsentiert? Wer fehlt fast immer?
- Camille ist bereit. Sie ist Teil der Vielfalt. Warum reicht ihr Wille allein nicht aus? Wer hat die Macht zu entscheiden, wer „dazugehört“?

5.4 Das Bias-Lexikon

1. Einstiegs-Experiment

Lesen Sie den Schüler*innen folgende kurze Geschichte vor: „*Ein Vater und sein Sohn haben einen schweren Autounfall. Der Vater stirbt noch an der Unfallstelle. Der Sohn wird schwer verletzt ins Krankenhaus eingeliefert und muss sofort operiert werden. Im Operationssaal angekommen, erleicht die zuständige chirurgische Leitung und ruft: „Ich kann dieses Kind nicht operieren – es ist mein Sohn!“*“

Die Frage: In welchem Verhältnis steht die chirurgische Leitung zu dem Jungen?

*(Lassen die Schüler*innen kurz nachdenken und ihre Lösungen aufschreiben oder in den Raum rufen.)*

Die Auflösung: Es ist die Mutter des Jungen. Viele Schüler*innen (und Erwachsene) stutzen kurz, weil sie automatisch an einen Mann denken, wenn sie „Chirurg“ oder „chirurgische Leitung“ hören. Das ist ein klassischer **Gender Bias**.

Was ist ein Bias? Unser Gehirn muss täglich Millionen von Informationen verarbeiten. Um Energie zu sparen, nutzt es Abkürzungen (Stereotype). Ein Bias ist wie ein Filter auf einer Brille: Er sorgt dafür, dass wir Informationen nicht neutral sehen, sondern so, wie wir sie „erwarten“.

2. Gruppenarbeit

Teilen Sie die Klasse in Kleingruppen von 3–4 Personen auf. Jede Gruppe zieht (oder wählt) drei verschiedene Bias-Typen aus der untenstehenden Liste oder recherchiert nach weiteren:

- Gender Bias (Geschlechter-Voreingenommenheit)
- Halo-Effekt (Der „Heiligenschein“: Ein positives Merkmal überstrahlt alles andere)
- Confirmation Bias (Bestätigungsfehler: Man sieht nur, was man sowieso schon glaubt)
- Availability Bias (Verfügbarkeitsfehler: Man hält das für wahr, was einem als Erstes einfällt)
- In-Group Bias (Eigengruppen-Voreingenommenheit: Leute, die so sind wie ich, finde ich automatisch besser)
- Beauty Bias (Attraktivitäts-Bonus: Schönen Menschen traut man automatisch mehr zu)

Erstellt für eure drei Begriffe jeweils einen „Steckbrief“ auf einem Plakat oder einer digitalen Folie. Beantwortet dabei folgende Fragen:

1. Name des Bias: Wie heißt dieser Denkfehler?
2. Einfache Erklärung: Wie würde man diesen Bias einem 10-jährigen Kind erklären? (Benutzt den Satzanfang: „Unser Kopf denkt hier fälschlicherweise, dass...“)

3. Das Film-Beispiel: Findet eine Verbindung zu „C’est ma sœur“ oder „Zie, Zo“. Welcher dieser Biases spielt in den Filmen eine Rolle?
4. Der Alltags-Check: Wo passiert dieser Bias in der Schule, in der Werbung oder auf Instagram? (Beispiel: „Weil ein Influencer sportlich aussieht, glauben wir sofort, dass er auch Ahnung von gesunder Ernährung hat.“)

3. Schlage die Brücke zurück zum Film:

- Welchen Bias hatte die Jury gegenüber Camille?
Antwort: Es ist der sogenannte Ability Bias (oder Ableismus). Die Jury sieht die Trisomie 21 und blendet die tänzerische Leistung aus. Sie „sieht“ das Hindernis, bevor Camille den ersten Schritt getan hat.

4. Transfer in den Alltag (Hausaufgabe oder Abschluss)

„Die Bias-Detektive“ Beobachte dich selbst bis zur nächsten Stunde in einer Situation:

- Welchen ersten Eindruck hast du von einer Person, die du im Bus, im Supermarkt oder auf TikTok siehst?
- Halte kurz inne und frage dich: „Was weiß ich wirklich über diese Person und was hat mein Kopf gerade erfunden?“

6 Impressum

Junges Kurzfilm Festival Hamburg Mo&Frieese

Bodenstedtstr. 16, 22765 Hamburg | Tel. 040-3910 6329
moundfrieese@shortfilm.com | www.moundfrieese.de

Veranstalterin: Kurzfilm Agentur Hamburg e.V.

Verfasserin: Marie Krüger

Die Rechte an den Filmstills liegen bei den jeweiligen Filmeschaffenden.

Trotz sorgfältiger Kontrolle übernehmen wir keine Haftung für die Inhalte externer Links. Für den Inhalt der verlinkten Seiten sind ausschließlich deren Betreiber verantwortlich.