

05.12.2025 – 19–20:30 Uhr

Workshop mit Doula Ronja

„Am Anfang die Mütter!“

Matriachale Lebensformen verstehen und erleben

Dieser Workshop bietet einen fundierten und zugleich praxisnahen Einblick in matriachale Gesellschaftsformen – basierend auf der Forschung von Heide Göttner-Abendroth und weiteren Matriachatsforscherinnen. Er verbindet theoretische Impulse mit interaktiven Methoden, um zentrale Prinzipien matriachaler Kulturen unmittelbar erfahrbar zu machen.

Im ersten Teil nähern wir uns den **Grundlagen matriachaler Gesellschaften**: Welche Merkmale prägen matrilineare Strukturen? Wie funktionieren Konsensprozesse? Welche Rolle spielen Mütter, Großmütter und weibliche Clanlinien? Ein kompakter Überblick schafft die Basis, um gängige Missverständnisse zu klären und einen sachlichen Zugang zu matriachalen Modellen zu ermöglichen.

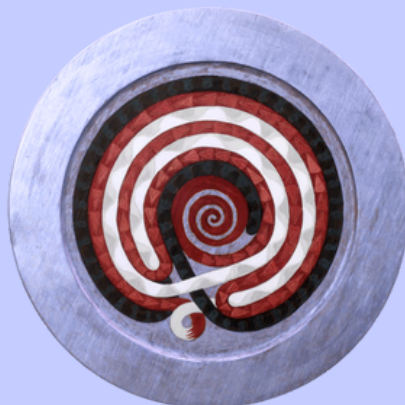
Darauf folgt der **interaktive Abschnitt**, in dem Teilnehmende verschiedene **Aspekte matriachaler Lebensweisen anhand kurzer Übungen selbst ausprobieren**. Dazu gehören u.a. je nach Zeitfenster eine Reflexionsaufgabe zur Mutterlinie, eine Praxisübung zur Gabenkultur als Form nicht-hierarchischer Ökonomie, eine kompakte Konsensübung, die typische Entscheidungsprozesse matriachaler Gemeinschaften sichtbar macht sowie das Ausprobieren der Bedürfnisplatte nach Li Shalima – praktische Tools für eine matriachalere Lebensweise.

Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf dem Themenfeld **Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett**, das in vielen matriachalen Gesellschaften eine zentrale Stellung einnimmt. Eine strukturierte Gruppenaktivität eröffnet Einblicke in historische und heutige Formen gemeinschaftlicher Geburtskulturen und zeigt, wie Fürsorge und kollektive Verantwortung diese Lebensphasen prägen.

Abgeschlossen wird der Workshop mit einer **moderierten Austauschphase**, in der die Teilnehmenden ihre Eindrücke reflektieren und gemeinsam diskutieren, welche Elemente matriachaler Prinzipien sich als Impulse für heutige gesellschaftliche oder persönliche Kontexte eignen könnten.

Für alle, die sich für alternative Gesellschaftsentwürfe, feministische Forschung, Körperwissen, Fürsorgekulturen und gemeinschaftliche Lebensweisen interessieren.

Der Workshop lädt ein zu Inspiration, Austausch und neuen Perspektiven – und vielleicht entdeckst du dabei Spuren matriachaler Weisheit in dir selbst.



Spirale von Li Shalima