

**JF
P**

KURZFILMTAG 2026

Female Gaze – FEMINISTISCHE FILME AUS DEM DEUTSCHEN JUGENDFILMPREIS



Begleitheft und Filminfos

KURZFILMTAG 2026

Female Gaze – FEMINISTISCHE FILME AUS DEM DEUTSCHEN JUGENDFILMPREIS

Impressum

Deutsches Kinder- und Jugendfilmzentrum (KJF)
Küppelstein 34 | 42857 Remscheid
02191 794 233 | www.kjf.de

Leitung Deutscher Jugendfilmpreis

Katarzyna Salski | salski@kjf.de

Projektkoordination Kurzfilmtag

kurzfilmtag@kjf.de

Projektassistenz

Martina Ledabo | ledabo@kjf.de

Bildnachweise:

Titelbild (Vorder- und Rückseite) © Bonina Mußmann, Anja Haas & Anja Pachutzki,
S. 4 links © Emma Bading, S. 5 rechts © Magdalena Häufner & Nina Wichard,
S. 5 links © Filmakademie Baden-Württemberg, S. 5 rechts © Lotta Schwerk,
S. 6 links © Janina Lutter, S. 6 rechts © Bonina Mußmann, Anja Haas & Anja Pachutzki,
S. 7 links © Benjamin Kessler, S. 7 rechts © Lilith Gosmann.

Weitere Informationen

www.deutscher-jugendfilmpreis.de

© Deutsches Kinder- und Jugendfilmzentrum (KJF), Remscheid 2026

FEMALE GAZE – FEMINISTISCHE FILME AUS DEM DEUTSCHEN JUGENDFILMPREIS

EINLEITUNG

Was bedeutet es, heutzutage eine Frau* zu sein? Welche Rollenbilder prägen uns und wie viel davon entscheiden wir eigentlich selbst? Wo verlaufen persönliche Grenzen und was braucht es, um sie zu verteidigen? Zwischen jungen feministischen Stimmen, traditionellen Geschlechterbildern und einer digitalen Öffentlichkeit, in der Körper, Beziehungen und Identitäten ständig verhandelt werden, sind Fragen nach Gleichberechtigung und Selbstbestimmung aktueller denn je.

Die acht Filme dieses jahrgangsübergreifenden Kurzfilmprogramms vom Deutschen Jugendfilmpreis greifen genau solche Fragen auf. Sie erzählen von Menstruation und Sexualität, von ersten Erfahrungen und Unsicherheiten, von Grenzüberschreitungen und schwierigen Entscheidungen – aber auch von Freund*innenschaft, Selbstbestimmung und Empowerment. Dabei geht es nicht nur darum, was es bedeutet, als Mädchen* oder Frau* wahrgenommen zu werden, sondern auch darum, wer die Deutungshoheit über den eigenen Körper und das eigene Leben hat.

Seit 38 Jahren ruft der Deutsche Jugendfilmpreis junge Kreative dazu auf, sich filmisch mit ihrer Lebenswelt auseinanderzusetzen. Für viele Teilnehmende ist das Filmemachen ein erster öffentlicher Ausdruck ihrer Perspektive auf die Welt. Die Filme entstehen überwiegend in Eigenregie und zeigen, wie vielfältig die Themen, Formen und filmischen Handschriften junger Filmemacher*innen sind.

Auch „Female Gaze“ macht diese Vielfalt sichtbar: Mal humorvoll und spielerisch, mal direkt und provokant, mal leise und nachdenklich erzählen die Filme von Körpern, Beziehungen, Erwartungen und persönlichen Grenzen. Sie hinterfragen Rollenbilder, machen Erfahrungen sichtbar und zeigen junge Menschen, die ihre eigene Stimme finden und für sich selbst eintreten.

Dieses Begleitmaterial soll Ihnen als Veranstalter*in helfen, die Filme des Programms „Female Gaze“ im Kontext einzuordnen, sie ggf. anzumoderieren und Anknüpfungspunkte für Gespräche zu finden.

Wir wünschen Ihnen ein spannendes Kurzfilmprogramm und inspirierende Gespräche!

Katarzyna Salski

Projektleitung Deutscher Jugendfilmpreis

**FEMALE GAZE – FEMINISTISCHE FILME AUS
DEM DEUTSCHEN JUGENDFILMPREIS**

UNERHÖRT



09:56 Min. | Regie: Emma Bading (23 Jahre) |
Wettbewerbsjahrgang 2021 | ausgezeichnet in der
Altersgruppe D (21–25 Jahre)

Die zwölfjährige Jette steht kurz vor ihrer ersten Menstruation. Während ihre Mutter das Thema unbedingt verdrängen möchte, begegnet Jette einer ungewöhnlichen Besucherin im roten Kleid. Und entdeckt einen neuen, selbstbestimmten Umgang mit ihrem Körper.

Wenn der eigene Körper plötzlich zum Gesprächsthema wird: Emma Bading erzählt mit Humor und einem Augenzwinkern von einem Moment, den viele Mädchen kennen – und von der Frage, wem eigentlich die Deutungshoheit über den eigenen Körper gehört. Dabei macht der Film aus der ersten Menstruation kein Problem, das gelöst werden muss, sondern einen Schritt auf dem Weg zu mehr Selbstbestimmung.

DIE FAHRT



12:11 Min. | Regie: Magdalena Häufler & Nina Wichard (22–24 Jahre) | Wettbewerbsjahrgang 2022 | nominiert in der Altersgruppe D (21–25 Jahre)

Das hatte Lola sich anders vorgestellt. Mit ihren Partyklamotten sitzt sie auf einmal allein bei ihrer Mitfahrgelegenheit Timon im Auto. Die Gespräche und die Blicke werden immer unangenehmer. Aus einer zunächst harmlosen Situation wird zunehmend eine, in der Lola sich unwohl und ausgeliefert fühlt.

Wie schnell eine Situation kippen kann, zeigt dieser eindringliche Kurzfilm. Magdalena Häufler und Nina Wichard erzählen von sexueller Belästigung, ohne das Geschehen zu dramatisieren. Im Mittelpunkt steht Lolas Wahrnehmung und die Frage, wo persönliche Grenzen beginnen bzw. was passiert, wenn sie nicht respektiert werden.

Content Notes: Dieser Film behandelt sexuelle Belästigung.

FEMALE GAZE – FEMINISTISCHE FILME AUS DEM DEUTSCHEN JUGENDFILMPREIS

HOT DOG



07:41 Min. | Regie: Alma Buddecke & Marleen Valien (24 Jahre) | Produktion: Filmakademie Baden-Württemberg | Wettbewerbsjahrgang 2019 | nominiert im Jahresthema „No body is perfect“

Die junge Frau mag ihre Vulva. Sie hat ihr sogar einen Namen gegeben. Dies ist die Geschichte einer Freund*innenschaft mit allen Tief- und Höhepunkten. Und eine ungewöhnliche Begegnung mit dem eigenen Körper.

Mit viel Humor und einer großen Portion Selbstverständlichkeit erzählt „Hot Dog“ von weiblicher Sexualität. Der Film entstand im Rahmen des Studiums an der Filmakademie Baden-Württemberg, spielt mit Erwartungen und Tabus und zeigt einen selbstbewussten Umgang mit dem weiblichen Körper. Statt Scham und Unsicherheit stehen Neugier, Lust und die Freude am eigenen Körper im Mittelpunkt.

Content Notes: Dieser Film enthält explizite Sprache sowie die Darstellung von Sexualität und Kunstblut.

WAS WIR WISSEN



15:12 Min. | Regie: Lotta Schwerk (18 Jahre) | Wettbewerbsjahrgang 2017 | ausgezeichnet in der Altersgruppe C (16–20 Jahre)

Zoe, Tomke und Bruno driften durch die Tage und die Nächte. Sie rebellieren mal leiser und mal lauter. Zwischen Freund*innenschaft, Nähe und dem Wunsch nach Freiheit suchen sie ihren eignen Weg.

Zwischen Nähe und Distanz: Lotta Schwerk begleitet ihre Figuren mit einem offenen Blick und ohne vorschnelle Antworten. Die Grenzen zwischen Zusammenhalt und Abgrenzung geraten immer wieder in Bewegung. So entsteht das Porträt einer Generation, die sich ausprobieren darf – und dabei auch herausfinden muss, was sie eigentlich will.

FEMALE GAZE – FEMINISTISCHE FILME AUS DEM DEUTSCHEN JUGENDFILMPREIS

WOLKE 2



16:45 Min. | Regie: Janina Lutter (24 Jahre) | Wettbewerbsjahrgang 2024 | ausgezeichnet in der Altersgruppe D (21–25 Jahre)

Milas Freundin wird heute Nacht zum ersten Mal mit ihrem Freund schlafen. Muss Mila da jetzt mithalten? Kurzerhand trifft sie sich mit Jonas. Doch was als spontane Entscheidung beginnt, führt Mila in eine Situation, in der ihre eigenen Grenzen auf die Probe gestellt werden.

Der Wunsch, dazuzugehören und mit den anderen mitzuhalten, kann großen Druck erzeugen. Janina Lutter erzählt sensibel von sexuellen Erwartungen und der Unsicherheit, die damit verbunden sein kann. Dabei geht es auch um die wichtige Frage: Was will ich eigentlich selbst – unabhängig davon, was andere von mir erwarten?

Content Notes: Dieser Film behandelt sexuelle Grenzüberschreitungen.

REGELFALL



04:02 Min. | Regie: Bonina Mußmann, Anja Haas & Anja Pachutzki (21–24 Jahre) | Wettbewerbsjahrgang 2019 | ausgezeichnet im Jahresthema „No body is perfect“

Ein neuer Monat. Es ist wieder so weit. Hormone, Gefühle, Blut und alles, was dazu gehört. Wie sich das anfühlt? Menstruation ist Alltag – und trotzdem noch immer ein Thema, über das viele lieber schweigen.

Irgendwo zwischen Experiment, Tabubruch und Kunst: Dieser Kurzfilm von Bonina Mußmann, Anja Haas und Anja Pachutzki nähert sich dem weiblichen Zyklus direkt und selbstbewusst. In nur wenigen Minuten macht „Regelfall“ sichtbar, was sonst häufig hinter vorgehaltener Hand besprochen wird. Der Film setzt der Scham eine offene und selbstverständliche Perspektive entgegen.

Content Notes: Der Film enthält Darstellungen von Körperlichkeit und Kunstblut.

**FEMALE GAZE – FEMINISTISCHE FILME AUS
DEM DEUTSCHEN JUGENDFILMPREIS**

**ZWISCHEN UNS
BEIDEN**



14:11 Min. | Regie: Benjamin Kessler (22 Jahre) |
Wettbewerbsjahrgang 2023 | nominiert in der
Altersgruppe D (21–25 Jahre)

Josie und André waren mal zusammen. Noch einmal übernachtet André bei Josie. Sie hat Angst vor morgen. Und er auch. Zwischen den beiden steht eine Entscheidung, die ihre Beziehung und ihre Zukunft verändern könnte.

Eine Schwangerschaft verändert alles:

Benjamin Kessler erzählt von Nähe, Unsicherheit und Verantwortung und lässt dabei unterschiedliche Gefühle nebeneinanderstehen. „Zwischen uns beiden“ nähert sich dem Thema Schwangerschaftsabbruch ohne einfache Antworten. Im Mittelpunkt stehen zwei Menschen, die mit einer schwierigen Entscheidung umgehen müssen – und die Frage, was es bedeutet, Verantwortung füreinander und für sich selbst zu übernehmen.

Content Notes: Dieser Film behandelt Schwangerschaftsabbrüche.

FEMALE WALK



10:11 Min. | Regie: Lilith Gosmann (23 Jahre) |
Wettbewerbsjahrgang 2025 | Preis der
Jugendjury gestiftet von der Stadt Duisburg

Sechs Menschen sitzen an einem runden Tisch. Drei Männer, drei Frauen. Eingespielte und erlernte Rollen. Hier läuft etwas schief. Zeit, aufzustehen und zu gehen.

Drei Frauen, drei Männer, ein Tisch – und doch keine Gleichberechtigung: Lilith Gosmann macht patriarchale Machtverhältnisse über Kostüm, Körper, Bewegung und Raum sichtbar. Der Film kommt dabei fast ohne Worte aus und übersetzt stereotype Rollenbilder in eine eindringliche Performance. „Female Walk“ zeigt, wie befreiend es sein kann, eine Situation nicht länger hinzunehmen, sondern aufzustehen und zu gehen.

Content Notes: Dieser Film enthält starke Lichtreflexe.

Begleitheft und Filminfos

»Unerhört« von Emma Bading (2020)

»Die Fahrt« von Magdalena Häufler & Nina Wichard (2022)

»Hot Dog« von Alma Buddecke & Marleen Valien (2019)

»Was wir wissen« von Lotta Schwerk (2016)

»Wolke Z« von Janina Lutter (2024)

»Regelfall« von Bonina Mußmann, Anja Haas & Anja Pachutzki (2019)

»Zwischen uns beiden« von Benjamin Kessler (2023)

»Female Walk« von Lilith Gosmann (2024)

Gesamtlaufzeit: 90 Min.

Altersempfehlung: ab 16 Jahre

Weitere Informationen

www.deutscher-jugendfilmpreis.de

© Deutsches Kinder- und Jugendfilmzentrum (KJF), Remscheid 2026

