



## 1. Einleitung und Definition

“Content Notes (CN) [...] are statements made before sharing material that will be seen, read, or discussed in a learning environment. They can be spoken or printed and work to support students’ well-being by preparing them in advance for potentially disturbing and (re)traumatizing content.”

(<https://brocku.ca/human-rights/learn-about-content-notes/>)

In den vergangenen Semestern wurden deutschlandweit und auch an der Universität zu Köln Diskussionen über die Notwendigkeit von *Trigger Warnings* oder *Content Notes* im universitären Kontext geführt. Die Verfasserinnen dieser Handreichung sehen in der Fortführung einer solchen Auseinandersetzung die Chance, auf Bedürfnisse von Studierenden im Umgang mit fachwissenschaftlichen Themenfeldern einzugehen und den Umgang mit komplexen Studieninhalten zu ermöglichen. *Content Notes* erlauben es Studierenden, wie der oben zitierten Definition zu entnehmen ist, nicht unvorbereitet auf Inhalte zu stoßen, die bei ihnen aufgrund struktureller oder individueller Erfahrungen schmerzhaft und/oder traumatische Erlebnisse erneut aufleben lassen könnten. Spezifische Kursmaterialien für die Studierenden mit *Content Notes* zu versehen, kann daher die Grundlage für eine selbstbestimmte und selbstwirksame Auseinandersetzung schaffen und Studierenden die Gelegenheit geben, sich in einem geschützten Kontext mit sensiblen Themen zu beschäftigen, statt diese systematisch zu vermeiden. Ein solch achtsamer Umgang mit *Content Notes* als Form von transparenter Kommunikation mit den Studierenden kann die universitäre Lehre grundlegend bereichern und wichtige Diskussionen eröffnen.

Kurzgefasst: *Content Notes* sollen nicht tabuisieren oder zensieren, sondern eine reflektierte Auseinandersetzung mit bestimmten Themen erleichtern und überhaupt erst ermöglichen.

Diese Handreichung liefert einige Hinweise zu Formen und Funktionen von, sowie Anregungen zum Umgang mit *Content Notes*. Es handelt sich hierbei um erste Ideen, die kontinuierlich weiterentwickelt werden. Feedback nimmt die AG gerne entgegen (siehe 8. Kontakt).

## 2. Abgrenzung

Wie dem ersten Abschnitt der Handreichung zu entnehmen ist, handelt es sich bei *Content Notes* um vorangestellte Hinweise auf Themen, die für Einzelpersonen aus verschiedenen Gründen problematisch sein können. Hierzu gehören beispielsweise:

- Sucht und Krankheit
- Diskriminierung (Rassismus, Misogynie, Homophobie, Transphobie, Antisemitismus, Islamophobie, Ableismus, etc.)
- Dysphorie
- Fehl- und Stillgeburten
- Gewalt (physisch, psychisch, emotional), Misshandlung und Folter
- Selbstverletzung und Schmerzen
- Tierquälerei
- Tod und Selbstmord

In solchen oder ähnlichen Fällen ist es sinnvoll, die Kursinhalte übergeordnet und/oder im Einzelnen mit *Content Notes* zu versehen.

Es gilt jedoch zu beachten, dass *Content Notes* weder eine Retraumatisierung verhindern können noch, dass Menschen mit traumatischen Erfahrungen ‚getriggert‘ werden. *Trigger* sind sehr individuell und müssen nicht zwangsläufig in die o.g. Bereiche fallen, weshalb es fast unmöglich ist, eine sogenannte *Triggerwarnung* auszusprechen. In Lehr-/Lernkontexten empfehlen die Autorinnen daher die Verwendung des Begriffes *Content Note*.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Der Begriff *Content Warning* ist eine weitere Alternative. Da es sich bei *Content Note* nach dem Verständnis der Autorinnen jedoch um den offeneren und deskriptiveren Begriff handelt und durch seine Verwendung zudem eine Verwechslung mit der Variante *Trigger Warning* vermieden werden kann, wird er hier bevorzugt verwendet.

### 3. Relevanz & Ziele

Während *Triggerwarnungen* in Film und Fernsehen regelmäßige Verwendung finden, kommen *Content Notes* vor allem in den sozialen Medien vermehrt zum Einsatz, auch wenn die verschiedenen Begriffe *Content Note*, *Triggerwarnung*, *Content Warning*, usw. häufig undifferenziert gebraucht und die vorbeireitende Hinweisfunktion nicht immer erreicht wird (beispielsweise, wenn Bildmaterial bereits angezeigt wird, bevor Rezipient\*innen den Hinweistext erfasst haben). Es ist demnach sehr wahrscheinlich, dass viele der Studierenden bereits mit einer oder beiden dieser Hinweisformen in Berührung gekommen sind. Eine Einbindung in die Lehre ist demnach eher eine Fortführung als ein Novum. Der Einsatz in Bildungskontexten bietet sich aus mehreren Gründen an.

Lehrpersonen signalisieren mit dem Einsatz von *Content Notes*, dass das seelische Wohlbefinden ihrer Studierenden ein wichtiger Aspekt der eigenen Lehre ist. Die Verwendung von *Content Notes* kann als Teil einer queer-feministischen und antirassistischen Lehr- und Wissenschaftspraxis verstanden werden.

*Content Notes* sollen es Studierenden ermöglichen, eine informierte Entscheidung bei der Kurswahl zu treffen, sich angemessen auf Inhalte vorzubereiten oder sich bei Bedarf bereits vorab um emotionale und/oder therapeutische Unterstützung kümmern zu können. Daher schlagen die Autorinnen vor, *Content Notes*, wenn möglich und sofern hinreichend zutreffend, bereits in den Kursbeschreibungen in KLIPS anzufügen, damit Studierende bei der Kurswahl entscheiden können, ob sie sich in diesem Semester mit gewissen Inhalten auseinandersetzen möchten oder können. Mit Kursbeginn sollte dann außerdem (z.B. über Kennzeichnung im Kursplan, bzw. in den Veranstaltungsunterlagen und/oder auf ILIAS) auf konkrete Sitzungen hingewiesen werden, in denen sensible Themen behandelt werden, oder die Kursmaterialien mit einem entsprechenden Hinweis angekündigt oder eingeführt werden.

Für Lehrende kann die Auseinandersetzung mit *Content Notes* vor allem auf didaktischer, aber auch auf persönlicher Ebene eine Bereicherung darstellen:

- Sensibilisierung für Hierarchien, Machtgefälle, Diskriminierung und Traumata
- Ausdruck von Wertschätzung
- Studierende zu reflektierten Entscheidungen befähigen
- Anregung zur Selbstreflexion und zur stetigen Weiterbildung
- Einladung zum gemeinsamen Diskurs
- Übernahme von Verantwortung und bewusste Selbstpositionierung
- Signalisierung von Ansprechbarkeit

### 4. Gestaltungs- und Einsatzmöglichkeiten in der Lehre

*Content Notes* sind je nach Bedarf flexibel und modular einsetzbar. Sie können mündlich oder schriftlich formuliert und zu unterschiedlichen Zeitpunkten sowie an unterschiedlichen Stellen eingebracht werden. Nachfolgend einige Möglichkeiten:

- Kursbeschreibung (als letzten Absatz anfügen)
- Syllabus/Course Outline/Course Information Sheet (übergeordnet oder für einzelne Texte bzw. Sitzungen)
- ILIAS (in Lerneinheiten, Sitzungsordnern oder auf der Startseite) <sup>2</sup>
- Einsatz von Icons (visuelle Kodierung)
- gemeinsame Thematisierung im Unterricht (Raum für Diskurs öffnen)
- Relevanz für Studierende in der Kursevaluation überprüfen

Es handelt sich stets ausdrücklich um ein Angebot. Die Studierenden entscheiden selbst, wie und in welchem Umfang die Hinweise ihre Lernprozesse beeinflussen. Eine legitime Option ist demnach auch, den *Content Notes* keine große Beachtung zu schenken.

---

<sup>2</sup> Hier ließen sich die *Content Notes* nach Wunsch auch als aufklappbare Texte gestalten, die nur bei Bedarf angezeigt werden.

## 5. Beispielhafte Formulierungen

Je nach Kontext kurze (aber möglichst spezifische) Stichpunkte oder kurze Texte (ca. 2-5 Sätze), z. B.:

- "Content Note: Please be aware that we will be discussing imperial colonialism, mechanisms of racialization and gendering, and the texts we will read represent these mechanisms. It will be of utmost priority to develop a language with which we can discuss these issues without repeating, reinforcing, and/or participating in racializing discourses." (Johanna Pitetti-Heil, PS "Gender and Empire", aufgeführt in KLIPS und im Kursplan)
- "Content Note: The majority of texts discussed in this course focus on the destructive side of nuclear technology. Accordingly, some of them feature descriptions of severe illness, deformation, miscarriage, war crimes, and/or death. Please approach me if you would like to know which texts deal with a particular topic." (Leonie John, MS "(Anti)Nuclear Literature", aufgeführt im Kursplan)
- "Content Note: The King of Spain's Daughter contains violence against women. Burgerz and Bravado contain homophobic and transphobic slurs and references to sexual violence and hate crime. Fleabag contains explicit language and descriptions of sexual acts, suicidal ideation and mental health problems. Luck Just Kissed You Hello contains transphobic slurs, references to body dysphoria and animal cruelty. This preliminary list does not claim completeness as sensitive topics are highly individual. We will address and discuss these topics in class but do not hesitate to contact me if you have doubts or want to talk to me about this via email or in my office hours at any time during the semester." (Sarah Busch, PS "Gender Constructions on the Contemporary Stages of Ireland and Britain", aufgeführt in KLIPS und im Kursplan)
- "Content Note: The comic and graphic novels contain themes like sexual violence (Wonder Woman), sexual assault (Wonder Woman, Heartstopper), imprisonment (Hannah Arendt), mental health (Hannah Arendt, Fun Home), sexism (Hannah Arendt) and homo- bi and transphobia (Heartstopper, Fun Home). This preliminary list does not claim completeness as sensitive topics are highly individual. We will try to discuss these topics with as much care as possible but also create a tolerant learning space where people (including me) may make mistakes and learn from them. If you are unsure about any of these topics, feel free to come talk to me in my office hours or write me an email." (Sarah Busch, „PS Graphic Heroes – Female and LGBTQ+ Identity in Visual Narratives“, aufgeführt in KLIPS und im Kursplan)
- Weitere Beispiele nehmen wir gerne hinzu (siehe 8. Kontakt).

## 6. Grenzen und Einschränkungen

Da Dozierende in der Regel keine umfangreiche psychologische Expertise oder eine psychotherapeutische Ausbildung besitzen und in ihrer Position als Lehrende keine Doppelrolle einnehmen können, ist es besonders wichtig, diese Grenzen aufzuzeigen und zu wahren. Die Autorinnen empfehlen, an geeigneter Stelle (z.B. im Kursplan, in den Veranstaltungsunterlagen und/oder auf ILIAS) auf die folgenden Hilfsdienste zu verweisen:

- Beratung und Unterstützung für Studierende mit psychischen Erkrankungen oder Belastungen an der UzK: [https://inklusion.uni-koeln.de/beratung/psychologische\\_beratung/index\\_ger.html](https://inklusion.uni-koeln.de/beratung/psychologische_beratung/index_ger.html)
- Psychologischer Dienst des Studierendenwerks der UzK: <https://www.kstw.de/beratung/psychologische-beratung>
- Rassismuskritische Beratung für Studierende der UzK: <https://bipoc.uni-koeln.de/rassismuskritische-beratung>

Weiterhin müssen sich Lehrende darüber bewusst sein, dass *Content Notes* ein Angebot der Selbstfürsorge für Studierende darstellen. Im Umgang mit *Content Notes* ist darauf zu achten, dass sich Studierende nicht gedrängt fühlen, sich bezüglich persönlicher Erfahrungen "outen" zu müssen.

## 7. Weiterführende Links

Ausführlichere Beschreibungen, hilfreiche Informationen und/oder weiterführende Hinweise sind unter folgenden Links zu finden:

- Handreichung zu diskriminierungskritischer Lehre des Zentrums für transdisziplinäre Geschlechterstudien der HU Berlin: <https://www.gender.hu-berlin.de/de/studium/diskriminierungskritik-1/broschuere-der-ag-lehre-diskriminierungskritische-lehre-denkanstoesse-aus-den-gender-studies>
- Orientierungshilfe für diskriminierungssensible Sprache der Universität zu Köln: <https://vielfalt.uni-koeln.de/antidiskriminierung/diskriminierungssensible-sprache>
- Strukturiertes Informationsangebot der University of Cambridge zu *Content Notes*: <https://www.cctl.cam.ac.uk/content-notes>

## 8. Kontakt

Diese Handreichung wurde erstellt durch Astrid Acker, Leonie John, Johanna Pitetti-Heil und Melanie Sprau. Im Falle von Fragen oder Anregungen sind die Autorinnen unter den folgenden E-Mail-Adressen erreichbar:

- Astrid Acker – [aacker@uni-koeln.de](mailto:aacker@uni-koeln.de)
- Leonie John – [l.john@uni-koeln.de](mailto:l.john@uni-koeln.de)
- Johanna Pitetti-Heil – [jpitetti@uni-koeln.de](mailto:jpitetti@uni-koeln.de)
- Melanie Sprau – [msprau@uni-koeln.de](mailto:msprau@uni-koeln.de)