

Kunsthochschule für Medien Köln
Academy of Media Arts Cologne

SEXPLORATION

WIE WILL ICH'S WIRKLICH?

REGIE, BUCH & PRODUKTION **LIISA ZIELKE** BILDGESTALTUNG **JAKOB GEHRMANN & LUKAS SOBOLL** MONTAGE **MARISOL BARRIENTOS LIMA & LIISA ZIELKE**
COLORGRADING & VFX **EWALD HENTZE & JAKOB GERHMANN**
MUSIK **JENS HEULER** SOUNDDDESIGN **IVAN KOLESOV**

2024

SEXPLORATION - Wie Will Ich's Wirklich?

90 Min. · Dokumentarfilm · Oktober 2024

6 Menschen forschen & experimentieren zu
Empowerment in ihrer Sexualität - welche
Aktionen sind reizvoll &
hilfreich um Scham abzubauen
und selbstsicherer zu sein?

Diplomprojekt der KHM
(Kunsthochschule für Medien Köln)
Erster Langfilm von Liisa Zielke

TRAILER:

<https://vimeo.com/953246683>

SICHTUNGSLINK – ganzer Film:

<https://vimeo.com/958925543>

Passwort: erdbeeren

Zensierte Version:

<https://vimeo.com/974351463>

Passwort: erdbeeren

(ohne Genitalien und „weibliche“ Nippel mit einigen
ersetzen oder geblurrten Bildern, gleiche Filmlänge)

Synopsis:

*Sechs Menschen führen vor der Kamera
Aktionen durch, die sie bezüglich ihrer
eigenen Sexualität gewählt haben: Was
könnte gut tun in der aktuellen Lebensphase?
Was bestärkt, hilft, reizt, bereichert?
Vulvas betrachten, Abdrücke davon
machen, ein Ölritual, Aussprache mit den
Eltern zur versäumten Aufklärung,
Fußvorliebe thematisieren, schwanger
Liebemachen, sich über Penisse
austauschen, sich fesseln lassen,
sich der Welt zeigen und Scham abbauen...
Ein Filmprojekt über sexuelles Empowerment.*

SEXPLORATION - How Do I Really Want It?

90 min. · Documentary · October 2024

6 people researching & experimenting
for empowerment in their sexuality –
which actions are tempting &
helpful to deconstruct shame
and be more self-confident?

Student diploma project at KHM
(Academy of Media Arts Cologne, Germany)
First feature film by Liisa Zielke

TRAILER:

<https://vimeo.com/953246683>

ONLINE SCREENER – full film:

<https://vimeo.com/958925543>

password: erdbeeren

Censored version:

<https://vimeo.com/974351463>

password: erdbeeren

(without genitals and „female“ nipples with a few
pictures replaced or blurred, same running time)

Synopsis:

*Six people are performing actions in front of the
camera, which they chose regarding their own
sexuality: What might be helpful in their current
life situation? What is empowering, what calls
them, what is enriching? Looking at vulvas,
printing them, an oil ritual, a clearing talk
with parents about lacking sexual
education, addressing foot fetish,
making love while pregnant, exchanging
about penises, getting tied up,
showing themselves to the world and
deconstructing shame...
A film project about sexual empowerment.*



FÜNF GESCHICHTEN - SECHS PROTAGONIST:INNEN

FIVE STORYLINES - SIX PROTAGONISTS

BEN

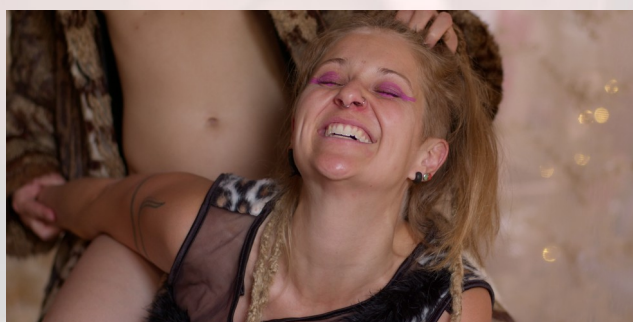
Ben thematisiert die fehlende Aufklärung in seiner Jugend, seine Beziehung zu seinem Penis und zu Männlichkeit. Er lädt zu einem Männerkreis ein, wo die Teilnehmenden sich über ihre Penisse austauschen und sich diese auch zeigen; er spricht von seiner schwierigen Vorhautverengung sowie seiner Pornosucht, und wagt eine emotional aufwühlende symbolische Aussprache gegenüber seinen Eltern.



Ben addresses the lack of sexual education in his youth, his relationship to his penis and to masculinity. He invites a circle of men in which the participants exchange about their penises and also show them to each other; he speaks about his difficult phimosis (narrow foreskin) and his porn addiction, and dares to perform an emotionally challenging symbolic talk directed towards his parents.

MEGAN

Megan wünscht sich ein schöneres Verhältnis zu ihrem Intimbereich und Körper. Sie schaut zum ersten Mal ihre Vulva im Spiegel an, betrachtet sich mit anderen Frauen gegenseitig, macht Farbabdrücke von ihrer Vulva und erobert sich mehr Selbstbewusstsein für ihren Körper insgesamt.



Megan wishes for a better relation to her intimate areas and her body. For the first time she takes a glance at her vulva in a mirror, with other women they look at each other, and she is doing colour prints of her vulva, reclaiming more self-confidence about her body in general.

MANU & KYRA

Manu und Kyra zeigen sich mit ihrer polyamoren Liebe – Kyra ist gerade schwanger mit dem zweiten Kind in ihrer Hauptpartnerschaft und lebt parallel dazu die Verbindung mit Manu. Die beiden wollen vor der Kamera Liebe machen, um Schwangerschaftssexualität und ein Ja zu ihren Körpern, ihrer Liebe und Lebenssituation zu zelebrieren.

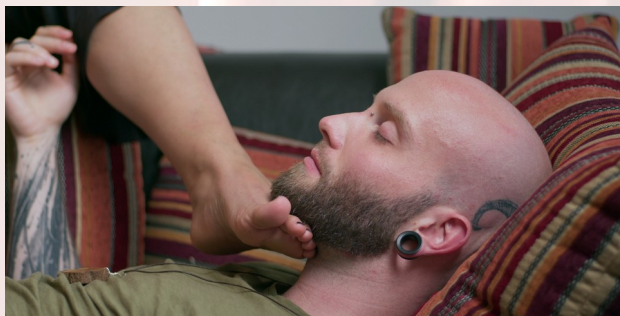


Manu and Kyra are showing themselves with their polyamory love – Kyra is currently pregnant with her second child within her main partnership, while also living the loving connection with Manu. They want to make love in front of the camera to celebrate pregnancy sexuality and a yes to their bodies, love and life situation.

VIKTOR

Viktor offenbart seine Vorliebe für Füße und möchte das gesellschaftliche Tabu darum auflockern, und dadurch auch seine eigene Scham vermindern.

Außerdem reizt ihn das Spiel mit Dominanz & Hingabe, und er entscheidet sich eine professionelle Shibari-Fesselsession auszuprobieren, die ihn überraschend aufwirbelt.



Viktor is revealing his passion for feet and wants to loosen up the societal taboo around that, and also reduce his own shame.

Also, he is attracted by playing with dominance & submission and decides to try out a professional Shibari ropes session, which surprisingly swirls him up.



LINA

Lina spricht von ihren Erkundungen in der Masturbation und im Liebesleben, und möchte



herausfinden, was sie überhaupt will, und wie. Sie ist offen für Begnungen mit allen Geschlechtern und möchte sinnliche Erfahrungen machen. Sie bucht eine Sexological Bodywork Session, in welcher sie



übt ihre Wünsche mitzuteilen, und lädt später Menschen zu einem Ölritual ein,



bei welchem sich die Teilnehmenden erst am Ende zum ersten Mal sehen.

Lina talks about her explorations in her masturbation and love life, and wants to find out what she actually really wants, and how. She is open to encounters with all genders and wants to have sensual

experiences. She books a Sexological Bodywork session, in which she trains to

communicate her desires, and later invites people to an oil ritual, in which the participants see each other at the end of it for the first time.



BIOGRAFIE DER REGIE:

Liisa Zielke (geb. 1990) ist Workshopleiterin, Gestalttherapeutin & Filmemacherin. Sie hat einige Jahre eigene Kurzfilme gemacht und damit eine Filmkarriere begonnen, diese dann pausiert und sich ihrer jetzigen Arbeit zugewandt, in der sie Seminare & Events zu Persönlichkeits-stärkung, Berührung, Sexualität und Empowerment anbietet. Ihr Studium an der Kunsthochschule für Medien Köln (KHM) hat sie 2024 mit diesem großen Dokumentarfilmprojekt abgeschlossen, worin sie ihre jetzige Passion der Arbeit zur inneren Bestärkung im Bereich Sexualität mit dem Filmemachen zusammengebracht hat. Sie ist aufgewachsen in Hamburg, hat auch in Russland, der Elfenbeinküste & Spanien gelebt, viele Länder bereist, und lebt nun in Köln.



DIRECTOR'S BIOGRAPHY:

Liisa Zielke (born 1990) is a workshop facilitator, Gestalt therapist & filmmaker. She has been creating short films for several years, starting a filmmaking career, then paused it and turned towards her current field of work, in which she offers seminars and events around personality development, touch, sexuality and empowerment. Her studies at the Academy of Media Arts Cologne (KHM) were concluded in 2024 with this intense documentary film project, combining her passion of working towards inner empowerment regarding sexuality with filmmaking. She grew up in Hamburg, Germany, has also lived in in Russia, Ivory Coast & Spain, traveled many countries, and is currently living in Cologne, Germany.

FILMOGRAFIE (Auswahl):

- CORAZÓN (2014, 3 Min, MysteryAnimation)
- SILENT CAT (2015, 9 Min, 16mm, DE, verträumtes Drama)
- THE KING'S SPEECH // A FOREST (2015, 6 Min, Musikvideo, Psychodrama)
- MACH SAUBER // GUAIA GUAIA (2016, 4 Min, Musikvideo, politkritische Tanzkom.)
- GO WENT GONE FUCK SHIT FUCK (2017, 7 Min, DE, Dramey)
- OOPS I DID IT AGAIN (2017, 1 Min, Animation)
- DER FRÜHE VOGEL KANN UNS MA (2017, 19 Min, Impro-Roadmovie)
- YONI WONDERLAND (2021, 9 Min, künstlerisch-dokumentarisch, Vulven+Vaginen)

FILMOGRAPHY (samples):

- CORAZÓN (2014, 3 min, drama/animation)
- SILENT CAT (2015, 9 min, 16mm, dreamy drama)
- THE KING'S SPEECH // A FOREST (2015, 6 min, music video, psychodrama)
- CLEAN UP // GUAIA GUAIA (2016, 4 min, music video, political comedy)
- GO WENT GONE FUCK SHIT FUCK (2017, 7 min, suspense comedy)
- OOPS I DID IT AGAIN (2017, 1 min, animation)
- SCREW THE EARLY BIRD (2017, 19 min, comedy improv drama)
- YONI WONDERLAND (2021, 9 min, artsy documentary about vulvas+vaginas)

SEXPLORATION: Technische Angaben

Länge: 90 Minuten
Vorfürkopian: DCP, ProRes
Tonmischungen: 5.1, Stereo
Originalsprache: Deutsch
Untertitel: Englisch, Deutsch
Seitenverhältnis: 2:1
Bildrate: 25fps
Auflösung: 2K

SEXPLORATION: Technical Details

Running time: 90 minutes
Screening copies: DCP, HD
Sound: 5.1, stereo
Original language: German
Subtitles: English, German
Aspect ratio: 2:1
Frame rate: 25fps
Resolution: 2K



STAB

Regie: Liisa Zielke
Produktion: Liisa Zielke,
Kunsthochschule für
Medien Köln (KHM)
Bildgestaltung: Jakob Gehrman,
Lukas Soboll
Montage: Marisol Barrientos
Lima, Liisa Zielke
Musik: Jens Heuler
Ton: Ivan Kolesov,
Malte Weitkamp,
Orkan Bayram
Protagonist:innen: Ben, Megan,
Manuel Nordhoff,
Viktor Linder,
Lina/Lino, Kyra

CREW

Director: Liisa Zielke
Producer: Liisa Zielke, Academy of
Media Arts Cologne
Director of
Photography:
Jakob Gehrman,
Lukas Soboll
Editing: Marisol Barrientos Lima,
Liisa Zielke
Music: Jens Heuler
Sound: Ivan Kolesov,
Malte Weitkamp,
Orkan Bayram
Protagonists: Ben, Manuel Nordhoff,
Viktor Linder, Megan,
Lina/Lino, Kyra

FESTIVALS & SCREENINGS

Stand Oktober 2024

- Premiere in Deutschland bei den **Hofer Filmtagen** am 24. Oktober 2024
- Bisher noch keine weiteren öffentlichen Vorführungen oder Ausstrahlungen

Kontakt Regie/Produktion:

Liisa Zielke
Gladbacher Str. 31, 50672 Köln
lisa.zielke@mail.de +49 1575 8835386

KHM - Kunsthochschule für Medien Köln
<http://www.khm.de/>
Peter-Welter-Platz 2, 50676 Köln
Kontaktperson: Ute Dilger
dilger@khm.de +49 221 20189-330

FESTIVALS & SCREENINGS

Updated October 2024

- Premiered in Germany at **Hof International Film Festival** on October 24th 2024
- No other public screenings or broadcasts so far

Contact Director/Producers:

Liisa Zielke
Gladbacher Str. 31, 50672 Cologne, DE
lisa.zielke@mail.de +49 1575 8835386

KHM - Academy of Media Arts Cologne
<http://www.khm.de/>
Peter-Welter-Platz 2, 50676 Cologne, DE
Contact: Ute Dilger
dilger@khm.de +49 221 20189-330

