



DSCHUNGEL
WIEN

Begleitmaterial zur Vorstellung

ICH HABE DAS GEFÜHL, WAS BESONDERES ZU SEIN



© Dana Csapo

Wiener Klassenzimmertheater
Schauspiel | Deutsch | 50 Min. | 12–16 Jahre

Begleitinformationen erstellt von: Camilla Reimitz

Kartenreservierungen für pädagogische Institutionen:
+43 1 522 07 20 18 | paedagogik@dschungelwien.at

KULTURVERMITTLUNG

Vorbereitender Workshop

Auf Anfrage kommen wir gerne vor Ihrem Theaterbesuch an Ihre Schule, stimmen die Klasse auf das Thema ein und bereiten Sie und Ihre Schüler*innen auf das Medium „zeitgenössisches Theater“ vor – mit Gesprächen und kreativen Übungen aus dem Tanz-, Performance- und Schauspielbereich.

Dauer: 2 Schulstunden

Kosten: € 150,00 pro Klasse

Ort: Fest- oder Turnsaal an Ihrer Schule, ev. auch in einem größeren Klassenzimmer möglich.

Publikumsgespräch

Sehr gerne können Sie sich für ein kostenloses Publikumsgespräch direkt im Anschluss an die Vorstellung anmelden. Im Publikumsgespräch können die Kinder und Jugendlichen relevante Themen des Stückes bearbeiten, Fragen stellen und ihren ersten Eindrücken Ausdruck verleihen. Unterschiedliche Formate passend zu Inhalt und Zielgruppe – zum Teil mit interaktiven Elementen – bieten den geeigneten Rahmen für direkten Austausch und ermöglichen neue Zugänge zur darstellenden Kunst.

Bitte geben Sie bei der Reservierung bekannt, ob Sie ein Publikumsgespräch wünschen.

Nachbereitender Workshop

Vor allem bei theatererfahrenen Klassen kann es sinnvoll sein, statt des vorbereitenden Workshops eine Nachbereitung zu buchen. Hier verarbeiten die Schüler*innen das Gesehene Stück in Gesprächen und durch eigenes kreatives Schaffen.

Dauer: 2 Schulstunden

Kosten: € 150,00 pro Klasse

Ort: Fest- oder Turnsaal an ihrer Schule, ev. auch in einem größeren Klassenzimmer möglich.

Ansprechperson für weitere Information und Beratung:

Madeleine Seaman | +43 1 522 07 20-24

m.seaman@dschungelwien.at

Inhaltsverzeichnis

1. ZUR PRODUKTION	1
1.1 INHALT	2
2. IDEEN FÜR DIE VOR- UND NACHBEREITUNG	3

1. Zur Produktion

Ich habe das Gefühl, was Besonderes zu sein

Wiener Klassenzimmertheater

Schauspiel | Deutsch | 50 Min. | 12–16 Jahre

Vorstellungstermine im DSCHUNGEL WIEN:

MO 21.12. 10.30 Uhr

DI 22.12. 10.30 Uhr

Team

Regie: Dana Csapo

Konzept: Dana Csapo, Thomas Weilharter

Spiel: Thomas Weilharter

1.1 Inhalt

„Es war einmal ein Mensch, der alleine vor anderen Menschen stand. Er hatte das Gefühl, etwas Besonderes zu sein, wobei er nicht wusste, ob das gut oder schlecht war.“

Ein Schauspieler kommt auf die Bühne. Er soll ein Stück spielen, das allen gefällt, alle begeistert und berührt. Er will gemocht werden. Alle schauen ihn an. Er schaut alle an. Viele Erwartungen sind im Raum. Das ist die Grundsituation unseres Stückes.

Was passiert, wenn man alle Erwartungen aufdeckt?

Alle Fehler in Kauf nimmt?

Wenn man sogar anfängt, absichtlich welche zu machen?

Sind das dann überhaupt noch Fehler?

Und wenn es keine Fehler mehr gibt, ist die Welt dann nicht schon gerettet?

Wir wollen dazugehören. Wir wollen wertvoll sein für andere. Wir kommen auf die Welt und gehen davon aus, dass wir es schon sind. Wir können nicht anders, wir sind Herdentiere. Und dann erleben wir plötzlich, dass wir zurückgewiesen werden.

Es gibt diese vielen kleinen und großen Momente, wo wir irgendwie nicht richtig sind. Nicht richtig für die anderen, nicht richtig für uns selbst.

Und wir fangen an, uns zu schämen, wir wollen verschwinden, um die anderen nicht mehr zu stören, zu nerven, zu verletzen. Weil es unerträglich ist, unangenehm für andere zu sein. Und wir fangen an, uns zu wehren gegen dieses Gefühl und werden wütend. Manchmal rasend wütend.

Was passiert im Lift, wenn wir mit jemand anderem einsteigen müssen?

Warum schauen wir in einer vollen U-Bahn niemanden an?

Was passiert, wenn man sich die Hose mit Saft bekleckert und es aussieht als hätte man sich angepinkelt und man hat noch drei Stunden bis die Schule aus ist?

Ist das so ein Moment, wenn die ganze Luft aus dem Raum entweicht, alles zur Zeitlupe wird und du am liebsten mit der Wand verschmelzen würdest?

Was wäre, wenn dieses schlimmste aller Gefühle die Tür zu einer neuen Welt voller Spaß wäre?

Ein interaktives Theaterstück rund um das Thema Scham und die damit verbundenen Gefühle.

2. Ideen für die Vor- und Nachbereitung

Vorschläge zur theaterpädagogischen Vorbereitung



- ❖ **Lest den Anfang vom Wikipedia-Eintrag zu Schamgefühl und diskutiert gemeinsam die Begriffe Schamgefühl und Peinlichkeit.**

<https://de.wikipedia.org/wiki/Schamgefühl>

Was hat euch an dem Artikel interessiert?

Welche Infos sind neu oder überraschend für euch?

Was entspricht eurer Meinung, was nicht?

Kann allgemein beantwortet werden, was peinlich ist, oder ist das bei jedem Menschen unterschiedlich?

Warum haben manche Menschen ein stärkeres Schamgefühl als andere?

Sammelt Beispiele von Verhaltensweisen, die in bestimmten Ländern bzw. Kulturen als peinlich empfunden werden und in anderen nicht.

Wie lernt man was peinlich ist, bzw. wofür man sich „schämen sollte“?

Gefühle zu haben, ist für Menschen wichtig, zum Teil auch überlebenswichtig.

Warum? Welchen Sinn könnte das Schämen machen?

Was bedeutet freundschaften?

Sind es die gleichen Sachen, für die man sich schämt bzw. freundschaften? Oder nicht?

Wann schämt man sich? Wie kann man das Schämen von anderen Gefühlen unterscheiden.

→ Welche Gefühle gibt es eigentlich?

❖ Gefühle, die wir alle kennen

Es gab immer wieder wissenschaftliche Versuche, Grundgefühle zu definieren. Auch genannt Basisemotionen. Gemeint sind damit Gefühle, die jeder Mensch kennt und erkennen kann und die in allen Kulturen zu finden sind.

Welche Gefühle könnten das sein?

Sehr weit verbreitet ist die Einteilung von Paul Ekman, einem US-amerikanischen Anthropologen und Psychologen. Er unterscheidet zwischen:

ANGST, WUT, EKEL, FREUDE, TRAUER, VERACHTUNG, ÜBERRASCHUNG

Gespräch: SCHAM ist in dieser Liste nicht enthalten.

Was denkt ihr, warum?

❖ Emoji-Stille-Post

Aktion: Der Erste im Alphabet beginnt, sucht sich still eines der Grundgefühle aus und macht dazu ein Selfie, so dass es niemand sieht. Er schickt das Foto dann an den Zweiten im Alphabet, der soll raten, welches Gefühl gemeint ist und selbst wiederum ein Selfie zu diesem Gefühl machen, das er dann an den dritten im Alphabet weiterschickt usw.

Idee: Wenn ihr danach alle Fotos ausdruckt und nebeneinander aufklebt habt ihr eine Gefühle-Galerie von eurer ganzen Klasse!

❖ Einatmen, ausatmen

Gefühle sind nicht nur im Gesicht erkennbar, sondern im ganzen Körper, oder? Fallen euch dazu Beispiele ein?

- * Was machen deine Finger, wenn du nervös bist?
- * Was machen deine Schultern, wenn du traurig bist?
- * Was machen deine Beine, wenn du dich freust?
- * Was macht dein Atem, wenn du Angst hast?

Aktion: Neuere Arbeiten der Verhaltensforschung versuchen, das Atmen mit Gefühlen in Verbindung zu bringen. Wie atmet man, wenn man bestimmte Gefühle spürt? Versucht das gemeinsam herauszufinden und probiert es aus

❖ Schau mir in die Augen

Aktion: Bewegt euch alle langsam gehend durch den Raum. Geht in unterschiedliche Richtungen. Schaut nicht zu Boden, sondern sucht Blicke. Wenn ein Blickkontakt entsteht, haltet inne und schaut eurem Gegenüber direkt in die Augen.

Wie lange könnt ihr den Augenkontakt halten?

Wann wird es unangenehm, peinlich?

Warum?

Info: Wie lange ein Blickkontakt als angenehm empfunden wird, ist von Mensch zu Mensch verschieden. Eine britische Studie ermittelte, dass der Großteil der Menschen einen Blickkontakt von 2 bis 5 Sekunden Dauer als angenehm, unter 1 Sekunde und über 9 Sekunden Dauer als unangenehm empfinden.

Schaut ihr unbekannten Menschen in die Augen? In der U-Bahn, beim Bäcker, am Gang in der Schule? Wann schon, wann nicht? Wovon hängt das ab? Wann wird es unangenehm?



© Wiener Klassenzimmertheater

Vorschläge zur theaterpädagogischen Nachbereitung



© Wiener Klassenzimmertheater

❖ Sorry

Aktion: Jede/r überlegt sich eine peinliche Situation, in der ein Sorry-Chor, wie er im Stück vorkommt, richtig gut wäre
Schreibt die Situationen auf kleine Zettel und werft sie in einen Hut oder eine Schachtel.

Bildet nun Kleingruppen zu ca. 6 Personen. Jede Gruppe zieht einen Zettel und probt
1. eine „peinliche Szene“ (2-3 Personen spielen)
2. eine Playback-Choreografie zu „Sorry“ von Justin Bieber (3-4 Personen)

Als Variante können Szenen - und Playback-Gruppen auch getrennt voneinander gebildet werden. Jede Gruppe probt dann ENTWEDER eine Szene ODER eine Playback-Choreo. Nach dem Zufallsprinzip werden für die Präsentation die Gruppen dann kombiniert. So gibts einen Überraschungseffekt und jede Gruppe kann sich auf eine Sache konzentrieren.

Aber Achtung: Vergesst nicht, das Stichwort zu vereinbaren!

❖ Schamlos

Aktion: Sammelt verschiedene Situationen, die das Gefühl des Schämens hervorrufen können oder Gründe, warum man sich überhaupt schämen könnte. Schreibt sie auf kleine Zettel und werft sie in einen Hut oder eine Schachtel. Freiwillige kommen vor, ziehen einen Zettel und spielen nach kurzer Absprache, aber ohne zu proben eine kleine Szene. Eine Person sieht als Regisseur zu und gibt Hinweise, wie die Situation gespielt werden könnte, ohne dass das Gefühl des Schämens auftritt. Fällt dem Regisseur nichts ein, kann auch die ganze Gruppe befragt werden. Die Szene wird dann unter Berücksichtigung der Hinweise noch einmal gespielt.

❖ Jeder ist allein, oder nicht?

::: Angst, Wut, Ekel, Verachtung, Freude, Trauer, Überraschung, Scham :::

Welche dieser Gefühle haben eher etwas mit anderen Menschen zu tun, welche eher mit einem selbst?
Was ist der Unterschied zwischen allein sein und einsam sein?
Wann fühlt sich allein sein gut an, wann nicht?

Aktion: Lest das Gedicht in verschiedenen Emotionen.

...traurig und dramatisch
...lustig und lachend
...ängstlich
...arrogant
...

Gespräch: Was ändert sich?

Im Nebel

*Seltsam, im Nebel zu wandern!
Einsam ist jeder Busch und Stein,
Kein Baum sieht den andern,
Jeder ist allein.
Voll von Freunden war mir die Welt,
Als noch mein Leben licht war;
Nun, da der Nebel fällt,
Ist keiner mehr sichtbar.
Wahrlich, keiner ist weise,
Der nicht das Dunkel kennt,
Das unentrinnbar und leise
Von allen ihn trennt.
Seltsam, Im Nebel zu wandern!
Leben ist Einsamsein.
Kein Mensch kennt den andern,
Jeder ist allein.*

Hermann Hesse, November 1905

Gespräch: Wer von euch hat sich schon einmal einsam gefühlt? Was hilft in solchen Momenten?

❖ Hero

Zu dem Song „Hero“, der Ballade von Mariah Carey, zählt Thomas im Stück einiges auf, was anders sein müsste, damit er sich wie ein Held fühlen würde, der sich nie mehr zu schämen bräuchte.

...wenn ich 15 Kilo weniger hätte ...wenn ich keine Pickel hätte
...wenn ich mehr Geld hätte ...wenn ich super Witze erzählen könnte
...wenn ich YouTuber wäre und 500.000 Follower hätte
...wenn ich bessere Noten hätte ...wenn meine Eltern auf mich stolz wären

Aktion: Mach deine persönliche Liste! Was findest du, sollte anders sein in deinem Leben? Was wünschst du dir?

Gespräch: Glaubst du, wenn all die Wünsche auf deiner Liste erfüllt wären, dass du dich dann nie mehr schämen würdest? Schämen sich „erfolgreiche, schöne, reiche“ Menschen, also Promis und Stars für gar nichts? Was denkt ihr?

Lest im Anschluss gemeinsam den **Songtext von „Hero“**.

Gespräch: Was ist der Inhalt und die Message von diesem Song?

*There's a hero
If you look inside your heart
You don't have to be afraid
Of what you are
There's an answer
If you reach into your soul
And the sorrow that you know
Will melt away
And then a hero comes along
With the strength to carry on
And you cast your fears aside
And you know you can survive
So when you feel like hope is gone
Look inside you and be strong
And you'll finally see the truth
That a hero lies in you
It's a long, road
When you face the world alone
No one reaches out a hand
For you to hold
You can find love
If you search within yourself
And the emptiness you felt
Will disappear
And then a hero comes along*

*With the strength to carry on
And you cast your fears aside
And you know you can survive
So when you feel like hope is gone
Look inside you and be strong
And you'll finally see the truth
That a hero lies in you
Lord knows
Dreams are hard to follow
But don't let anyone
Tear them away
Hold on
There will be tomorrow
In Eme you'll find the way
And then a hero comes along
With the strength to carry on
And you cast your fears aside
And you know you can survive
So when you feel like hope is gone
Look inside you and be strong
And you'll finally see the truth
That a hero lies in you
That a hero lies in you
That a hero lies in you*

❖ Der Wert eines Menschen

Der Mensch ist ein soziales Wesen. Wir brauchen die Gruppe, um zu überleben. Scham ist ein Ausdruck der Angst, nicht mehr dazuzugehören. Von der Gruppe nicht akzeptiert und ausgegrenzt zu werden.

Gespräch: Wie fühlt es sich an, wenn man ausgegrenzt wird?

Man fühlt sich alleine, als wäre man nicht wichtig, als wäre man wertlos.

Gibt es das überhaupt? Kann jemand wertlos sein? Wer entscheidet das? Was sind Kriterien für Wertlosigkeit?

Was kann man tun, wenn man glaubt, man ist wertlos?

Sammelt gemeinsam Ideen.

❖ Gedankenexperiment mit der Klasse:

Halten Sie einen 50-Euro-Schein in die Luft und fragen Sie die Klasse: "Wer von euch möchte diesen 50-Euro-Schein gerne haben?" Zerknüllen Sie den 50-Euro-Schein in Ihrer Hand und fragen Sie die Gruppe noch einmal: „Wer möchte diesen zerknüllten 50-Euro-Schein haben?“ Werfen Sie den zerknüllten 50-Euro-Schein auf den Boden und treten Sie darauf herum, bis der Schein zerknittert und schmutzig ist und fragen Sie noch einmal in die Klasse: „Wer möchte diesen dreckigen, zerknitterten 50-Euro-Schein immer noch haben?“

Was immer Sie mit dem Geldschein machen, wie schmutzig und zerknittert er auch ist, es hat nichts an seinem Wert geändert. Es sind immer noch fünfzig Euro, oder? Auch Menschen werden im Leben manchmal fallen gelassen, sind am Boden zerstört und kriechen vielleicht im Schmutz - und fühlen sich wertlos. Aber all das ändert nichts an ihrem Wert. Der Wert von jedem einzelnen von uns bleibt immer erhalten, wie schmutzig, arm oder verloren wir auch immer sein werden.

Gefunden in:

Engelmann, Bea (2014): Therapie-Tools: Resilienz. Beltz-Verlag: Weinheim, Basel. S. 18

Fragenkatalog zum Thema

Was genau passiert beim Schämen? Was spürt man? Was denkt man?

Was sind die häufigsten Gründe für Schämen?

Wie könnte man es vermeiden? Wie geht es wieder weg?

Ist es angenehm? Unangenehm? Warum?

Schämt man sich nur vor anderen? Oder kann man sich auch vor sich selbst schämen? Was ist der Unterschied?

Schämt man sich nur für das, was man getan oder gesagt hat, oder kann man sich auch für etwas schämen, was man nicht gesagt oder nicht getan hat?

Was genau passiert beim Fremdschämen? Gibt es Unterschiede zum selbst

schämen? Wenn ja, welche?

Welchen Sinn könnte das Schämen machen?

Was findest du sympathischer (oder vertrauenswürdiger) - Menschen, die leicht in Verlegenheit geraten oder solche, die sich weniger leicht schämen?

Was fällt dir leichter - dich mit jemandem zu versöhnen, der zeigt, dass ihm sein Missgeschick peinlich ist, oder mit jemandem, der es nicht zeigt? Und warum?

Scham und Orte

Gibt es Orte, die besonders häufig Schamgefühle auslösen? Welche?

Gibt es Dinge, die an manchem Orten peinlich sind, an anderen aber gar nicht?

Ist Schule grundsätzlich ein peinlicher Ort? Also ein Ort mit vielen Anlässen, sich zu schämen?

Wie steht das Schämen in Zusammenhang mit dem Fehlermachen?

Wenn Fehlermachen zum Lernen dazugehört, müsste man etwas ändern, damit das ohne Schämen passiert? Kann man das Schämen überhaupt verhindern?

Scham und Alter

Hast du dich als Kind für die selben Sachen geschämt, wie heute?

Ja? Nein? Warum ist das so?

Gibt es Sachen, für die du dich jetzt nicht mehr schämst?

Welche Sachen sind dir erst im Laufe des Älterwerden peinlich geworden?

Scham und Geschlecht

Schämen sich Frauen und Männer für unterschiedliche Sachen?

Ja? Nein? Warum?

Sind dir machen Sachen nur vor Männern bzw. Frauen peinlich?

Ja? Nein? Warum?

Fragenkatalog zum Stück

Fandest du das Stück peinlich? Warum ja, warum nein?

Was war der peinlichste Moment?

Wann ist etwas lustig, und wann peinlich? Wer entscheidet das? Der es tut, oder die Zuschauer?

Welchem Moment mochtest du am liebsten? Warum?

Will jeder Mensch gemocht werden?

Wenn du jemanden neu kennenlernst, wie lange dauert es bei dir, bis du weißt, ob du denjenigen magst oder nicht? Wovon hängt das ab?

Wenn man ankündigt: „Achtung, alle herschauen, jetzt mach ich gleich etwas Peinliches!“, ist das dann noch peinlich? Überhaupt nicht? Oder sogar noch mehr? Warum?

Oder wenn jemand offen sagt: Das war jetzt peinlich. Verstärkt oder schwächt das die Peinlichkeit?

Was hat Schauspielen mit Peinlichkeit und Scham zu tun?

Weiterführende Links

Wissenschaftlicher Fragebogen zum Thema Scham:

Zur persönlichen Vertiefung des Themas, zum Beispiel als „Hausaufgabe“ für die Schüler*innen kann der Online-Fragebogen zum Thema Scham ausgefüllt werden.

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSffeOi1GnLUAQ9oOe-QCD_1y6lMqmw-lvN4D0Pkm5MyoTW_PA/viewform

Einige psychologische Artikel zur Geschichte und Funktion des Schamgefühls:

www.apotheken-umschau.de/Scham

www.geo.de/geolino/mensch/15029-rtkl-psychologie-warum-peinlichkeit-gut-ist

www.paradisi.de/Health_und_Ernaehrung/Sexualitaet/Scham/ArJkel/18132.php