

Wo finde ich Hilfe?

Hast Du düstere Gedanken? Wenn es Dir nicht gut geht oder Du daran denkst, Dir das Leben zu nehmen, versuche, mit anderen Menschen darüber zu sprechen. Das können Freunde oder Verwandte sein. Es gibt aber auch eine Vielzahl von Hilfsangeboten, bei denen Du Dich melden kannst. Falls Du sofort Hilfe benötigst, wende Dich an die Nummer gegen Kummer – anonym und kostenlos Tel.: 116 111 (montags bis samstags von 14 – 20 Uhr) auch mit Onlineberatung www.nummergegenkummer.de. Die Telefonseelsorge ist anonym, kostenlos und rund um die Uhr erreichbar. Die Telefonnummern sind **0800/111 0 111 und 0800/111 0 222**. Weiterhin gibt es von der Telefonseelsorge das Angebot eines Hilfe-Chats. Außerdem gibt es die Möglichkeit einer E-Mail-Beratung. Die Anmeldung erfolgt – ebenfalls anonym und kostenlos auf der Webseite. Informationen findest Du unter: www.telefonseelsorge.de

Bei www.jugendnotmail.de kannst Du Dich 365 Tage im Jahr von ausgebildeten Ansprechpartner*innen beraten lassen. Die Beratung ist anonym und kostenlos. www.u25-deutschland.de ist ein Online-Beratungsangebot für suizidgefährdete Jugendliche. Dort kannst Du Dich von speziell ausgebildeten Gleichaltrigen beraten lassen. Die Beratung ist anonym und kostenlos.

Auch das Info-Telefon Depression unter **0800 3344533** oder die Stiftung Deutsche Depressionshilfe auf ihrer Website: www.deutsche-depressionshilfe.de bieten Hilfe. Fachlich moderierte Online-Foren zum Erfahrungsaustausch für Erwachsene findest Du unter www.diskussionsforum-depression.de und für junge Menschen ab 14 Jahren unter: www.fideo.de

Hilfe bei psychischen Problemen bekommst Du in **Ingolstadt** z.B. bei der Caritas-Kreisstelle Ingolstadt
Jesuitenstraße 1
85049 Ingolstadt
Tel.: **0841 309-100** (Sozialpsychiatrischer Dienst)

Schnelle und kostenfreie Erreichbarkeit bei seelischer Not:
Krisendienste in Bayern 0800 / 655 3000
Die Nummer ist rund um die Uhr erreichbar, gilt in allen bayerischen Bezirken. Die Anrufe kommen automatisch bei der für Deinen Aufenthaltsort zuständigen Leitstelle an.

So reagierst Du richtig, wenn ein*e Freund*in sich etwas antun will

Hinter Suizidgedanken oder Selbstverletzung steckt oft keine simple Trauer, sondern die Krankheit Depression. Hier einige Tipps, was Du tun kannst, wenn jemand aus Deinem Umfeld gefährdet ist:

Nicht ignorieren, sondern nachfragen

Außer einer direkten Ankündigung, sich etwas antun zu wollen, gibt es leider keine hundertprozentigen Warnsignale. Bei manchen merkt man, dass sie sich völlig abkapseln, komplett hoffnungslos und verzweifelt sind. Ein anderer Hinweis könnte auch sein, dass jemand seine letzten Dinge regelt. Auf jeden Fall solltest Du nachfragen, wenn Dir so ein Verhalten auffällt und keinen Bogen um das unangenehme Thema machen.

Allen klarmachen: Es ist eine Krankheit

Eines der größten Probleme ist immer noch, dass Depression gesellschaftlich nur selten als das behandelt wird, was sie ist: eine Krankheit! Zwar kannst Du als Freund*in schon eine große Stütze sein, aber vergiss nicht: Professionelle Hilfe kannst Du nicht ersetzen.

Professionelle Hilfe suchen

Wie für jede Erkrankungsform gibt es Fachärzt*innen und das ist im Fall von Depressionen der*die Psychiater*in. Deswegen sollte immer der Versuch im Vordergrund stehen, dass sich betroffene Freund*innen professionelle Hilfe suchen. Wenn ganz akute Lebensgefahr besteht, muss man umgehend helfen. Dann kann man nicht zuschauen, wie sich jemand das Leben nimmt, sondern muss den Notarzt rufen.

Hilfsangebote empfehlen

Zum Glück muss es nicht immer gleich der Notarzt sein. Auch wenn die Behandlung durch Ärzt*innen am sinnvollsten ist, gibt es andere hilfreiche Angebote, die Du weiterempfehlen kannst: Ein Beispiel ist »U25«, eine kostenlose und anonyme Online-Beratung, die von der Caritas finanziert wird.

Geduldig sein und Grenzen akzeptieren

Manchmal wollen Menschen sich nicht helfen lassen. Und falls keine akute Gefahr besteht, sind leider auch besorgten Freund*innen Grenzen gesetzt: Hier bleibe nur die Möglichkeit, geduldig zu sein, das Thema immer wieder ansprechen und versuchen, die Person doch zu professioneller Hilfe zu bewegen.

Sich selbst nicht überfordern

Es ist hart zu sehen, wie ein geliebter und befreundeter Mensch leidet. Und wenn man helfen kann, sollte man das tun. Trotzdem ist es wichtig, sich selbst nicht zu überfordern. Die Deutsche Depressionshilfe rät deshalb, Deine eigenen Grenzen nicht zu überschreiten und sich auch mal was Gutes zu tun.
(Quelle: <https://www.br.de/puls/themen/leben/depressionen-richtig-reagieren-100.html>)

TRIGGERWARNUNG!

DIESES STÜCK BEINHÄLTET DIE THEMEN DEPRESSIONEN UND SELBSTTÖTUNG. MENSCHEN, DIE DIESE THEMEN POTENZIELL BELASTEN, SOLLTEN MÖGLICHERWEISE VON EINEM VORSTELLUNGSBESUCH ABSEHEN.

Technischer Leiter Jochen Reichler
Stell. Technischer Leiter Werner Wecker
Technisches Büro Michaela Heinle, Simone Heinrich, Katharina König
Bühnenmeister Lukas Dietz, Jamil El-Jolani, Werner Wecker
Bühnentechnik Angermeier Werner, Eduard Fuss, Martin Hofbauer (Vorarbeiter), Christian Augenthaler, Anton Dorner, Robert Haag, Peter Glaßmann, Ottmar Haußner, Herbert Herrler, Peter Leidl, Roland Leitmeyr, Andreas Loew, Dagobert Rabensteiner, Mario Schneider, Eduard Schöpfel, Helmut Wolff, Norbert Zeller
Leiter Beleuchtungsabteilung Julian Zell
Stellv. Leiter der Beleuchtungsabteilung Egon Reinwald
Beleuchtung Konrad Kessler (Vorarbeiter), Roman Beyer, Andreas Groth, Amer Maghroumah, Christian Korber, Bernhard Kühn, Joseph Lipperer, Wolfgang Meyer, Marco Ottilinger
Videotechnik Tobias Lange, Esteban Nuñez,
Hauselektriker Immanuel Groß, Kajetan Irrenhauser
Vorarbeiter Tonabteilung Martin Funk
Ton Irmak Akan, Rebecca Focken, Marc Jablonowski, Requisite Heidi Pfeiffer (Vorarbeiterin), Stefanie Aigner, Patrick Christoph, Markus Jordan, Christine Geist,
Maske Magdalena Bauer, Laura Eckenigk, Julia Gottlöber, Svenja Leger, Julia John, Jennifer Ruof
Malersaal Jan Christian Ender, Denise Mörsberger, Mark Reindl

Das Stadttheater Ingolstadt wird vom Freistaat Bayern gefördert.

Vorarbeiter Werkstätten Wilhelm Knott
Werkstätten Helmut Breyer, Alois Ströb, Armin Paul, Bohuslav Plevka,
Raumausstatter Walter Nachbar
Künstlerisch-Technische Produktionsleitung Manuela Weigluni
Gewandmeisterinnen Martina Janzen, Edel Braunreuther
Schneiderei Maria Bott, Elvira Eckart, Lina Klöckner, Julia Kürzinger, Jessica Maus, Gertrude Nachbar, Maren Rozina, Hannelore Theuerzeit
Hauswarte Robert Limmer (Vorarbeiter), Stephan Glotz, Jürgen Ostermeier
Leiter Kasse Günter Burger
Kasse Carmen Buxbaum, Birgit Heini, Petra Lang, Sabine Oeser, Anja Siebendritt
Vorstellungsbetreuung
Bühneneinrichtung Lukas Dietz, Jamil El-Jolani, Werner Wecker (im Wechsel)
Beleuchtung Joseph Lipperer
Ton Rebecca Focken
Maske Magdalena Bauer, Julia John (im Wechsel)
Requisite Stefanie Aigner
Kostümanfertigung Schneiderei
Ankleiderinnen Ilona Naracci, Natalie Wildgrube
Aufführungsrechte:
Rowohl! Theater Verlag, Hamburg.
Wir machen darauf aufmerksam, dass Ton und/oder Bildaufnahmen unserer Aufführungen durch jede Art elektronischer Geräte strikt untersagt sind. Zuwiderhandlungen sind nach dem Urheberrechtsgesetz strafbar!

IMPRESSUM

Stadttheater Ingolstadt Spielzeit 2021/22
Herausgeber Intendant Knut Weber
Leitung Junges Theater Julia Mayr
Redaktion/Texte Teresa Gburek
Satz/Gestaltung/Grafiken Katrin Busching
Druck Ledin Print- & Mediacenter, Gaimersheim
Internet www.theater.ingolstadt.de

Every Brilliant Thing
von Duncan Macmillan
mit Jonny Donahoe
Deutsch von
Corinna Brocher

ALL

DAS SCHÖNE

29 | 06 | 2022
WERKSTATT

JUNGES THEATER | AB 15 JAHREN | STADTTHEATER INGOLSTADT



Mit Steven Cloos
Regie Johanna Landsberg
Ausstattung Johanna Rehm
Dramaturgie Teresa Gburek
Regieassistentz/Inspizienz/Soufflage Chiara Hunski
Ausstattungsassistentz Nele Matthies
Theatervermittlung Lena Hilberger

Inhalt

Die Geschichte handelt von einer Figur, die wir vom Kindsein bis ins Erwachsenenalter begleiten.

Das Kind lebt mit seiner depressiven Mutter.

Depressiv sein ist eine Krankheit.

Die Mutter ist immer traurig.

Sie will nicht mehr leben und versucht, sich selbst zu töten.

Das Kind möchte die Mutter aufmuntern.

Es will ihr die schönen Dinge im Leben zeigen.

Darum fängt es an, eine Liste zu schreiben.

Auf der Liste steht alles, was das Kind mag.

1. Eiscreme, 2. Wasserschlachten, 3. Länger aufbleiben und fernsehen...

Das Kind wird älter, die Liste wird länger.

Doch der Mutter geht es nicht besser.

Das Kind wird erwachsen und fängt ein selbständiges Leben an.

Die Liste hilft nun ihm in traurigen Situationen.

»All das Schöne« ist ein Monolog, den der 1980 geborene britische Regisseur und Autor Duncan Macmillan 2013 in Zusammenarbeit mit dem Stand-Up-Comedian Jonny Donahoe entwickelt hat. Im Zentrum steht allein eine Figur, die weder Erzähler genannt werden soll noch einen Namen bekommt, ob männlich oder weiblich besetzt – auch das kann von Inszenierung zu Inszenierung variieren. Das ist ein einfacher aber eindrücklicher Kniff beider Autoren, bedenkt man die Universalität des Stückthemas: Depression und die Folgen für die Angehörigen. In Ingolstadt übernimmt Steven Cloos die Rolle des Protagonisten.

Beim ersten Suizidversuch der Mutter ist der Sohn (Cloos) gerade mal sieben Jahre alt und was kann man als Kind schon ausrichten, wenn die Mutter an einer Depression leidet, die ihr jede Lust am Leben nimmt? – Er beginnt eine Liste zu schreiben mit all den schönen Dingen, die das Leben lebenswert machen.

Es mag heikel erscheinen, in einem Theaterstück für junges Publikum über ein solch bedrückendes Thema wie Depression und in der Folge über Selbsttötung zu sprechen. Macmillans Beobachtungen zufolge wird Depression als Thema in den Medien häufig verklärt oder aber – und das ist fast noch problematischer – tabuisiert. Die Annahme – spräche man von Selbsttötung, brächte man Menschen damit dazu, sich selbst das Leben zu nehmen – ist dabei ein Irrglaube und erscheint wissenschaftlich schwerlich belegbar. Mit seinem Stück will Macmillan das Thema aus der Tabuzone holen, es ins gesellschaftliche Bewusstsein bringen, um so die Hemmschwelle für Betroffene zu senken, über ihre Probleme ins Gespräch zu kommen. Klug bedient sich Macmillan dabei dem Humor als Mittel, um das Thema zu öffnen. Selbst die düstersten Momente des Stückes durchzieht geschickt ein lebensfroher Ton. Über Gefühle wie Traurigkeit ließe sich besser reden mit Humor, konstatiert Macmillan in einem Interview mit David Gordon, und beteuert: »Es ist so wichtig, Lachen und Freude zu nutzen, um über die schlimmsten Dinge zu sprechen.«

Ist der Monolog also »Eine Komödie über Selbsttötung«? – Seit seiner Uraufführung findet sich diese augenzwinkernde Betitelung immer wieder in Zeitungsbeiträgen und Rezensionen über das Stück. Als Duncan Macmillan nach seiner Meinung zu dieser Zuschreibung befragt wird, zögert er: »Eine Komödie über Selbstmord ... ich weiß nicht, was ich davon halten soll. Es ist viel komplizierter: Eigentlich geht es darum, wie wir als Menschen auf der Erde leben. (...) Es ist keine schmalzige, sentimentale Show. Es artikuliert hoffentlich die Komplexität des Lebens und macht glücklich.«

Die Autoren holen das Publikum aus der gewohnten Dunkelheit des Zuschauerraumes heraus in eine Sitzrunde im Hellen – die Bühne wird zum shared space: aus passiv Zuschauenden werden aktiv Teilnehmende, denn die Hauptfigur fordert sie dazu auf, in unterschiedliche Rollen zu schlüpfen – vom Vater des Protagonisten, über eine Schulpsychologin, bis hin zum örtlichen Tierarzt. Das Publikum greift ins Geschehen ein und erlangt eigene Handlungsmacht. So ist keine Aufführung jemals wie die andere. »Wenn es also gut läuft, bist du von Leuten umgeben, die antworten. Und es gibt keine größere emotionale Wirkung, als zuzusehen, wie Menschen lachen, lächeln, weinen, sich engagieren und bewegt sind.«, beschreibt Donahoe das Zusammenspiel von Publikum und Schauspieler.

In Ingolstadt spielt der Schauspieler Steven Cloos den Monolog pur und direkt ins Publikum, das für die Zeit des Spiels eine Schicksals-Gemeinschaft bildet. Eine Gemeinschaft, die dem Protagonisten zuhört, ihn unterstützt, während dieser aus seinem bewegenden Leben berichtet. Es ist eine tröstlich erscheinende Gemeinschaft, wenn sie vermittelt, dass jede*r Einzelne nicht allein ist mit der Angst vor Einsamkeit, vor dem Leben und dem Tod.

Duncan Macmillan ist ein britischer Dramatiker und Regisseur. Seine wichtigsten Stücke behandeln in der Regel zeitgenössische gesellschaftliche Themen, die von Sucht und Genesung bis hin zu Depression und Selbstmord handeln. Er ist bekannt für Stücke wie »The Most Humane Way to Kill a Lobster«, »Monster« und »Lungs«. Zusammen mit Robert Icke adaptierte und inszenierte er George Orwells »1984«

Jonny Donahoe, ist ein irischer Stand-up-Comedian und Schauspieler, am besten bekannt als Frontmann der Comedy-Band Jonny and the Baptists. Donahoe ist dafür bekannt, dass er die Grenze zwischen Kunst und dem wirklichen Leben zu verwischen versucht.

Johanna Landsberg (*1997) absolvierte während ihres Fachabiturs ein Jahrespraktikum am Theater Bonn im Bereich (Theater-)Fotografie. Anschließend machte sie ein Praktikum in der Dramaturgie und Schauspielregie am Theater Bonn, wo sie bei verschiedenen Produktionen, sowohl im Schauspiel als auch in der Oper, u.a. bei Alice Buddeberg hospitierte und assistierte. 2017 ging sie als Regieassistentin an das Junge Theater Ingolstadt, wo sie immer wieder kleinere Produktionen für das jüngste Publikum realisierte. 2020 wechselte sie als Regieassistentin an die Wuppertaler Bühnen.

»All das Schöne« ist Johanna Landsbergs erste große Regiearbeit.

Johanna Maria Rehm absolvierte nach dem Abitur eine Ausbildung zur Maßschneiderin am Stadttheater Augsburg. Es folgten anderthalb Spielzeiten Ausstattungsassistentz am Stadttheater Ingolstadt und erste eigene Arbeiten zusammen mit Johanna Landsberg. Anschließend studierte sie zwei Jahre Bühnen- und Kostümbild an der HFBK Dresden, sowie derzeit Architektur an der TU München.

»All das Schöne« ist ihre erste größere Produktion.

12.....

39.....

127.....

842.....

1376.....

All das Schöne...

Was gehört in Deine eigene Liste von all dem Schönen, wofür es sich zu leben lohnt?
Überleg mal was es ist, das Dir Freude bereitet und schreib es für Dich auf...