

# CARE-OKE – MELODIEN DER ZUWENDUNG/UA

NATHALIE (NUDEL) GLASOW

## Materialmappe

Theaterpädagogisches Begleitmaterial

Life is a fucked up mess – Oh it's a shitshow!



HESSISCHES  
LANDESTHEATER  
MARBURG

Liebe Lehrer\*innen! Liebe Pädagog\*innen! Liebe Interessierte!

Ab dem 17.01.2026 lädt Sie das Hessische Landestheater Marburg herzlich zu einem Liederabend ein, der unser Spielzeitmotto „TAKE CARE. FÜREINANDER. MITEINANDER.“ unter die Lupe nimmt:  
Für Regisseurin Nathalie (Nudel) Glasow ist

**„Care-Oke – Melodien der Zuwendung“**

der zweite Liederabend im Café Vetter und gleichzeitig ihre vierte Regiearbeit am HLTM.

Wir empfehlen die Inszenierung allen Menschen **ab 14 Jahren**.

Vor allem denjenigen, die:

- durch Musik große Emotionen fühlen und sich von ihnen berühren lassen wollen
- einen musikalischen Abend des Zusammenkommens und der Gemeinschaft erleben wollen
- Energie in traurigen Songs finden
- einen neuen Ohrwurm brauchen

**Aufführungsdauer:** 2 Stunden und 20 Minuten, inklusive einer Pause

**Aufführungsort:** Café Vetter, Reitgasse 4, Marburg

Für weitere Fragen wenden Sie sich gerne an mich unter:

**Telefon:** 06421. 9902 54 **E-Mail:** [m.linzner@hltm.de](mailto:m.linzner@hltm.de)

Für Buchungen wenden Sie sich bitte an Jürgen Sachs (Leitung Theater und Schule):

**Telefon:** 06421. 9902 37 **E-Mail:** [j.sachs@hltm.de](mailto:j.sachs@hltm.de)

Herzliche Grüße

Max Linzner (Theaterpädagoge)

## Inhaltsverzeichnis

---

1. Zum Stück	Seite 4
2. Besetzung	Seite 5
3. Das Café Vetter als Bühne	Seite 6
4. Die Kostüme von Phin Mindner – die Figuren	Seite 8
5. Die Playlist	Seite 11
6. Im Gespräch mit Christian Keul	Seite 12
7. Eine ausgewählte Szene	Seite 14
8. Leitfaden zur Inszenierung   Impulse für den Unterricht	Seite 16
8.1 Vorbereitung	Seite 16
8.2 Nachbereitung	Seite 19
9. Anhang I – ein Plakat aus dem Stück	Seite 20
10. Anhang II – Angscht	Seite 21

### **Inhaltshinweis**

Das Stück thematisiert sexuelle Inhalte, sowie psychische Erkrankungen. Es herrscht die Darstellung von Nacktheit und Verwendung von Schimpfwörtern.

## 1. Zum Stück

Musik kann alles. Uns aufbauen, verängstigen, die Stimmung retten oder in den Abgrund stürzen. Über Musik können wir uns zerstreiten, aber auch zusammenfinden. Was die eine in jeder Faser des Körpers spürt, würde der Nächste direkt aus der Playlist schmeißen. Eins ist aber immer klar: Sie ist ein Teil von uns. Doch wie steht es um die, die nur der Musik des eigenen Herzens lauschen und sich in ihrer Einsamkeit eingegroovt haben?

Fünf einsame Gestalten landen in einem Café. Eine Mutter, verstoßen von der Familie, ihr verbitterter Sohn, dessen Welt in Internetforen stattfindet, eine Prinzessin, die alles verloren hat, eine Dragqueen, die nach dem Scheinwerferlicht sucht und ein Geist, der nicht mehr weiß, wer er zu Lebzeiten gewesen ist. Sie alle singen ihre Lieder des Herz- und Weltschmerzes. Die Stimmen nehmen in Songs wie ‚Für immer und dich‘ und ‚Sound of Silence‘ durch die Texte von Herbert Grönemeyer, Moby bis K.I.Z. unterschiedlichste Formen an.

Ein Liederabend für alle Menschen ab 14 Jahren, die durch Musik große Emotionen fühlen oder sich von ihnen berühren lassen wollen.



## 2. Besetzung

---

### Team

Regie	Nathalie (Nudel) Glasow
Bühne & Kostüme	Phin Mindner (they/he)
Musikalische Leitung	Christian Keul
Dramaturgie	Henriette (Jette) Seier
Theaterpädagogik	Max Linzner
Regieassistenz	Leoni Schnell
Inspizienz	Xenia Strauss

### Es spielen

Mutter	Bibiana Malay
Sohn	Georg Santner
Geist	AdeleEmil Behrenbeck
Drag Queen	Luca Storn*
Prinzessin	Greta Plenkens*

\* Schauspielstudio Marburg – Kooperation zwischen dem HLTM und der Kunstuniversität Graz

**Technische Leitung & Werkstättenleitung:** Kati Moritz / **Assistenz der Technischen Leitung:** Mathis Görke / **Technische Betreuung:** Achim Reimschüssel (Bühnenmeister), Felix Arend, Ron Brück, Kathrin Göpfert, Tobias Maurer, Dirk Richter, Christopher Simon, Jessica Specht / **Beleuchtung:** Dennis Wießner (Leitung), Karim Mohamed, Delia Nass, Frederik Johannes Ripper / **Ton & Video:** Sebastian Ricke (Leitung), Charles Hess / **Requisite:** Margarita Belger (Leitung), Anastasia German, Elena Henschel / **Maske:** Grit Anders (Leitung), Lena Kirmse, Sonja Marfutov, Caroline Müller-Karl / **Schneiderei:** Caterina Marchi (Leitung), Linda Achilles, Hannah Beil, Kathleen Gröb, Kerstin Uffelmann / **Garderobe:** Hannah Beil / **Schreinerei:** Jürgen Barth, Tobias Maurer / **Schlosserei:** Christian Zander / **Malsaal:** Sebastian Rydzak / **Auszubildende der Veranstaltungstechnik:** Karim Mohamed, Yannik Shannoon

### 3. Das Café Vetter als Bühne

Das Café Vetter ist offensichtlich keine Theaterbühne. Die einzige Bühne wird bereits von einem großen Flügel eingenommen. Hier ist gerade noch Platz für eine Person mit Mikrofon, dann wird es eng! Da bleibt nur, um alle Anwesenden herum im gesamten Raum zu spielen:



*„Willkommen, bienvenue, welcome zum Karaoke-Abend im Café Vetter, wie schön, wer sich alles hierher verirrt hat (...).“*

Ein Café ist ein Ort des Zusammenkommens – ein Ort der Gemeinschaft. Das zeigt sich auch im Konzept des Café Vetter:



*„Das Café Vetter, seit Generationen ein Ort der Begegnung und des Genusses, eröffnete seine Türen erstmals im Jahr 1908. Mit duftendem Kaffee, hausgemachten Kuchen und herzlicher Gastfreundschaft (...) Ab Januar 2024 hat Axel Vetter das Café in die Spectrum Stiftung überführt (...) Menschen mit und ohne Behinderung arbeiten hier gemeinsam, um eine warme, inklusive Atmosphäre zu schaffen, in der ALLE willkommen sind.“*

Bühnenbildner Phin Mindner musste also in diesem Raum mit dem arbeiten, was er vorfindet: Und zur Unterstreichung der eingebrachten Requisiten und Kostüme taucht immer wieder der Blauton unserer Theaterspielzeit auf:

Er kennzeichnet, was dem Raum des Cafés fremd und zur Inszenierung gehörig ist. So trennt auch ein großer Vorhang den Wartebereich vom Einlass die Spiel- und Caféfläche ab.

#### 4. Die Kostüme von Phin Mindner – Die Figuren

Hier seht ihr die Figurinen (Entwurfszeichnung) zu den Kostümen im Stück. Sie liefern die Vorlage für die in der Schneiderei des Theaters gefertigten Kostüme.



Ergänzt habe ich diese Figurinen mit meinen eigenen Worten zur Figur und einem Zitat, in dem sie über sich selbst sprechen.

Links: Bibiana Malay spielt die „Mutter“, welche zwar mit ihrem „Sohn“ gekommen ist, aber die Familie verlassen hat und auf der Suche nach sich selbst ist:

*„Ich habe schon seit 20 Jahren keine ‚Freunde‘ mehr in der Stadt, in der ich wohne. Meine älteste Freundin wohnt seit 1998 im Norden, ich habe sie seit Jahren nicht mehr*

*gesehen, wenn ich nicht einmal im Jahr eine Weihnachtskarte von ihr bekommen würde, wüsste ich nicht mal, ob sie noch lebt“*

Rechts: Georg Santner als „Sohn“ möchte sich abgrenzen und hat garantiert keine Lust, heute hier zu sein.

*„Klar mag ich Sachen... Ich schaue zum Beispiel Videos von Streamern, die verkleiden sich nicht und hampeln rum, sondern motivieren dich, stark zu sein und mit der richtigen Einstellung an alles ranzugehen, dann kann man alles schaffen. Die sind einfach, wie sie sind und schämen sich nicht für ihre Männlichkeit! Wenn du einfach du selbst, ein ehrlicher Typ bist und dazu stehst“*





Der Geist (Adele Emil Behrenbeck; links), will rausfinden, wer der Geist zu Lebzeiten war, und hat alle mit einem selbstgemalten Plakat (Anhang) ins Café Vetter eingeladen. Über die Musik hofft der Geist Klarheit zu finden, ein Musiker (Christian Keul, rechts) am Flügel hilft dabei:

*„Jetzt bin ich ein Geist, aber ich war ja mal jemand. Ich habe aber vergessen, wer oder was das war, ich habe nur einen Anhaltspunkt, ich hatte was mit Musik zu tun und ich will wissen, was es war, das ich bin...“*



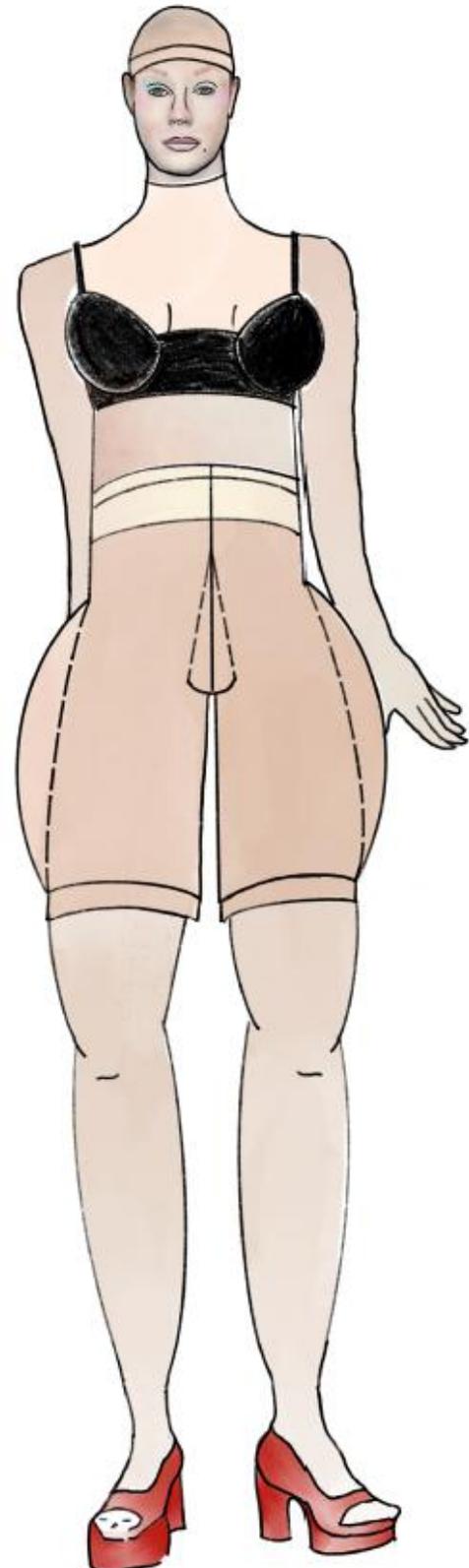
Die Prinzessin (Greta Plenkens; unten-mittig) versucht in all dem Struggle des Abends positiv zu bleiben und in Dialog zu treten!



*„Aber echt mal, ihr müsst mal wenigstens versuchen, alles positiver zu sehen! Visualisieren, heißt das!“*

*Also ich grinse so breit ich kann, so... Und dann geht es mir auch gleich besser... Von außen nach innen!“*

Die Drag Queen (Luca Storn) sucht das Scheinwerferlicht und will beim Lip-Synch lieber volle Show-Fassade bei 100% Playback zeigen, als wirklich zu singen.



*„Aber wenn es jetzt den Rest des Abends so weitergeht, bin ich raus, hier stinks nach Depression! Was hat das mit Care oder Ok oder Karaoke zu tun?! Ich will was ERLEBEN!! Ich will spüren, dass ich am Leben bin...“*

## 5. Die Playlist

---

**Eine Auswahl der am Abend performten Titel findet ihr hier:**

### **1. Teil:**

- 1) Jemand stiehlt Die Show (Herman van Veen) – Geist
- 2) I Know What You Want (Busta Rhymes) – Prinzessin
- 3) Junimond (Rio Reiser) – Mutter
- 4) Jolene (Dolly Parton) – Drag-Queen
- 5) Sommer meines Lebens (K.I.Z) – Sohn
- 6) Für immer und dich (Rio Reiser) – Mutter
- 7) Räumliche Distanz (Funny van Dannen) – Geist
- 8) Who's That Girl? (Eve) – Mutter
- 9) Einsamkeitsmedley: Tearjerker (Chilly Gonzales), The Sound Of Silence (Simon&Garfunkel), So Lonely (The Police), I Have Friends (aus: Crazy Ex-Girlfriend), Immer muss ich alles alleine machen (Lampe), Creep (Radiohead)
- 10) Life Is A Fucked-Up Mess (aus: Big Mouth) – Alle

### **2. Teil:**

- 11) Alkohol (Herbert Grönemeyer) – Geist
- 12) Unterm Säufermond (Udo Lindenberg) – Geist
- 13) Stupid Bitch (aus: Crazy Ex-Girlfriend) – Prinzessin
- 14) You Keep Me Hangin On (Kim Wilde) – Drag Queen
- 15) Angscht (To Athena) – Prinzessin
- 16) Du darfst nicht vergessen zu essen (Die Sterne) – Drag Queen
- 17) Maybe This Dream (aus: Crazy Ex-Girlfriend) – Mutter
- 18) Linda (Gerhard Gundermann) – Mutter
- 19) Elon (Von Wegen Lisbeth) – Drag Queen
- 20) Pisse (Schnipo Schranke) – Prinzessin
- 21) I Love My Body (aus: Big Mouth) – Alle
- 22) Changes (Charles Bradley) – Alle
- 23) Natural Blues (Moby) – Geist und Alle

## 6. Im Gespräch mit Christian Keul

---

**Christian Keul ist musikalischer Leiter der Produktion. Vor der letzten stressigen Endprobenwoche habe ich ihn um ein Gespräch gebeten:**

**Max Linzner:** „Angenommen, ich hätte Bock auf Musiktheorie, welche Themen sollte ich anhand unseres Liederabends besprechen und analysieren?“

**Christian Keul:** „Ein Thema für die Oberstufe wäre die Harmonische Analyse von Popsongs. Um beispielsweise in einem Medley gut von einem in den anderen Song zu kommen, kann der Überblick über die Abfolge der Akkorde helfen. Dann findet man vielleicht die gleiche Akkordverbindung in zwei Songs und kann diese Stellen nutzen, um einen geschmeidigen Übergang zu basteln.  
(z.B. von „So lonely“ nach „Hey Ya“)

*Auch interessant: Wie sind Melodien aufgebaut? Welche Worte werden betont, welche Melodietöne ergänzen den Grundton zu einem Akkord? Wie ist der Charakter des Gesangs, und – gibt es am Ende Dinge beim Singen, die Herman van Veen und Busta Rhymes gemeinsam haben?*

*Oder, für die Musiktechnologieinteressierten:*

*Wie genau schafft es die KI (wobei das auch schon vor der KI ging), Karaoke-Versionen von Musikstücken herzustellen? Gibt es andere technische Wege, um das zu machen? Oder kann ich den Song so zurechtschneiden, dass ich sogar aus dem Original eine Version hinbekomme? (Z.B. „Life is a fucked up mess“ - zugegeben - recht ‚holzhammerig‘...)“*

**ML:** „Die Spielenden auf der Bühne sind ja (fast<sup>1</sup>) alles fertig ausgebildete Schauspieler\*innen mit entsprechender Gesangserfahrung. Wie war hier die Zusammenarbeit? Welche Stärken bringen die Spielenden mit und was unterscheidet die von (anderen) professionellen Sänger\*innen?“

**CK:** „Der größte Unterschied ist meiner Meinung nach, dass die Spieler\*innen meist total vom Text her denken. Ist ja klar, das ist ihr Metier. Und dadurch finden sie manchmal eine ganz neue Variante, den Text zu verstehen, oder durch den Text eine neue Facette der jeweiligen Figur.

*Es sind ja in dem Moment auf der Bühne nicht die Spieler\*in XY, sondern die betreffende Figur. Die Fragen sind immer:*

---

<sup>1</sup> Greta Plenkers und Luca Storn (Schauspielstudio Marburg) studieren Schauspiel im vierten Ausbildungsjahr an der Kunstuniversität Graz, an der sie im Sommersemester 2026 ihr Diplom anstreben.

*Warum singt die Figur jetzt, sie könnte ja auch sprechen?*

*Und: ,warum singt die Figur genau das, genau jetzt?‘*

*Musikalisch kann man das unterstützen durch eine andere Begleitung, um gleich merken zu lassen, dass es nicht auf eine „Covershow“ hinausläuft, sondern um eigene Interpretationen. Oder bestimmte Textzeilen, die besondere Bedeutung haben, durch eine Zäsur vorher oder nachher betonen, oder, oder, oder...“*

**ML:** *„Und welche Interpretation gefällt dir (im bisherigen Probenprozess) persönlich am besten?“*

**CK:** *„Das kann ich zu diesem Zeitpunkt noch nicht sagen. Momentan verdichtet sich der Wust und das Durcheinander im Kopf, bevor es bei der AmA<sup>1</sup> kräftig aufgeräumt wird (I hope so, aber das war bisher noch immer der Fall). Auf die Frage komme ich aber bei netten Gesprächen nach der Premiere gerne zurück!<sup>2</sup>“*

**ML:** *„Du stehst ja später auch mit auf der Bühne, oder? Also der einzig echten Bühne im Café – da wo der Flügel steht – wie wird hier deine Einbindung sein zwischen den Rollen?“*

**CK:** *„Auch dazu kann ich noch nichts sagen. Generell bin ich erstmal als Vertreter\*in der Musik da, und stütze, befeure, bremse, beleuchte kritisch, ... anhand der Musik, was bei den Figuren los ist. Alles weitere sehen wir noch. Bis zur Premiere ist ja noch ein ewiger Zeitraum<sup>3</sup>...“*

**Christian Keul**, Jahrgang 1979, studierte Schulmusik und Germanistik in Frankfurt am Main und arbeitet seit dem Ende seines Studiums als Theatermusiker.

Als musikalischer Leiter, Korrepetitor, Komponist, Pianist, Bassist und Spielpartner hat er kleine und große Produktionen begleitet. Vor allem am HLTM und am Stadttheater Gießen, aber auch in Theatern in Eisenach, Frankfurt am Main, Wiesbaden oder Hildesheim. Darüber hinaus auf Gastspielreisen in ganz Deutschland.

In Marburg war er in der letzten Zeit beispielsweise für die Produktionen „800 (Das Theaterstück)“, „Songs of Peace and Hope“ oder „Woyzeck“ musikalisch verantwortlich, bei „Draußen vor der Tür“ sitzt er am Klavier.

Neben der Arbeit im Theater spielt er in verschiedenen Bands, arbeitet an eigenen musikalischen Projekten und unterrichtet Klavier an der Musikschule Marburg.

---

<sup>1</sup> AmA = „Alles mit Allem“: Die erste Probe, bei der die gesamte Aufführung mit originaler Ausstattung (Dekoration, Kostüme, Licht, Requisiten) durchgespielt wird.

<sup>2</sup> Fragen Sie gerne vor Ort oder im Nachgespräch!

<sup>3</sup> Acht Tage (!)

## 7. Eine ausgewählte Szene

---

*Sie bricht den Song ab und der Geist streicht auch Busta Rhymes für sich durch*

Prinzessin                    Ja, eh der Song ist auch recht lang, ich muss den nicht ganz singen, ist ja auch klar, was ich sagen wollte.. I want what they have

Geist                            ...Einen Namen?

Prinzessin                    Nein Eine schöne, wahrhaftige Beziehung, in der man ehrlich zueinander ist

Mutter                         Sowas gibt's nicht! Zumindest nicht lange und schon gar nicht für immer! Tut mir leid, ich will dir nicht weh tun, aber es ist gut, wenn du es jetzt gleich lernst: Beziehungen, Menschen, Liebe und Freund\*innen bleiben dir nicht erhalten. Alles stirbt...

Geist                            Magst du vielleicht drüber singen?

Mutter                         Lieber nicht

Geist                            Wisst ihr.. He du, hör auch zu, ich mache ein Geständnis

Sohn                             Okay

Geist                            wisst ihr.. Ich suche meine Identität

Drag Queen                    You are giving me they/them Vibes

Geist                            Das meine ich nicht! Jetzt bin ich ein Geist, aber ich war ja mal jemand. Ich habe aber vergessen, wer oder was das war, ich habe nur einen Anhaltspunkt, ich hatte was mit Musik zu tun und ich will wissen, was es war, das ich bin..

Mutter                         Okay und wie kann man dich auf deiner Suche unterstützen?

Geist                            Schön, dass du fragst! Je mehr Songs her performt werden, desto mehr kann ich abklopfen und-rein spüren und Songs von meiner Liste streichen!

Mutter                         Na gut, aber ich weiß nicht, was ich singen soll, ich singe nicht wirklich oft

Geist                            Wie wäre es mit.. *Er flüstert ihr etwas ins Ohr*

Mutter                         Oh nein, bloß das nicht. Nee, ich habe was anderes

*Mutter singt Junimond*

Geist                            Oh jaaa! So schön traurig!

Mutter    *Die Welt schaut rauf zu meinem Fenster  
Mit müden Augen ganz staubig und scheu  
Ich bin hier oben auf meiner Wolke  
Ich seh dich kommen aber du gehst vorbei  
Doch jetzt tut's nicht mehr weh  
Nee, jetzt tut's nicht mehr weh*

*Und alles bleibt stumm und kein Sturm kommt auf  
Wenn ich dich seh  
Es ist vorbei  
Bye bye, Junimond  
Es ist vorbei  
Es ist vorbei  
Bye bye  
Doch jetzt tut's nicht mehr weh  
Nee, jetzt tut's nicht mehr weh  
Und alles bleibt stumm und kein Sturm kommt auf  
Wenn ich dich seh  
Es ist vorbei  
Bye bye, Junimond  
Es ist vorbei  
Es ist vorbei  
Bye bye  
Zweitausend Stunden hab ich gewartet  
Ich hab sie alle gezählt und verflucht  
Ich hab getrunken, geraucht und gebetet  
Hab dich flussauf- und flussabwärts gesucht  
Doch jetzt tut's nicht mehr weh  
Nee, jetzt tut's nicht mehr weh  
Und alles bleibt stumm, und kein Sturm kommt auf  
Wenn ich dich seh  
Es ist vorbei  
Bye bye, Junimond  
Es ist vorbei  
Es ist vorbei  
Bye bye  
Es ist vorbei  
Bye bye, Junimond  
Es ist vorbei  
Es ist vorbei  
Bye bye*

Geist

Hach ja, diese Melancholie, schöööön! Da seh ich mich ja auch, vielleicht etwas weniger Tod, aber grundsätzlich könnte da was dran sein.. Hey, vielleicht lebe ich noch!

Sohn

„Mimimi, ich bin ganz allein“, Mama, im Ernst, selber schuld! Du hast mich und den Alten einfach sitzen lassen, also nerv jetzt nicht!

## 8. Leitfaden zur Inszenierung | Impulse für den Unterricht

---

Wenn Sie mit Ihren Schüler\*innen den Aufführungsbesuch selbst vorbereiten möchten, finden Sie in den nachfolgenden Punkten Anregungen für Gesprächs- und Spielimpulse, die Sie gern zur Vor- und Nachbereitung der Vorstellung nutzen können.

**Sie möchten, dass ich zur Vor- oder Nachbereitung in Ihre Schule komme?  
Melden Sie sich einfach!**

### 8.1 Vorbereitung

---

Über das Singen sprechen und gemeinsam Performen! Wie funktioniert eigentlich Singen auf einer Bühne und wer in der Klasse fühlt sich wohl dabei? Wer würde sich beim Karaoke gerne ausprobieren und für wen wäre das – warum – total peinlich?

Geben Sie Ihren Schüler\*innen die Möglichkeit, ins Gespräch zu kommen und auch sich spielerisch auszuprobieren. Die folgenden Gesprächsansätze und Spielimpulse können dabei helfen:

#### **Themen: Singen und Performen**

Wie will ich singen?

Wie will ich beim Singen wirken/aussehen/performen?

Muss ich beim Karaoke nur das Original imitieren?

Wie will ich mich ausdrücken auf einer Bühne?

Welche Musikstile werden wie performt?

Welche Künstler\*innen verbindet ihr mit einer ganz bestimmten Art?

Was ist eine Bühnenpersönlichkeit?

Wie performst du mit einer Band im Hintergrund?

## Übung: Playback singen / Lip-Synch

Performen mit dem Mikrofon! Wie sieht das aus? Probiert euch voll Playback einfach aus! Musik an: Volle Show!



*Mikrofon ist nicht gleich Mikrofon! Britney Spears mit Microport, Marco Wanda mit kabellosem Handsender und Lemmy (Motörhead) mit Mikrofonständer und freien Händen zum Bass spielen.  
(Fotos: Universal Music / Imago / UDR)*

## Thema: Zusammenkommen und Zusammenfinden

Schaut euch die Figuren des Stückes an:

Was unterscheidet sie?

Was haben sie gemeinsam?

Wie könnten sie zusammenfinden?

*„Life is a fucked up mess –  
Oh, it's a shitshow!“  
Big Mouth*

*„In der Synchronschwimmgruppe ist seit  
Monaten niemand mehr aufgetaucht  
Dafür sind wir aber so synchron wie nie“  
Lampe – Immer muss ich alles alleine  
machen*

*„And if you die, I wanna die with you  
Take your hand and walk away“  
System of a Down – Lonely Day*

## Thema: Emotionen und Musik

Was sind Themen?

Weshalb höre ich Musik?

Wann höre ich Musik?

Wie hilft mir Musik mit meinen Emotionen?

Welchen Song möchte ich schreiben? (Kreatives Schreiben)

*„I feel so lonely  
So lonely  
So lonely“  
The Police – so lonely*

## Thema: Einsamkeit

*„Wir sind allein  
Allein, allein, allein, allein“  
Polarkreis – allein, allein*

„Viele Menschen in Deutschland fühlen sich einsam. Betroffen sind sowohl Ältere als auch verstärkt junge Erwachsene.“ Und „ein ernstes Problem der Vereinsamung ist es allerdings, dass sie sich nicht nur negativ auf die Psyche auswirkt, sondern auch Krankheiten wie Diabetes und Bluthochdruck begünstigt“, lese ich auf Deutschlandfunk Kultur.<sup>1</sup> Und immer wieder wird diese Einsamkeit zum Gegenstand der Musik:

*„Das weiß doch jeder Philosoph  
Alleine machen ist doof“*

*Lampe – Immer muss ich alles alleine machen*

Informiert euch über Einsamkeit und diskutiert, wie euch diese betrifft.

- Wann fühlt ihr euch einsam?
- Welche Risiken von Einsamkeit seht ihr?
- Was könnt ihr dagegen tun?

## Thema: Dazugehören – Ich selbst sein

- Wann fühle ich mich dazugehörig?
- Wo fühle ich mich wohl, so wie ich bin?
- Wie hilft mir Musik dabei?

*„But I'm a creep  
I'm a weirdo  
What the hell am I doing here?  
I don't belong here“*

*Radiohead – Creep*

*„Ich bin nie wütend geworden und habe meinen Mitmenschen was abverlangt,  
sondern habe mich stattdessen in einem Konstrukt aus Lügen und Scheiße versteckt,  
man!“ – Stückzitat*

---

<sup>1</sup> <https://www.deutschlandfunkkultur.de/einsamkeit-ausweg-hilfe-100.html>

## 8.2 Nachbereitung

---

Gibt es Momente, die euch besonders gefallen haben?

Was habt ihr gefühlt?

Welche Szenen bleiben besonders in Erinnerung?

Was hat euch irritiert?

Worüber wollt ihr sprechen?

Gibt es Momente, an die ihr konkrete Fragen habt?

Wer waren die Figuren?

Wie standen die Figuren zueinander?

Mit wem konntet ihr euch identifizieren?

Was war euer Lieblingssong?

Welchen Song würdet ihr am liebsten einmal auf einer Bühne performen?

Und was hat das alles mit „Take Care“ zu tun?

An welche Kostüme und Kostümteile erinnert ihr euch?

Welche Fragen bleiben offen?

Welche Fragen kamen neu dazu?

Erinnert ihr euch an einen Lieblingssatz?

**Sie wünschen sich ein Nachgespräch? Schreiben Sie mir gerne eine Mail an:**

[m.linzner@hltm.de](mailto:m.linzner@hltm.de)

8. Anhang I – Ein Plakat aus dem Stück<sup>1</sup> (von Phin Mindner)



<sup>1</sup> Mit diesem Plakat fängt es an: Der Geist lädt ein zum Karaoke-Abend im Café Vetter

## 9. Anhang II – Angscht

---

Greta Plenkers singt mit dem Song „Angscht“ der Luzerner Künstlerin „To Athena“ eine eindrucksvolle Interpretation dieses Liedes. Für mich persönlich einer der musikalischen Höhepunkte des Abends, obwohl der schweizerdeutsche Text Herausforderungen beim Verstehen mit sich bringt. Daher an dieser Stelle eine Übertragung ins Standardhochdeutsche:

*„Angst*

*Vorallem hab ich Angst, dass etwas bricht, das nicht mehr klebt*

*Nicht mit Sekundenkleber, nicht mit Zeit*

*Vor allem hab ich Angst*

*Vorallem hab ich Angst*

*Mache einen Spaziergang mit meinem Ich, bis ich's plötzlich nicht mehr finde*

*Es hat sich verkrochen zu dem Kind, das in mir Verstecken spielt*

*Ich schwebe weiter ohne Untergrund*

*Ich versuch's zu suchen Stunde um Stunde*

*Die Wochen türmen sich zu Jahresringen im Gedankenschlund auf*

*Angst*

*Vorallem hab ich Angst,*

*Dass ich mich wirklich nie mehr finde und wenn ich doch da bin, bin ich blind*

*Vor allem hab ich Angst,*

*Vorallem hab ich Angst,*

*Dass etwas bricht, das nicht mehr klebt*

*Nicht mit Sekundenkleber, nicht mit Zeit aber*

*Vorallem hab ich Angst*

*Vor allem hab ich Angst*

*Die Bilder von dem tollen Ich in den hunderten schönen Köpfen  
Von all den Leuten die mich zwar gehört haben,  
Aber nicht verstehen was ich will  
Ich hab mich selber noch nie getroffen und deshalb glaub ich an die Beschreibung,  
Die mir die Leute als Ersatz geben  
Sonst wär mein Ich ja gar nicht ich*

*Und ich hab Angst  
Vor allem hab ich Angst,  
Dass etwas bricht, das nicht mehr klebt  
Nicht mit Sekundenkleber, nicht mit Zeit aber vorallem hab ich Angst  
Vor allem hab ich Angst  
Dass ich mich wirklich nie mehr finde und wenn ich doch da bin, bin ich blind  
Aber vorallem hab ich Angst  
Vor allem hab ich Angst*

*Ein Urteil über mich hab ich selber noch nicht gefällt  
Und trotzdem steh ich sprachlos da und schau auf die ganzen gefällten Wälder  
Und ich trau mich nicht, mich zu bewegen in dem perfekten Blumengesteck  
Weil sonst könnte ein Samen sprießen, das sich dem Ich widersetzt.*

*Angst  
Vorallem hab ich Angst,  
Dass etwas bricht, das nicht mehr klebt  
Nicht mit Sekundenkleber, nicht mit Zeit aber vorallem hab ich Angst  
Vorallem hab ich Angst,  
Dass ich mich wirklich nie mehr finde und wenn ich doch da bin, bin ich blind  
Aber vorallem hab ich Angst“*