

DON'T WAKE ME UP BEFORE YOU GO/UA

MIRIAM IBRAHIM 13+

Materialmappe

Theaterpädagogische Begleitvorschläge und Unterrichtsmaterial

Es war einmal der Schlaf.

Nicht als Mangel.

Nicht als Rest.

Nicht als Schatten des Tages.

Er entstand nicht, weil das Licht versagte,
sondern weil das Leben eine Pause
brauchte.

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

Ab dem 11.04.2026 zeigt das Hessische Landestheater Marburg die Stückentwicklung **DON'T WAKE ME UP BEFORE YOU GO/UA**, in der Regie von Miriam Ibrahim. Die Hommage an den Schlaf ist für alle Menschen ab 13 Jahren, die sich nicht scheuen zuzugeben, dass auch sie manchmal müde sind.

Aufführungsdauer:

1 Stunde und 30 Minuten, keine Pause

Aufführungsort:

Theater am Schwanhof, Großes Tasch

Für weiteren Fragen wenden Sie sich gerne an mich unter:

Telefon:

06421. 9902 49

E-Mail:

l.janssen@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

Herzliche Grüße

Lotta Janßen (Theaterpädagogin am HLTM)

1. Besetzung	Seite 4
2. Zum Stück	Seite 6
3. Zur Regisseurin Miriam Ibrahim	Seite 8
4. Zum Bühnen- und Kostümbild	Seite 9
5. Unterrichtsleitfaden zur Inszenierung - Anregung für den Unterricht	Seite 15
5.1 Vorschläge zur Vorbereitung im Unterricht	Seite 15
5.2 Vorschläge zur Nachbereitung im Unterricht	Seite 17

**„Sich Ruhe zu erlauben, ist dagegen ein Akt der Selbstermächtigung.
Wenn wir uns erlauben, zu schlafen, Ruhe zu suchen, Abstand zu
nehmen, sagen wir: ‚Meine Gesundheit, mein Körper, mein Geist sind
nicht verhandelbar.‘ Schlaf ist kein Privileg, das man sich erarbeiten
muss. Schlaf ist ein Grundrecht, ein Widerstandsakt gegen eine Welt,
die ständig fordert.“**

(Zitat aus dem Stücktext)

1. Besetzung

Es spielen/ENSEMBLE:

Mia Wiederstein

David Zico

Benita Sarah Bailey

ENSEMBLE/beteiligte Schauspieler*innen:



(von links: Mia Wiederstein, Benita Sarah Bailey, David Zico)

TEAM:

Regie, Konzept, Soundtrack:

Miriam Ibrahim

Bühne & Kostüme:

Andrea Barba

Dramaturgie:

Mahsa Asgari

Theaterpädagogik:

Lotta Janßen

Regieassistenz:

Anna Keller

Inspizienz:

Xenia Strauss

GEWERKE:

Technische Leitung & Werkstättenleitung:	Kati Moritz
Assistenz der Technischen Leitung:	Mathis Görke
Technische Betreuung:	Achim Reimschüssel (Bühnenmeister), Felix Arend, Ron Brück, Nico Gerl, Kathrin Göpfert, Jessica Specht, Christopher Simon
Beleuchtung:	Dennis Wießner (Leitung), Samantha Bodenschatz, Nico Müller, Delia Naß, Frederik Ripper
Ton & Video:	Sebastian Ricke (Leitung), Ronald Strauß, Charlie Hess, Lukas Scholl, Carsten Wackernagel (Aushilfe)
Requisite:	Margarita Belger (Leitung), Anastasia German, Elena Hentschel (FKJ)
Maske:	Grit Anders (Leitung), Lena Kirmse, Sonja Marfutov, Caroline Müller-Karl
Schneiderei:	Caterina Marchi (Leitung), Linda Achilles, Hannah Beil, Kathleen Gröb, Kerstin Uffelmann
Garderobe:	Maylin Diekhoff, Elisa Ganz (Aushilfe)
Schreinerei:	Jürgen Barth, Tobias Maurer
Schlosserei:	Christian Zander
Malsaal:	Sebastian Rydzak
Auszubildende der Veranstaltungstechnik:	Karim Mohamed, Yannik Shannoon

„Schlaf war kein Zufall der Evaluation.“

(Zitat aus dem Stücktext)

2. Zum Stück

Informationen zur Stückentwicklung DON'T WAKE ME UP BEFORE YOU GO am HLTM:

Zu DON'T WAKE ME UP BEFORE YOU GO diente als Grundlage der Stückentwicklung *Theresia Enzenbergers Text „Schlaf“* der sich in die verschiedenen Schlafphasen gliedert: Einschlafen, Leichtschlaf, Tiefschlaf und Traumschlaf. Während der Probenzeit kamen dann Texte aus Improvisationen der Schauspieler*innen und Texte der Regisseurin *Miriam Ibrahim* dazu.

Inhaltlich spielten für die Regisseurin bei der Texterstellung Gedanken zu Begriffen wie „Selfcare“ und „Community Care“ eine große Rolle. Außerdem wurde die Bewegung „Radical Rest“ in Augenschein genommen: „Ich erhole mich, ohne ein schlechtes Gewissen zu haben!“. Die Regisseurin *Miriam Ibrahim* fand Inspiration in *Tricia Herseys* Redebeitrag „Rest is Resistance: Free yourself from grind culture and reclaim your life“¹.

Die verschiedenen Texte wurden dann von der begleitenden Dramaturgin *Mahsa Asgari* zu einem Potpourri zusammengesetzt, das den Stücktext ergibt.

Die Schlafphasen münden im Stück in der der Aufwachphase. Immer mit den Fragen im Hinterkopf: „Was würde der Schlaf sagen? Wie könnte der Schlaf sich emanzipieren von dem starken Korsett, so wie wir den Schlaf verstehen?“.

¹ Tricia Herseys „Rest is Resistance: Free yourself from grind culture and reclaim your life“: <https://www.youtube.com/watch?v=MGE05o4wcN0>

² Das Interesse an Theresias Enzenbergers Text bestand darin, auf die Suche zu gehen, wie ein essayistischer Text auf die Bühne zu nutzen ist und wie man diesen für die Bühne umwandeln kann.

Ankündigungstext der dramaturgischen Abteilung des HLTM:

DON'T WAKE ME UP BEFORE YOU GO/Uraufführung

Stückentwicklung

EINE HOMMAGE AN DEN SCHLAF

Gähnen, Schnarchen, wunderbare Schlafvisionen oder unruhiges, schlafloses Hin- und Herwälzen? Etwa ein Drittel unseres Lebens verbringen wir mit Schlafen oder versuchen, es zu tun. Während des Schlafs reparieren sich Körper und Gehirn, es ist eine Zeit des Träumens und der Regeneration. In der kapitalistischen Leistungsgesellschaft ist Schlaf etwas, das die Menschen in der Regel zuerst reduzieren, wenn sie es eilig haben, um ihren täglichen Pflichten wie Arbeit und Pflege nachkommen zu können. Wie haben Sie letzte Nacht geschlafen? Die Stückentwicklung DON'T WAKE ME UP BEFORE YOU GO/UA betrachtet den Akt des Schlafens als eine Form des Widerstands und der Selbstfürsorge; ein politisches Werkzeug. Was wäre, wenn Schlafen weder als Grundbedürfnis noch als Luxus verstanden würde, sondern als eine transformative Form des Protests gegen die unterdrückenden und erschöpfenden Strukturen? Schlafen ist nicht nur Privatsache, sondern ein wegweisendes gesellschaftliches Thema. Wie wäre es, wenn Schlafen und Ausruhen als eine Form der Selbstfürsorge und als Quelle der Inspiration und Fantasie betrachtet werden? Eine Performance mit Momenten der Heiterkeit und

des Tiefsinns – auf der Suche und im Finden von Zusammenhängen zwischen Schlaf, politischem Widerstand und der Fähigkeit zur Selbstfürsorge.

Für alle Menschen ab 13 Jahren, die sich nicht scheuen zuzugeben, dass auch sie manchmal müde sind.

„Der Schlaf bedeutet Kontrollverlust.

**Wenn wir schlafen, verlieren wir die Kontrolle über unser Bewusstsein
und unseren Körper.**

**Damit zerstört der Schlaf eine Illusion, die für viele Menschen sehr
wichtig ist – dass wir die Herrschaft über unsere Körper und Geist
haben. Den eigenen Schlafrhythmus bestimmen und die Norm
angleichen zu wollen, ist der Versuch an der Illusion festzuhalten.“**

(Zitat aus dem Stücktext)

3. Zur Regisseurin Miriam Ibrahim



(Foto: Judith Buss)

Geboren 1981 in Stuttgart. Aufgewachsen in Stuttgart und Addis Abeba. Nach dem Abitur besuchte sie die Stage School Hamburg, wo sie erfolgreich 2005 im Bereich Gesang, Schauspiel und Tanz ihre Bühnenreife absolvierte. Von 2005 bis 2009 spielte Miriam Ibrahim in diversen Produktionen, u. a. Mutter Afrika am Schauspielhaus Hamburg, Hexenjagd am Theater Bonn und Hair am Theater an der Rott. Zusätzlich unterrichtete sie Schauspiel bei der Backstage Gruppe Hamburg und für den BINI e.V. und realisierte eigene Produktionen (Akzentfrei, Eingeladen zum Festival Made in Germany). 2009 zog Miriam Ibrahim nach NYC und besuchte das Stella Adler Studio, wo sie im Fach Schauspiel 2011 abschloss. Im selben Jahr gründete sie den Verein The Shades of Gray, mit dem sie eigene Originalstücke und -performances umsetzte. Sie war Resident Director bei The Rebel Theater Company NYC und inszenierte für MAD Playhouse NYC Off-Broadway Sakharam Binder. 2013 bis 2016 besuchte Miriam Ibrahim die Freie Universität Berlin und schloss ihren Bachelor im Fach Theaterwissenschaft und Sozial-/Kulturanthropologie ab. Sie hospitierte am Maxim Gorki Theater Berlin und an der Staatsoper Stuttgart, assistierte für John Gould Rubin und Armin Petras, und war anschließend von 2017 bis 2019 feste Regieassistentin an den Münchner Kammerspielen. Dort realisierte sie unterschiedliche Formate, Workshops und Einrichtungen wie den Workshop Safe Place and Theater, die Oper Lady Magnesia, eine Streetperformance Speakers Corner Repeat und ihre Abschlussinszenierung RACE ME. 2020 startete sie als feste Dramaturgin am Theater Oberhausen, bis sie 2022 zum Schauspielhaus Zürich wechselte.

Seit Januar 2024 ist Miriam Ibrahim wieder freischaffend als Regisseurin tätig.

Klang des Regens, Staatstheater Augsburg. 1000 Serpentina Angst, Staatstheater Hannover. Blues in Schwarz Weiss, Residenztheater München, Adas Raum, Theater Dortmund, Leyla fragmente, Staatstheater Hannover.

JOHANN*A - STELL DIR VOR, ES IST KRIEG UND (K)EINE*R GEHT HIN/UA in der letzten Spielzeit war ihre erste Arbeit am HLTM.

4. Zum Bühnen- und Kostümbild

Das Bühnen und Kostümbild wurde von *Andrea Barba* entworfen. Umgesetzt wurden die Modelle und Pläne von den Mitarbeiter*innen des HLTM in der Schneiderei, Schreinerei und Schlosserei.

Zum Bühnenbild

Die Idee zum Bühnenbild beschrieb die Ausstatterin *Andrea Barba* als den Versuch eines unendlichen Himmels, der Tiefe entstehen lassen soll, und der durch einen auf dem Bühnenboden verlegten Teppich ergänzend Gemütlichkeit erzeugen soll, alles in blau.

Die Projektionsflächen, auf denen Videoinstallationen von Wolken bzw. den Wolkenkostümen, Gesichtern der Darsteller*innen, sowie Schriftzügen zur Benennung und Verdeutlichung der verschiedenen Schlafphasen abgespielt werden können, bilden ein wellenförmiges Konstrukt.

Das wellenförmige Konstrukt bzw. die Projektionsfläche, die ohne Projektion auch in blau gehalten wurde, soll das Publikum sinnbildlich umarmen. Eine Diskokugel, die eingesetzt wird, schafft in Verbindung mit Licht und Ton eine besondere Atmosphäre.

Und trotz der Überlegungen ist es der Ausstatterin wichtig gewesen, dass jede*r Zuschauerin ja auch immer mit einer verschiedenen Perspektive auf die Bühne schaut, für manche ist das Bühnenbild vielleicht auch ein Swimmingpool - das ist ja das Schöne an Theater, es gibt kein richtig und falsch. Die Rezeption einer Aufführung, in diesem Fall Essayperformance, erfolgt mit einem individuellen Blick, durch eine individuelle Person, die mit ihrer Geschichte und ihrem Erlebten auf all das schaut.



(Foto: Jan Bosch; von links *Mia Wiederstein*, *Benita Sarah Bailey*)



(Foto: Jan Bosch; von links *David Zico, Mia Wiederstein, Benita Sarah Bailey*)

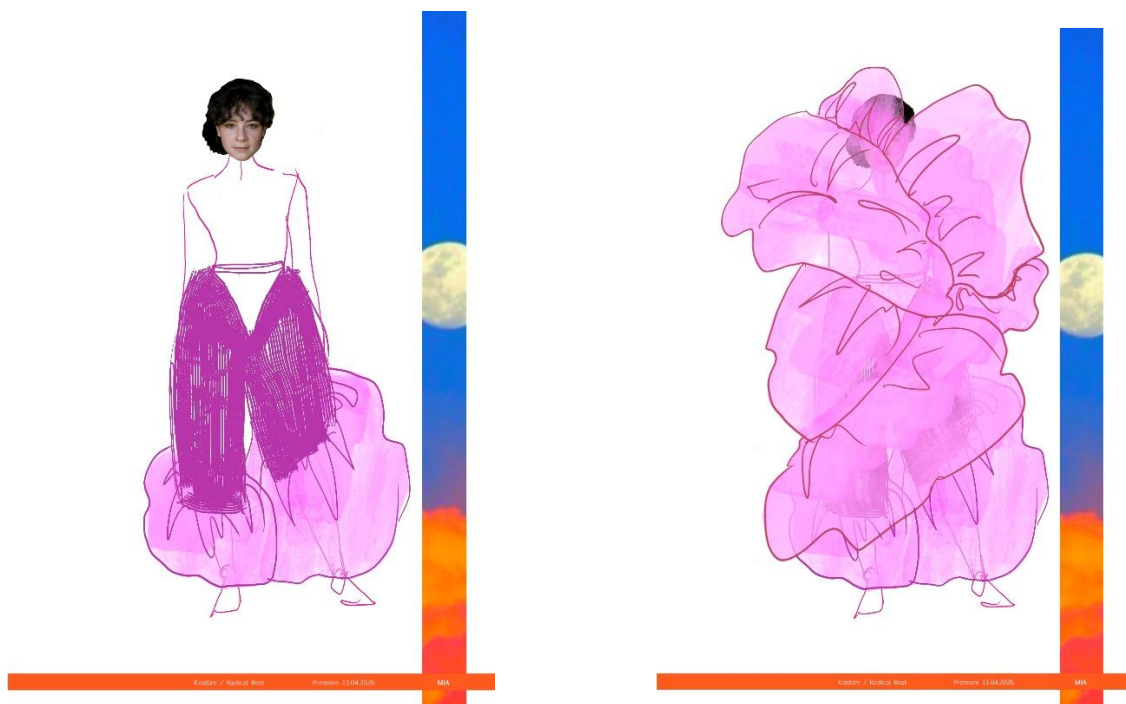


(Foto: Jan Bosch; von links *David Zico, Mia Wiederstein, Benita Sarah Bailey*)

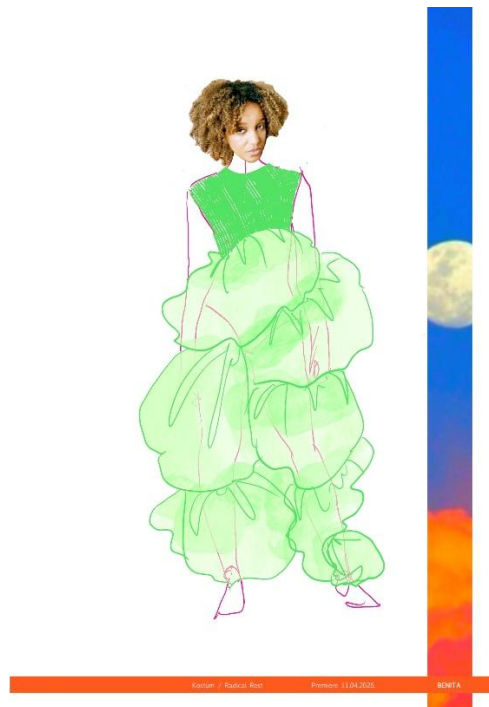
Zum Kostüm

Die Kostüme wurden bei der Produktion schon vorab fertiggestellt und nicht während der Probenzeit gefertigt. Sie sollten an Wolken, Astronaut*innen, eine Traumwelt, Schlafsäcke und ein Schweben erinnern. Die Schauspieler*innen probten nicht nur wie üblich mit Probenkostümen, sondern von Beginn an auch mit den originalen. Die Schwere der Kostüme (als Last der Gesellschaft oder eine Schwere, die man fühlt, wenn man nicht schlafen kann) sollte bewusst mitgeprobt werden, auch das An- und Ausziehen musste ausprobiert werden, da es auch während der Aufführungen gezeigt werden sollte, um einen Wechsel der Figuren zu zeigen.

Andrea Barba fertigte zur Umsetzung der Kostüme sogenannte Figurinen an, auf denen die Grundfarbe der Kostüme zu sehen ist, der eigentliche in Pastelltönen verlaufende Stoff wurde danach ausgewählt und über die jeweilige Farbe gelegt/genäht:



(Figurinen für *Mia Wiederstein* von *Andrea Barba*)



(Figurinen für Benita Sarah Bailey von *Andrea Barba*)



(Figurinen für *David Zico* von *Andrea Barba*)



(Foto: Jan Bosch; von links Mia Wiederstein, David Zico und Benita Sarah Bailey)





(Foto: Jan Bosch; von links Mia Wiederstein, David Zico)



(Foto: Jan Bosch; von links David Zico, Mia Wiederstein)

5. Unterrichtsleitfaden zur Inszenierung - Anregung für den Unterricht

Im Folgenden finden Sie Anregungen und Vorschläge zur Vor- und Nachbereitung des Aufführungsbesuches mit Ihren Schüler*innen.

Die Essayperformance zeigt den Zuschauer*innen mehrere Figuren, *Mia Wiederstein*, *David Zico* und *Benita Sarah Bailey* sind als Schauspieler*innen und als Schlafwesen auf der Bühne zu erleben. Die Schlafwesen können als der Schlaf selbst gelesen werden. Bei der Essayperformance ist die vierte Wand geöffnet, die Schauspieler*innen sprechen die Zuschauer*innen an, machen aufmerksam, fragen, erzählen und verhandeln Themen, die den Schlaf betreffen.

5.1 Vorschläge zur Vorbereitung im Unterricht

Wenn Sie mit den Schüler*innen den Unterricht selbst vorbereiten möchten:

Vorschlag 1 – Bewegung/Raumwahrnehmung/Teamgeist/Konzentration

Übung in einem leeren Raum bzw. in einem Klassenzimmer, in dem Tische und Stühle zur Seite gerückt werden müssen.

Aufgabe an die Schüler*innen:

Alle Schüler*innen verteilen sich im Raum, so dass sie um sich herum Platz haben, der Raum soll ausgefüllt sein, das heißt, die Schüler*innen positionieren sich dementsprechend.

Nun laufen alle durch den Raum, ohne sich anzuschauen und konzentrieren sich darauf, den Raum auszufüllen, keine Lücken entstehen zu lassen und den Raum und die anderen Mitschüler*innen wahrzunehmen und doch bei sich zu bleiben. Es wird nicht gesprochen, alle müssen darauf achten, sich nicht zu berühren.

Geben Sie in einem zweiten Schritt folgende Aufgabe an die Schüler*innen:

Stellt euch vor, ihr seid der Schlaf bzw. Schlafgnome, wie wäre eure Körperhaltung? Wie bewegt ihr euch vorwärts? Welche Geschwindigkeit habt ihr? Welche Körperhaltung?

Setzt eure Vorstellungen um und lauft so durch den Raum.

Vorschlag 2 – Kreatives Schreiben

Aufgabe an die Schüler*innen:

Schreibt einen Brief an den Schlaf. Zum Beispiel einen Liebesbrief oder einen Brief über eure problematische Beziehung zum Schlaf.

Die Schüler*innen dürfen selbst entscheiden, welche Möglichkeit sie wählen.

Wer möchte liest seinen Brief in der Klasse vor.

*Beispiele von Schüler*in der produktionsbegleitenden Patenklasse aus der Adolf-Reichwein-Schule Marburg:*

Wetter Schlaf ich liebe dich,
Ich sage dir verlass mich
nicht.

Du bist das eine für mich,
ohne dich kann ich nicht.

Mein Job tut dich mir
berauben, Jetzt sehe ich
dich mit Augen, die dich
so sehr vermissen.

Ich möchte mein Kissen küssen.

Lieber Schlaf ich sehne mich so sehr
nach dir, denn viel zu wenig bekomme
ich von dir. Nun ist es doch nicht
deine Schuld, jedoch stehe ich unter einem
enormen Druck. Die Gesellschaft sagt ich
muss funktionieren, doch welche Folgen
soll dies mit sich führen? ~~Jetzt bin ich~~
~~noch so jung~~

Vorschlag 3 – Impulsfragen/Gesprächsanregung

Wie viele Stunden schläft jede*r Einzelne von euch im Durchschnitt?

Habt ihr eine bevorzugte Schlafposition?

Was bedeutet guter Schlaf für euch?

Was hindert euch am Schlafen?

Was fällt euch zu den Begriffen „Selfcare“ und „Communitycare“ in Bezug auf Schlaf ein?

Was fällt euch zu Kapitalismus und Schlaf ein?

Welchen Stellenwert hat Schlaf in unserer Gesellschaft?

Wie würdet ihr den Schlaf auf einer Bühne sprechen lassen?

Wie stellt ihr euch Schlafgnome vor? Wie könnten diese aussehen?

Was assoziiert ihr mit Wolken?

Vorschlag 4 – Szenen entwickeln

Aufgabe an die Schüler*innen:

Denk euch zu dritt eine Szene aus.

Lassen Sie die Schüler*innen dazu als Textgrundlage einen der geschriebenen Briefe an den Schlaf aus dem Vorschlag 2 nutzen.

5.2 Vorschläge zur Nachbereitung im Unterricht

Wenn Sie mit den Schüler*innen den Unterricht selbst nachbereiten möchten:

Vorschlag 1 – Impulsfragen

Welche Figuren habt ihr gesehen?

Was ist euch am meisten in Erinnerung geblieben?

Was kommt euch in den Kopf, wenn ihr an die Kostüme denkt?

Schauspieler*in – Rolle – Figur, wo liegt da der Unterschied und wie war das in der Aufführung für euch zu trennen?

Vorschlag 2 – Gesprächsanlass

Was fällt euch zu Schlaflosigkeit ein? Was macht ihr, wenn ihr nicht schlafen könnt? Hat das Folgen in eurem Alltag, für euch, für die Gesellschaft?

Vorschlag 3 – Gesprächsanlass und Gesang

Im ersten Teil der Aufführung singt *Benita Sarah Bailey* ein Schlaflied auf der Bühne. Sprechen Sie mit Ihren Schüler*innen darüber, ob sie als Kinder Schlaflieder vorgesungen bekommen haben oder ob dies etwas fremdes für sie ist. Welche Lieder wurden gesungen? Welche Lieder hören die Schüler*innen heute, wenn sie sich entspannen und schlafen möchten und warum? Wie stehen alle zu Schlafliedern?

Welche Einschlafrituale haben alle? Wo schläft man am besten?

Wenn Sie gemeinsam das Schlaflied aus der Inszenierung singen möchten:

44 Thula baba Südafrika

Thu-la thul, thu-la ba-ba, thu-la sa-na, thul' u ba-bu-zo bu-ya e-ku-se-ni.
Thu-la thul, thu-la mtwa-na, thu-la sa-na, thul' u ba-bu-zo bu-ya ma-tha-fe-ni.
So-be si kho-na a-ba-nye be-sho-yo, be-thi bu-yam-twa-na u-bu-ye le kha-ya.
So-be si kho-na a-ba-nye be-sho-yo, be-thi bu-yam-twa-na u-bu-ye le kha-ya.
Thu - la thu - la, thu - la ba - ba, thu - la thu - la, thu - la
sa - na, thu - la thu - la, thu - la ba - ba,
thu - la thu - la, thu - la ba - ba, thu - la thu - la, thu - la san.

Übersetzung

Sei still, kleiner Mann, sei still, kleines Kind,
Vater wird wiederkommen.
Sei ruhig, Kind, sei still, kleines Kind,
möge er von den Weiden wiederkommen.

Wir werden anwesend gewesen sein, wie man gesagt hat.
(Ich) sagte: Komm zurück zu ihm, Kind, komm zurück nach Hause.
Wir werden anwesend gewesen sein, wie man gesagt hat.
(Ich) sagte: Komm zurück zu ihm, Kind, komm zurück nach Hause.

Still, still, still, kleiner Mann,
still, still, still, kleines Kind,
still, still, still, kleiner Mann,
still, still, still, kleiner Mann,
still, still, still...

Vorschlag 4 – Stimme/Kreativität

Wie klingt der Schlaf?

Lassen Sie die Schüler*innen hierzu eine kleine Soundcollage erstellen, aus selbstaufgenommenen Geräuschen mit dem Handy oder mit der Stimme und Gegenständen. Die Soundcollage kann dann entweder vor der Klasse abgespielt oder aufgeführt werden.