



Ein Forumtheater rund um Ernährungsgewohnheiten, Körperbilder und Diätwahn

Mit Reto Baumgartner, Sarah Hinnen, Karin Hoffsten, Loris Mazzocco
Buch/Regie/Spielleitung: Jan Weissenfels, Konzept: Karin Hoffsten

Kurzdokumentation

Wir danken

Stiftung Helvetia Sana, Stanley Thomas Johnson Stiftung, Ernst Göhner Stiftung
Institut für Sozial- und Präventivmedizin Zürich, Migros-Kulturprozent, Stiftung Visana Plus



voll fett

Forumtheater – das Publikum spielt mit

Ein Forumtheater nicht nur zu den Themen Ernährung und Bewegung

Ausgangslage

Dem in Mode und Werbung propagierten Körperideal der superschlanken Frau mit Modelmassen steht in der gesellschaftlichen Realität eine Entwicklung gegenüber, die in die entgegengesetzte Richtung weist: Gemäss neueren Untersuchungen haben in der Schweiz mehr als ein Drittel aller Erwachsenen, Jugendlichen und Kinder zu wenig Bewegung und ein zu hohes Körpergewicht.

Stark zugenommen hat auch die Zahl jener Menschen, die an irgendeiner Art von Essstörung leiden – ob sie nun zu viel, zu wenig oder zwanghaft immer das «Richtige» essen müssen. Damit kommen auf unsere Gesellschaft gravierende Gesundheitsprobleme zu, die neben grossem individuellem Leid enorme Kosten zur Folge haben werden.

Dass Bewegungsmangel und falsches und/oder süchtiges Essverhalten einen Zusammenhang mit Stress und belastenden Lebensbedingungen haben, liegt auf der Hand. Deshalb hängt der Erfolg von Aufklärungskampagnen davon ab, inwiefern es gelingt, neben kognitiver Wissensvermittlung über notwendige Bewegung, gesunde Ernährung und deren medizinische Zusammenhänge auch einen emotionalen Zugang zu den jeweiligen Zielgruppen zu finden, an die sich präventive Massnahmen richten.

Das Stück

Die Produktion **voll fett** richtet sich an Jugendliche und Erwachsene, ganz unabhängig von ihrem Essverhalten oder ihrer persönlichen Statur.

Die Szenen drehen sich ums Leben von Jugendlichen in Schule, Familie und unter KollegInnen mit allen Nöten, Konflikten und Träumen. Dabei geht es um viele Fragen: Wie wichtig ist es, «gut» auszusehen? Warum hab ich keinen Freund oder keine Freundin? Warum zweifle ich immer an mir? Wie komme ich zu mehr Selbstbewusstsein? Und wo kann ich anfangen, in meinen Beziehungen und bei mir etwas zu ändern, was mich stört?

Dabei greift die Geschichte eingespielte Beziehungsmuster auf und streift wie nebenbei die vielen Situationen, in denen Menschen sich beim Essen entscheiden müssen: Denn ob wir zu Salat oder Burger greifen, ob wir immer zu viel, häufig das Falsche oder aber auch viel zu wenig essen, hängt von komplexen Faktoren ab. Diesen spürt das Forumtheater **voll fett** nach. Und auch wenn die Lage ernst ist, wird dabei sehr viel gelacht!

Die Szenen

voll fett. Micha ist dick und hätte gern eine Freundin. Sandy ist dünn und hätte gern mehr Busen. Papa möchte, dass Sandy bei einer Castingshow mitmacht – und natürlich gewinnt, und die Mama hätte gern einmal in ihrem Leben richtig abgenommen. Wünsche gibts reichlich. Zoff auch. Und Trost: Ice Tea, Mars und Fertigpizza ...

Rund um diese Hauptpersonen greifen die Szenenfolgen konkrete Alltagssituationen auf, in denen sich die Zuschauenden wiedererkennen können. Dabei gehts um

- Zeitdruck, Stress und Ernährungsgewohnheiten (Heisshunger, der Griff zu Fastfood, die Pizza über Mittag, das Schinkenbrot zwischendurch ...)
- süchtiges Essen, Essen als (Selbst-)Belohnung und als Trost bei Enttäuschungen
- das Geschäft mit den Diäten und den Jojo-Effekt
- die Macht von Werbung und Medien hinsichtlich Nahrungsmittelkonsum und manipulierten Normmassen
- Körperbilder, verzerrte Wahrnehmungen von sich selbst
- den Computer als Bewegungskiller (ob Mailen, Gamen, Chatten oder Programmieren – es verbraucht einfach viel zu wenig Kalorien)
- Streit am Familientisch
- das Verhältnis zu ändern, Unsicherheit und sich Ausgeschlossen fühlen.

Einsatzmöglichkeiten

voll fett eignet sich für den Einsatz in der **Sekundarstufe I und II** (Volksschuloberstufe, Berufsschule, Gymnasium) und in der **Elternbildung**. Auf Wunsch können den Lehrpersonen Vorschläge für eine **Nachbearbeitung im Unterricht** zur Verfügung gestellt werden.

Die Einsatzmöglichkeiten des Stücks sind sehr vielfältig, weil die Methode des Forumtheaters erlaubt, im interaktiven Teil entsprechend dem jeweiligen Publikum durch die Wahl einer bestimmten Szene unterschiedliche Schwerpunkte zu setzen und andere Identifikationsfiguren in den Mittelpunkt zu stellen.

Rahmenbedingungen für eine Forumtheateraufführung

- Dauer: zirka 2 Stunden für die gesamte Veranstaltung
- Minimale Spielfläche: 5 x 8 Meter (Bühne nicht notwendig)
- Zuschauerzahlen: nach Absprache

Richtpreis für Schulen

- 3'600 Franken. Es besteht die Möglichkeit, Subventionen zu beantragen.

Kontakt

Karin Hoffsten
fix +41(0)44 350 47 20, mob +41(0)79 375 95 25
mail: kontakt@forumtheater.ch

Was ist Forumtheater?

Ursprünglich wurde diese interaktive Theaterform von Augusto Boal als politisches Theater in Brasilien entwickelt, um Unterdrückung unterschiedlichster Art sichtbar zu machen und dagegen zu handeln. Auch hier und heute eignet sich die Methode, um aktuelle und gesellschaftlich relevante Fragestellungen spielerisch zu thematisieren.

Im Forumtheater werden die inszenierten Szenen zweimal gespielt, beim zweiten Mal rufen die Zuschauenden «stopp» und versuchen, der Geschichte eine neue Wendung zu geben. Zwischen SchauspielerInnen und Publikum vermittelt dabei ein Spielleiter oder eine Spielleiterin.

Wie wirkt Forumtheater?

Forumtheater setzt abstrakte Forderungen nach Verhaltensänderungen und tiefer liegende Gründe, weshalb diese trotz besserem Wissen häufig ignoriert werden, in lebendige Bilder um. Belastende Alltagssituationen werden erkannt und spielerisch verändert. So gelingt es den Teilnehmenden, diesen Situationen in ihrem Leben unbefangener als sonst zu begegnen, Ungewöhnliches auszuprobieren und so für die Realität Handlungsalternativen zu entwickeln.

Forumtheater spricht auf der emotionalen Ebene an. Weil die Teilnehmenden in Modellszenen ihr persönliches Problem erkennen können, ohne ihr eigenes Innere «entblößen» zu müssen, eignet sich Forumtheater sehr gut für eine sinnliche und doch ernsthafte Auseinandersetzung mit eingespielten Gewohnheiten, uneingestandenem Wünschen und Kompensationen.

Im Forumtheater wird die Zeit zurückgedreht und die Situation im Spiel verändert, die TeilnehmerInnen erkennen die Dynamik bestimmter Beziehungsmuster, überprüfen eigene Annahmen und gewinnen neue Handlungsimpulse. Sie können aber auch einfach entspannt zuschauen. So oder so, es wird viel gelacht, und der Blick wird frei für andere Möglichkeiten.

SpielleiterIn und SchauspielerInnen zeigen beim Forumtheater dem Publikum keine Lösung der Probleme auf. Doch die emotionale Kraft des Theaters kann einen Bewusstwerdungsprozess in Gang setzen, in dessen Verlauf die Motivation entsteht, Verantwortung für sich selbst zu übernehmen. Forumtheater kann Mut machen, im Alltag aktiv einzugreifen, Situationen zu verändern und eigene wie fremde Verhaltensmuster zu durchbrechen.

Stimmen nach der Premiere am 8. Mai 2007, Theater Rigiblick, Zürich

«Ich fand das Theater ausgezeichnet und die angesprochenen Themen/Charaktere gut verwoben und in aktuelle Kontexte gestellt (z.B. Castings, Internet-Date, Chat). Es wurde starkes Gewicht auf die Themen Selbstbild, Selbstwertgefühl usw. gelegt, die wichtig sind. Auch die ZuschauerInnen / MitspielerInnen waren engagiert und brachten gute Aspekte ein, inklusive die kurze Sequenz der Jungen. Die 'sprachlose' Paarbeziehung der Eltern ist vielleicht nicht die häufigste Situation beim elterlichen Hintergrund von übergewichtigen Jugendlichen, vielleicht sind am häufigsten: die bereits eingetretene Trennung oder Scheidung der Eltern, die starke Abwesenheit der Eltern, die beide berufstätig sind oder sein müssen. (...) Auch die Moderation fand ich sehr ansprechend und professionell. Es war wirklich ein guter Abend in einem Zürcher Theater, das ich vorher noch nicht kannte. Herzlichen Dank.»

Toni Reichmuth, Schularzt Stadt Zürich

«Ich war sehr begeistert, dass in Ihrem Theater – auch als wir Zuschauer integriert wurden – weniger das Essen selbst, als vielmehr die Beziehungsfähigkeit zu sich und anderen im Zentrum stand. Und dass man eben immer wieder an seine Grenzen stösst... (nicht wie im Film, wo alles so schön auf- und weitergeht). Die Szenen waren sehr dicht. Ich musste sehr oft lachen, da ich so viele bekannte Dinge hörte. ... Diese Form des Theaters ist eine so amüsante, anregende und unterhaltsame Art, sich über Essen (oder auch andere Themen) Gedanken zu machen. Es macht einfach Spass. Mit Humor, auch in belastenden Situationen, lassen sich Veränderungen viel leichter bewirken. Ich werde Ihr Forumtheater sehr gerne weiter empfehlen. Nochmals vielen Dank für den anregenden Abend gestern.»

Gertrud Fassbind, Ernährungsberaterin

«'voll fett' hat uns sehr gut gefallen. Ihr seid sehr originell und habt die Problematik von Kompensationshandlungen wie unkontrolliertes 'In-sich-hineinstopfen', sprich 'Fressen' von Nahrungsmitteln, gekonnt dargestellt. Ebenso gelungen sind die Anspielungen auf die zum Thema passenden Werbeslogans und -plakate. Dass der Umgang mit Abführmitteln als – untauglicher – Weg zum Schlankbleiben zur Sucht führen kann, regt dazu an, über weitere Arten von Suchtmitteln nachzudenken.»

Annegret Heiniger, Kontaktlehrperson, Allgemeine Berufsschule Zürich

«Ein Spiel in zwei Teilen für vier Personen. Der erste Teil spielt im Büro. Es geht um Stress, Mobbing und darum, welches Verhältnis die Figuren zum Essen und zu ihrem Körper haben. Exemplarische Szenen werden kurz angespielt und sollen zum Nachdenken anregen. – Im zweiten Teil geht es um eine Familie. Die Mutter kämpft mit ihrem Gewicht, der Junge ist zu dick und sehnt sich nach einer Freundin. Das Mädchen wird vom Vater auf Music-Star getrimmt und findet, es entspreche nicht dem gängigen Schönheitsideal ... eine absolut alltägliche Ausgangslage, wie man sie in vielen Haushalten antreffen könnte. (...) Hier hat die Truppe eine Form entwickelt, welche das Publikum hinein nimmt und mitmachen lässt und zur Projektion der eigenen Erwartungen, Ängste und Hoffnungen einlädt. – Es ist zu hoffen, dass möglichst viele Interessenten eine Aufführung 'kaufen' und in Schulen, Betrieben, Organisationen zu solchen Gesprächsrunden einladen.»

Heinrich von Grünigen, Präsident Schweizerische Adipositas-Stiftung SAPS