

THEATERPÄDAGOGISCHES BEGLEITMATERIAL



«IM SPIEGELSAAL»

von Liv Strömquist / aus dem Schwedischen von Katharina Erben / in einer
Bühnenfassung von Julia Brettschneider und JUB-Ensemble / ab 13 Jahren

So geht's

Liebe Pädagog:innen,
wie schön, dass ihr Interesse an unserem JUB-Programm habt und zu unserer Inszenierung von *Im Spiegelsaal* arbeiten möchtet! Auf den folgenden Seiten findet ihr Hintergrundinformationen und etwas Inspiration, um die Klasse auf den Theaterbesuch einzustimmen bzw. diesen nachzubereiten. Gerne kommen wir auch in eure Klasse und geben Vor- oder Nachbereitungsworkshops. Viel Spaß beim Durchklicken, Lesen, Reden und Spielen!

Inhalt

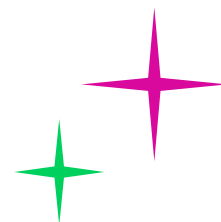
Hintergrundinformationen.....	1
Themen.....	2
Theaterpädagogische Vor- und Nachbereitung.....	6
Anregungen zum Nachgespräch.....	8
Arbeitsblatt.....	9

Workshopbuchung

Workshopbuchungen sind über jub@stadttheaterbremerhaven.de möglich.
Kontaktpersonen: Julia Balzert und Steven Wind
Telefon: 0471 48206 -292 / 0471 48206 -251

Redaktion

HERAUSGEBER Stadttheater Bremerhaven
INTENDANT Lars Tietje
SPIELZEIT 2025/2026
REDAKTION Julia Balzert, Steven Wind
SATZ Kerstin König & Nathalie Langmaack



HINTERGRUNDINFORMATIONEN



Infos zu unserer Inszenierung

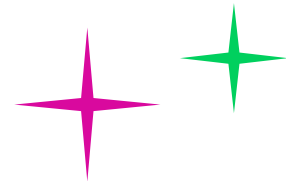
Was: Philosophische und soziokulturelle Theorien werden mit der Frage nach Schönheit verwoben und anhand von popkulturellen Beispielen oder bekannten Persönlichkeiten erläutert, z.B. Kylie Jenner oder Marilyn Monroe.

Wo & Wann: Die Inszenierung spielt im Jetzt und an keinem konkreten Ort.

Wie: In einer Szenen-Collage, in der die drei JUB-Schauspieler:innen in ganz unterschiedliche Rollen schlüpfen.

Warum: Weil die uralte Frage «Was ist Schönheit?» uns alle nicht loslässt. Jede Generation stellt sie sich aufs Neue und zahlreiche Philosoph:innen, Künstler:innen und Wissenschaftler:innen arbeiten sich an ihr ab. Gibt es eine universelle Idee von Schönheit? Hat Schönheit nur etwas mit dem Äußeren zu tun? Sind Schönheitsvorstellungen politisch? Wie hat sich unser Schönheitsempfinden durch die sozialen Medien verändert? Und wer entscheidet eigentlich, was schön ist?

Informationen zur Vorlage und zur Autorin



Was ist ein Graphic Novel?

Als Graphic Novels werden oft thematisch komplexere und somit anspruchsvollere Comics bezeichnet, die in der Regel etwas länger sind und in einem Buch erscheinen. Der Begriff wird genutzt, um sich von als trivial dargestellten Comics abzugrenzen. Kritiker:innen der Begriffsunterscheidung zwischen Comic und Graphic Novel werfen den Verlagen vor, sie würden den Begriff aus kommerziellem Interesse nutzen und weisen auf die Subjektivität der Einteilung in trivial und anspruchsvoll hin.

Liv Strömquist

Die schwedische Autorin und Comic-Zeichnerin Liv Strömquist hat Politikwissenschaft studiert und arbeitet auch als Radiomoderatorin. In ihren zahlreichen gesellschaftskritischen Sachcomics / Graphic Novels thematisiert sie vor allem feministische Themen. Nach ihren bekannten und ebenfalls ins Deutsche übersetzte Graphic Novels *Der Ursprung der Welt* (2017), *Der Ursprung der Liebe* (2018), *Im every woman* (2019) und *Ich fühl's nicht* (2020) erschien 2021 *Im Spiegelsaal* – bestehend aus fünf Comic-Essays. Seitdem erschienen zwei weitere Graphic Novels von ihr: *Astrologie* (2023) und *Das Orakel spricht* (2024). Alle Sachcomics von Strömquist wurden ins Deutsche übersetzt von der Übersetzerin Katharina Erben.

THEMEN

Artikel

Schönheit:

<https://www.fluter.de/heft96>

→ Insgesamt sehr spannend und empfehlenswert, unsere Highlights: Interview mit Jugendlichen (S. 8-11) und der Artikel über das Bleichen der Haut in Jamaika (S. 22-24)

<https://www.forschung-und-lehre.de/zeitfragen/was-ist-eigentlich-schoen-2012>

→ Interview mit einem Psychologen über universelle und kulturelle Parameter des Schönheitsempfindens.

<https://www.neuenarrative.de/magazin/warum-wir-schoenheit-verlernen-muessen>

→ über Schönheit als erlerntes Konzept, das Menschen auch im Arbeitsleben Privilegien verschafft.

<https://www.zukunftsinstitut.de/zukunftsthemen/status-schoenheit-unnatuerlich-natuerlich>

→ Schönheit ist zu einem Statussymbol geworden, das alle besitzen wollen. Das kostet Zeit und Geld und ist oft mehr Schein als Sein, so zum Beispiel: die inszenierte Natürlichkeit.

<https://www.quarks.de/podcast/schoen-sein-wird-das-immer-wichtiger-quarks-daily-spezial/>

→ durch KI und Filter werden Bilder, Gesichter und Körper zunehmend als perfekt dargestellt. Das beeinflusst unseren Blick und unsere Wahrnehmung.

Behaarung / Scham:

https://utopia.de/ratgeber/koerperbehaarung-schoenheitsideale-beeinflussen_468496/

→ Schönheitsideale verändern sich stetig, bestehen bleibt aber die Abwertung jener, die nicht in die gesellschaftlichen Normen passen.

<https://www.deutschlandfunkkultur.de/koerperbehaarung-mit-systemgrant-gegen-schoenheitsideale-elisabeth-lechner-100.html>

→ Die Kulturwissenschaftlerin Elisabeth Lechner beschreibt, wie auf Social Media zunehmend den enthaarten, dünnen und weißen Körpern mehr Aufmerksamkeit zu kommt als anderen.

Vorbilder / Trends / Popkulturelle Phänomene / Social Media:

<https://www.zdfheute.de/panorama/looksmaxxing-tiktok-trend-selbstoptimierung-100.html>

→ Auf Social Media gibt es immer wieder neue Trends zur Selbstoptimierung, gerade junge Männer betrifft dies zunehmend – ein Beispiel: Looksmaxxing.

<https://www.ardmediathek.de/film/skinny-um-jeden-preis-wer-profitiert-vom-abnehm-hype/Y3JpZDovL3N3ci5kZS9zZGlvc3RJC8xNzgz>

→ Dünn sein trendet. Gerade auf Social Media gibt es dazu immer wieder neue Tipps und Tricks. Auf TikTok gab es den #skinnytok, der jetzt verboten ist.

<https://www.deutschlandfunkkultur.de/schoenheitsdiktat-im-internet-mit-botox-hyaluron-und-op-zum-100.html>

→ Toxische Schönheitsbilder sind mehr denn je im Umlauf, Vorbilder wie Kylie Jenner beeinflussen Jugendliche und die Wahrnehmung von Körpern. Schönheitseingriffe bei Jugendlichen werden populärer.

Männlichkeit / Geschlecht im Kontext Schönheit:

<https://www.deutschlandfunknova.de/beitrag/falsches-koerperbild-schoenheitsideale-stressen-die-maenner>

→ auch Jungen und Männer empfinden einen Schönheitsdruck, das Ideal: der stählerne Adonis.

Eurozentristische Körperbilder / Rassistische Körperbilder:

<https://www.migrazine.at/index.php/artikel/viele-werden-weniger>

→ Westliche Schönheitsstandards sind in allen Köpfen und sorgen für Stigmatisierung – vor allem von nicht-weißen Menschen und Körpern.

<https://withinhealth.com/learn/articles/the-racist-history-of-fatphobia-and-weight-stigma#:~:text=and%2Oweight%2Odiscrimination-.%2Ofatphobia%2Orooted%2Oin%2Oracism?.as%2Owell%2Oas%2Oracial%2Oinferiority>

→ Der Hass auf dick/fette Körper nimmt zu – Was haben rassistische Diskriminierungsformen und der BMI damit zu tun?

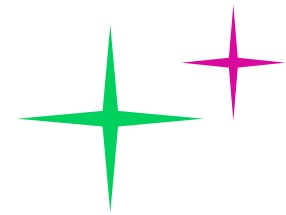
Body Positivity / Body Shaming – feministische Perspektiven:

<https://www.campact.de/blog/2023/10/patriarchat-muss-weg-damit-alle-schoen-sind/>

→ Patriarchale Vorherrschaft sorgt für ein unterschiedliches Machtverhältnis in der Gesellschaft, davon sind vor allem Körper von Frauen betroffen, dahinter steckt unter anderem auch der Kapitalismus.

<https://taz.de/Feminismus-und-Schoenheit/!5994359/>

→ Eine selbstbestimmte Sicht auf unsere Körper hilft uns, zu verstehen, wie und woher verschiedene Diskriminierungen stammen und wie wir diesen begegnen können.



Dokus

Arte-Doku *Stimmt es, dass...? Sahen schöne Menschen immer gleich aus?*

<https://www.youtube.com/watch?v=1OLLMkkPGLA> (24 Min.)

→ In der Doku werden unterschiedliche Aspekte von Schönheit beleuchtet (Schönheit als Ressource und Kapital, Schönheitsideale als Macht- und Kontrollinstrument, wie Schönheitsvorstellungen mit Rassismus und Kolonialismus zusammenhängen). Es wird in unterschiedliche Kulturen und Epochen gezoomt und gezeigt, dass Schönheitsvorstellungen kulturell geprägt sind.

ZDF-Doku *UNBUBBLE: Muskelwahn, TikTok-Trends und der Druck, perfekt zu sein*

<https://www.youtube.com/watch?v=3ttR8fJwJQY> (12 Min.)

→ In dieser Doku sprechen ein Bodybuilder und zwei Frauen über verzerrte Körperbilder und Essstörungen. Sie berichten, wie bei ihnen Selbstoptimierung schleichend zu Selbstzerstörung wurde und wie es zu dem Punkt kam, an dem sie sich Hilfe gesucht haben.

Arte-Doku *Tracks Est: Bin ich schön? Kampfplatz Körper*

<https://www.youtube.com/watch?v=OF8CASMHPk8> (ca. 32 Min.)

→ Influencer:innen aus Bulgarien, Ukraine, Tschechien und ein Model aus Armenien zeigen wie sie mit Erwartungen bezüglich Schönheitsvorstellungen brechen, provozieren und was Schönheit und Mode für sie in ihrem Alltag und ihrem Arbeitsleben bedeutet.

Arte-Doku: *Muskelwahn und Männerkult - Adonis*

<https://www.youtube.com/watch?v=l8zmmiBpJ7s> (50 Min.)

→ «Ein Einblick in die Maschinerie des Kraftsports und Fokus auf die körperlichen, psychischen und gesellschaftlichen Auswirkungen der Obsession vom perfekten männlichen Körper.»

Insta-Material

https://www.instagram.com/p/DKAPE2jPiCp/?utm_source=ig_web_copy_link&igsh=MzRIODBiNWFIZA==

→ Post vom Zuckersüß-Verlag über Körperbilder aus Filmen der frühen 2000ern

https://www.instagram.com/p/DKXTbqctDT9/?utm_source=ig_web_copy_link&igsh=MzRIODBiNWFIZA==

→ Post vom Zuckersüß-Verlag «Warum #skinnytok so problematisch ist»

https://www.instagram.com/p/DKoaOzXMyzm/?utm_source=ig_web_copy_link&igsh=MzRIODBiNWFIZA==

→ Post von Louisa Dellert und Tupoka Ogette «Skinny Religion: Warum Körperbilder wieder enger werden.»

https://www.instagram.com/p/DMdQl9zl2Cc/?utm_source=ig_web_copy_link&igsh=MzRIODBiNWFIZA==

→ Post von Fikri Anil Altintas und Josephine Apraku über Looksmaxxing

https://www.instagram.com/p/DN-CyHRiDe3/?utm_source=ig_web_copy_link&igsh=MzRIODBiNWFIZA==

→ Post von der Kulturwissenschaftlerin Elisabeth Lechner über die Body-Positivity-Bewegung

https://www.instagram.com/p/DJrcwFRMKxV/?utm_source=ig_web_copy_link&igsh=MzRIODBiNWFIZA==

→ Post von der Kulturwissenschaftlerin Elisabeth Lechner über den wiederaufgeflamten Schlankheitstrend



THEATERPÄDAGOGISCHE VOR- UND NACHBEREITUNG

Schönheitsvorbilder

Welche Promis, Influencer:innen, Sportler:innen findet ihr schön (im Sinne von hübsch)? Schaut euch diese gemeinsam an. Warum findet ihr diese Person schön? Was genau ist schön an der Person? Finden alle diese Person schön? Könnt ihr euch darauf einigen, was schön ist?

Komplimente-Spiel

Es stellen sich immer zwei gegenüber. Person A macht Person B ein ernstgemeintes Kompliment. Wenn Person B glaubt, dass das Kompliment ernstgemeint ist, darf sie einen Schritt nach vorne gehen. Person B macht Person A ein Kompliment. Wenn Person A glaubt, dass Person B das Kompliment ernstgemeint hat, darf Person A einen Schritt nach vorne gehen. Das Team, das am schnellsten dicht beieinandersteht, hat gewonnen.

Empowernde Trends entwickeln

Sucht euch einen Trend aus, den es gerade auf Social Media-Plattformen gibt (oder gab) und versucht diesen so zu verändern, dass dieser das Selbstbewusstsein stärkt.

Wir machen mal ein Beispiel. Kennt ihr den Trend: Smile without your eyes, raise your eyebrows, stop smiling. That's you modelface!

Unsere Version davon: Tilt your head to the right, smile cutely, show your teeth, stop everything! Look at the mirror: that's your true beautyface!



Sexy Gegenstand verkaufen

In unserer Inszenierung geht es in einer Szene um die mimetische Theorie des französischen Philosophen René Girard. Diese geht davon aus, dass der Mensch nicht weiß, was er begehrt und sich deshalb ein Vorbild sucht, dessen Begehren er nachahmen kann. Dieses Begehren kann sich auf andere Personen oder auf Gegenstände beziehen. Geht es um Gegenstände sind wir schnell bei dem Thema Konsum. Werbung z.B. nutzt (und lenkt) unser Begehren, um uns zum Kauf von Dingen zu motivieren, von denen wir glauben, sie dringend zu benötigen. So werden manchmal alltägliche Gegenstände aufgeladen mit Versprechen – z.B. nach Schönheit, die wiederum zu Erfolg, Liebe oder Glück führen soll. Sucht euch einen alltäglichen Gegenstand aus und versucht, den anderen in eurer Gruppe diesen Gegenstand mit allen Mitteln (auch falschen Versprechungen) zu verkaufen.

Catwalk

Geht in Kleingruppen zusammen. In der Kleingruppe macht jede/r einen kleinen Cat-Walk. Jede/r denkt sich einen eigenen Modelgang mit entsprechender Mimik und Gestik aus. Person A zeigt den anderen ihren Modelgang und die anderen müssen diesen so gut es geht imitieren. Dann zeigt Person B ihren Modelgang und die anderen imitieren diesen usw.

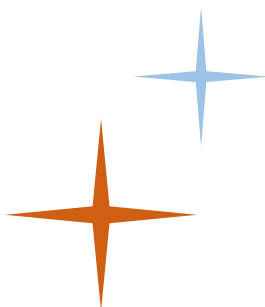
Spieglein, Spieglein -Chor

Eine Person spielt den magischen Spiegel. Eine andere Person, darf dem Spiegel eine Frage stellen, die sie schon immer mal beantwortet haben wollte. Die Person, die dem Spiegel die Frage stellt, wird bei der Beschwörungsformel von der ganzen Gruppe unterstützt. Die Gruppe und die fragende Person sprechen im Chor «Spieglein, Spieglein, an der Wand...». Dann stellt die ausgewählte Person ihre Frage. Die Person, die den magischen Spiegel spielt, beantwortet die Frage weise.

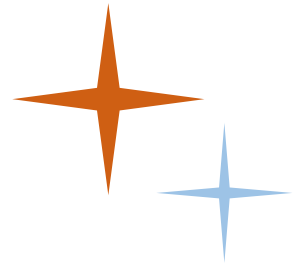


Anti-Wishlist

Gerade im Beauty-Bereich gibt es immer neue Produkte, die einem schnelle und effektive Lösungen für «Problemzonen» versprechen – sei es Shapewear fürs Gesicht, um einem Doppelkinn entgegen zu wirken oder die sogenannte Abnehmspritze Ozempic, die das Hungergefühl unterdrückt – eigentlich ein Medikament für Diabetiker:innen. Oft werden einem vermeintliche Problemzonen erst bewusst, wenn man von den entsprechenden Produkten erfährt. So entstehen künstliche Problemzonen, die zu weiterem Konsum führen. Stellt euch übungsweise gegen den Konsum und dem erlernten Drang der stetigen Selbstoptimierung und fertigt eine Anti-Wishlist an. Was wollt ihr alles nicht? Nicht kaufen, nicht verbessern, nicht optimieren... Was steht auf eurer Anti-Wishlist – Beauty Edition alles drauf?



ANREGUNGEN ZUM NACHGESPRÄCH



Was ist Schönheit für euch?

Sind Schönsein und Hübsch sein das gleiche für euch?

Was glaubt ihr, wer entscheidet, was schön ist?

Hat man schon immer das als schön empfunden, was wir heute als schön empfinden?

Finden alle Menschen auf der Welt das gleiche schön? Also: Gibt es so etwas wie universelle Schönheit?

Hängt für euch Schönsein und Jungsein zusammen? Oder können auch ältere Menschen schön sein?

Wann fühlt ihr euch schön? Tut ihr etwas, um euch schön(er) zu fühlen?

Wann findet ihr andere schön?

Empfindet ihr einen Druck, schön sein zu müssen?

Habt ihr den Eindruck, dass Social-Media-Plattformen eure Vorstellung von Schönheit beeinflussen?

Habt ihr den Eindruck, dass Social-Media-Plattformen euer Blick auf euch selbst beeinflusst?

Habt ihr eine Morning Routine und wie sieht die aus?

Könnt ihr beschreiben, wie die Schönheitsideale in eurer Generation aussehen?

Welche Beautytrends kennt ihr und was denkt ihr über diese?

Gibt es Trends, die ihr erst uncool fandet, dann aber doch mitgemacht habt?

Habt ihr das schonmal erlebt, dass ihr etwas hässlich fandet (z.B. ein Kleidungsstück), dann haben es aber alle getragen und plötzlich fandet ihr es auch schön?

Wie viel Geld gebt ihr aus für eure Schönheit?

Gab es einen Moment im Stück, der euch besonders in Erinnerung geblieben ist?

Gab es einen Moment im Stück, der euch emotional berührt hat?

Kanntet ihr die Songs, die im Stück vorkamen? Was hat euch die Musik in den einzelnen Szenen erzählt?

Kanntet ihr eine Situation aus dem Stück aus eurem eigenen Leben?



ARBEITSBLATT: COMIC ZEICHNEN

Die Stückentwicklung *Im Spiegelsaal* basiert auf der gleichnamigen Graphic Novel oder auch Sachcomic von Liv Strömquist. Die Bilder in Comics erlauben es, schnell und einfach kurze Geschichten zu erzählen.

Hier findest du ein paar Tipps und Tricks zum Zeichnen von Comics:

<https://www.youtube.com/watch?v=oCQvx6lzFtU>

Und so könnte ein Comic zum Thema Schönheit aussehen:

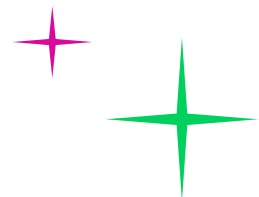


Quelle: <https://islieb.de/schoenheit/>

Zeichne nun selbst einen kurzen Comic, der sich mit Schönheit beschäftigt.

Eine Vorlage für deinen eigenen Comic findest du auf der nächsten Seite.

Viel Spaß!



COMICVORLAGE ZUR INSZENIERUNG «IM SPIEGELSAAL»



Titel:

von: