

LOST MY WAY

- When life doesn't go according to plan



Geschrieben und gespielt von
Saskia Norman

Regie: Elisabeth Halikiopoulos

Information und Begleitmaterial für den Unterricht

WARUM FÜR SCHÜLER:INNEN?

Die One Woman Show in englischer Sprache richtet sich vor allem an junge Menschen, die mit den üblichen Problemen der Pubertät konfrontiert sind. Bin ich gut genug? Wie gehe ich mit Einsamkeit um? Aber vor allem, wo passe ich dazu? Die Protagonistin ist immer wieder mit ihrer Andersartigkeit konfrontiert. Sei es als einzige Österreicherin in einer internationalen Schule oder auch als "Vaterlose". Der spätere Kulturschock in Los Angeles ist dann nur noch das Sahnehäubchen obendrauf. Das Stück ist also vor allem auch für Menschen interessant, die ebenfalls mit den Schwierigkeiten des Lebens in anderen Kulturen konfrontiert sind. Aber vor allem auch das Thema Essstörung, mit der die Protagonistin in "Lost My Way" zu kämpfen hat, ist leider wieder hochaktuell.

INHALT

"Lost My Way" erzählt die Geschichte einer zielstrebig-jungen Frau und ihrem Umgang mit Pubertät, Verlust, Kulturschock und der Suche nach sich selbst. Humorvoll, ernst und vor allem ehrlich, nimmt uns die Protagonistin mit auf ihre Reise, in der das Leben nicht immer so spielt, wie frau es sich wünscht... Was als Therapiestunde beginnt, wird eine Rückschau auf das bisherige Leben. Die Protagonistin tritt in einen Dialog mit dem Publikum und erzählt von den wichtigsten Stationen, die sie an diesen Punkt ihres Lebens gebracht haben. Dabei schlüpft sie selbst in die verschiedenen Rollen und geht dabei den Fragen auf den Grund: Macht der Tod des eigenen Vaters unsere Haut dicker oder dünner? Lassen sich unliebsame Gefühle einfach so aus dem Körper „kotzen“ oder durch Hungern verdrängen? Und holen uns diese immer wieder ein, auch wenn wir tausende Kilometer vor ihnen weglaufen? Saskia, die Protagonistin, lässt uns an ihrem Leben mit allen Schicksalsschlägen und Veränderungen teilhaben. Der frühe Krebstod des Vaters, die Flucht in die Schauspielerei, das große Ziel der Ausbildung und Karriere in Hollywood, der damit verbundene Kulturschock, der tägliche Kampf mit Sprachbarrieren und fremden Umgangsformen, aber auch die Einsamkeit und der Kampf mit der Bulimie, die aus den verdrängten Gefühlen entstehen kann.

Was nach schwerer Kost klingt, ist aber in Wahrheit ein humorvoller Abend, der sogar ein bisschen an Stand-Up erinnert, und in dem Lachen und Weinen oft nahe beieinander liegen...

Doch am Ende siegt die Hoffnung! Denn das Leben beschenkt uns mit Zeichen, die uns die Richtung weisen können. Und so erreicht uns beispielsweise ein Lied genau im richtigen Moment und erlaubt uns einen neuen Blickwinkel auf die Dinge:

"Life does not always give you a choice in what will happen, but it gives you a choice in how you deal with it".

ZUR NACHBEREITUNG DES THEATERBESUCHS

Im Stück "Lost My Way" werden mehrere Themen angesprochen, über die man gemeinsam in der Gruppe sprechen kann.

DISKUSSIONSVORSCHLAG

Zum Thema Resilienz:

Mit wem kann ich über meine Probleme sprechen?

Wer ist für mich da?

Auf welche Menschen in meinem Umkreis kann ich mich verlassen?

Welche Schwierigkeiten und Krisen habe ich in meinem Leben schon gemeistert?

Was hat mir dabei geholfen?

Zum Thema kulturelle Unterschiede:

Wie sieht ein typischer Tag in meiner Familie aus?

Welche Unterschiede gibt es zu anderen Familien?

Zum Stück:

Wenn ich mein Leben erzählen würde, was wären meine wichtigsten Stationen oder Erlebnisse, die mir besonders in Erinnerung geblieben sind?

Mehr Informationen zum Thema Essstörung:

<https://www.gesundheit.gv.at/krankheiten/psyche/essstoerungen/was-ist-das.html>

Beratung und Hilfe:

SO WHAT - Kompetenzzentrum für Menschen mit Essstörungen

<http://www.sowhat.at/>

ÜBUNGSVORSCHLÄGE

Übung 1: Schreibe eine 1-minütige Szene mit 2 Personen, wenn du willst, kannst du sie auch von deinen Mitschüler:innen spielen lassen.

Was braucht es, damit der Text auch spielerisch funktioniert und spannend ist?

Übung 2: Schreibe ein Erlebnis in Form eines Liedes, Poetry Slams, oder Gedichts!

Welche Form eignet sich wofür? Was sind die Unterschiede?

WORKSHOP

Als Zusatzangebot bieten wir zur weiteren Vertiefung gerne Workshops an der Schule an:

Individuell nach Vereinbarung jeweils 3, 5 oder 15 Stunden möglich

KREATIVES SCHREIBEN mit Saskia Norman:

Wie schreibe ich meine eigenen Texte?

Wie stelle ich meine Texte spielerisch dar?

Saskia Norman (Schauspiel und Autorin)

*1993 in Wien

Saskia studierte Schauspiel an der renommierten American Academy of Dramatic Arts in Los Angeles, wo sie unter anderem das Fach *One Person Show* belegte und von der mehrfach ausgezeichneten Schauspielerin und Theatermacherin Debra DeLiso unterrichtet wurde. Abschluss: 2015. Seit 2017 ist sie zurück in Österreich und seitdem als Schauspielerin auf der Bühne und vor der Kamera tätig. Des Weiteren arbeitet Saskia auch als Autorin. 2015 führte sie ihr erstes 10-min Einpersonen Stück, "Little Indigenous Girl and Buffalo Bill", am Complex Theatre in Los Angeles auf. 2018 folgte die Wiederaufnahme beim United Solo Theatre Festival in New York. Nach ihren ersten Erfolgen beschloss Norman, ihr Kurzstück auszuweiten. 2021 wurde ihre neue One Woman Show "Lost My Way" uraufgeführt. Seitdem wird es national und international gespielt.

RESILIENZTRAINING mit Elisabeth Halikiopoulos:

Was ist Resilienz und wie kann man sie trainieren?

Welche Bedeutung hat dabei der eigene Körper als Ressource?

Elisabeth Halikiopoulos (Regie)

*1986 in Wiener Neustadt

Elisabeth studierte Schauspiel am Mozarteum Salzburg. Von 2011 bis 2013 war sie festes Ensemblemitglied am Landestheater Salzburg. Seitdem arbeitet sie freischaffend unter anderem an der Staatsoper Hamburg, am Stadttheater Gießen, am Theater und Orchester Heidelberg und bei den Freilichtspielen Schwäbisch Hall. Seit 2018 lebt sie wieder in Wien, wo sie neben ihrer Arbeit als Schauspielerin auch als Sängerin, Sprecherin und Regisseurin tätig ist. Neben ihrer künstlerischen Arbeit hat sie auch eine Ausbildung zur Resilienztrainerin und Embodiment Coach absolviert.

PERSÖNLICHE MOTIVATION

Nicht jede*r ist salopp gesagt eine ausgewanderte, junge Frau mit Schauspielambitionen, totem Vater und Essstörung, aber dennoch kann sich jede*r in einem Aspekt der Geschichte wiederfinden. Wir alle kennen die Ängste der Pubertät, den Verlust eines geliebten Menschen, Träume, die uns antreiben und die Weggabelungen im Leben, an denen wir uns entscheiden müssen, welche Richtung wir einschlagen. Das Ziel der Inszenierung ist, einen Menschen mit allen Stärken und Schwächen zu zeigen und durch diese Verletzlichkeit eine Verbindung zum Publikum zu schaffen. Denn zusammen ist man weniger allein. Das war auch der Beweggrund der Autorin und Hauptdarstellerin das Stück zu schreiben. Sie verarbeitet darin ihre ganz persönlichen Erfahrungen und die Geschichte ist zu einem großen Teil autobiographisch. Viele Menschen schämen sich immer noch, über eine psychische Störung, egal ob Essstörung oder Depression, zu sprechen. Das Stück soll einen Beitrag dazu leisten, offen über diese Themen zu sprechen und einen Austausch zu ermöglichen.

MEHR INFOS, TRAILER UND KONTAKT

Homepage: lostmywayontour.com



Saskia Norman:

www.saskianorman.net

+43664/4516928

saskia.m.norman@gmail.com



Mag.art. Elisabeth Halikiopoulos:

www.elisabeth-halikiopoulos.com

+43660/7675222

elisabeth@halikiopoulos.com