

ALL DAS SCHÖNE

Schauspiel von Duncan Macmillan
Deutsche Übersetzung von Corinna Brocher

Inszenierung, Bühnen- und Kostümbild

Christoph Bangerter

Es spielt

Antonia Welke

Beleuchtungseinrichtung

Marcus Richter
Victor Rothermel

Toneinrichtung
Abendtechnik

Erasmus Gerlach
Heiner Piesbergen & Shylee Kline

Premiere: 17. November 2024, Theaterwerkstatt

Eigenproduktion des T:K-Theater in Kempten

Aufführungsrechte:

Rowohlt Theater Verlag, Hamburg

In Kooperation mit der Suizidprävention des evangelischen Dekanats Kempten



Und in Zusammenarbeit mit Expertinnen und Experten der Suizidprävention

Mit besonderer Unterstützung



Wir bedanken uns bei unseren Theaterpaten:

Buchhandlung Lesezeichen eG

Kanzlei Beschnidt, Knott & Partner mbB

Theater- und Musikgesellschaft e. V. (TuM)

Theater Kempten gGmbH

Rathausplatz 29, 87435 Kempten

Künstlerische Direktorin: Silvia Armbruster

Redaktion: Silvia Armbruster, Hans Piesbergen

Quellen:

Stiftung Deutsche Depressionshilfe

„Damit aus Trauma Trauer wird“ von Nicole Rinder und Florian Rauch

BR <https://www.br.de/puls/themen/leben/depressionen-richtig-reagieren-100.html>

Jutta Schröppel, Suizidprävention Kempten

Gestaltung: www.luxxcon.com

theaterinkempten.de



Das T:K-Theater in Kempten wird gefördert aus Mittel von

Bayerisches Staatsministerium für
Wissenschaft und Kunst



Lebenswertes Leben. Vision der KI firefly.

DAMIT AUS TRAUMA TRAUER WIRD

Weiterleben nach dem Suizid eines nahe-
stehenden Menschen

„Ein Suizid stiftet unendliches Leid. Über diese Trauer kommt man nie ganz hinweg – es gibt nur einen Weg: Zunächst einmal, sie zuzulassen, durchzugehen, es auszuhalten. Dann die Trauer Stück für Stück ins eigene Leben zu integrieren. Trauer endet nie – aber die offenen Wunden können vernarben.“

Die Frau, die dies sagte, hatte fünf Jahre zuvor ihren Sohn durch Suizid verloren.

Etwa 10.000 Menschen nehmen sich jedes Jahr in Deutschland das Leben.

Zehntausendmal erleben Angehörige und Freunde – durchschnittlich sind 5-8 Personen von einem Suizid unmittelbar betroffen – den Schmerz, dass sich ein geliebter Mensch für den Tod entschieden hat. Ein Suizid ist immer unfassbar und schockierend. Die Hinterbliebenen müssen eine der größten Herausforderungen ihres Lebens bewältigen. Denn die Hauptlast tragen die Hinterbliebenen. Ihr Schmerz ist unendlich.

Der Suizid ist auch heute noch ein gesellschaftliches Tabu. Möglicherweise liegt es an der jahrhundertelangen Verurteilung des Suizids als Todsünde. In dieser Geisteshaltung waren Hinterbliebene nicht Menschen, die Leid und Schmerz ertragen, sondern Angeklagte. Sie galten als mitschuldig, weil ein Angehöriger sich das Leben genommen hatte.

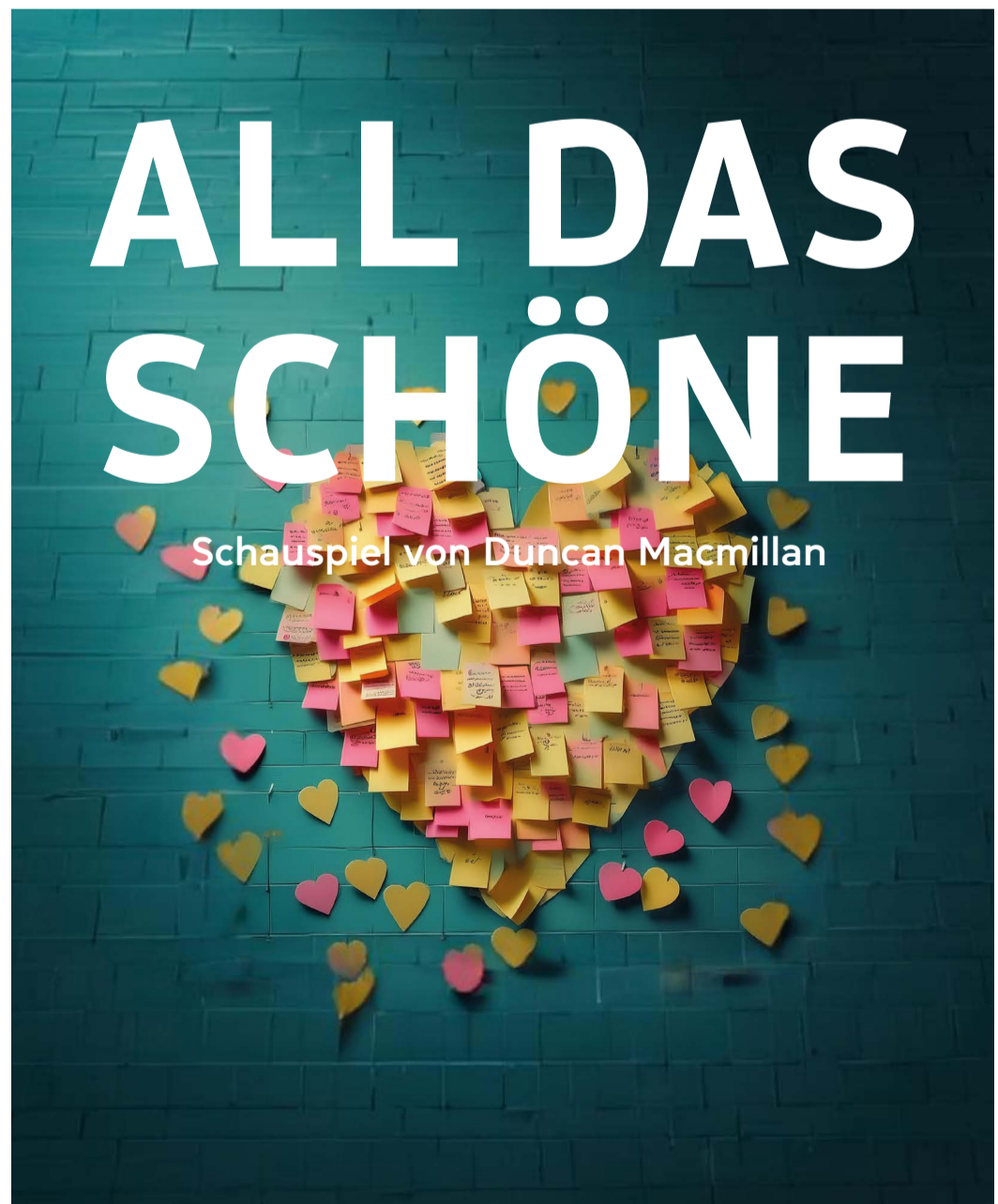
Die Trauernden wurden gemieden. Das geschieht noch heute.

„Jeder trauert anders. Es hat unglaublich lange gedauert bis wir (in der Familie) das verstanden haben. Vor allem, dass nicht alle immer gleichzeitig trauern. Jeder hat seine Art und seine Zeit zu trauern. Am Anfang ist man in der Trauer eins, man hält und unterstützt sich. Wir haben in der ersten Zeit eine unglaublich starke Bindung und Zusammengehörigkeit empfunden.“

Doch das hält nicht lange an. Schnell zeigten sich die Unterschiede, die wir aber nicht gleich verstanden. Wir stritten heftig und machten uns gegenseitig Vorwürfe. Schuldgefühle, Vorwürfe, Wut und Verzweiflung haben sich beinahe unkontrollierbar abgewechselt. Hätten wir nicht die Selbsthilfegruppe gefunden, die uns begreifen ließ, dass Trauer Menschen auch trennen kann – ich weiß nicht, wo wir als Familie heute stehen würden.“

Der einzige Weg in ein erfülltes, freudvolles Leben führt über die Akzeptanz. Um mit einem Suizid weiter leben zu können, müssen wir annehmen, dass es ist, wie es ist. Dass unser geliebter Mensch diesen Weg gewählt hat. An diesem Punkt können wir unser Herz öffnen und eine andere Bindung zum Verstorbenen und ein anderes Lebensgefühl können wachsen. Unser Blick kann sich wieder zum Leben und zum Schönen wenden.

T:K
THEATERINKEMPTEN.DE



WWW.THEATERINKEMPTEN.DE



In Kooperation mit der Suizidprävention
des evangelischen Dekanats Kempten



Depression

Depressionen gehören zu den häufigsten und hinsichtlich ihrer Schwere am meisten unterschätzten Erkrankungen. Insgesamt erkranken pro Jahr 5,3 Millionen der erwachsenen Deutschen zwischen 18 und 79 Jahren, das sind 8,2%, an einer unipolaren oder anhaltenden depressiven Störung. Diese Zahl erhöht sich noch einmal um Kinder, Jugendliche und Menschen über 79, die in dieser Studie nicht erfasst sind, aber ebenfalls an Depression erkranken können.

Bei Kindern und Jugendlichen sind die Fallzahlen in den vergangenen Jahren dramatisch gestiegen, sie haben sich zwischen 2017 und 2024 versechsfacht.

Auf die Lebensspanne betrachtet ist, verschiedenen Studien zufolge, etwa jeder fünfte bis sechste Erwachsene einmal von einer Depression betroffen.

Frauen erhalten eine Depressionsdiagnose doppelt so häufig wie Männer.

Laut der Weltgesundheitsorganisation bekommen etwa drei von vier an Depression leidenden Europäer*innen nicht die notwendige Behandlung.

Untersuchungen zeigen, dass sich von Depressionen und Suizidgedanken betroffene Jugendliche eher an Freunde und Gleichaltrige wenden, wenn es um die Suche nach Hilfe geht, als an Erwachsene. Aufgrund der anhaltenden Stigmatisierung psychischer Erkrankungen passiert häufig jedoch nicht einmal das.

All das Schöne bricht das Schweigen über Depressionen und Selbsttötung und gibt Anstoß zur Auseinandersetzung mit der

Komplexität psychischer Erkrankungen und ihren Auswirkungen – gerade auch auf Angehörige von Betroffenen.

Wie kann man reagieren, wenn ein nahestehender Mensch Suizidgedanken hat?

Wenn es einem geliebten Menschen schlecht geht, kann man einiges machen: trösten, gut zureden oder einfach mal in den Arm nehmen. Aber was ist, wenn die Person wirklich mit Depressionen zu kämpfen hat oder sogar darüber nachdenkt, sich etwas anzutun?

Gerade bei jungen Menschen unter 25 ist Suizid eine der häufigsten Todesursachen. Als Gründe nennen Psychiater*innen oft nicht ausreichend behandelte Depressionen. Gleichzeitig kann es belastend und herausfordernd sein, wenn Freund*innen oder jemand aus der Familie düstere Gedanken mit einem teilen oder sich immer weiter zurückziehen.

Nicht ignorieren, sondern nachfragen

Außer einer direkten Ankündigung, sich etwas antun zu wollen, gibt es leider keine hundertprozentigen Warnsignale. Bei manchen Menschen merkt man, dass sie sich völlig abkapseln, komplett hoffnungslos und verzweifelt sind. Ein anderer Hinweis könnte auch sein, dass jemand seine letzten Dinge regelt. Auf jeden Fall sollten wir nachfragen, wenn uns so ein Verhalten auffällt, also offen ansprechen und keinen Bogen um das unangenehme Thema machen: „Was meinst du denn damit? Muss ich mir Sorgen machen? Hast du schon Pläne oder warst du schon mal kurz davor?“ So kann man genauer erfahren, wie konkret die

Aufführung wie die andere. „Wenn es gut läuft, bist du von Leuten umgeben, die antworten. Und es gibt keine größere emotionale Wirkung, als zuzusehen, wie Menschen lachen, lächeln, weinen, sich engagieren und bewegt sind. Es entsteht eine tröstliche Gemeinschaft, denn niemand ist allein mit der Angst vor Einsamkeit, vor dem Leben und dem Tod. Über Gefühle wie Traurigkeit lässt sich besser reden mit Humor“, konstatiert Macmillan in einem Interview, und beteuert, „es ist so wichtig, Lachen und Freude zu nutzen, um über die schlimmsten Dinge zu sprechen. *All das Schöne* artikuliert hoffentlich die Komplexität des Lebens und macht glücklich.“

Suizidgefahr eines Freundes oder einer Freundin ist.

Depression ist eine Krankheit

Eines der größten Probleme ist immer noch, dass Depression gesellschaftlich nur selten als das gesehen wird, was sie ist: eine Krankheit. Die meisten Menschen sehen Depression als Reaktion auf Einsamkeit, Partnerschaftskonflikt oder Arbeitsbelastung. Es kommt in Familien und Freundschaften zu Missverständnissen, der Eindruck kann entstehen, die betroffene Person liebt uns nicht mehr, sie zieht sich zurück. Oder man findet sie „zu bequem“, sie „reißt sich nicht zusammen“.

Die wenigsten erkennen, dass es eine eigenständige Erkrankung ist. Die Depression sucht im Leben irgendetwas Negatives und irgendetwas findet sie immer. Das vergrößert sie dann und rückt es ins Zentrum. Zwar können Familienangehörige und Freund*innen eine große Stütze sein, aber professionelle Hilfe können sie nicht ersetzen. Deswegen sollten sich Betroffene

Memento

**Vor meinem eignen Tod ist mir nicht bang,
Nur vor dem Tode derer, die mir nah sind.
Wie soll ich leben, wenn sie nicht mehr da sind?**

**Allein im Nebel tast ich todentlang
Und lass mich willig in das Dunkel treiben.
Das Gehen schmerzt nicht halb so wie das Bleiben.**

**Der weiß es wohl, dem gleiches widerfuhr;
– Und die es trugen, mögen mir vergeben.
Bedenkt: den eignen Tod, den stirbt man nur,
Doch mit dem Tod der andern muss man leben.**

Mascha Kaléko

Duncan Macmillan

ist ein britischer Dramatiker und Regisseur. Seine Theaterstücke behandeln zeitgenössische gesellschaftliche Themen, die von Sucht und Genesung bis hin zu Depressionen und Suizid handeln.

All das Schöne entstand 2013 in Zusammenarbeit mit dem Standup-Comedian Jonny Donahoe. Es mag heikel erscheinen, in einem Theaterstück über ein solch bedrückendes Thema wie Depression und in der Folge über Selbsttötung zu sprechen. Macmillans Beobachtungen zufolge wird Depression als Thema in den Medien häufig verklärt oder aber – und das ist fast noch problematischer – tabuisiert. Die Behauptung, spräche man von Suizid, brächte man Menschen dazu, sich selbst das Leben zu nehmen, ist wissenschaftlich nicht belegbar. Mit *All das Schöne* will Macmillan das Thema aus der Tabuzone holen, es ins gesellschaftliche Bewusstsein bringen und die Hemmschwelle für Betroffene senken, über ihre Probleme zu sprechen. Klug bedient sich Macmillan dabei des Humors als Mittel, um das Thema zu öffnen. Selbst die düstersten Momente des Stückes durchzieht geschickt ein lebensfroher Ton. Außerdem holt er das Publikum aus der gewohnten Dunkelheit des Zuschauerraums heraus in eine Sitzrunde im Hellen – die Bühne wird zum shared space: Aus passiven Zuschauern werden aktiv Teilnehmende, denn die Hauptfigur fordert sie dazu auf, in unterschiedliche Rollen zu schlüpfen, vom Vater der Protagonistin, über eine Schulpsychologin, bis hin zum örtlichen Tierarzt. Das Publikum greift ins Geschehen ein und erlangt eigene Handlungsmacht. So ist keine

Wo finde ich Hilfe?

Hast du düstere Gedanken? Wenn es dir nicht gut geht oder du daran denkst, dir das Leben zu nehmen, versuche, mit anderen Menschen darüber zu sprechen.

Das können Freund*innen sein oder Verwandte. Es gibt aber auch eine Vielzahl von Hilfsangeboten, bei denen du dich melden kannst.

- Krisendienst Schwaben - kostenlos 24 Std. erreichbar, Tel. 0800 655 3000
- BKH Kempten - Tel. 0831 540262600
- Sozialpsychiatrischer Dienst der Diakonie – St. Mang Platz 12, Tel. 0831 540 59 201
- Pfarrerin Jutta Schröppel, Koordination Suizidprävention und Seelsorge am BKH Kempten, Tel. 0151 62769846, Mail: jutta.schroepfel@elkb.de
- Psychologische Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen – Mozartstr. 15, 87435 Kempten, Tel. 0831 23636
- Telefonseelsorge – anonym, kostenlos 24 Std. erreichbar, Tel. 0800 1110111 oder 0800 1110222, auch mit Hilfe-Chat und Mail-Beratung, www.telefonseelsorge.de
- Nummer gegen Kummer – anonym und kostenlos, Tel. 116111 (Mo.-Sa. 14 – 20 Uhr), online Beratung www.nummergegenkummer.de
- Info-Telefon Depression - Tel. 0800 3344533
- Stiftung Deutsche Depressionshilfe - www.deutsche-depressionhilfe.de
- Online – Forum zum Erfahrungsaustausch für Erwachsene unter www.diskussionsforum-depression.de

Speziell für Kinder und Jugendliche

- Lacrima – Trauerbewältigung für Kinder und Jugendliche in der Johanniter-Dienststelle Haubenschloßstr. 6, 87435 Kempten, Tel. 0831 52157 202, Mailadresse: lacrima.kempten@johanniter.de
- U25 - Online-Suizidprävention und vertrauliche Mailberatung für junge Menschen: www.u25-deutschland.de
- Online-Hilfe - www.jugendnotmail.de 365 Tage im Jahr anonyme und kostenlose Beratung durch ausgebildeter Ansprechpartner*innen
- Online – Forum für junge Menschen ab 14 Jahren unter www.fideo.de