

Begleitmaterial für Pädagog*Innen & Multiplikator*innen

Der Dämon in dir muss Heimat finden

Eine Selbstoptimierungs-Groteske – Komödie von Lola Fuchs



Probenfoto

Mit: Ekkehard Freye, Linda Elsner, Nika Mišković, Marlena Keil, Linus Ebner (Gast) und Statisterie: Fernando Kimm, Sophie Dahlbüdding, Quinn Mengs, Lisa Petersen, Tesnim Seddik, Malia Steinmann, Dennis Shevchenko, Smilla Straßer

Regie

Lola Fuchs

Ausstattung

Anita Ackva

Sounddesign

Oskar Mayböck

Dramaturgie

Jasco Viefhues

Theatervermittlung

Sarah Jasinszczak

Licht

Markus Fuchs

Ton

Robin Lockhardt

Live-Kamera

Tobias Hoefft

Regieassistentz

Madita Scülfort

Ausstattungsassistentz

Constanze Kriester

Inspizienz

Christoph Öhl

Soufflage

Klara Brandi

Inhaltsverzeichnis

- 1 Inhalt der Inszenierung
- 2 Selbstoptimierung
- 3 Das innere Kind
- 4 Veronika von Sonnen
- 5 „(S)in(n)fluencer“
- 6 Selbsttest bist du ein Schattenkind oder Sonnenkind – Tokio Hotel Edition
- 7 Pressestimmen

Kontakt und theaterpädagogische Begleitung:

Sarah Jasinszczak, Theaterpädagogin Schauspiel, Theaterkarree 1-3, 44137 Dortmund
0231/5022555 oder junges-schauspiel@theaterdo.de

1 INHALT DER INSZENIERUNG

Die Zeiten sind düster, die Mieten horrend, die Löhne niedrig und die Stimmung gelinde ausgedrückt beschissen. Ein liberaler Finanzminister hat Sparen zur Tugend erkoren – brave Bürger*innen sind bescheidene Bürger*innen.

Mandy-Galadriel, gescheiterte Singer-Songwriterin und Paketshopbetreiberin, hält nicht viel von Bescheidenheit. Hochverschuldet bei diversen Finanzinstituten und besorgten Freundinnen, kultiviert sie ihre Träume in pinken Parfumflakons und verweigert sich trotzig der Tristesse des Erwachsenseins. Doch der raue Wind der Realität macht vor niemandem Halt und so wird ihr Leben pünktlich zu ihrem 30. Geburtstag auf den Kopf gestellt. Ihre unfreiwillige Reise führt sie vor die Pforten des DAWN-Towers, der wie ein Ufo über der verregneten Stadt zu schweben scheint. Dort bieten Guru Veronika von Sonnen und ihr „Seelenbruder“ Markus eine bewusstseinserweiternde Begegnung mit dem inneren Kind an, die jegliche Form von negativer „Schattenenergie“ zu heilen verspricht. Doch hinter der verspiegelten Außenwandfläche verstecken sich so viele Räume wie Geheimnisse. Und was wie ein harmloses, spirituell angehauchtes Selbsthilfeangebot beginnt, entpuppt sich als dystopische Irrfahrt durch die Tiefen der unternehmerischen Ruchlosigkeit. Zum Glück gibt es da noch die ausgebrannte Neurotikerin Melli und den in Rätseln sprechenden, nach Linksextremismus miefenden Florian, die gemeinsam mit Mandy-Galadriel das Licht am Ende des Tunnels suchen.

Quelle: <https://www.theaterdo.de/produktionen/detail/der-daemon-in-dir-muss-heimat-finden/>

2 SELBSTOPTIMIERUNG

In einer Epoche, die von ständiger Selbstvervollkommnung besessen ist, hat sich das Streben nach Perfektion zu einem allgegenwärtigen Zwang entwickelt. Doch angesichts dieses unerbittlichen Drucks stellt sich eine unbequeme Frage: Macht uns dieser Drang nicht krank? Was einst als harmlose Bemühung begann – ein paar Pfunde verlieren, das Gedächtnis schärfen –, hat sich zu einem umfassenden Phänomen entwickelt, das nahezu jeden Aspekt unseres Lebens durchdringt.

Selbstoptimierung ist zur sozialen Norm geworden, und das 21. Jahrhundert wird oft als das „Zeitalter der Selbstoptimierung“ bezeichnet. Der Antrieb, immer mehr zu erreichen – sei es in Sachen Schönheit, Leistung oder Erfolg – ist allgegenwärtig, verstärkt durch die scheinbar perfekten Leben- und Körperbilder auf Social Media, die uns suggerieren, dass wir niemals genug tun können.

Der Begriff „Optimierung“ stammt vom Lateinischen *optimus*, was „der Beste“ bedeutet. Ursprünglich auf die Verbesserung persönlicher Fähigkeiten ausgerichtet,

hat sich dieser Impuls in unserer modernen Gesellschaft zu einem zwanghaften Bedürfnis entwickelt. Wo Selbstoptimierung früher im Kontext der Gemeinschaft verankert war, ist sie heute auf das Individuum fokussiert. Globalisierung, wirtschaftlicher Druck und prekäre Arbeitsbedingungen haben viele Menschen in einen Zustand chronischen Stresses versetzt, der das Risiko für psychische Erkrankungen erhöht.

Doch in einer Welt, die von endloser Produktivität und Selbstoptimierung geprägt ist, formiert sich auch Widerstand in den sozialen Medien. Der Tik-Tok-Trend des „Bed Rotting“ – die bewusste Entscheidung, sich dem Drang nach ständiger Produktivität zu entziehen und radikal der Ruhe hinzugeben – gewinnt an Bedeutung. Menschen ziehen sich in den Komfort ihres Bettes zurück, ohne den Druck, produktiv zu sein oder einem idealen Erscheinungsbild entsprechen zu müssen. Dieser Trend wird als eine Form von Selbstfürsorge und sogar als Akt des Widerstands gegen die ständigen Leistungsanforderungen der Gesellschaft gefeiert.

Letztlich ist die Konsumindustrie nicht deshalb so mächtig und wohlhabend, weil sie selbstlos die Bedürfnisse der Menschen erfüllt, sondern weil sie geschickt neue Bedürfnisse schafft – Bedürfnisse, von denen wir vorher gar nicht wussten, dass wir sie haben.

Quelle: Programmheft: Der Dämon in Dir muss Heimat finden von Jasco Viefhues



Probenfoto

3 Das innere Kind

Jeder Mensch sehnt sich danach, angenommen und geliebt zu werden. Im Idealfall entwickeln wir während unserer Kindheit das nötige Urvertrauen, das uns als Erwachsene durchs Leben trägt. Doch auch die erfahrenen Kränkungen prägen sich ein und bestimmen unbewusst unser gesamtes Beziehungsleben. Erfolgsautorin Stefanie Stahl hat einen neuen, wirksamen Ansatz zur Arbeit mit dem »inneren Kind« entwickelt: Wenn wir Freundschaft mit ihm schließen, bieten sich erstaunliche Möglichkeiten, Konflikte zu lösen, Beziehungen glücklicher zu gestalten und auf (fast) jedes Problem eine Antwort zu finden.

„[Diese] Glaubenssätze steuern unser Verhalten, das sich in sogenannten Selbstschutzstrategien manifestiert. In diesem Buch erkläre ich, wie man Bekanntschaft mit seinem Schattenkind schließt, seine negativen Glaubenssätze erkennt, sein Erwachsenen-Ich stärkt und zum Sonnenkind kommt.“

Quelle: [Das Kind in dir muss Heimat finden | Stefanie Stahl](#)

Ausschnitt aus dem Interview mit Lola Fuchs

„Irgendwie hab ich mich gefragt: Was ist diese Besessenheit mit dem inneren Kind? Warum hat die ganze Gesellschaft auf einmal das Bedürfnis wieder Kind zu sein? Was sagt das aus, über die Verhältnisse, in denen wir leben und hat das auch damit was zu tun, dass man das Gefühl hat politisch so ohnmächtig zu sein und so wenig gestalten zu können und, dass die Zeiten so finster sind? Und was hat das für Konsequenzen? Stärkt das irgendeine Art von autoritärem Charakter?“
„Was ist das für ein Konzept, Heilung? Zu welchem Zustand will man zurückkehren und macht das überhaupt Sinn?“

Das Interview führte Jasco Viefhues

4 Veronika von Sonnen

Veronika von Sonnen - liebevoll als „Mother“ bekannt, ist das strahlende Herz von DAWN, der Akademie für spirituelle Entwicklung, die Menschen dabei hilft, ihr wahres Potenzial zu entfalten. Als erfahrenes spirituelles Medium und inspirierende CEO hat Veronika unzählige Menschen auf ihrem Weg zu persönlichem Wachstum und innerem Frieden begleitet. Sie führt das Unternehmen zusammen mit ihrem Bruder Markus von Sonnen. Ihr Bestseller *„Der Dämon in dir muss Heimat finden“* hat die Selbsthilfe-Landschaft revolutioniert und bietet tiefgreifende Einblicke in die Integration unserer inneren Schattenseiten. Ihre Heirat mit einem bekannten Fußballspieler und die enge Freundschaft mit Cathy Hummels zeigen ihre Fähigkeit, spirituelle Tiefe mit einem modernen, glamourösen Lebensstil zu verbinden.

Zitat Markus von Sonnen, Szene 5: Die Schattengeburt

„In einer Welt, die immer schneller und komplexer wird, in der wir pötschnass sind vom permanenten Sprint im Hamsterrad, in der wir im Sekundentakt mit Hiobsbotschaften, Produkten und Sinnangeboten bombardiert werden, sehnen wir uns mehr denn je nach Heimat, Gemeinschaft, Purpose nach klaren Werten. Eine Frau hat es sich zu Mission gemacht, uns zurück zum Ursprung zu führen. Meine Damen und Herren, ich präsentiere die Mutter einer verlorenen Generation; Veronika von Sonnen!“

5 „(S)in(n)fluencer“

Häufig geht es bei Influencer*innen nur um Mode, Lifestyle und Fitness. [...] Manche Influencer wollen aber mehr - sie wollen aufklären - über Klimaschutz, Allergien oder Depressionen und äußern sich über alles, was aus ihrer Sicht Sinn macht. Und so heißt das dann auch - "Sinnfluencing".

Viele Menschen schauen ihre Videos an, bauen zu ihnen eine Bindung auf, hinterfragen ihre Kompetenz nicht. Doch manchmal verwischen die Grenzen zwischen Fakten und Meinungen.

Das Entscheidende für ihn [Journalist, Björn Staschen] ist, dass Menschen unterscheiden können, zwischen dem, der ein gutes Vorbild ist und dem, der keines ist. Zwischen dem, der Fake News und Lügen verbreitet und dem, der Information und Fakten transportiert.

Methoden des "Sinnfluencing"

Emotionalisierung und Storytelling

Influencer nutzen oft emotionale Geschichten und Bilder, um starke Gefühle bei dir auszulösen. Diese Emotionen können deine Urteilsfähigkeit trüben und dich eher dazu bringen, ihren Argumenten zu glauben. Storytelling schafft eine Verbindung und macht komplexe Informationen greifbarer, aber sei dir bewusst, dass es auch eine Manipulationstechnik sein kann.

Expertenstatus und Autoritätsanspruch

Ein weiterer Trick ist die Berufung auf Autorität. Influencer präsentieren sich oft als Experten auf ihrem Gebiet, auch wenn sie keine entsprechenden Qualifikationen haben. Durch das Zitieren von Studien und das Verwenden wissenschaftlicher Terminologie versuchen sie, einen Autoritätsanspruch zu erheben. Überprüfe immer die tatsächlichen Qualifikationen und Hintergründe der Personen, die solche Ansprüche erheben.

Vertrauen aufbauen durch Nähe und Authentizität

Viele Influencer schaffen eine scheinbare Nähe und Vertrautheit, indem sie persönliche Einblicke in ihr Leben gewähren. Sie erscheinen authentisch und nahbar, was dein Vertrauen gewinnen soll. Doch sei dir bewusst, dass auch dies Teil einer sorgfältig geplanten Strategie sein kann, um dich an sie zu binden und ihre Botschaften glaubwürdiger zu machen.

Influencer-Marketing und versteckte Werbung

Nicht zu vergessen ist auch, dass viele Influencer finanzielle Interessen verfolgen. Sie werden oft für das Bewerben von Produkten oder Ansichten bezahlt. Diese Werbung ist nicht immer klar als solche erkennbar. Achte darauf, ob Beiträge als gesponsert oder bezahlt gekennzeichnet sind, und sei skeptisch bei Empfehlungen, die wie persönliche Meinungen präsentiert werden, aber eigentlich Werbung sind.

Fazit: Kritisch bleiben und selbst denken

In der Welt der sozialen Medien ist es wichtiger denn je, kritisch zu bleiben und nicht alles ungeprüft zu glauben, was Influencer dir präsentieren. Überprüfe Informationen, hinterfrage die Quellen und sei dir der manipulativen Techniken bewusst, die eingesetzt werden, um deine Meinung zu beeinflussen. Dein kritisches Denken ist dein bester Schutz gegen Manipulation und skrupellose Profitgier.

Er [Journalist, Björn Staschen] fordert deshalb Medienbildung an den Schulen. Die Kinder lernten in der Schule den Satz des Pythagoras auswendig und gleichzeitig in ihrer Freizeit auf Apple und Google-Tablets wie sie die besten Instagram-Videos machen könnten. Schule müsse einen sensibleren Umgang mit eigenen Daten und mit diesen Plattformen vermitteln, fordert er.

Quellen: [Wie Influencer dich gezielt manipulieren in den sozialen Medien: Diese – NATGYM® | Natürliche Proteinshakes](#); [Gefahr oder Vorbild: Wie viel Macht haben Influencer? - SWR Aktuell](#); [Spirituelle Reisen | Unternehmen Sie eine Reise zu sich selbst \(fitreisen.de\)](#)

6 Selbsttest zu Schatten oder Sonnenkind - Tokio Hotel Edition

Für Das Schattenkind in Dir:

Entdecke die Welt der Schattenkinder bei DAWN, dem innovativen Unternehmen, das das Kinderproletariat der Zukunft formt. Unsere tüchtigen Schattenkinder sind die Motoren der deutschen Wirtschaft von morgen! Bald werden sie ihre Talente bei renommierten Unternehmen wie Tönnies, EDEKA, Volkswagen und Siemens entfalten. Ihre Stimmen erklingen in singender und fluchender Art, während sie mutig vorangehen, um ihre Rechte zu stärken und ihre Zukunft zu gestalten.

Für Das Sonnenkind in Dir:

Erleben Sie die Exklusivität der Sonnenkinder bei DAWN, wo die CEOs und Aktionäre von morgen zu Hause sind. Sie residieren in den oberen Etagen unseres DAWN-Towers und teilen eine tiefe Verbundenheit mit Veronika von Sonnen. Unsere Sonnenkinder tragen nicht nur Anzüge aus Prinzip, sondern leben eine Philosophie des Erfolgs und der Exzellenz. Sie sind die strahlenden Vordenker einer neuen Ära, geprägt von Innovationsgeist und einem klaren Blick für die Zukunft.

Du möchtest wissen, welcher Schattenkind-Anteil in dir am stärksten ist? Dann mach unseren Selbsttest und finde heraus, ob dein inneres Kind eher traurig-depressiv, ängstlich-traumatisiert oder wütend-tyrannisch ist.

Wie reagierst du auf Kritik?

- a) **Durch den Monsun:** Ich fühle mich oft überwältigt und ziehe mich zurück.
- b) **Schrei:** Ich nehme es als Ansporn und werde lauter und entschlossener.

Wie gehst du mit Konflikten um?

- a) **Rette mich:** Ich verarbeite es auf meine eigene Art und versuche, mich emotional zu schützen.
- b) **Automatisch:** Ich stelle mich dem Konflikt mit einem Lächeln und suche nach Lösungen.

Wie fühlst du dich in sozialen Situationen?

- a) **Spring nicht:** Ich fühle mich oft unsicher und beobachte lieber aus der Ferne.
- b) **Hurricanes and Suns:** Ich mag es, im Hintergrund zu bleiben, aber ich kann auch im Rampenlicht stehen, wenn nötig.

Wie ist dein Selbstbild?

- a) **Vergessene Kinder:** Ich zweifle oft, aber kämpfe darum, mich selbst zu akzeptieren.
- b) **Ich breche aus:** Ich weiß, wer ich bin, und stehe zu mir selbst.

Wie gehst du mit Herausforderungen um?

- a) **Hilf mir fliegen:** Ich suche Unterstützung und Inspiration von anderen.
- b) **Scream:** Ich nehme die Herausforderung an und gebe alles.

Überwiegend a) Antworten:

Du neigst dazu, ein Schattenkind zu sein. Die metaphorischen Bilder zeigen, dass du viele negative Erfahrungen aus deiner Kindheit mit dir herumträgst, die dein Verhalten und deine Gefühle beeinflussen. Nimm dich ab und zu selbst in den Arm oder klopf dir ermutigend auf die Schulter. Erlaube dir zu weinen und finde tröstende Worte für dich und dein Schattenkind.

Überwiegend b) Antworten:

Du neigst dazu, ein Sonnenkind zu sein. Die Bilder deuten darauf hin, dass du viele positive Erfahrungen aus deiner Kindheit hast, die dir heute ein gesundes Selbstwertgefühl und eine optimistische Lebenseinstellung ermöglichen.



Probenfoto

Begriffe der Spiritualität, die im Stück verwendet werden

Altruismus bezeichnet ein Verhalten, das „selbstlos“ und „uneigennützig“ erfolgt und damit im Gegensatz zum Egoismus steht. Ein Mensch, der altruistisch handelt, opfert sich oder seine Mittel im Sinne reiner Menschenliebe auf, um anderen zu helfen.

Core Memory – (Kernerinnerung) ist eine sehr prägende Erinnerung, die einen hohen emotionalen Wert hat

Journey - eine spirituelle Reise zielt auf eine Art Selbsterfahrung ab, die dazu dient, eine tiefe Verbindung zum eigenen Bewusstsein herzustellen

Katharsis – (Reinigung) bezeichnet in der Psychologie die Hypothese, dass das Ausleben innerer Konflikte und verdrängter Emotionen zu einer Reduktion dieser Konflikte und Gefühle führt

Medium – in der Parapsychologie ist ein Medium ein vermittelndes Element, welches eine Verbindung zum übersinnlichen Bereich herstellen kann

Trigger Warnung: Im Stück wird Stroposkoplicht verwendet und ein Gespenst tritt auf.

Thematisch kommen Texte vor, in denen es um Kinderarbeit und Menschenhandel geht!

7 PRESSESTIMMEN

Wenn das innere Kind zum Dämon wird

Am 13. September 2024 feierte die Grotoske „Der Dämon in dir muss Heimat finden“ im Studio des Schauspielhauses Premiere. Das Stück, geschrieben von Lola Fuchs, ist eine Satire auf den Selbstoptimierungswahn. Seit Jahren versucht dieser, uns vorzuschreiben, wie wir inmitten des Chaos produktiv und erfolgreich bleiben sollen. Der Titel spielt provokant auf Stefanie Stahls Bestseller „Das Kind in dir muss Heimat finden“ an. Dieser beschäftigt sich mit den Auswirkungen ungelöster

Kontakt und theaterpädagogische Begleitung:
Sarah Jasinszczak, Theaterpädagogin Schauspiel, Theaterkarree 1-3, 44137 Dortmund
0231/5022555 oder junges-schauspiel@theaterdo.de

Kindheitstraumata auf das Erwachsenenleben. Im Mittelpunkt steht Mandy-Galadriel (Nika Mišković), eine 30-jährige Betreiberin eines Paketshops. Sie träumt immer noch von einer Karriere als Singer-Songwriterin. Ihre Freundinnen haben genug von ihrem unsteten Leben. Sie schenken ihr einen Gutschein für die DAWN-Experience, ein esoterisches Unternehmen, das sich auf die „Heilung des inneren Kindes“ spezialisiert hat. Dort trifft sie auf Veronika von Sonnen (Marlena Keil), Markus von Sonnen (Linus Ebner) sowie auf die weiteren Teilnehmer*innen Melli (Linda Elsner) und Florian (Ekkehard Freye).

Zwischen Esoterik und Kapitalismus: Mandys Reise zur Selbstfindung

Lola Fuchs verbindet in ihrer Grotteske den Druck zur Selbstoptimierung mit Science-Fiction- und Horrorelementen. Das „innere Kind“ wird hier nicht nur metaphorisch wiedergeboren. Durch ein Portal erscheint es erneut, was zu komischen und nachdenklichen Konfrontationen zwischen jüngeren und älteren Ichs führt. Besonders witzig ist die Enttäuschung von Florians jüngerem Ich. Es ist schockiert, dass seine ältere Version als Linksextremist gescheitert ist. Das kapitalistisch geprägte jüngere Ich kann das nicht fassen.

Wenn das innere Kind zur Ware wird: Kritik an spirituellen Heilversprechen

Der Höhepunkt des Stücks zeigt Veronika und Markus im „Zukunftslabor“. Sie wollen die gechannelten inneren Kinder entweder als Arbeitssklaven (Schattenkinder) oder Führungskräfte (Sonnenkinder) verkaufen. Die älteren Versionen sollen verschwinden. Doch dieser Plan scheitert. Mandy und Galadriel stellen sich gegen die Ausbeutung. Lola Fuchs bietet in diesem Werk eine scharfe Analyse der gegenwärtigen Verhältnisse. Sie beleuchtet die skrupellose Profitmaximierung in der Selbstoptimierungsbranche. Die engagierten Darsteller*innen trugen entscheidend zum Erfolg des Stücks bei.

16. SEPTEMBER 2024: MICHAEL LEMKEN VON ARS TREMONIA



Probenfoto

Erstellung des Materials: Sarah Jasinszczak, Theatervermittlerin Schauspiel DO, Paula Leminski FSKJ, Sophie Dahlbüding, Jugendclub Schauspiel DO

Kontakt und theaterpädagogische Begleitung:
Sarah Jasinszczak, Theaterpädagogin Schauspiel, Theaterkarree 1-3, 44137 Dortmund
0231/5022555 oder junges-schauspiel@theaterdo.de