

**THEATERPÄDAGOGISCHES BEGLEITMATERIAL**

# Die Glücksforscher

von Marc Becker

**6+**



**KARTEN 0331 9811-8**  
**KASSE@HANSOTTOHEATER.DE**  
**HANSOTTOHEATER.DE**

**SCHIFFBAUERGASSE 11 / 14467 POTSDAM**

**junges**  
**HANS**  
**OTTO**  
**THEATER**

## ZUR INSZENIERUNG

# Die Glücksforscher

von Marc Becker

**DIDI** René Schwittay

**FRANZI** Nadine Nollau

**REGIE Niklas Radtke** Ausstattung **Tobias Sieben / Antje Sternberg** **DRAMATURGIE Bettina Jantzen** **THEATERPÄDAGOGIK Michael Böhnisch** **INSPIZIENZ Niklas Radtke** **BÜHNENMEISTER André Kaiser** **BELEUCHTUNGSMEISTER Silvio Schneider/ Christian Schnelle**

TECHNISCHER DIREKTOR **Matthias Müller** ASSISTENTIN DES TECHNISCHEN DIREKTORS/PRODUKTIONSBURO **Marion Große** LEITER BELEUCHTUNGSABTEILUNG **Christian Wiesniewski** BETRIEBSINGENIEUR **Marco Saß** LEITER BÜHNENTECHNIK **Tobias Sieben** LEITER TONTECHNIK **Marc Eisenschink** WERKSTÄTTENLEITER **Ulf Knödler** KOSTÜMDIREKTORIN **Antje Sternberg** GEWANDMEISTERINNEN **Antje Kyntschl, Sophia Piepenbrock-Saitz** CHEFMASKENBILDNERIN **Ute Born** LEITER REQUISITE **Robin Oliver Struhl** UND WERKSTÄTTEN DES HANS OTTO THEATERS

**PREMIERE 8.9.2024 Reithalle-Box**

**Empfohlenes Alter 6+**

**Dauer: ca. 50 min ohne Pause**

## ZUM STÜCK

Was ist Glück? Franzi und Didi von der Zentrale für Glücksforschung präsentieren Antworten auf diese Frage. Aber schnell merken sie: Das Thema ist wirklich knifflig! Sie testen Glückskekse, befragen eine Alltagsexpertin oder überprüfen die Wirkung von Komplimenten und Geschenken. Doch kaum glauben sie, eine Antwort gefunden zu haben, wird im nächsten Moment klar: Ganz so einfach ist es alles nicht. Stattdessen stellen sich immer neue Fragen: Woher kommt das Glück überhaupt? Kann man es festhalten? Lässt es sich kaufen oder durch eine Maschine herstellen? Was macht wen glücklich? Und falls es verloren geht, das Glück – was dann? In ihrer Forschungsarbeit werden Franzi und Didi äußerst kreativ.

Mit diesem Kinderstück des Autors Marc Becker in der Inszenierung von Niklas Radtke wird das junge Publikum mit Spaß und Fantasie zum Nachdenken über ein großes Thema angeregt. Das Stück wurde im Rahmen von „Nah dran! Neue Stücke für das Kindertheater“, einem Kooperationsprojekt des Kinder- und Jugendtheaterzentrums in der Bundesrepublik Deutschland und des Deutschen Literaturfonds e.V., mit Mitteln der Kulturstiftung des Bundes gefördert.



## GLÜCK – WAS IST DAS?

Wir sind ständig auf der Suche nach dem Glück – und wenn wir es endlich gefunden haben, sind wir meist trotzdem nicht sehr lange zufrieden. Warum ist das so? Sind wir Menschen überhaupt dafür gemacht, glücklich zu sein? Und wissen wir, was das eigentlich ist, dieses Glück?

*„Ja, renn nur nach dem Glück, doch renne nicht zu sehr!  
Denn alle rennen nach dem Glück. Das Glück rennt hinterher.“  
(B. Brecht)*

In jeder Kultur und zu jeder Zeit beschäftigten sich Menschen mit den Fragen, was Glück ist und wie man es erreichen kann. Früher waren das vor allem Philosophen. So sah der Chinese Lao Tse (6. Jahrhundert vor Christus) das wahre Glück in der Untätigkeit. Wenn der Mensch aufhöre, so Lao Tse, dem Glück oder anderen Zielen hinterherzulaufen, dann sei er wirklich glücklich. Für die griechischen Philosophen Sokrates, Platon und Aristoteles (5./4. Jahrhundert vor Christus) führte eine tugendhafte Lebensweise zum Glück. Glückseligkeit oder Eudämonie war in ihren Augen das Ziel, auf das alles Handeln ausgerichtet sein sollte. Denn nur, wer sein Leben gerecht und heilig geführt habe, gelange nach seinem Tod zu den „Inseln der Seligen“, so die Überzeugung Platons. Ganz anders dachte Epikur (4. Jahrhundert vor Christus). Für ihn war Glück das Erleben von Lust und die Abwesenheit von Schmerz. Diese hedonistische Denkweise ist auch heute noch verbreitet und wird oft als egozentrisch und rücksichtslos verurteilt. [1]

### Was ist die Glücksforschung?

Bei der noch recht jungen Wissenschaft der Glücksforschung (Beginn ca. 1980) ist der Name Programm, denn hier werden der Ursprung und die Essenz des Glücks erforscht. Der Hauptfokus liegt dabei darauf, was uns heutzutage tatsächlich glücklich macht und welche Bedingungen erfüllt werden müssen, um die nötige Basis für das persönliche Glück bereitzustellen. Obwohl es sich um eine humanistische Forschung handelt, stützt sie sich weniger auf persönliche Empfindungen, sondern stattdessen auf statistische Daten, die Ergebnisse bringen sollen, die universell gültig sind. Gleichzeitig befassen sich die Studien mit der Definition des Glücks, da diese notwendig ist, um das Glück messbar zu machen. [2]

Für die Glücksforschung gibt es zwei Arten des Glücks: **Lebensglück** und **Zufallsglück**. So kann man entweder Glück haben (Zufallsglück) oder Glück empfinden (Lebensglück). Zufallsglück sind Ereignisse wie beispielsweise ein Lottogewinn oder, dass man die eigene Haustür erreicht, kurz bevor es anfängt in Strömen zu regnen. Wie der Name schon vermuten lässt, kommt das Zufallsglück plötzlich und unerwartet und ist in der Regel auch nicht beeinflussbar. Daher spielt es in der Glücksforschung auch nur eine sekundäre Rolle.

Auf das Lebensglück haben Faktoren wie Familie, Liebe, Beruf, Finanzen und Freizeit Einfluss. Und im Gegensatz zum Zufallsglück sind viele Aspekte des Lebensglücks selber beeinflussbar. Das Lebensglück kann aber auch eine Art des Wohlfühlens sein. Dinge, die einem ein glückliches Gefühl verleihen können, sind beispielsweise ein toller Freundeskreis oder ein sorgenfreies Zusammenleben mit der eigenen Familie. [3]

Während das Glück also im allgemeinen für die meisten Menschen ein eher flüchtiger Begriff ist, der sich nur schwer beschreiben oder definieren lässt, hilft die Glücksforschung dabei, dieses in ein greifbares Konzept zu verwandeln. Über die Jahre konnte die Glücksforschung viele wertvolle Erkenntnisse hervorbringen, mit deren Hilfe sich das eigene (Lebens-)Glück noch weiter steigern lässt – wenn man denn weiß, wie. Der wohl wichtigste Aspekt ist dabei die richtige Einstellung. Wie die Glücksforschung besagt, kann die eigene Reaktion auf unterschiedliche Situationen und Umstände einen großen Einfluss darauf haben, wie glücklich wir sind. [2]

### **Glückstraining fürs Gehirn**

„Auf die Dauer nimmt die Seele die Farbe der Gedanken an“, sagte der römische Kaiser Marc Aurel. Das stimmt auch, wenn es ums Glück geht. Wer die Welt mit positiven Augen sieht, sich häufiger das Schöne im Leben bewusstmacht, ist glücklicher. Aber auch Menschen, die eher griesgrämig durchs Leben gehen, können lernen, ihr Gehirn auf „Glück“ umzuprogrammieren. Denn gute Gefühle sind kein Zufall, sondern die Antwort unseres Gehirns und Körpers auf einen Reiz. Gezielt Situationen und Erlebnisse zu suchen, die man als schön und positiv empfindet, macht auf Dauer glücklich. Für die einen ist das Sport, für die anderen das Zusammensein mit Freunden, Kochen oder Reisen. Jeder Mensch hat seinen eigenen Weg, glücklicher zu werden. [1]

### **3 Tipps von „geprüften“ Glücksforschern**

- *Gib dem Glück eine Chance: Wenn du eine offene und offensive Haltung gegenüber dem Leben einnimmst, stellen sich häufiger unerwartete Ereignisse ein, die dein Leben zum Positiven wenden können.*
- *Mach dich frei von gesellschaftlichen Normen: Wenn du etwas nicht mehr willst (deinen aktuellen Beruf ausüben, einer ungeliebten Tätigkeit nachgehen etc.), dann überleg dir, wie du deine Situation ändern kannst und setze dein Vorhaben direkt um.*
- *Lerne über Missgeschicke oder Pech zu lachen, dann wirst du merken, dass du auch schwierige Situationen besser meistern kannst. [4]*



## Kleine Glücksforscher\*innen

Auch die Kinder Ihrer Klasse werden wahrscheinlich alle eine ganz eigene Vorstellung von dem haben, was (Lebens)-Glück ist. Da wir die Welt und damit auch die Dinge, die uns glücklich machen, mit unseren Sinnen wahrnehmen, sollen die Schüler\*innen zunächst drei bis fünf der folgenden Fragen mit möglichst wenigen Worten beantworten.

**Wie fühlt sich Glück für dich an?**

**Wie schmeckt das Glück?**

**Wie könnte es sich anhören?**

**Wie könnte es riechen?**

**Wie sieht das Glück für dich aus?**

Vergleichen Sie die (wahrscheinlich) sehr unterschiedlichen Assoziationen der Schüler\*innen und betonen Sie, dass es nicht nur eine, sondern viele verschiedene Vorstellungen davon gibt, was das „Glück“ sein könnte. Nun sind wieder die Kinder gefragt:

**Was macht dich glücklich?**

Sammeln Sie die Antworten der Kinder mit Hilfe einer Mindmap an der Tafel. Nachdem die Schüler\*innen verschiedene Dinge genannt haben, sollen sie abschließend versuchen, eine Umschreibung von „dem Glück“ zu finden, die all die Punkte der Mindmap beinhaltet. Können sich die Kinder Ihrer Klasse auf eine gemeinsame Definition einigen?

## Zitate zum Thema Glück

Viele kluge Menschen haben sich bereits mit dem Thema „Glück“ beschäftigt. Teilen Sie die Klasse und geben Sie jeweils eines der folgenden Zitate [5] in die Kleingruppen. Die Kinder haben Zeit, sich über das Zitat kurz auszutauschen, um es im Anschluss dem Rest der Klasse vorzustellen und zu vermuten, was damit gemeint sein könnte. Diskussionen sind hierbei natürlich ausdrücklich erwünscht.

<p><b><i>"Glück ist das einzige, das sich verdoppelt, wenn man es teilt."</i></b> Albert Schweitzer, Arzt und Philosoph (1875-1965)</p>
<p><b><i>"Wenn man glücklich ist, soll man nicht noch glücklicher sein wollen."</i></b> Theodor Fontane, Schriftsteller (1819-1898)</p>
<p><b><i>"Es gibt keinen Weg zum Glück. Glücklichsein ist der Weg."</i></b> Buddha, Begründer des Buddhismus</p>
<p><b><i>"Die meisten Menschen sind so glücklich, wie sie es sich selbst vorgenommen haben."</i></b> Abraham Lincoln, amerikanischer Präsident (1809-1865)</p>
<p><b><i>„Glück ist einfach eine gute Gesundheit und ein schlechtes Gedächtnis.“</i></b> (Ernest Hemingway, US-amerikanischer Schriftsteller, 1899 – 1961)</p>

## Theaterpädagogische Übungen

### Glückspilz

Alle Schüler\*innen verteilen sich im Raum. Jedes Kind soll sich insgeheim eine andere Person aussuchen. (Falls notwendig, können Sie festlegen, dass die Person, die ausgewählt wird, z.B. das andere Geschlecht haben muss. So kann gewährleistet werden, dass sich nicht nur eng befreundete Kinder gegenseitig auswählen.) Alle Mitspielenden haben folgende Aufgabe: Sie sollen loslaufen und die Person, die sie ausgewählt haben, 3x umrunden. Danach dürfen sie sich auf den Boden setzen und laut „Glückspilz“ rufen. Geben Sie hierfür ein gemeinsames Startsignal. Diese scheinbar leichte Übung kann sich als sehr chaotisch herausstellen, aber oft sind die Kinder, die die Aufgabe gemeistert haben, in diesem Moment tatsächlich glücklich. Aber auch das Scheitern während dieser Aufgabe kann Spaß machen. Spielen Sie 2-3 Runden und erfragen Sie dann, was die Kinder „glücklicher“ gemacht hat: Der Weg (das Spiel selbst) oder das Ziel (der Erfolg am Ende)?



### Menschliche Kamera

Diese Übung wird am besten draußen im Schulgarten absolviert. Die Kinder teilen sich zunächst in Paare auf. Jedes Paar einigt sich, wer zuerst die Person ist, die „fotografiert“ und wer ihre „menschliche Kamera“ ist. Die Kamera-Kinder schließen dann die Augen. Die Fotograf\*innen führen ihre „menschliche Kamera“ behutsam durch die Gegend. Wenn sie ein besonders schönes Motiv im Schulgarten gefunden haben (z.B. eine Blume, eine Steininformation, ein Tier...), richten sie die „Kamera“ (mit dem Gesicht) darauf und betätigen den Auslöser. Dies kann z.B. das Wort „Klick“ oder ein kurzer Tipper auf die Nase sein. Das Kamera-Kind öffnet für fünf Sekunden die Augen, nimmt das jeweilige Bild bewusst auf und schließt dann die Augen wieder.

Nach insgesamt drei unterschiedlichen Aufnahmen führen die Fotograf\*innen die Kamera-Kinder zurück zum Ausgangspunkt. Anschließend werden die Rollen gewechselt.

Wie haben die Kinder die drei Bilder für ihre Partner\*innen ausgewählt? Wie war es, auf den Auslöser zu warten? Welches „Foto-Motiv“ hat den Kamera-Kindern am besten gefallen und warum? War es schöner, die Bilder für andere auszusuchen oder sich von den „Fotos“ der anderen überraschen zu lassen? Abschließend können die Schüler\*innen versuchen, die Position ihrer drei Fotos im Schulgarten wiederzufinden. Macht das erneute Suchen nach den Motiven auch glücklich? Warum?

# NACHWEISE / KONTAKTE / IMPRESSUM

## Quellen

- Quelle 1: <https://www.planet-wissen.de/gesellschaft/psychologie/glueck/index.html>  
Quelle 2: <https://www.meetyourmaster.de/de/blog/gluecksforschung>  
Quelle 3: <https://wirsindderwandel.de/leben/was-ist-glueck/>  
Quelle 4: <https://www.emotion.de/de/persoenlichkeit/was-ist-glueck-6127>  
Quelle 5: <https://www.geo.de/geolino/wissen/21000-rtkl-glueckszitate-die-schoensten-zitate-ueber-glueck>

## Kontakt

**Michael Böhnisch**

**0331 9811-161**

[m.boehnisch@hansottotheater.de](mailto:m.boehnisch@hansottotheater.de)

**Manuela Gerlach**

**0331 9811-160**

[m.gerlach@hansottotheater.de](mailto:m.gerlach@hansottotheater.de)

## Impressum

HERAUSGEBER **Hans Otto Theater GmbH Potsdam / Schiffbauergasse 11, 14467 Potsdam / Spielzeit 2024/25** INTENDANTIN **Bettina Jahnke** GESCHÄFTSFÜHRENDER DIREKTOR **Marcel Klett** REDAKTION UND GESTALTUNG **Michael Böhnisch** FOTOGRAFIE **Thomas M. Jauk**

Amtsgericht Potsdam, HRB 7741

Ein Unternehmen der Landeshauptstadt Potsdam, gefördert mit Mitteln der Landeshauptstadt Potsdam und des Ministeriums für Wissenschaft, Forschung und Kultur des Landes Brandenburg