



FRIDA UND DAS WUT

Ein Figurentheater für Kinder ab 4 Jahren
Nach dem gleichnamigen Bilderbuch von Mia Grau

Kontakt:
Vanessa Valk
Egonstr. 18
79106 Freiburg
vanessa.valk@gmx.de
Tel.: 0179 14 38 166

FRIDA UND DAS WUT

Frida ist kein liebes Mädchen: Sie hat viel Zorn im Blut.
Und außerdem - nein, grade drum! - verfolgt sie auch: das Wut!
Sie sind ein wildes Kampfgespann, sie wüten mit Gewalt!
Beißen, spucken, kreischen, kratzen, die Fäuste fest geballt!
Der Bruder weint, die Mutter schimpft, klein Frida explodiert!
Doch später dann, nach jedem Kampf, ist Frida deprimiert.
Sie hasst das Wut für seine Kraft, ist traurig und zerdrückt -
und will sich von dem Wut befrei'n, was auch ganz einfach glückt!
Doch lange währt die Freude nicht, denn bald schon fehlt das Wut:
mit ihm gingen Selbstvertrauen, Eigensinn und Mut...

Das Bilderbuch „Frida und das Wut“ von Mia Grau ist die Geschichte von dem Mädchen Frida, deren unkontrollierbare Wut sich in einem zotteligen Monster manifestiert. Das Wut begleitet Frida auf Schritt und Tritt und stachelt sie bei kleinen Ärgernissen zu fürchterlichen Wutausbrüchen an. Im Laufe der Geschichte lernt Frida das Wut zu zügeln, weiß aber am Ende auch, wie wichtig das Wut für sie ist: um Mut zu zeigen, ihre Meinung zu sagen, sich selbst zu verteidigen oder abzugrenzen. „Frida und das Wut“ ist ein Loblied auf die Kraft der Wut.

Gemeinsam mit der Puppenspielerin Vanessa Valk hat die Autorin und Regisseurin Mia Grau ihr Bilderbuch in ein Theaterstück für Kinder ab 4 adaptiert. Die Premiere fand am Samstag dem 19.09.2015 um 16:00 Uhr auf dem HoheLuftschiff in Hamburg statt.

mit Vanessa Valk
Text & Regie - Mia Grau
Musik - Konrad Wiemann
Bühne - Jens Burde
Puppenbau - Vanessa Valk & Arne Bustorff
Technik- Christian Glötzner/ Hendrik Nahmacher

Länge: ca. 45 min

nach dem gleichnamigen Bilderbuch von Mia Grau
Eine Produktion des Theater Zeppelin e.V. gefördert durch die Mathias-Tantau-Stiftung

Informationen auf einen Blick:

Dauer:

Ca. 45 Minuten

Zielgruppe:

Kinder ab 4

Aufbauzeit:

2 Stunden

Abbauzeit:

Halbe Stunde

Zuschauerzahl:

Bis max. 120

Frida und das Wut Video:

hier ist der Link zum "Trailer":

<https://vimeo.com/174001563>

und der Link zum ganzen Stück:

<https://vimeo.com/174005062>

Passwort lautet: FuW@V9716





Zum Thema Wut

Kinderpsychologen sind sich darüber einig, daß Wut ein wichtiger Faktor in der kindlichen Entwicklung ist. Während der Trotzphase wird Wut also geduldet und akzeptiert. Dennoch freuen sich die Eltern darauf, wenn diese Zeit überstanden ist und erwarten dann von ihrem Kind, wie auch von sich selbst, dass es die Wut jetzt „im Griff“ hat. Damit ist aber gemeinhin gemeint, dass es die Wut schluckt, wenn sie kommt. Denn Wut ist ein missverstandenes Gefühl. Wenn man von „Wut“ spricht, meint man meist etwas Negatives. Wut wird mit Aggressionen gleichgesetzt. Mit Angriff und Gewalt.

In Wirklichkeit ist Wut aber ein genauso natürliches Gefühl wie Angst, Freude, Liebe oder Abneigung. Und wie all diese Gefühle ist es zu etwas nütze. Wut ist ein Ausdruck von Abgrenzung und Selbstschutz, eine verletzte Reaktion, die zeigt, dass einem etwas wichtig ist. Man muss lernen das Gefühl zu erkennen, zu verstehen und anzuwenden. Anstatt in Aggression zu verfallen, sucht man nach einem Weg, die Wut auf andere Art und Weise zu kanalisieren.

Jens Weidner, Aggressions-Experte und Professor für Kriminologie an der Hochschule für Angewandte Wissenschaften in Hamburg sagt: »Menschen, die ihre aggressiven Impulse positiv nutzen können, haben viele Möglichkeiten entwickelt, um auf Angriffe oder Ärger zu reagieren. Wutausbrüche, die sie unkontrolliert mitreißen, erleben sie nur selten.«

Für verletzte Menschen ist es also gut, die wütende Person in sich kennen zu lernen und auf sie verlassen zu können. Je weniger Wut man schluckt, je deutlicher man die eigenen Grenzen wahrnimmt und achtet, desto weniger hat die Wut etwas Explosionsartiges an sich. Man lernt „Nein“ zu sagen, sich mit Klarheit und Selbstbewusstsein abzugrenzen und zu verteidigen.

Vanessa Valk

1974 geboren in Hamburg, studierte 1997 bis 2002 Figurentheater an der Stuttgarter Hochschule für Musik und Darstellende Kunst. Mit ihrer preisgekrönten Soloarbeit „Seule au Bain“ (Regie: Frank Soehnle) tourte sie durch ganz Europa, arbeitete als Gast in diversen Schauspielproduktionen am Stuttgarter Staatstheater, am Alten Schauspielhaus Stuttgart, an der Stuttgarter Oper, am Luzerner Stadttheater und am Theatre National de Bordeaux.

Sie war von 2006 bis 2011 als Puppenspielerin, Schauspielerin und Figurenbauerin am Theater Freiburg im Festengagement. Hier arbeitete sie u.a. mit den Regisseuren Sandra Strunz, Katrin Hentschel, Jarg Pataki, Uli Jäckle, Andreas Becker, Graham Smith und Robert Schuster.

Seit 2011 arbeitet sie wieder freischaffend als Puppenspielerin, Ausstatterin, Puppencoach und Sprecherin. Sie ist als Dozentin an der Hochschule für Musik und Darstellende Kunst Stuttgart tätig und führte Regie bei diversen Figurentheaterprojekten (u.a. Christian Glötzner, figurenkombinat, Theater Maren Kaun)

Sie ist zweifache Preisträgerin des Stuttgarter Theaterpreises, des Grand Prix für Solopuppenspieler (Lodz, Polen) und des Preises für besondere Theaterformen (Bielsko Biala, Polen)

Mia Grau

1982 in Hamburg geboren, studierte von 2003 bis 2009 an der Hochschule für Film und Fernsehen „Konrad Wolf“ im Fach Regie. Ihr Studium schloss Mia Grau mit Auszeichnung ab. Ihr Diplomfilm „Wüste/Außen/Tag“ lief auf zahlreichen internationalen Filmfestivals und wurde für den deutschen Kurzfilmpreis nominiert. 2009 nahm sie am Berlinale Talent Campus teil. 2010-12 war sie Meisterschülerin an der HFF „Konrad Wolf“ und 2011 Stipendiatin an der Akademie der Künste Berlin.

Mia Grau beschäftigt sich außerdem mit Text und Illustration für Kinder. Neben zahlreichen Plakaten für die Kinderbühne HoheLuftschiff und die Theaterschule Zeppelin, entstanden (zum Teil noch unveröffentlichte) Bilderbücher, sowie mehrere Kurzspielfilme und bislang ein Theaterstück.

Konrad Wiemann

Geboren 1981 in Berlin, wirkt vor allem als Schlagzeuger und Perkussionist in diversen Bandprojekten von Jazz, Pop bis Worldmusik und freier Improvisation. Als Musiker und Komponist begleitet er Tanz und Theater mit einem breiten Instrumentarium und Liebe zum Detail.

Konrad Wiemann studierte klassische Gitarre in Giessen (Klasse Alfred Schadeberg) und Jazz und Populärmusik bei Prof. José Cortijo an der Musikhochschule Mannheim. Dort Abschluss mit dem Bachelor 2010.

2008 und 2009 war er Mitglied im BundesJugendJazzOrchester. Seit dem Studium spielt Konrad Engagements in freien Theater- und Tanzproduktionen, am Theater Freiburg und in verschiedensten Bands und Projekten.

Technische Informationen

Bühnenraumanforderungen:

- Spielfläche mindestens 5m breit und 5m tief
- Bühnenraumhöhe mind. 3m
- ansteigende Zuschauersitzreihen für Bodensicht
- Verdunkelbarer Raum
- Abstand 1.Sitzreihe bis Bühnenkante mind.1,5m
- Diverse Befestigungsmöglichkeiten an der Decke über der Bühnenfläche

Technik:

Wir benötigen vom Veranstalter:

- 7x PC, 500 bis 1000W , 1 Fluter auf Bodenstativ mit roter Lichtfolie
- 8 Verlängerungskabel
- 12 Kanäle Dimmer, programmierbares Lichtsteuergerät
- „normaler“ Stromanschluß auf der Bühne
- Bühnenhilfe für Auf- und Abbau
- Garderobe für 2 Personen

Zeit: Spieldauer 45 min, Aufbau: 2 h, Abbau: ca 1/2 h

Bitte unbedingt beachten:

- Höchstzuschauerzahl 150 Personen
- jeder Zuschauer sollte den Bühnenboden sehen können
- die Vorstellung ist für Kinder ab 4 Jahren!
- der Raum sollte vollständig verdunkelbar sein
- Möglichkeit, das Auto am Bühneneingang zu be- und entladen

Wir benutzen eine Nebelmaschine!!!!!!!

Bitte kontaktieren Sie uns, falls technische Gegebenheiten anders sind, gerne finden wir mit Ihnen gemeinsam eine Lösung dafür!



mit Vanessa Valk
Text und Regie Mia Grau
Musik Konrad Wiemann
Bühne Jens Burde
Puppenbau Vanessa Valk und Arne Bustorff

ein Figurentheater für Kinder ab 4 Jahren
nach dem gleichnamigen Bilderbuch von Mia Grau

Eine Coproduktion des Theater Zeppelin e.V. mit dem Figurentheater Vanessa Valk

Kontakt: Vanessa Valk
Egonstr. 18
79106 Freiburg
vanessa.valk@gmx.de
Tel.: +49 179 14 38 166