

Gefühle zum Ausdruck bringen

> > **Briefe schreiben – Gefühle in Worte fassen**

Eigene Emotionen zu benennen und verständlich auszudrücken ist nicht einfach, aber eine wichtige Fähigkeit, die erlernt und geübt werden kann.

Der Film erzählt von sprachlichen Ausdrucksmöglichkeiten in verschiedenen Formen: Karl bringt seine Gefühle in einem Gedicht zum Ausdruck. Als sein großer Bruder Tom es findet, ist ihm das zuerst peinlich, aber dann stimmt er zu, dass Toms Band daraus ein Lied macht: „Andere Planeten“. Auch andere Songs der Band, z. B. „Gemeinsam stark“, treffen das Lebensgefühl der Figuren im Film. Lea schreibt Tom einen Brief, über dessen Inhalt man allerdings nichts erfährt, sondern nur mutmaßen kann, dass sie darin über ihre Gefühle für ihn schreibt. Neben dem Film, der als Klassenprojekt entsteht, spielen auch nonverbale Künste eine Rolle: Selbstporträts, die im Kunstunterricht gemalt werden, die Fotografie als Karls Hobby oder der Tanz von Lea und weiteren Mädchen.

In der Klasse werden zunächst Beispiele aus dem Film gesammelt und diskutiert, anschließend selber kreativ ausprobiert.

Impulsfragen

- Wie und auf welche unterschiedlichen Arten drücken die Figuren im Film ihre Gefühle aus?
- Wie reagiert Karl, als Tom sein Gedicht findet? Könnt ihr seine Reaktion verstehen?
- Was könnte in dem Brief stehen, den Lea an Tom schreibt?
- Worin liegt der Unterschied zwischen einer Nachricht auf dem Handy und einem Brief? Was macht es mit dem Empfänger, der einen persönlichen Brief oder eine Postkarte erhält?
- Welche Rolle spielt die Musik, als Toms Gedicht vertont wird?
- Der Film erzählt von unterschiedlichen Möglichkeiten, Gefühle auch ohne Worte auszudrücken. Welche Möglichkeiten fallen euch noch ein?

Aufgabe: Brief schreiben

Schreibe einen Brief oder eine Postkarte für jemanden aus dem Familien- oder Freundeskreis. Der Brief soll persönlich sein und einen positiven Inhalt haben. Wenn ihr wollt, schreibt über eure Gefühle für diese Person.

Schickt den Brief per Post, werft ihn in den Briefkasten der Person ein oder legt ihn auf den Tisch in der Klasse.

Variante

Der Adressat kann jemand aus der Klasse sein! Dafür die Namen aller Schülerinnen und Schüler auf kleine Zettel schreiben und in einem Behälter einsammeln. Jeder zieht einen Zettel und schreibt dieser Person einen persönlichen Brief oder eine persönliche Postkarte. Einzige Bedingung: ein positiver Inhalt.

>> Schreibtipps

Folgende Schreibtipps helfen dabei, etwas Persönliches zu schreiben und Gefühle auszudrücken:

- Sammle viele Wörter für Gefühle. Es gibt nicht nur „gut“ oder „schlecht“, sondern auch z. B. aufgeregt, wütend, erleichtert, stolz, glücklich ... So kannst du genauer ausdrücken, wie du dich fühlst.
- Gefühle merkt man oft im Körper. Beschreibe deshalb nicht nur den Gedanken, sondern auch, was und wo du ihn spürst, z. B. „Mein Herz klopft schnell“, „Ein Kloß steckt in meinem Hals“ oder „Meine Beine wackeln“.
- Mit malerischen Vergleichen und Bildern kann uns Sprache helfen, schwierige oder unsichtbare Dinge besser zu verstehen. So kann man Gefühle oder Gedanken anschaulich beschreiben, z. B. „Ich schwebe auf Wolke sieben“ bedeutet nicht wirklich, dass jemand fliegt, sondern dass er oder sie sehr glücklich ist.
- Schreibe so, dass verstanden wird, wer hier schreibt: mit Ich-Botschaften wie „Ich finde ...“ oder „Ich fühle ...“.

>> Malen, texten, tanzen – Gefühle in unterschiedlichen Formen ausdrücken

Auch der Fachunterricht Musik, Kunst und Bewegung/Sport kann mit kreativen Übungen an den Filminhalt anknüpfen und zur bewussten Wahrnehmung und differenzierten Äußerung innerer Empfindungen anregen.

Selbstporträt

Karls Klasse beschäftigt sich im Kunstunterricht mit dem Selbstporträt. Karl hat Fotos für manche erstellt, die als Grundlage dienen, andere arbeiten mit Schminkspiegeln an der Aufgabe. Später sind im Schulflur die Porträts ausgestellt.

Frau Bender, die Kunstlehrerin im Film, beschreibt die Aufgabe wie folgt:

„Ein Selbstporträt, was ihr heute macht, kann ganz anders aussehen als eins, das ihr morgen macht. Es geht um euch und das, was ihr jetzt in dem Moment empfindet. Und das erfordert auch ein bisschen Mut, weil man sich offenbaren muss. Es geht also bei den Selbstporträts darum, wie ihr euch seht und nicht wie ihr aussieht. Es geht sozusagen um euer inneres Ich. Wer seid ihr oder wollt ihr sein? Habt den Mut euch zu zeigen, habt den Mut zu träumen.“

Variante

Selbstporträts/Porträts können auch mit Hilfe der Fotografie entstehen.

Liedtext

Karl schreibt ein Gedicht über seine Gefühle zu Lea, das von Tom und seiner Band als Song vertont wird.

Der Song wird auf der Klassenfahrt von Toms Band zum ersten Mal gesungen (Time-Code im Film: 01:02:10).

Wenn die Schülerinnen und Schüler Elfchen zum Thema Liebe/Verliebtsein erstellt haben (Aufgabe „Verliebt sein II, Kreative Vertiefung: Elfchen schreiben“), können sie als Grundlage für einen eigenen Songtext genommen werden.

*„Ich weiß gerade nicht genau
Wo ich mich bewege
Unbekannte Welt in der ich vorwärts geh
Probier', alles zu verstehen
Mein Kopf macht Sachen
Die ich sonst nicht kenn'
Hab' mich nicht unter Kontrolle
Wenn ich abends friedlich schlafen will
Träum' ich Sachen, die ich niemals träumen konnte
So weit entfernt und doch fast hier
Siehst nicht zu mir wie ich zu dir
Ja wir leben auf anderen Planeten
Geteilt durch Wind und Nebel
Sodass wir uns niemals begegnen
Ja wir wohnen an ganz verschiedenen Orten
Du im goldenen Glitzerschloss
Und ich im Schatten deiner Worte ...“*

>> **Materialtipp:** Der Bundesverband Jugend und Film hat umfangreiche Materialien zum Film erstellt, darunter ein Arbeitsblatt zur Erschließung der Songtexte im Film.:

https://durchblick.clubfilmothek.de/ab_morgen/AB07_Filmmusik.htm

Dort sind die Lyrics abgedruckt, die Lieder sind u. a. auf Spotify und bei YouTube zu finden. Es gibt zu allen drei Liedern auch Instrumentalversionen ohne Gesang.

Tanzchoreographie

Lea tanzt als Hobby. In einer Szene, in der Karl Fotos macht für die Werbung ihrer Tanzgruppe, können wir miterleben, wie sie sich mit anderen Mädchen zu atmosphärischer Musik ausdrucksvoll bewegt.

Sich körperlich auszudrücken und Bewegung so zu gestalten, dass sie eine bestimmte Emotion erzählt, kann mit einer eigenen Choreografie zu einer selbst gewählten Musik im Sportunterricht gefördert werden.