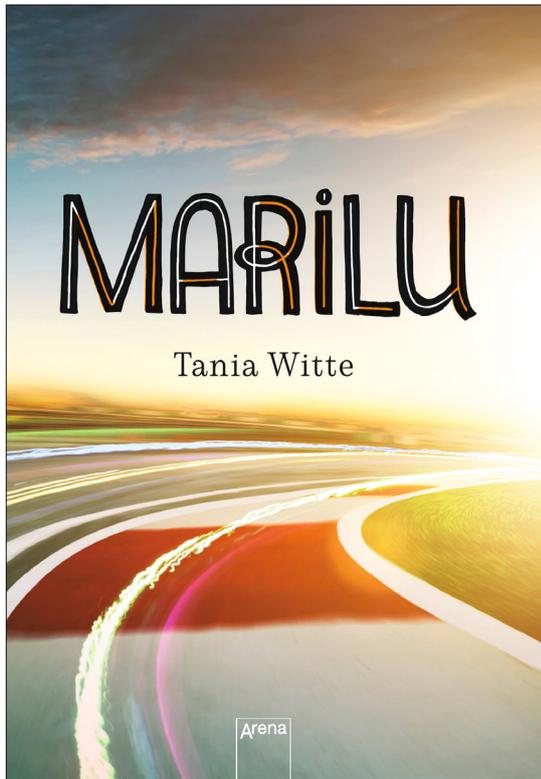


ZUM LESEN VERLOCKEN

Neue Materialien für den Unterricht

Klassen 5–10



Tania Witte
Marilu

Arena Verlag
ISBN 978-3-401-60588-3
275 Seiten

Geeignet ab Klasse 8–10

Eine Erarbeitung von Theo Kaufmann
und Anja Kohler

Herausgegeben von
Peter Conrady

Zum Inhalt

Marilu ist 18 Jahre alt und sie ist manisch-depressiv. In der Klinik Sonnenblick lernt sie Elli kennen. Elli kann sich nicht mehr bewegen. Durch ihre lebensbejahende und fröhliche Art schafft es Marilu, Elli aus ihrer Regungslosigkeit zu befreien. Die beiden werden in der Klinik richtig gute Freundinnen. Als Elli entlassen wird, schenkt sie Marilu einen Anhänger mit einer Sonnenuhr. Dieser bedeutet ihr sehr viel. Sie möchte, dass er nun Marilu hilft, gesund zu werden. Marilu hat Selbstmordgedanken und sagt zu Elli, dass sie ihr den Anhänger zurückgibt, falls sie sich irgendwann tatsächlich umbringen sollte.

Elli bricht den Kontakt zu Marilu ab. Sie hat Angst, durch Marilu einen Rückfall zu erleiden und will mit ihrer Vergangenheit abschließen. Doch dann kommt alles ganz anders. Elli findet in der Post einen Umschlag von Marilu, in dem der Anhänger mit der Sonnenuhr ist. Elli erstarrt – Marilu wird sich umbringen.

Als Elli den Brief öffnet liest sie „finde mich“. Marilu will also gerettet werden. Gemeinsam mit Marilus Bruder Lasse macht sie sich auf den Weg, Marilu zu finden. Auch Ellis Freund Tom schließt sich den beiden an. Elli und Lasse werden mit ihren Ängsten konfrontiert, bis sie am Ende auf einer Sternwarte in Berlin auf Marilu treffen. Diese ist höchst manisch und will zwischen zwei Gebäuden balancieren. Zum Glück kann das verhindert werden und Marilu wird wieder in eine Klinik eingewiesen. Elli will nun an Marilus Seite bleiben und sich nicht noch einmal abwenden.

Zur Autorin

Tania Witte ist Schriftstellerin, Journalistin und Spoken-Word-Performerin. Sie lebt und schreibt hauptsächlich in Berlin und am liebsten in Den Haag (NL). Neben diversen (inter)nationalen Stipendien erhielt sie 2016 den Felix-Rexhausen-Sonderpreis für ihre journalistische Arbeit, 2017 den Martha-Saalfeld-Förderpreis für Literatur sowie 2019 den Mannheimer Feuergriffel für Jugendliteratur. Im selben Jahr wurde ihre Arbeit mit einem Werkstipendium des Deutschen Literaturfonds gefördert.

„Marilu“ wurde mit dem Mannheimer Feuergriffel ausgezeichnet. „Die Stille zwischen den Sekunden“ erhielt das KIMI-Siegel für Vielfalt im Jugendbuch.

Homepage: www.taniawitte.de



© Risk Hazekamp

Eignung für den Unterricht

Das Buch „Marilu“ von Tania Witte gibt uns einen Einblick in die Welt psychisch kranker Menschen. Man erfährt durch Elli, was in ihr vorgeht. Warum sie erstarrt und sich nicht mehr aus dieser Situation befreien kann. Man erlebt den ständigen inneren Kampf, um keinen Rückfall zu erleiden. Genauso die völlig aufgedrehte, lebensbejahende Marilu, die ihre gefährlichen Aktivitäten nicht realistisch einschätzen kann.

Dieses Buch ermöglicht es, unseren Schülern und Schülerinnen Empathie zu entwickeln für Menschen, die anders sind. Sie lernen sensibler zu sein und Menschen, die sich in unseren Augen ab und zu komisch verhalten, nicht auszugrenzen, sondern zu versuchen, in sie hineinzuschauen – nachzufragen. Dieses Buch bietet eine wunderbare Basis, um auch das Thema Toleranz und Akzeptanz mit den Schülerinnen und Schülern zu besprechen.

Didaktische Kommentare zu den Arbeitsblättern

Die Personen und ihre Beziehungen

Bei dieser Aufgabe müssen sich die Schülerinnen und Schüler mit den einzelnen Personen beschäftigen. Sie müssen Informationen zu den Personen aus dem Buch zusammentragen, sowie sich selbst in die Person hineinversetzen. Sie sollen darüber nachdenken, wer wen mag und warum. Oder warum es wenig Kontakt gibt. Ob die Personen offen miteinander sprechen oder nicht.

Steckbriefe

Hier braucht man ein gutes Inhaltswissen. Immer wieder erfährt man Kleinigkeiten über eine Person, die aber die Persönlichkeit stark beeinflussen. Auch das Nachschlagen wird hier geübt. Sicherlich wird man die ein oder andere Stelle nochmal lesen müssen, um Besonderheiten festzustellen.

Die Sonnenuhr

Die Sonnenuhr zieht sich in ihrer Bedeutung durch das ganze Buch. Deshalb soll ihr Aufmerksamkeit zukommen. Die Sonnenuhr ist ein Symbol für so viele Dinge gleichzeitig. Die Schülerinnen und Schüler üben hier auch, zwischen den Zeilen zu lesen und über Bedeutungen nachzudenken.

Stretch your comfortzone

Bei dieser Aufgabe sollen die Schülerinnen und Schüler über sich selbst nachdenken, sich selbst besser kennen lernen. Sie müssen darüber nachdenken, wo die eigenen Grenzen sind und ob sie es sich zutrauen würden, über die eigenen Grenzen hinauszugehen. Sie müssen über eigene Ängste nachdenken, bzw. sich eigene Ängste eingestehen. Vielleicht kann man bei einem Schulausflug einen Kletterpark mit der Klasse besuchen.

Nimm Stellung

Auch diese Aufgabe dient dazu, über sich selbst nachzudenken. Sie fördert die Persönlichkeitsentwicklung. Die Schülerinnen und Schüler sollen darüber reflektieren, ob eigene Ängste nicht real sind. Ob man alle seine Ängste überwinden kann. Man kann auch kritisch nachfragen, ob es nicht gut ist, vor manchen Dingen Angst zu haben. Schützt uns die Angst, um zu überleben?

Herzensfreundinnen – Herzensfreunde

Die Schülerinnen und Schüler sollen über ihre Freundschaften nachdenken. Gibt es Unterschiede bei meinen Freundschaften? Sind manche intensiver als andere? Wo ist der Unterschied? Was ist mir wichtig in einer Freundschaft?

Purzelsätze

Hier wird das Inhaltswissen abgefragt. Die Schülerinnen und Schüler müssen über den genauen Ablauf nachdenken. Erinnern sie sich genau an die zeitliche Abfolge der Ereignisse, erhalten sie zwei Lösungsworte.

Beziehungen

Hier werden die Empathiefähigkeit und die Persönlichkeitsentwicklung geschult. Die Schülerinnen und Schüler reflektieren ihr eigenes Verhalten in einer Beziehung und worauf sie Wert legen. Sie üben ihre Meinung zu vertreten und diese auch zu begründen.

Marilu

Die Schülerinnen und Schüler sollen eine Fortsetzung schreiben. Grundsätzlich dürfen sie kreativ sein und selbst entscheiden, ob Marilu ihre Krankheit in den Griff bekommt oder nicht. Dennoch müssen sie darauf achten, dass das Verhalten der einzelnen Personen zu den Personen im Buch passt. Sie dürfen die Charaktere nicht verändern.

Abschlussquiz

Bei dieser Aufgabe wird das Inhaltswissen der Schülerinnen und Schüler abgefragt.

Info-Seiten

Diese Seiten sind dafür da, die Krankheit von Marilu zu verstehen und auch zu erfahren, wie man sich jemandem gegenüber verhält, der erkrankt ist.

Lösungen

Die Personen und ihre Beziehungen

Elli – Mama:

Ihre Mama macht sich Sorgen. Elli möchte nicht, dass ihre Mama sich sorgt. Deshalb sagt sie ihr nicht alles. Sie versucht die Dinge von ihr fernzuhalten, bei denen ihre Mama sich Sorgen machen würde.

Elli – Papa:

Ihr Papa macht sich Sorgen um sie. Er selbst bittet nie um Hilfe. Er möchte die Kontrolle behalten. Er will immer funktionieren. Das hat Elli von ihm gelernt. Doch sie wurde krank davon. Das Funktionieren ließ sie erstarren. Elli mag ihren Papa und er mag sie. Trotzdem sind sie nicht immer ehrlich zueinander.

Elli – Tom:

Elli liebt Tom und Tom liebt Elli. Sie sind seit 1,5 Jahren ein Paar. Elli hat ihm nichts von ihrem Aufenthalt in der Klinik erzählt. Sie belügt ihn und erfindet eine Ausrede über eine Stoffwechselerkrankung. Tom ist immer optimistisch. Das gefällt Elli an ihm. Sie selbst ist oft das genaue Gegenteil. Tom nennt Elli „Honey“.

Elli – Marilu:

Sie lernen sich in der Klinik kennen. Durch Marilu kommt Elli wieder auf die Beine. Marilu hilft ihr, als sie sich nicht bewegen kann. Sie wollen für immer Freundinnen bleiben. Elli hat aber Angst, durch Marilu einen Rückfall zu erleiden. Marilu erinnert sie immer an ihren Aufenthalt in der Klinik. Eigentlich will Elli das vergessen.

Elli – Lasse:

Elli findet Lasse sexy. Sie mag ihn. Er wirkt auf sie lässig und cool. Lasse mag auch Elli. Er ist erschrocken, als Elli plötzlich erstarrt, aber er kann damit umgehen. Sie werden Freunde.

Steckbriefe

Elli:

Hellbraune Haare, schulterlang. Schlank, sportlich. Sie ist sehr diszipliniert und will funktionieren. Sie will keine Schwäche zeigen. Sie ist krank und erstarrt ab und zu. Sie rechnet, um sich abzulenken. Elli sagt, bei ihr gibt es nur eine Taste für „Stopp“. Sie ist 17 Jahre alt. Bei Elli gibt es nur schwarz-weiß. Erst durch Marilu lernt sie, dass es auch noch Farben dazwischen gibt.

Tom:

Er ist sportlich, trainiert und eifersüchtig auf Lasse. Er liebt Kaffee. Er setzt sich Ziele. Er hat keine Angst zu scheitern. Er ist ein Macher, ein Problemlöser, ein Pragmatiker, ein Optimist.

Lasse:

Er wirkt wie ein Vampir. Er ist blass und mag blutiges Fleisch. Er hat waldhonigfarbenedes Haar, strubbelig wie Marilu. Er wirkt mit seinen Klamotten lässig und cool. Er trägt seinen Rucksack tief hängend und hat ein Basecap auf dem Kopf. Er hat Höhenangst. Lasse ist schwul. Er ist 16 Jahre alt.

Marilu:

Sie ist eher klein und hat strubbelige Haare. Marilu ist 18 Jahre alt. Sie stellt verrückte Theorien auf, von denen sie selbst überzeugt ist. Sie liebt Sterne. Sie ist lässig, selbstverständlich. Sie saugt anderen ihre Energie aus. Ihre Meinung ändert sie ständig. Sie ist bipolar: manisch-depressiv. Ihren ersten manischen Schub hatte sie mit 11 Jahren. Sie liebt das Leben und möchte vom Leben geliebt werden. Sie möchte das Adrenalin spüren. Das ist für sie Leben.

Die Sonnenuhr

Hier gibt es viele verschiedene Möglichkeiten. Beispiele sind: Die Sonnenuhr bedeutet Leben, Verbindung, Freundschaft, Schmerz und Verlust, Hoffnung, Tod und Angst.

Stretch your comfortzone/Nimm Stellung/Herzensfreundinnen – Herzensfreunde/Marilu

Individuelle Lösungen.

Beziehungen

1. Ich möchte von dir immer die Wahrheit hören. Keine Ausreden.
2. Höre auf perfekt sein zu wollen. Für mich bist du perfekt, so wie du bist.
3. Lüg mich nie wieder an.

Purzelsätze

Die Lösungsworte sind: Marilu Elli

Abschlussquiz

1. Sie schenkt ihr eine Kette mit einer Ring-Sonnenuhr.
2. Sie schenkt ihr die Sonnenuhr an ihrem letzten Abend auf dem Dach der Klinik.
3. Viele Geldscheine (Fünfigernoten)
4. Vollverschleierung weltweit bei Frauen und Männern.
5. In einer Höhle im Wald, auf einem Haufen aus Sternen.
6. Ein Tierarzt verarztet Tom in der Tierarztpraxis.
7. Tom kann nicht Autofahren. Mit dem Auto geht es aber schneller als mit dem Zug. Sie brauchen einen Fahrer. Das übernimmt Jule.
8. Sie fahren zu einer Sternwarte.
9. Marilu testet, ob das Leben sie noch liebt. Sie will über ein Stahlseil in 80 m Höhe von einem Haus zum anderen balancieren.
10. Ein Polizist hindert Marilu daran.

Name:

Klasse:

Datum:

Die Personen und ihre Beziehungen

Trage in die Felder ein, in welcher Beziehung die beiden zueinander stehen.

	Elli
Ellis Mutter	
Ellis Vater	
Tom	
Marilu	
Lasse	

Steckbriefe

Fülle den Steckbrief für Elli, Marilu, Tom und Lasse aus. Trage alles ein, was du aus dem Buch erfahren hast. Falls du bei einer Person etwas nicht weißt, kannst du mit einer anderen Farbe auch überlegen, was deiner Meinung nach passen könnte.

Name:

Aussehen:

Besonderheiten/Charaktereigenschaften:

Name:

Klasse:

Datum:

Akrostichon

Erstelle ein Akrostichon zum Wort „Sonnenuhr“.

S _____

O _____

N _____

N _____

E _____

N _____

U _____

H _____

R _____

„Stretch your comfortzone“

Marilu sagt: „*Stretch your comfortzone.*“

Wenn das Adrenalin durch die Adern strömt, dann fühlt man das Leben.

Was denkst du darüber? Sollte man waghalsige Dinge tun? Braucht man das, um das Leben zu spüren?

Versuche deine *comfortzone* zu beschreiben. Wo und wie fühlst du dich am wohlsten?

Was ist deine größte Angst? Mit was könnte man dich aus deiner *comfortzone* holen?

Traust du dir zu, deine Angst zu überwinden?

Nimm Stellung! – Finde Argumente dafür und dagegen

*„Es ist wichtig, sich mit sich selbst zu konfrontieren,
Angst ist nämlich bloß eine Erfindung deines Gehirns.“ (S. 105)*

Bilde dir eine Meinung über Marilus Aussage. Kann man alle seine Ängste überwinden, da sie nicht real sind, sondern von unserem Gehirn erfunden werden?

Sammle Argumente und diskutiert in der Klasse.

PRO	CONTRA

Mein Fazit:

Was folgerst du daraus? Hätte Lasse im Kletterpark selbst klettern müssen oder nicht?
Begründe deine Meinung.

Herzensfreundinnen – Herzensfreunde

„... weil du meine Herzensfreundin bist, meine bessere Hälfte, niemand hat mich je so verstanden wie du, du warst die Sonne im Sonnenblick...“ (S. 90)

Hast du selbst eine Herzensfreundin/einen Herzensfreund?

Was macht für dich eine Herzensfreundin/ein Herzensfreund aus? Wie muss sie/er sein?

Was wolltest du deiner Herzensfreundin/deinem Herzensfreund schon immer mal sagen?

Was ist für dich der Unterschied zwischen einer Freundin/einem Freund und einer Herzensfreundin/einem Herzensfreund?

Purzelsätze

Hier ist einiges durcheinander geraten. Schneide die Streifen aus und ordne sie in der richtigen Reihenfolge.

Hast du alles richtig geordnet, entsteht ein Lösungswort.

A	Lasse steigt auf das Balkongeländer.
L	Elli folgt den Sternen und findet Marilus Handy.
I	Sanitäter nehmen Marilu mit.
M	Fahrt zum Hotel, in dem Marilu ihre erste manische Phase hatte. Das Hotel ist in Bad König.
U	Marilu macht eine Videoaufnahme. Es sieht aus, als ob sie sich in einem Kletterpark befindet.
I	Sie finden im Wald einen Bunker.
L	Auf der Sternwarte. Marilu will zwischen zwei Gebäuden balancieren.
E	Elli und Tom sind auf der Plattform im Kletterpark.
R	Lasse, Elli und Tom folgen einer GPS-Spur in den Wald.
L	In der Praxis des Tierarztes.

Beziehungen

Die Beziehung zwischen Tom und Elli wird auf eine harte Probe gestellt. Elli hat Angst, dass Tom sie verlässt. Tom stellt drei Bedingungen auf.

Welche sind das?

1. _____
2. _____
3. _____

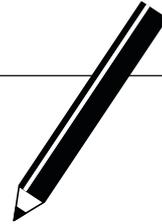
Was ist für dich in einer Beziehung wichtig?

Stellt euch gegenseitig eure Bedingungen vor. Diskutiert in der Klasse, welche Bedingungen ihr bereit wärt zu erfüllen und welche nicht? Begründet eure Entscheidungen.

Marilu

Marilu wird am Ende von den Sanitätern mitgenommen und Elli verspricht ihr, den Kontakt zu halten.

Schreibe eine Fortsetzung. Wie geht es mit Elli und Marilu weiter?



Abschlussquiz

1. Zum Abschied schenkt Elli Marilu etwas. Was war das?
2. Wann und wo schenkt Elli Marilu dieses besondere Geschenk?
3. Was war in dem Umschlag in Zimmer 317?
4. Marilu denkt, sie hat ein Mittel für den Weltfrieden gefunden. Was ist nach Marilus Meinung die Lösung?
5. Wo findet Elli Marilus Handy? Beschreibe ganz genau.
6. Wer verarztet Tom und wo?
7. Warum kommt Jule mit nach Berlin?
8. Wo wollen sie in Berlin genau hin?
9. Was hat Marilu in Berlin vor?
10. Wer hindert Marilu daran, ihre lebensgefährliche Idee umzusetzen?

Info-Seiten

Bipolare Störung/manische Depression

Was ist eine manisch-depressive Erkrankung?

Die bipolare Störung ist eine Krankheit mit extremen Emotionen und Stimmungen. Die Gefühle der Betroffenen fahren Achterbahn. Mal befinden sie sich in einem schweren Stimmungstief, mal sind sie total euphorisch. Dieses Auf und Ab der Gefühle wird zum Lebensbegleiter.

Wie kann man sich die Stimmungsschwankungen vorstellen?

Diese lassen sich mit einem defekten Heizungs-Temperaturregler vergleichen. Der Regler reagiert nicht mehr auf die Außentemperatur, schaltet sich nicht zur gewünschten Zeit ein- bzw. aus und lässt sich auch nicht am Schalter regulieren. Die Heizung läuft entweder auf Hochtouren oder sie heizt gar nicht. Oder ihr Betrieb ist völlig willkürlich.

Bildlich gesprochen verhält es sich so mit der gestörten Steuerung des Gefühlslebens bei einer bipolaren Störung. Wenn das Emotions-Regelzentrum im Gehirn nicht funktioniert, geraten die Gefühle und Stimmungen der betroffenen Person außer Kontrolle.

Die bipolaren Symptome

Wie zeigt sich die bipolare Depression?

- **Gefühlsleben, Stimmung:**
Niedergeschlagenheit, Angstgefühle, Traurigkeit, Sorge, Mutlosigkeit, Unbehagen, ...
- **Selbstbewusstsein:**
Minderwertigkeits- und Kleinheitsgefühle, Selbstabwertung, Schuld- und Versagensgefühle
- **Antrieb, Aktivität:**
Hemmung, Inaktivität, Interesselosigkeit, Motivationslosigkeit, Bewegungsverlangsamung, ...
- **Denken, Sprache:**
Verlangsamtes, gehemmt oder blockiertes Denken, Ideen- und Fantasielosigkeit, ...
- **Körperliches Befinden:**
Müdigkeit und Erschöpfungsgefühl, Kraftlosigkeit, erhöhtes Ruhebedürfnis, ...
- **Verhalten:**
Rückzug, Unternehmungslust, Inaktivität, Vermeiden von Geselligkeit, Ängstlichkeit, ...
- **Psychose:**
Wahnhaftige Minderwertigkeitsgefühle, körperbezogener Wahn (Hypochondrie)
- **Schwere Psychose:**
Akustische und optische Sinnestäuschungen, Verfolgungswahn

Wie zeigt sich eine Manie?

- **Gefühlsleben, Stimmung:**
Euphorische Hochstimmung, Glücksgefühl, ausgeprägte Heiterkeit, Übermut, ...
- **Selbstbewusstsein:**
Selbstüberschätzung, Geltungsbedürfnis, Größengefühle, Überlegenheitsgefühle, ...

- **Antrieb, Aktivität:**
Überaktivität, Beschäftigungs- und Bewegungsdrang, Unruhe, Übermotivation, ...
- **Denken, Sprache:**
Beschleunigtes, rasendes Denken, Ablenkbarkeit, Konzentrationsstörungen, ...
- **Körperliches Befinden:**
Erhöhte Energie, ungewöhnlich große Vitalität, ungewöhnlich gesteigertes Kraftgefühl, ...
- **Verhalten:**
Übertriebene Geselligkeit, ungewöhnlicher Unternehmungsdrang, Großspurigkeit, ...
- **Psychose:**
Größenwahn, religiöser Wahn, Liebeswahn
- **Schwere Psychose:**
Optische und akustische Sinnestäuschungen (Dinge sehen oder hören, die real nicht vorhanden sind),
Eingebung „göttlicher“ Gedanken

Depression

8 Tipps für Freunde

- **Gespräche:**
Hilf dem Betroffenen durch einfühlsame Gespräche zu erkennen, dass er depressiv ist.
- **Zuhören:**
Sprich mit ihm darüber, dass er sich weniger zumuten und abverlangen kann.
- **Konkrete Hilfe:**
Hilf ihm z. B. bei der Tagesstrukturierung.
- **Gefühle:**
Frage einfühlsam nach Ängsten, Schuld- und Minderwertigkeitsgefühlen.
- **Suizidgedanken:**
Nimm Selbstmordäußerungen unbedingt ernst und informiere die Eltern.
- **Entscheidungen abnehmen:**
Hilf dem Betroffenen Entscheidungen zu treffen. Depressive tun sich damit nämlich schwer.
- **Arztbesuch:**
Mache deutlich, dass er/sie einen Arzt aufsuchen soll.
- **Selbstschutz:**
Sei nicht beleidigt, wenn der Betroffene reizbar und unmutig ist.

Manische Phase

8 Tipps für Freunde

- **Gespräche:**
Versuche sensibel deutlich zu machen, dass das Verhalten nicht „normal“ ist.
Mache gegebenenfalls auch klar, dass auch du unter diesem Verhalten leidest.
Zeige gleichzeitig, dass du zu ihm/ zu ihr stehst.

- **Chaos vermeiden**
Versuche den Betroffenen von „kurzschlüssigem“ Verhalten abzubringen.
- **Ablenkung vermeiden**
Mache mit ihm/mit ihr keine reizstarken Unternehmungen (Party, Konzertbesuch,...)
- **Freundlich und sachlich bleiben:**
Führe kurze, freundliche und sachliche Gespräche. Vermeide Ärger oder Vorwürfe.
- **Keine „Überzeugungsarbeit“ leisten wollen:**
Du musst dem anderen seine unrealistischen Erwartungen und Pläne lassen.
- **Besonnen reagieren:**
Vermeide es, übermäßig spontan zu reagieren und versuche Abstand von der Situation zu bekommen.
- **Gelassen bleiben:**
Verhalte dich nicht dominant oder bestimmend und mache keine Vorschriften.
- **Arztbesuch:**
Mache deutlich, dass er/sie einen Arzt aufsuchen soll.
- **Buch:**
Achterbahn der Gefühle (Balance Buch + Medien)

Buch von Betroffenenem:

Meine ruhelose Seele (Goldmann Verlag)

Adresse:

Deutsche Gesellschaft für Bipolare Störungen (DGBS e.V.)

Postfach 90 23 02

21057 Hamburg

Tel: 040 / 85 40 88 83

Mail: info@dgbs.de

Webseite: www.dgbs.de

Quelle:

Prof. Dr. med. Peter Bräuning

Leben mit bipolaren Störungen

Manisch-depressiv:

Antworten auf die meistgestellten Fragen

Verlag: Trias