

Materialien für den Unterricht

www.vgo-schule.de



Anna Seidl

Es wird keine Helden geben

ISBN: 978-3-7891-4746-3

Erarbeitet von
Christine Hagemann

Konzipiert für die
Jahrgangsstufen 8–11

Thematik:

Amoklauf, Traumafolgen, Resilienz,
Trauerbewältigung, Erwachsenwerden,
Identitätsbildung, Schuld, Achtsamkeit

Didaktischer Schwerpunkt:

Erweitern des Textverständnisses, emotio-
nales Verstehen, Entwickeln von Ichstärke,
Erweitern der Sozialkompetenz, problem-
und handlungsorientierter Umgang mit
dem Text

MATERIALIEN FÜR DEN UNTERRICHT

4. – 5. Klasse

Anna Seidl

ES WIRD KEINE HELDEN GEBEN

Erarbeitet von Christine Hagemann

1. INHALT

Es ist ein Tag wie jeder andere, an dem die fünfzehnjährige Miriam zur Schule geht. Sie ist beliebt bei ihren Mitschülern in der neunten Klasse, und seit einigen Monaten ist sie zum ersten Mal richtig verliebt. Ihr Freund Tobi ist sechzehn und eine Klasse über ihr. Ihr Leben ist einfach perfekt, findet Miriam. – Doch dieser Tag verläuft anders, als irgendjemand sich vorstellen kann: Schüsse knallen, alle rennen in Panik hinaus. *Nur weg hier!*, ist Miriams erster und einziger Gedanke. Zusammen mit ihrer Freundin Joanne versteckt sie sich und durchlebt Momente der Todesangst, als der Amokschütze näher kommt. Immer wieder fallen Schüsse. Miriam begreift kaum, was geschieht, schreckliche Bilder brennen sich ihr ein: Der Amokläufer erschießt ihren Mitschüler Philipp, und auf dem Gang liegt, durch einen Schuss schwer verletzt, ihr Freund Tobi. Dann steht der Schütze vor ihr, sie kennt ihn: Matias Staudt aus der Parallelklasse. Nie hätte Miriam gedacht, dass ausgerechnet Matias zu so einer Tat fähig ist. Nur einen Augenblick lang stehen sich Miriam und Matias gegenüber, dann krachen wieder Schüsse. Miriam wird von einem Streifschuss am Bein verletzt, Matias bricht, von Polizei-Einsatzkräften tödlich getroffen, zusammen. Es ist vorbei. – Doch nichts ist vorbei. Wie in Trance läuft Miriam mit anderen auf den Schulhof, wie in Trance lässt sie sich von ihrem herbeigeeilten Vater und ihren Großeltern nach Hause führen. Sie erfährt, dass Tobi im Krankenhaus gestorben ist, aber sie empfindet gar nichts. Miriam durchlebt einen schweren Schock, gefolgt von depressiven Zuständen und Anzeichen einer posttraumatischen Belastungsstörung. Ein einziger Gedanke beschäftigt sie unaufhörlich: *Ich hätte Tobi retten müssen, ich habe versagt.*

Nur langsam begreift Miriam, was geschehen ist. Das erste Gefühl, das sie spontan ausdrückt, ist Wut. Es ärgert sie, dass ihre Mutter, zu der sie seit der Trennung ihrer Eltern vor etlichen Jahren keinen persönlichen Kontakt hatte, jetzt zu ihr nach Hause gekommen ist. Miriam versteht selbst nicht, warum sie ihr Wutgefühl an ihrer Mutter auslässt. Am liebsten würde sie sich verkriechen, einfach vergessen. Ihr Leben teilt sich in *davor* und *danach*.

Sie findet keine Orientierung mehr und absolviert nur widerwillig den Alltag. Die Einzige, mit der sie sprechen möchte, die sie verstehen könnte, ist ihre Freundin Joanne. Doch Joanne ist völlig apathisch, findet nicht zurück ins Leben, spricht nicht mehr. Nur einen Satz sagt sie noch: *Sind wir schuld?* Dieser Satz beginnt Miriam zu verfolgen. Sie erinnert sich an Situationen, in denen sie Matias gekränkt und beleidigt hat, obwohl er sie mochte. Schon seit der Grundschule war Matias verachtet und ausgegrenzt worden, von Tobi und seinen Freunden wurde er immer wieder gemobbt. Miriam hatte nie als schlimm empfunden, was sie und ihre Freunde getan haben, doch jetzt schämt sie sich für ihre Gedankenlosigkeit und Oberflächlichkeit. Nachdem ihre Freundin Joanne, die aus ihrer Verzweiflung und Sprachlosigkeit nicht mehr herausfinden konnte, sich das Leben genommen hat und Miriam selbst unter Einsamkeit und Isolation leidet, beginnt sie Matias zu verstehen. Miriams sehnlichster Wunsch ist, die Zeit zurückdrehen zu können. Sie fragt sich immer wieder nach dem Sinn des Lebens, um endlich für sich selbst Orientierung zu finden. Der Gedanke, sie sei für den Amoklauf mitverantwortlich, lässt sie nicht mehr los. Ihr jetziges Leiden empfindet sie als Strafe für ihre persönliche Schuld. Im kraftraubenden Heilungsprozess lernt Miriam, Hilfe anzunehmen und sich ihren Ängsten zu stellen. Das gute Verhältnis zu ihren Eltern, die ihr Halt und Geborgenheit vermitteln, und eine geduldige Therapeutin unterstützen sie dabei. Als sie Stephen kennenlernt, der ganz anders als Tobi ist, brechen Miriams Verlustängste wieder auf. Sie versteht, dass erst das Loslassen des Vertrauten, auch wenn es wehtut, neue Perspektiven eröffnet. Sie erkennt: Niemand bleibt, wie er ist. Sie muss sich von geliebten Menschen und auch von ihrer Kindheit verabschieden, um zu einer eigenen, gereiften Identität zu gelangen. Sie muss unterscheiden lernen, was sie selbst will und wo sie nur fremdbestimmten Erwartungen folgt. Diesen Klärungsprozess empfindet sie als extrem anstrengend, aber auch als befreiend. Ihre Mutter dient ihr als ein unerwartetes Vorbild: *Jeder muss tun, was ihn glücklich macht.* Der Amoklauf hat Miriams Leben schwer erschüttert und grundlegend verändert, doch im Prozess der Verarbeitung

wachsen ihre Kraft und neuer Lebensmut. Sie erlebt ihre selbst geleistete Befreiung aus der lähmenden Spirale von Selbstvorwürfen, Depression und Stagnation wie eine persönliche *Auferstehung* zu neuem, aktivem Leben. Jetzt ist sie auf dem Weg zu einer eigenständigen, starken Persönlichkeit, die ihr Glück nicht davon abhängig macht, dass andere sich darum kümmern. Sie wird das Geschehene zwar nie vergessen, der Amoklauf ist ein Teil ihres Lebens, doch jetzt kann sie sich der Gegenwart zuwenden, und über ihre Zukunft bestimmt sie selbst.

2. ERZÄHLSTIL

Die Romanhandlung wird in Icherzähler-Perspektive aus Sicht der Hauptfigur Miriam in der Zeitstufe Präsens entfaltet. Den 25 Kapiteln des Romans vorangestellt ist ein Textabschnitt mit einleitender Funktion: Die Leser werden direkt angesprochen und auf das kommende Romangeschehen vorbereitet. Die Autorin erzeugt so eine Gesprächssituation, die den Leser von Beginn an als Zuhörer/Gesprächspartner aktiv beteiligt. Durch diese Gleichzeitigkeit verschmelzen in der Wahrnehmung des Lesers Autorin und Hauptfigur zu einer Person. Die Sprecherin wendet sich an den Leser (an imaginäre Zuhörer), bevor die eigentliche Erzählung beginnt. Der Leser als Zuhörer erfährt, dass die zu erzählenden Ereignisse/die Romanhandlung für die Sprecherin selbst erlebte Vergangenheit ist, und er wird an einen Zeitpunkt geführt, bevor das eigentliche Geschehen stattfindet. Die Sprecherin verbindet den Ausblick auf das Romangeschehen mit dem Ausdruck ihrer eigenen Erzählmotivation und dem Appell zur Aufmerksamkeit: Der Leser soll etwas verstehen lernen, das vielleicht auch für sein Leben existenziell wichtig sein wird.

Das Gespräch mit dem Leser wird im weiteren Roman-Text durch wiederholte direkte Ansprache fortgesetzt. Der Leser wird so zu emotionaler Beteiligung, Reflexion und eigener Stellungnahme angeregt. Gleichzeitig identifiziert er sich mit der Hauptfigur Miriam und durchlebt mit ihr das Geschehen und ihren Entwicklungsprozess. Dabei verstärken zahlreiche innere Monologe, in denen Miriam sich mit philosophischen und gesellschaftskritischen Fragen auseinandersetzt, die bewusste Beschäftigung mit zentralen Problemthemen auch beim Leser. Es gelingt der Autorin, die erzählzeitliche Diskrepanz zwischen der Sprecherin Miriam und der aktuell erlebenden Miriam nicht in den Vordergrund treten zu lassen: Der Leser ist an jedem Punkt des Romanverlaufs intensiv an Miriams innerem Empfinden zum jeweiligen Zeitpunkt des Geschehens beteiligt. Einblendungen vergangener Ereignisse, an die sich Miriam erinnert, werden ebenfalls in der Zeitstufe Präsens erzählt. Die erzählte Zeit umfasst einen Zeitraum von neun Monaten.

Die Sprache des Romans ist modern und authentisch. Vor allem die intensive und äußerst einfühlsame Schilderung der Innensicht während des Amoklaufs und des darauf folgenden Zusammenbruchs verstärken den Eindruck, die Autorin habe selbst erlebt, wovon Miriam erzählt. Auch

Miriam's posttraumatischen Zustand und ihre inneren Konflikte schildert die Autorin eindrücklich authentisch. In der Identifikation mit Miriam nimmt der Leser teil an deren mühsamem, anstrengendem Prozess der Aufarbeitung und Bewusstwerdung. So führt die Erzählerin den Leser durch eigene Erkenntnis zu einem erweiterten kognitiven wie emotionalen Verstehen, das er auf sein eigenes Leben anwenden kann.

Der Roman *Es wird keine Helden geben* verdeutlicht eindringlicher als jeder theoretische Diskurs: Ein Amoklauf ist nicht einfach „Schicksal“, so überwältigend und ungerecht er im Moment des Ausbruchs sein mag. Der exzessive Gewaltausbruch ist nur scheinbar die Tat eines Einzelnen, und er ist keineswegs impulsiv; er ist Resultat eines Prozesses und letztlich Symptom für soziale Beziehungen in einer Gesellschaft. Nach einem Amoklauf schwindet das öffentliche Interesse, sobald die Sensationslust gestillt ist. Der Roman zeigt auf, wie entscheidend die Beachtung der individuellen Bedingungen jedes Einzelnen ist. – Miriam's Kindheit wird durch den Amoklauf jäh beendet. Ihre weitere Entwicklung reflektiert zentrale Themen der Pubertät und Adoleszenz, die Miriam früher und schneller bewältigen muss als andere in ihrem Alter. Miriam reflektiert die Gründe, die zu diesem Amoklauf geführt haben, und wirft sich selbst Gedankenlosigkeit vor. Dabei entlarvt sie (stellvertretend für die Autorin) auch die Oberflächlichkeit und Gedankenlosigkeit der Gesellschaft, in der Kinder früh lernen, wie wichtig Status und Machtpositionen sind. Die gut gemeinte Erziehung zu Mitmenschlichkeit erscheint wie Hohn angesichts der Realität, in der Hierarchien, Stigmatisierungen und Machtkämpfe das Leben bestimmen, auch in Beziehungen. Das Vorbild von Wirtschaft und Politik spiegelt sich im Privaten: Erfolgreich ist, wer die Oberhand hat. In einer Gesellschaft, die tolerante Offenheit propagiert, werden Einzelne dennoch nach äußeren Merkmalen wie Konsum, Habitus oder sogar Aussehen eingestuft, beurteilt und leichtfertig ausgesondert. Vorurteile und Verachtung werden verfestigt durch Massenmedien, die Verachtung und oberflächliche Sensationslust bedienen. Stigmatisierung, Diffamierung, aber auch Desinteresse erscheinen zulässig, ja sogar nützlich. Wie es den Geschmähten damit ergeht und was solche Haltungen an Konsequenzen auslösen, ist scheinbar völlig unerheblich. – Die Erkenntnis dieser Zusammenhänge bewirkt bei Miriam, dass sie sich von vorgegebenen Mustern lösen kann und zu einer emotional starken, autonomen Persönlichkeit reift. Zu Beginn des Romans sagt sie: „Es ist nicht mal so, dass ich mich frage: *Was wäre, wenn?*“; doch nach der Lektüre fragt sich der Leser unwillkürlich: Was wäre, wenn nicht nur Miriam, sondern alle in der Gesellschaft – Politiker, Medien, Erzieher – sich an diesen Erkenntnissen orientierten und sie zur Wirklichkeit des Zusammenlebens machten?

3. INFORMATIONEN ZUR AUTORIN

Anna Seidl wurde 1995 in Freising geboren, wuchs u. a. in Budapest auf und zog schließlich mit ihrer Familie nach Bayern. Schon in der Grundschule erzählte sie gern Geschichten und fing auch bald an, sie aufzuschreiben. Heute ist sie freie Autorin und lebt mit ihrer Familie in der Nähe von Aschaffenburg. Das Jugendbuch *Es wird keine Helden geben* ist Anna Seidls erster Roman.

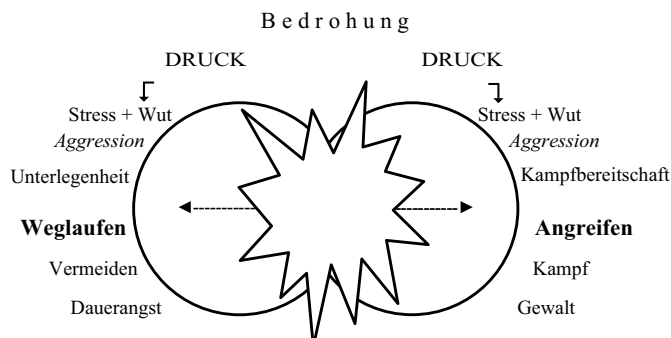
4. HINTERGRUNDWISSEN ZU THEMENSCHWERPUNKTEN

Im Folgenden werden Aspekte beleuchtet, die sich aus der Romanhandlung ergeben und für die Rezeption und Interpretation des Romans relevant sind. Nach einzelnen Abschnitten wird jeweils ein Bezug zur Romanhandlung hergestellt.

4.1 Der menschliche Urinstinkt „Fight or Flight“

4.1.1 Lebensretter Aggression

Es gehört zu den existenziell wichtigsten Selbstschutzmechanismen jedes Menschen, auf Gefahren richtig reagieren zu können. Was in Gefahrenmomenten „richtig“ ist, entscheidet unser Gehirn reflexartig, ohne dass wir willentlich Einfluss nehmen könnten. Wie sich in solchen Momenten die Wahrnehmung verändert, hat jeder schon selbst erlebt, etwa bei einem Sturz: Das Geschehen läuft „wie in Zeitlupe“ ab, das Bewusstsein ist auf den Augenblick fokussiert, und meist spüren wir den Schmerz erst zeitlich verzögert. Bei lebensbedrohlichen Verletzungen ist das Schmerzempfinden oft vollständig ausgeschaltet. In einem solchen Schockzustand sind alle Körperfunktionen auf die Erhaltung der lebenswichtigen inneren Organe reduziert, die Weiterleitung der Nervenreize ist blockiert. Selbst wenn der Betroffene nicht das Bewusstsein verliert, ist doch im Schock keine Verarbeitung von Sinnesindrücken mehr möglich. – Auch auf Bedrohung von außen reagiert unser Körper unmittelbar. In Gefahrensituationen greift ein unterbewusster Mechanismus, der einzig auf Überleben gerichtet ist. Auslöser ist die Angst, die wir empfinden. Angst versetzt den Körper in Alarmzustand, denn alle Funktionen müssen fokussiert werden auf das einzig Notwendige: Flucht oder Angriff. Wir empfinden Aggressivität. Die Muskeln sind zu Höchstleistungen bereit, die Wahrnehmung ist reduziert auf den Augenblick. Unser Instinkt bestimmt: Es geht ums Überleben; Nachdenken oder Emotionen wie Empathie wären in diesem Moment nur hinderlich. Selbst die Angst, die jetzt eine schnelle Aktion behindern würde, wird nicht mehr wahrgenommen. Der Betroffene erlebt sich als völlig gefühllos. Alle Umstände, die nicht direkt mit dem Gefahrenmoment zu tun haben, sind ausgeblendet. Der erste Impuls ist die Flucht. Gibt es keinen Ausweg, wird automatisch auf Angriff umgeschaltet. Die dabei ausgeübte Gewalt dient der Selbsterhaltung, unserem stärksten instinktiven Antrieb.



Diese unterbewussten Reflexe haben sich schon vor Jahrtausenden entwickelt und dienten vor allem dem Selbstschutz bei akuter körperlicher Gefahr in einer lebensfeindlichen Umwelt. Die automatischen Mechanismen finden in gleicher Weise beim modernen Menschen statt, auch wenn es in der subjektiv erlebten Situation nicht um direkte Verteidigung von „Leib und Leben“ geht. So empfinden wir Beleidigungen als Angriff, private oder berufliche Konflikte als Kampf, mentale Überforderung als Stress. Auch hierbei entstehen Ängste, Wut und Aggressionen: Unsere Reaktionen sind die gleichen. Erst das Verstehen der unterbewussten archaischen Impulse macht es möglich, im heutigen Kontext den Wirkzusammenhang von Angst, Aggressivität und Gewaltausbruch zu beurteilen. Hier wird deutlich, was in der Erziehung zur Friedfertigkeit oft fatalerweise ignoriert wird: Gefühle von Wut und Aggressionen sind *nicht* „böse“. Für die ethische Diskussion wird klar, dass *Gut* und *Böse* keine Kategorien zur Beurteilung sind und dass Begriffe wie *Opfer* und *Täter* zu keinem eindeutigen Gesamtbild führen können.

- ➔ Wut und Aggression sind normale Reaktionen, sie gehören zu unserem natürlichen Abwehrmechanismus gegen Bedrohung/Verletzung.
- ➔ Aggressionen haben *immer* einen inneren Auslöser, der mit Angst zu tun hat.
- ➔ Aggressionen signalisieren Anspannung und Aktionsbereitschaft, die entweder in Flucht oder auch in Kampf münden kann.

Die Entstehung von Aggressionen ist ein physiologischer Vorgang: Im Gehirn werden Hormone freigesetzt, die unsere Körperfunktionen auf die akute Situation einstellen (Adrenalin u.a.). Diese Hormone müssen auch körperlich wieder abgebaut werden. Doch nicht immer ist aktives Handeln in der direkten Konfrontation möglich. Hier hat das Gefühl, ohne Ausweg in der Klemme zu stecken, dieselbe Wirkung wie die Übermacht des Angreifers: Der Betroffene erlebt sich als handlungsunfähig (Ohnmacht) und hat keine Möglichkeit, seine Lage zu verändern (Kontrollverlust); dennoch braucht der angestaute Druck ein Ventil. Oft kommt es dann zu Ersatzhandlungen, bei denen der Betroffene seine Aggressionen gegen Unbeteiligte oder gegen sich selbst richtet (Autoaggression): Das Ausleben von Gewalt verschafft die notwendige Entlastung/Erleichterung.

Angestaute Aggressionen können sich auch noch später in völlig anderen Situationen scheinbar unvermittelt entladen. Hierbei liegen meist frühere schmerzhaft Erfahrungen zugrunde, die erneut Angst auslösen. Auch emotionale Verletzungen bewirken Ängste.

Bezug zur Romanhandlung:

Miriam erlebt die Situation in der Schule als lebensbedrohend. Ihr einziger, instinktiver Impuls ist die Flucht: „Nur weg hier!“ Ihre Wahrnehmung ist extrem eingeschränkt, sie fühlt nichts. Ohne Fluchtmöglichkeit und in extremer Anspannung ist sie gefühlstaub und verletzt sich selbst. Im Augenblick der größten Gefahr verschwindet ihre Angst, sie nimmt wieder deutlich wahr, hat jedoch kein Schmerzempfinden. Anschließend durchlebt sie einen schweren Schock, gefolgt von Symptomen einer posttraumatischen Störung. Kontrollverlust und Überforderung lösen Aggressionen aus, die Miriam an ihrer Mutter abreagiert. Hier reagiert Miriam auf ihre Verlustangst: Sie hat sich als Kind schon einmal genauso hilflos und überfordert gefühlt, als ihre Mutter sie verließ.

Matias hat jahrelanges Mobbing erlitten, ohne sich zu wehren; er hat sich „geduckt“ und zurückgezogen. Das Erleben von Gewalt und permanente Zurückweisungen dominieren sein Leben. Er findet keinen Ausweg, auch nicht für seine Aggressionen. Verdrängte Wut und Angst eskalieren. Im Amoklauf ist er fixiert auf (selbst-)zerstörende Gewalt, die seinen Zustand beendet.

4.1.2 Ultimative Flucht: Verdrängung

Die Fähigkeit, allzu schreckliche Eindrücke zu verdrängen, ist als Selbstschutz von existenzieller Wichtigkeit. Was sich nach einem Schock als Emotionsstörung bis hin zur Amnesie äußert, geschieht entsprechend auch, wenn eine angstbesetzte Situation über längere Zeit nicht beendet werden kann: Der Organismus schützt sich automatisch vor Überforderung und/oder Verletzung. Jeder Mensch macht in seinem Leben Erfahrungen, die einen solchen Selbstschutz notwendig machen, doch nicht jeder reagiert in gleicher Weise. Auch kulturelle und soziale Bedingungen oder Prägungen durch Erziehung beeinflussen den Verlauf. In einer Gesellschaft, in der aggressive Gefühlsäußerungen generell negativ beurteilt werden, zwingt sich der Einzelne oft selbst, Gefühle wie Wut oder Hass zu unterdrücken. Wenn geeignete Bewältigungsstrategien zum Umgang mit solchen Emotionen fehlen, setzt die Verdrängung das bestehende Tabu fort. Ein Beispiel hierfür ist die Trauer nach einem Todesfall:

Zum Trauerprozess gehören Gefühle von Schmerz und Verlust ebenso wie das Erleben von Wut, Angst und Ohnmacht. Doch nicht selten empfindet der Trauernde seine „negativen“ Gefühle als unpassend oder sogar sich selbst als „schlecht“. Das Bedürfnis, dem Gefühlschaos zu entfliehen und sich abzukapseln, wird dadurch umso größer. Die neuronalen biochemischen Prozesse während einer Trauerphase gleichen denen einer Depression. Hierbei entstehen Emotionslosigkeit bzw. Gefühlsschwankungen

aufgrund einer (vorübergehend) gestörten Serotoninverarbeitung. Die Folgen sind Gefühlsstörungen, Konzentrations- und Antriebsschwäche. Auch Kontrollverlust und regressives Verhalten sind in dieser Phase vollkommen normal.

Depressionen und verzerrte Denkweisen sind häufig Folge von psychischen Schockzuständen oder Verlusten, die als einschneidend und schmerzlich empfunden werden. In den meisten Fällen heilt tatsächlich die Zeit die Wunden einer depressiven Episode. Hilfreich ist ein stabiles soziales Umfeld, das dem Betroffenen das Gefühl vermittelt, grundsätzlich akzeptiert und angenommen zu sein. Gespräche schaffen Entlastung und fördern den Heilungsprozess, doch die Äußerung von Gefühlen, die den frischen Schmerz aufwühlen, ist zunächst ebenfalls angstbesetzt. Bei anhaltenden Störungen besteht die Gefahr, dass belastende Gefühle dauerhaft abgespalten werden und der Betroffene den Kontakt zu seiner Emotionalität völlig verliert. Hier ist professionelle Hilfe in Form einer Traumatherapie erforderlich.

Bezug zur Romanhandlung:

Der Schockzustand schützt Miriam durch Apathie und Paralyse vor psychischer und physischer Überforderung. Ihre (vorübergehende) Gefühllosigkeit irritiert sie jedoch; immer wieder meint sie, selbst schuld zu sein oder etwas falsch zu machen. – Sie braucht Zeit, bis sie darüber sprechen und sich ihren Erinnerungen und Ängsten stellen kann. – Der verdrängte Schmerz über den Verlust ihrer Mutter in der Kindheit bricht in der Konfrontation wieder auf. Miriam verhält sich trotzig wie ein kleines Kind. – Sie verliert schlagartig nicht nur die glückliche Zeit mit Tobi, sondern vor allem ihre unbeschwerte „heile Welt“. Sie möchte vergessen, das Geschehene ignorieren, die Zeit zurückdrehen: Sie hat Angst vor neuen Verlusten und davor, keinen Halt zu finden. Erst in der Überwindung ihrer Fluchtgedanken kann sie sich von Vergangenen lösen und Ichstärke entwickeln.

4.1.3 Ultimativer Angriff: Amok

Angst auslösende Ereignisse werden als Lernmuster gespeichert. Neue Situationen, die an die frühere Angst erinnern, lösen immer wieder die gleichen Reaktionen aus. Auch dieser lebenswichtige Mechanismus dient der Selbsterhaltung, doch er kann zu einer großen Belastung werden. Wenn der Ursprung der Angst lange zurückliegt und/oder verdrängt wurde, ist dem Betroffenen oft selbst nicht bewusst, warum er gewalttätig reagiert. Für seine Umgebung ist sein Verhalten unverständlich und erscheint grundlos, denn meist ist in der aktuellen Situation nicht mehr ersichtlich, woher die eigentlichen Auslöser kamen. Auch Kränkungen sind Verletzungen, die Gegengewalt provozieren. Die meisten Mobbingopfer verhalten sich lange vermeidend und defensiv, sie behalten ihre hilflose Wut für sich. Gleichzeitig entwickeln sie ein Gefühl des eigenen Versagens, die Situation nicht ändern zu können. Wenn in einer solchen Situation unterbewusst gespeichert-

te Erinnerungen an frühere Kränkungen hinzukommen, können Gewaltausbrüche ausgelöst werden, deren Heftigkeit völlig unangemessen erscheint.

Andauernde Gefühle von Angst und Unterlegenheit haben nicht nur schwerwiegende gesundheitliche Folgen, sie können nachhaltige psychische Veränderungen bewirken. Verzerrte Denkweisen und Depressionen lassen das Bedürfnis nach Vergeltung wachsen. Der Gekränkte will Gerechtigkeit und empfindet Rache als notwendigen Ausgleich. In diesem Sinn enthält Vergeltung auch Aspekte der provozierten Notwehr; allerdings findet die Reaktion zeitverzögert statt und hat neben kognitiven auch stark affektive Anteile. Bis zum Erreichen der Genugtuung entsteht eine emotionale Fixierung. Amok ist ein psychischer Ausnahmezustand, bei dem sich oft jahrelang eskaliertes Erleben entlädt. Dem Amokläufer ist durchweg klar, dass er mit seiner Aktion auch sein eigenes Leben beendet. Hier ist Amoklauf auch als ultimative Autoaggression zu sehen. Neuere Untersuchungen zeigen, dass Aggressivität bei Männern leichter in Gewaltanwendung mündet als bei Frauen; allerdings steigt die Zahl der brutal gewalttätigen weiblichen Jugendlichen. Der „typische“ Amokläufer ist männlich, doch es gibt auch weibliche Amokläufer.

→ Depressionen/verzerrte Denkweisen → Vergeltung → Hass → Amok

Bezug zur Romanhandlung:

Matias hat lange Zeit unter Zurückweisungen und Demütigungen gelitten. Nach außen hat er nicht aggressiv, vielmehr duldsam gewirkt. Wie sein Entschluss zum Amoklauf letztlich gereift ist, ob er Rache- und Gewaltphantasien hatte, ist nicht bekannt. Im „Amok-Modus“ geht er ruhig und konzentriert vor, ist aber völlig ohne Empathie. In der Rückschau wird sein Leidensweg deutlich. Miriam entwickelt Verständnis dafür, dass ihn die erlittenen Kränkungen zerstört haben. Der Amoklauf wird für Matias zur gewaltsamen Vergeltung, bei der ihn niemand kleinmacht, bei der ihm endlich alle Aufmerksamkeit sicher ist: Zerstörung um Zerstörung. Die Einsicht in ihre Mitwirkung bei diesem Prozess mildert Miriams Hass.

4.2. Traumafolgen und Resilienz

4.2.1 Allgemeines Anpassungssyndrom

Im Moment der Gefahr sorgt der Körper automatisch für maximale Widerstandskraft. Die erhöhte Leistungsbereitschaft dient der Alarmreaktion, kann jedoch bei längerer Dauer des Stresszustands nachhaltige körperliche und psychische Schäden verursachen. Das schlagartig freigesetzte Adrenalin bewirkt die Bildung von Cortisol, das als Stresshormon wichtig, jedoch auf Dauer schädlich ist. Die Widerstandsphase, in der der Körper die Stresshormone abbaut, um den Normalzustand wiederherzustellen, kann nicht lange aufrechterhalten werden. Bleibt der Stress bestehen, kommt es immer wieder zu Angstattacken, die

auch die Psyche erschöpfen. Auf kognitiver Ebene bewirkt Dauerstress häufig Wahrnehmungsstörungen und verzerrte Denkweisen, auf emotionaler Ebene erhöhte Gereiztheit, Unsicherheit und Aggressivität. Das vegetative Nervensystem ist in Alarmbereitschaft. Die allgemeine Überforderung kann schwere psychosomatische Krankheiten (z. B. Magen, Herz, Haut) und/oder Depressionen bis hin zum Burn-out-Syndrom auslösen.

Bezug zur Romanhandlung:

Miriam beschreibt eindrücklich ihr Empfinden im Moment des Amoklaufs und im darauf folgenden Schockzustand mit typischen Symptomen. Zu Hause zeigt Miriam deutliche Anzeichen einer Depression. Sie schwankt immer wieder zwischen Resignation und Kampf. Die Regeneration ist für sie vor allem psychisch sehr anstrengend.

4.2.2 Posttraumatische Belastungsstörung

Ein schweres Trauma löst physiologische Veränderungen aus: Der Hormonhaushalt und die Funktion der Neurotransmitter im zentralen Nervensystem werden verändert; Betroffene erleben deutliche Emotions- und Wahrnehmungsstörungen, die sich nur langsam zurückbilden. Die *posttraumatische Belastungsstörung* (PTBS) ist eine schwere psychische Erkrankung, sie belastet das gesamte Leben. Die Störung ist keinesfalls Zeichen für mangelnde Stärke oder fehlende Selbstdisziplin; jeder, der eine traumatische Erfahrung erleben musste, kann an PTBS erkranken. Verlauf und graduelle Ausprägung können individuell sehr unterschiedlich sein.

Emotional belastende Erlebnisse, die zu PTBS führen können, sind zum Beispiel:

Erleben/Miterleben von Gewalt und Tod, Katastrophen, seelische Qual, Trennungen.

Je länger das Ereignis dauert, desto stärker sind meist die Traumafolgen. Die betroffene Person

- erlebt das Geschehen als übermächtig.
- empfindet das Geschehen als ungerecht.
- fühlt sich extrem hilflos; hat keine Möglichkeit, die Situation zu ändern.
- kann das Erlebnis nicht bewältigen; findet keinen Ausweg.

Symptome der PTBS:

- Gefühl von Orientierungslosigkeit und emotionaler Taubheit
- Die Person fühlt sich schutzlos und allein.
- Flashback der Angstsituation
- Vermeiden der Konfrontation; Vermeiden aller intensiven Gefühle
- Erregbarkeit, Schreckhaftigkeit, Angst vor neuen Verletzungen
- niedrige Toleranzschwelle gegenüber möglichen Gefahren
- Gefühle von Wut und Hass, gleichzeitig Ohnmacht

- Die Wirklichkeit fühlt sich falsch an, das ganze Leben erscheint sinnlos.
- Selbstverletzung ist ein verzweifelter Versuch, Kontrolle zu bekommen.
- irrealer Schuldgefühle und Selbstvorwürfe
- Selbstzweifel, Unsicherheit, Depression

Bezug zur Romanhandlung:

Es wird deutlich, dass sowohl Miriam als auch Matias unter Trauma-Situationen leiden.

Miriam erholt sich nur langsam und durchlebt ein Gefühlschaos. Im Erschöpfungszustand erlebt sie Panik, Emotions- und Wahrnehmungsstörungen. Viele Symptome der PTBS treffen auf Miriams Zustand zu. Ihr Mut, sich mit relevanten Orten und Gedanken zu konfrontieren, unterstützt ihre Heilung.

Matias hat während seiner ganzen Kindheit unter der Verachtung der anderen gelitten. Auch Mobbing kann zum Trauma werden. Er erlebt die Störung umfassender und schädigender, weil er keinen Ausgleich in angenehmen Erfahrungen findet. Als für Matias Einsamkeit, Kontrollverlust und Ausweglosigkeit unerträglich werden, wendet er seine ohnmächtige unterdrückte Wut in exzessiver blinder Gewalt gegen die anderen. (Die allermeisten Amokläufer sind männlich; im „Amok-Modus“ sind sie empfindungslos.)

4.2.3 Schützende Bedingungen

Auf ein traumatisches Ereignis reagiert jeder Mensch auf seine eigene Weise. Zwar sind die Symptome eines Schockzustands immer ähnlich, doch bei Verlauf und Bewältigung zeigen sich deutliche Unterschiede. Nicht jeder erleidet eine PTBS. Der Verlauf der Störung wird gemildert, wenn der Betroffene die belastenden Erlebnisse zum Ausdruck bringen kann, darüber spricht. Entscheidend wichtig ist ein stabiles soziales Umfeld, das dem Betroffenen das Gefühl vermittelt, ehrlich akzeptiert und gemocht zu sein.

Ein solches Umfeld wirkt nicht nur heilend, sondern auch schon im Vorfeld schützend. Ob sich eine Belastung traumatisch auswirkt, hängt nicht nur von den äußeren Umständen, sondern entscheidend auch vom inneren Erleben ab. Die Resilienz-Forschung zeigt, dass die psychosozialen *Vorbedingungen* vor allem bei Kindern für die Fähigkeit zur Bewältigung eine entscheidende Rolle spielen. Die Einbettung in ein stabiles soziales Umfeld, das dem Kind Geborgenheit und Ichstärke vermittelt, schützt in hohem Maß vor psychischen Störungen. Ein Kind, das sich als akzeptiert, in seinem Wesen beachtet und selbstwirksam erlebt, ist besser gewappnet gegen Schicksalsschläge. Wenn Kinder gelernt haben, über Probleme zu sprechen und Worte dafür zu finden, können sie akute Krisen besser bewältigen. Kinder, die in starken personalen Bindungen aufwachsen, sind im Allgemeinen resistenter gegenüber psychischen Belastungen wie Krisen und Traumata. Sie entwickeln früh Selbstvertrauen sowie emotionale und sprachliche Bewältigungsmuster, auf die sie sich im Not-

fall stützen können. Menschen, die sich in ihrem sozialen Umfeld umsorgt und aufgefangen fühlen, entfalten auch bei PTBS deutlich stärkere Selbstheilungskräfte.

Bezug zur Romanhandlung:

Das Trauma des Amoklaufs löst bei Miriam von Neuem Verlustängste aus, wie sie sie als Kind erlebt hat, als ihre Eltern sich trennten. Die Anwesenheit ihrer Mutter reizt sie, tut ihr jedoch auch gut. Ihre Mutter geht „normal“ mit ihr um und vermittelt ihr dadurch stabilen Halt. In der neu entstehenden Freundschaft mit ihrer Mutter fühlt sich Miriam akzeptiert, unterstützt und geliebt. – Joanne hat beim Amoklauf das Gleiche erlebt wie Miriam, doch sie kann sich nicht erholen. Ihre Mutter, die generell stark auf Außenwirkung bedacht ist, ignoriert die Symptome. Joanne findet keine wirkliche Unterstützung, ihre Kräfte schwinden, bis ihr Rückzug schließlich im Suizid endet.

4.3. Gewissen und Schuldempfinden

4.3.1 Das erlernte Gewissen

Die Überzeugung, bestimmte ethische Grundhaltungen seien wertvoll und daher geboten, ist bei allen Menschen vorhanden. Schon die ersten Erfahrungen, die ein Kind mit seiner Umwelt macht, formen sein Menschenbild nachhaltig. In der Zuwendung der Eltern erlebt das Kind Fürsorge, Angenommensein, Sicherheit und Konstanz der Beziehung. Diese Werte werden vom Kleinkind unbewusst als elementar richtig (weil lebensnotwendig) verinnerlicht. Defizite in dieser Phase (bis etwa 3 Jahre) können erhebliche Störungen der späteren eigenen Empathie- und Beziehungsfähigkeit zur Folge haben. Für die weitere Ausformung eines integrierten Wertesystems, das intuitiv sicher zwischen *richtig* und *falsch* unterscheidet, ist bis zum Alter von etwa 7 Jahren der Einfluss der Eltern (oder ähnlich existenziell nahestehender Bezugspersonen) entscheidend. Sie prägen durch Vorschriften, die eine bestimmte Haltung vermitteln, und mehr noch durch das Vorbild ihres Verhaltens die Persönlichkeit des Kindes.

Ethische Normen werden, vermittelt durch Bezugspersonen sowie soziokulturelle Vorgaben, zu eigenen inneren Überzeugungen. Hierbei ist die Bindung an das Vorbild entscheidend: Bindungen an Werte werden in gleicher Weise *empfunden* wie Bindungen an Personen. Sie werden in die Persönlichkeit integriert und wirken normativ.

Im Laufe des Sozialisierungsprozesses integriert der Heranwachsende neue Erfahrungen, setzt sich mit seiner Umwelt auseinander, reflektiert eigenes und fremdes Verhalten; aus dem heteronomen wird ein autonomes Bezugs- und Wertesystem. Bei der weiteren Ausprägung der Persönlichkeit bleibt die frühkindliche Prägung von größter Bedeutung. Sie bildet das ethische Grundgerüst, mit dem neue Erfahrungen intuitiv abgeglichen werden. Das Gewissen „weiß“, was richtig und was falsch ist, es meldet sich als „innere Stimme“, die das eigene Verhalten

korrigieren will. Handelt die Person dennoch abweichend, bekommt sie das unguete Gefühl, nicht mit sich selbst in Übereinstimmung zu sein.

4.3.2 Das geerbte Gewissen

Zu den existenziell wichtigen Verhaltensweisen gehört der „Auftrag“, sich und andere vor Unheil zu schützen. Jede menschliche Gesellschaft ist auf den Impuls zur Kooperation angewiesen. Seit Urzeiten ist daher die soziale Verantwortung als ethische Norm in der Natur des menschlichen Wesens tief verankert. Sie spiegelt sich in religiösen und moralischen Normen aller Kulturen. Durch Vorbilder und Erziehung wird der Anspruch, mitmenschlich verantwortlich zu handeln, weitergegeben und von klein auf in die individuelle Persönlichkeit integriert. Als Empfinden ethischer Normen ist das Gewissen ein integrativer Bestandteil des Ich; als normierende „innere Stimme“ ruft das Gewissen zur Reflexion auf, wenn die Wirklichkeit vom intuitiven Wertesystem abweicht. Das subjektive Schuldgefühl signalisiert eine durch eigenes Handeln erzeugte Ungerechtigkeit innerhalb der sozialen Bezüge.

Im Trauma-Erleben entsteht ein Dilemma: Der Instinkt, sich selbst zu retten, trifft auf den ebenso tief verankerten inneren Auftrag, Angehörige zu schützen. Jedes Verhalten erscheint moralisch *falsch*, da das jeweils andere *richtig* wäre. Auch wenn dieser Konflikt in der (neuronal bedingten) Regression der posttraumatischen Depressionsphase erklärlich ist, hat er doch erhebliche Nachwirkungen auf die Selbstwahrnehmung.

4.3.3 Verantwortung und Selbstvorwürfe

Nach traumatischen Erlebnissen leiden fast alle Betroffenen unter Schuldgefühlen. Vor allem Kinder, die noch keine autonomen Bewältigungsmuster haben, sind oft fest davon überzeugt, etwas falsch gemacht zu haben und dadurch selbst Auslöser des schrecklichen Geschehens zu sein. Erwachsene sehen ihre Mitschuld meist darin, nicht eingegriffen zu haben; sie empfinden ihr Nichthandeln als Versagen.

Viele PTBS-Betroffene glauben, nie mehr etwas *richtig* machen zu können. Sie trauen sich grundsätzlich kein selbstverantwortliches Handeln mehr zu, vermeiden daher jedes Handeln und isolieren sich immer mehr von ihrem sozialen Umfeld.

Bezug zur Romanhandlung:

Miriam leidet lange unter ihrem schlechten Gewissen und dem Selbstvorwurf, Tobi im Stich gelassen, ihn nicht „heldenhaft“ beschützt und gerettet zu haben. Ihr wird nicht bewusst, wie irrational dieser Gedanke angesichts der Tatsache ist, dass sie nichts hätte ändern können, da Tobi bereits angeschossen war. – Miriam kapselt sich ab. Gegenüber ihrer Familie verhält sie sich wie ein kleines Kind. Sie sieht für sich keine Zukunft und fühlt sich wie gelähmt. Sie traut sich nicht zu, neue Beziehungen eingehen zu können. – Dr. Frei rät, in kleinen Schritten be-

wusst das gewohnte Normale tun; Miriam soll alles tun, was sich für sie richtig anfühlt.

4.4 Schuld, Strafe und Gerechtigkeit

4.4.1 Strafe zur Wiederherstellung von Gerechtigkeit

Viele PTBS-Betroffene geben als Kernpunkt ihres Leidens an, dass sie den Widerspruch zwischen dem, was sie getan haben, und dem, was sie als *richtig empfinden*, nicht bewältigen können. Dieser *Gewissenskonflikt* entsteht unabhängig davon, welche rationalen Rechtfertigungen gelten können. Viele deuten ihr posttraumatisches Leiden als Sühne für eigenes schuldhaftes Verhalten. Das diffuse Gefühl von Schuld oder Mitschuld führt zwangsläufig zu den Fragen: Warum passiert *mir* das? Ist mein Leiden eine (gerechte) Strafe? *Wofür* werde ich bestraft? So wird nicht selten das gesamte Traumageschehen (z. B. Naturkatastrophe) als Strafe für früheres Fehlverhalten interpretiert.

Diesem Denken liegt der Wunsch nach ausgleichen der Gerechtigkeit zugrunde; letztlich drückt sich hier der Wunsch nach Sinn aus. Der Mensch möchte seine Umwelt verstehen, er sucht nach dem Sinn des Lebens insgesamt.

Der Einzelne ist darauf angewiesen, sich als selbstwirksam zu erleben, gleichzeitig versteht er, dass sein Handeln nicht nur sein Leben, sondern auch das Leben anderer verändert: Alles steht in einem Zusammenhang von Ursache und Wirkung, der eine Ordnung ergibt. Die Zerstörung der Ordnung, das Chaos, stellt den Sinn infrage.

Zu allen Zeiten haben Menschen ihrer Gemeinschaft Verhaltensregeln gegeben. Kern- und Zielpunkt des ethisch-moralischen Kodex ist in allen Kulturen, das Gleichgewicht der Gerechtigkeit zu sichern. Als Ursprung und Instanz der Moral gilt für Religionen die Gottheit, in der Psychologie das Über-Ich. Auch in der heutigen Zeit, in der die meisten Menschen keinen religiösen Zusammenhang mehr herstellen, besteht das Gerechtigkeitsempfinden in gleicher Weise. Im juristischen Bereich drückt es sich in gesetzlichen Regeln aus. Das zentrale Anliegen der heutigen gerichtlichen Rechtsprechung, auch im Strafrecht, ist weder Moral noch Rache, sondern der Opfer-Täter-Ausgleich. Das fallbezogene Strafmaß soll das gerechte Gleichgewicht innerhalb der Gemeinschaft wiederherstellen.

Bezug zur Romanhandlung:

Hier wird besonders deutlich, wie parallel die Situationen von Miriam und Matias zu betrachten sind. Beide sind Opfer, und beide sind Täter. Beider Leben sind miteinander verknüpft und werden durch den Amoklauf existenziell erschüttert.

Miriam wird erst nachträglich bewusst, welche Auswirkungen ihr Mobbing auf Matias hatte. Als sie ähnliche Gefühle von Einsamkeit und Ausweglosigkeit erlebt, beginnt sie, ihn zu verstehen. Sie empfindet ihr eigenes Leiden deutlich als Konsequenz und als (gerechte) Strafe für

ihre Fehlverhalten. Matias hat nie die Chance bekommen, sich gerecht behandelt zu fühlen. Im Amoklauf schafft er Ausgleich (Zerstörung um Zerstörung) und übt Vergeltung an seinen Peinigern. Das offenkundige Übermaß der Gewalt entspricht seinem subjektiv empfundenen Leidensdruck.

Exkurs: Tun-Ergehen-Zusammenhang

Schon immer haben Menschen geglaubt, dass Katastrophen und Schicksalsschläge göttliche Strafen für menschliches Fehlverhalten sind. Noch bis ins ausgehende Mittelalter gab es die allgemeine Vorstellung eines Kausalzusammenhangs zwischen dem Handeln der Menschen und ihrem zukünftigen Schicksal, dem von Gott gelenkten Ergehen. Die Philosophie der Aufklärung hat Normen für ethisch-moralisches Handeln von der Bindung an Religion gelöst, doch sie hat den archaischen Glauben an ein vorbestimmtes Schicksal nicht völlig ablösen können. Der Urwunsch, es möge einen Sinn geben, der das Gefühl von Ausgesetztsein gegenüber dem blinden Zufall erträglich macht, existiert unabhängig von Religionen. Er spiegelt sich in Ansätzen von magischem Denken auch bei Menschen wider, die sich generell als rational denkend und nicht religiös betrachten.

Die Vorstellung des Tun-Ergehen-Zusammenhangs setzt voraus:

- (1) die Existenz eines Gottes (handlungsfähige göttliche Macht, allmächtige Kraft),
- (2) die Existenz einer göttlichen Ordnung (normativer Plan, teleologischer Sinn),
- (3) den Willen Gottes, an den Menschen zu handeln, das heißt: eine Beziehung zwischen Gott und den Menschen.

Der Grundsatz der göttlichen Ordnung ist: Der göttlich-normative Plan ist nicht verhandelbar. Er ist gut/richtig für die Menschen und ihr Zusammenleben. Durch Zuwiderhandeln macht der Mensch sich schuldig, diese Beziehung beschädigt zu haben. *Schuld muss bestraft werden, um den Zustand der Gerechtigkeit wiederherzustellen.* Die Prämisse, dass göttliche Strafe in jedem Fall gerecht ist, gilt unabhängig davon, ob der Mensch die Gründe versteht.

→ Schuld → Strafe in Form von Unglück → Leiden des Menschen

Im *Umkehrschluss* bedeutet das: Jedem Unglück/Leiden muss eine Schuld zugrunde liegen.

Der Einzelne ist demnach verantwortlich für die gesamte Ordnung und für sein eigenes Wohlergehen. – Der Mensch handelt gut, damit ihm Gutes widerfährt (*do ut des*); doch er macht die Erfahrung, dass man mit dem Schicksal/Gott nicht feilschen kann. Offensichtlich gibt es Leiden ohne Schuld, auch wenn es dem Menschen ungerrecht erscheint. „Warum lässt ein Gott, der allmächtig,

gerecht, liebend und sorgend ist, das zu?“ Diese Frage (Problem der Theodizee/Rechtfertigung Gottes) bleibt letztlich unbeantwortet.

Die Atheismus-Theorie argumentiert: Ein Gott mit diesen Attributen kann nicht existieren, denn wenn er ein solches Übel zuließe, widerspräche er sich selbst, er wäre entweder nicht allmächtig oder nicht gerecht oder nicht liebend und sorgend.

4.4.2 Selbstbestrafung zur Wiederherstellung von Sinn

„Wo kein Kläger, da kein Richter“, sagt der Volksmund. Doch das eigene Gerechtigkeits- und Schuldempfinden wird dadurch nicht außer Kraft gesetzt. Das Unterbewusstsein sagt: Es *muss* einen Schuldigen geben. Gerade Menschen, die einen hohen moralischen Anspruch an sich selbst haben, leiden stark unter Schuldgefühlen und neigen dazu, sich entsprechend ihrer subjektiv gefühlten Schuld selbst zu bestrafen. Ein traumatisches Erleben verstärkt diesen Fokus: Die einzelnen Erlebens-Aspekte werden nicht mehr miteinander verbunden, das Geschehen kann nicht mehr einheitlich wahrgenommen werden. Jeder Betroffene reagiert auf seine Weise. Druck und Unzufriedenheit sind nur bis zu einem gewissen Grad eine Herausforderung. Werden die belastenden Gedanken zum Dauerzustand, erschöpfen sich die Kräfte des Einzelnen. Der subjektive Leidensdruck definiert die individuelle Belastungsgrenze. In diesem Sinn ist auch die Flucht in betäubende Drogen eine intuitive Form der Selbstbestrafung. Für die Ausprägung des Syndroms ist der Lebenskontext mitentscheidend. Fehlende soziale Bindungen erschweren die Auseinandersetzung mit der eigenen Lage. Ohne therapeutische Hilfe führt der quälende Wunsch nach ausgleichender Selbstbestrafung in die Selbstzerstörung. Der Druck und die Resignation, nicht stark genug zu sein, können in Extremfällen bis zum Suizid führen.

Bezug zur Romanhandlung:

Miriam ist in Gefahr, in Selbstmitleid und Selbstvorwürfen zu versinken. Sie leidet unter Schuldgefühlen, über die sie zunächst nicht sprechen kann („Geheimnis“). Erst als sie in ihrer Familie liebevollen Halt findet und sich in ihren Beziehungen als autonom erlebt, kann sie das Erlebte integrieren. – Joanne kann sich ihren Eltern nicht anvertrauen. Sie empfindet ihre Schuld als so belastend, dass sie sich das Leben nimmt. – Sophia versucht, cool zu erscheinen, und betäubt sich mit Drogen. – Amok mit Waffengewalt bedeutet exzessives Ausleben von Macht und Männlichkeit; Matias sieht sich dazu gezwungen, weil er vorher zu schwach war, sich zu wehren.

4.4.3 Schuld braucht Vergebung

Als *Zustand von Ungleichgewicht* behindert Schuld das Leben des Einzelnen und die Gemeinschaft. Sühne mag eine gewisse Entlastung bringen, doch der Ursprung der Schuld, die das Gewissen belastet, ist dadurch nicht beseitigt. In zwischenmenschlichen Konflikten beschädigt

schuldhaftes Verhalten die Beziehung. Der Unterlegene empfindet Wut, die ohne Möglichkeit des Ausgleichs leicht zu Hass wird. Wird der Konflikt nicht geklärt, zerstören auf Dauer entweder Misstrauen und Angst oder Hass und Rachedgedanken die Beziehung.

Eine Klärung und „Heilung“ des ungunstigen Zustands ist auf der Beziehungsebene nur durch Kommunikation möglich. Voraussetzung aufseiten des Schuldigen ist die Einsicht, dem anderen Unrecht zugefügt zu haben. Erst das Bewusstsein von Schuld macht das innere Ungleichgewicht erkennbar.

Reue ist zunächst der Wunsch, das eigene Verhalten ungeschehen zu machen; doch dadurch ist das Geschehene Unrecht nicht beseitigt. „Es tut mir leid“ drückt aus, dass auch dem Schuldigen dieser Zustand wehtut. Er bittet um Entschuldigung, denn *nur der andere kann das Gleichgewicht konstruktiv wiederherstellen*. Der Vorsatz vonseiten des Schuldigen, sein Verhalten zu ändern, ist ein Angebot zum Ausgleich. Sein Versprechen zur Besserung drückt das Bedürfnis nach dem harmonischen/gerechten Zustand aus und ist auf zukünftiges Gelingen gerichtet. Auch das Vergeben/Verzeihen macht das Unrecht nicht ungeschehen, doch erst ab diesem Punkt ist die Beziehung wieder ausgeglichen.

Zwischenmenschliche Schuld betrifft immer andere Menschen; doch nicht in jedem Fall ist klärende Kommunikation mit einem Gegenüber möglich. Denkbar ist, dass der Schuldige sich nicht äußert, sich nicht mitteilen kann oder dass es kein erreichbares Gegenüber gibt. Auch ist es für das subjektive Empfinden von Schuld unerheblich, ob ein Gegenüber Vorwürfe macht oder Ansprüche erhebt. Das eigene Gewissen macht die Vorwürfe und drängt auf Entlastung bzw. Bereinigung des Ungleichgewichts.

Im Kontext der christlichen Religionen wird dieser Zustand als „Sünde“ bezeichnet. Die Befreiung in der Beichte ist jedoch nicht, wie häufig landläufig angenommen wird, einfach ein „Wegwischen“ von Schuld. Eine Vergebung kann es nur dann geben, wenn der Schuldige ehrlich bereut und zur Änderung bereit ist. Die Schuld besteht nicht darin, durch Ungehorsam Gott verärgert zu haben, sondern darin, durch Missachtung der Beziehungsgrundsätze anderen Menschen und damit der Gemeinschaft geschadet zu haben. – Sünde ist ein Zustand der inneren Zerrissenheit. Sie beschreibt den Zwiespalt zwischen dem (von Gott geplanten) Konzept des Menschen (als gut/richtig Handelndem) und der von ihm verschuldeten abweichenden Wirklichkeit. – Das Aussprechen in der Beichte/Beichtgespräch schafft erste Erleichterung und den Ansatz für aktive Reue. In der Beichte wird nicht gerichtet, es geht um die subjektiv empfundene Schuld. Die „Lossprechung“ durch eine höhere Instanz (von außen) entlastet den Menschen, er wird von seiner inneren Fixierung gelöst; seine ganzheitliche Identität ist wiederhergestellt. So geheilt und gestärkt ist er in der Lage, selbstständig, neu und verantwortlich zu handeln.

Bezug zur Romanhandlung:

Miriam wird bewusst, dass sie zu Matias' Verzweiflung beigetragen hat. Sie bereut ihr Verhalten, empfindet es als Schuld, kann sich jedoch nicht entlasten. Niemand ist da, der ihr vergeben könnte: Matias ist tot, der Amoklauf ist nicht ungeschehen zu machen, und mit ihrer Freundin, die sie verstehen würde, kann sie nicht sprechen. Intuitiv sucht sie Entlastung in der Kirche. Sie findet Trost und inneren Frieden, das Beichten hat für sie jedoch keinen Sinn; sie hält es für eine Strategie alter Leute kurz vorm Tod. – Je mehr Miriam ihre Schuld vor sich selbst eingesteht, desto kleiner wird ihr Hass auf Matias. In Gedanken und an seinem Grab spricht sie aus, dass ihr leidtut, was sie getan hat. – Dr. Frei entlastet Miriam von Selbstvorwürfen und gibt ihr den Anstoß, ihr Leben selbstbestimmt und befreit führen zu können. – Miriam stellt fest, dass es am schwersten ist, sich selbst zu verzeihen.

5. ANNA SEIDL'S BUCH *ES WIRD KEINE HELDEN GEBEN* IM UNTERRICHT

Das Buch *Es wird keine Helden geben* eignet sich für den Einsatz in den Fächern Deutsch und Sozialwissenschaften, auch fächerverbindend mit Beteiligung der Fächer Ethik, Psychologie, Philosophie, Kunst und Englisch. Eigene kreative Bearbeitungen in Schreib- oder Kunstprojekten können angeschlossen werden.

5.1 Lernziele und Unterrichtsmethoden

Es ist sinnvoll, Schüler und Schülerinnen höherer Stufen den Roman vorab als Ganzes lesen zu lassen. In Lerngruppen mit jüngeren Schülern und Schülerinnen kann eine gemeinsame, schrittweise Lektüre besser zum Verständnis beitragen.

Die Schüler und Schülerinnen sollen sensibilisiert werden für Entwicklungsprozesse und Problemfelder, wie etwa Erwachsenwerden, Gesellschaft/Mainstream, soziale Konflikte.

Die Schüler und Schülerinnen sollen zu eigenen Stellungnahmen angeregt werden. Neben dem schriftlichen Ausdruck fördert vor allem die kommunikative Beschäftigung mit den Themenschwerpunkten des Romans das kognitive und emotionale Verstehen.

Bei der Besprechung/Interpretation werden Teilaspekte problem- und handlungsorientiert näher beleuchtet. Die Schüler und Schülerinnen sollen eigenes Verhalten reflektieren und die Bereitschaft entwickeln, gewaltförderndem Verhalten sowohl bei sich selbst als auch in ihrem Umfeld und im gesellschaftlichen Kontext entgegenzuwirken.

Mögliche Methoden:

- offenes und/oder moderiertes Unterrichtsgespräch
- Plenumsdiskussion/Dilemmadiskussion
- Kleingruppenarbeit
- Mindmapping
- Referat/Hearing zu Teilaspekten
- Argumentation/Talkshow
- Interview

5.2 Zur Interpretation des Romans

Amoklauf ist für die allermeisten Jugendlichen keine eigene Erfahrung, sondern vor allem Thema in den Medien, meist nur für eine begrenzte Zeit. Im Vordergrund steht hierbei das Entsetzen über die Tat aus der Perspektive des Zuschauers. Literarische wie wissenschaftliche Aufarbeitungen befassen sich in erster Linie mit Tatmotiven und Dispositionen von Tätern. Anna Seidl nimmt die (fiktive) Position einer Betroffenen ein; sie schildert anschaulich und nachvollziehbar, über die intensive Innenschau während des Geschehens hinaus, den schwierigen und langwierigen Prozess der Verarbeitung, der in der Wahrnehmung der Öffentlichkeit meist unbeachtet bleibt. Im Entwicklungsprozess der Hauptfigur spielen individuelle, aber auch allgemeingültige Faktoren eine Rolle. – Auch der Leser vollzieht einen Perspektivenwechsel, wenn er sich in Identifikation mit der Hauptfigur in den Amokläufer hineinversetzt. Subjektive Perspektivenwechsel fördern intensiv emotionales Verstehen und Empathiefähigkeit der Jugendlichen.

Die Intention des Romans, die die Autorin zu Beginn mit *Verständlichmachen* benennt, richtet sich in der Gesamtschau auf Prävention. Der Leser versteht, dass Prävention weder durch psychologische Studien noch durch „aufgerüstete“ Schulsituationen geleistet werden kann, sondern dass sie im ganz alltäglichen zwischenmenschlichen Umfeld ansetzen muss. – Auch die Protagonistin setzt sich mit Motiven des Täters auseinander. Es wird deutlich, dass Amoklauf keine impulsive Entscheidung ist: Die Mehrheit der Amokläufer hat *keine* krankhafte psychische Disposition. Auch wenn der Amokläufer in einem psychischen Ausnahmezustand handelt, so hat sein Zustand eine Entstehung und einen allmählichen Prozess. Die Faktoren, die zu einem Amoklauf führen, sind ebenfalls individuell, haben jedoch immer eine subjektive Vorgeschichte, die mit Kränkung und psychosozialer Entwurzelung zu tun hat. Diese Erkenntnis führt zwangsläufig zu Fragen nach *Verantwortung* für eigenes Verhalten, sowohl im gesellschaftlichen als auch im privaten Kontext. In diesem Sinn besteht Prävention in erster Linie aus Förderung von Ichstärke und Bewältigungsstrategien für Konflikte.

Fünf Jahre nach dem Amoklauf in Winnenden am 11. März 2009 rufen Berichte und Gedenkveranstaltungen das Ereignis ins öffentliche Bewusstsein zurück. Sie erinnern auch daran, wie nachhaltig dieses Trauma das Leben nicht nur der direkt Betroffenen, sondern der ganzen Stadt verändert hat. Leider fehlen langfristige psychologische Angebote für Opfer.

- ➔ Max Hägler: Fünf Jahre nach Amoklauf in Winnenden. Erinnern, Vergessen, Vergeben www.sueddeutsche.de 10.03.2014
- ➔ Videos online: „Winnenden: Die vergessenen Opfer“ www.heute.de 11.03.2014

Eine starke Schulgemeinschaft ist eine gute Voraussetzung für ein stabiles soziales Netz.

Aus Sicht des Lehrerverbandes VBE wird jedoch gegen Gewalt an Schulen nach wie vor nicht genug unternommen. In Baden-Württemberg hat die Aufarbeitung der Ereignisse von Winnenden zur Entwicklung des Präventionskonzepts *stark.stärker.WIR* geführt, an dem sich bisher 480 Schulen beteiligen.

- ➔ Gewaltprävention. Lehrer sehen seit dem Amoklauf kaum Fortschritte www.welt.de 10.03.2014
- ➔ Prävention – stark.stärker.WIR. Das Präventionskonzept in Baden-Württemberg www.kontaktbuero-praevention-bw.de/Lde/827668

5.3. Aspekte und Impulse zu einzelnen Themenkomplexen

Aus der Behandlung des Romans ergeben sich verschiedene Themenkomplexe, die auch die Erfahrungswelt der Jugendlichen betreffen. Schüler-„Expertenteams“ können parallel zur Lektüre in Gruppenarbeit Informationen zu einzelnen Themenfeldern sammeln, die bei Verständnisfragen und/oder bei der anschließenden Besprechung in die Plenumsgespräche einfließen.

Themenkomplex: Trauma

Zusammenhänge Schock – Trauma – Trauer – Depression – PTBS – Therapie

Aspekte:

- ➔ Selbstschutzreaktionen
- ➔ Grenzen der Belastbarkeit
- ➔ Methoden zur Trauma-Bewältigung
- ➔ Trauma-Gefahr im Alltag

Impulse: Spiele zur Stärkung der Klassengemeinschaft (z. B. Tiernamen-Spiel, vgl. Roman S. 209–211); Gespräch mit einem professionellen Trauerbegleiter

Buchtipps:

- U. Kliebisch: Kommunikation und Selbstsicherheit. Interaktionsspiele und Infos für Jugendliche, Mühlheim (Verlag an der Ruhr) 1995
- R. Portmann, F. Weinold: Spiele zum Umgang mit Aggressionen, Werl (Don Bosco) 2004
- W. Reiners-Kröncke, M. Dette, I. Haas: Trauma und Traumabewältigung. Handlungsempfehlungen für die Psychische Erste Hilfe, Hergensweiler (Ziel) 2012

Themenkomplex: Opfer und Täter

Zusammenhänge Angst – Stress – Aggression – Flucht oder Angriff – Gewalt

Aspekte:

- ➔ Vorurteile, Pauschalurteile, Stigmatisierung
- ➔ „Deutungshoheit“ und Gruppenzwang
- ➔ Rolle der Massenmedien
- ➔ Strafe als Opfer-Täter-Ausgleich
- ➔ Teufelskreis Gewaltspirale

Impulse: Aktionsspiele mit viel Körpereinsatz; Rollenspiele; Anti-Blamier-Übungen

Buchtipps:

- U. Heilmann-Geideck, H. Schmidt: *Betretenes Schweigen. Über den Zusammenhang von Männlichkeit und Gewalt*, Ostfildern (Grünewald) 1996
- G. Hüther: *Biologie der Angst. Wie aus Stress Gefühle werden*, Göttingen (Vandenhoeck & Ruprecht) 2012
- H. Richter: *Wer nicht leiden will, muss hassen. Zur Epidemie der Gewalt*, Hamburg (Psychosozial-Verlag) 2007

Themenkomplex: Verantwortung

Zusammenhänge Verantwortung – Schuld – Gewissen – Vergeltung – Vergebung

Aspekte:

- ➔ Freiheit und Verantwortung
- ➔ Grundwerte; (religiöse) Erziehung
- ➔ Konfliktverhalten
- ➔ Methoden zur Konfliktlösung
- ➔ Rituale zur Vergebung

Impulse: Klassenregeln; „Vertrag mit mir selbst“; Vertrauensübungen

Buchtipps:

- A. Buthmann, C. Thon: *Fair streiten lernen*, Mühlheim (Verlag an der Ruhr) 2002
- A. Grün: *Der Verlust des Mitgefühls. Über die Politik der Gleichgültigkeit*, München (dtv) 2002
- M. Prior, D. Tangen: *MiniMax-Interventionen. 15 minimale Interventionen mit maximaler Wirkung*, Heidelberg (Carl-Auer-Systeme) 2013

5.4 Weitere Themen für fächerverbindenden Unterricht

Der Roman bietet verschiedenen Fächern Anknüpfungspunkte, die auch in weiterführenden Unterrichtseinheiten vertieft werden können, wie etwa:

- *Deutsch/Literatur*: Interpretation des Liedtextes von Cassandra Steen „Darum leben wir“ in Bezug zur Romanhandlung/Mythen/Genrevergleich: Roman, Essay, Reportage
- *Englisch*: Songtext von Linkin Park „Valentine’s Day“
- *Kunst*: Ausdruck von Empfindungen in Bildsprache/intuitives Malen
- *Psychologie*: Identitätsbildung/Diskriminierung/Kränkung, Rache, Selbstverletzung/Wahrnehmung und Erkenntnisfähigkeit/neuronale Determination
- *Philosophie/Ethik*: Erkenntnistheorie/Werturteile/Normative Ethik
- *Sozialwissenschaften*: Gesellschaftsstruktur/Rolle der Massenmedien/Kommunikation

6. LESETAGEBUCH/PORTFOLIOARBEIT

Eine kurze Wiedergabe des Inhalts nach Kapiteln und ausgewählte Zitate mit Seitenangabe erleichtern das Verstehen der erzählten Ereignisse und die spätere Interpretation. Die Schüler legen eine Mappe an, in der auch die Arbeitsblätter und weiteres Material sowie eigene Arbei-

ten gesammelt werden. Das Lesetagebuch kann von der Lerngruppe gemeinsam als Wandtafel (Tapetenrolle) erstellt werden, um Lektüre und Besprechung parallel zu führen.

Anleitung für die Schüler:

1. Schreibe beim Lesen des Buches zu jedem Kapitel einige Stichworte zum Inhalt.

Stelle dir dabei die Fragen:

Was geschieht? – Was empfindet Miriam? – Worüber denkt Miriam nach?

Du kannst beim Schreiben verschiedene Farben benutzen, je nachdem, auf welche Frage sich deine Antwort bezieht.

2. Schreibe zu jedem Kapitel mindestens eine Textstelle heraus, die du besonders wichtig findest oder die dich besonders beeindruckt hat.

3. Füge der Mappe eigene Arbeiten hinzu, wie zum Beispiel:

- eigene Gedanken und Kommentare
- Mindmaps und Skizzen
- Fotos und Zeitschriftenausschnitte
- Liedtexte und Bilder
- eigene Zeichnungen, Fotos, Collagen, Gedichte

7. ARBEITSBLÄTTER

Die Arbeitsblätter stehen als kopierfähiges Material zur Verfügung und können direkt in der Lerngruppe eingesetzt werden. Für die Lehrkraft sind Lösungen angefügt, die auch didaktische Anregungen enthalten. Die vorgegebenen Lösungen sind Vorschläge, gelegentlich sind mehrere Antworten angegeben.

Die Arbeitsblätter 1–20 begleiten in ihrer Abfolge die Lektüre des Romans, wobei die Blätter 1–5 kapitelweise vorgehen. Sie dienen der Einführung in die Textarbeit und dem Verständnis der Romanhandlung. Die Blätter 6–20 setzen die Lektüre größerer Abschnitte voraus und enthalten sowohl einfache Fragen nach dem Inhalt als auch Arbeitsaufträge zu komplexen thematischen Zusammenhängen. Die Belege durch Zitate in den Lösungsbögen sind, wenn nicht explizit durch die Fragestellungen angefordert, vor allem Hilfestellungen für die Lehrkraft. Die Arbeitsblätter 21–26 vertiefen die Thematik und regen zur Selbstreflexion an.

Die Arbeitsblätter können je nach Arbeitsschwerpunkt zur schriftlichen oder mündlichen Bearbeitung, zur Einzel-, Gruppen-, Frei- und Projektarbeit eingesetzt werden, entsprechend dem Lernstand der Gruppe und dem Umfang der Unterrichtseinheiten.

Name: _____

Datum: _____

Arbeitsblatt 1

DAS BUCH *ES WIRD KEINE HELDEN GEBEN*

1. Beschreibe das Buchcover.

2. Was fällt dir beim Blättern im Buch auf?

3. Lies den Text auf Seite 7f. und benenne:

a) Erzählperspektive: _____

b) Zeitstufe der Erzählung: _____

c) Ort der Handlung: _____

4. Beschreibe die Erzählsituation.

5. Was erfährst du über die Romanhandlung?

6. Wie wirkt dieser Romanbeginn auf dich?

Name: _____

Datum: _____

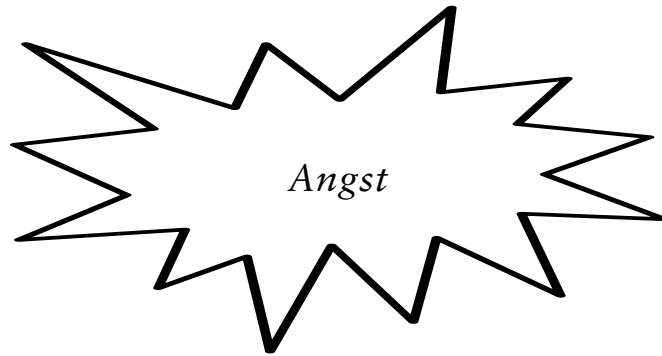
Arbeitsblatt 2

KAPITEL 1: SCHÜSSE

1. Was erfährst du über Miriam?

2. Was geschieht in der Schule?

3. Wie beschreibt Miriam ihre Angst? Schreibe Stichworte als Cluster um das Wort *Angst*.



4. Was empfindet Miriam, wenn sie über das Geschehen spricht?

5. Warum nennt Miriam ihren Gedanken, sich selbst in Sicherheit zu bringen, ein Geheimnis?

Name: _____

Datum: _____

Arbeitsblatt 3

KAPITEL 2: NUR EINE SEKUNDE

1. „Es dauert nur eine Sekunde.“ (S. 16)

a) Woran denkt Miriam in dieser Sekunde?

b) Was empfindet Miriam in dieser Sekunde?

2. Was erfährst du über den Amokläufer?

3. Warum wundert sich Miriam, dass ausgerechnet dieser Junge der Amokläufer ist?

4. Warum findet Miriam die Situation auf dem Schulhof schrecklich?

5. „Glauben wir, dass alles nur ein Traum war? War es nicht. *Ist* es nicht.“ (S. 20)
Versuche, Miriams Gefühle zu beschreiben.

Name: _____

Datum: _____

Arbeitsblatt 4

KAPITEL 3: ABGESCHALTET

1. Wer bringt Miriam von der Schule nach Hause?

2. „Alles kommt mir so unwirklich vor, so falsch.“ (S. 21)

In welchem Zustand ist Miriam? Nenne Textstellen.

3. Was wirft Miriam sich selbst vor?

4. Miriam ist zu Hause, und ihre Familie kümmert sich um sie. Warum ist Miriam wütend?

5. „Heute Morgen kommt mir vor wie vor zehn Jahren. Oder wie ein völlig anderes Leben.“ (S. 23) Was meint Miriam damit? Notiere deine Gedanken.

Name: _____

Datum: _____

Arbeitsblatt 5

KAPITEL 4: NICHTS IST WIE VORHER

1. Warum sperrt sich Miriam in ihrem Zimmer ein?

2. Miriams Leben teilt sich in *davor* und *danach*.

Vervollständige die Sätze:

Das Leben davor _____

Das Leben danach _____

3. Woran erkennst du diese Teilung in Miriams Leben im Textbild?

4. Mit wem möchte Miriam reden?

5. Warum hat Miriam das Gefühl, dass sie sich auch äußerlich verändern muss?

Name: _____

Datum: _____

Arbeitsblatt 6

KAPITEL 5 UND 6: DIE KALTE MASKE

1. Wie verhält sich Miriam ihren Eltern gegenüber?

2. Warum meint Miriam, mit ihrem Verhalten recht zu haben?

3. „Und wo warst du dann die ganze Zeit?!“, brüllt Miriam. Was wirft sie ihrer Mutter vor?

4. Warum verhält sich Miriam deiner Meinung nach so aggressiv?

5. Warum ruft Miriam Tobis Mailbox an?

6. Warum macht die Ansprache der Schuldirektorin Miriam wütend? Notiere deine Gedanken.

Name: _____

Datum: _____

Arbeitsblatt 7

KAPITEL 7 BIS 9: SPRICH MIT MIR

1. „Wofür lebt man?“ Miriam fragt nach dem Sinn im Leben. Was sucht sie?

2. Was verbindet Miriam und Matias Staudt?

3. Miriam und ihre Freundinnen reagieren unterschiedlich auf die neue Situation:

Miriam _____

Joanne _____

Vanessa _____

Sophia _____

Tanja _____

4. Schreibe, was Greta auf ihren Zettel für den Kummerkasten geschrieben haben könnte.

5. Welcher Gedanke beschäftigt Joanne?

Name: _____

Datum: _____

Arbeitsblatt 8

SELBSTSCHUTZ

1. Erstelle eine Mindmap zu dem Begriff *Schmerz*.

Schreibe Stichworte oder kurze Sätze und verbinde sie. Du kannst Symbole oder verschiedene Farben verwenden. Du kannst diese Wörter zu Hilfe nehmen:

Wunde – Denken – Fühlen – Stärke – Schwäche – Wut – Angst – Flucht – Vergessen – Reden – Freund/Freundin

SCHMERZ

2. Jeder versucht automatisch, sich vor Schmerz zu schützen. Welche Selbstschutz-Reaktionen sind möglich?

3. Vervollständige die Sätze:

a) Jemand wird wütend, weil er/sie _____

b) Ich erzähle jemandem von meinen Problemen, wenn ich Vertrauen habe, dass der andere _____

c) Miriam kann mit niemandem sprechen, weil sie _____

Name: _____

Datum: _____

Arbeitsblatt 9

KAPITEL 10 BIS 12: AUSGERASTET

1. Vervollständige die Sätze:

Miriam möchte etwas ändern, aber _____

Sie möchte Normalität, aber _____

Sie möchte einen Platz zum Ausruhen, aber _____

Nachdem Miriam alles herausgeschrien hat, fühlt sie sich _____

2. Warum hält Miriam ihr Leben für eine riesengroße Lüge? Notiere deine Gedanken.

3. Welche Frage lässt Miriam keine Ruhe?

4. Warum erlaubt Miriam sich nicht, über diese Frage nachzudenken?

5. „Ich wünschte, ich könnte die Zeit zurückdrehen. Denn nun würde ich mich anders entscheiden. Jetzt ist es zu spät. Sie darf es niemals erfahren. Niemand darf das.“ (S. 127)
Notiere deine Gedanken und besprich sie in der Gruppe.

Name: _____

Datum: _____

Arbeitsblatt 10

KAPITEL 13 BIS 15: EIN PUZZLE MIT 10 000 TEILEN

1. Woran erkennt Miriams Mutter, dass Miriam sich verändert?
2. Schreibe in die Tabelle, was Miriam anders macht als früher oder was sie zum ersten Mal tut und wie es ihr dabei geht.

Das macht die „neue“ Miriam:



Miriam empfindet dabei:

Name: _____

Datum: _____

Arbeitsblatt 11

KAPITEL 13 BIS 15: JOANNE

1. Miriam macht sich Sorgen um Joanne. Was ist mit Joanne?

2. Wie reagiert Joannes Mutter auf Miriams Bitte, professionelle Hilfe zu holen?

3. Miriam war empört, als Joanne sie einmal wegen Matias Staudt kritisiert hat: „Ich kann es nicht fassen, dass meine beste Freundin so etwas zu mir sagt. Sie sollte immer hinter mir stehen, egal was ich sage oder tue.“ (S. 134) Meinst du, dass Miriam jetzt anders darüber denkt? Schreibe einen Brief aus Miriams jetziger Sicht an Joanne.

Liebe Joanne,

Deine Miriam

Name: _____

Datum: _____

Arbeitsblatt 12

KAPITEL 13 BIS 15: DIE ZEIT ZURÜCKDREHEN

1. Miriam fragt sich, ob sie heute noch mit Tobi zusammen wäre. Warum hat sie Zweifel daran?

2. Miriam fragt ihre Mutter: „Wenn du die Zeit zurückdrehen und Dinge ungeschehen machen könntest, würdest du es dann tun?“ (S. 139)

a) Warum stellt Miriam diese Frage?

b) Welche Antwort gibt Miriams Mutter?

3. „Es ist undankbar, aber manchmal beneide ich diejenigen, die bei dem Amoklauf starben. Denn sie müssen das nicht. Sie müssen nicht alles neu erlernen wie ich. Sie müssen nicht andere vermissen. Sie müssen nichts mehr fühlen.“ (S. 144)

Denkst du, Miriam empfindet ihr Leiden als Strafe? Notiere deine Gedanken.

4. Bringe Miriams Empfindungen in einem Bild oder in einem Haiku zum Ausdruck.

Name: _____

Datum: _____

Arbeitsblatt 13

KAPITEL 16: SCHULDGEFÜHLE

1. Woran erkennst du, dass Miriam langsam wieder klarer sieht?

2. Miriam kommt zu klaren Urteilen über das Geschehene. Vervollständige die Sätze aus Miriams Sicht:

„Der Auslöser für den Amoklauf war die Tatsache, dass _____.“

„Matias Staudt fühlte sich _____.“

„Ich und meine Freunde _____.“

„Die Verantwortung für den Amoklauf _____.“

„Mein unüberlegtes Verhalten _____.“

3. „Ich konnte sehen, wir alle konnten sehen, was wir aus ihm gemacht haben.“ (S. 156)
Miriam fragt sich, wie es zu dem Mobbing kam. Warum hat sie mitgemacht?

4. Was nennt Miriam *verlogen*?

Name: _____

Datum: _____

Arbeitsblatt 14

MOBBING

Lies den Text Seite 157 bis 159. Trage zusammen, was über Mobbing gesagt wird.

1. Wer jemanden mobbt, verletzt und zerstört den anderen.

Mobbing ist _____

2. Unser Handeln bringt unweigerlich neue Konsequenzen mit sich.

Mobbing kann _____

3. Oft ist uns nicht bewusst, dass das, was wir gedankenlos tun, für den anderen viel größere Bedeutung hat.

Mobbing erscheint den Tätern oft harmlos, doch _____

4. Unüberlegtes Mitmachen hat nicht nur Folgen für das Opfer.

Mobbing kann _____

5. Mobbingopfer können zu Tätern werden, weil sie _____

6. Mobber haben meist Gründe, die nichts mit dem anderen zu tun haben. Sie machen mit, weil sie _____

7. Was braucht man, um dem Gruppenzwang zu widerstehen?

Name: _____

Datum: _____

Arbeitsblatt 15

KAPITEL 17 BIS 19: WEITERLEBEN

1. Welche Nachricht bringt Joannes Vater?

2. Warum wiegt die Schuld auf Miriam jetzt doppelt schwer?

3. „Ich möchte die Zeit zurückdrehen.“ (S. 171) Was zeigt Miriams Wunsch?

4. Welchen Ausweg regt Dr. Frei an?

5. Was tut Miriam gegen das Verdrängen?

6. Was empfindet Miriam am Urlaubsort an der Nordsee?

Name: _____

Datum: _____

Arbeitsblatt 16

KAPITEL 20: LOSLASSEN

1. „So lebendig habe ich mich schon seit einer Ewigkeit nicht mehr gefühlt.“ (S. 192)
Warum kann im Urlaub der Druck von Miriam abfallen?

2. Was wirft Miriam ins Meer?

3. „Es ist okay, so zu sein, wie du eben bist.“ (S. 200)

Erstelle eine Mindmap rund um das Wort *loslassen*.

Schreibe Stichworte oder kurze Sätze und verbinde sie. Du kannst Symbole oder verschiedene Farben verwenden. Du kannst diese Wörter zu Hilfe nehmen:

Leben – Druck – Perfektion – Erwartungen – Selbst – Bestimmung – Sicherheit – Freiheit – Risiko – Perspektive

LOSLASSEN

Name: _____

Datum: _____

Arbeitsblatt 17

KAPITEL 21 UND 22: GESPRÄCHE

1. Was hat sich nach dem Urlaub für Miriam geändert?

2. Was erlebt Miriam in der Gruppentherapie?

3. Worüber spricht Miriam mit Tobis Mutter?

4. Was hat sich in Miriams Beziehung zu ihrer Mutter verändert?

5. Warum hat Miriam Hemmungen, sich neu zu verlieben? Notiere deine Gedanken.

Name: _____

Datum: _____

Arbeitsblatt 18

KAPITEL 23 UND 24: STEPHEN

1. Was hilft Miriam, die Entscheidung für ein Date mit Stephen zu treffen?

2. Denkst du, dass Stephen Miriam guttut? Nenne Gründe.

3. Stephen nennt Miriam *Überlebenskünstlerin*. Warum fällt es Miriam schwer, sein Kompliment anzunehmen?

4. Warum zögert Miriam, sich auf eine Beziehung mit Stephen einzulassen?

5. Dr. Frei fragt: „Wovor hast du wirklich Angst, Miriam?“ (S. 243) Was ist Miriams größte Angst?

Name: _____

Datum: _____

Arbeitsblatt 19

KAPITEL 25: OKAY IST BESSER ALS PERFEKT

1. Wie viel Zeit ist seit dem Amoklauf vergangen?

2. Miriam bringt Blumen zum Grab von Matias Staudt und entschuldigt sich bei ihm. Was hat diese Geste mit Loslassen zu tun?

3. Miriam erzählt eine Situation aus der Vergangenheit, die nie stattgefunden hat. Warum kommt ihr eine Entschuldigung erst jetzt in den Sinn?

4. Nach dem Abschied von ihrer Mutter lächelt Miriam. Was drückt dieses Lächeln aus?

5. Miriam hat sich auch früher als reif und selbstständig bezeichnet. Worin liegt der Unterschied zu heute?

6. Der letzte Abschnitt des Romans gleicht dem Anfang der Einleitungsszene. Was ist anders, und was drückt der Unterschied aus?

Name: _____

Datum: _____

Arbeitsblatt 20

DER ROMAN *ES WIRD KEINE HELDEN GEBEN*

1. Was sagt der Romantitel aus?

2. Lies noch einmal den Anfang des Romans (S. 7). Wirken die ersten Sätze jetzt anders auf dich? Notiere deine Gedanken.

3. Was ist für dich ein „typischer“ Held?

4. „Es gibt keine Helden. Die sind eine Erfindung der Filmindustrie.“
Warum möchten wir wie diese Helden sein? Notiere deine Gedanken.

5. Der Gedanke, dass sie sich beim Amoklauf nicht „heldenhaft“ verhalten hat, hat Miriam lange Zeit gequält. Wie hat sie die Selbstvorwürfe, die ihr Leben blockiert haben, überwunden?

Name: _____

Datum: _____

Arbeitsblatt 20 Fortsetzung

DER ROMAN *ES WIRD KEINE HELDEN GEBEN*

6. „Sterben wir Menschen wirklich nur einen Tod? Oder durchleben wir viele kleine Tode? [...] Leben ist schwer. Weil du manchmal dabei stirbst.“ (S. 32) Später liest Miriam auf Joannes Grabstein: „Alles Wachsen ist ein Sterben, jedes Werden ein Vergehen. Alles Lassen ein Erleben, jeder Tod ein Auferstehen.“ (S. 173) Wann erlebt Miriam ihre persönliche „Auferstehung“? Benenne Wendepunkte in Miriams Entwicklung nach dem Amoklauf.

7. Welchen Untertitel könnte der Roman haben? Unterstreiche einen der Vorschläge, oder nenne selbst einen Untertitel.

Eine Geschichte vom Erwachsenwerden
Gewalt und die Folgen
Eine Geschichte von Tod und Auferstehung
Miriam findet sich selbst

8. Zu Beginn des Romans lässt die Autorin Anna Seidl ihre Hauptfigur Miriam sagen: „Deshalb erzähle ich es euch. Denn ich möchte euch etwas verständlich machen. Ich möchte, dass ihr versteht.“ Denkst du, dass dies ein Anliegen der Autorin ist? Schreibe in einem Brief, was du beim Lesen des Romans verstanden hast. Du kannst Anna Seidl auch auf Facebook schreiben.

Name: _____

Datum: _____

Arbeitsblatt 21

„ENTSCULDIGUNG“

1. Warum fällt es uns oft schwer, uns zu entschuldigen?

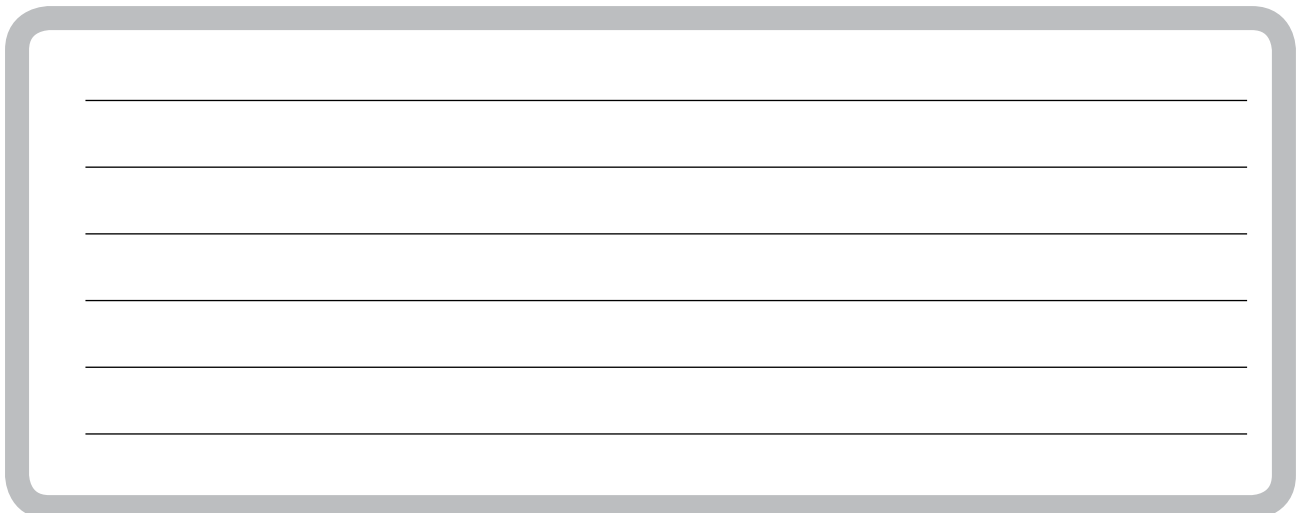
Notiere Stichworte und besprich sie in der Gruppe.

2. Miriam erzählt in der Rückschau, dass sie sich bei Matias Staudt entschuldigt. Doch das hat nie stattgefunden. Schreibe die Szene weiter:

a) *Nachdem Miriam gegangen ist, denkt Matias:*



b) *Am nächsten Tag in der Schule:*



Name: _____

Datum: _____

Arbeitsblatt 22 Fortsetzung

SELBSTSCHUTZ: ANGST IST EIN WARNSIGNAL BEI GEFAHR

6. Was passiert, wenn STOPP sagen nicht hilft? Notiere deine Gedanken.

7. Beschreibe anhand des Modells, wie Dauerangst in Gewalt münden kann.

8. Beschreibe mithilfe des Modells,

a) wie Miriam sich gefühlt hat. Notiere Stichworte.

b) wie Matias sich gefühlt hat. Notiere Stichworte.

9. Vervollständige die Sätze:

a) Jeder von uns _____

b) Jemand, der sich aus dem Teufelskreis nicht befreien kann, _____

c) Ein Antrieb für jemanden, der Gewalt anwendet, ist möglicherweise _____

d) Jemand, der das verstanden hat und trotzdem mit Gewalt weitermacht, _____

Name: _____

Datum: _____

Arbeitsblatt 23

TRAUMA UND DIE FOLGEN

Das Wort *Trauma* bedeutet (griechisch): Wunde.

Trauma bezeichnet eine Verletzung, die durch Gewalteinwirkung entstanden ist.

Trauma bezeichnet ein sehr belastendes, erschütterndes Erlebnis.

Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS) bezeichnet die Traumafolgen.

Jeder, der eine traumatische Erfahrung erleben musste, kann an einer PTBS erkranken.

Sehr belastende Erlebnisse, die zu PTBS führen können, sind zum Beispiel:

Erleben/Miterleben von Gewalt und Tod, Katastrophen, seelische Qual, Trennungen.

Je länger das Ereignis dauert, desto stärker sind meist die Traumafolgen.

- Die Person erlebt das Geschehen als übermächtig.
- Die Person empfindet das Geschehen als ungerecht.
- Die Person fühlt sich extrem hilflos, kann die Situation nicht ändern.
- Die Person kann das Erlebnis nicht bewältigen, findet keinen Ausweg.

Symptome einer PTBS:

- Die Person ist orientierungslos und gefühlstaub.
- Die Person fühlt sich schutzlos und allein.
- Die Person durchlebt die Angst immer wieder.
- Die Person will alle belastenden Gedanken vermeiden.
- Die Person hat ständig Angst vor neuen Verletzungen.
- Die Person empfindet Wut und Hass, gleichzeitig Ohnmacht.
- Die Wirklichkeit fühlt sich falsch an, das ganze Leben erscheint sinnlos.
- Manche verletzen sich selbst.
- Die Person gibt sich selbst die Schuld, weil sie nichts unternommen oder geändert hat.
- Die Person traut sich selbst nichts mehr zu und hat überhaupt keine Hoffnung, dass sich die Situation zum Besseren wenden könnte.

Die Störung wird gemildert,

- wenn die Person darüber sprechen kann.
- wenn die Person stabile, vertrauensvolle Beziehungen hat.
- wenn die Person sich ehrlich akzeptiert und gemocht fühlt.

Aufgaben:

1. Welche Punkte treffen auf Miriam zu?
2. Welche Punkte treffen auf Matias zu?
3. Diskutiere deine Ergebnisse in der Gruppe.

Name: _____

Datum: _____

Arbeitsblatt 24

DIE REALITÄT IST KEIN FILM

1. Vervollständige:

a) Filmhelden sind immer _____

b) Das passiert Filmhelden nie: _____

2. Besprich in der Gruppe das Thema „Die Wirklichkeit sieht anders aus“.

Anschließend wähle eine der folgenden Aufgaben:

- Schreibe zu dem Thema einen Text oder ein Gedicht.
- Erstelle zu dem Thema eine Mindmap.
- Male zu dem Thema ein Bild.

3. Was kannst du tun, wenn du bemerkst, dass jemand verstört ist, weil er/sie vielleicht etwas Schreckliches erlebt hat?

4. Wer kann helfen?

Es ist sehr erleichternd, sich ein Problem einfach von der Seele zu reden. Doch manchmal ist eine Freundin oder ein Freund damit überfordert. Sprich Erwachsene an, denen du vertraust. Das können Eltern sein oder ein Verwandter, ein Vertrauenslehrer, ein Schulpsychologe.

Person meines Vertrauens: _____

Beratungsstelle in meiner Nähe: _____

- Kinder- und Jugendtelefon „Nummer gegen Kummer“: 0800 1110333 (*anonym und kostenlos*)
- Online-Beratung www.nummergegenkummer.de
- „Schüler gegen Mobbing“ www.schueler-gegen-mobbing.de

Name: _____

Datum: _____

Arbeitsblatt 25

„MAN KANN DARAN NICHTS ÄNDERN. ODER DOCH?“

Du findest manche Menschen sympathisch, andere sind dir unsympathisch. Das ist okay. Du musst dich nicht für jeden interessieren. Doch dein Verhalten hat immer Konsequenzen.

Vertrag mit mir selbst

Mir ist bewusst, dass meine Worte _____

Auch jemand, der/die mich nicht interessiert, _____

Auch Menschen, die ich nicht mag, _____

Ich möchte verbessern: _____

In den nächsten 7 Tagen werde ich besonders darauf achten, _____

Name: _____

Datum: _____

Arbeitsblatt 26

INTERVIEW MIT ANNA SEIDL**Wie fühlt es sich an, mit achtzehn sein erstes Buch zu veröffentlichen?**

Es ist unglaublich. Einerseits ist es toll und super und genau das, was ich immer wollte. Aber ich meine mit *unglaublich* auch unvorstellbar. Ich kann es immer noch nicht begreifen. Es sind also zwei gemischte Gefühle.

Wie bist du auf das Thema Amoklauf gekommen?

Ich hatte einen Albtraum. An meiner Schule ist ein Amoklauf passiert. Da bin ich rausgerannt, ich wollte mich retten. Und in diesem Moment war es mir total egal, was mit meinen Freunden im Klassenzimmer geschieht. Ich hatte einfach so Angst um mich. Das hat mich sehr schockiert. Wochenlang habe ich darüber nachgedacht, ob man wirklich so reagieren würde.

Auf welche Weise hat dich dieses Thema auch beim Schreiben beeinflusst?

Nach dem Traum ist mir aufgefallen, dass wir oft „schlimme“ Dinge zu Menschen sagen, ohne es zu bemerken. Denn uns selbst kommt es gar nicht schlimm vor. Es sind einfach Kleinigkeiten. Bei einem psychisch stabilen Menschen macht das nichts aus. Der ist dann auf uns sauer oder traurig, aber sonst passiert da nichts. Aber wenn wir einen psychisch labilen Menschen erwischen, kann das alles ganz anders ausgehen.

Was wünschst du dir für *Es wird keine Helden geben*?

Natürlich wünsche ich mir, dass das Buch ein Erfolg wird. Ich fände es aber auch schön, wenn die Leser sich mit dem Thema Amoklauf beschäftigen, darüber nachdenken. Dass sie sich fragen: *Wie kommt es zu einem Amoklauf? Was führt dazu?* Und dass sie sich auch mal fragen, was mit den Opfern danach passiert. Denn wenn ein Amoklauf geschieht, dann ist er zwei, drei Wochen in den Medien, bevor alle das Interesse daran verlieren. Aber danach geht es ja erst richtig los. Und dann interessiert sich kaum einer mehr dafür, wie und ob den Opfern geholfen wird.

Aufgaben:

1. Was hat dich an *Es wird keine Helden geben* am meisten beeindruckt?

2. Denkst du, dass *Es wird keine Helden geben* bei seinen Lesern etwas verändert? Notiere deine Gedanken und besprich sie in der Gruppe.

Arbeitsblatt 1 – LÖSUNGEN

DAS BUCH *ES WIRD KEINE HELDEN GEBEN***1. Beschreibe das Buchcover.**

- Der Titel füllt als Satz das gesamte Cover, es gibt kein Bild. Die einzelnen Buchstaben wirken wie aus Papier ausgeschnitten. Das Cover wirkt puristisch, wie ein Plakat.
- Das Wort „Helden“ ist schwarz aus der roten Schrift hervorgehoben.
- Der Name der Autorin ist in die Titelgrafik eingebunden.

2. Was fällt dir beim Blättern im Buch auf?

- Es gibt Textabschnitte, die in einer anderen Schriftart gesetzt sind.
- Es gibt eine Grafik, die sich vor jedem Kapitel und an einigen Stellen im Text wiederholt: ein Einschussloch, wie es eine Gewehrkugel nach dem Schuss in einer Glasscheibe hinterlässt. *Die Grafik erinnert an das Foto von Einschusslöchern in der Glasscheibe eines Autohauses in Wendlingen, das häufig in den Medien zu sehen war: Auf dem Hof dieses Autohauses endete am 11.03.2009 der Amoklauf eines 17-Jährigen, der zuvor in einer Schule in Winnenden fünfzehn Menschen erschossen hatte, mit dem Tod des Amokschützen.*

3. Lies den Text auf Seite 7 f. und benenne:

- a) **Erzählperspektive:** – Icherzähler-Perspektive
- b) **Zeitstufe der Erzählung:** – Der Text beginnt im Futur mit einem Ausblick auf ein Geschehen in der Zukunft; Ausblick auf die Romanhandlung. Der Icherzähler/die Icherzählerin spricht in der Zeitstufe Gegenwart/Präsens.
- c) **Ort der Handlung:** – Der Icherzähler/die Icherzählerin spricht aus dem Off. Ort der angesprochenen Handlung/Romanhandlung: eine Schule.

4. Beschreibe die Erzählsituation.

Der Text hat die Funktion einer Einleitung. Der Erzähler/die Erzählerin spricht den Leser direkt an; wendet sich an den Leser, bevor der eigentliche Roman beginnt. Dadurch entsteht eine Gesprächssituation (Gleichzeitigkeit): Der Leser als Zuhörer erfährt, dass die erzählten Ereignisse/Romanhandlung für den Erzähler/die Erzählerin selbst erlebte Vergangenheit ist. Der Leser wird an einen Zeitpunkt geführt, bevor das eigentliche Geschehen stattfindet.

5. Was erfährst du über die Romanhandlung?

- Es geschieht etwas Entsetzliches/Gefährliches/Traumatisierendes. – Das, was passiert (passiert ist/im Roman passieren wird), erschüttert emotional das ganze Leben.

6. Wie wirkt dieser Romanbeginn auf dich?

- Er macht neugierig und gespannt.
- Er wirkt wie ein dringlicher Appell: Der Leser soll etwas verstehen lernen, das er bisher noch nicht verstanden hat und das vielleicht auch für ihn wichtig ist. „Ich möchte, dass ihr versteht.“ (S. 7)

Arbeitsblatt 2 – LÖSUNGEN

KAPITEL 1: SCHÜSSE**1. Was erfährst du über Miriam?**

Miriam Brand ist fünfzehn Jahre alt. Sie geht in die neunte Klasse. Ihre beste Freundin heißt Joanne. Sie hat einen Freund, er heißt Tobi. Sie wohnt bei ihrem Vater.

2. Was geschieht in der Schule?

Ein Amokläufer geht durch die Schule und schießt auf Schüler. Miriam, Joanne und Philipp verstecken sich. Der Amokschütze erschießt Philipp. Auf dem Gang schießt er Tobi an. Dann entdeckt er Miriam.

3. Wie beschreibt Miriam ihre Angst? Schreibe Stichworte als Cluster um das Wort *Angst*.

Zittern am ganzen Körper – schweißnasse Hände – Angst schnürt Kehle zu – „Drückt gegen mein Herz, als wolle sie es zwingen, nicht mehr zu schlagen.“ (S. 10) – „Vielleicht könnt ihr die Kälte spüren, die den Körper erfasst, ihn zittern lässt, sodass man ihn nicht mehr unter Kontrolle hat.“ (S. 10 f.) „Schrecken, Verständnislosigkeit, Angst.“ (S. 11) – kein Schmerzempfinden – Selbstverletzung als Wohltat – Gefühlstaubheit.

4. Was empfindet Miriam, wenn sie über das Geschehen spricht?

Sie hat das Gefühl, Philipp und Tobi im Stich gelassen zu haben. „So herzlos es auch scheinen mag – würde ich bleiben, würde ich mein Todesurteil unterschreiben. Hier denkt jeder zuerst an sich.“ (S. 12) „Wozu soll ich lügen. Ich bleibe dort, wo ich bin. Ich ertrage es nicht, Tobi in die Augen zu sehen. Ich wende mein Gesicht ab.“ (S. 15)

5. Warum nennt Miriam ihren Gedanken, sich selbst in Sicherheit zu bringen, ein Geheimnis?

- Sie schämt sich, dass sie nur an sich gedacht hat. Sie wäre gern „heldenhafter“ gewesen.
- Sie meint, dass ein anderes Verhalten von ihr erwartet wird.

Arbeitsblatt 3 – LÖSUNGEN

KAPITEL 2: NUR EINE SEKUNDE**1. „Es dauert nur eine Sekunde.“ (S. 16)****a) Woran denkt Miriam in dieser Sekunde?**

- Sie denkt über Matias Staudt nach.
- Sie wundert sich, dass ausgerechnet Matias der Amokläufer ist.
- Sie denkt, dass sie jetzt sterben wird.
- Sie bereut, was sie versäumt hat zu tun. (Achtsamkeit, Autonomie)
- Sie stellt sich ihre Zukunft vor, wie sie hätte sein können.

b) Was empfindet Miriam in dieser Sekunde?

- Sie nimmt ihre Umgebung und sich selbst wieder wahr.

- Sie fühlt sich abgeklärt. „Ich fühle mich tausend Jahre älter als sie.“ (S. 17)
- Sie hat keine Angst mehr. „Ich fühle mich leer. In dieser Sekunde verschwindet die Angst. Und macht Platz für etwas noch Schlimmeres. Gleichgültigkeit. Ich werde sterben. Und es ist egal. Alles ist egal.“ (S. 18)

2. Was erfährst du über den Amokläufer?

- Er heißt Matias Staudt. Er geht in Miriams Parallelklasse.
- Er mochte Miriam.
- Von Tobi und seinen Freunden wurde er gemobbt.
- Er wird erschossen.

3. Warum wundert sich Miriam, dass ausgerechnet dieser Junge der Amokläufer ist?

Matias Staudt scheint ihr kein „typischer“ Amokläufer zu sein. Er war zwar nicht beliebt, jedoch auch nicht isoliert. Nach Miriams Einschätzung war das Mobbing nicht schlimm. „Gut, er war in der Klassenhierarchie ziemlich weit unten, aber er hatte zwei sehr gute Freunde in der 9c.“ (S. 16)

4. Warum findet Miriam die Situation auf dem Schulhof schrecklich?

- Draußen warten viele Journalisten und bedrängen sie.
- Die Außenwelt erscheint ihr fremd und unreal. Die Betroffenen stehen unter Schock. „Wir sehen alle gleich aus. Wie Gespenster.“ (S. 20)

Arbeitsblatt 4 – LÖSUNGEN

KAPITEL 3: ABGESCHALTET

1. Wer bringt Miriam von der Schule nach Hause?

- Ihr Vater und ihre Großeltern bringen sie nach Hause.

2. „Alles kommt mir so unwirklich vor, so falsch.“ (S. 21)

In welchem Zustand ist Miriam? Nenne Textstellen.

- Sie ist völlig apathisch, willenlos. Sie versteht nicht, was passiert ist. Sie fühlt nichts.
- Sie ist in einem schweren Schockzustand.

Textstellen z. B.: „Ich sehe gar nichts mehr, ich höre nichts mehr. Ich fühle nichts mehr. *Gar nichts.*“ (S. 21) „Es ist alles so egal.“ (S. 21) „Ich will nicht mehr.“ (S. 22) „Ich bin leer.“ (S. 22) „Ich habe das Zeitgefühl verloren.“ (S. 28)

3. Was wirft Miriam sich selbst vor?

- Sie ist irritiert, dass sie nichts fühlt; sie hat andere Reaktionen erwartet. „Ich sollte um ihn weinen. Irgendeine Reaktion zeigen. Aber ich kann es nicht.“ (S. 21) „Ich glaube, ich mache irgendwas falsch. Ich fühle nämlich gar nichts.“ (S. 26)
- Sie findet, dass sie früher oberflächlich war. „Und das Schreckliche ist, dass ich diesen Film auch noch gerne gesehen hätte.“ (S. 23)

- Sie meint, dass sie an Tobis Tod Schuld hat. „*Was machst du jetzt, wo dein Freund tot ist, und das alles nur, weil du nicht eingegriffen hast?*“ (S. 27)
- 4. Miriam ist zu Hause, und ihre Familie kümmert sich um sie. Warum ist Miriam wütend?**
- Es ärgert sie, dass ihre Mutter gekommen ist.
 - Sie will in Ruhe gelassen werden. (Sie ist überfordert.)
 - Sie spürt, dass der Amoklauf ihr ganzes Leben verändert hat. „*Alles ist so wie vorher. Und genau das ist das Problem. Ich finde, die ganze Welt sollte jetzt anders sein. [...] Alles fühlt sich anders an. Warum hat sich nicht auch alles geändert?*“ (S. 24)

Arbeitsblatt 5 – LÖSUNGEN

KAPITEL 4: NICHTS IST WIE VORHER

1. Warum sperrt sich Miriam in ihrem Zimmer ein?

- Sie will keinen Kontakt.
- Sie weiß nicht, wie sie weiterleben kann. „*Leben ist schwer. Weil du manchmal dabei stirbst. Und dann wirst du ein komplett neuer Mensch. Ein Mensch, der dir selbst völlig fremd ist. Ein Mensch, den du noch nicht mal selbst ausstehen kannst.*“ (S. 32)

2. Miriams Leben teilt sich in *davor* und *danach*. Vervollständige die Sätze:

Das Leben *davor* – ist bedeutungslos geworden. „*[...] zählt überhaupt nicht mehr. Es ist einfach weg. Als hätte es niemals existiert.*“ (S. 35)

Das Leben *danach* – ist unerträglich anstrengend. „*Ich will so nicht leben. Ich will das alles hier nicht fühlen.*“ (S. 34) „*Ich halte das nicht mehr aus.*“ (S. 35)

3. Woran erkennst du diese Teilung in Miriams Leben im Textbild?

- Verändertes Druckbild: Miriams Erinnerungen werden als Rückschau in einer anderen Schriftart dargestellt.

4. Mit wem möchte Miriam reden?

- Sie möchte nur mit Joanne reden; doch es gelingt nicht.

Weitere Aufgaben können angeschlossen werden, etwa:

- Warum möchte Miriam mit Joanne reden, nicht aber mit ihrem Vater?
- Was hätte Miriam gesagt, wenn Joanne ans Telefon gekommen wäre? Schreibe das Gespräch zwischen Miriam und Joanne.

5. Warum hat Miriam das Gefühl, dass sie sich auch äußerlich verändern muss?

- Sie will den Schnitt in ihrem Leben spürbar machen. „*Aber ich bin nicht mehr dieselbe Miriam. Ich habe mich verändert. [...] Denn ich halte es einfach nicht mehr aus.*“ (S. 33)
„*Denn irgendwie bin ich ganz anders als vorher. Verändert. Nicht mehr ich selbst.*“ (S. 35)

- Sie will die Kontrolle über ihr Leben zurückbekommen. „Wütend fasse ich einen Entschluss. Nein, Matias Staudt wird mich nicht verändern. Nicht ganz. Wenn schon alles anders wird, will ich einen Teil davon selbst bestimmen.“ (S. 43)

Arbeitsblatt 6 – LÖSUNGEN

KAPITEL 5 UND 6: DIE KALTE MASKE

1. Wie verhält sich Miriam ihren Eltern gegenüber?

- provozierend; zynisch; abweisend; aggressiv

2. Warum meint Miriam, mit ihrem Verhalten recht zu haben?

- Sie will sich nicht bevormunden lassen. Sie fühlt sich erwachsener, reifer. „Ich könnte darüber lachen, dass ich mir vor ein paar Tagen erhofft habe, bei meiner Familie Hilfe zu finden. Wie überaus dumm von mir.“ (S. 50)
- Sie kann die vorsichtige Rücksichtnahme nicht ertragen. „Ich hasse dieses Getue. Können wir nicht einfach weiterleben?“ (S. 50)
- Sie fühlt sich bedrängt; sie will ihre Ruhe haben; sie will nicht über den Amoklauf reden. „Absichtlich verletze ich sie, sage grausame Dinge zu ihnen und schließe sie aus. Doch sie lassen mir ja kaum eine Wahl!“ (S. 50)
- Sie meint, dass niemand sie verstehen kann. „Aber sie begreifen es ja nicht!“ (S. 50)

3. „Und wo warst du dann die ganze Zeit?!“, brüllt Miriam. Was wirft sie ihrer Mutter vor?

- Miriam wirft ihr vor, sie verlassen zu haben. „Du warst nie da, Mom. Du hast kein Recht, dich jetzt wie meine Mutter aufzuführen!“ (S. 53) „Meine Mutter konnte mit ihrer Verantwortung nicht umgehen und ist deshalb abgehauen. Es ist unfassbar, dass sie jetzt so mit mir redet.“ (S. 50)

4. Warum verhält sich Miriam deiner Meinung nach so aggressiv?

- Sie fühlt sich hilflos, verletztlich. Sie ist überfordert. Sie fühlt sich einsam und verlassen.
- Sie fühlt sich fremdbestimmt.
- Sie kommt mit sich selbst nicht klar. Ihre Wut braucht ein Ventil.

5. Warum ruft Miriam Tobis Mailbox an?

- Sie möchte seine Stimme hören. Sie möchte ihm nah sein.

Arbeitsblatt 7 – LÖSUNGEN

KAPITEL 7 BIS 9: SPRICH MIT MIR**1. „Wofür lebt man?“ Miriam fragt nach dem Sinn im Leben. Was sucht sie?**

- Sie sucht nach Sicherheit und Orientierung. Sie hofft, dass es einen höheren Sinn gibt, einen „[...] Plan, den wir alle nicht durchschauen.“ (S. 75)
- Sie sucht Geborgenheit; sie hat Angst, es allein nicht zu schaffen. „Es ist also wirklich so, dass man alleine nichts schaffen kann.“ (S. 76)
- Sie sucht einen Ausweg; sie hat das Gefühl, dass sich nie mehr etwas ändern wird. „Ich stehe allein vor dem Abgrund. Ich werde fallen. Das weiß ich.“ (S. 76)

2. Was verbindet Miriam und Matias Staudt?

- Er hat Miriam einmal gefragt, ob sie mit ihm ausgeht; Miriam hat ihn ausgelacht, beleidigt und gedemütigt. Danach hatte sie zwar ein schlechtes Gewissen, doch sie hat nichts unternommen.
- Früher hat Miriam ihn bemitleidet und verachtet. Jetzt hasst sie ihn, weil er ihren Freund erschossen und ihr Leben zerstört hat.

3. Miriam und ihre Freundinnen reagieren unterschiedlich auf die neue Situation:

Miriam – sucht die Nähe ihrer Freundinnen. Sie möchte nicht über Gefühle sprechen, nicht an den Schmerz erinnert werden. „Einfach vergessen.“ (S. 90)

Joanne – spricht mit niemandem; kapselt sich völlig ab.

Vanessa – sucht Kontakt zu Miriam.

Sophia – sondert sich von den Freundinnen ab; betäubt sich.

Tanja – hat die Schule gewechselt und ist in eine andere Stadt gezogen. Sie bricht bewusst jeden Kontakt ab.

5. Welcher Gedanke beschäftigt Joanne?

- Sie fragt sich: „Sind wir schuld?“ (S. 87)

Weitere Aufgaben können angeschlossen werden, die auch in Kleingruppen besprochen werden können, etwa:

- Ist ein Neuanfang in einer neuen Umgebung leichter?
- Wie haben sich die Beziehungen der Freundinnen verändert?
- Warum wird Miriam übel, wenn sie an früher denkt?
- Einige schreiben einen Zettel für den Kummerkasten. Miriam meint: „Niemand möchte als Erstes Schwäche zeigen.“ (S. 85) Bist du Miriams Meinung?

Arbeitsblatt 8 – LÖSUNGEN

SELBSTSCHUTZ

2. Jeder versucht automatisch, sich vor Schmerz zu schützen. Welche Selbstschutz-Reaktionen sind möglich?
 - entweder: Wut → Aggression → Angriff
 - oder: Vermeidung → Rückzug/Verdrängung → Flucht/Schweigen
 - im Extremfall: Zusammenbruch
3. Vervollständige die Sätze:
 - a) **Jemand wird wütend, weil er/sie** – Angst hat; frustriert ist; gestresst ist; sich hilflos fühlt; in der Klemme steckt.
 - b) **Ich erzähle jemandem von meinen Problemen, wenn ich Vertrauen habe, dass der andere** – echtes Interesse an mir hat; mich ernst nimmt; mich versteht; gut/beschützend mit mir umgeht; nichts weitererzählt.
 - c) **Miriam kann mit niemandem sprechen, weil sie** – zu ihren Eltern kein Vertrauen hat; Leonie nicht erreicht; sich unverstanden fühlt; sich schämt (vgl. „Geheimnis“).

Arbeitsblatt 9 – LÖSUNGEN

KAPITEL 10 BIS 12: AUSGERASTET

1. Vervollständige die Sätze:

Miriam möchte etwas ändern, aber – „ich weiß nicht, wie ich es ändern kann.“ (S. 98)

Sie möchte Normalität, aber – „Nichts ist normal! Gar nichts!“ (S. 98)

Sie möchte einen Platz zum Ausruhen, aber – sie fühlt sich überall fehl am Platz, fremd. (S. 99)

Nachdem Miriam alles herausgeschrien hat, fühlt sie sich – erleichtert. „Ein großer Teil meiner Last ist weg. Ich fühle mich leichter.“ (S. 110)
3. **Welche Frage lässt Miriam keine Ruhe?**

„Und immer wieder diese eine Frage: *Sind wir schuld?*“ (S. 105, vgl. S. 106, S. 118, S. 120)
4. **Warum erlaubt Miriam sich nicht, über diese Frage nachzudenken?**
 - Sie hat ein schlechtes Gewissen. „Ich suche keine Antwort darauf. Denn ich fürchte mich davor. Ich fürchte mich so sehr davor.“ (S. 120)

Arbeitsblatt 10 – LÖSUNGEN

KAPITEL 13 BIS 15: EIN PUZZLE MIT 10 000 TEILEN

1. Woran erkennt Miriams Mutter, dass Miriam sich verändert?

Miriam ist ihr gegenüber nicht mehr aggressiv. „Du hast mir noch kein einziges Schimpfwort an den Kopf geworfen.“ (S. 128)

2. Schreibe in die Tabelle, was Miriam anders macht als früher oder was sie zum ersten Mal tut und wie es ihr dabei geht.

<i>Das macht die „neue“ Miriam:</i>	<i>Miriam empfindet dabei:</i>
Sie setzt sich allein in eine Kirche.	Die Stille und Ruhe tun ihr gut. „Und diese Stille meiner Seele finde ich hier.“ (S. 137) Sie findet inneren Frieden. „Ich habe mich ganz gefühlt und nicht in tausend Stücke zerrissen.“ (S. 139)
Auf dem Friedhof setzt sie sich auf die Erde.	Äußerlichkeiten sind ihr egal geworden; sie spürt, dass es komplizierter ist, nicht oberflächlich zu sein.
Sie lässt die Nähe ihrer Mutter zu. Sie legt ihren Kopf an ihre Schulter. Sie hört ihrer Mutter zu und spricht mit ihr „auf Augenhöhe“.	Die Zuwendung tut ihr gut. Sie fühlt sich geborgen, sicher. (vgl. S. 129) Sie fühlt sich gestärkt, weil ihre Mutter ihr vertraut, stolz auf sie ist und ihr Stärke zutraut.
Sie verteidigt ihre Mutter; sie ist ihr dankbar. (vgl. S. 132) Sie nimmt die Hilfe ihrer Mutter an.	Sie fühlt sich solidarisch mit ihrer Mutter. Die Unterstützung tut ihr gut. (vgl. S. 143)
Sie geht auf jemand anderen ein. (vgl. S. 150) Sie erzählt einem Fremden von ihrer Qual.	Sie fühlt sich von dem alten Mann, der Ähnliches erlebt hat wie sie, verstanden. Sie kann sich entspannen.
Sie plaudert mit ihrer Mutter und findet Ähnlichkeiten.	Sie genießt es, wie mit einer Freundin über ganz normale Dinge zu reden.

Arbeitsblatt 11 – LÖSUNGEN

KAPITEL 13 BIS 15: JOANNE

1. Miriam macht sich Sorgen um Joanne. Was ist mit Joanne?
 - Joanne geht es immer schlechter. Sie kapselt sich völlig ab, ist depressiv.
 - Joanne kommt, anders als Miriam, nicht aus dem psychischen Tief heraus.
2. **Wie reagiert Joannes Mutter auf Miriams Bitte, professionelle Hilfe zu holen?**
 - Sie reagiert abwehrend. Sie verharmlost Joannes Zustand. „Ich weiß, dass sie momentan sehr verschlossen ist. Aber so geht es bestimmt vielen an der Schule. Sie macht eben gerade eine sehr schwere Phase durch.“ (S. 131)

Arbeitsblatt 12 – LÖSUNGEN

KAPITEL 13 BIS 15: DIE ZEIT ZURÜCKDREHEN

1. Miriam fragt sich, ob sie heute noch mit Tobi zusammen wäre. Warum hat sie Zweifel daran?
 - Miriam liebt Tobi, doch heute sieht sie, dass er auch Seiten hatte, die sie nicht gut findet (Trinken, Mobben).
 - Tobi hatte sich in die „oberflächliche“ Miriam verliebt, doch sie hat sich verändert.
 - Miriam hatte sich in den „coolen“ Tobi verliebt, und sie hat sich Matias gegenüber genauso gemein verhalten wie er, doch heute bereut sie das Mobbing, das den Amoklauf ausgelöst hat, und gibt sich und Tobi die Schuld dafür.
2. **Miriam fragt ihre Mutter: „Wenn du die Zeit zurückdrehen und Dinge ungeschehen machen könntest, würdest du es dann tun?“ (S. 139)**
 - a) **Warum stellt Miriam diese Frage?**
 - Miriam möchte wissen, ob ihre Mutter bereit, sie verlassen zu haben.
 - Miriam möchte herausfinden, ob ihre Mutter sie verstehen kann.
 - Sie möchte eine Orientierung bekommen, wie sie mit ihrem eigenen Problem umgehen kann.
 - b) **Welche Antwort gibt Miriams Mutter?**

„Wir können Dinge nicht wieder ungeschehen machen. Und selbst wenn wir könnten, sollten wir es nicht. Denn alles hat seinen Sinn, so verrückt das auch klingt.“ (S. 140)
3. *Weitere Aufgaben können angeschlossen werden, die auch in Kleingruppen besprochen werden können, etwa:*
 - Welche Tipps hat die Psychologin Dr. Frei Miriam gegeben, um ihr Leben besser zu bewältigen?
 - Alles tun, was sich okay anfühlt. (vgl. S. 139)
 - Sich auf alltägliche Dinge konzentrieren. (vgl. S. 143)
 - Einen Abschiedsbrief an Tobi schreiben. (S. 115 und S. 146)
 - Warum sind diese Methoden hilfreich?

Auf den Schreibanlass „Abschiedsbrief an Tobi“ als Arbeitsauftrag wurde an dieser Stelle bewusst verzichtet. Für den Leser ist Miriams Verlustschmerz bereits intensiv erfahrbar; das Nachempfinden darüber hinaus noch zu steigern ist für die Intention des Romans nicht erforderlich. Eine entsprechende Aufgabenstellung sollte in jedem Fall die Situation und die emotionale Verfassung der Einzelnen in der Lerngruppe beachten. Bei einer möglichen Disposition kann die Methode Abschiedsbrief vertieft und zum (anonymen) Schreiben ange-regt werden.

Arbeitsblatt 13 – LÖSUNGEN

KAPITEL 16: SCHULDGEFÜHLE

1. Woran erkennst du, dass Miriam langsam wieder klarer sieht?

- Sie hat wieder ein Zeitgefühl. „Heute ist Dienstag, der 18. Februar. Mein Leben änderte sich vor dreiunddreißig Tagen.“ (S. 156)
- Sie betrachtet die Ereignisse mit Abstand.
- Sie erkennt die Zusammenhänge zwischen ihrem Mobbing und dem Amoklauf.

2. Miriam kommt zu klaren Urteilen über das Geschehene. Vervollständige die Sätze aus Miriams Sicht:

„Der Auslöser für den Amoklauf war die Tatsache, dass – wir Matias Staudt gemobbt haben; dass wir ihm Gewalt angetan haben.“

„Matias Staudt fühlte sich – ausgeschlossen; einsam; beleidigt; zerstört.“

„Ich und meine Freunde – haben einfach weggesehen; haben nie darüber nachgedacht, wie er sich fühlt; haben uns gedankenlos und dumm verhalten; haben ihn zerstört.“

„Die Verantwortung für den Amoklauf – tragen wir.“

„Mein unüberlegtes Verhalten – hat mein Leben zerstört.“

3. „Ich konnte sehen, wir alle konnten sehen, was wir aus ihm gemacht haben.“ (S. 156)

Miriam fragt sich, wie es zu dem Mobbing kam. Warum hat sie mitgemacht?

- Sie hat sich nach denen gerichtet, die den Ton angeben. „Nämlich die Zicken und die Machos.“ (S. 157)
- Sie hat sich für etwas Besseres gehalten.
- Sie hat Gerüchten und Vorurteilen geglaubt, ohne sich selbst Gedanken zu machen. „Wir konnten gar nicht sagen, ob es stimmte, weil wir ihn ja nie kennenlernten.“ (S. 157)
- Sie hat mitgemacht, um dazuzugehören; um in der Klassenhierarchie oben zu sein. „Und weil niemand von uns anderen zu den Opfern gehören will, machen wir auch mit.“ (S. 157)
- „Vielleicht, weil es alle gemacht haben.“ (S. 159)

4. Was nennt Miriam *verlogen*?

Kinder werden nach dem Ideal erzogen: *Alle Menschen sind gleich* (Menschenwürde, Gleichbehandlung, Chancengerechtigkeit), doch in der Realität scheren sich auch die Erwachsenen (Eltern, Lehrer, Mächtige) nicht darum. In der Gesellschaft geht es in erster Linie um (Macht-)Position, Dominanz und den eigenen Vorteil. Niemand will mit Schwachen zu tun haben. Alle haben Vorurteile und passen sich an, alle machen mit; auch die Schule unterstützt das hierarchische Denken. *Alle Menschen sind gleich* ist nur hohle Theorie. In der Erfahrungswelt (Schule, Gesellschaft, Welt) ist es *normal*, dass Schwache stigmatisiert und ausgesondert werden. „Es ist ein Teufelskreis. Und niemand kommt heraus.“ (S. 158)

Arbeitsblatt 14 – LÖSUNGEN

MOBBING

1. *Mobbing ist Gewalt.*
2. *Mobbing kann der Auslöser für noch schlimmere Gewalt sein.*
3. *Mobbing erscheint den Tätern oft harmlos, doch das Opfer fühlt sich zerstört.*
4. *Mobbing kann Folgen haben, die das Leben vieler zerstören.*
5. **Mobbingopfer können zu Tätern werden, weil sie**
 - sich rächen wollen; Gerechtigkeit herstellen wollen.
 - keine Chance bekommen, die Situation zu ändern; keinen Ausweg sehen.
 - die Einsamkeit nicht mehr ertragen; keinen Sinn mehr in ihrem Leben sehen.
6. **Mobber haben meist Gründe, die nichts mit dem anderen zu tun haben.**

Sie machen mit, weil sie

 - sich dadurch selber nicht mehr so klein fühlen.
 - Angst haben, selbst gedist zu werden, wenn sie nicht mitmachen.
 - es genießen, Macht über Schwächere zu haben.
 - dazugehören wollen; zu den „Besseren“ gehören wollen.
 - sich nicht dafür interessieren, wie es anderen geht.
 - immer schon mitgelaufen sind.
 - es normal finden, Schwächere als Loser zu verachten.
7. **Was braucht man, um dem Gruppenzwang zu widerstehen?**
 - eigene Überzeugungen
 - Mut zur eigenen Meinung
 - Ichstärke

Arbeitsblatt 15 – LÖSUNGEN

KAPITEL 17 BIS 19: WEITERLEBEN

1. Welche Nachricht bringt Joannes Vater?
 - Joanne hat sich das Leben genommen. Er bringt einen Abschiedsbrief für Miriam.
2. Warum wiegt die Schuld auf Miriam jetzt doppelt schwer?
 - Joanne hatte Matias als Einzige nicht gemobbt und sogar Miriams Verhalten offen kritisiert.
3. „Ich möchte die Zeit zurückdrehen.“ (S. 171) Was zeigt Miriams Wunsch?
 - Sie sehnt sich zurück nach dem „perfekten“ Leben, nach der „heilen Welt“.
 - Sie möchte vor der Gegenwart weglaufen.
 - Sie weiß nicht, wie sie weiterleben soll.
 - Sie fühlt sich unter Druck gesetzt, doch unterbewusst setzt sie sich selbst unter Druck. „Aber es kommt mir vor, als hätte das Leben sich gegen mich verschworen. Als würde irgendeine höhere Macht wollen, dass ich für eine Sünde büße.“ (S. 172)
4. Welchen Ausweg regt Dr. Frei an?
 - Sich selbst etwas gönnen: Man kann schlimme Dinge ertragen, wenn man erleben kann, dass es gleichzeitig auch schöne Dinge gibt.
 - Man kann die Blickrichtung ändern und sich selbst fragen: Was will ich?
 - Etwas Neues wagen: „Probier es doch einfach aus.“ (S. 175)
5. Was tut Miriam gegen das Verdrängen?
 - Sie geht allein in das Schulgebäude.
 - Sie hat den Mut, sich ihren Erinnerungen zu stellen.
6. Was empfindet Miriam am Urlaubsort an der Nordsee?
 - Sie ist glücklich; die ganze Last fällt von ihr ab.
 - Sie ist zum ersten Mal wieder voll von guten Gefühlen; sie empfindet Liebe. „Ich liebe euch! Ihr seid so toll! Ich liebe, liebe, LIEBE euch! Ich liebe das Meer! Ich LIEBE einfach die ganze WELT!“ (S. 186)

Arbeitsblatt 16 – LÖSUNGEN

KAPITEL 20: LOSLASSEN

1. „So lebendig habe ich mich schon seit einer Ewigkeit nicht mehr gefühlt.“ (S. 192)
Warum kann im Urlaub der Druck von Miriam abfallen?
 - Der Urlaub ist für sie wie eine Auszeit vom Leben.
 - Sie erlebt ihr Leben anders: Sie erlebt einen Freiraum, in dem sie sich nicht mehr gelähmt und gezwungen fühlt, in dem sie sich frei bewegen kann.

- Sie kann zu sich selbst stehen; sie kann loslassen; sie wird offen für Neues. „Das Leben geht weiter. Immer weiter voran.“ (S. 195)

2. Was wirft Miriam ins Meer?

Sie wirft eine Flasche ins Meer, in die sie den Brief an Tobi gesteckt hat.

Arbeitsblatt 17 – LÖSUNGEN

KAPITEL 21 UND 22: GESPRÄCHE

1. Was hat sich nach dem Urlaub für Miriam geändert?

- Sie kann über ihr Schuldgefühl sprechen. (vgl. S. 202)
- Sie versteht: Tobi und Joanne loszulassen heißt nicht, sie zu verlieren oder zu vergessen. „Irgendwann werde ich vielleicht wieder eine beste Freundin haben. Und auch einen Freund. Aber sie werden niemals Joannes und Tobis Platz einnehmen. Sie werden neue Plätze kriegen. Tobis und Joannes Plätze werden für immer leer bleiben.“ (S. 207)
- Sie versteht, dass sie Schritt für Schritt weiterkommt, doch sie kann die Leere in ihrem Innern noch nicht füllen.

2. Was erlebt Miriam in der Gruppentherapie?

- Sie wundert sich, dass nicht über den Amoklauf gesprochen wird.
- Sie fühlt sich wohl, weil alle normal miteinander reden.
- Sie versteht, dass sich hinter sicherem Auftreten manchmal etwas anderes verbergen kann.

3. Worüber spricht Miriam mit Tobis Mutter?

- Miriam spricht über ihr Schuldgefühl gegenüber Tobi. „Sie findet, ich soll mir keine Schuld geben. Das ist so eine unendliche Erleichterung.“ (S. 215)
- Sie sprechen über Schuld und Vergebung. Tatjana kann nicht verstehen, dass Miriam Verständnis für Matias Staudt hat.

4. Was hat sich in Miriams Beziehung zu ihrer Mutter verändert?

- Miriam versteht, dass ihre Mutter für sie da ist, auch wenn sie ihr eigenes Leben führt.
- Miriam kann ihrer Mutter jetzt verzeihen, und sie kann ihr das sagen.

Arbeitsblatt 18 – LÖSUNGEN

KAPITEL 23 UND 24: STEPHEN

1. Was hilft Miriam, die Entscheidung für ein Date mit Stephen zu treffen?

- Ihr hilft das Gespräch in der Gruppe mit denen, die ihre Situation verstehen: Sie erfährt die Meinungen der anderen und hört verschiedene Aspekte, die ihr selbst noch nicht bewusst waren. Dadurch klärt sich intuitiv ihre eigene Position. „Daniel bringt es auf den Punkt: [...]“ (S. 321) – Ihr hilft, was Daniel sagt: „Du hast nur Angst, wieder jemanden zu

verlieren. Aber das wirst du im Leben so oder so. Willst du dann nicht wenigstens auch glückliche Stunden haben?“ (S. 321)

2. Denkst du, dass Stephen Miriam guttut? Nenne Gründe.

- Stephen ist anders als Tobi. Tobi war eher ihr Beschützer, er war dominant. Die *neue* Miriam ist „gewachsen“, hat sich emanzipiert. Sie braucht eher jemanden wie Stephen.
- Stephen kennt Miriams Situation. Er ist verständnisvoll. Er lässt ihr Zeit.
- Miriams Wunden können heilen. „Bei ihm bin ich wieder ich.“ (S. 241)
- Mit Stephen kann sie einen neuen Abschnitt in ihrem Leben als glücklich erleben.

3. Stephen nennt Miriam *Überlebenskünstlerin*. Warum fällt es Miriam schwer, sein Kompliment anzunehmen?

- Miriam hat nicht das Gefühl, dass sie mit dem Leben klarkommt, sie findet es schwer und anstrengend.
- Stephen meint, dass Außenstehende oft mehr erkennen; Miriam dagegen meint, dass jeder nur selbst wissen kann, wer er/sie wirklich ist.
- Miriam hat das Gefühl, dass sie in ihren Problemen feststeckt, dass sich nichts ändert; Stephen sieht Fortschritte, die Miriam nicht wahrnimmt.

4. Warum zögert Miriam, sich auf eine Beziehung mit Stephen einzulassen?

- Sie hat das Gefühl, sie würde Tobi durch Stephen ersetzen.
- Sie fühlt sich für Tobis Weiterleben nach dem Tod verantwortlich; sie befürchtet, dass sie Tobi vergessen könnte; dass Tobi durch Stephen verschwindet. „Tobi hat mir gezeigt, dass man auch etwas bekommt, wenn alles Vertraute verschwindet.“ (S. 243)
- Sie hat Angst, zu riskieren, dass sie auch Stephen wieder verliert.

5. Dr. Frei fragt: „Wovor hast du wirklich Angst, Miriam?“ (S. 243) Was ist Miriams größte Angst?

- Miriam weiß, dass mit ihrer Entscheidung Risiken verbunden sind; sie will alles richtig machen; sie hat Angst davor, eigenständig Entscheidungen für ihr Leben zu treffen.
- Miriams eigentliche Angst ist die Verlustangst.

Arbeitsblatt 19 – LÖSUNGEN

KAPITEL 25: OKAY IST BESSER ALS PERFEKT

1. Wie viel Zeit ist seit dem Amoklauf vergangen?

Neun Monate.

2. Miriam bringt Blumen zum Grab von Matias Staudt und entschuldigt sich bei ihm.

Was hat diese Geste mit Loslassen zu tun?

- Miriam ist nicht mehr fixiert auf den Hass. Sie ist nicht mehr fixiert auf den Amoklauf.

- Miriam drückt aus, dass sie ihr früheres Verhalten bereut; dass sie sich heute anders verhalten würde.
 - Miriam kann das Vergangene hinter sich lassen, sie hat neuen Halt gefunden.
- 3. Miriam erzählt eine Situation aus der Vergangenheit, die nie stattgefunden hat. Warum kommt ihr eine Entschuldigung erst jetzt in den Sinn?**
- Sie hat die Zusammenhänge verstanden.
 - Sie ist reifer und eigenständiger geworden.
- 4. Nach dem Abschied von ihrer Mutter lächelt Miriam. Was drückt dieses Lächeln aus?**
- Miriam ist glücklich, dass sie sich mit ihrer Mutter eng verbunden fühlt, auch wenn jede ihr eigenes Leben führt. „Aber das Wichtigste ist, dass ich wieder eine Mom habe.“ (S. 251)
 - Miriam gönnt ihrer Mutter, dass sie ihre Art von Glück lebt. „Und jeder muss das tun, was ihn glücklich macht.“ (S. 252)
 - Miriam spürt, dass sie reifer, eigenständiger, selbstsicherer geworden ist.
- 5. Miriam hat sich auch früher als reif und selbstständig bezeichnet. Worin liegt der Unterschied zu heute?**
- Früher hat Miriam nur ihre eigenen Bedürfnisse gesehen. Jetzt ist sie auf dem Weg zu einer eigenständigen (autonomen) Persönlichkeit, die ihr Glück nicht davon abhängig macht, dass andere sich darum kümmern. Sie selbst ist dafür zuständig, ihr Glück zu finden.
- 6. Der letzte Abschnitt des Romans gleicht dem Anfang der Einleitungsszene. Was ist anders, und was drückt der Unterschied aus?**
- Der Text ist hier in der Zeitstufe Vergangenheit/Präteritum geschrieben. Das drückt aus, dass der Amoklauf für Miriam jetzt Vergangenheit ist. Sie hat das Ereignis verarbeitet und kann es jetzt hinter sich lassen. Sie wird das Geschehene zwar nie vergessen, aber sie hat sich davon befreit, dass die Folgen ihr ganzes Leben bestimmen. Der Amoklauf ist ein Teil ihrer Vergangenheit, doch sie lebt in der Gegenwart, und über die Zukunft ihres Lebens bestimmt sie selbst.

Arbeitsblatt 20 – LÖSUNGEN

DER ROMAN *ES WIRD KEINE HELDEN GEBEN*

1. Was sagt der Romantitel aus?

- Der Satz ist zweideutig. Vordergründig: „Im Roman wird es keine Helden geben“, und: „Im wirklichen Leben wird es keine Helden geben. Denn es ist kein Film.“

2. Lies noch einmal den Anfang des Romans (S. 7). Wirken die ersten Sätze jetzt anders auf dich? Notiere deine Gedanken.

- Miriam sagt, womit die eigentliche Handlung beginnen wird; gleichzeitig fühlt sich der Leser in der Identifikation mit Miriam an den Ausgangspunkt vor dem Amoklauf versetzt.

Der Leser ist (in der Identifikation) in einer Situation, die er selbst so erleben könnte: Alles ist wie immer. Niemand (der Leser ebenso wenig wie Miriam) rechnet im Alltag damit, dass etwas Dramatisches passieren wird. Der Leser bekommt das Gefühl, dass etwas unerwartet Schreckliches, das in Miriams Leben geschehen *wird*, möglicherweise auch in seinem Leben einfach so geschehen *wird*.

5. Der Gedanke, dass sie sich beim Amoklauf nicht „heldenhaft“ verhalten hat, hat Miriam lange Zeit gequält. Wie hat sie die Selbstvorwürfe, die ihr Leben blockiert haben, überwunden?
- Sie hat gelernt und erlebt, dass es existenziell wichtig ist, jeden, auch sich selbst, als verletzlich und nicht perfekt zu akzeptieren.
 - Sie hat Hilfe zugelassen. Jeder erlebt möglicherweise Dinge, die ihn völlig überfordern. Jeder braucht dann die Hilfe anderer.
 - Wichtiger als nachträgliche Selbstvorwürfe ist, aufmerksam mit sich selbst und anderen umzugehen. Auch kleine Gesten können etwas zum Besseren bewirken.

Arbeitsblatt 20 – Fortsetzung – LÖSUNGEN

DER ROMAN *ES WIRD KEINE HELDEN GEBEN*

6. „Sterben wir Menschen wirklich nur einen Tod? Oder durchleben wir viele kleine Tode? [...] Leben ist schwer. Weil du manchmal dabei stirbst.“ (S. 32) Später liest Miriam auf Joannes Grabstein: „Alles Wachsen ist ein Sterben, jedes Werden ein Vergehen. Alles Lassen ein Erleben, jeder Tod ein Auferstehen.“ (S. 173) Wann erlebt Miriam ihre persönliche „Auferstehung“? Benenne Wendepunkte in Miriams Entwicklung nach dem Amoklauf.
- Ein Wendepunkt zur Heilung ist, als sie endlich alles herausschreit, was sie belastet (Kapitel 10). Für ihre Entwicklung ist wichtig, dass sie sich klarmacht, dass sie selbst für sich verantwortlich ist, sowohl für Schuld (Kapitel 16) als auch für Glück (Kapitel 24).
 - Miriam lernt in kleinen Schritten, sich selbst zu mögen, wie sie ist. Sie kann glücklich „neu“ leben, nachdem sie den Erwartungsdruck, den sie sich selbst auferlegt hat, ablegt.
 - Sie wird frei, als es ihr gelingt, das Vergangene loszulassen.
 - Sie wird frei, als sie erkennt, dass es die perfekte „heile Welt“ nicht gibt.
 - Miriam versteht: Niemand bleibt, wie er ist. Es schmerzt, das Vertraute hinter sich zu lassen, doch man bekommt etwas Neues. Für sein Glück ist jeder selbst zuständig.
8. Hinweise zur Intention der Autorin finden die Jugendlichen im Interview mit Anna Seidl zu ihrem Buch *Es wird keine Helden geben*, siehe Arbeitsblatt 26.

Arbeitsblatt 21 – LÖSUNGEN

„ENTSCULDIGUNG“

2. Weitere Aufgaben können angeschlossen werden, die auch in Kleingruppen besprochen werden können, etwa:

- Denkst du, der Amoklauf hätte möglicherweise nicht stattgefunden, wenn Miriam sich damals entschuldigt hätte?
- Beschreibe, was eine Entschuldigung bewirken kann.
- Gibt es jemanden, bei dem du dich für etwas entschuldigen möchtest?
- Schreibe einen Brief.

Es sollte freigestellt werden, einen solchen Brief an eine reale Person, eine fiktive Person oder anonym zu schreiben. Es kann angeregt werden, den Brief (falls an eine reale Person) anschließend wirklich abzuschicken.

Arbeitsblatt 22 – LÖSUNGEN

SELBSTSCHUTZ: ANGST IST EIN WARNSIGNAL BEI GEFAHR

1. Das Schema kann gemeinsam als Tafelbild erstellt werden.

Ein wesentliches Ergebnis soll der Aspekt sein, dass Angst und Aggressionen zunächst nützlich sind, dass Aggressionen immer Begleiter von Stress sind, daher keinesfalls als „böse“ gewertet werden dürfen. Siehe hierzu Punkt 4.1 in dieser Handreichung: Der menschliche Urinstinkt „Fight or Flight“.

2. Wonach entscheiden wir, was bei Bedrohung zu tun ist? Notiere Stichworte und besprich sie in der Gruppe.

- Checken der Lage: Welche Aktion ist nützlich? Wie schütze/verteidige ich mich am besten?
- Unterbewusstsein, Instinkt
- frühere Erfahrungen

3. Angst gehört zu unserem Selbstschutzsystem. Wovor will unser Selbstschutz uns bewahren?

- vor dem Tod
- vor Schmerzen
- vor Überforderung

4. Angst signalisiert auch seelische Gefahr. Notiere Ausdrücke, die seelischen Schmerz bildhaft beschreiben.

z. B. Herzschmerz, das schlägt auf den Magen,

das geht an die Nieren, das schnürt die Kehle zu, einschneidendes Erlebnis, Verlustschmerz, Stich ins Herz, einen Schnitt machen, Schicksalsschlag, Erschütterung, Ohnmacht etc.

5. Welche Rolle spielen frühere Erfahrungen für unsere Entscheidung zum Handeln?

- Handlungsmodell; Entscheidungshilfe
- Training; Gewohnheit
- Teufelskreis

Arbeitsblatt 22 – Fortsetzung – LÖSUNGEN

SELBSTSCHUTZ: ANGST IST EIN WARNSIGNAL BEI GEFAHR

9. Vervollständige die Sätze:

a) Jeder von uns

- hat mal Angst; fühlt sich mal überfordert; ist mal wütend; rastet mal aus etc.
- hat Erfahrungen gemacht, die belasten.
- reagiert unterschiedlich auf Druck.

b) Jemand, der sich aus dem Teufelskreis nicht befreien kann,

- wird krank.
- rastet aus.
- fällt in Ohnmacht (bzw. Schock).

c) Ein Antrieb für jemanden, der Gewalt anwendet, ist möglicherweise

- Angst vor Verletzung.
- Notwehr (subjektiv empfunden).
- Rache (als Vergeltung).

d) Jemand, der das verstanden hat und trotzdem mit Gewalt weitermacht,

- hat selbst Probleme.
- hat nicht den Mut, seine eigenen Probleme anzugehen.
- hat möglicherweise eine dissoziale Persönlichkeitsstörung.

Arbeitsblatt 23 – LÖSUNGEN

TRAUMA UND DIE FOLGEN

Hier wird deutlich, dass sowohl Miriam als auch Matias unter Trauma-Situationen leiden. Möglicherweise war für Miriam auch die Erfahrung der Trennung ihrer Eltern traumatisch, doch Miriam kann deutlich besser mit emotionalen Belastungen umgehen.

Miriam: „Auch vor dem Amoklauf sind mir schlimme Dinge passiert. Aber trotzdem war mein Leben schön. Weil es auch viel Gutes gab.“ (S. 174) – Das kann Matias sicherlich nicht von sich sagen.

Siehe hierzu Punkt 4.2 Traumafolgen und Resilienz in dieser Handreichung.

Arbeitsblatt 24 – LÖSUNGEN

DIE REALITÄT IST KEIN FILM

3. Was kannst du tun, wenn du bemerkst, dass jemand verstört ist, weil er/sie vielleicht etwas Schreckliches erlebt hat?

- Auf den anderen zugehen und ihn/sie ermutigen, darüber zu sprechen.
- Den anderen unterstützen und positiv bestärken. (Manchmal sieht man nur die Schwere der Probleme und hat das Gefühl, überhaupt nicht weiterzukommen; dann tut es gut, wenn jemand anders sagt, was man schon alles geschafft hat. Das gibt Selbstsicherheit und Kraft zum Weitermachen.)
- Den anderen ermutigen, sich an professionelle Helfer zu wenden.
- In ernstesten Fällen: unbedingt Hilfe holen!

Weitere Hilfe- und Beratungsseiten, auch für Lehrer und Lehrerinnen:

- „Nummer gegen Kummer“ Eltern-Telefon 0800 1110550
- „Schüler gegen Mobbing“ Hilfe für Eltern und Lehrer www.schueler-gegen-mobbing.de
- Online-Beratung der Bundeskonferenz für Familienberatung e.V. für Jugendliche und junge Erwachsene www.bke-sorgenchat.de
- Gewaltpräventionsprogramm „Faustlos“ www.faustlos.de
- „Trauerland“ Zentrum für trauernde Kinder und Jugendliche www.trauerland.org
- Hubert Jall (2002): Die Sicht der Sozialarbeit in Schulen. www.sgbviii.de/S121.html (mit weiteren Literaturhinweisen)

Christine Hagemann, Jahrgang 1957, studierte Theologie, Philosophie und Pädagogik, mit dem Schwerpunkt Pädagogische Psychologie, für das Lehramt in Münster. Heute arbeitet sie als Referentin in der Erwachsenenbildung.

© Verlag Friedrich Oetinger GmbH, Hamburg 2014

Alle Rechte vorbehalten

Materialien für den Unterricht

Erarbeitet von Christine Hagemann nach dem Buch *Es wird keine Helden geben*,

Text von Anna Seidl, Einbandgestaltung von Cornelia Niere

Gestaltung und Satz: FELSBERG Satz & Layout, Göttingen

www.oetinger.de

www.vgo-schule.de