



Danke an die 10 wundervollen Frauen für ihren Mut und ihre Offenheit, allen Beteiligten für ein großes Vergnügen beim Tun sowie der Choreografin Teresa Rotemberg für die Initialisierung über ihr inspirierendes Tanzstück!



THINK BIG

10 Frauen, 10 Geschichten
Ausstellung vom 21. Oktober bis 21. Dezember 2022
Stadttheater Bielefeld

DIE AUSSTELLUNGS- MACHERINNEN

Im Bild von links:

Silke Wedler, Fotografin

Claudia ›Jette‹ Schlutter, Grafikdesignerin

Sybille Hilgert, Journalistin

Kontakt: www.outtheframe.de

Portraitfoto: Kerstin Tölle

Covermotiv: Claudia Schlutter

Rückseitenmotiv: Sybille Hilgert

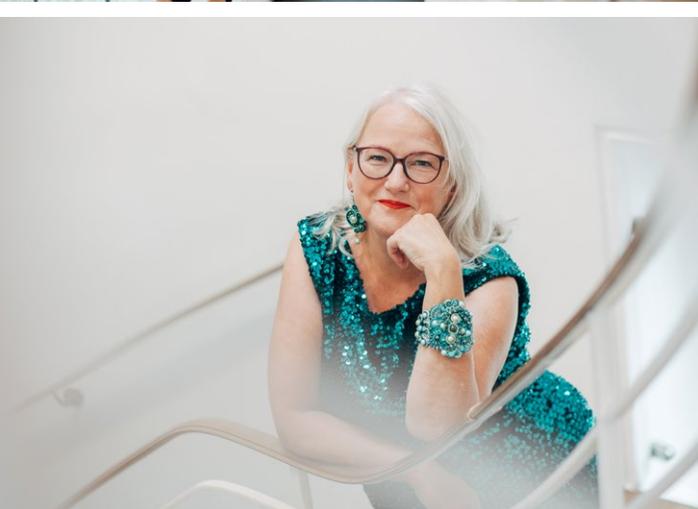


Die Frau und ihr Körper ist eine Geschichte voller Irrtümer. Einer der größten ist, dass nur sehr schlanke Frauen schön sind und sich zeigen sollten. Bei einem Community-Dance-Projekt am Theater Bielefeld haben 10 starke Frauen mit diesem Vorurteil gründlich aufgeräumt. Ohne Modelmaße, dafür von jung bis alt und mit vielen Geschichten und Lebenserfahrung im Gepäck, haben sie sich selbst und den Zuschauer*innen mit dem Stück KURVENREICH einen hinreißenden Tanzabend geschenkt.

Und wir? Dachten, so viel Schönheit braucht mehr Fläche! Die Geschichten der Teilnehmerinnen, die auf der Bühne nur angedeutet wurden, haben wir auf Basis von Interviews und in Form einer konzeptionellen Ausstellung weitererzählt. Sie handelt von schönen, starken Frauen zwischen Anfang dreißig und Mitte siebzig – neugierig, nahbar, glamourös.

Die szenisch anmutenden Fotografien lassen sich am besten vor Ort und im Großformat genießen. Die begleitenden, sehr persönlichen Texte der Frauen, für die es vielleicht etwas mehr Ruhe braucht, können hier nachgelesen werden.

© Copyright 2022 – Alle Texte und Bilder sind urheberrechtlich geschützt und dürfen, auch in Auszügen, nur nach vorheriger Abstimmung verwendet werden. Alle Rechte, einschließlich der Vervielfältigung, Veröffentlichung, Bearbeitung und Übersetzung, bleiben vorbehalten.



ANKE

»Ja, ich habe Probleme mit meinem Körper. Früher war ich sehr schlank, habe immer nur um die 50 Kilo gewogen und konnte essen, was ich wollte. Dann kamen die Kinder und dann über die Jahre immer mehr Kilos dazu. Und die werde ich jetzt nicht mehr los. So wirklich stehe ich da nicht drüber. Es gibt auch Tage, da finde ich mich toll. Ich bin jetzt 58, fühle mich aber nicht so. Ich bin nicht so alt, wie es in meinem Pass steht. Doch ich zweifle auch heute noch an mir, obwohl ich privat und beruflich sehr viel erreicht habe.

Wie ein SCHRITTMACHER funktioniert, wusste ich nicht. Wir haben alle Bewegungen selbst entwickelt. Dabei hat mich Teresa, die Choreografin, total mitgenommen. Ich hätte alles gemacht, was sie sagt. Auf der Bühne habe ich mich super gefühlt, elegant und geschmeidig. Ich habe auch mein Kostüm gefeiert, den Pelzmantel, meinen Hut. Damit fand ich mich sehr mondän. KURVENREICH hat so viel Positives bewegt in meinem Leben. Sechs Wochen regelmäßiges Training haben meinen Shape geändert und sich auf meine Haltung ausgewirkt. Das Projekt hat mich darin bestärkt, dass ich mich frei fühle und in Ordnung bin. Ich bin sehr stolz, mitgemacht zu haben. Und das Video kann ich später meinem Enkel zeigen, wenn er größer ist.«

ICH FÜHLE MICH FREI



ANNA

»Seit ich 30 bin, bin ich mit mir zufrieden. Vorher habe ich lange gekämpft: mit dem Leben, mit meiner Figur. Aber eher wegen der körperlichen Belastung und den Schmerzen, die damit einher gehen. Physische durch Knie- und Rückenschmerzen, psychische, weil es wenig Verständnis und Raum für dicke Menschen gibt. Es wird als Faulheit angesehen und nicht als Symptomatik einer Krankheit, die man behandeln sollte. Das Übergewicht kam bei mir mit der Pubertät. Die Probleme waren aber vorher schon da. Erst war ich die Ausländerin, dann die dicke Ausländerin. Am Migrationshintergrund kann ich wenig ändern, aber sehr wohl, wie ich mich selbst wahrnehme! Wenn man sich selbst schön findet, tun andere das auch. Wer entscheidet das denn sonst für einen, außer man selbst?

Tanzen war immer ein Teil meines Lebens. Wenn du mit der Musik verschmilzt, Herzschlag und Beat eins werden, fühlt sich das großartig an. Der SCHRITTMACHER hat so viel Spaß gemacht! Überrascht hat mich, dass diese liebevollen und fürsorglichen Frauen, mit denen ich tanzen durfte, auch später im Leben teilweise noch so unsicher wegen ihres Körpers sind. Umso großartiger fand ich es, diesen schönen Frauen im Verlauf des Projekts beim Wachsen zuzusehen. Denn Schönheit braucht Fläche.«

**WENN MAN SICH SELBST SCHÖN FINDET,
TUN ANDERE DAS AUCH**



BETTINA

»In meiner Familie, in der alle spindeldürr waren, hatte ich den Spitznamen »Dicke«, der von meinen Schwestern benutzt wurde, bis ich Mitte 20 war. In meinem Elternhaus wurde ich oft ignoriert (Eltern) oder gedisst (Schwestern). Andererseits war ich auch immer die Hübsche. In der Grundschule fanden mich alle toll. Die zwei extremen Seiten haben bei mir sicherlich zu ambivalenten Gefühlen und Verhaltensweisen geführt. Ich bin extrovertiert und selbstbewusst, kann aber ganz schnell »einknicken«. Diese Ambivalenz habe ich auch bezüglich meines Aussehens.

Ich habe mich immer dick gefühlt. Dieses Gefühl wurde in Therapien nicht ernstgenommen. Anscheinend war ich für andere nicht wirklich dick oder nicht dick genug. Das war bei KURVENREICH anders. Das Gefühl war da, wurde anerkannt und gesehen. Und das war gut und hilfreich. Ich habe mich befreit und in meinem Körper sehr wohl gefühlt. Ich habe meinen Bauch immer abgelehnt. Während des Projektes fand ich ihn richtig super, weil er gewertschätzt wurde. Und wenn ich richtig überlege, finde ich meinen Bauch gar nicht mehr so schlimm. Ich habe ihn sogar ein bisschen liebgewonnen. Diese Erfahrung bleibt. Und vielleicht haben wir ein kleines Zeichen gesetzt gegen die vermeintlichen Schönheitsnormen.«

EIN ZEICHEN GEGEN VERMEINTLICHE SCHÖNHEITSNORMEN



CHRISTINE

»Ich war immer schon etwas kurviger, hatte aber überhaupt keine Probleme mit meinem Körper. Diese positive Einstellung liegt sicherlich an meinem liebevollen Elternhaus. Wegen meiner Figur habe ich keine schlechten Erfahrungen gemacht. Mein Mann fand mich immer schön, auch als ich nach den Wechseljahren noch kurviger geworden bin. Ganz unberührt hat mich das Thema ›Idealfigur‹ allerdings auch nicht gelassen und ich wollte eine Zeitlang dünner sein. Und ja – da ist jetzt das Alter mit faltiger, schlaffer Haut. Aber das bin nun mal ich.

Ich war mit 74 Jahren in der Gruppe mit Abstand die Ältteste. Das hat man mich aber niemals spüren lassen. Alle haben sich umeinander bemüht. Im Projekt habe ich verstanden, was Menschen umtreibt, die keine Idealmaße haben. Das war eine weitere Motivation für mich, in meinem Alter auf die Bühne zu gehen. Durch das regelmäßige Tanzen habe ich eine andere Haltung, ein anderes Körpergefühl bekommen. Der Gang ist aufrechter, die Kondition verbessert sich, die Bewegungen sind weicher geworden. Dieses andere Körpergefühl und eine große Zugewandtheit habe ich in meinen Alltag mitgenommen.«

EIN ANDERES KÖRPERGEFÜHL UND EINE GROSSE ZUGEWANDTHEIT



ELKE

»Mein Vater war sehr dominant. Er hatte ständig etwas auszusetzen an meiner Mutter und uns Kindern. Ein Beispiel: Als in den 70er Jahren das Fernsehballt auftrat, fragte er, ob ich nicht Lust hätte, dort mitzutanzten. Als ich das bejahte, meinte er: ›Mit deinen Beinen auf keinen Fall!‹ Meine Figur, meine Haare, nichts fand seine Anerkennung! Essen war mein Trost, ich hatte auch kein Sättigungsgefühl. Meine Mutter hat sich nicht gegen meinen Vater gewehrt. Ich habe mich angepasst, schon als Kind zurückgenommen und das mein Leben lang durchgezogen, damit die Familie funktionierte. Ich war eingesperrt, steckte in einem Korsett.

Das Tanzen beim SCHRITTMACHER hat etwas in mir ausgelöst. Wie dort getanzt wurde, war völlig neu für mich. Auf keinen Fall wollte ich bei der Aufführung mitmachen, aus Angst, mich lächerlich zu machen. Nach drei Wochen Training ist der Knoten geplatzt. Wir sollten ›Wut‹ darstellen. Doch ich war so gefangen in mir, dass ich das nicht zulassen konnte. Teresa, unsere Choreografin hat es dann aus mir rausgelockt, die ganze Wut, die seit meiner Kindheit in mir war. Das war der Durchbruch! Tage später habe ich mich getraut, meine komplette Familie und alle Freunde zum Auftritt einzuladen. Ich habe mich gefühlt wie ein Star und nur positive Reaktionen bekommen. Applaus ist etwas Tolles! Und ich lerne langsam, mich nicht mehr klein zu machen.«

APPLAUS IST ETWAS TOLLES



EVA

»Richtig problematisch finde ich meinen Körper nicht. Ich bin jetzt Ende Fünfzig, da muss man nicht mehr so dünn sein. Ich war ein schlankes Kind, wurde erst später dicker. Ich habe gejobbt, hatte Kinder und den Haushalt. Allein zu Hause habe ich viel Süßes gegessen. Als Trost und zur Ablenkung. Wenn ich mich nicht sehe, fühle ich mich gut. Wenn ich mich sehe – auf Fotos oder im Spiegel – denke ich, es könnte schon etwas weniger sein. Komischerweise denkt man ja immer, man sieht aus wie früher. Der Kopf ist auf einem anderen Stand als der Körper. Aber ich versuche am Ball zu bleiben, mache Gymnastik, gehe Schwimmen.

Im Theater und Tanzsaal musste ich mich erst zurechtfinden. Ich habe mich auch gefragt, ob ich überhaupt mit auf die Bühne will. Aber als dann die Kostüme feststanden, da musste man einfach mitmachen. Und überhaupt: Was alles getan wurde! Ich fand es großartig, dass man mit einer Gruppe von Laien so eine professionelle Aufführung auf die Bühne bringen kann. Der SCHRITTMACHER hat mir eine neue Dimension eröffnet: Ich möchte mich weniger mit meiner Vergangenheit beschäftigen, mehr an die Zukunft denken und in der Gegenwart sein. Ich habe auch an einem Workshop zum neuen Tanzstück teilgenommen. Das hätte ich vor dem Projekt nicht gemacht.«

EINE NEUE DIMENSION HAT SICH ERÖFFNET



LILLO

»Ich war immer kräftig. Im Rückblick würde ich das als normal bezeichnen, nicht als dick. Ich habe das nicht so gesehen. Ich war nie gut Freund mit meinem Körper, habe mich nicht getraut, kurze Röcke oder ärmellose Oberteile zu tragen. Letzteres auch, weil ich eine Brandnarbe am Arm habe. Ich finde meinen Hintern zu breit, meine Oberschenkel zu dick, hasse meinen Bauch. Schlimm, dass man immer so viel an sich rumkritisiert. Eigentlich sollte ich froh sein, dass ich noch so gesund bin. Aber ich habe immer das Gefühl gehabt, das ich nicht genug bin. Dementsprechend habe ich viel gearbeitet. Ich bin sehr, sehr gerne Lehrerin gewesen. Das war mein Ding. Aber ich hatte immer das Gefühl, dass ich mich unheimlich anstrengen muss.

Ich kenne diese Projekte von Anfang an, habe früher mit Schulklassen daran teilgenommen. Das Thema KURVENREICH hat mich emotional sofort angesprochen. Während des Projektes war ich fitter, hatte ein besseres Körpergefühl, meine Balance wurde besser. Und ich habe mich wirklich schöner gefühlt. Nach dem Projekt gehe ich aufrechter – auch im übertragenen Sinne. Ich überlege mir viel mehr, wo ich stehe. Und ich glaube, ich kann mich besser leiden und bin nicht mehr so kritisch mit mir. Die Gruppe war ein Geschenk, auch Teresa, Kerstin und Gianni.«

DER SCHRITTMACHER WAR EIN GESCHENK



ROSWITHA

»Ich war ein kräftiges Kind und bin im Laufe der Zeit immer dicker geworden. In der Schule wurde ich diskriminiert und gehänselt. Das was so schlimm, dass ich mich an die Schule gar nicht erinnern kann. Die dummen Sprüche sind das eine. Das andere sind Missbrauchserfahrungen, die ich gemacht habe. Dabei hatte ich immer das Gefühl, dass ich Schuld habe. Das hat mir auch meine Mutter vermittelt. Essen war mein Trost. Ich habe alles mit Essen runtergeschluckt. Letztendlich habe ich durch mein Gewicht einen Schutzpanzer geschaffen. Seit ich wegen Corona viel abgenommen habe, hängen große Spiegel bei mir zu Hause. Die hatte ich vorher nie. Jetzt genieße ich mein Spiegelbild und finde mich schön. Das ist auch durch KURVENREICH sehr gefördert worden.

Ich dachte, dass mir das Projekt eine Chance bietet, meinen Körper kennenzulernen. Dass ich erkenne, wie schön er ist. Das ist gelungen, ich fühle mich wohler, stimmiger mit mir. Ich habe gelernt, mich größer zu machen. Und genieße das. Zu dem Gefühl hat unsere Choreografin Teresa jede Menge beigetragen. Ich will mich nicht mehr verstecken. Nicht nur auf der Bühne. Auch meine Geschichte will ich nicht mehr verstecken. Der sexuelle Missbrauch in meiner Kindheit und Jugend ist kein Tabuthema mehr. Ich ergreife auch in der Öffentlichkeit das Wort.«

ICH WILL MICH NICHT MEHR VERSTECKEN



SABINE

»Ich kam sehr früh, mit 10 Jahren, in die Pubertät und kriegte Kurven wie Marilyn Monroe. Mit der körperlichen Entwicklung kamen Kopf und Psyche nicht mit, ich hatte lange kein gutes Verhältnis zu meinem Körper. Mit 18 habe ich orientalischen Tanz für mich entdeckt. Eine absolut positive Körpererfahrung. Das Verhältnis zu meinem Körper wurde viel besser. Jugendlicher Ehrgeiz und ein unphysiologischer Unterricht haben dann jedoch meine Knie ruiniert, ich konnte lange nicht tanzen. Dazu kam eine Schilddrüsenerkrankung. So wurde aus leichtem Übergewicht viel mehr. Mit Mitte 30 habe ich wieder mit dem orientalischen Tanz begonnen und seitdem fühle ich mich mit mir selbst wieder wohl. Ich kann sagen: Tanzen ist für mich alternativlos.

Das Thema ›Frau und Körper‹ beschäftigt mich sowieso – das Thema KURVENREICH war also perfekt für mich. Ich war ein bisschen schockiert zu hören, dass so selten füllige Frauen beim SCHRITTMACHER dabei sind. Und wenn, dann wollen sie oft nicht neben dünnen Teilnehmerinnen stehen. Ich würde sofort ein neues Projekt mitmachen, auch wenn die anderen schlank sind. Ich hatte Lampenfieber vor dem Auftritt, aber dank Tanzerfahrung keine Probleme, mich auf die Bühne zu stellen. Stell mich irgendwohin, stell Musik an und ich tanze.«

**TANZEN IST
ALTERNATIVLOS**



SONJA

»Meine Schwangerschaft und der ungeplante Kaiserschnitt haben mich beschäftigt, ich habe sehr an meinem Körper gezweifelt. Er sieht ganz anders aus als vorher und hat auch nicht so selbstverständlich funktioniert, wie ich angenommen hatte. Doch es gibt auch einiges, was ich an ihm schätze. Ich finde ihn wohlproportioniert, mag mein Dekolleté und mein Gesicht und schaue gerne in den Spiegel. Diese kleinen feinen Fältchen, die vielleicht nur ich sehe, diese freundlichen Lachfältchen mag ich doch sehr. Meine Tochter soll wissen, dass sie toll und in Ordnung ist, so wie sie ist. Ich möchte ihr ein gutes Vorbild sein und dafür war der SCHRITTMACHER genau der richtige erste Schritt.

Das Thema ›Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper‹ hat mich sofort angesprochen. Und tatsächlich konnte ich durch mein Solo im Stück die dramatische Erfahrung der Geburt aufarbeiten. Dass ich so offen damit umgehen konnte lag daran, dass ich mich die ganze Zeit wohlfühlt habe. Dazu hat auch der fürsorgliche, wertschätzende Umgang der Frauen untereinander beigetragen. Meine Einstellung zu mir hat sich positiv geändert. Ich bin innerlich und äußerlich ein bisschen größer geworden. Aber vor allem habe ich einen Zugang zu mir gefunden.«

INNERLICH UND ÄUSSERLICH GEWACHSEN