

## BEATE GÖBEL

Moorgrund-Möhra/Thüringen,  
Schauspielerin und Regisseurin  
beate.goebel@chello.at

# ABSICHTSLOS GUCKEN

Lobgesänge auf die Muße



ÜBER LEBENSKUNST.SCHULE

SCHULPROJEKTE / ABSICHTSLOS GUCKEN

### IDEE

*Absichtslos Gucken* bot Übungssets an, in denen das unmittelbare Erleben des Augenblicks in Bezug auf Gedanken, Gefühle, Körperempfindungen und Sinneseindrücke erfahrbar wurde. Der persönliche und öffentliche Umgang mit Zeit wurde untersucht, diskutiert und mittels Theaterperformance, Musik und Architektur dargestellt. Grundlage aller Erarbeitung war ein regelmäßig angebotenes Achtsamkeitstraining.

*„Mir ist aufgefallen, dass man schneller satt wird, wenn man langsamer isst.“*

[Aussage einer Schülerin, die am Achtsamkeitstraining teilnahm]

### STECKBRIEF

**Schule:** Elisabeth-Gymnasium Eisenach

**Kooperationspartner:** Dharmazentrum Möhra, Stadt Eisenach, Theater am Markt Eisenach

**TeilnehmerInnen:** 31 SchülerInnen der Klassen 10, 11 und 12

**Dauer:** August 2011 bis März 2012

**Arbeitsform:** 2 Schulstunden pro Woche, Fachbereich Darstellendes Spiel

### PERSON

Die Schauspielerin und Regisseurin Beate Göbel studierte am Landestheater Innsbruck, Bauhaus Dessau und in Kooperationen mit der Avantgarde Theatercompagnie Mabou Mines aus New York. Neben regelmäßiger Bühnen- und Regietätigkeit für Theater und Oper in Österreich und Deutschland entwickelt Beate Göbel Theaterprojekte und -konzepte für und mit Menschen unterschiedlicher sozialer Herkunft.

### CREDITS

#### Dank an:

Christoph Gottwald, Konstanze Linß, Evelin Lorenz, Yeshe Sangmo, Peter Sauerbier, Susanne Schatz und Peter Schäfer.