



ZDF Presse

Mit dem Zweiten sieht man besser



Einmal Leben bitte

Herz kino

So 6. Oktober 2013 | 20:15 Uhr

Herzkino

Einmal Leben bitte

Melodram

Sonntag, 6. Oktober 2013, 20. 15 Uhr

Inhalt

- 2 "Der Käfig ist offen"**
von Redakteurin Verena von Heereman
 - 4 Stab, Besetzung**
 - 5 Inhalt**
 - 6 "Umdenken!"**
von Produzentin Rita Serra-Roll
 - 6 "Das eigene Leben wieder finden"**
von Regisseurin Franziska Meletzky
 - 7 "Nicht einfach so weiter machen"**
Interview mit Anja Kling
 - 9 "Krankheitsbild ohne Gesicht"**
Interview mit Filip Peeters
 - 10 Pressekontakt, Bildhinweis, Impressum**
-

"Der Käfig ist offen"

Der Sendeplatz am Sonntagabend um 20.15 Uhr ist im Aufbruch. Das Herzkino hat sich mittlerweile etabliert, ist zum Leben erwacht, um davon zu erzählen – im besten Sinne und mit all seinen Facetten. Mit "Einmal Leben bitte" ist zudem ein Paradoxon gelungen: Ein energiegeladener, temporeicher Film über Energielosigkeit und lähmende Erschöpfung. Das Herzkino greift hier das gesellschaftliche Phänomen Burnout auf und erzählt es als individuelle Schicksalsgeschichte mit prominenter Besetzung und hochkarätiger Regie. Anja Kling spielt auf großartige und eindringliche Weise eine sinnliche, lebensbejahende Frau, die ihre mitreißende Lebenslust durch Überforderung verliert. Gleichzeitig ignoriert sie alle Warnsignale ihres Körpers, den besorgten Protest ihres Ehemanns (berückend handfest und warmherzig: Filip Peeters), um weiter ihren Ansprüchen gerecht zu werden – und denen anderer. Vor allem den Anforderungen ihrer Mutter, die von Christine Schorn mit schmerzender Härte und Hilflosigkeit dargestellt wird.

Drehbuch-Autorin Dominique Lorenz lieferte mit feinem Humor und vergnüglichem Gespür für das Tragikomische eine packende, pralle Ehe- und Familiengeschichte, die den Flächenbrand des Burnouts plastisch darstellt. Ausgerechnet Maria, die als erfolgreiche Sterneköchin mit all ihren Sinnen lebt und arbeitet, schwinden die Sinne. Sie kann ihnen nicht mehr trauen, traut schließlich sich selbst nichts mehr zu. Am Tiefpunkt der Ermattung gestrandet, ist sie als Ehefrau und Mutter für ihre liebsten Menschen unerreichbar geworden. Erst in der Klinik vermag sie zu erkennen, dass von dem vielen Richtigen, Zwingenden, scheinbar Unverzichtbaren, womit sie ihre Zeit im Dauer-Ausnahmestand füllte, irgendetwas zu viel war. In einer knapp und witzig-berührend skizzierten Therapiestrecke schält sich für Maria die einfache und unendlich schwere Erkenntnis heraus, dass sie, die Getriebene, die Eigenmacht hat, damit aufhören zu können. Aber wer oder was wäre sie ohne all die Verantwortlichkeiten, Aufgaben, Verpflichtungen und Zwänge?

Franziska Meletzky gelingt es durch ihre Inszenierung, dem bleiernen Thema eine Leichtigkeit des Erzählens entgegen zu setzen. Sie etabliert einen Sog von Momenten der Verlangsamung, des Stillstands, der Beschleunigung, der in seiner Gesamtheit einem wahrhaften Lebensrhythmus nachempfunden ist, emotionale Gezeiten spürbar macht. Die visuelle Sprache, die raffinierten Tempi-Wechsel spiegeln auf besondere Weise die Thematik des Films wider und stellen eine intensive Nähe zu den Figuren her. Als Maria ihrer pubertierenden Tochter zu erklären versucht, dass im Leben manchmal eben keine Zeit zum Innehalten und Luftholen sei, ist es der kindliche Einwand Josis, der ihr wiederum den Atem nimmt: "Wenn das Leben so ist, dann habe ich keine Lust darauf."

Die Filmmusik George Kochbecks spannt den dynamischen Bogen von lebensfrohen leitmotivischen Country-Songs bis zu minimalistisch gesetzten Klaviertönen, die die Augenblicke einer seelischen Bestandsaufnahme auf den Punkt bringen. Die Konzentration auf das Einzelne, auf das jeweilige Hier und Jetzt, das selbst Gewählte und das als wesentlich Erkannte lässt in Maria die Kraft zu einem befreienden Wunsch wachsen: "Einmal Leben bitte". Mit diesem Film der Produzentin Rita Serra-Roll wird die ernste Problematik angemessen vermittelt und der Zuschauer trotzdem nicht unvergnügt zusammen mit der Protagonistin zu der Erkenntnis geführt: "Der Käfig ist offen."

*Verena von Heereman
HR Fernsehfilm / Serie II*

Sonntag, 6. Oktober 2013, 20.15 Uhr

Herzokino

Einmal Leben bitte

Melodram

Buch:	Dominique Lorenz
Regie:	Franziska Meletzky
Kamera:	Hannes Hubach
Musik:	George Kochbeck
Music Supervision:	Hansjörg Kohli
Schnitt:	Philipp Stahl
Szenenbild:	Wolfgang Baark
Kostüm:	Ulla Gothe
Maske:	Janet Selcuk Katja Melches Martina Müller
Aufnahmeleitung:	Stefan Wesenberg Ron Schuster
Produktionsleitung:	Michael Bauernfeind
Herstellungsleitung:	Angela Gillner
Producer:	Anja Föringer
Produzentin:	Rita Serra-Roll
Redaktion:	Verena von Heereman
Länge:	ca. 90 Minuten

Eine ZDF-Auftragsproduktion von Zieglerfilm München

Die Rollen und ihre Darsteller:

Maria Bonnet	Anja Kling
Christophe Bonnet	Filip Peeters
Josi Bonnet	Merle Juschka
Therese Weidner	Christine Schorn
Bille	Nadja Bobyleva
Dr. Brunner	Peter Prager
Pfleger Till	Christian Nätke
Tom Poscher	Felix Vörtler
Jelena	Marie Löcker
Zang	Fang Yu
Fußballer Raffaello	Eugene Joel Boateng
Susi	Franziska Herrmann
Sänger Dino	Florian Prokop
Ärztin	Antje Schmidt
Therapeutin	Dominique Lorenz
Herr Scharf	David Baalcke
Taxifahrer	Andreas Brandt
u.a.	

Inhalt:

Sternköchin Maria Bonnet jongliert mit den Zutaten ihres Lebens: Sie möchte ihrer Tochter Josi gerecht werden, Zeit mit ihrem Mann Christophe verbringen, den Haushalt hinbekommen, auf höchstem Niveau für ihr Restaurant kochen und das charmante Hotel mit ihrer Mutter Therese am Laufen halten. Maria schafft das – ohne Atempause - mit Geschick und Humor, merkt aber nicht, dass sie allmählich die Balance verliert, ihr der Blick für das Wesentliche abhanden kommt.

Nach einer feuerpolizeilichen Begehung stellt sich heraus, dass das Hotel grundlegend renoviert werden muss. Entgegen Christophes dringendem Rat, das Familienhotel endlich zu verkaufen, entscheidet sich Maria für das Angebot, eine lukrative Fernsehkochshow zu moderieren, um den Umbau zu finanzieren. Marias Mutter Therese ist überglücklich. Aber durch den noch größeren Druck, der auf Maria lastet, haben Christophe und Josi endgültig das Gefühl, dass Maria nicht mehr Teil der Familie ist und ziehen sich zurück. Maria selbst spürt, dass das alles zu viel für sie ist, versucht die Anzeichen hierfür aber zu ignorieren und verheimlicht, dass ihr Körper seit Monaten immer wieder streikt. Bis sie nach der zweiten, erfolgreichen Show zusammenbricht.

Ein Hörsturz wird diagnostiziert. Sie ist am Rande eines Burnouts. Christophe überzeugt Maria, für eine Woche in eine Klinik zu gehen. Maria erwartet dort "Wellness", wird aber mit ganz anderen Methoden konfrontiert: Handyverbot, Gesprächstherapie, meditatives Gehen. Auf all das will Maria sich nicht einlassen und flüchtet nach kurzer Zeit aus der Klinik.

Zuhause, wo sich Maria trotz heftiger Schwindelanfälle und Magenschmerzen wieder in die Arbeit stürzt, spitzt sich der Konflikt mit Christophe zu. Er ist nicht mehr bereit Marias Tour de Force zu akzeptieren. Entweder sie lässt sich behandeln, oder... Oder? Christophe will so nicht mehr mit Maria weiterleben. Doch Maria fühlt sich verpflichtet, das Hotel für ihre Mutter Therese zu retten und macht verbissen weiter. Auch ohne Christophes Unterstützung.

Ein Totalzusammenbruch verdeutlicht Maria, dass sie die Grenze ihrer Belastbarkeit schon längst überschritten hat. Sie gibt auf und geht diesmal freiwillig in die Klinik, wo sie sich mit sich selbst, ihren Ängsten und Zwängen auseinandersetzen muss. Warum hat sie gedacht, so viel leisten zu müssen? Wie will sie in Zukunft leben? Während Maria sich mit Bille, einer jungen Krankenschwester und Leidensgenossin, anfreundet und umzudenken beginnt, fängt Christophe zuhause eine Affäre mit Marias Küchenhilfe Jelena an.

Wird Marias Leben noch da sein, wenn sie zurück kommt? Und wie soll dieses Leben in Zukunft aussehen? Zwischen Festhalten und Loslassen findet Maria schließlich einen für sie lebberen Weg.

Umdenken!

Das Thema Burn-Out wird immer mehr an Brisanz gewinnen. Wenngleich der Begriff oftmals etwas überstrapaziert wird, so ist es doch höchste Zeit, das Thema fiktional aufzubereiten und zu veranschaulichen. Der Spagat zwischen den beruflich-finanziellen Zwängen einerseits und den privat-familiären Bedürfnissen andererseits scheint oftmals nicht realisierbar. Doch ein von vermeintlichen Geldsorgen, Hetze, Multitasking, Perfektionismus geprägtes Leben, in dem die innersten Bedürfnisse des Menschen nicht respektiert werden, führt unweigerlich zum "Seeleninfarkt". Wir wollen mit dem Film einladen umzudenken, den gefährvollen Umgang mit der Zeit und dem Alltag zu überdenken und so zu einer gesünderen "Work-Life-Balance" zu gelangen. Daher würden wir uns freuen, sollte es uns gelungen sein, durch unsere Hauptfigur Maria auf die Symptome frühzeitig hinzuweisen und, gemeinsam mit ihr, Wege aus der Burn-Out-Falle aufzuzeigen.

*Rita Serra-Roll
Produzentin*

"Das eigene Leben wieder finden"

Das Glück selber in die Hand nehmen. Sich Dinge vornehmen. Diese zum Erfolg führen, privat wie beruflich. Das Private ist das Wichtigste und das Berufliche ist schwieriger. Der berufliche Erfolg stellt neue Herausforderungen und bringt auch Rückschläge. Man möchte das ausbauen, man ist auch Verpflichtungen eingegangen, es häufen sich Termine und die Erledigung der Aufgaben wird immer zeitintensiver.

Das Private wird kurz zurück gestellt. Aus einem Monat werden viele. Erschöpfung setzt ein, man stellt nun auch sich selber zurück und arbeitet immer verbissener, bis nichts mehr übrig ist, auch nichts vom Privaten.

Das Glück, das man selber in die Hand nahm, ist außer Kontrolle geraten und man hat keine Kraft mehr, es zu sehen oder zu suchen. Aber ich glaube fest daran, dass man es wiederfinden kann, wenn man den Mut hat, weniger zu wollen. Und das Wenige aber richtig und konzentriert angeht.

Vielleicht findet man dann das eigene Leben wieder. Und auch das Glück. Der Film ist ein Versuch, von dieser Glücksuche zu erzählen. Komisch und tragisch ist Marias Weg, voller Überforderungen, Rettungsversuche, Zusammenbrüche bis hin zum Loslassen, gar nicht denken, neu denken und wieder los legen.

Das Interessante ist für mich, dass es der erste Film ist, der nicht durch Plotpoints entschieden wird im klassischen Sinne, sondern durch emotionale Zustände, die jeweils den nächsten Erzählschritt motivieren. Das Aufregende dabei war, jeden dieser Schritte und Zustände mit Anja Kling zum Leben zu erwecken und dabei viel zu verstehen über die Relativität des Glücks.

*Franziska Meletzky
Regisseurin*

"Nicht einfach so weiter machen"

Interview mit Anja Kling

In Ihrem neuen Film "Einmal Leben bitte" spielen Sie die Sterneköchin Maria, die allmählich die Balance verliert. Das marode Hotel, ihr Restaurant, die Mutter, die Tochter mit ihren Problemen und Sehnsüchten und ihr Mann, der sich nach einem Mehr an Beziehung sehnt - all das fordert sie gleichermaßen und praktisch gleichzeitig. Wie sah die Vorbereitung auf diese facettenreiche Rolle aus?

Zunächst einmal kenne ich auch selbst das Gefühl der totalen Überforderung. Zwar hatte ich Gott sei Dank noch nie ein wirkliches Burnoutsyndrom, aber eine beinahe schmerzhaft Erschöpfung ist mir bekannt. Mein Beruf, meine Kinder, die Familie – wenn man überall perfekt sein will, geht man manchmal auch über Grenzen. Über das, was Maria im Film passiert, habe ich mich allerdings auch im Internet belesen und mich mit unserer Autorin und der Regisseurin besprochen.

Das Drehbuch zum Film schrieb Dominique Lorenz, Rita Serra-Roll ist die Produzentin, Verena von Heereman hat die Redaktion im ZDF und die Regie übernahm Franziska Meletzky. Ist "Einmal Leben bitte" ein Film von und für Frauen?

Es waren tatsächlich viele Frauen am Werk. Aber das Thema selbst ist für mich kein frauenspezifisches. Ich denke, es betrifft Männer gleichermaßen.

Gelingt es Ihnen als vielbeschäftigter Künstlerin, die eigenen Grenzen nicht zu überschreiten und trotzdem für alle da zu sein? Und können Sie Stress im Beruf und Familienleben trennen?

Es gelingt mir auch nicht immer. Aber seit ich Kinder habe, gibt es das typische "in ein schwarzes Loch fallen" nach einem Dreh für mich nicht mehr. Wenn ich nach Hause komme, bin ich als Mutter sofort gefordert und damit auch komplett geerdet. Meine Familie, meine Kinder sind meine Kraft- und Energiequelle, auch wenn es manchmal anstrengend ist.

Ich glaube, man muss auch sehr bewusst Pausen einlegen, was für sich tun. Sport treiben, Musik hören, Kochen. Das sind Dinge, die mich wieder runter kommen lassen. Man muss tun, was einem Spaß macht, computer- und handyfreie Zeiten einlegen, Verantwortung abgeben und delegieren, Dinge auch mal liegen lassen. Das versuche ich zumindest, wenn ich Stress abbauen muss.

Warum leiden so viele Menschen unter einem Burnout-Syndrom?

Ich verstehe die Generation meiner Eltern, die sagt: "Meine Güte, so was hatten wir früher nicht, dabei haben wir auch gearbeitet und gleichzeitig Kinder erzogen" und so weiter. Der Begriff "Burnout" ist tatsächlich ein wenig überstrapaziert und wird meiner Meinung nach zu schnell benutzt, wenn das Wort "Erschöpfung" ausreichend wäre. Allerdings ist das wirkliche Burnout-Syndrom nicht zu unterschätzen und oft mit körperlichen, organischen Beeinträchtigungen verbunden, Hörsturz, Tinnitus und so weiter. In unserer heutigen digitalen Welt sind wir alle einfach schnell überstrapaziert. Das Handy ist immer dabei, Mails werden quasi zwischen Kindergarten und Einkauf gecheckt, und erreichbar ist man dadurch sowieso immer. Das ermüdet und

die Nerven leiden. Für mich ist ein erholsamer Urlaub einer ohne Computer und ohne Handy.

Was meinen Sie: Wie findet man in so einer Situation die Kraft, zurück ins Leben zu gehen?

Der erste wichtige Schritt in diese Richtung ist, vor sich selbst einzugestehen, dass man Hilfe braucht und diese dann auch anzunehmen. Hat man dann auch noch ein verständnisvolles Umfeld, stehen die Chancen gut, sich vollkommenen zu erholen. Natürlich muss man Einiges im Leben ändern und darf nicht einfach so weitermachen wie vor dem Burnout.

Maria repariert, im schicken Kleid und mit der Rohrzange bewaffnet, den defekten Abfluss im Badezimmer, ganz nach dem Motto: "Selbst ist die Frau". Sind Sie das auch?

Ja sicher! Das Wasser muss ja wieder laufen! (Lacht).

Sie spielen eine Sterneköchin – wie steht es mit Ihren eigenen Kochkünsten?

Von einer Sterneköchin bin ich sicher weit entfernt. Aber ich koche gerne und man sagt mir auch gut. Mir jedenfalls schmeckt es immer bei mir.

"Krankheitsbild ohne Gesicht"

Interview mit Filip Peeters

Herr Peeters, was hat Sie an der Rolle von Christophe in dem Herzkino-Film "Einmal Leben bitte" gereizt?

Ich bin gelernter Koch und da gefiel mir sofort, dass die Geschichte mit einem Hotel und einer Köchin zu tun hat. Christophe baut Boote, ist ein Genießer, ein Lebenskünstler, ein Mann mit eigenen Zielen und eigenen Vorstellungen, der nicht nur um das Resultat kämpft. Das hat mir gut gefallen. Und dann natürlich die Schauspieler, das Wechselspiel mit Anja Kling, die kluge Regie von Franziska Meletzky, das ganze Team.

Warum versteht Christophe nicht, was mit seiner Frau los ist: Wie könnte er ihr helfen?

Ich denke, Christophe versteht schon, was mit seiner Frau passiert. Er sieht, dass sie sich immer mehr aufbürdet. Er versucht sie ja auch zu bewegen, eine Therapie zu machen.

Können Sie sein Verhalten nachvollziehen?

Die beiden sind schon viele Jahre zusammen, aber sie laufen nicht mehr auf der gleichen Schiene. Nebeneinander ja, aber nicht mehr zusammen. Die Leidenschaft,

die sie zusammenbrachte – sie ist ja Köchin, er Bootsbauer – hat sich mit der Zeit verlaufen. Vielleicht kann er deshalb auch nicht mehr.

"Einmal Leben bitte" ist eine Herzkino-Produktion: Wird der Film dem Thema Burnout gerecht oder ist das Ihrer Ansicht nach eher Unterhaltung?

Ich denke, das Thema Burnout wird in "Einmal Leben bitte" gut behandelt. Burnout bzw. Depressionen symbolisieren ein Krankheitsbild, das kein Gesicht hat. Bei Krebs weiß jeder, dass das schlimm ist. Bei Burnout denkt nicht jeder gleich an eine schlimme Krankheit. Früher wurden Depressionen eher abgetan mit Aussprüchen wie "Stell dich nicht so an, Rücken gerade, weitermachen". Es muss ja nicht immer das große Drama sein: Aber der Film zeigt, was passiert, wenn man Überforderungen nicht ernst nimmt. Und zeigt, dass Maria, die unter viel Stress leidet, sich ja nach und nach ihrer Krankheit auch stellt.

Haben Sie auch schon mit Burnout zu tun gehabt?

Ich habe noch immer gute Kontakte in die Welt der Gastronomie. Ein sehr guter Bekannter von mir, ein Drei-Sterne-Koch mit vielen Auszeichnungen, hat genau das Gleiche erlitten: Überforderungen, Depression, Zusammenbruch. Er musste noch mal von vorne anfangen. Das ist auch ein Grund, warum ich mich sofort mit dem Film und der Story anfreunden konnte.

Apropos: Anspruch? Christophes Frau ist eine Starköchin mit einer eigenen Kochshow. Was halten Sie von diesem TV-Genre?

Ich mag Kochshows sehr gerne. Allerdings kommt es auf das Niveau an. Ich selbst würde immer frisch und saisonbedingt kochen. Und das interessiert mich eigentlich am meisten: Was wird gekocht und wie, mit welchen Zutaten - und dass da Leidenschaft rüberkommt. Leider bieten viele TV-Kochshows das gar nicht.

Die Interviews führte Petra-Grete Schmidt.

Kontakt ZDF-Pressestelle

Sabine Dreher

Telefon: (030) 2099-1098

E-Mail: dreher.s@zdf.de

Fotos über ZDF-Pressestelle

Telefon: (06131) 70-16100 oder über

<http://bilderdienst.zdf.de/presse/einmallebenbitte>

**ZDF Hauptabteilung Kommunikation
Pressestelle**

Foto: ZDF/ Volker Roloff

Verantwortlich: Alexander Stock

E-Mail: presse@zdf.de

© 2013 ZDF