



Theaterpädagogisches Material

Co- Starring

Eine Produktion des Jungen Schauspielhauses Bochum



Empfohlen ab 12 Jahren

Premiere 3. Dezember 2015, Theater Unten

Stückdauer 60 Minuten, keine Pause

Verehrtes Publikum, liebe Zuschauerinnen und Zuschauer, liebe Pädagoginnen und Pädagogen!

Wir freuen uns sehr, Ihnen das Stück „Co-Starring“ für Jugendliche ab 12 Jahren in der Regie von Martina van Boxen vorstellen zu dürfen. Der Protagonist Co wacht auf und alles ist anders. Sein Körper scheint ihm nicht mehr zu gehören, denn die Pubertät ist wie ein Sturm über ihn herein gebrochen und er erlebt an einem Tag alles, wofür andere Jahre brauchen...

Das Stück des niederländischen Dramatikers Theo Franz bietet einen gleichermaßen direkten wie humorvollen Blick auf die Welt der Pubertät. Der Zuschauer wird durch einen allwissenden Erzähler, direkte Sprache und bewusste Überhöhung durch die Geschichte von Co geführt. Themen wie Selbstbefriedigung und Suizid werden dabei angesprochen, ohne dabei den pädagogischen Zeigefinger zu heben.

„Schonungslos spricht die Inszenierung all das an, worüber Teenager zwar nachdenken, aber ungern reden wollen: Erektionen, Selbsttötung und Liebe. Das alles bringt Hoffmann auf so verschmitzt-sympathische Art und Weise rüber, dass ihm bei den Schulvorstellungen die Mädchenherzen zufliegen dürften. „Co-Starring“ ist definitiv eine starke Inszenierung, die in ihrer Deutlichkeit und Drastik Seltenheitswert hat.“ (Ruhr Nachrichten, Sina Langer, 4.12.15)

Auf den folgenden Seiten finden Sie Hintergrundinformationen sowie Anregungen für die Vor- und Nachbereitung des Theaterbesuchs.

Wenn Sie Fragen, Kritik oder Anmerkungen dazu haben, zögern Sie nicht mich anzurufen oder mir eine E-Mail zu senden. Ich freue mich auf regen Austausch!

Mit herzlichen Grüßen aus dem Schauspielhaus Bochum

Franziska Rieckhoff

INHALT

Besetzung.....	Seite 3
Hintergrundinformationen.....	Seite 4
Vor- und Nachbereitung - Anregungen für die Spielleiter.....	Seite 19
Quellen- und Literaturhinweise.....	Seite 27
Service: Theater & Schule und Impressum.....	Seite 28

BESETZUNG

Erzähler / Co	Tim-Fabian Hoffmann
Musiker	Manuel Loos
Regie	Martina van Boxen
Bühne und Kostüme	Michael Habelitz
Musik	Manuel Loos
Licht	Bernd Kühne
Dramaturgie	Tobias Diekmann
Theaterpädagogik	Franziska Rieckhoff
Regieassistenz	Dennis Duszczak
Kostümassistenz	Janin Lang
Souffleuse	Isabell Weiland

Technik: Daniel Lüder, Christian Mertens, Maic Weigand, Alexandre Gershman

Fotos: Diana Küster

Herstellung des Bühnenbilds und der Kostüme in den theatereigenen Werkstätten des Schauspielhauses Bochum

HINTERGRUNDINFORMATIONEN

Zum Inhalt

Co wacht auf und alles ist anders. Überall wachsen Haare und Pickel sprießen wie riesige Mondkrater. Sein Körper scheint ihm nicht mehr zu gehören, nachdem die Pubertät wie ein Sturm über ihn hereinbricht und er sich brutal von seiner Kindheit verabschieden muss. Der geliebte Teddy wird an der Tür gekreuzigt und Co wirft sich in die Widersprüchlichkeiten seiner Gefühle. Dabei durchlebt er an einem Tag alles, wofür andere Jahre brauchen. Egal ob spontane Erektionen, rohe Gewalt oder ein Besuch bei der „rosa Frau“. Co geht durch die Hölle, ist überfordert von den Eindrücken des Erwachsenwerdens. Und dann trifft er auch noch die Liebe seines Lebens, die ihm zusätzlich alle Sinne raubt.



„Dies ist eine Geschichte, in der die Hormone stürmen und durcheinander wirbeln. In der die Liebe mit Bauchkrämpfen und schwitzenden Händen zum Tanz aufgefordert wird. In der man selbst die Zweifel anzweifelt und Sicherheiten unsicher sind.

Sie handelt von den großen, nassen und heldenhaften Träumen, eine Geschichte von warmen Hosen, vom Herzklopfen und dem einen großen Verlangen. Ein Geständnis von jemandem der am liebsten Erster sein möchte, aber sich immer wieder begnügen muss mit dem zweiten Platz.

Dies ist die Geschichte eines Jungen, der schon viel zu lange eine Nebenrolle in seinem eigenen Leben gespielt hat. Eine total andere Geschichte, als euch erzählt wurde oder ihr wahrscheinlich erwartet. Dies ist die Geschichte von Co-Starring.“ (Erzähler: In: Co-Starring, Theo Fransz)

Zu den Personen auf der Bühne



Tim-Fabian Hoffmann

*1987 in Rheine, studierte Schauspiel am Mozarteum in Salzburg. Während des Studiums arbeitete er u.a. mit Kristof van Boven, Thomas Schmauser und Christine Eder. Gemeinsam mit seinem Jahrgang erhielt er den Ensemblepreis und den Preis der Studierenden für EIN SPORTSTUECK (Regie: Tina Lanik) beim Schauspielschultreffen 2013. Seit dem Studium arbeitet er freischaffend für Theater, Film und Hörfunk, etwa an der Schaubühne Berlin, dem Theater Celle und gemeinsam mit der chinesischen Performance-Company LIVING DANCE STUDIO in Peking (ZEIG MIR DEINE WUNDEN, Regie: Maximilian Hanisch). Sein Kinodebüt DESIRE WILL SET YOU FREE (Regie: Yony Leyser) an der Seite von Nina Hagen, Peaches, Rosa von Praunheim u.v.a. hatte Premiere auf dem Montreal World Film Festival 2015.



Manuel Loos

*1972 in Gelsenkirchen, arbeitete als Schlagzeuger u. a. für die BlueManGroup, Lee Buddah und Bosstime. Mit seinem Projekt PHONOTOXSIC lebt er seine Vorliebe für Improvisationen und Klangexperimente aus. Außerdem komponierte er für diverse Filme (u. a. „Frederik“, „Der goldene Zweig“) die Filmmusik. Als Theatermusiker und -spieler war Manuel Loos u. a. beim Helios-Theater und am Theater Oberhausen tätig. Am Schauspielhaus Bochum entwickelt er für die Regisseurin Martina van Boxen regelmäßig die Bühnenmusiken und wirkt auch als Spieler in ihren Produktionen mit.



Tim-Fabian Hoffmann, Manuel Loos

Zu Gast im Jungen Schauspielhaus



Tim-Fabian Hoffmann spielt in dem Theaterstück „Co-Starring“ einen 14-jährigen Jungen. Foto: Kelmendi

Bochum. Aurora Kelmendi, Aline Kurtoglu und Laura Ackermann haben sich mit dem Hauptdarsteller des Theaterstücks „Co-Starring“ getroffen. Premiere ist im Dezember.

Die große Premiere des Theaterstücks „Co-Starring“ findet am 3. Dezember im Jungen Schauspielhaus Bochum statt. Hauptdarsteller und zugleich auch einziger Schauspieler ist Tim-Fabian Hoffmann (28 Jahre). Er übernimmt die Rolle des 14-jährigen „Co“, der gerade mitten in der Pubertät steckt und wissen möchte, wer er überhaupt ist. „Co-Starring“ bietet eine Bandbreite an Emotionen, von Minderwertigkeitskomplexen bis hin zur ersten großen Liebe. Das Stück ist für Jugendliche, die sich mit „Co“ identifizieren können, aber auch gleichzeitig für Erwachsene, die die Phase schon hinter sich haben, und jetzt humorvoll zurückschauen können, gut geeignet. Wir haben Tim-Fabian Hoffmann nach einer Probe getroffen und ihm ein paar Fragen gestellt.

Sind Sie, obwohl Sie schon zahlreiche Stücke gespielt haben, vor der Premiere am 3. Dezember aufgeregt? Ja, ich bin schon sehr gespannt. Es ist jedes Mal etwas Neues und man weiß vorher nie, was daraus wird.

Was machen Sie gegen die Aufregung? Haben Sie bestimmte Rituale? Ja, ich habe Rituale. Diese ändern sich von Zeit zu Zeit, je nach dem, was ich spiele. Manchmal sind es Übungen zum Entspannen und um mich zu konzentrieren und manchmal, um aufgeregter zu werden, wenn ich es für meine Rolle brauche. Es ergibt sich eigentlich relativ automatisch.

Beschreiben Sie Ihre Gefühle kurz vor einem Auftritt in drei Worten. Angst, Lust und Spannung.

Können Sie die Person, die Sie in diesem Stück spielen, kurz beschreiben? Die Hauptfigur „Co“ ist im Prinzip ein ganz normaler Junge, der sich in der Pubertät befindet. In der Geschichte durchlebt er innerhalb von mehr oder weniger 24 Stunden alle möglichen Extreme, die eine komplette Pubertät mit sich bringt.

Haben Sie früher auch solche Extreme durchlebt? Ich denke, dass in der Pubertät jeder Mensch die Phase hat, wo er glaubt, dass er alles schaffen kann und muss. Wo einem

die ganze Welt gehört und im nächsten Moment ist es das absolute Gegenteil. Dann ist ein neuer Tag und man denkt, es ist alles irgendwie nichts. Man weiß nicht, was überhaupt alles mit einem passiert. Es ist ein Wechselbad der Gefühle. Das Spannende ist ja auch, dass es nicht unbedingt aufhört, wenn man erwachsen ist. Natürlich hat man Erfahrungen im Leben gemacht, und man weiß, was man für ein Mensch ist (im besten Falle), aber: Die Fragen und große Gefühle bleiben auch, wenn man älter wird.

Was ist mit Ihrer ersten großen Liebe? Das Gefühl des großen Verliebtseins, dass es funktionieren muss, ja, das kenne ich. Irgendwann merkt man auch, ob es funktioniert und ob man füreinander geschaffen ist.

Wie fühlt es sich an, sich wieder in einen pubertierenden Jungen hineinzusetzen? Ganz eigenartig, aber auch spannend, weil ich ganz viel darüber nachdenke, wie das so bei mir früher war und bei Leuten, die ich kenne, zum Beispiel bei meinen Freunden oder Geschwistern. Das ist total schön, weil man als Schauspieler in Stücken auch mit extremen Gefühlen klarkommen muss. Auf der Bühne ist es ja oft sehr radikal und übertrieben. Man muss einen anderen Zugang dazu haben, ziemlich schnell anskizzieren und ein Gefühl herstellen und es spielen können. Es ist sehr reizvoll.

War die Schauspielerei schon von klein auf Ihr Traumberuf? Ja. Ich hab zwischendrin, in der Pubertät, tatsächlich mal überlegt, ob ich nicht irgendwas anderes machen soll, weil ich auch aus einer ganz kleinen Stadt komme, in der es noch nicht mal ein Theater gibt. Aber ich habe dann schnell gemerkt, dass es das ist, was ich machen möchte.

Wie sieht ein normaler Arbeitstag bei Ihnen aus? Einen normalen Arbeitstag gibt es in dem Sinne nicht, weil ich nicht fest am Theater bin. Ich bin freischaffender Schauspieler. Es gibt Tage, an denen ich viel am Theater bin, aber auch Tage, wo ich viel „Büroarbeit“ erledige.

Was war Ihr peinlichster Moment auf der Bühne? Mein peinlichster Moment auf der Bühne war während des Studiums. Da mussten wir im Sommer einen eigenen Monolog schreiben und so jung und naiv, wie ich war, habe ich es unvorbereitet und frech hingeworfen. Als ich spielen musste, merkte ich, dass ich zu wenig geprobt hatte. Der Text saß nicht und keiner verstand, was ich da versuchen wollte. Das war peinlich.

Und Ihr schönster Moment? Schöne Momente gibt es viele. Am Ende eines Stücks bin ich froh, wenn es gut gelaufen ist. Aber der eigentliche schönste Moment ist während des Spielens.

Welche Rollen spielen Sie gerne und welche eher nicht? Am liebsten mag ich eine Mischung aus verschiedenen Charakteren, wenn sich das abwechselt. Zum Beispiel hab ich mal jemanden gespielt, der seine Transsexualität entdeckt. Es war eine spannende Erfahrung.

Mit wem würden Sie gerne mal zusammen auf der Bühne stehen? Eine meiner Lieblingsschauspielerinnen ist Sandra Hüller. Aber es gibt noch viele andere, mit denen ich gerne mal arbeiten würde.

Ist Sandra Hüller auch Ihr Vorbild? Ich glaube, ich habe gar kein Vorbild, sondern nehme von jeder Person, mit der ich gearbeitet habe, etwas mit.

Welchen Charakter wollen Sie in Zukunft noch spielen und sind schon weitere Stücke in Planung? Es sind weitere Arbeiten in Planung: Film und Theater. Am liebsten lasse ich mich überraschen von dem, was kommt. Es gibt Figuren, die mich interessieren, aber ich lasse mich auch gerne auf neue Sachen ein.

Können Sie das Reizvolle an dem Stück für die WAZ-Leser noch einmal kurz zusammenfassen? Ich denke, das Schöne an dem Stück ist, dass es nicht nur interessant ist, wenn man selbst in der Pubertät ist, sondern auch weil es unabhängig vom Alter eine Phase ist, die jeder schon einmal erlebt hat. Außerdem spiegelt das Stück die Gefühle und Gedanken eines Pubertierenden wider, so dass sich jeder angesprochen fühlt.

MediaCampus Autorinnen Aurora Kelmendi, Aline Kurtoglu und Laura Ackermann, Klasse: 8a, Lessing-Schule, Bochum: In: www.derwesten.de



„Hoffmann bewegt sich auf einer Raumbühne durch das Publikum. Die Pfeiler, die den Kunstgenuss im Theater Unten manchmal trüben, stören die Sicht bei ‚Co-Starring‘ nicht. Eine von vielen guten Ideen, mit denen Regisseurin Martina van Boxen und ihr Team das Premierenpublikum begeistern. Ein sinnliches Vergnügen für theaterbegeisterte Jugendliche und Erwachsene gleichermaßen.“ (Stadtspiegel vom 9.12., Nathalie Memmer)

„Die Regie hält die Balance zwischen Überdreht und Innerlich, ohne dass je die Ernsthaftigkeit verloren ginge. Gut so, denn schließlich ist die Pubertät kein Spaß. Aber so wie sie hier thematisiert wird, ist sie auch ein Theatervergnügen.“ (WAZ vom 7.12., Jürgen Boebers-Süßmann)

Feedback zur Inszenierung

Liebes Team,

herzlichen Dank noch einmal, dass ihr die Nachbesprechung zu ‚Co-Starring‘ arrangiert habt und dass so viele von Euch daran teilgenommen haben! Ich habe selten von SchülerInnen so einhellig ein positives Echo gehört – herzlichen Glückwunsch! Ihr habt deren Weltbild erweitert, ihre Schmalspurdenkweise durcheinander gewirbelt und durch Euer Stück bei ihnen neue Optionen zugelassen. [...]. Sehr berührt hat fast alle das „Suizid“-Thema auf unterschiedliche Weise – es ist kein Tabu-Thema mehr! Bravo!

Die Diskussion dazu dauerte heute über eine halbe Stunde mit unterschiedlichsten Aspekten, intensiv. Alle fühlten sich bereichert, ob nun innerhalb der verschiedenen Themenbereiche der Pubertät oder im Hinblick auf das eigene Bühnenspiel. [...]

Ich bin froh, dass die SchülerInnen im besten Sinne für ihr Leben gelernt haben durch euer Stück! Keinerlei abwertende Äußerung in den 60 Minuten heute, die Jugendlichen fühlten sich ernst genommen in ihrer Gefühlswelt, sie trauten sich über sich selbst zu sprechen. Einige Brustpanzer sind aufgeknackt.

Mehr von solcher Art der Inszenierung zum Thema Pubertät! Danke!

Kommentare von SchülerInnen der 10. Klasse von der MSM-Gesamtschule

„Als ich reinkam, dachte ich es ist ein Besprechungssaal, aber dann habe ich gemerkt, dass dort gespielt wird. Das fand ich sehr gut, da wir so in das Stück mit einbezogen wurden. Ich glaube, wäre es ein großer Saal gewesen, hätte man gar nicht so viel mitbekommen.“

„Ich fand interessant, wie der Schauspieler sich so in die Rolle hineinversetzen konnte und sich den ganzen Text gemerkt hat.“

„Tim-Fabian Hoffmann bringt die Gefühle sehr gut rüber. Ich persönlich habe direkt gemerkt, welche Gefühle, Gedanken und Stimmungen Co gerade hat. Ich finde es bemerkenswert, dass dieses Stück nur von zwei Schauspielern vorgeführt wurde.“

Marianne Nording, MSM – Gesamtschule, Bochum – Wattenscheid, Brief vom 14.12.15



Pubertät- Fluch und Segen

„Heute ist ein Mann aufgestanden. Ein Mann mit einer einzigen Mission, einem einzigen Verlangen: Die Welt in den Griff zu bekommen.“ (Co: In: Co-Starring, Theo Franz)



Die Ansichten eines jungen Menschen, der in der Pubertät ist *(Mark Twain)*

Zu Mark Twain kam ein Siebzehnjähriger und beklagte sich bitter bei ihm: „Ich verstehe mich mit meinem Vater nicht mehr. Jeden Tag haben wir Streit. Er ist so rückständig, er hat keinen Sinn für moderne Ideen. Was soll ich nur machen? Ich habe schon daran gedacht, davon zu laufen.“

Mark Twain antwortete: „Junger Freund, ich kann dich sehr gut verstehen. Als ich siebzehn Jahre alt war, war mein Vater genauso ungebildet. Es war nicht zum Aushalten. Aber ich bitte dich, habe ein wenig Geduld mit deinem alten Vater. Die alten Menschen entwickeln sich langsamer. Nach 10 Jahren, als ich 27 war, hatte er bereits so viel dazugelernt, dass man sich schon ganz vernünftig mit ihm unterhalten konnte. Und was soll ich dir sagen? Heute, wo ich 37 bin - ob du es nun glaubst oder nicht - wenn ich keinen Rat weiß, dann frage ich meinen alten Vater. So können sich die alten Menschen ändern.“

Mark Twain: In: *DasEselskind*: In: <http://www.das-eselskind.com>

Immer früher in die schweren Jahre

„Sie waren süß. Sie waren niedlich. Jeden Milchzahn hat man als Meilenstein gefeiert. Doch irgendwann mutieren die Kinder in rasender Geschwindigkeit von fröhlichen, neugierigen und nett anzuschauenden Mädchen und Jungen zu muffeligen, maulfaulen und hysterischen Pubertieren. Aus rosigen Kindergesichtern werden Pickelplantagen. Nasen, Beine und Hinterteile wachsen in beängstigendem Tempo. Stimmen klingen wie verstimmte Dudelsäcke, aber die Kommunikation scheint ohnehin phasenweise unmöglich, denn das Hirn ist wegen Umbaus vorübergehend geschlossen. Und doch ist da ein guter Kern. Irgendwo im Pubertier schlummert ein erwachsenes Wesen voller Güte und Vernunft. Man muss nur Geduld haben, bis es sich durch Berge von Klamotten und leeren Puddingbechern ans Tageslicht gewühlt hat. Verdammt noch mal!“ (Jan Weiler, Das Pubertier 2014)

Der Begriff Pubertät kommt aus dem Lateinischen und bedeutet „Mannbarkeit“. Mitte des 19. Jahrhunderts begann die Pubertät bei den meisten Mädchen mit fast 17 Jahren, dann bekamen sie ihre erste Regelblutung. Heute haben viele junge Frauen schon deutlich früher ihre erste Periode. Die Jungs stehen ihnen da in nichts nach: Sie haben ihren ersten Samenerguss manchmal schon vor dem zwölften Lebensjahr. Als Gründe für die frühzeitigere Geschlechtsreife sehen Experten vor allem die verbesserte Ernährungslage der Bevölkerung im Laufe des vergangenen Jahrhunderts. Der Übergang von der Kindheit zum Erwachsensein erstreckt sich über drei bis vier Jahre, wobei er bei jedem Menschen unterschiedlich lang sein kann. Zudem entwickeln sich Jungen und Mädchen unterschiedlich schnell. Äußerliche Anzeichen für die beginnende Pubertät sind das Wachsen und Reifen der Geschlechtsmerkmale und die einsetzende Fortpflanzungsfähigkeit.

Baustelle - auch im Gehirn

Dass sich der Körper durch die Pubertät verändert, ist eine offensichtliche Tatsache. Doch auch im Gehirn der Teenager passiert einiges. Früher ist die Wissenschaft davon ausgegangen, dass das Gehirn eines sechsjährigen Kindes so gut wie ausgewachsen ist. Neue Studien belegen aber, dass das nicht stimmt. Pionier auf dem Gebiet ist der amerikanische Psychiater Jay Giedd. Er hat unter anderem herausgefunden, dass in der Pubertät neue Verbindungen zwischen Nervenzellen geknüpft werden und andere dafür verschwinden. Von diesen Vorgängen sind in erster Linie die sogenannten Stirnlappen betroffen. In dieser Hirnregion befindet sich ein wichtiges Kontrollzentrum. Möglicherweise sind die Launen und die Entscheidungsschwächen, die Vergesslichkeit und die Unberechenbarkeit und nicht zuletzt auch die Lernschwächen vieler Pubertierender Resultate dieser „Umbaumaßnahmen“.

Außerdem ist die Pubertät eine Zeit des Zweifels und der Unsicherheit. Die Pubertierenden fühlen sich nicht mehr als Kind, aber die Welt der Erwachsenen erscheint oft unverständlich und mysteriös. Es kommt einiges zusammen: das Gefühlschaos der ersten Liebe, Probleme mit dem veränderten eigenen Körper, Sinnkrisen. Manche Pubertierende leiden unter Essstörungen wie Magersucht oder Bulimie, andere haben sogar Suizidgedanken. Weitere Forschungen zeigen, dass die Verarbeitung von Emotionen bei Teenagern und Erwachsenen in unterschiedlichen Hirnarealen ablaufen. Das erklärt auch die unterschiedlichen Reaktionen. In mehreren, ähnlich aufgebauten Studien wurden Jugendlichen und Erwachsenen Porträtfotos von Menschen mit wütendem, la-

chendem, ärgerlichem und aggressivem Gesichtsausdruck gezeigt. Sie sollten die Emotionen der jeweiligen Mimik zuordnen. Währenddessen beobachteten die Forscher das „arbeitende“ Gehirn. Die Heranwachsenden nutzten ein Areal namens Amygdala für die Zuordnung. Das ist eine Hirnregion, in der Entscheidungen eher emotional und kurz entschlossen getroffen werden. Bei den Älteren fand derselbe Prozess im wesentlich weiter entwickelten frontalen Cortex, einer übergeordneten Einheit, statt. Wissenschaftler schließen daraus, dass Jugendliche schlichtweg nicht in der Lage sind, Emotionen richtig einzuordnen und deswegen oft impulsiv reagieren. All diese Erkenntnisse können das Gefühlschaos und die Unsicherheiten und Ängste, die die Veränderungen des Körpers mit sich bringen, natürlich nicht besser machen, aber vielleicht dazu beitragen, dass Kinder und Eltern in dieser schweren Zeit ein bisschen mehr Verständnis füreinander haben. Die Pubertät ist eine Phase der Ablösung. Der Wunsch nach Unabhängigkeit und eigenständigem Handeln führt zu zahlreichen Konflikten mit Eltern, Lehrern und übrigen Erwachsenen. Grenzen werden ausgetestet. Es ist an der Zeit, loszulassen und das Kind als heranwachsenden Erwachsenen wahrzunehmen.

*Psychologie- Pubertät: In: <http://www.planet-wissen.de> **und** Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend: Pubertät: In: <http://www.familien-wegweiser.de>*



Suizid

Suizid, auch Selbsttötung, Selbstmord oder Freitod, beschreibt die absichtsvoll herbeigeführte Beendigung des eigenen Lebens. Dies kann sowohl aktiv durch die Ausführung einer bestimmten Handlung, als auch passiv durch das Unterlassen lebenserhaltender Maßnahmen geschehen.



„Es gibt unendlich viele Arten, sich selbst um die Ecke zu bringen. Schlaftabletten sind ein sehr beliebtes Selbstmordversuchsmittel. Die meisten wirken aber schlecht oder beinhalten ein Brechmittel, so dass man automatisch wieder alles ausbricht. Es ist also in jedem Falle wichtig, dass man, bevor man die Tabletten nimmt, ein Anti-Brechmittel schluckt. Schlaftabletten selbst sind nicht tödlich, jedoch verursachen sie einen sehr tiefen Schlaf. Eine zusätzliche Plastiktüte kann dabei wahre Wunder vollbringen. Die Schlaftabletten lassen einen schlafen, und die Plastiktüte sorgt dafür, dass man an Sauerstoffmangel stirbt. So 'ne Plastiktüte kann man auch ohne Schlaftabletten benutzen, aber das dauert dann eine ganze Weile. Wenn man darüber hinaus Platzangst hat, ist das nicht so zu empfehlen. Wenn man trotzdem Plastiktüten benutzen will, nimmt man gleich zwei, zur Sicherheit. Mülltüten sind am besten. Und die sind auch so schön blau. Es ist genug Luft drin zum Atmen, bis man das Bewusstsein verliert. Man kann sich auch die Pulsadern aufschneiden. Leider ist die Wirkung nicht immer so besonders. Denn es braucht schon eine ganze Menge Willenskraft, um tief genug zu schneiden. [...].“ (Erzähler: In: Co- Starring, Theo Franz)

Mögliche Ursachen für Suizidabsichten und Suizid bei Kindern und Jugendlichen

Suizidales Verhalten ist meist komplex begründet. Dabei sind sowohl biologische (z.B. genetische) Ursachen zu nennen als auch die persönliche Entwicklung eines Menschen, belastende Lebensereignisse, das soziale Umfeld sowie psychische Grunderkrankungen. Wie bei allen psychischen Störungen ist eine psychosoziale Belastung nicht allein ausschlaggebend für einen Suizid oder -versuch. Vielmehr kann diesem Verhalten ein Zusammenspiel aus mangelnder individueller Fähigkeit zur Verarbeitung und Problemlösung sowie einer ungenügenden Unterstützung in der Familie zugrunde liegen.

Faktoren, die das Risiko akuter Suizidalität erhöhen:

- akute Alkohol- und Drogenintoxikation
- hohe Impulsivität, Vorliegen einer Impulskontrollstörung oder emotional-instabiler Persönlichkeitszüge
- frühere Suizidversuche (insbesondere im letzten Jahr)
- Suizide oder Suizidversuche im Umfeld des Patienten
- kritische Lebensereignisse

Persönlichkeit & Entwicklung

Die Zeitspanne vom Kind zum Erwachsenen ist eine sehr empfindliche Phase. Sie ist geprägt durch Entwicklungsanforderungen, Veränderungen und Krisen. Die Fähigkeit zur sozialen Anpassung ist bei der Meisterung dieses Lebensabschnitts von großer Bedeutung. Anpassungsstörungen stellen ein typisches Merkmal suizidgefährdeter Kinder und Jugendlicher dar. In der Regel reagieren zu Suizid neigende Jugendliche auf Probleme entweder impulsiv-aggressiv oder sie ziehen sich zurück und flüchten sich in Fantasien und Grübeleien. Häufig sind die betroffenen Kinder und Jugendliche sozial weniger akzeptiert, fühlen sich einsamer, hoffnungsloser und haben ein geringes Selbstwertgefühl. Auch Probleme mit der sexuellen Identität können bei Jugendlichen einen Belastungsfaktor darstellen.

Belastende Lebensereignisse

Eine Häufung traumatischer Erlebnisse findet sich bei vielen Kindern und Jugendlichen, die suizidales Verhalten zeigen. Kinder und Jugendliche, die beispielsweise einen sexuellen Missbrauch erlitten haben, weisen ein 3- bis 4-fach erhöhtes Suizidrisiko auf. Suizidales Verhalten innerhalb der Familie erhöht das Risiko 2- bis 6-fach.

Psychosoziales Umfeld

Eine schwierige konfliktreiche familiäre Situation kann für Kinder und Jugendliche eine erhebliche Belastung darstellen. Scheidung, häufige Streitigkeiten, unzureichende Betreuung und mangelnde Unterstützung oder fehlendes Verständnis belasten Kinder und Jugendliche. Manche suizidgefährdeten Kinder und Jugendliche haben keine verlässlichen Bezugspersonen, die ihnen als Richtschnur und Helfer im Umgang mit besorgniserregenden Gefühlen und Situationen dienen würden. Auch eine permanente schuli-

sche Überforderung, die häufige Auseinandersetzungen, Versagensängste und schlechte Noten zur Folge hat, kann Jugendliche in eine schwere Krise führen. [...].

Psychische Grunderkrankungen

Ein stark erhöhtes Suizidrisiko weisen depressive Jugendliche auf. Auch Alkohol und Drogen konsumierende Jugendliche zeigen ein erhöhtes Risiko. Bei so genannten „Problemtrinkern“ zeigen sich besonders häufig Suizidgedanken und suizidale Handlungen. Nicht selten wird ein Suizid(versuch) unter dem Einfluss von Alkohol durchgeführt. Zum einen wird dadurch die Impulsivität gefördert und zudem die Hemmschwelle durch die angstlösenden und schmerzlindernden Eigenschaften herabgesetzt. Zum anderen können selbstverletzende Handlungen unter Alkohol-/Drogeneinfluss nicht mehr ausreichend kontrolliert werden und dadurch, wenn auch ungewollt, tödlich verlaufen. Auch das Vorliegen einer Störung des Sozialverhaltens erhöht das Suizidrisiko. Die höchste Suizidrate weisen männliche, alkohol- oder drogenabhängige, sozial ausgegrenzte, depressive Jugendliche auf. Weitere mit erhöhter Suizidalität einhergehende psychische Störungen sind Impulskontrollstörungen, Angststörungen, Persönlichkeitsstörungen und posttraumatische Belastungsstörungen.

Suizidhandlungen, die im Rahmen von akuten psychotischen Erkrankungen vollzogen werden, nehmen eine Sonderrolle ein. Die üblichen zu einem Suizid führenden Bedingungen sind hier nur von untergeordneter Bedeutung. Während einer akuten schizophrenen Krankheitsphase entwickeln sich unter dem Einfluss von Wahnphänomenen und Halluzinationen (Wahrnehmungsstörungen) oft rapide einschießende Suizidgedanken mit sofortiger und häufig kaum zu verhindernder Umsetzung. Manchmal sind Todesfälle bei an akuter Psychose erkrankten Jugendlichen keine Suizide (definiert als Handlungen mit der Intention zu sterben), sondern tragische Todesfälle aufgrund von Fehlhandlungen infolge psychotischen Erlebens (z.B. Sprung aus Fenster bei der Idee, man könne fliegen).

Insgesamt ist das Suizidrisiko bei psychisch kranken Kindern und Jugendlichen etwa 10-fach höher als bei der gleichaltrigen gesunden Bevölkerung.

Auslöser für einen Suizidversuch

Warum begehen Kinder und Jugendliche Suizid? Diese Frage bleibt in den meisten Fällen unbeantwortet. Nur wenige Kinder und Jugendliche hinterlassen einen Abschiedsbrief. Zu unterscheiden ist in jedem Fall zwischen Auslöser und Ursache. Auslöser ist oftmals eine krisenhafte Situation: Alltägliche Probleme, die sich wie ein unüberwindbarer Berg auftürmen oder zuspitzen. In der eigenen Einschätzung der Kinder oder Jugendlichen werden diese Schwierigkeiten in der Regel unrealistisch negativ gesehen. Mobbing in der Schule, eine beendete Liebesbeziehung, ein Konflikt mit dem besten Freund oder der besten Freundin, familiäre Probleme, soziale Isolation, Schulversagen – alle diese Beispiele können unter Umständen Auslöser für einen Suizidversuch darstellen. Die Bewältigung neuer Entwicklungsphasen kann bei Jugendlichen zu einer sogenannten „Adoleszentenkrise“ (eine entwicklungsbedingte Krise in der Jugendzeit) führen, welche ebenfalls als Auslöser für suizidale Gedanken oder Handlungen gesehen werden kann. Die Ursache liegt aber in der Regel tiefer und stammt aus früheren Entwicklungs- und Lebensphasen. Nur die wenigsten Suizide können letzten Endes ursächlich auf gravierende Ereignisse in der Gegenwart zurückgeführt werden. Viel mehr sind

die Ursachen ein komplexes Zusammenspiel aus den bisherigen Lebenserfahrungen, dem sozialem Umfeld, der individuellen Persönlichkeitsstruktur und psychischen Situation sowie der familiären und schulischen Erlebniswelt der Betroffenen. Grundsätzlich spielen Depressionen oder depressive Verstimmungen bei Kindern und Jugendlichen eine große Rolle für eine Suizidgefährdung, ebenso große Bedeutung haben Gewalterfahrungen in der Familie, sexueller Missbrauch und Homosexualität.

Statistiken zum Thema Selbstmord/Suizid: In: <http://de.statista.com/themen/40/selbstmord/> und Neurologen und Psychiater im Netz: In: <http://www.neurologen-und-psychiater-im-netz.org> und Informationen des Zentrums für Schulpsychologie der Landeshauptstadt Düsseldorf, 3. Auflage



Raus aus der Sprachlosigkeit

Suizidgefährdete Jugendliche haben mit tief sitzenden Selbstzweifeln zu kämpfen, sagt Monika Remmler vom Verein Neuhland. Wenn den Jugendlichen die innere Stabilität fehlt, dann fällt es ihnen schwer, aus einer Sinnkrise rauszukommen

taz: Frau Remmler, Ihr Verein Neuhland hilft Kindern und Jugendlichen, die suizidgefährdet sind. Ist Selbsttötung bei Kindern und Jugendlichen ein unterschätztes Problem? Die zweithäufigste Todesart bei Kindern und Jugendlichen ist die Selbsttötung. Fast jede Woche stirbt ein Kind unter 15 Jahren durch Suizid. Es ist daher tatsächlich ein unterschätztes Problem. Ein regelrechtes Tabuthema. Über Tod und Sterben wird in unserer Gesellschaft nur ungern gesprochen. Es macht Menschen Angst. Und Suizid ist noch mal komplizierter. Wir versuchen daher durch Workshops, Seminare und Infoveranstaltungen aufzuklären und das Gespräch immer wieder auf diese Thematik zu lenken. Denn eine erfolgreiche Suizidprävention funktioniert nur, wenn alle Beteiligten aus der Sprachlosigkeit befreit werden und sich trauen, offen über ihre Ängste und Nöte zu sprechen.

Jugendliche sind also durchaus suizidgefährdet. Ja, Suizidgedanken sind nicht selten im Jugendalter. Viele Jugendliche geraten gerade in der Pubertät immer wieder in Sinnkrisen. Wenn den Jugendlichen die innere Stabilität fehlt, dann fällt es ihnen schwer, wieder aus diesen Krisen hinauszufinden. Dann kommt bei manchen schnell die Frage auf, ob sich das Weiterleben überhaupt lohnt. In den meisten Fällen löst sich das Problem von selbst. Es gibt aber auch Jugendliche, die so unsicher sind, dass sich die Krise zuspitzt und sich Suizidgedanken manifestieren und festsetzen.

Was löst diese Sinnkrisen, diesen Wunsch zu sterben, typischerweise aus? Die Ursachen für einen Suizid bei Jugendlichen lassen sich eigentlich immer im familiären, im sozialen Umfeld ausmachen. Was nicht heißen soll, dass immer die Eltern schuld sind, das wäre wirklich zu vereinfacht. Letzten Endes läuft es aber immer darauf hinaus, dass die Jugendlichen mit einem tief sitzenden Selbstzweifel zu kämpfen haben, der nicht durch das Umfeld aufgefangen wird.

Wenn Sie die vorliegenden Zahlen vergleichen, gibt es heute mehr oder weniger Suizidfälle bei Jugendlichen als noch vor zehn Jahren? Ein Trend lässt sich nicht erkennen. Es gibt immer mal wieder Schwankungen, aber im Großen und Ganzen bleiben die Zahlen der Suizide von Jugendlichen seit fast 20 Jahren konstant.

Sind alle gesellschaftlichen Schichten gleichermaßen betroffen? Es gibt keinen Zusammenhang zwischen Suizidgefährdung und wirtschaftlichem Background. Jugendliche, die über Selbsttötung nachdenken oder diesen Schritt tatsächlich gehen, sind in jeder gesellschaftlichen Schicht zu finden.

Sind denn generell mehr Frauen oder mehr Männer suizidgefährdet? Bei Jugendlichen ist es so, dass mindestens zwei Drittel der Suizide auf männliche Jugendliche fallen. Mädchen machen eher Suizidversuche. Die Jungen reden nicht, sondern handeln. Die Mädchen kommen durch den Suizidversuch wenigstens an den Punkt, dass sie anfangen, sich zu öffnen.

Hinter einem Suizid steht also nicht immer der Wunsch zu sterben? Bei Jugendlichen ist Selbsttötung eigentlich immer ein Hilferuf. Die Jugendlichen wollen nicht sterben, wissen aber keinen anderen Ausweg mehr. Umso wichtiger ist es, in der Prävention zu arbeiten.

Was sind typische Symptome für eine Suizidgefährdung bei Jugendlichen, auf die Eltern achten sollten? Das Offensichtlichste ist ein Rückzug. Die Jugendlichen brechen sämtliche soziale Kontakte ab und sprechen nicht mehr mit den Eltern. Es kommt häufig zu Extremen. Plötzlich essen die Jugendlichen sehr viel, verlieren sehr schnell an Gewicht oder die Schulnoten stürzen rapide ab. Das Äußere wird vernachlässigt. Solche Dinge.

Was können Eltern tun, um ihren Kindern in dieser Situation zu helfen? Das Wichtigste ist, das Gespräch zu suchen. Zu sagen, dass man sich Sorgen macht. Man sollte auch ganz konkret nach Suizidgedanken fragen. Über Suizidfantasien zu sprechen entlastet die Jugendlichen. Der nächste Schritt ist, sich professionelle Hilfe zu suchen.

Suizidgefährdete Jugendliche- Raus aus der Sprachlosigkeit: In: <http://www.taz.de>

Gründe, warum es sich zu Leben lohnt

Sarah Laukamp wählte aus den 3657 in der Jugendbeilage „jetzt“ der Süddeutschen Zeitung veröffentlichten „Gründe, warum es sich zu leben lohnt“ 369 aus, von denen wir hier nur wenige veröffentlichen können.

Frei sein (theresa kromer), Erdbeeren zum Frühstück – weil es die doch so selten gibt (anonym), stärker sein als man glaubt (alrun zanker), Du und ich? (sarah), so klug zu sein, selbst aus Versehen das Richtige zu tun (susanne schneider), an seine Küsse denken (lenchen), finden, was man sucht (kathi), Revoluzzerstimmung (donna), Briefe im Briefkasten auf denen die Adresse per Hand geschrieben ist (valerie de beaufort), Gedankengeister verscheuchen (veronika), wissen, dass zumindest meine Freunde am Montag noch da sind (sonja), abends nach dem Regen im See (markus altmann), lachen (jan lübler), auf Bäume klettern (peter e.), jeden Schritt im Sommer genießen (DAN), die Zeit zwischen Traum und Erwachen (kim), Meeresrauschen (Kerstin Greßnich), das neue Album der Red Hot Chili Peppers morgens im Sonnenschein auf dem Balkon hören (sabrina), kullernde Abschiedstränen (jot), Sommerregen (julililly), in den Arm genommen zu werden (tom), die eigene Wohnung und endlich nicht mehr auf Kommando aufräumen zu müssen (wansy), in den Dünen liegen und Ronja Räubertochter vorgelesen bekommen (jan athmann), statt einem „ich hab dich lieb“ endlich ein „ich liebe dich“ zu hören (maid), schlafen-essenschlafen-essen (die tine), über den eigenen Schatten springen (andrea), ehrliche Freunde – wer soll einem denn sonst die Wahrheit sagen (gabi dietz), den Himmel im Bauch spüren (hendrik), Sonnenuntergang mit Freunden am Meer (katja), Küsetauschen (herand müllerscholtes), traurige Lieder hören (kim), endlich gefunden werden (koeniginjule), das Gefühl sich selbst zu mögen (lena), bei offenem Fenster schlafen und nicht frieren (robby), Frische Wäsche (christian gracht), Mittendrin statt nicht dabei (boro), träumen um dem grauen Alltag einen winzigen Moment zu entfliehen so wie damals die Luftschlösser unserer Kindheit (merle-mareen), Kirschblüten (ria), Bücher lesen zu dürfen und nicht analysieren zu müssen (stefan wolpert), Wassermelone (bernhard), mit geschlossenen Augen im Park liegen (henni henssen), einfach die Wahrheit zu sagen auch wenn man Angst hat (matilda), Honigbrot (anna), Kein Opfer sein (nina), lachend aufwachen (dariusch hosseini), wieder jemanden vermissen (frederik), nachdenken (der thilosoph), eine Seifenblase die einem ein paar schöne Momente schenkt, bevor sie spurlos verschwindet (marius wolf), sich endlich zu trauen ins kalte Meer zu springen (kathi Hampe), zu wissen, dass es Menschen gibt, die es schaffen mir in jeder traurigen Situation ein Lächeln auf das Gesicht zu zaubern (sommerschnee), den Wecker eine halbe Stunde früher klingeln lassen als nötig (grit), weinen können (granini), endlich zu wissen, was ich will (bettina), aufwachende eingeschlafene Füße (lotta7), Sonnenblumen ansähen (sadmirror), seufzen können (loffer gohl), im strömenden Regen tanzen (vanille) am Strand schlafen (robby), Frau sein (ju la li), man selbst sein (andy), nicht den Mut zu verlieren (katha)

VOR- UND NACHBEREITUNG - ANREGUNGEN

Die folgenden Übungen dienen zur Vor- und/oder Nachbereitung des Theaterbesuchs. Sie können die Übungen miteinander kombinieren und selbstverständlich in eine für Sie sinnvolle Reihenfolge bringen. Zum Verständnis: Die anleitende Person wird in den Übungsbeschreibungen immer als **Spielleiter** bezeichnet. **Spieler** sind diejenigen, die spielen und experimentieren. **Zuschauer** sind diejenigen, die für einen Moment eine beobachtende Funktion einnehmen, Rückmeldungen geben oder aber auch Spielideen formulieren. Lassen Sie sich inspirieren!

Die folgenden Übungen dienen dazu, gemeinsam ins Spiel zu kommen, sich selbst und die anderen wahrzunehmen und sich gemeinsam den Themen des Stückes zu nähern.

Bewegungskreis: Ich packe meinen...

Die Spieler stehen im Kreis. Eine Person beginnt eine Bewegung beispielsweise zu der Frage: „*Wie hast du dich heute Morgen beim ersten Blick in den Spiegel gefühlt?*“ zu machen. Die anderen schauen sich die Bewegung genau an und übernehmen die Bewegung nach dem Prinzip „einer macht vor, die anderen machen mit“. Dann ist der nächste Spieler mit einer Bewegung dran. Die Bewegungen werden aneinander gekettet, ähnlich wie bei dem Spiel „Ich packe meinen Koffer“. Der Unterschied ist: Alle hängen alle Bewegungen gemeinsam aneinander.

Assoziationskreis

Die Spieler stehen in einem Kreis. Sie als Spielleiter haben einen Ball (Hinweis: Hilfreich ist es, einen weichen Ball zu verwenden, der nicht springen kann). Sie werfen den Ball zu einem Spieler. Vor dem Wurf nehmen Sie Blickkontakt auf, dann verbinden Sie mit dem Wurf einen Begriff, den sie mit dem Vorstellungsbuch in Verbindung bringen und sagen diesen laut. Der Spieler, der den Ball bekommen hat, ist an der Reihe. Er nimmt Blickkontakt auf, wirft den Ball und verbindet den Wurf mit einem weiteren Begriff. Dieser wirft den Ball dem nächsten Spieler zu usw. Die Antworten zu den verschiedenen Begriffen sollen dabei möglichst spontan genannt werden. Die Äußerungen sollen nicht bewertet oder diskutiert werden. Es ist nicht schlimm, wenn sich Begriffe wiederholen.

Alternativ können Sie auch Begriffe, die zum Stück passen nennen und dazu gemeinsam assoziieren. Begriffe können sein: Pubertät, Familie, Freunde, Selbstmord, Liebe, Leben etc.

Raumlauf - Inszenierung

Die Spieler laufen durch den Raum und umkreisen Begriffe (Vorschlag s.u.), die auf dem Boden liegen. Die Begriffe stehen im Zusammenhang mit dem Stück. Die Spieler markieren mit einem Stift, welche Begriffe ihrer Meinung nach für die Inszenierung kennzeichnend oder wichtig sind. Abschließend stellt sich jeder zu dem Begriff, der ihm am wichtigsten ist und begründet seine Entscheidung: Was war dir fremd? Warum war die Inszenierung für dich verstörend etc.?

Fremd	Bewegend
Beängstigend	Verstörend
Berührend	Lustig
Schleppend	Gedankenanregend
Surreal	Nah
Abstrakt	Fesselnd

Wahrnehmung

Die Spieler gehen in entspanntem Tempo durch den Raum. Sie achten darauf, dass sie den Raum ausfüllen, Lücken finden und immer wieder neue Wege gehen. Der Spielleiter gibt ein Stoppzeichen hinein, bei welchem die Spieler stehen bleiben, ihre Augen schließen und unten stehende Fragen beantworten. Anschließend öffnen die Spieler die Augen und überprüfen für sich die Antwort. Dann gehen sie weiter bis zum nächsten Stoppsignal. Fragen können sein:

- Wer ging zuletzt an dir vorbei?
- Wer trägt eine Brille?
- Wer hat blonde Haare?
- Wie viele Türen hat der Raum? Etc.

Raumlauf – Begegnung

Die Spieler gehen in entspanntem, aufmerksamem Gang durch den Raum. Sie achten darauf, dass sie den Raum ausfüllen, Lücken finden und immer wieder neue Wege gehen. Sie beginnen mit den anderen Spielern in Kontakt zu kommen. Der Spielleiter gibt verschiedene Impulse rein:

Zunächst bleibt jeder für sich, dann begegnen sie sich auf unterschiedliche Weise. Alle Begegnungen finden nonverbal statt:

- Nicke allen zu, an denen du vorbeigehst
- Sage allen „Hallo“
- Schüttle so vielen Menschen wie möglich die Hand
- Wirf jedem, an dem du vorbeigehst, einen Kuss durch die Luft zu
- Weiche jedem aus, mache deutlich, dass du nichts mit den anderen zu tun haben möchtest, sei skeptisch und steigere deine Ablehnung
- Klopfe jedem, an dem du vorbeikommst, anerkennend auf die Schulter
- Begrüße alle freundlich, steigere deine Freude.

In den folgenden Übungen geht es verstärkt um die Wahrnehmung der eigenen Person, wie die Wahrnehmung des Gegenübers. Die Spieler erleben sich selbst im Zusammenspiel mit den anderen Spielern und stellen dabei ihren Körper in den Mittelpunkt. Die Übungen regen dazu an, mit Bewegungen zu experimentieren, seinen Körper zu spüren,

Bilder zu schaffen, wahrzunehmen und für sich zu interpretieren. Gleichzeitig schlüpfen sie mehr und mehr in die Gedanken- und Erlebniswelt von „Co“.

Führen und Folgen

Die Spieler bilden Paare. Eine Person übernimmt die Führung, die andere Person folgt. Geführt wird mit der Handfläche, die ein paar Zentimeter vor dem Gesicht der geführten Person gehalten wird. Die Person, die folgt, hat die Aufgabe, unter allen Umständen der Handfläche zu folgen. Derjenige der führt hat die Aufgabe trotz verrückter Bewegungen achtsam mit seinem Partner umzugehen.

Spiegelübung

Die Spieler bilden Paare. Es stehen sich immer zwei Spieler gegenüber. Der Abstand ist so gewählt, dass sie sich ganz sehen können, als würden sie vor einem großen Spiegel stehen. Geben Sie den Spielern beispielsweise den Impuls dazu: *Zeige einen Tag von „Co“.* *Vom ersten Wimpernschlag am frühen Morgen bis zum Licht ausknipsen abends im Bett.* Ein Spieler beginnt und gibt die Bewegungen vor, die andere Person spiegelt diese. Die Bewegungen werden so langsam ausgeführt und nur so kompliziert gestaltet, dass derjenige, der die Bewegungen spiegelt, gut mitkommen kann. Von außen betrachtet soll nicht erkennbar sein, wer die Bewegungen vorgibt. Unterstützend kann eine langsame Musik eingespielt werden.

Skulpturenbau

Es werden Paare gebildet. Person A ist der Bildhauer, Person B ist das „Material“. Der Bildhauer bekommt einen Satz oder einen Begriff und damit den Auftrag, seine Skulptur so zu formen, dass das Standbild diese Stimmung beim Betrachter, aber auch bei der Skulptur selbst erzeugt, d.h. Person B hat den Satz vorher nicht gesehen. Sätze können zum Beispiel sein:

- Ich traue mich nicht.
- Das war nicht schlecht.
- Oh, ist der toll...
- So ein Mist!
- Das schaffe ich!
- Ich möchte im Boden versinken.
- Ich bin besser als ihr.
- Schock vor dem Spiegel: Wie sehe ich denn aus?
- Pickel, überall Pickel!
- Alle gucken mich an.
- Heute ist ein Mann aufgewacht!
- Ich will die Welt erobern!
- Was denken die anderen von mir?
- Mag sie mich auch?

Wenn die Bildhauer fertig sind, beginnt die Besichtigung der Skulpturen. Was meinen die Betrachter, in welcher Stimmung befinden sich die Skulpturen? Was geht ihnen durch den Kopf? Wie fühlt sich die Haltung für die „Skulpturen“ an?

Improvisierte Standbilder

Die Spieler bilden 3-5er Gruppen. Der Spielleiter nennt eine Assoziation zu Co-Starring, wie zum Beispiel: Verliebtsein. Die Gruppen bilden zu diesem Begriff spontan ein Standbild. Es gibt kein richtig oder falsch, die Herausforderung besteht darin, in kurzer Zeit gemeinsam ein Bild zu schaffen. Weitere Begriffe können sein: Gefühlschaos, Unglück, Schock, hässlich, schön, Stress, Panik, Auf Wolke sieben etc.

Bei den folgenden Statusübungen geht es ebenfalls um Körpersprache und die Auswirkung dieser auf das eigene Empfinden sowie auf das Gegenüber.

Über Status schreibt Keith Johnstone, Schauspiellehrer und Lehrer von Improvisationstheater: „Ohne Status könnten wir im Flur nicht aneinander vorbeigehen, ohne Schläge auszutauschen. Da dies körperliche Verletzungen mit sich bringen könnte, suchen wir einander nach Statussignalen ab, und derjenige, der Tiefstatus akzeptiert, weicht aus. Wenn wir uns über den Status nicht einigen können, entsteht eine unangenehme Situation, wenn wir nur zur gleichen Zeit durch die Tür gehen wollen. [...]“ (Johnstone: In: Theaterspiele 1998, S. 355).

Statusmerkmale

Zwei Spieler werden ausgewählt. Der eine ist Hochstatus und der andere Tiefstatus. Gemeinsam werden Merkmale gesammelt. Der Spieler nimmt diese in Körper, Gestik und Mimik auf.

Merkmale- Hochstatus	Merkmale- Tiefstatus
Geschmeidige Bewegungen	Ruckartige Bewegungen
Kopf nach oben gerichtet und ruhig	Kopf hängen lassen oder unruhig
Körper ist aufgerichtet und angespannt	Körper ist in sich gekehrt und schlapp
Blickkontakt halten. Wenig Augenzwinkern	Blick schweift umher. Häufiges Augenzwinkern
Hände ruhig	Hände unruhig, oft im Gesicht
Füße gerade, eher nach außen gerichtet	Füße etwas nach innen gedreht
Vollständige, lange Sätze	Bruchstückhafte Sätze

Die anderen Spieler gucken sich die beiden Spieler in Ruhe an und entscheiden sich dann für einen Status, den sie gerne ausprobieren möchte. Die Spieler gehen durch den Raum und experimentieren mit ihrem Status in der Begegnung mit den anderen. Der Status wird nach einer Weile gewechselt.

Statusreihe

Es werden zwei Reihen gebildet, so dass jeder ein Gegenüber hat. Eine Reihe hat die Aufgabe Tiefstatusfiguren zu spielen, die anderen Hochstatusfiguren. Die Spieler gehen aufeinander zu, bis in die Mitte und dann wieder auseinander. Der Status wird gewechselt, die Spieler gehen wieder aufeinander zu und auseinander.

- Die Spieler gehen aufeinander zu und wechseln in der Mitte den Status und gehen dann wieder auseinander.
- Es können auch Sätze hinzugenommen werden, wie bspw.: „Was hast du dir dabei gedacht?“ - „Tut mir leid Mama, kommt nicht wieder vor.“

Im Folgenden finden Sie Übungen, die sich konkret aus dem Text des Stückes ergeben und als Anregung für erste gemeinsame Improvisationen dienen.

Satz und Haltung

Jeder Spieler bekommt einen Satz aus dem Stück. Die Spieler gehen durch den Raum. Sie sprechen den Satz für sich, beginnen zu murmeln, werden nach und nach immer lauter. Der Spielleiter gibt verschiedene Stimmungen hinein, die jeweils für sich und in Kontakt mit den anderen Spielern getestet werden: Stimmungen können sein: traurig, wütend, gelangweilt, fröhlich, hysterisch usw. In einer letzten Runde findet jeder Spieler für sich heraus, wie sich der Satz richtig anfühlt, welche Stimmung, welche körperliche Haltung passt zu dem Satz?

Kleine Präsentation

Die Hälfte der Gruppe geht ins Publikum, die Spieler der anderen Gruppe stellen sich in eine Reihe. Es wird definiert, dass sie sich in der Reihe noch im „Off“, das bedeutet hinter der Bühne befinden. Sobald die Spieler und das Publikum bereit sind, geht das Licht an und der erste Spieler beginnt mit seiner Sequenz die Szene. Erst wenn diese wieder im „Off“ ist, ist sein Auftritt beendet und der nächste Spieler betritt die Bühne.

Zum Ende der Szene bedankt sich das Publikum mit einem riesen Applaus und sammelt gemeinsam, welche Momente ihnen besonders gut gefallen haben und begründet dies.

Sätze aus dem Stück

Ich kann doch nicht normal weiterleben als wäre nichts passiert.
Von nun an wird man mit mir rechnen müssen!
Wenn sie sich nur kurz umschauchen würde, dann könnte ich ihr direkt in die Augen schauen und lächeln.
Wenn das der Himmel ist, dann schmore ich doch lieber in der Hölle.
Warten in einem fremden Haus hat so was Unangenehmes.
Ein kleines Missverständnis kann zu großen Katastrophen führen.
Heute wäre ich besser im Bus sitzen geblieben.
Ich will die Welt in den Griff kriegen.
Das Leben ist ungerecht und ließ mich mit gebrochenem Herzen zurück.
Um zu überleben, muss man ab und zu das Leben schlagen, treten und unehrlich sein.
Die Welt wartet auf niemanden.
Das Leben wird mich nicht klein kriegen.
Vielleicht kann ich mich bis morgen verstecken.
Das Einzige, was mich nun antreibt, ist die Angst.

Das hab ich doch nicht gewollt.
Mein Leben sollte heute beginnen.
Die Welt wird meine Geschichte kennenlernen und gerührt sein.
Man schämt sich ja zu Tode, wenn einen die Mutter ständig anruft.
Die Erde unter meinen Füßen scheint zu beben.
Heute ist ein Mann aufgestanden.
Soll ich einfach die Wahrheit sagen?
Wäre ich nur nie geboren.
Es gibt unendlich viele Arten, sich selbst um die Ecke zu bringen.
Mir wird doch niemand glauben.
Ich will anders sein, aber nicht normal, und auch wieder nicht zu auffällig.
Alles an dir ist schön, meine Freundin, kein Makel haftet an dir.
Wenn ich jetzt sitzen bleibe, hab ich sie für immer verloren.

Und was kommt jetzt?

Die Spieler stehen in einem Kreis. Der Spielleiter bittet einen Spieler in die Mitte. Dieser nimmt die in der vorherigen Übung (Satz und Haltung) entwickelte Haltung zu seinem Satz ein und geht in ein Standbild. Ein zweiter Spieler kommt dazu und ergänzt das Standbild. Die Zuschauer zählen die beiden Spieler mit „54321los!“ ein. Ausgangsmaterial für die Improvisation ist der Satz von Spieler 1. Spieler 2 reagiert auf das, was Spieler 1 vorgibt. Gehen den Spielern die Ideen aus, stoppen sie und fragen die Zuschauer: „Und was kommt jetzt?“ Die Zuschauer machen Vorschläge für den Fortgang der Geschichte. Dann wird weiter gespielt. Der Spielleiter gibt den Impuls „findet ein gemeinsames Ende“. Danach wird gewechselt.

Automatisches Schreiben

Sätze aus dem Stück oder Begriffe aus den Assoziationsrunden werden auf dem Boden verteilt. Die Spieler suchen sich einen Satz, ein Begriff aus und bekommen Stift und Papier. Sie werden aufgefordert, zu dem ausgesuchten Satz alles aufzuschreiben, was ihnen in den Sinn kommt und zwar völlig ungefiltert. Das können Stichwörter oder Sätze sein. Wichtig ist, einfach loszuschreiben, ohne den Stift abzusetzen. Fällt einem nichts ein, wiederholt er das letzte Wort so lange, bis sich wieder ein Gedanke ergibt. Nach ca. 10 Minuten wird gestoppt. Das Geschriebene soll nicht korrigiert werden.

- Jeder Spieler liest sich seinen Text noch einmal durch und unterstreicht drei Stellen- das können ganze Sätze, Wörter, Fragmente sein- die ihm besonders zusa- gen. Mit diesen drei „Textmomenten“ geht jeder wieder durch den Raum und probiert diese in verschiedenen Sprecharten aus. Im Anschluss bilden alle einen Kreis mit dem Rücken zur Mitte, schließen die Augen und lassen reihum die Texte auf sich wirken.

Das **Nachgespräch** in der Gruppe findet in einem Stuhlkreis oder einer u-förmigen Bankanordnung statt. Es gibt keine dummen Fragen und es gibt kein RICHTIG oder FALSCH im Gespräch über ein Theaterstück. Der Spielleiter ist als Moderator nötig, nicht unbedingt als Wissender. Fragen, die gestellt werden, sollten möglichst an die Gruppe weitergegeben werden. Es geht um das gemeinsame Erforschen.

Hier einige **Anregungen für die Diskussion!**

„Co-Starring“ spricht Themen an, die für Jugendliche nicht aktueller sein könnten und doch vielleicht nicht allzu angenehm im Gespräch sind. Einige Fragen und Gedanken sind im Folgenden einmal zusammengefasst, um ihnen eine Diskussionsgrundlage zu schaffen.

- In der Pubertät verändert sich vor allem die Wahrnehmung. Plötzlich scheinen die banalsten Probleme weltbewegend während anderes an Priorität verliert. Was sind das für Dinge, auf die man anfängt zu achten? Geht es wirklich nur noch um das Aussehen und die Fremdwirkung? Warum ist es wichtig anderen zu gefallen?
- Die Phase zwischen Kindheit und Erwachsensein, die Adoleszenz, ist geprägt von Wandel und Identitätsfindung. Was bedeutet denn „sich selbst zu finden“? Ist man sich denn abhandengekommen? Warum müssen Themen neu verhandelt werden, warum darf man bestimmte Dinge nicht mehr? Wer oder was verbietet einem plötzlich mit dem Kuscheltier einzuschlafen?
- Sobald die Pubertät beginnt, möchte man nicht mehr mit Kindern in einen Topf geworfen werden. Das andere Geschlecht wird interessanter. Es wird mit Schminke, Schmuck und Haargel experimentiert. Aber ist man nicht viel länger im Leben erwachsen, als dass man ein Kind sein darf? Was ist es, was einen so stark antreibt alles Kindliche abzulegen? Und warum träumt man sich nur wenige Jahre später wieder zurück in die Kindheit?
- Himmelhochjauchzend oder zu Tode betrübt. Oftmals gibt es kein Gefühl in der Mitte dieser Extreme. Herzklopfen, Schamesröte und Wutausbrüche. Gibt es keinen „Normalzustand“ mehr? Und ist normal überhaupt gewünscht? Co schwört sich, alles andere als normal zu sein. Außergewöhnlich, etwas Besonderes. Aber bitte nicht zu auffällig! Geht das denn zusammen?
- „Pubertät ist wenn die Eltern schwierig werden“ heißt es oft. Es kommt schneller und häufiger zu Auseinandersetzungen in denen die Grenzen neu ausgelotet werden. Aber warum werden die Eltern peinlich und nervig, wenn sie sich doch im Grunde nicht verändern? Ist es die elterliche Pflicht sich mitanzupassen? Gibt es ein gesundes Gleichgewicht zwischen Unabhängigkeit und Sicherheit und wie kann das gewährleistet werden?
- Viele Menschen und gerade Jugendliche haben den Gedanken ihrem Leben ein Ende zu bereiten. Die Gründe sind vielfältig und unterschiedlich intensiv, trotzdem ist jeder Suizidgedanke ernst zu nehmen. Was kann man tun, wenn man den Sinn in seinem Leben vermisst? Gibt es auch Möglichkeiten jemandem zu helfen, der solche Gedanken hat? Wie erkenne ich die Signale, die mir jemand mit solchen Problemen sendet?

Mögliche Fragen zum Stück!

- Was passiert in dem Theaterstück?
- Welche Fragen hast du zur Geschichte?
- Hast du etwas nicht verstanden?
- An welchem Ort spielt das Theaterstück?
- Welches ist für dich der spannendste Moment?
- Gibt es eine Szene, die dir besonders in Erinnerung geblieben ist?
Was passiert da?
- Gibt es eine Szene, die dir nicht gefällt? Woran liegt das?
- Wie ist das Bühnenbild? Welche Spielmöglichkeiten bietet es den Spielern?
- Wie gefällt dir die Zuschauersituation?
- Wie ist es für dich, dem Schauspieler und dem Musiker so nah zu sein?
- Was hat für dich die Musik bewirkt?
- Was nimmst du von dem Stück für dich mit?
- Wie endet für dich die Geschichte?

Zum Ende des Stückes

Am Ende des Stückes wird dem Zuschauer bewusst, dass der Musiker auf der Bühne Co ist.

[...] Mit seiner letzten Kraft ist er – mit dem blauen Engel auf dem Rücken – den hohen Wolkenkratzer hinaufgeklettert. Wie er das zustande gebracht hat, weiß niemand. Aus einem Container hatte er eine Mülltüte gezogen und um seinen Kopf gestülpt, sein Mund war voller Schlaftabletten und beide Pulsadern waren aufgeschnitten. Und dann, dann ist er gesprungen. Mit dem blauen Engel in seinen Armen...

Aber wer hätte sich ausrechnen können, dass unten ein Heuwagen von der jährlich stattfindenden Landwirtschaftskonferenz parken würde? Niemand. Auch Co nicht. Sein Fall wurde von ein paar dusseligen Heuballen unterbrochen. [...]. Seither ist Co ganz schön verwirrt. Ein netter Hirnschaden hat dafür gesorgt, dass er nur noch Laute herausbringt. Aber Co kämpft dagegen an. Das Leben wird ihn nicht klein kriegen. Die Welt wird seine Geschichte kennenlernen und gerührt sein. Und jedes Jahr am selben Tag erinnert er sich in einer Fliegerjacke an seine große Liebe: Den blauen Engel...

(klopft dem Musiker auf die Schulter)

Nicht wahr Co?“ (Auszug aus: Co- Starring, Theo Franz)

- Wie hast du reagiert, als dir klar wurde wer Co wirklich ist?
- Was glaubst du wie es für Co ist, seine Geschichte immer wieder zu durchleben?
Warum macht er das?
- Hat Co das tatsächlich alles erlebt?
- Wie geht Cos Leben weiter?

Kritik schreiben

Wir freuen uns auf Feedback! Formulieren Sie nach dem Theaterbesuch ihre Meinung und schicken uns diese per Mail: frieckhoff@bochum.de

QUELLEN- UND LITERATURHINWEISE

Aurora Kelmendi, Aline Kurtoglu, Laura Ackermann, Klasse: 8a, Lessing-Schule, Bochum: „Zu Gast im Jungen Schauspielhaus“ In:

<http://www.derwesten.de/zeusmedienwelten/mediacampus/fuer-schueler/zeus-regional/bochum-und-wattenscheid/zu-gast-im-jungen-schauspielhaus-id11306141.html>, gefunden am 22.12.15.

Mark Twain: In: DasEselskind: In: <http://www.das-eselskind.com/2010/10/jugendmenschen-in-der-pubertat.html>, gefunden am 8.12.15.

Christiane Tovar, Tobias Aufmkolk „Psychologie- Pubertät“ In: http://www.planetwissen.de/gesellschaft/psychologie/pubertaet_das_leben_ist_eine_baustelle/pwwbpubertaetdaslebenisteinebaustelle100.html, gefunden am 17.12.15.

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend: „Pubertät“ In: <http://www.familien-wegweiser.de/wegweiser/stichwortverzeichnis,did=120674.html>, Ursula Sottong, gefunden am 10.12.15.

Statistiken zum Thema Selbstmord/Suizid: In: <http://de.statista.com/themen/40/selbstmord/>, gefunden am 4.1.15.

Neurologen und Psychiater im Netz, mit fachlicher Unterstützung: Prof. Dr. med. Katja Becker, Marburg (DGKJP): In: <http://www.neurologen-und-psychiater-im-netz.org/kinder-jugend-psychiatrie/warnzeichen/suizidabsichten-suizidversuch/moegliche-ursachen/>, gefunden am 4.1.15.

„Suizidalität bei Kindern und Jugendlichen Informationen des Zentrums für Schulpsychologie“, Herausgegeben von der Landeshauptstadt Düsseldorf, der Oberbürgermeister© Zentrum für Schulpsychologie, 3. Auflage. Verantwortlich Stefan Drewes, Redaktion & Text Birte Hagenhoff, Fotos www.digitalstock.de, www.photocase.de, Layout & Druckbetreuung Stadtbetrieb Zentrale DiensteVI/15-.5www.duesseldorf.de.

„Suizidgefährdete Jugendliche- Raus aus der Sprachlosigkeit“ Monika Remmler im Gespräch mit der taz: In: <http://www.taz.de/Suizidgefaehrdete-Jugendliche/!5059474/>, gefunden am 4.1.15.

SERVICE: Theater & Schule

Vor- und Nachbereitungen: Sollte das Material Sie neugierig gemacht haben, so unterstützen wir Sie gerne bei einer Vor- oder Nachbereitung an Ihrer Schule.

Nachgespräche: In den Nachgesprächen haben Sie Gelegenheit mit dem Produktionsteam ins Gespräch zu kommen. Wir sind gespannt auf die Eindrücke, Gedanken und die Kritik unserer Theaterbesucher!

Theaterworkshops für Schulklassen: Beim Bühnenbasic-Workshop wird all das ausprobiert, was man zum Schauspielen braucht. Im Impro-Workshop entstehen die wildesten Geschichten aus dem Nichts und beim Bühnenkampf-Workshop lernt man Techniken, mit denen man sich richtig verprügelt, ohne sich dabei weh zu tun.

Theaterscout: Wem es die Welt des Theaters angetan hat, kann aktiv werden und in seinem Umfeld über unser Programm informieren und als Scout Teil des Theaters werden.

Patenkarten: Wenn Sie einzelne Kinder haben, die sich einen Vorstellungsbuch nicht leisten können, möchten wir Sie auf unser Patenkartensystem aufmerksam machen. Für Fragen und Informationen rund um die Patenkarten melden Sie sich gerne im Jungen Schauspielhaus: Tel.: 0234 / 33335428, E-Mail: jungesschauspielhaus@bochum.de

Informationen: In regelmäßigen E-Mails informieren wir Sie über die aktuellen Projekte des Jungen Schauspielhauses, über theaterpädagogische Veranstaltungen, laufende Inszenierungen und unser Fortbildungsangebot. Falls Sie diese Informationen erhalten möchten, melden Sie sich gerne bei uns: jungesschauspielhaus@bochum.de.

Ausführliche Informationen erhalten Sie selbstverständlich auf unserer Homepage: www.schauspielhausbochum.de.

Bei Interesse an unseren Angeboten, setzen Sie sich bitte frühzeitig mit unserer Theaterpädagogik in Verbindung.

IMPRESSUM

Herausgeber: Schauspielhaus Bochum AÖR
Intendant: Anselm Weber
Kaufmännischer Direktor: Dr. Matthias Nowicki
Leitung Junges Schauspielhaus: Martina van Boxen
Internet: www.schauspielhausbochum.de
Redaktion: Franziska Rieckhoff
Mitarbeit: Kerstin Oppermann
Herausgabedatum: Februar 2016