

RASEN

Theater
strahl

Unterrichtsmaterial

Inhalt Unterrichtsmaterial RASEN

	Seite
Vorwort	2
INFORMATIONEN ZUM STÜCK.....	3
Figuren	4
Szenenspiegel	4
Textausschnitt Szene 3	6
Informativer Teil	8
Interview "Wiener Trainsurfer im Gespräch: Warum hast du dein Leben riskiert, Dima?"	10
Theaterpädagogische Übungen	12
METHODEN ZUR VOR- UND NACHBEREITUNG	12
Weiterführendes	17
Wo finde ich Beratung und Unterstützung?	18
Impressum	19
Theaterpädagogische Angebote bei Strahl	20

Vorwort

Liebe Leser*innen der Materialmappe,

wir freuen uns, dass ihr unser Stück **RASEN** besucht – oder es schon gesehen habt! Wir wollen euch mit unserem Stück einladen, eine bestimmte Energie zu erforschen: eine Dynamik, die zwischen Menschen entstehen kann und die unkontrollierbar werden kann.

Ihr erlebt in RASEN den Kipppunkt zwischen Spiel und Übermut, zwischen Lebendigkeit und Gefahr, zwischen Zusammenhalt und Mittäterschaft. Es geht uns dabei nicht um die eine Erklärung. Wir wissen nicht genau, wie es dazu kommt, dass drei junge Menschen einen Stein von einer Autobahnbrücke werfen.

Wir können aber versuchen, ein Verständnis für etwas zu entwickeln, das immer wieder und überall passiert: dass eine Grenze überschritten wird. Manche sagen, um Grenzen zu spüren, muss man sie fühlen. Manchmal geht das harmlos aus, aber manchmal entstehen furchtbare Unfälle oder Gewalttaten. Wir laden euch ein, über dieses ambivalente Themenfeld ins Gespräch zu kommen.

Lisa Pottstock (Dramaturgin des Stücks)

Informationen zum Stück

Es war nur ein Spiel. Ein Moment. Ein Witz. Ein Kick.

Aus einem Wettrennen wird ein Unfall, aus einem gezündeten Feuerzeug ein Großbrand. Ein Mensch stirbt, weil Jugendliche Steine auf die Autobahn werfen.

RASEN handelt von dem Kipppunkt, an dem aus der Lust am Verbotenen ein Punkt ohne Umkehr wird. Es erzählt von Mutproben, Gruppendruck und Rausch.

Zwischen Spiel und Risiko, zwischen Lebendigkeit und Gefahr, zwischen Zusammenhalt und Mittäterschaft erkundet das Stück fragile Dynamiken, die zwischen Menschen entstehen und außer Kontrolle geraten können.

Getrieben von Gefühlen wie Perspektivlosigkeit, Einsamkeit und Langeweile begeben sich drei Jugendliche auf die Suche nach Adrenalinkicks – bis plötzlich alles aus dem Ruder läuft.

RASEN behandelt die Themen

- Freundschaft
- Gruppendynamiken
- Mutproben
- Grenzüberschreitungen
- Schuld & Verantwortung

Text/Dramaturgie /Musik	Lisa Pottstock
Regie	Yeşim Nela Keim Schaub
Bühne/Kostüm	Marthe Labes
Theaterpädagogik	Florian Bilbao, Ron Iyamu
Regieassistentz	Leonie Kopineck
Spieler*innen	Matthias Kelle
	Anja Kunzmann
	Sergen Meral

Uraufführung am 11. Dezember 2025, 18 Uhr | Spielort: Theater Strahl, Ostkreuz

Figuren

A

"Sie sagen, dass unser Hautwiderstand bestimmt, wie viel Angst wir haben. Ist mein Hautwiderstand gering, dann habe ich weniger Angst. Dann fließt das Außen leichter durch mich durch. Das ist einfach so. Das ist Physik."

M

"Ich hab versucht einen Ort zu finden, an dem ich klarkomme. Ich bin los, in den Kiosk, in den Park, ins Einkaufszentrum, durch die Stadt, ins Internet...nirgends war dieser Ort."

S

"Ich hab's noch niemandem erzählt, aber ich will. Du kannst nicht davor weglaufen. Es ist passiert. Stell dich."

Szenenspiegel

1 - SCHLECHTE GEFÜHLE

A, M und S sind sich uneinig darüber wer anfangen soll. S startet einen Versuch. Er spricht mit dem Publikum über "schlechte Gefühle". A muss ihn unterbrechen. S setzt zu einem neuen Versuch an. M und A unterbrechen ihn. S sagt zu M, dass er dann anfangen soll.

2 - DRUCK

M erzählt, dass es damit anfing, dass sie keine schlechten Gefühle mehr haben wollten. Plötzlich fängt er an Personen aus dem Publikum zu fragen, warum er*sie ihn so anschauen würde. S, M und A interagieren mit dem Publikum. Irgendwann fangen S und A an, die Sätze in Richtung M zu sprechen.

Die drei machen zusammen Musik. M am Schlagzeug, S an der Gitarre und A singt.

Zusammen entdecken sie die Traverse. Sie klettern darauf herum. Sie befinden sich über der Autobahn. M und A klettern noch höher. S traut sich nicht. Auf einmal rutscht S ab und hängt an der Traverse. Beide können sich wieder hochziehen. M sagt zu S, dass er den Stein nehmen soll, wenn er mit den Autos unter ihnen kommunizieren will. S bricht ab. Lichtwechsel. S setzt an zu erzählen was passiert ist. M unterbricht ihn.

3 - DIE ZEIT

M erzählt von der Zeit, die stresst und was er dagegen tut. A, M und S reden über das subjektive Empfinden von Zeit. A und M ärgern S. Jagen ihn über das Gerüst. Das Ärgern geht in Zärtlichkeit über. Die drei umarmen sich. Sie reden über Träume und die Dämonen, die nicht verschwinden. M und S gehen zu ihren Instrumenten und machen Musik.

4 - HAUTWIDERSTAND

A erzählt vom Hautwiderstand und der Angst. Sie erzählt, dass sie sich Nachts Videos von Trainsurfern anschaut. Sie fordert M auf, zu ihr auf die Traverse zu klettern, weil sie das "Außen" gefunden hat. M klettert zu ihr hoch. A fordert M auf den Stein fallen zu lassen. S bricht ab.

5 - ES MUSS DOCH RAUS

S versucht erneut zu erzählen, was passiert ist. M und A unterbrechen ihn. S sagt, dass er es erzählen MUSS. M und A wenden sich von S ab. S fängt wieder an zu erzählen. M unterbricht ihn, indem er einen Ball gegen das Fenster wirft. M und A werfen Bälle gegen das Fenster. A fragt das Publikum, warum "man sowas macht". Die drei "streiten" sich. A verlangt von M das er ihr den Stein gibt. S filmt diese Aussage.

6 - ALLES BRICHT EIN

M rennt nach hinten und zerstört das Kamerabild, indem er die Vorhänge herab reißt. Dabei fallen die Vorhänge auf ihn herab. Er kämpft damit. S und A kommen zu ihm und nehmen die Vorhänge von ihm herunter. A holt den Fidget-Spinner und dreht ihn. M geht nach vorne auf das Podest mit dem Schlagzeug. Er hält sich an der Traverse fest und schiebt im Gehen das Podest nach hinten. Bis er nur noch an dem Gerüst hängt und in der Luft rennt. S geht mit den Vorhängen in der Hand unter die Traverse und legt sich hin. A geht zum Sound Pad am Fenster und klopft auf dieses drauf. M holt den Mini-Beamer. Leuchtet damit durch den Raum, geht auf die Traverse und leuchtet S an. S setzt sich auf. Lichtwechsel.

7 - GESTÄNDNIS

A, M und S erzählen, dass ihnen die Konsequenzen nicht klar waren. In dem Moment ging es um was anderes. Sie beschreiben, was mit der Person im Auto passiert ist. Abschließend stellt A die Fragen: "Was passierte dann? Was passiert jetzt? ".

Textausschnitt Szene 3

M

Ich hab versucht einen Ort zu finden, an dem ich klarkomme

Ich bin los, in den Kiosk, in den Park, ins Einkaufszentrum, durch die Stadt,
ins Internet...

nirgends war dieser Ort

Überall Leute, die schauen dich an und wollen was von dir.

Also wieder nach Hause

niemand da

da sind nur leere Räume mit Menschen drin

wieder raus

Kiosk Park Einkaufszentrum Internet

Der Tag geht rum, die Woche verstreicht, der Sommer ist vorbei und du
fühlst dich immer noch schlecht und es stresst dich, Zeit an sich stresst
dich, sie arbeitet gegen dich, sie vergeht, aber sie verändert nichts, sie
macht nichts besser, sie zwingt dich nur, sie zwingt dich zu essen,
aufzustehen, irgendwas zu machen, sie zwingt dich sogar, dir die Haare zu
schneiden.

Stell dir mal vor

Die Zeit zwingt dich, dir *deine* Haare zu schneiden

Das ist zu viel

Du lässt dich doch nicht vor dir herschleifen

in deinem eigenen Leben

Du brauchst jetzt Eigenantrieb

Du gehst jetzt den weg von innen

von innen, nach außen, nach oben

Du brauchst Haltung

Selbstvertrauen

Muskelaufbau

Du gehst ins Fitnessstudio

Du gehst jetzt mal ins Fitnessstudio und du trainierst und du veränderst dich und du wirst breiter und dein breiterer Körper gibt dir breiteren Platz, dein breiterer Körper gibt dir breiteren Raum, er ist real, er ist 3D, er ist Widerstand, er wird hart, er schwitzt, er glüht, er ist hungrig, er ist erschöpft, er ist müde, du machst ihn wach, du aktivierst ihn, du forderst ihn, du gibst ihm, was er braucht, du gibst ihm Eiweiß, du gibst ihm Kohlenhydrate, du gibst ihm Disziplin, du gibst ihm deinen Willen, er gibt dir einen Fokus, er gibt dir Schmerzen, er gibt dir Adrenalin, er gibt dir Kraft, er gibt dir Form, er gibt dir Ausdauer, er gibt dir das Gefühl, dass du und er, dass ihr in der Welt seid, dass du und er, dass ihr einen Platz habt in der Welt, dass du und er, dass ihr stabil hier seid

Stabile Leute, du und ich

Niemand kann dir das so geben

S

Und dann, was macht ihr dann, du und dein trainierter Body

Was macht ihr zusammen

Ihr geht nach Hause, wieder niemand da

ihr geht wieder raus, ihr geht wieder Kiosk, Park, Einkaufszentrum,

Internet, scheiße kein Geld, Einsamkeit, Langeweile, Woche

verstreicht, der Sommer ist vorbei, zack Leben vorbei.

Aber etwas fehlt

A

Ja etwas fehlt

Informativer Teil

“Dopamin und Gruppenzwang im Jugendalter”

Die Pubertät ist eine Zeit der ständigen Überforderung, und der Grund dafür liegt in den massiven Veränderungen, die das menschliche Gehirn in dieser Zeit erfährt. Hormonelle Veränderungen, die Entwicklung des Gehirns und die Herausbildung der eigenen Identität machen den Beginn der Pubertät zu einer besonders sensiblen Zeit, in der der Einfluss Gleichaltriger besonders stark ist. Einer der auffälligsten Unterschiede zwischen dem Gehirn von Jugendlichen und Erwachsenen liegt im Belohnungssystem des Gehirns.

Der Neurotransmitter namens Dopamin ist an der Verarbeitung von Belohnungen im Gehirn beteiligt, aber es ist nicht nur eine „Wohlfühlchemikalie“. Dopamin ist auch wichtig für das Lernen und die Motivation. Da das Gehirn von Jugendlichen im Vergleich zu Kindern oder Erwachsenen mehr Dopamin ausschüttet, reagieren Jugendliche empfindlicher auf Belohnungen und positive Gefühle. Eine überraschende oder unerwartete Belohnung führt zu einer zusätzlichen Ausschüttung von Dopamin. Jedes Mal, wenn wir etwas mit ungewissem Ausgang tun – also ein „Risiko“ eingehen –, wird mehr Dopamin ausgeschüttet, während wir abwägen, was passieren wird.

„Risikobereitschaft an und für sich ist nicht schlecht, und das Eingehen von Risiken ist eine Methode, mit der wir mehr über unsere Umgebung lernen“, erklären die Autoren Professor Laurence Steinberg und Professor Laura H. Carnell. Gleichaltrige Jugendliche können einander motivieren, ihre Umgebung in einer Art und Weise zu erkunden, wie sie es vielleicht nicht machen würden, wenn sie allein und vorsichtiger sind. Die Gruppe ermöglicht es dem Einzelnen also, seine Grenzen zu überschreiten, aber das kann zum Vorteil oder zum Nachteil der Person geschehen.

Gruppenzwang umfasst die Ermutigung von Einzelpersonen, ihre Einstellungen, Werte oder Verhaltensweisen zu ändern, um den Gruppennormen zu entsprechen.

In der Schule kann dies eine Vielzahl von Verhaltensweisen der Schüler beeinflussen, von der Kleidung, die sie tragen, bis hin zu den Entscheidungen, die sie bezüglich des Lernens oder der Teilnahme an außerschulischen Aktivitäten treffen. Es kann sich auch auf ihre Interaktionen auswirken und sie dazu ermutigen, sich entweder den Gruppennormen und -erwartungen anzupassen oder dagegen aufzubegehren.

Negativer Gruppenzwang kann sich auch auf die psychische Gesundheit auswirken. Er kann das Selbstvertrauen mindern und zu schlechten Schulleistungen, Distanzierung von Familie und Freunden oder verstärkten [Depressionen](#) und [Angstzuständen](#) führen. Unbehandelt kann dies letztendlich dazu führen, dass Jugendliche [sich selbst verletzen](#) oder [Suizidgedanken entwickeln](#).

Es gibt verschiedene Typen von Gruppenzwang, darunter:

- **Emotional:** Dabei werden die Gefühle einer Person manipuliert, um Schuld oder Glück zu erzeugen.
- **Verbal:** Direkte Vorschläge oder Forderungen.
- **Indirekt:** Einflüsse, die nicht direkt kommuniziert werden, aber durch Gruppennormen oder Verhaltensweisen beobachtet werden.

Hier sind **sechs Tipps für Eltern**, wie Jugendliche negativem Gruppenzwang widerstehen und gesund darauf reagieren können.

1. Schaffen Sie von klein auf eine Atmosphäre offener Kommunikation mit Ihrem Kind. Suchen Sie nach Gelegenheiten, Ihr Kind nach erlebtem oder beobachtetem Druck zu fragen und wie sich das auf sein Gefühl ausgewirkt hat. Zeigen Sie ihm, dass Sie für es da sind, zuhören und ihm bei Bedarf helfen.
2. Teilen Sie gegebenenfalls Ihre eigenen Erfahrungen mit Gruppenzwang und wie Sie damit umgegangen sind.
3. Bringen Sie Ihrem Kind bei, Grenzen zu setzen und sich in der Kommunikation durchzusetzen. Bitten Sie es, darüber nachzudenken, was es in einer negativen Situation sagen würde, und üben Sie mit ihm, auf verschiedene Arten „Nein“ zu sagen.
4. Erarbeiten Sie gemeinsam mit Ihrem Kind einen Plan und einen Ausweichplan für Situationen, in denen es negativem Gruppenzwang ausgesetzt ist. Erklären Sie ihm, dass es völlig in Ordnung ist, sich eine Ausrede auszudenken, wenn es unsicher ist, was es tun soll, und helfen Sie ihm, kreative Wege zu finden, um einer unangenehmen Situation zu entkommen.
5. Bemühen Sie sich, die Freunde Ihres Kindes und deren Eltern kennenzulernen. Ermutigen Sie Ihr Kind nach Möglichkeit, Freunde einzuladen, um sie besser kennenzulernen.
6. Fördern Sie die Selbstständigkeit Ihres Kindes und lehren Sie es, auf sein Bauchgefühl zu hören. Machen Sie ihm klar, dass es nicht allen recht machen kann und dass das in Ordnung ist.

Interview "Wiener Trainsurfer im Gespräch: Warum hast du dein Leben riskiert, Dima?"

Das Gespräch mit Dima gibt einen Einblick in eine lebensmüde Community. Er zeigt mir Videos, wie er in der Nähe von Moskau auf einem Zugdach mitfährt, wie ihn Sicherheitsmitarbeiter und Polizisten erwischen und er über die Gleise davon läuft. Vor zwei Jahren war er mehrere Wochen in Russland, um mit Gleichgesinnten zu „surfen“. Wenn er davon erzählt, trägt er immer noch ein stolzes Grinsen im Gesicht.

Inzwischen hat er das Surfen auf Zügen und U-Bahnen aufgegeben. Er musste das seiner Familie versprechen, nachdem er mit 20 Jahren einen schweren Unfall hatte, bei dem er fast gestorben wäre.

Sie waren 13, als Sie mit dem Trainsurfen angefangen haben. Wie kam es dazu?

Dima: Begonnen hat es eigentlich schon, als ich elf war. Ich habe damals meinen ersten Computer bekommen, viel Minecraft gespielt und mir Videos auf Youtube angeschaut. Dort habe ich dann ein Video von russischen Trainsurfern entdeckt und draufgeklickt. Ich war vorher schon sehr interessiert an Zügen. Diese Videos haben mich fasziniert. Ich habe mir immer mehr angeschaut und mit 13 wollte ich es dann selbst ausprobieren.

Wie kann man sich das vorstellen? Waren Sie alleine?

Dima: Ja, ich war alleine. Ich hätte da auch niemanden mitnehmen wollen. Das war auf dem Weg zu meinen Großeltern, die ein wenig außerhalb von [Wien](#) wohnen. Ich bin hinten auf einen Zug aufgesprungen. Die Fahrt dauerte zwei Minuten. Mir ging es darum, das einmal auszuprobieren.

Die vier Jugendlichen, die vor zwei Wochen (29.10.2024) einen schweren Unfall hatten, waren in der Gruppe unterwegs. Laut Psychologen agieren Teenies deutlich risikobereiter, wenn sie mit anderen Peers unterwegs sind.

Dima: Das sehe ich sehr problematisch. Wenn du so etwas in einer Gruppe machst, bist du dir der Gefahren eventuell nicht ganz bewusst. Das kann zu gefährlichen Situationen führen. Wie man bei den Jungs auch gesehen hat. Wenn man das alleine macht, hat man die Risiken zumindest für sich abgeklärt.

Auch alleine kann es zu gefährlichen Situationen kommen. Sie hatten vor zwei Jahren einen schweren Unfall, wären beinahe gestorben und lagen zwölf Tage lang im künstlichen Koma. Trotzdem sprechen Sie gerade positiv über das Trainsurfen.

Dima: Ich habe positive Erinnerungen daran. Ich habe viele Bekanntschaften gemacht und schöne Reisen erlebt. Es kann aber natürlich auch passieren, dass etwas schief geht.

Es klingt fast so, als würden Sie Ihren Unfall gar nicht schlimm finden?

Dima: Es war natürlich schlimm. Für meine Angehörigen war es wahrscheinlich schlimmer als für mich selbst. Ich würde niemandem raten, Trainsurfen zu machen. Vor allem nicht, wenn Jugendliche es nur wegen den Klicks auf Instagram und Co. machen. Da werde ich richtig wütend, weil es zu unüberlegten Aktionen kommt. Viele können die Risiken nicht einschätzen.

In sozialen Medien stacheln sich die Jugendlichen gegenseitig auf. War das bei Ihnen auch so? Sie haben in einem Youtube-Interview auch erzählt, dass Ihre Fahrten riskanter wurden, als Sie sich eine Kamera zugelegt haben und die Aktionen filmten.

Dima: Nicht, weil ich etwas hochladen wollte, sondern weil ich meine Aktionen erstmals festhalten konnte. Über soziale Medien habe ich eher Kontakte zu anderen aus der Community geknüpft.

Ärzte haben mir erzählt, dass das Trainsurfen durch soziale Medien zunimmt. Sehen Sie auch diese Entwicklung?

Dima: Ich sehe schon, dass es zunimmt. Es gibt viele Videos in sozialen Medien – teilweise mit Drohnen oder 360-Grad-Kameras gefilmt. Solche Clips ziehen Menschen an. Ich bin sehr dagegen, dass sich Trainsurfen so verbreitet. Das verleitet junge Menschen nur dazu, das nachzumachen.

Was würde die Jugendlichen Ihrer Meinung nach abschrecken?

Dima: Wenn die Strafen höher wären. Ich wurde vier Mal erwischt und nie ist etwas passiert. Einmal wurde in Deutschland ein Verfahren wegen Gefährdung des Bahnverkehrs gegen mich eingeleitet. Aber das wurde eingestellt. Es müssten hohe Strafen drohen, sagen wir 5.000 Euro und vielleicht noch zehn Tage Knast. Dazu noch hohe Sicherheitsvorkehrungen bei den U-Bahnen, man könnte mehr Kameras oder Sensoren installieren. Dann überlegt man sich zweimal, ob man das macht.

Ein lebensgefährlicher bis tödlicher Stromschlag ist nicht Abschreckung genug?

Dima: Wenn das abschreckend wäre, würden es nicht so viele machen. Aber das Risiko ist es im Endeffekt nicht wert.

(Ausschnitt aus „Wiener Trainsurfer im Gespräch: Warum hast du dein Leben riskiert, Dima?“ Erschienen am 11. November 2024 im Falter.Morgen, der Wien-Newsletter <https://www.falter.at/morgen/20241111/wiener-trainsurfer-im-gespraech-warum-riskieren-sie-ihr-leben>)

Theaterpädagogische Übungen

Methoden zur Vor- und Nachbereitung

In dem Stück RASEN geht es immer wieder um Gruppendynamiken, Vertrauen und Misstrauen. Daher würden wir dir gerne ein paar Klassiker unter den Vertrauensübungen an die Hand geben.

	Übung: Baumstamm
Dauer	15 Minuten
Themen und Ziele	Körperspannung, Vertrauen bilden, eigene Grenzen kennenlernen, Gruppendynamik
Material	/
Ablauf	<p>Die Gruppe in Gruppen von 6-8 Personen einteilen.</p> <p>In den Kleingruppen:</p> <p>Eine Person steht mit vor der Brust verschränkten Armen und muss gerade wie ein Baumstamm stehen bleiben. Die anderen bilden einen winzigen Kreis um sie herum, wobei die offenen Hände zu ihr zeigen und die Füße einen festen stand auf dem Boden haben.</p> <p>Die Person in der Mitte lässt sich in eine Richtung fallen, die anderen fangen das Gewicht ab und drücken die Person an vorher vereinbarten Stellen wie Schulter, Oberarm und Rücken sanft in Richtung Mitte zurück. Die Person in der Mitte sollte ihre Füße an derselben Stelle behalten und kann versuchen, die Augen zu schließen.</p> <p>Tipp: Geeignet ist die Methode vor allem für Gruppen, in denen du das Gefühl hast, dass sie sich schon etwas kennen und es schon ein Grundvertrauen gibt. Also weniger etwas für den ersten Schultag.</p>

Reflexionsfragen:

Wie hat es sich angefühlt in der Mitte zu sein?

Wie hat es sich angefühlt außen zu sein?

Hat es Druck gemacht Verantwortung zu tragen?

Hast du dich darauf verlassen, dass andere sich schon kümmern werden?

	Übung: Stabspiel
Dauer	10 - 15 Minuten
Themen und Ziele	Gruppendynamik und Teamwork
Material	Ein Stab der lang genug für die Gruppengröße ist
Ablauf	<p>Die Teilnehmer*innen bekommen die Aufgabe zwei, gegenüberstehende Reihen zu bilden. Dann strecken sie ihre Zeigefinger vor sich, auf Hüfthöhe aus. Die Finger sind dabei immer im Wechsel wie ein Reißverschluss „verzahnt“, ohne dass sie sich berühren. Dann wird der Stab auf alle Finger draufgelegt und den Teilnehmer*innen wird gesagt, dass sie ihn gemeinsam zum Boden bringen müssen.</p> <p>Mach deine Teilnehmer*innen am besten darauf aufmerksam, dass sie den Stab nur mit den Fingern berühren dürfen und dass die Finger gerade, <u>unter</u> ihm bleiben müssen. Das bedeutet auch, dass sie sich nicht an den Stab haken und dass sie sich nicht von ihm lösen dürfen.</p> <p>Unsere Empfehlung ist es, das ganze non-verbal zu machen, um zu verhindern, dass einzelne zu sehr den Takt angeben.</p> <p>Was wird geschehen: Der Stab wird sich als erstes nach oben bewegen. Das ist normal, weil alle nach oben drücken, damit die Finger am Stab bleiben.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Das Spiel kann nur geschafft werden, indem sich die gesamte Gruppe mit vollem Körpereinsatz nach unten bewegt. Das müssen sie aber erst einmal herausfinden.

Reflexionsfragen:

Was hat gut funktioniert?

Gab es Leute in der Gruppe, die versucht haben den Ton anzugeben?

Ist jemand davon ausgegangen, dass die anderen daran schuld sein müssen, dass der Stab zuerst nach oben gewandert ist? Warum?

Wurden Andere gar nicht oder wenig „gehört?“

Ist das öfter so in der Gruppe?

	Übung: Gruppenzwang
Dauer	5 Minuten
Themen und Ziele	Gruppendynamik
Material	Nichts außer einem Raum, den eine Person kurz verlassen kann.
Ablauf	<p>Eine Person verlässt den Raum. Ihr wird nicht gesagt, worum es bei der Aufgabe geht.</p> <p>Die Gruppe vereinbart einen oder mehrere Impulse (z. B. aufstehen, wenn jemand hustet).</p> <p>Die Person kommt zurück und soll „frei“ interagieren.</p> <p>Meist übernimmt sie den Impuls automatisch, ohne zu wissen warum.</p>

Reflexionsfragen:

Warum hast du mitgemacht?

Hat sich etwas in dir gesträubt?

Wie fühlt es sich an, „gegen die Gruppe“ zu handeln?

	Übung: Gemeinsam steigern
Dauer	10 Minuten
Ziel	Gruppengefühl, aus sich herauskommen
Material	Platz für einen Stehkreis
Ablauf	<p>Alle stehen gemeinsam im Kreis. Eine Person beginnt mit einer ganz kleinen Geste, die nächste Person daneben imitiert sie ein wenig größer und so weiter. Um die Geste zu vergrößern, dürfen auch eine passende Emotion und Geräusche hinzugefügt werden. Nach und nach sollte der ganze Körper in die Bewegung eingebunden werden. Ein Beispiel: Aus einem leichten auf die Nase tippen kann vielleicht eine große Handbewegung mit einem Ausruf werden. Dazu könnte im selben Moment noch ein Hüpfen passen. Es geht um die erste Assoziation. Also nicht lange nachdenken. Machen!</p> <p>Tipp: Das Ganze ist auch mit Emotionen oder Geräuschen zu Beginn möglich. Ist den Schüler*innen aber oft peinlicher.</p> <p>Variante: Zwei Leute stehen gegenüber voneinander und vergrößern sich gegenseitig im Wechsel bis zur „Eskalation“.</p>

Reflexionsfragen:

Wie war es die eigene Geste verstärkt zu sehen?

Hättet ihr gedacht, dass aus etwas so Kleinem, etwas so Großes wird?

Habt ihr euch gegenseitig aufgeputscht?

	Übung: Wo ist Kim?
Dauer	10 - 15 Minuten
Ziel	Spiel, Spaß, Bewegung, Gruppendynamik, Teamwork
Material	Ein Sportgegenstand wie beispielsweise ein Ball als Kim, großer Raum oder Platz
Ablauf	<p>Alle Teilnehmer*innen bis auf eine:r stellen sich in einer Linie auf. Die eine Person stellt sich mit dem Rücken zu ihnen auf die andere Seite des Platzes. „Kim“, also unser Gegenstand liegt dabei hinter der Person, zu ihren Füßen. Jedes Mal, während sie „Wo ist Kim?“ sagt, dürfen die anderen sich auf Kim zu bewegen. Wenn die Frage abgeschlossen ist, dreht sich die fragende Person um. Alle Teilnehmer*innen, die sich dann noch bewegen, können von ihr benannt werden und müssen zurück zur Startlinie. Die Aufgabe der Gruppe ist es Kim zu nehmen und zur Startlinie zu bringen. Kim darf dabei nur von Hand zur Hand gegeben werden. Einmal pro Umdrehung, darf die Person raten, wer Kim gerade in den Händen hält. Sie darf sich dafür nicht von ihrem Platz bewegen und die Hände müssen dann hochgezeigt werden.</p> <p>Tipp: Wir haben die Erfahrung gemacht, dass immer eine männlich gelesene Person als allererstes bei Kim ist. Führen Sie doch gerne noch die Regel ein, dass es immer eine weiblich gelesene Person sein muss.</p> <p>Tipp2: Die Gruppe wird früher oder später gewinnen. Um Frust zu vermeiden, ist es hilfreich, dass Sie gegen die Gruppe spielen. Wenn sie dann dabei vielleicht etwas schummeln, tun sie es wenigstens gemeinsam...</p> <p>Tipp3: Das Spiel macht vor allem dann Spaß, wenn die Frage in unterschiedlichen Rhythmen gesprochen wird.</p>

Reflexionsfragen:

Was hat gut funktioniert und warum?

	Übung: Zombie
Dauer	10 - 15 Minuten
Ziel	Spiel, Spaß, Gruppendynamik
Material	Stühle in Anzahl der Teilnehmer*innen
Ablauf	Alle Teilnehmer*innen setzen sich, bis auf eine Person, verteilt im Raum auf die Stühle. Die Person wird zum Zombie. Der letzte freie Stuhl wird gegenüberliegend vom Zombie positioniert. Der Zombie hat die Aufgabe sich auf einen freien Stuhl im Raum zu setzen. Dabei darf er nur sehr langsam gehen. Die Gruppe hat die Aufgabe ihm dies zu verwehren, in dem sich immer jemand auf den Platz setzt, der dem Zombie am nächsten ist. Sobald sich jemand aus der Gruppe von seinem Stuhl erhoben hat, muss die Person den Stuhl wechseln. Wenn der Zombie sich auf einen Stuhl gesetzt hat, wird die Person der Zombie die als letztes stand.

Reflexionsfragen:

Warst du sehr aktiv beim Spiel dabei oder hast du es eher anderen überlassen? Wenn ja, warum?

Gab es Leute in der Gruppe, die versucht haben den Ton anzugeben? Ist das öfter so in der Gruppe?

	Übung: Ich-Spiel
Dauer	8 Minuten
Ziel	Gruppendynamik, Reaktivität, Vertrauen
Material	Gruppen von Minimum 8 Personen, bei Bedarf entspannte Musik
Ablauf	Alle gehen im Raum umher und sobald eine Person "Ich!" ruft, fällt sie langsam in eine Richtung (gleiches Prinzip wie Baumstamm aber diesmal mit Augen auf). Die ganze Gruppe rennt zu ihr, um sie aufzufangen und wieder auf die Beine zu stellen. Alle gehen wieder in den Raum zurück, bis eine andere Person "Ich!" ruft. Variante: Selbes Prinzip aber nur zu zweit. Tipp: Sehr hohe Konzentration erforderlich!

Im Stück erinnern sich die Protagonisten gemeinsam an einen Tathergang, dabei wird auch mal geflunkert. Daher haben wir hier noch ein Spiel, dass eine schnelle Auffassungsgabe und Lust am Geschichten erfinden braucht.

	Übung: Requisitenlauf/Requisitenerzählung
Dauer	5 Minuten pro Person
Ziel	Kreativität, Improvisationsfähigkeit, Geschichten erzählen, Behauptung
Material	Ein Beutel voll mit alltäglichen Gegenständen
Ablauf	Eine Person steht vorne und beginnt spontan, eine ausgedachte Geschichte zu erzählen. Hinter ihr liegen in einer Reihe verschiedene Requisiten (z. B. Hut, Besen, Buch, Banane ...). Immer wenn die Person rückwärts zum nächsten Requisit geht, muss sie das Requisit in die Geschichte einbauen – spontan und möglichst kreativ. Das geht so lange, bis alle Requisiten verwendet wurden.

Reflexionsfragen:

Gab es Gegenstände, bei denen es dir leichter fiel, eine Geschichte zu erfinden? Wenn ja, warum?

Gab es andere bei denen es dir schwerer fiel? Wenn ja, warum?

Weiterführendes

Literatur- und Filmtipps

“Wenn junge Menschen töten. Ein Kinder- und Jugendpsychater berichtet.” von Helmut Remschmidt (Sachbuch, sehr nüchtern und analytisch, enthält u.a. den Fall der Steinewerfer)

“Nullerjahre. Jugend in blühenden Landschaften.” Von Hendrik Bolz (Roman, autobiographisch, Aufwachsen in Ostdeutschland zwischen Nazigewalt und Arbeitslosigkeit, Drogen, Gewalt, Gruppenzwang)

“Euphoria” HBO-Serie (Jugendliche, die etwas fühlen wollen, Kompensation psychischer Krankheit, Drogen, Sex, Gewalt, Umgang von Schule & Eltern)

“Adolescence” Netflix-Serie (Mord eines 13-Jährigen an einer Mitschülerin, verschiedene Perspektiven darauf, Incelculture, Socialmedia)

Doku über jugendliche Trainsurfer in Südafrika:

<https://www.youtube.com/watch?v=vAwprnQZJcw> (abgerufen am 20.11.25)
(Streik der Bahn-Security, Perspektivlosigkeit, Sucht, Tod)

„Wir – Der Sommer, als wir unsere Röcke hoben und die Welt gegen die Wand fuhr“ belgisch-niederländischer Spielfilm (und Buch) von René Eller (jugendliches Aufbegehren gegen die Erwachsenenwelt, Spiel, Gruppenzwang, Sex, Prostitution, Vergewaltigung – Triggerwarnung: sehr heftig)

„Kriminelle Jugendliche. Die neue alte Debatte über das Strafmündigkeitsalter“ Artikel

(<https://www.deutschlandfunk.de/strafmuendig-kinder-jugendkriminalitaet-100.html>)

„Kriminologe: Negative Effekte bei der Herabsetzung der Strafmündigkeit“ Hörbeitrag

(<https://www.deutschlandfunk.de/gestiegene-kinder-und-jugendkriminalitaet-diskussion-um-strafmuendigkeit-dlf-6a079948-100.html>)

„Wie umgehen mit Gewalt und Straftaten Jugendlicher?“

Hörbeitrag (<https://www.deutschlandfunk.de/jugendkriminalitaet-wie-begegnen-wie-loesen-dlf-0e316fc9-100.html>) (hier werden die verschiedenen Perspektiven/Reaktionen der Erwachsenenwelt sehr klar)

Wo finde ich Beratung und Unterstützung?

Neuhland Beratungsstelle

Schnelle kostenfreie und anonyme Hilfe für junge Menschen in Krisensituationen.

Tel: **030 - 873 01 11** (Mo-Fr 9-18h)

<https://beratungsstelle.neuhland.net/info.html>

NummergegenKummer

Darüber reden hilft. Bei uns können sich Kinder, Jugendliche, Eltern und andere Bezugspersonen kostenlos und anonym beraten lassen.

Kinder und Jugendtelefon: 116 111

Elterntelefon: 0800 111 0550

<https://www.nummergegenkummer.de>

TelefonSeelsorge

Sie sind nicht allein. Unterstützung

in schwierigen Lebenslagen.

Tel: [0800 1110111](tel:08001110111) / [0800 1110222](tel:08001110222)

oder [116 123](tel:116123) (24/7)

<https://www.telefonseelsorge.de>

DAJEB Beratungsführer

Hier können Sie sich entweder sämtliche
Beratungsstellen innerhalb eines bestimmten
Postleitzahlen-Bereichs oder in einem Ort

oder Beratungsstellen mit einem ausgewählten
Beratungsschwerpunkt in diesem Bereich anzeigen lassen.

<https://www.dajeb.de/beratungsfuehrer-online/beratung-in-ihrer-naehe/>

Impressum

Redaktion: Florian Bilbao, Ava Conrad, Ron Iyamu

Layout: Lena Lenz

Deckblatt: Studio von Fuchs und Lommatzsch

Danke an alle, die bei der Erstellung des Materialhefts unterstützt haben.

Kontakt

Theater Strahl, Marktstr. 11, 10317 Berlin

strahl@theater-strahl.de | T: (030)236 340 30

RASEN

wird gefördert von Senatsverwaltung für Kultur und gesellschaftlichen
Zusammenhalt.

Theaterpädagogische Angebote bei Strahl

Theaterpraktische Workshops

im Theater und in der Schule verschaffen den Schüler*innen mit den Mitteln des Theaters einen direkten Zugang zur jeweiligen Inszenierung.

Nachgespräche mit Schauspieler*innen

Die Schüler*innen kommen mit den Schauspieler*innen über das Stück ins Gespräch.

Öffentliche Proben

Nach dem Besuch einer Theaterprobe tauschen sich die Jugendlichen mit den Theaterprofis aus.

Premierenklassen

Die Premierenklasse begleitet den Probenprozess eines Stückes, berät das Produktionsteam, entwickelt gemeinsam mit den Theaterpädagog*innen einen künstlerischen Beitrag und ist Ehrengast bei der Premiere.

Begleitmaterial

Zu jedem unserer Stücke bieten wir didaktisches Material zur Vor- und Nachbereitung des Theaterbesuchs an. An der Theaterkasse oder zum Download auf der Website unter der jeweiligen Stückseite.

Strahl.Spezial

In Anbindung an ausgewählte Stücke geben Expert*innen unterschiedlicher Fachrichtungen praxisorientierte Impulsvorträge und Workshops, in denen Methoden zu unterrichtsrelevanten Themengebieten vorgestellt und erprobt werden.

Selber auf der Bühne stehen

Der TheaterJugendClub **Ensemble Angestrahlt** und das Open Stage Format **Kühne Bühne** laden alle ein, die Lust haben selbst auf der Bühne von Theater Strahl zu stehen.

Ganz nah dran!

Sie sind Lehrer*in oder pädagogische Fachkraft, schätzen unser Theater und haben Interesse an einem engen Kontakt mit uns? Wir laden Sie ein, **Kontaktlehrer*in** oder gleich **Kooperationsschule** zu werden.

Weiterführende Informationen zu allen Angeboten auf:

<https://www.theater-strahl.de/theaterpaedagogik>

oder unter tickets@theater-strahl.de T: 030 236 340 300