



# KIWI ON THE ROCKS

Klassenzimmerstück von Daniel Ratthei

**PREMIERE: 17. NOVEMBER 2016**

**AKADEMIE DER WISSENSCHAFTEN UND LITERATUR, MAINZ**

Theaterpädagogisches Begleitmaterial ab der Schulstufe 7





Liebe Pädagoginnen, liebe Pädagogen,

KIWI ON THE ROCKS ist mehr als ein Stück über Alkoholkonsum. Es zeigt auf, was passieren kann, wenn ein Teenager, der sich selbst und seine Grenzen nicht (mehr) spürt, zur Flasche greift, um dazuzugehören, um mutig zu sein, um zu vergessen. Es zeigt auf, was passieren kann, wenn man Nein meint und Ja sagt, wenn man die Kontrolle über seine Reaktionen, seine Privatsphäre, sein Leben verliert.

Mit Alexandra Ebert haben wir eine Darstellerin der Kiwi, die mit ihren Mitte Zwanzig dem Zielgruppe noch nicht so lange entwachsen ist. Die Darstellung der Kiwi, die intime Bühnensituation und die Purheit der Inszenierung wollen die Jugendlichen ansprechen ohne sie und ihre Probleme vorzuführen.

Nach jeder Vorstellung gibt es ein Nachgespräch mit der Darstellerin und einem/r Mitarbeiter\*in des Jungen Theaters. Darin setzen wir uns inhaltlich und formal mit dem Stück auseinander und möchten auch auf die Erfahrungen und Gedanken der Jugendlichen in Bezug auf Alkohol und dessen Missbrauch eingehen. Gemeinsam überlegen wir, wie die Geschichte eine positive Wendung nehmen könnte und welche Unterstützung Kiwi braucht.

Diese Begleitmaterialien enthalten weitere, zum Teil ergänzende Anregungen und Tipps zur vertiefen- den selbständigen Vor- und Nachbereitung.

Bei Fragen stehen wir Ihnen selbstverständlich immer zur Verfügung. Über ein Feedback per Mail oder postalisch freuen wir uns!

Ihr  
Junges Theater Hof

09281 / 70 70 - 111  
leitung.jungestheater@theater-hof.de

# INHALTSANGABE

BESETZUNG .....	2
KONTAKT FÜR BUCHUNGEN.....	2
ZUM STÜCK .....	3
INTERVIEW MIT ALEXANDRA EBERT (Kiwi) .....	4
WIE WIRD MAN EIGENTLICH SCHAUSPIELER*IN? – EINE ÜBERSICHT.....	6
VORSCHLÄGE ZUR PRAKTISCHEN VOR- UND NACHBEREITUNG IM UNTERRICHT .....	8
TEXTE UND WEITERFÜHRENDE QUELLEN ZUM THEMA ALKOHOLKONSUM .....	10
IMPRESSUM .....	17

# BESETZUNG

## KIWI ON THE ROCKS

*Ein Klassenzimmerstück von Daniel Ratthei*

<b>INSZENIERUNG</b>	Bernd Plöger
<b>DRAMATURGIE</b>	Zuzana Masaryk
<b>SPIELLEITUNG / THEATERPÄDAGOGIK</b>	Zuzana Masaryk / Ewelina Kukushkina / Janina Werner / Valerie Bast
<b>REGIEASSISTENZ</b>	Janine Prager
<b>KIWI (KIRSTEN WITTENBRINK)</b>	Alexandra Ebert

**PREMIERE:** 16.11.2016, Akademie der Wissenschaften und der Literatur, Mainz

**DAUER:** ca. 55 Min + 30 Min Nachgespräch

## KONTAKT FÜR BUCHUNGEN

Wir spielen KIWI ON THE ROCKS gern auch in Ihrer Schule (ab der 7. Klassenstufe), setzen Sie sich mit uns in Verbindung.

Kontakt:

Zuzana Masaryk – Leitung Junges Theater

09281 / 70 70 – 111

[buchung.jungestheater@theater-hof.de](mailto:buchung.jungestheater@theater-hof.de)

[leitung.jungestheater@theater-hof.de](mailto:leitung.jungestheater@theater-hof.de)

## ZUM STÜCK

Kiwi will ihr Leben genießen. Frei sein. Und vor allem: selbst entscheiden, was für sie gut ist. Dazu gehört ganz klar Alkohol. Der macht nämlich schön locker und mutig. Viel mutiger, als Kiwi eigentlich ist. So hat sie das Gefühl, dazuzugehören und wirklich tough zu sein. Darauf stehen die Jungs, glaubt sie. Und nur darum geht es. Auch wenn die oft mehr wollen als nur Knutschen und damit mehr, als Kiwi geheuer ist. Viel lieber stylt sie sich auf, geht feiern und überlässt dem Alkohol die Kontrolle über sich. Lässt zu, dass ihr alles egal wird. So auch in der einen Nacht, in der alles aus dem Ruder läuft...

Daniel Rattheis im Auftrag des Schleswig-Holsteinischen Landestheaters geschriebener Text erzählt überzeugend von den Wünschen und Ängsten heranwachsender Mädchen, bei deren Erfüllung, beziehungsweise Überwindung, Alkohol immer öfter als willkommener Helfer erscheint.



KIWI ON THE ROCKS besticht durch die authentische, unsentimentale Sprache, in der die Protagonistin ihre Gedanken fließen lässt. Die Schülerinnen und Schüler erleben das Stück in der gewohnten Atmosphäre ihres Klassenzimmers. Im Anschluss an die Vorstellung besteht die Möglichkeit eines Nachgesprächs mit dem Theaterpädagogischen Teams des Theaters und der Darstellerin.

## INTERVIEW MIT ALEXANDRA EBERT (Kiwi)

### **Liebe Alexandra, du spielst zum ersten Mal ein Klassenzimmerstück und dann auch noch alleine. Wie ist das für dich?**

Ich habe viel Respekt vor einer Klasse zu spielen. Ich denke, das braucht es auch. Wir dringen in ihre gewohnte Sphäre ein und nutzen ihr Klassenzimmer als Spielfläche. Schauspielerin und Publikum stehen sich direkt gegenüber, es gibt nicht viel Distanz.

Darum ist es umso wichtiger, die Stimmung aufzunehmen und zu wissen, wie gehe ich damit um: Ist die Klasse gerade aus dem Sportunterricht gekommen, ist jemand unruhig, wie sind die Reaktionen. Wie kann ich darauf reagieren und die Spielsituation annehmen, dass es für beide Seiten eine spannende Vorstellung wird.

### **Warum bist du Schauspielerin geworden?**

Meine Eltern haben mich schon als Baby zu ihrer Hobby-Theatergruppe mitgenommen. Ich habe schon früh angefangen, in Theatergruppen mitzuspielen, bin gerne zu Theater-, Ballett- und Musicalvorstellungen gegangen und da kam der Wunsch ganz schnell, selbst auf der Bühne zu stehen und in Produktionen mitzuwirken. Es macht mir wahnsinnig viel Spaß in einem Team vom Text bis zur ersten Vorführung an einem Projekt zu arbeiten.

### **Liebe Alexandra, jetzt mal ehrlich, wieviel Kiwi steckt in dir?**

Hmm. Also ich musste meine Grenzen auch erst herausfinden. Allerdings hatte ich immer Rückhalt von meinen Eltern, Schwester und Freunden, die aufpassen. Ich glaube, ich hätte immer, egal wo und wann, meine Eltern anrufen können, dass sie mich abholen müssen. Und dadurch, dass Alkohol, Partys usw. bei uns nie ein Tabuthema waren, hatte ich nie das Gefühl, ausbrechen oder eskalieren zu müssen.

### **Wie hätte die 14-jährige Alexandra das Stück und die Hauptfigur gefunden?**

Also beim ersten Lesen vom Stück, fand ich sie ehrlich gesagt nervig. Aber dann habe ich gemerkt woran es liegt: Kiwi steckt meistens in einer Situation, die sie doch gut analysieren kann, sie weiß, was sie sagen und machen möchte, aber schafft es nicht. Eigentlich war es bei mir eher eine Nervosität von „Warum tut sie es denn nicht endlich?!“, die sich bei mir aufgebaut hat und das daraus entstehende Mitleid. Ja, eigentlich tut sie mir sehr leid und ich würde ihr gerne helfen. Ich glaube, dass hätte ich auch schon mit 14 so gesehen.

### **Gibt es szenische Momente, die dich beim Spielen besonders herausfordern oder bei den Proben am kniffligsten waren?**

Ich bin ja eine Umbesetzung, also schon die 5. *Kiwi*-Darstellerin, da hab ich schon erstmal den Gedanken bekommen, dass ich in große Fußstapfen und Erwartungen trete. Außerdem hatte ich nur eine Woche Zeit, den Text zu lernen, das war noch eine Hürde. Aber während des Probens habe ich gemerkt, dass sich alles fügt und es echt Spaß macht, auch mal *Kiwi* zu sein.

### **Wenn du deinen Zuschauer\*innen eine Lebensweisheit mit auf den Weg geben dürftest, welche wäre das?**

Keiner Person können die Gefühle abgeschrieben werden. Sie existieren und jeder sollte darauf

eingehen. Es ist niemals uncool, dazu zu stehen und sich für sich selbst einzusetzen, genauso für andere. Es ist niemals falsch, „Nein“ zu sagen! Und es niemals falsch, jemanden bei seinen Gefühlen und Entscheidungen zu unterstützen.

**Vielen Dank für das Gespräch!**



## **ALEXANDRA EBERT**

Geboren in Berlin // Ausbildung an der Akademie für Darstellende Kunst Bayern // 2021-23 Freie Schauspielerin in Berlin, Siegburg, Ettlingen und in der Oberlausitz // seit 2023 als Schauspielerin und Theaterpädagogin am Theater Hof

# WIE WIRD MAN EIGENTLICH SCHAUSPIELER\*IN? – EINE ÜBERSICHT

Dem Schauspieler wird innerhalb der Produktion eine Rolle übertragen, die er mit seinen künstlerischen Möglichkeiten Gestik, Mimik und Stimme unter Zuhilfenahme von Maske, Kostüm und Requisiten gestaltet. Für den Zuschauenden stellt der Darstellende fiktive Figuren in fiktiven Situationen und Handlungen dar. Er spielt eine Rolle, eine erdachte Figur, aber auch historisch belegte Personen. Vor Beginn der Einstudierung, der eigentlichen Probenarbeit, muss sich der Schauspieler im Selbststudium mit seiner Rolle beschäftigen. Diese Arbeit wird auf der Probe gemeinsam mit den anderen an der Produktion beteiligten Darstellern unter Anleitung der Regie fortgesetzt. Wichtig ist dabei die Fähigkeit des Schauspielers, der Regie eigene Vorschläge für die Rollengestaltung zu machen. Im Schnitt betragen die Proben vier bis acht Wochen pro Inszenierung.

Eine Schauspielerkarriere hängt von vielen, oftmals schwer beeinflussbaren Faktoren ab. Neben der **Ausbildung** eigener künstlerischer Fähigkeiten kann auch der **Typ** entscheidend sein. Manche Schauspieler erleben den Höhepunkt ihrer Karriere bereits in jungen Jahren, andere kommen erst nach vielen harten Berufsjahren zu künstlerischen Erfolgen. Nicht immer entspricht der so genannte Marktwert dem tatsächlichen Können, oft ist er auch nur ein Resultat optimaler Vermarktung. Die Öffentlichkeit spielt im Leben eines Schauspielers eine entscheidende Rolle. Kritiker können mit ihren Bewertungen **Schauspielerschicksale** mitentscheiden. Aber auch Kollegen, Regisseure und Intendanten tragen zum Ruf eines Schauspielers bei. Viele Regisseure bevorzugen im Laufe ihrer Karriere die Zusammenarbeit mit bestimmten Schauspielern. Oftmals ist deshalb die Entwicklung eines Schauspielers mit der eines Regisseurs verquickt.

## Allgemeine Voraussetzungen

Menschenkenntnis, Grundkenntnisse der Psychologie gepaart mit Fantasie und hoher physischer Belastbarkeit sind für eine Arbeit als Schauspieler unerlässlich. Disziplin braucht man sowohl für den Beruf als auch für die Ausbildung. Formal wird für das **Studium** der Fachrichtung Schauspiel eine abgeschlossene Schulbildung (Mittlere Reife oder Hochschulreife) vorausgesetzt. Davon können Ausnahmen gemacht werden, wenn eine **besondere Begabung** nachgewiesen wird.

Da an den meisten Schauspielschulen nur ein Bruchteil der Bewerber eines Jahrgangs aufgenommen wird, gibt es **harte Auswahlkriterien** und **Zulassungsbeschränkungen**. Das Mindestalter beträgt 18 (an manchen Schulen 17) Jahre; das Höchstalter zu Beginn des Studiums meist 24 bzw. 25 Jahre. Die gesundheitliche Tauglichkeit muss durch ein ärztliches Attest nachgewiesen werden. Die Modalitäten der oft mehrtägigen Aufnahmeprüfung variieren von Schule zu Schule (öffentlich oder privat) und müssen im Einzelfall dort erfragt werden.

## Ausbildungswege

Unterschiedliche Ausbildungswege führen zum Beruf: die meist vierjährige, schulgeldfreie Ausbildung an einer **staatlichen bzw. städtischen Schauspielschule** oder Kunsthochschule mit der Fachrichtung Schauspiel oder die Ausbildung an einer **privaten, schulgeldpflichtigen Schauspielschule** bzw. der private Einzelunterricht bei einem Schauspiellehrer.

Die Ausbildungswege an privaten und öffentlichen Instituten unterscheiden sich zum Teil erheblich. Bei vielen Privatlehrern ist zu befürchten, dass der komplexe Fächerkatalog, den eine staatliche Schule bietet, nicht vermittelt werden kann. Wer sich für eine solche Ausbildung entscheidet, muss sich des späteren **Berufsrisikos** bewusst sein. Im Allgemeinen umfasst das Studium die vier Bereiche Atem/Stimme/Sprechen, Körper/Bewegung, Spiel/Darstellung und Theorie, die in Einzel- und Gruppenunterricht vermittelt werden. Viele Schulen arbeiten überdies eng mit einem Theater zusammen, um von Beginn an einen Bezug zur Praxis herzustellen. An den staatlichen bzw. städtischen Schulen endet das Studium mit einer Abschlussprüfung, die den Rang eines Diploms besitzt. Auch ohne Schauspielerausbildung kann man mit Talent und Glück an ein Engagement kommen. Dies ist jedoch an deutschen Theatern eher die **Ausnahme**.

Quelle und mehr über Berufe am Theater: [www.buehnenverein.de](http://www.buehnenverein.de)



# VORSCHLÄGE ZUR PRAKTISCHEN VOR- UND NACHBEREITUNG IM UNTERRICHT

Nach jeder Vorstellung sprechen wir mit den Schülern über ihre Eindrücke, den Inhalt und die problematischen Momente des Stücks. Die folgenden Vorschläge dienen für eine noch intensivere selbstständige Vor- und Nachbereitung mit der Klasse.

## ZUR VORBEREITUNG

### **Einstimmung aufs Klassenzimmer**

Sammeln Sie an der Tafel Begriffe, die den Schüler\*innen zu „Theater“ einfallen. Was gehört alles zu einem Theaterstück? Wer ist an einer Aufführung beteiligt? Was habt ihr bei eurem letzten Theaterbesuch im Theatergebäude alles gesehen? Vielleicht nennen die Schüler\*innen die Wörter Vorhang, Schauspieler, Scheinwerfer, Kostüme, Perücken, Tickets usw. Machen Sie sie darauf aufmerksam, dass auch bestimmte Rituale zu einem Theaterbesuch dazu gehören. So ziehen sich manche besonders schick an, wenn Sie ins Theater gehen; ein Gong oder Klingelzeichen lädt Das Publikum ein, sich ihre Plätze zu suchen und nach einer Vorstellung wird applaudiert.

Erzählen Sie nun der Klasse, dass KIWI ON THE ROCKS bei Ihnen im Klassenraum gespielt wird. Was wird hier anders sein? Wie wird sich das anfühlen? Was wird so sein, wie bei einem Besuch im Theater?

## ZUR NACHBEREITUNG

### **Schreiben einer Biographie und eines alternativen Endes**

Lassen Sie die Schüler\*innen nach dem Theaterstück Vermutungen über Kiwi anstellen. Sie sollen sich für Kiwi eine Biografie ausdenken und aufschreiben. Die Mädchen ihrer Klasse können diese Biografie in Ich-Form formulieren, die Jungen in der dritten Person. Außerdem können die Schüler\*innen Geschichten erfinden, wie es mit Kiwi weitergeht – vorausgesetzt, sie entscheidet sich nicht vom Brückenpfeiler zu springen. Welchen Dingen muss sie sich stellen? Bei wem könnte sie Hilfe suchen, wer steht ihr zur Seite?

### **Alles außer einem Stuhl**

Die Inszenierung kommt ganz ohne Bühnenbild und mit fast keinen Requisiten aus. Lediglich ein Stuhl dient als Spielobjekte. Der Stuhl wird jedoch von Kiwi auch so bespielt, dass er sich in etwas anderes verwandelt. Um selber auszuprobieren, was noch alles aus einem Stuhl werden kann, wenn man ein bisschen Fantasie hat, wird im Klassenzimmer eine Bühnensituation geschaffen. Auf die Bühne wird ein Stuhl gestellt. Nacheinander geht jeder Spieler auf die Bühne und bespielt den Stuhl so, dass er zu einem anderen Gegenstand oder Lebewesen wird. Der Stuhl darf niemals als Stuhl verwendet werden.

Beispiel: Ich spreche den Stuhl an, streichle ihn und gehe mit ihm spazieren – der Stuhl wird zu einem Hund. Wenn der Spieler von der Bühne gegangen ist, dürfen die anderen sagen, was sie gesehen haben.

## **„Die Geschichte verändern“ – eine Gruppenübung nach dem Prinzip des Forumtheaters<sup>1</sup>**

Die Klasse bildet Kleingruppen mit max. 5 Personen. In den Gruppen werden Situationen und Geschichten gesammelt, in denen ein Junge oder Mädchen (zu viel) Alkohol trinkt oder Drogen nimmt. Die Geschichten werden in verteilten Rollen erst in Kleingruppen geprobt. Dann wird ein Stuhlkreis gebildet und jede Gruppe zeigt ihre szenischen Ideen. Dabei wird die Situation zunächst bis zum Ende im „worst case“-Szenario durchgespielt. Danach wird die Szene erneut gespielt, nur das diesmal die anderen Schüler aufgefordert sind einzugreifen. Wer einen Wendepunkt in der Geschichte erkennt, klatscht und die Darsteller\*innen frieren in ihren Posen ein. Nun werden Lösungsvorschläge geliefert und nacheinander im Spiel umgesetzt. Dazu können auch Darsteller\*innen ausgewechselt werden und die Zuschauer mit den Veränderungsideen übernehmen die Rolle(n), die nun anders handeln soll(en).

## **„Nein!“ - Abgrenzung spielerisch ausprobieren**

Nein sagen fällt nicht immer leicht, vor allem Mädchen neigen dazu, entweder gar nicht Nein zu sagen oder das Nein nicht bestimmt genug herauszubringen. Auch Kiwi schluckt das herunter, was ihr eigentlich im Kopf herumgeht und sagt oft, was sie glaubt, dass die anderen es hören wollen.

Sein eigenes „Nein“ reflektiert zu bekommen und es zu üben geht so:

Alle bilden einen Kreis im Stehen. Ein\*e Spieler\*in tritt in den Kreis und sagt „Nein“. Dann tritt er/ sie zurück. Danach imitieren allen anderen im Kreis das eben gesagte „Nein“ so genau wie möglich.

Körpersprache und Stimmlage sollen so gut es geht gespiegelt werden. Nach und nach werden so viele „Nein“-Varianten ausprobiert und die Wirkung der verschiedenen Neins gespürt. Wer mit seinem gespiegelten „Nein“ nicht zufrieden ist, kann dann solange probieren, bis ihm/ihr die Rückmeldung der anderen, und damit auch das eigene Auftreten, gefällt.

**Anmerkung:** Manchmal ist es besser, wenn die Mädchen die Übung erst in einem geschützten Raum und ohne die männlichen Zuschauer ausprobieren. Sie trauen sich dann eher aus sich heraus und sind weniger in Sorge, durch zu starkes Auftreten nicht „feminin“ genug zu wirken. Wenn die Mädchen die Übung allein gemacht haben, ist es sinnvoll die Jungen dazu zu holen und die Übung gemeinsam zu machen.

---

1 Das Forumtheater ist die zentrale Methode im Theater der Unterdrückten, das Augusto Boal (Rio de Janeiro) entwickelt hat. Im Forumtheater wird dem Publikum eine Szene vorgestellt, die schlecht und unbefriedigend endet. Ein Joker ermutigt das Publikum, die dargestellte Szene im Dialog zu einem besseren Ende zu bringen. Die Zuschauenden können sich in die dargestellten Szenen einwechseln und die Schauspielenden, die Schwache, Diskriminierte oder Benachteiligte spielen oder ersetzen. Dabei geht es um die Antworten auf diese Fragenbeispiele: Was würde ich in der dargestellten, gespielten Situation tun? Quelle: [www.wikipedia.de](http://www.wikipedia.de)

# TEXTE UND WEITERFÜHRENDE QUELLEN ZUM THEMA ALKOHOLKONSUM

## GEFÄHRLICHER TREND: MÄDCHEN UND ALKOHOL

Zwar trinken Mädchen immer noch weniger Alkohol als Jungen, sie holen aber erschreckend auf. Es werden sogar mehr junge Mädchen mit Alkoholvergiftung in Kliniken eingeliefert als Jungen. Woran liegt das? Können Eltern vorbeugen? Wie reagieren, wenn die Tochter angetrunken nach Hause kommt?

*von Gabriele Möller*

## **Angetrunkene Mädchen werden leicht Opfer sexueller Gewalt**

Alkohol ist für viele Jugendliche erschreckend alltäglich. Laut einer aktuellen Studie im Auftrag der Deutschen Angestellten Krankenkasse (DAK) haben zwei Drittel aller Schüler zwischen zehn und 18 Jahren schon Alkohol getrunken. Sie fangen dabei durchschnittlich mit 15 Jahren an, viele machen aber schon mit zwölf erste Erfahrungen mit Bier und Wein. 37 Prozent aller Jugendlichen, so die Studie, greifen mindestens einmal pro Woche zum Glas.



Foto: © iStockphoto.com/ TACrafts

Das „Vorglühen“ vor der Party mit Bier (bei Jungen) oder Drinks aus Limonaden und Schnaps (bevorzugt von Mädchen) ist dabei nur die erste Stufe. Mehr als 40 Prozent aller Jugendlichen praktizieren mindestens einmal pro Monat das „Binge-Drinking“ (engl. binge = Saufgelage), bei dem es gilt, in möglichst kurzer Zeit betrunken zu werden. Die Zahl dieser „Koma-Säufer“ steigt: Im Jahr 2000 waren es laut Statistischem Bundesamt noch 9500, im Jahr 2008 schon 25.700 Jugendliche. Dies führen Suchtexperten nur zum Teil darauf zurück, dass die Umgebung heute aufgeklärter ist und früher den Notarzt ruft. Für Mädchen ist der Vollrausch dabei besonders gefährlich, warnt die Bundeszentrale für

gesundheitliche Aufklärung. Sie erreichen bei gleicher Alkoholmenge deutlich höhere Promillezahlen als Jungen, weil sie eine geringere Blutmenge haben. Dies ist auch der Grund dafür, dass die Zahl der Mädchen, die mit Alkoholvergiftung in Kliniken eingeliefert werden, größer ist als die der männlichen Teenager.

Nicht nur der Alkohol selbst bedroht aber die Gesundheit der Mädchen. Sie haben in angetrunkenem Zustand ein hohes Risiko, Opfer von sexuellen Übergriffen und sexueller oder anderer Gewalt zu werden. Wie Jungen haben und verursachen sie außerdem häufiger Unfälle (bei denen oft auch Unbeteiligte zu Schaden kommen) und verletzen sich eher.

## **Mädchen holen beim Alkoholkonsum auf**

In Berlin wurde vor einiger Zeit eine Zwölfjährige mit 2,15 Promille von der Polizei aufgegriffen. Sie hatte angegeben, aus Liebeskummer Wodka mit Cola getrunken zu haben. Eine absolute Ausnahme? Leider nicht. Jeder fünfte Jugendliche zwischen zwölf und 17 Jahren trinkt mindestens einmal monatlich bis zum Umfallen, so die BZgA in ihrem Suchtbericht 2009. „Meinen ersten Vollrausch hatte ich an Fasching, als ich 13 war. Naja, so besonders, wie alle erzählen, war's nicht. Eher gar nicht toll“, erzählt Doreen (14 \*). „Meine Eltern sind streng gegen Alk. Aber es ist halt normal, dass man ab und zu was trinkt. Solange du noch weißt, was du tust, und nicht kotzend in der Ecke liegst und dich blamierst, ist alles okay“, findet Sabina (14). „Meine Eltern sind total gegen Alkohol und verbieten ihn mir auch.-Aber in meinem Freundeskreis

gehört das einfach zu einer gelungenen Party dazu“, erzählt Tamara (15). „Mit 13 war ich das erste Mal angetrunken, von Grappa und Bier. Mit 14 ging es dann los auf Partys, die wir bei meinem damals 19jährigen Freund veranstaltet haben. Natürlich hat der dann auch Bier und Schnaps gekauft“, erinnert sich Michelle (19). „Mit 13 habe ich mich schon abends mit Freunden einfach in eine Bar gesetzt. Dass das ging, lag wohl daran, dass ich älter aussehe“, erzählt Bianca (15).

Erschreckend ist, wie oft Eltern nicht wissen (wollen), dass ihr Kind schon Alkohol trinkt. „Mit meinen Eltern habe ich nie darüber geredet. Und ich bin mir sehr sicher, dass sie auch quasi nie was davon mitbekommen haben“, erzählt Michelle. „Meine Eltern haben noch nie realisiert, dass ich ab und zu schon ein bis zwei Becks in mir habe, wenn ich heim komme“, glaubt auch Bianca.

\* alle Namen geändert

## **Die Tochter fühlt sich überfordert, wie können Eltern vorbeugen?**

Die Gründe, warum Mädchen heute früher und mehr trinken, sind nicht leicht zu fassen. Einer von ihnen ist die Verwischung der traditionellen Rollenmuster. "Das Verhalten unserer Jugend ist 'unisex'. Die Rollenverteilung ist nicht mehr klar definiert. Mädchen probieren riskantere Verhaltensweisen aus, dringen auch beim Alkohol in bislang männliche Domänen ein", so Dr. Edelhard Thoms, Chefarzt der Kinder- und Jugendpsychiatrie im Parkkrankenhaus Leipzig.

Ein weiterer Grund ist, dass viele Mädchen in ihrem Alltag zu wenig Herausforderungen haben. „Wenn Shopping und Starbucks die einzigen Freizeitbeschäftigungen sind, mangelt es an Herausforderungen. Das Leben ist so langweilig, dass man offen ist für alles“, erläutern Frederik Kronthaler und Anne Lubinski, Leiter der Drogenberatungsstelle condrops in München. Dass Alkohol generell schon bei 13jährigen salonfähig ist, liege auch an der Verwischung zwischen der Welt der Jugendlichen und der Erwachsenen: „Diese Trennung ist in vielen Familien aufgehoben. Kinder werden wie Freunde behandelt und mit massiven Problemen wie Arbeitslosigkeit, Geldnot oder Scheidung konfrontiert“, so die Suchtberater. Hier könne der Alkohol auch eine Flucht vor Überforderung sein.

## **Alkohol – keine Frage der sozialen Schicht**

Wieder andere Teens wollen mit dem Alkoholtrinken schlicht in der Clique dazu gehören. Aus Sicht des Kölner Suchtforschers Michael Klein kommt aber auch den Eltern eine große Bedeutung zu. "Stark gefährdet sind Kinder von alkoholkranken Eltern", so Klein. Aber auch schwelende Konflikte in der Paarbeziehung der Eltern oder zu wenig Interesse der Eltern am Jugendlichen fördern Ängste und Selbstzweifel und damit einen frühen Umgang mit Alkohol.

Viele Eltern glauben, dass Alkohol bei Jugendlichen eher ein Problem sozial benachteiligter Schichten sei. Ein Trugschluss, denn im Gegenteil trinken Gymnasiasten gegenüber Real- und Hauptschülern überdurchschnittlich häufig. Jeder dritte Gymnasiast trinkt bereits regelmäßig Alkohol (gegenüber jedem Vierten an anderen Schulformen). Ein Grund, so Silke Rupprecht von der Leuphana Universität in Lüneburg, sei der gefühlte hohe Leistungsdruck am Gymnasium.

## **Können Eltern vorbeugen?**

Eltern können nicht immer verhindern, dass ihr Teenie früh gefährliche Experimente mit Alkohol macht. Zu groß ist dafür der zunehmende Einfluss der Freunde. Trotzdem können sie das Risiko senken. „Die Familie spielt eine entscheidende Rolle bei der Vermittlung von Werten, Normen und Verhaltensmustern. Sie bietet den Kindern Schutz und Rückhalt bei der Bewältigung von Entwicklungsaufgaben - und auch bei den damit verbundenen Risiken“, so Dr. Elisabeth Pott, Direktorin der BZgA.

Das wissen viele Eltern natürlich, aber was bedeutet das in der Praxis? Der zentrale Begriff ist für

Suchtexperten hier die „partnerschaftliche Familie“. In ihr herrscht ein Klima von gegenseitigem Verständnis, Anteilnahme, Aufmerksamkeit. Teenager fühlen sich von den Eltern begleitet und geachtet, Eltern und Heranwachsender bleiben im Gespräch. Miteinander zu reden heißt dabei nicht, dass es keine Konflikte gäbe. Sondern, dass Eltern versuchen, die Sichtweise ihres Teenagers zu verstehen und dies auch zeigen. Sie fragen nach und interessieren sich nicht nur für schulische Leistungen, sondern auch dafür, wie es ihrem Kind in der Schule und der Clique geht. Sie unternehmen viel mit dem Jugendlichen gemeinsam. Sie bleiben am Kind und zeigen unbeirrt Interesse, auch wenn sich der Teen spröde oder ablehnend gibt.

## **Was tun, wenn die Tochter angetrunken heim kommt?**

Trotzdem kann es passieren: Die Tochter kommt später heim als verabredet, sie ist patzig, spricht verwaschen, und rasch wird klar: Sie ist angetrunken. Die Reaktion der Eltern auf den ersten Schrecken ist meistens Wut. „Doch Vorwürfe und Schimpfen erreichen den Teenager jetzt nicht“, so Christa Merfert-Diete von der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS). Die Eltern sollten gelassen bleiben, rät die Fachfrau im urbia-Gespräch. „Das Wichtigste ist zu prüfen, ob medizinische Hilfe nötig ist. Man sollte schauen: Ist das Kind ansprechbar? Hat es normale Reflexe?“ Falls Zweifel bestehen, muss der Notarzt gerufen werden. Doch auch wenn dies nicht nötig erscheint, sollten Eltern den Jugendlichen während der Nacht nicht allein lassen. „Angetrunkene Teenager wollen sich meist nur noch hinlegen. Hier besteht die Gefahr, dass es zum Erbrechen und infolgedessen zu Atemproblemen kommt, wenn das Erbrochene nicht abfließen kann.“ Aber auch nach einem weniger stark angetrunkenen Kind sollten die Eltern mindestens alle 30 Minuten sehen, so Merfert-Diete.

Ist am nächsten Morgen Schule, wird pünktlich geweckt, Schuleschwänzen sollte es auch bei Katerbeschwerden nicht geben. Noch am selben Tag sollte das Thema Alkohol besprochen werden. „Wichtig ist, dass das Gespräch nicht unter Zeitdruck oder zwischen Tür und Angel stattfindet, sondern dass dafür wirklich Ruhe vorhanden ist“, betont Suchtexpertin Merfert-Diete. Doch wie spricht man mit einem lustlosen Teen, der alles abblockt? „Eltern überwinden die Abwehr des Mädchens am besten, indem sie zuerst von sich und ihren Gefühlen sprechen“, so die Fachfrau. Sie könnten sagen: „Ich habe mich sehr erschrocken, als du angetrunken nach Hause gekommen bist. Ich weiß, dass Alkohol schlecht ist für Jugendliche, sie können sogar Hirnschäden davon bekommen.“ Es sei auch wichtig, dem Mädchen zu sagen, dass man angetrunken kaum noch kontrollieren kann, wer was mit einem macht. „Viele Jugendliche wissen außerdem nicht, dass es über das Betrunkensein hinaus Langzeitschäden gibt, die man anfangs noch nicht bemerkt.“ Hierzu gehören die Suchtgefahr und Entwicklungsstörungen des Gehirns oder der Persönlichkeit.

## **Auch eigenes Trinkverhalten unter die Lupe nehmen**

Danach muss der Teenager Gelegenheit bekommen, seine Sicht der Dinge zu schildern: warum getrunken wurde, wie es dazu kam, was daran angenehm oder unangenehm war. In der letzten Phase des Gesprächs sollten gemeinsam Regeln festgelegt werden: Es wird bestimmt, ob, bei welchen Anlässen und wie viel getrunken werden darf. Klar sollte dabei sein, dass überhaupt nur Alkohol getrunken wird, wenn die Eltern dabei sind. „Totale Kontrolle ist nicht möglich. Deswegen ist es wichtig, dem Teenager zu zeigen, dass man bereit ist, ihm zu vertrauen – und dies auch tut“, so Merfert-Diete. Die meisten Jugendlichen möchten dieses Vertrauen nicht enttäuschen. „Man kann auch Konsequenzen ankündigen für den Fall, dass die Regeln gebrochen werden. Falls man dies tut, sollte die Sanktion dann auch erfolgen, sonst macht man sich unglaubwürdig“.

Eltern sollten außerdem auf die gesetzlichen Bestimmungen pochen, wonach Kinder unter 16 Jahren keinen Alkohol in der Öffentlichkeit trinken dürfen, und unter 18 keine hochprozentigen Getränke (Schnaps). „Wichtig ist das Vorbild der Eltern. Sie müssen einen risikobewussten Umgang mit Alkohol vorleben“, so

Merfart-Diete. Dazu gehöre, dass Eltern niemals vor dem Autofahren tranken, und auch nicht bei Belastungen oder Stress. Damit nicht der Eindruck entstehe, Alkohol könne Probleme lösen oder schlechte Gefühle lindern. „Eltern sollten deutlich sagen, dass Alkohol ein Rauschgift ist. Zwar eines, dass man als Erwachsener in kleinen Mengen trinken kann, aber bei dem man immer um die Risiken wissen muss.“ Eltern sollten selbst nur wenig und nicht täglich Alkohol trinken - und sich natürlich niemals betrinken.

## **„Nein“ zum Alkohol: so geht's leichter - Hilfe für Jugendliche**

Sich von der Gruppe mit einer unpopulären Haltung abzugrenzen, fällt Teenagern schwer. Trotzdem gibt es trotz aller Negativ-Schlagzeilen viele Jugendliche, die nicht mitmachen. „Ich finde es immer voll lächerlich, wenn sich schon Vierzehnjährige betrinken. Außerdem schmeckt mir das überhaupt nicht. Ich trinke lieber Cola“, erzählt Magdalena (14). Und auch Vallie (15) sagt selbstbewusst: „Wenn die sich selber zerstören, ist das ihre Schuld, dass müssen sie selber verantworten. Aber bitte: Was ist das schon für ein Leben, wenn man die ganze Zeit tut, was andere [die Clique] von einem wollen?“

Hat man einen lockeren Spruch parat, fällt das Neinsagen leichter. Ein paar Anregungen für Teenager:

- Nee du, ich brauch' meine Gehirnzellen noch!
- Sag' mal: Säufst du noch oder lebst du schon?
- Wie sagt man NEIN auf deinem Planeten?
- Danke, ich bin auch so crazy genug
- Ich will mit 17 meinen „Lappen“ machen, wenn ich vorher wegen Alkohol auffalle, geht das nicht!
- Nein, mir geht's bereits großartig!
- Danke, ich habe auch so genug Fantasie
- Nee, da ess' ich ja Mamas Graupensuppe noch lieber
- Ich bin allergisch
- Nein, bei dem Wetter echt nicht
- Hä? Saufen ist doch längst wieder out!
- Ich versuche zur Zeit, mal weniger beliebt zu sein
- Nein, zum Glück brauch' ich das nicht

## **Warum Alkohol für Jugendliche schädlich ist - weitere Infos für Eltern**

- Bei Jugendlichen setzt die Wirkung des Alkohols verspätet ein, so dass sie zunächst große Mengen trinken können, bevor sie plötzlich bewusstlos werden.
- Bei einer Alkoholvergiftung kann es zum tödlichen Atemstillstand kommen, Jugendliche können aber auch an ihrem eigenen Erbrochenen ersticken, wenn sie bewusstlos sind oder angetrunken schlafen.
- Alkohol bremst das Hirnwachstum von Jugendlichen, das erst mit etwa 18 Jahren abgeschlossen ist. Schon bei geringeren Mengen Alkohols sterben Gehirnzellen ab.
- Wenn die Leber Alkohol abbaut, setzt sie keine Glukose frei. Die folgende Unterzuckerung kann zur Bewusstlosigkeit führen.
- Mädchen und Frauen können Alkohol schlechter abbauen als Männer, da sie weniger von den dafür nötigen Enzymen besitzen.
- Beim Abbau von Alkohol wird Ethanol freigesetzt, das die Ausschüttung von "Glückshormonen" ankurbelt. Je früher das Belohnungszentrum im Gehirn auf diese Weise stimuliert wird, desto tiefer brennt sich der Effekt ein.
- Bei Teenagern kann es daher schon nach sechs Monaten häufigeren Alkoholkonsums zur Abhängigkeit kommen.

**Weitere Informationen:**

Broschüre der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: „Alkohol – reden wir darüber“ Elternbrief der Hessischen Landesstelle für Suchtfragen HLS

Hotline der Sucht- und Drogen-Hotline der BZgA: 01805 – 31 30 31 (Krisen- und Notfallberatung für den Akutfall)

Info-Telefon zur Suchtvorbeugung der BZgA: 0221 / 89 20 31 (bei allgemeinen Fragen oder Beratungswunsch)

Quelle: <http://www.urbia.de/magazin/gesundheit/gefaehrlicher-trend-maedchen-und-alkohol>



## FAKT IST, DASS...

... 70 Prozent der 12- bis 17-Jährigen schon einmal Alkohol getrunken haben. Von den jungen Erwachsenen im Alter von 18 bis 25 Jahren haben 95,7% schon einmal im Leben Alkohol getrunken.

...es egal ist, welche Schulform Schülerinnen und Schüler besuchen: , Zwischen Gymnasium oder Gesamt-, Real- oder Hauptschule gibt es keinen statistisch signifikanten Unterschied im Alkoholkonsum.

... es hingegen einen klaren Zusammenhang mit dem Migrationshintergrund gibt. Schülerinnen und Schüler, die selbst oder deren Eltern aus der Türkei, Asien oder Osteuropa stammen, trinken weniger und weniger häufig (riskant) als ihre Altersgenossen ohne Migrationshintergrund.

... es geschlechtsspezifische Unterschiede gibt: Es trinken mehr männliche Jugendliche regelmäßig als weibliche. Auch die durchschnittlichen Trinkmengen sind bei männlichen Jugendlichen höher.

...6,3 % der männlichen und 3,9 % der weiblichen 12- bis 17-Jährigen trinken pro Tag mehr Alkohol, als selbst Erwachsenen empfohlen wird.

... schätzungsweise über 100.000 Kinder und Jugendliche bis circa 25 Jahre in Deutschland alkoholabhängig oder stark alkoholgefährdet sind.

... die Zahl der Jugendlichen, die mit akuter Alkoholvergiftung im Krankenhaus behandelt werden müssen, zwischen 2000 und 2012 um 180,4 Prozent gestiegen ist (von 9.514 auf 26.673).

Quelle: <http://www.aktionswoche-alkohol.de/hintergrund-alkohol/lebensalter/jugendliche.html>

# „ALKOHOL? KENN DEIN LIMIT:“

ist eine Kampagne der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) für Jugendliche und junge Erwachsene. Auf der Website [www.kenn-dein-limit.info](http://www.kenn-dein-limit.info) können sich junge Menschen über Alkoholkonsum informieren, Fakten, Wirkung und Risiken kennenlernen. Ein Selbsttest sensibilisiert für den eigenen Umgang mit Alkohol und gibt Tipps, diesen so zu gestalten, dass man an seinem Limit bleibt.

Ein Auszug aus der Infobroschüre:

## LIMITS BEIM ALKOHOL

### RISIKOARMER ALKOHOLKONSUM BEI GESUNDEN ERWACHSENEN



**FRAUEN:**  
Ein Standardglas pro Tag  
(10 – 12 Gramm reiner Alkohol)



**MÄNNER:**  
Zwei Standardgläser pro Tag  
(20 – 24 Gramm reiner Alkohol)

**FÜR BEIDE GESCHLECHTER GILT:**  
An mindestens zwei Tagen pro Woche sollte gar kein Alkohol getrunken werde, damit sich keine Gewöhnung entwickelt.

### AB WELCHER MENGE WIRD ALKOHOL ZUM RISIKO?

Alkohol ist grundsätzlich ein Risiko für die Gesundheit. Medizinische Studien zeigen, dass bei Frauen das Gesundheitsrisiko messbar steigt, wenn sie mehr als 10 bis 12 Gramm reinen Alkohol (ein Standardglas) pro Tag konsumieren. Bei Männern liegt diese Grenze bei etwa zwei Standardgläsern.

Wer wenig trinkt, kann von einem verhältnismäßig niedrigen Risiko ausgehen. Doch Vorsicht: Die Grenzwerte gelten für Erwachsene ohne gesundheitliche Vorbelastungen. Jugendliche sollten möglichst wenig Alkohol trinken: Bis zum 20. Lebensjahr finden im Gehirn wichtige Umbau- und Entwicklungsprozesse statt. Alkohol kann diese Prozesse gefährden. Vor allem Rauschtrinken schädigt das junge Gehirn.

## VON PROZENT ZU PROMILLE

WENN EINE FRAU UND EIN MANN DIE GLEICHE MENGE ALKOHOL TRINKEN, ERREICHEN SIE UNTERSCHIEDLICHE PROMILLEWERTE.

Frauen haben einen Körperflüssigkeitsanteil von etwa 60%.



**10g reiner Alkohol**  
(= ca. 0,25 l Bier)

---

**33kg Körperflüssigkeit**  
(bei 55 kg Gewicht)

≈

**0,3 PROMILLE**

**1 BIER**  
0,25 l  
(5 Vol.-%)



Männer haben einen Körperflüssigkeitsanteil von etwa 70%.



**10g reiner Alkohol**  
(= ca. 0,25 l Bier)

---

**56kg Körperflüssigkeit**  
(bei 80 kg Gewicht)

≈

**0,18 PROMILLE**

Ausführliche Infos und Rechenbeispiele zur Promillewert-Bestimmung findest du online auf: [www.kenn-dein-limit.info](http://www.kenn-dein-limit.info)

## SO BLEIBST DU IM LIMIT

**WASSER TRINKEN!**

Bei Durst trinkt man meist mehr. Deshalb lieber erst mal etwas ohne Alkohol bestellen.



Beim Trinken Zeit lassen, um den Überblick zu behalten.



**NEIN DANKE!**

Freundlich, aber bestimmt „Nein“ sagen, wenn du keinen Alkohol trinken möchtest. Meist wird deine Entscheidung einfach akzeptiert, und niemand ist beleidigt.



An Freunden orientieren, die weniger oder keinen Alkohol trinken.



Trinkspiele oder Flatrate-Partys meiden.



Bei Sorgen oder Stress besser nüchtern bleiben. Alkohol löst keine Probleme und zieht dich oft noch mehr runter.



Eine Runde für alle? Lieber mal aussetzen oder etwas alkoholfreies bestellen.



Vorsicht bei Hochprozentigem! Sonst ist die Party schnell vorbei.

Quelle und weiterführende Informationen: [www.kenn-dein-limit.info](http://www.kenn-dein-limit.info)

# IMPRESSUM

Herausgeber	Theater Hof GmbH Kulmbacher Str. 5 95030 Hof <a href="mailto:info@theater-hof.de">info@theater-hof.de</a> <a href="http://www.theater-hof.de">www.theater-hof.de</a>
Spielzeit 2023/24	
Intendant	Reinhardt Friese
Kaufmännisch-technischer Geschäftsführer	Florian Lühnsdorf
Redaktion	Nina Eichhorn
Layout	Melanie Gückel
Kontakt Theaterpädagogik	Zuzana Masaryk Tel. 09281 / 7070 – 111 E-Mail: <a href="mailto:leitung-jungestheater@theater-hof.de">leitung-jungestheater@theater-hof.de</a>
	Janina Werner Tel. 09281 / 70 70-123 E-Mail: <a href="mailto:theaterpaedagogik@theater-hof.de">theaterpaedagogik@theater-hof.de</a>
Buchung	<a href="mailto:buchung.jugendtheater@theater-hof.de">buchung.jugendtheater@theater-hof.de</a> über Zuzana Masaryk
Szenenfotos	Theater Hof
Portraitfoto	Alexander Schank