

# MONSTA

NACH DEM BILDERBUCH VON  
DITA ZIPFEL UND MATEO DINEEN  
AB 4 JAHREN



**BEGLEITMATERIAL**  
Hintergrundinformationen  
und theaterpädagogische  
Anregungen

# INHALT

-  Begrüßung  
----- 3
-  Stückinfo  
----- 4
-  Begleitende Angebote  
----- 5
-  Dein Besuch im Theater - In leichter Sprache  
----- 6
-  Gruseln als Form der „Angstlust“  
----- 7
-  Alleinsein mit Ängsten  
----- 8
-  Treue Gefährten: Warum Kuscheltiere für Kinder so wichtig sind  
----- 9
-  Spielpraktische Übungen  
----- 10
-  Gesprächsimpulse  
----- 12
-  Literaturtipps  
----- 13
-  Quellen  
----- 13
-  Informationen
-  Anwendungsmöglichkeit

 geeignet zur Vorbereitung des Vorstellungsbesuchs

 geeignet zur Nachbereitung des Vorstellungsbesuchs

**Herausgegeben von:**

Theater Dortmund /  
KJT Theatervermittlung und Dramaturgie:  
Kristina Kost und  
Jacqueline Rausch  
Intendant: Andreas Gruhn

Spielzeit 2024/2025

# LIEBE PÄDAGOG\*INNEN, LIEBE INTERESSIERTE,

In „Monsta“ widmen wir uns einem Thema, das uns schon im frühen Alter betrifft: Ängste und Grusel, die wir mit anderen teilen, aber auch ganz allein mit uns ausmachen. Ausgangsfragen des Theaterstückes sind dabei: Was ist eigentlich Grusel? Wie entsteht Grusel und wie gehe ich mit meiner Furcht um? Kann gruseln vielleicht auch Spaß machen? Dabei erlebt das Publikum einen Perspektivwechsel, indem es der Figur des Monsters bei seinen Anstrengungen das Kind zu erschrecken zusieht. Durch den Perspektivwechsel werden die Zuschauenden eingeladen sich aktiv mit Grusel und Furcht zu beschäftigen.

Monsta kann super gut monstern. Und es mag sein ruhiges Leben. Doch Monsta ist frustriert: Das Kind, bei dem es eingezogen ist, zeigt keine Angst. Monsta strengt sich an, aber es gibt sich am Ende geschlagen und zieht wieder aus. Auf lustige und skurrile Art wird sich mit Leichtigkeit und Komik dem Thema Furcht und Grusel angenähert. Durch musikalische Unterstreichung und das Zusammenspiel zwischen Schauspiel und Musik wird das Thema Grusel und Erschrecken entmachtet und man kann sich die Frage stellen: Macht gruseln nicht auch ein wenig Spaß?

Auf den folgenden Seiten finden Sie Hintergrundinformationen sowie Anregungen für die Vor- und Nachbereitung zu den Themen: Furcht, Grusel, Grusellust und Erschrecken.

Wir möchten ermutigen, sich mehr mit der Thematik Furcht, insbesondere vor Monstern, und Grusel zu beschäftigen. Dafür bieten wir verschiedene Übungsansätze an.

Ein herzliches Dankeschön geht an dieser Stelle an unsere Expert\*innen der FABIDO Kita Lünenerstr.

Wenn Sie konkrete Fragen haben, uns eine Rückmeldung zum Begleitmaterial oder zur Inszenierung geben möchten, dann schreiben Sie uns:

[theatervermittlungkit@theaterdo.de](mailto:theatervermittlungkit@theaterdo.de)

Viel Freude beim Ausprobieren und ein positives Theatererlebnis wünschen:

Kristina Kost (Theatervermittlung),  
Jacqueline Rausch (Dramaturgie)



**JEDES KIND HAT EIN RECHT AUF GRUSEL.**

## MONSTA

Monsta wohnt unter dem Bett und heißt eigentlich Harald. Aber der Name passt schon lange nicht mehr, findet Monsta. „Wenn du mich mal gesehen hättest. Riesengroß und hammergefährlich! Deine Hose wär voll. Bis oben hin.“ Monsta kann super gut monstern. Es hat so viel geübt! Monsta mag sein ruhiges Leben. Aber Monsta ist frustriert: Da hat es sich extra dieses eine Kind ausgesucht und ist eingezogen. Feste Arbeitszeiten, keine Überstunden, klare Aufgabe. „Ich mach Grusel und du erzitterst.“ Leider nützen alle Versuche nichts! Das Kind schläft einfach weiter, schnarcht und grinst im Traum. Vielleicht muss das Kind erst noch wachsen, um sich so richtig zu fürchten? Aber was, wenn nix hilft? Was wird nur aus Monsta? So kann es jedenfalls nicht weitergehen!

Im liebevollen Zusammenspiel von Schauspielern und Musikern werden Formen und Arten des Gruselns geschaffen, erfunden und kreiert. Anhand der Figur Monsta entdeckt der Zuschauende, dass Grusel Furcht erzeugen kann, aber Grusel nicht gleich Grusel ist. Monsta zeigt, dass Gruseln eine Kunst ist, dass Gruseln sogar Spaß machen kann und ein leichter Schauer über dem Rücken vielleicht angenehm sein kann...

### Monsta

ab 4 Jahren

*Premiere am 12. September 2024*

KJT Dortmund - Theater für junges Publikum

Aufführungsdauer 45 Minuten

Es spielt

Harald/Monsta Jan Westphal

Regie Antje Siebers

Ausstattung Julia Schiller

Dramaturgie Jacqueline Rausch

Theatervermittlung Kristina Kost

Musik Max Wehner

Regieassistenz Franz Marie Hoffmann

Inklusionsmanagement Dorit Remmert

### Hinweise zu sensiblen Inhalten und sensorischen Reizen

Es geht ums Erschrecken. Es gibt ein paar Stellen mit gedämmtem Licht (blau und rot). Es kommt zwischendurch laute Musik vor.

### Weiteres

Bilder- sowie Videomaterial zum Stück finden Sie hier: [Monsta: Theater Dortmund](#)



## BEGLEITENDE ANGEBOTE

### THEATERWORKSHOP

Der Theaterworkshop findet unmittelbar vor dem Besuch der Vorstellung im Theater statt. Unter theaterpädagogischer Anleitung nähern sich die Kinder und Jugendlichen einer Klasse oder Gruppe spielerisch dem Thema des Stückes und den ästhetischen Mitteln der Inszenierung.

Dauer: 45 Minuten

Infos und Anmeldung bei Theaterpädagogin Kristina Kost:  
[theatervermittlungkjt@theaterdo.de](mailto:theatervermittlungkjt@theaterdo.de)

### HINWEISE ZU SENSIBLEN INHALTEN UND SENSORISCHEN REIZEN

In dieser Vorstellung kommen laute Geräusche vor, zum Beispiel Monstergeräusche und lautes Rufen sowie atmosphärische Musik. Mehrmals gibt es etwas lautere Musik. Die Beleuchtung ist gedämmt. Die Themen Grusel und Fürchten sowie Erschrecken werden verbal und szenisch thematisiert.

### NACHGESPRÄCH

Das moderierte Nachgespräch findet im Anschluss an den Vorstellungsbuchung vor Ort im Theater statt. Eindrücke aus der Inszenierung können geteilt sowie Fragen an das Produktionsteam gerichtet werden.

Dauer: ca. 30 Minuten

Nur nach vorheriger Anmeldung bei der Dramaturgie des KJT: Milena Kowalski  
[mkowalski@theaterdo.de](mailto:mkowalski@theaterdo.de)



# DEIN BESUCH IM THEATER

## - IN LEICHTER SPRACHE

Das passiert:

Du sitzt im Theater-raum.

Du schaltest dein Handy aus.

Das Licht geht aus.

Die Leute werden ruhig.

Alle schauen auf die Bühne.

Das Theaterstück beginnt.

Alle sind zusammen in einem Theater-raum:  
die Schauspielerinnen und Schauspieler und das  
Publikum.

Das ist das Besondere im Theater!

Damit das klappt, ist dieses Verhalten wichtig:

Leise sein.

Nicht essen oder trinken.

Wir wünschen dir viel Spaß im Theater!

## GRUSELN ALS FORM DER „ANGSTLUST“



© Birgit Hupfeld

### ANGSTLUST: „EIN BISSCHEN GRUSELN IST SCHÖN!“

Warum es Kindern gut tut, wenn sie sich ihren Ängsten spielerisch nähern und ein bisschen gruseln dürfen – zu Halloween, bei einem gruseligen Kinderfilm oder -buch oder ganz einfach im dunklen Herbstnebel ...

„Angstlust“ nennen Psycholog\*innen dieses paradoxe Phänomen, den Spaß am Gruseln. Wenn wir Menschen ein Rascheln hören oder einen unheimlichen Schatten sehen, wird tief im ältesten Teil unseres Gehirns die Amygdala blitzschnell aktiv. Mithilfe von Stresshormonen wie Adrenalin versetzt sie unseren ganzen Körper in einen angespannten Alarmzustand – wir sind bereit, für unser Leben zu kämpfen oder zu fliehen.

Zeitlich etwas verzögert, schaltet sich unser höherentwickelter Cortex dazu und analysiert die Lage. Wenn er uns meldet: „Das war keine echte Bedrohung, nur der unheimliche Special Effect eines Films und Du sitzt auf dem sicheren Sofa!“, läuft durch unseren ganzen Körper eine Welle der Erleichterung und Freude, ausgelöst von so angenehmen Botenstoffen wie Dopamin und körpereigenen Opiaten. Auf dieser wilden Achterbahn der Gefühle zwischen Anspannung und Entspannung holen wir uns immer wieder einen Kick beim Gruseln.

Bei ganz kleinen Kindern funktioniert das noch nicht, denn für sie sind gruselige Filme, Geschichten und verkleidete Menschen Realität und bleiben das auch. Ihr Cortex ist noch nicht ausgereift genug, um Entwarnung zu geben, sie weinen und versuchen sich der Situation zu entziehen. Doch mit drei bis vier Jahren durchlaufen Kinder einen wichtigen Entwicklungsschritt: Sie beginnen zu unterscheiden zwischen „wahr“ und „vorgestellt“, zwischen „etwas sein“ und „so tun als ob“.

Ab diesem Alter beginnen Kinder auch, sich ihren Ängsten spielerisch zu nähern. „In selbst erschaffenen Monstern begegnen Kinder ihren Problemen, können diese anschauen, begreifen und überwinden“, meint der Autor des Buches „Menschen brauchen Monster“, Hubert Filser. Evolutionär betrachtet hat sich die Angstlust als Überlebensvorteil erwiesen, denn dank ihr setzen Kinder sich immer wieder dem Nervenkitzel aus.

Sie erschaffen Situationen in Fantasie und Spiel, in denen sie ohne echte Gefahr üben können, mit ihren Gefühlen der Bedrohung und Angst umzugehen.

Wichtig ist allerdings, dass die Balance stimmt: Wohligeres Gruseln spüren Kinder ebenso wie

Erwachsene nur auf dem feinen Grat zwischen „gar nicht aufregend genug!“ und „viel zu schrecklich!“. Wo genau dieser verläuft, ist individuell sehr unterschiedlich.

„Ich kann mit meinen Freunden den Grusel feiern und darüber lachen!“. Meist sind wir Menschen, besonders Kinder, unseren Ängsten hilflos ausgeliefert. Wenn wir aber beschließen, sie aktiv in unser Leben zu holen und uns gruseln wollen, dann gewinnen wir ein Stück Distanz und Gestaltungsfreiheit zurück: Wir feiern zusammen die Angst, spielen und lachen mit ihr und können sie so besser bewältigen. Die ritualisierte Angst ist so alt wie die Menschheit: Beim Erzählen unheimlicher Geschichten am Lagerfeuer, mit schrecklichen Fratzen, die den Winter austreiben, oder durch Feiern wie dem keltischen Samhain, an dem verkleidete Menschen die Geister abschreckten und das zum heutigen Halloween wurde, haben sich unsere Vorfahren mit ihren Ängsten auseinandergesetzt. Und dabei die gleiche Angstlust gespürt, mit der unsere Kinder heute nach gruseligen Erlebnissen suchen, die für sie gerade noch aushaltbar sind. (aus: Angstlust: „Ein bisschen Gruseln ist schön!“ - Biber-BlogBiber-Blog)



ZÄHNE GEFEILT, MASKEN GEBAUT, MONSTERBLICKE GEÜBT, MIT TÜREN GEQUIETSCHT, PUPPEN VERSTECKT ...

## ALLEINSEIN MIT ÄNGSTEN

Alleinsein ist, wenn ich mir selbst genug bin. Einsamkeit, wenn mir dazu etwas fehlt. Einsamkeit betrifft nicht nur Erwachsene. Kinder und Jugendliche können ebenfalls unter diesem schmerzhaften Gefühl leiden. [...] Warum sind Kinder und Jugendliche von Einsamkeit betroffen? Einsamkeit ist mehr

als nur das Fehlen von sozialen Beziehungen. Auch in Gruppen können Menschen einsam sein. Es ist ein tiefgreifendes Gefühl, das körperliche und mentale Auswirkungen haben kann. Einsamkeit wird oft nur mit älteren Menschen in Verbindung gebracht, aber auch Kinder und Jugendliche können stark davon betroffen sein. Einsamkeit bei Kindern und Jugendlichen hat durch die Covid-19 Pandemie zugenommen. [...]



© Birgit Hupfeld



HARALD, HAB ICH GESAGT, DU KÜMMERST DICH JETZT UM DIESES KINT.

Gemeinsam gegen Einsam: Jede\*r kann aktiv etwas gegen Einsamkeit bei Kindern und Jugendlichen tun:

1. Enge Freundschaften fördern
2. Über Einsamkeit sprechen [...]
3. Sensibilisierung für Bedürfnisse, z.B. im Rahmen von Elternabenden
4. Beteiligung ermöglichen. [...] Selbstwirksamkeitsförderung ist Einsamkeitsprävention und Demokratiebildung zugleich.

(aus: Blogbeitrag - DRK Wohlfahrt, drk-wohlfahrt.de)

## TREUE GEFÄHRTEN: Warum Kuscheltiere für Kinder so wichtig sind

[...] Viele Kinder haben ein Lieblingsstofftier, das sie über alles lieben. Psychologen nennen es ein Übergangsobjekt, das den Kindern beim ersten Abgrenzungs- und Ablöseprozess von den Eltern hilft. Es lindert Trennungängste, tröstet und gibt Sicherheit und Halt. Es ist eine „emotionale Versicherung“ und Spielgefährte zugleich, wie die beiden Wissenschaftlerinnen Andrea Holler und Maya Götz in ihrer Studie „Die Gefährten der Kindheit“ herausgefunden haben: „In diesem Sinne wird das Lieblingskuscheltier zum Teil der Identitätsarbeit und dient zur Selbst-Entwicklung.“ Für viele Kinder ist es mit das Wichtigste im Leben. Und als Einschlafhilfe ist der Gefährte aus Plüsch und Stoff einfach unersetzbar. Studien zeigen: Kuscheltiere geben Sicherheit. [...] Sie beleg[en], dass das Lieblingskuscheltier in Deutschland von 90,2 Prozent der untersuchten Kinder als Einschlafhilfe genutzt wird. Eine Untersuchung der US-Wissenschaftlerin Katelyn S. Leiter an der East Carolina University wies ebenfalls nach, dass Kinder ihre Kuscheltiere am liebsten zum Einschlafen nutzen: „Die Kinder erzählten, dass ihre Kuscheltiere ihnen in beängstigenden oder beunruhigenden Situationen wie etwa Monstern oder schlechten Träumen helfen würden.“ [...] Natürlich sind Kuscheltiere auch eine emotionale Versicherung und eignen sich hervorragend für Rollenspiele. Aber: „Insbesondere bei den Ein- bis Vierjährigen hat so gut wie jedes Kind sein Lieblingskuscheltier beziehungsweise seine Lieblingspuppe zum Einschlafen dabei“, berichten Holler und Götz. Es beschützt die Kinder, erlebt stellvertretend ihre negativen Emotionen und hilft so bei deren Verarbeitung. (aus: Treue Gefährten: Warum Kuscheltiere für Kinder so wichtig sind)

 **NIRGENDS GRUSEL! DU BIST INNEN HOHL! VÖLLIG UNERSCHRECKBAR.**



## SPIELPRAKTISCHE ÜBUNGEN

<b>Setting</b>	Basteltisch
<b>Material</b>	alte Socke, 2 Wackelaugen, Moosgummi, (Textil-)Kleber
<b>Zeit</b>	30 Minuten
<b>Ziel</b>	Motorik, Objekttheater

### **V** **N** SOCKENMONSTER

Monsta schläft in einer Socke. Aber kann aus einer Socke auch ein Monster werden? Probiert es aus! Als erstes werden die zwei Wackelaugen auf die lange Seite der Socke geklebt. Das sind die Monsteraugen. Die Augen dürfen weiter auseinanderstehen, denn es ist ein Monster. Jetzt werden unterschiedlich große Dreiecke aus Moosgummi geschnitten. Es sollen Monsterzähne

werden. Die Dreiecke werden dann an die Spitze der Socke entlang der Naht geklebt. Sie werden dabei in einer Reihe um die Naht geklebt, ähnlich wie bei einem grinsenden Mund. Fertig ist das Sockenmonster. Nun kann es gruselige Geräusche von sich geben, mit anderen Sockenmonstern eine Monsterparty feiern oder Geheimnisse ins Ohr flüstern.

**Varianten:** Es können auch mehrere Augen aufgeklebt werden. Falls keine Socken vorhanden sind, können leere Kosmetikkartonschachteln genommen werden. Der „Schlitz“ dient als Monstermund, wo die Moosgummizähne dran geklebt werden. Um das Karton-Monster „lebendiger“ werden zu lassen, kann der Karton auf einen Stock oä. gesteckt werden. Es ist nun eine Monster-„Puppe“.

<b>Setting:</b>	Stuhlkreis
<b>Material:</b>	Stühle
<b>Zeit</b>	10-15 Minuten
<b>Ziel:</b>	Mimik/Gestik, Beobachtungsfähigkeit, Teamarbeit

### **V** **N** GRIMASSENKÖNIG\*IN

Die Teilnehmenden (TN) sitzen in einem Stuhlkreis. Ein TN verlässt den Raum. Während der oder die TN wartet, wird ein TN aus dem Kreis zum/zur Grimassenkönig\*in

bestimmt. Der oder die Grimassenkönig\*in schneidet im Folgenden Grimassen, die alle TN im Kreis nachahmen. Der oder die TN kommt zurück in den Stuhlkreis. Die Aufgabe ist nun, den oder die Grimassenkönig\*in zu entdecken. Dazu werden alle TN im Kreis ganz genau beobachtet. Der oder die Grimassenkönig\*in und die TN im Kreis beginnen, sobald der TN zurück im Raum ist, Grimassen zuschneiden. Der beobachtende TN versucht nun, den oder die Grimassenkönig\*in zu identifizieren. Dabei darf sich auch eine neue Grimasse vom/von der Grimassenkönig\*in gewünscht werden. Dann muss entschieden werden und auf den oder die Grimassenkönig\*in gezeigt werden. Hat der TN recht, geht der oder die Grimassenkönig\*in für die nächste Spielrunde vor die Tür. Lag der TN mit der Vermutung daneben, darf noch eine weitere Vermutung geäußert werden. Stimmt diese auch nicht, bestimmt die Spielleitung

einen neuen TN, der oder die den Raum für eine neue Spielrunde verlässt.

## **V N MONSTER-STOPP-TANZ**

<b>Setting</b>	Bewegungsraum
<b>Material</b>	Musikbox, Playlist
<b>Zeit</b>	10-15 Minuten
<b>Ziel</b>	Motorik, Musik, Spiegelfähigkeit

Zunächst bewegen sich die TN neutral durch den Raum, wenn die Musik spielt. Bei Musik-Stopp bleiben alle wie eingefroren stehen. Die Spielleitung gibt eine neue Bewegungsform vor, z.B. „Alle bewegen sich wie Pinguine“. Wenn die Musik läuft, bewegen sich alle wie Pinguine.

**Hinweis:** Falls Elfen, Trolle, usw. nicht bekannt sind, bietet es sich an vorher eine Fragerunde zu machen mit „Wer kennt/weiß...“

**Bewegungsbeispiele:** Alle bewegen sich wie...

- Vögel
- Elefanten
- Quallen
- Elfen
- Trolle
- Monster

**Beispielmusik:**

- Quallen, Vögel, Elefanten – Karneval der Tiere
- Elefanten
- Quallen
- Elfen, Monster - Harry Potter Theme
- Trolle – Baby Elephant Walk

### Variante: Monster-Pause

**Man braucht:** ein Sockenmonster, Musik zum Abspielen

**So geht das Spiel:** Alle tanzen zu schaurigen Liedern und reichen das Sockenmonster herum. Das Kind mit der Socke wählt das nächste Kind aus. Wer die Socke in der Hand hält, während die Musik stoppt, macht eine Monster-Pause und darf laut wie ein Monster schnarchen, während weitergetanzt wird. Nach dem nächsten Stopp ist die Pause vorbei.

## GESPRÄCHSIMPULSE

Die Fragen dienen als Ergänzung, um sich den Themen Monster, Grusel, Furcht und Mut anzunähern und über den Vorstellungsbesuch ins Gespräch zu kommen.

Diese können beliebig ergänzt und verändert werden. Ein Einstieg in ein Nachgespräch könnte sein, die Eindrücke der TN zunächst malen zu lassen und dann anhand der gemalten Bilder die Fragen zu stellen.

**Anmerkung:** Bei der Probengruppe trat das Thema „alleine wohnen“ und „Wo sind Monstas Eltern“ vermehrt auf. Diese Fragen eignen sich, um in der Nachbereitung mit den Kindern ins Gespräch zu kommen über: Familiensituation, Biografie, „Erwachsen“ wohnen.

V

N

- Wovor gruselst du dich?
- Wer ist für dich da, wenn du dich gruselst?
- Hast du ein Kuscheltier, das dich begleitet, wenn du Angst hast?
- Hast du schon mal jemanden erschreckt? Z.B. Bruder/Schwester?
- Erschreckst du gerne andere Kinder, deine Eltern,..?
- Kann Erschrecken auch lustig sein?
- Sind Monster immer gruselig oder können sie auch lieb/lustig/fröhlich sein?

N

- Was ist in dem Theaterstück passiert?
- Wer hat in der Geschichte mitgespielt?
- Was fandest du gruselig? Was fandest du lustig?
- Findest du, dass Monsta nur gruselig war oder war Monsta auch anders?
- Wo warst du schon mal richtig mutig?
- (Was denkst du, wo Monstas Eltern sind?)
- (Wie findest du, dass Monsta alleine lebt?)

## LITERATUR- UND BILDERBUCHTIPPS

- Lesenlernen in 3 Schritten - Die schönsten Gruselgeschichten. Ab 5 Jahren: [Lesenlernen in 3 Schritten - Die schönsten Gruselgeschichten: Ideal für die 1. Klasse - Einfache Geschichten mit großer Fibelschrift und Silbenfärbung zum ersten Selberlesen für Kinder ab 5 Jahren | 978-3-7432-1965-6 | Loewe Verlag \(loewe-verlag.de\)](#)
- Der unglaubliche Katalog der Monster: [Der Unglaubliche Katalog der Monster - Tulipan Verlag \(tulipan-verlag.de\)](#)
- Paul van Loon: Das Gruselhandbuch: Ein Ratgeber für schaurige Stunden: [Verlagshaus Jacoby & Stuart GmbH \(jacobystuart.de\)](#)
- Dita Zipfel/Mateo Dineen: Monsta [Monsta - Vierfarbiges Bilderbuch - Dita Zipfel | BELTZ](#)
- Kinder- und Jugendliteratur in Blindenschrift: [pader-braille](#)
- Bilderbücher in Deutscher Gebärdensprache: [Alle Kinderbücher in Deutscher Gebärdensprache \(karinmuellerschmied.de\)](#)

## QUELLEN

- Dita Zipfel/Mateo Dineen: Monsta [Monsta - Vierfarbiges Bilderbuch - Dita Zipfel | BELTZ](#)
- Angstlust: [Angstlust: „Ein bisschen Gruseln ist schön!“ - Biber-BlogBiber-Blog](#)
- Grimassenkönig\*in: <https://www.kita-turnen.de/spielspass-fur-kinder/>
- Alleinsein vs. Einsamkeit: [Blogbeitrag - DRK Wohlfahrt \(drk-wohlfahrt.de\)](#)
- Treue Gefährten: Warum Kuschtiere so wichtig sind: [Treue Gefährten: Warum Kuschtiere für Kinder so wichtig sind](#)

 „HAB AN DEINEN OHREN  
GELAUSCHT: RAUSCHT.  
IN DEINE NASE GELEUCHTET:  
DSCHUNDEL AUS HAAR.  
WO IST DEIN GRUSEL?“