

Tap IX

Fortbildung: Theatergrundlagen (6. bis 8. Dezember 2013)

Dozenten: Grit Asberger/Michael Zimmermann

Protokollanten: Eva Danner, Demokrat Ramadani

Inhalt

FREITAG.....	2
1. Raumlauf	2
2. Übereinanderrollen	2
3. Stimmübungen im Kreis	2
4. Kontakt-Impro	3
5. Stimme	3
6. Improvisationstheater: Brief-Impro	4
SAMSTAGVORMITTAG.....	5
1. Warm Up: Tennisball	5
2. Stimmübungen	5
3. Konzentrationsübung: Knie klopfen	5
4. Biografisches Theater: Szenenentwicklung	6
SAMSTAGNACHMITTAG.....	7
1. Aufwärmspiel: „Who killed King John“	7
2. Biographisches Theater: Umriss auf Papier und Gruppenarbeit	7
3. Übungen/ Spiele: Gordischer Knoten, Sitzübung, Knuddel- und Vampier-Fangen	7
4. Reflexion zum biographischen Theater	8
5. Abschlussübung: Konzentration und Vertrauen	8
SONNTAG	10
1. Aufwärmen: Kontakt- und Stimmübung	10
2. Haltungen	10
3. Statuen	10
4. Stückarbeit	10

FREITAG

1. Raumlaut

Die TeilnehmerInnen (TN) laufen durch den Raum, beim Klatschen der Spielleiterin (SL) müssen alle stehen bleiben und einfrieren (freeze). Dies wird mehrere Male wiederholt.

Danach gibt die SL drei Geschwindigkeitsstufen vor (1 = müde, 2 = aktiv, 3 = hektisch) in denen die TN bei Ansage weitergehen sollen. Die Stufen werden immer wieder gewechselt.

Darauf folgend geht die Gruppe in Tempo 2 weiter und bei Klatschen der SL begrüßt man willkürlich Personen die einem über den Weg laufen in verschiedenen Emotionen, solange bis die SL noch einmal klatscht und wieder jeder für sich durch den Raum geht. Die vorgegebenen Emotionen waren folgende: schüchtern, sachlich, wütend, verliebt, erfreut.

Wenn dann alle wieder für sich durch den Raum gehen, gibt die SL das Kommando den Vordermann/ -frau zu überholen, was zwangsläufig zu einem lachenden Menschenhaufen führt.

2. Übereinanderrollen

Alle TN legen sich mit dem Rücken auf den Boden. Alle liegen in einer Reihe eng nebeneinander. Man sollte darauf achten, dass am Ende der Reihe sehr viel Platz bleibt, denn nun rollen die TN der Reihe nach über die Liegenden und legen sich darauf hin wieder an das Ende der Reihe.

3. Stimmübungen im Kreis

Die TN stehen im Kreis und auf Kommando der SL schütteln alle den ganzen Körper von Kopf bis Fuß aus und machen dazu das Geräusch „Bbrrrr“. Dies einige Mal wiederholen

An das Ausschütteln wird zur Stimmfestigung und zum Spannungsaufbau des Zwerchfells noch die Geste mit einem Arm „den Schreibtisch abräumen“ mit dem Laut „HA!“ angehängt.

Hey, Ha, Ho

Die SL gibt mit einem Klatschen den Laut „Hey“ als Impuls in den Kreis, zunächst nur in die eine Richtung, mit der Aufgaben das es sehr schnell weiter gegeben werden muss.

Wenn diese Aufgabe von der Gruppe gut gelöst wurde, gibt die SL ein „Ha“ in die eine und ein „Ho“ in die andere Richtung. Wichtig ist hierbei, dass die ganze Gruppe immer dran bleibt, da das Tempo beibehalten werden soll. Falls sich bei jemandem die beiden Laute kreuzen, die Ruhe bewahren und nicht aus der Fassung bringen lassen.

Die SL tauscht öfter den Platz, damit es sich immer wieder bei jemand anderem kreuzt.

Danach kann man das „Hey“ noch mal als Kommando dazu nehmen um den Impuls mit einem eindeutigen Fingerzeig auch durch den Kreis, z.B. zum Gegenüber weiter geben. Auch hier heißt es; alle dran bleiben, denn es kann jede/n treffen

Impuls-Stille Post

Alle stehen im Kreis. Die SL macht einen Impuls vor und die TN machen ihn nach und geben ihn weiter. Der erste Impuls war ein lautes „Wuaaahh“, wie ein Monster. Weitere Impulse waren: „Tor“ ganz laut, „Tor“ leiser, „Tor“ belanglos bzw. gelangweilt, nichts mehr sagen und den Zeigefinger an den Mundhalten.

→ Wichtig: Immer dran bleiben, auch wenn man nicht dran ist, schnell, exakt und konzentriert den Impuls weitergeben

4. Kontakt-Impro

Zunächst demonstrier die SL mit einem Freiwilligen die Übung:

Zu zweit die Oberarme aneinander drücken. Dabei nicht zu zögerlich sein, aber kontrolliert. Niemals darf der Partner plötzlich weggehen und den Druck wegnehmen, sonst besteht Verletzungsgefahr. Darum ist diese auch eine gute Vertrauensübung.

Darauf hin tun sich die Tn zu zweit zusammen und probieren das Gesehene aus.

Danach dürfen die Paare zu Musik ihren ganzen Körper zum Einsatz bringen und sich so durch den Raum bewegen

Als Versuch kann man es dann noch mit sechs Freiwilligen probieren, Hier ist wichtig, dass man sehr genau auf alle Beteiligten achtet und sich nur sehr langsam bewegt, damit das Gleichgewicht immer austariert bleibt.

Der Rest der Gruppe steht im Kreis um das „Knäuel, beobachtet und kann gegebenenfalls absichern.

5. Stimme

Ton-Übung im Kreis

Eine Person sitzt in der Mitte, alle anderen im Kreis drum herum, mit geschlossenen Augen.

Die Person in der Mitte macht einen gleichbleibenden Ton. Nun können die anderen einzeln aufstehen und die in der Mitte sitzende Person an den Körperstellen antippen, wo sie selbst den Ton empfinden

„Hey Du da!“

Alle sitzen mit geschlossenen Augen im Kreis, eine Person sitzt im Kreis und spricht eine auserwählte Person im Kreis mit „Hey, du da!“ an. Sobald sich jemand im Kreis angesprochen fühlt, darf er/sie die Augen öffnen.

Diese Übung ist gut, um die Wichtigkeit der Stimmpräsenz zu demonstrieren. „Nicht laut, sondern präsent“

6. Improvisationstheater: Brief-Impro

Die SL bringt unbeschriftete, zugelebte Briefumschläge mit. Der Inhalt eines jeden Umschlags ist ein leeres Blatt Papier.

Nun dürfen Die TN, im Publikum sitzend sich kurz überlegen wie sie mit diesem Brief eine kurze Improszene spielen wollen. Alle können einen Stuhl mit in ihre Szene einbauen.

Hier nun die wichtigsten Fragen die man sich beantworten sollte, bevor man los spielt;

Die 7-W-Fragen:

1. Wer bin ich ?
2. Wo bin ich?
3. Woher komme ich?
4. Wohin will ich?
5. Warum bin ich hier/ öffne ich den Brief?
6. Wie tue ich es (Gefühlsebene)
7. Wann bin ich, welche Zeit?

Der Brief sollte der Drehpunkt der Szene sein.

Dann spielen einige TN ihre Szene vor und darauf folgt immer eine ausgiebige Besprechung / Beschreibung der Szene durch die Zuschauer.

SAMSTAGVORMITTAG

1. Warm Up: Tennisball

Alle stehen im Kreis. Die TN werfen sich einen Tennisball zu. Die Reihenfolge ist nicht wichtig. Nun fängt die SL an Anweisungen in den Kreis zu geben, z.B.: „Stellt euch vor der Ball ist leicht und klein!“ Weitere Anweisungen waren: Der Ball ist schwer und groß, heiß, klebrig, er stinkt, kalt, glibberig.

Danach werfen die Tn den Ball in einer bestimmten Reihenfolge, das heißt man muss sich merken von wem man den Ball bekommen hat und zu wem man ihn wirft.

Diese reihen folge wird einige Runden beibehalten.

Nun gibt die SL einen Tennisball nach dem anderen dazu, bis es zum Schluss sechs sind.

Konzentration ist gefragt.

Danach nimmt die SL die Bälle einzeln wieder raus bis kein Ball mehr im Spiel ist.

Die Reihenfolge wird mit einem imaginären Ball beibehalten. Der imaginäre Ball mutiert nun wieder auf Anweisung zu einem kleinen und leichten, großen und schweren Ball und zum Schluss sogar zu einer Feder.

2. Stimmübungen

„Ha“ und „Ho“

„Hey“ s.o.

Impuls vergrößern

Alle stehen im Kreis, die SL macht etwas vor und die nachfolgenden Personen müssen den Impuls immer vergrößern (Bewegung und Stimme müssen sich steigern) bis er wieder bei der ersten Person (SL) angekommen ist.

Danach macht die nächste Person im Kreis einen Impuls vor und die darauf folgenden Personen müssen ihn steigern, usw.

3. Konzentrationsübung: Knie klopfen

Alle sitzen im Kreis eng nebeneinander und mit ausgestreckten Beinen. Die linke und rechte Hand werden auf die Knie der Nachbarn gelegt.

Es wird ein Klopf Impuls im Kreis weitergegeben.

Der nächste Schwierigkeitsgrad ist, wenn jemand zweimal mit der Hand auf das Knie des Nachbarn klopft, muss es einen sofortigen Richtungswechsel geben.

Nach einigen Runden wird mit „Rausfliegen“ weiter gespielt gespielt: Wer zuckt oder sich vertut, muss eine Hand rausnehmen.

4. Biografisches Theater: Szenenentwicklung

Jeder Teilnehmer sollte einen persönlichen Gegenstand und ein Musikstück mitbringen

Der SL legt per durchzählen Paare fest.

Jeder TN sucht sich mit seinem/ihrerem Gegenstand und Papier und Stift einen ruhigen Ort und beginnt dann das automatische Schreiben. Das bedeutet, das man auf Anweisung des SL einen Text zu seinem Gegenstand zu schreiben beginnt, ohne abzusetzen und solange, bis die Seite voll ist. Sobald man mehr als drei Sekunden absetzt/absetzten muss, ist der Text beendet

Nun werden die Texte mit dem jeweiligen Partner ausgetauscht und gelesen.

Es werden drei Textstellen unterstrichen (Wörter oder Sätze), die der Leser/die Leserin interessant oder wichtig findet.

Dann sucht sich der Verfasser/die Verfasserin eine der drei Textstellen aus und schreibt eben dies auf ein großes Plakat. Die Plakate werden mit Namen versehen und im Raum aufgehängt.

Nun überlegen die Paare sich zusammen jeweils eine kurze Szene zu den Plakat-Texten.

Alle Mittel, auch die mitgebrachte Musik können/kann eingesetzt werden.

Der Gegenstand kann vorkommen, muss aber nicht. Die Paare hatten 30 Min. Zeit um die zwei Szenen vorzubereiten.

Tipp: Pausen einsetzen, Mut zu ruhigen Situationen

>>Präsentation der Szenen und anschließende Reflexion<<

SAMSTAGNACHMITTAG

1. Aufwärmspiel: „Who killed King John“

Nach dem Mittagessen haben wir „Who killed King John“ gespielt. Bei diesem Spiel stellen sich alle Teilnehmer in den Kreis, geben sich eine Nummer von 0 bis XX und stampfen einen gemeinsam Rhythmus. Dazu gibt es eine Textsequenz aus Frage und Antwort, die immer bei dem Spieler „Number Zero“ anfängt. Der Ablauf ist hier beispielhaft aufgeführt.

Number Zero: „I want to know who killed King John. Number One killed King John.“

Number One: „Not me.“

Number Zero: „Than who killed King John.“

Number One: „Number Two killed King John.“

Number Two: „Not me.“

Number One: „Than who killed King John.“

Number Two: „Number Three“

...

Die Spieler, die den Rhythmus nicht einhalten oder sonstige Fehler machen, nehmen den Platz rechts neben Number Zero ein und bekommen dadurch die letzte Spieler-Nummer. Dadurch verändern sich womöglich die Nummern der anderen Spieler.

2. Biographisches Theater: Umriss auf Papier und Gruppenarbeit

Michael teilt jedem Teilnehmer zwei-Meter-lange Papierrollen aus. Abwechselnd legen sie sich auf diese hin und bekommen von anderen Teilnehmern ihre Umriss nachgezeichnet. Nachdem alle Umriss zu Papier gebracht worden sind, legen sich die Teilnehmer noch einmal aufs Papier. Nun bekommen sie die Aufgabe, gedanklich ihr bisheriges Leben in 5-Jahres-Abschnitten einzuteilen und für jeden Abschnitt eine Erinnerung bzw. Erfahrung auszuwählen. Diesen sollen dann bestimmte Körperstellen zugeordnet werden (z.B. 0 bis 5 Jahre = Kopf, 5 bis 10 Jahre = Ellenbogen, etc.). Bei Bedarf haben die Teilnehmer psychische oder körperliche Beschwerden eingezeichnet.

Daraufhin suchen sich die Teilnehmer eine Altersspanne/ Erinnerung aus und verfassen mit Hilfe des automatischen Schreibens einen Text dazu. Michael hat dann die Teilnehmer in vier Gruppen eingeteilt. Im Team ging es dann darum, die unterschiedlichen Geschichten zusammenzubringen und daraus eine kurze Präsentation zu erarbeiten. Die Gruppen hatten insgesamt 75 Minuten Zeit für ihre Arbeit.

3. Übungen/ Spiele: Gordischer Knoten, Sitzübung, Knuddel- und Vampier-Fangen

Nach dem Abendessen und vor der Presentation der Gruppenarbeiten haben die Teilnehmer unter Anleitung von Michael zwei Übungen und zwei Spiele gemacht.

- 1) Gordischer Knoten: Alle rücken Schulter an Schulter zusammen. Sie schließen die Augen, strecken die Arme aus und greifen mit ihren Händen jeweils eine andere Hand. Danach werden die Augen wieder geöffnet und es gilt, den dadurch entstandenen Knoten zu lösen.
- 2) Sitzübung: Alle rücken Schulter an Schulter zusammen. Sie drehen sich langsam nach links und versuchen dann auf dem rechten Oberschenkel des rechten Nachbarn zu sitzen.
- 3) Knuddel-Fangen: Es gibt einen Fänger. Dieser versucht einen anderen Teilnehmer zu fangen und so zum Fänger zu machen. Die Fliehenden können sich vor dem Fänger schützen, indem sie sich zu zweit zusammenschließen. Stehen drei Personen zusammen, dann darf der Fänger einen von ihnen auswählen.
- 4) Vampir-Fangen: Alle Mitspieler stehen zu zweit zusammen. Es gibt einen Fänger, der Vampir ist und beim Laufen bedrohlich „Wuuuuuuahhh“ rufen muss. Am Anfang bit es ein Opfer, das vom Vampir gejagt wird und das beim Fliehen „Aaaaaahhhh“ kreischen muss. Die Fliehende person kann sich dadurch vor dem Vampir retten, indem sie sich zu einem Pärchen dazustellen. Dadurch wird die Person, an deren Seite das Opfer nicht Platz genommen hat, zum Vampir (Fänger) und der bisherige Vampir zum Opfer (Fliehender).

>>Präsentationen der Gruppenarbeiten<<

4. Reflexion zum biographischen Theater

Eine wichtige Frage im Zuge der Reflexion war: Mit welchen Gruppen kann man biographisches Theater machen? Michael und Gritt zeigen auf, dass es keine pauschale Antwort darauf gibt. Maßgebend dafür sei, ob die betroffene Gruppe sensibilisiert und verantwortungsbewusst genug ist, um sich auf biographische Arbeit einzulassen. Negative Ereignisse könnten dadurch vermieden werden, dass man an die biographische Methode konkrete Fragen knüpft, wie z.B. „Welches ist eine sehr positive Erinnerung aus dem 5. bis 10. Lebensjahr?“

5. Abschlussübung: Konzentration und Vertrauen

Gritt bittet die Teilnehmer, dass sie zur Musik durch den Raum gehen. Danach wird die Musik ausgemacht und die Teilnehmer gehen weiter durch den Raum. Dann wird die Frage diskutiert: Was hat sich hierdurch verändert? Daraufhin müssen alle Teilnehmer die Augen schließen blind durch den Raum gehen. Gritt und Michael passen darauf auf, dass niemand gegen einen anderen oder die Wand läuft.

Im Anschluss daran gehen die Teilnehmer in Pärchen und in Kontakt mit den rechten Zeigefingerspitzen durch den Raum. Danach schließt einer der beiden Partner abwechselnd die Augen und wird von dem Sehenden geführt. Sodann schließen beide die Augen und gehen

durch den Raum. Gritt und Michael achten wieder darauf, dass es keine Zusammenstöße gibt. Daraufhin ist kurz die Frage thematisiert worden: Wer hat geführt?

Als nächstes haben sich alle im Kreis aufgestellt und die Laute „O“ „U“ „A“ „E“ „I“ leise, laut, auf- und absteigend gesprochen. Gritt hat dann erklärt, was es heißt, mit einer Intensivität zu sprechen. Darunter ist nicht lautes Sprechen zu verstehen, sondern meint Konzentration bzw. Spannung. Den Paaren von der Zeigefinger-Übung werden die Laute „O“ „U“ „A“ „E“ „I“ „Ö“ „Ü“ und „Ä“ zugeilt. Es werden dann ein Innen- und ein Außenkreis gebildet (ein Partner der jeweiligen Paare ist im Innen und einer im Außenkreis). Die inneren Partner schließen die Augen, die Außenstehenden nehmen einen Platz im Raum ein und versuchen ihre Partner nur über das Sprechen ihres Lautes zu sich zu führen. Nach einigen Durchgängen wird gewechselt. Diese Übung wird erschwert, indem jeweils ein Paar einen Slalomparkour aus Stühlen im Raum durchlaufen muss.

SONNTAG

1. Aufwärmen: Kontakt- und Stimmübung

Die Teilnehmer laufen durch den Raum, bleiben spontan kurz voreinander stehen und blicken sich in die Augen. Das gleiche läuft dann mit Musik ab. Dann wird bei jedem Aufeinandertreffen der rechte Arm (mit geballter Faust) vor die Brust genommen. Nach einigen Durchgängen bekommen die Teilnehmer die Anweisung, mit der festgelegten Geste Kontakt zu ihrem jeweiligen Gegenüber aufzubauen (Druck und Gegendruck).

Gritt teilt die Gruppen dann in zwei Reihen. So stehen sich immer zwei Teilnehmer gegenüber. Diese schreiten langsam aufeinander zu, nehmen dann wie oben Kontakt auf und gehen dann so miteinander verbunden durch den Raum.

Im Anschluss daran folgen einige Runden: „Ha“ „Ho“ „Hey“

2. Haltungen

Die Teilnehmer stehen sich in zwei Reihen gegenüber. Beim ersten Klatschen drehen sie sich einander den Rücken zu und nehmen eine (emotionale und körperliche) Haltung ein. Beim zweiten Klatschen drehen sich alle wieder um, schauen sich in die Augen und gehen dann langsam aufeinander zu; dabei kann die körperliche Haltung verändert werden. Diese Übung wird einige Male wiederholt.

3. Statuen

Jeweils eine Person geht in die Mitte und entscheidet sich spontan zu einer Körperhaltung. Daraufhin steht es den anderen frei, dieses Bild durch andere Körperhaltungen zu ergänzen. Sobald kein Teilnehmer mehr hinzugegetreten ist, war es komplett und die Beobachter haben die Standbilder dann beschrieben.

4. Stückarbeit

Gritt hat ein kurzes Stück aus „Le bel indifférent“ von Jean Cocteau vorgelesen.

Hier noch einmal eine kurze Zusammenfassung des Monologs:

„Eine Frau wartet in einem kleinen Hotelzimmer. Sie lauscht auf jedes Geräusch im Treppenflur, ruft in einer Bar an, um sich dort nach ihrem Geliebten, Emile, zu erkundigen, bekommt einen Anruf von dessen Schwester und antwortet ihr, Emile sitze in der Badewanne und wolle nicht gestört werden. Emile kommt zurück, macht es sich gemütlich und streckt sich mit seiner Zeitung auf dem Bett aus. Sie sagt ihm, dass sie genug von ihm hat, schickt sich an, ihm ihre Eifersucht und ihre Wut klarzumachen. Sie wirft ihm seine Untreue vor und droht damit, ihn ebenfalls zu betrügen, ihn zu verlassen. Das Telefon klingelt. Es ist eine der Gespielinnen Emiles, der den Anruf nicht entgegennimmt. Vor lauter Dankbarkeit will sie ihn küssen: Doch er ist eingeschlafen. Er steht auf und zieht sich wieder an. Sie versucht ihn

zurückzuhalten, droht damit, sich umzubringen. Er geht, ohne ein Wort zu sagen, während sie sich ihm vollständig unterwirft und ihm verspricht, auf ihn zu warten“

In dem Gespräch über das Stück hat Gritt darauf hingewiesen, dass es wichtig ist, beide Figuren mit ihren Wünschen, Problemen und Intentionen ernst zu nehmen und kein bloßes Schubladen-Stück nach einem einfachen Schwarz-Weiß-Schema zu zeichnen. Nicht vergessen: Theater ist Leben und Leben ist kompliziert.

In vier Gruppen wird das Stück eingeübt, verändert und dann aufgeführt