

Wer sind wir?

TheaterAKTIV ist ein mobiler Mit- und Mut Mach Raum für alle, die selbst spielen, sich ausprobieren und aktiv mitgestalten wollen. Gemeinsam mit Euch wollen wir kreative Wege ausprobieren, neue Perspektiven kennenlernen und zum Austausch miteinander ermutigen.

Unser kreatives zu Hause ist die Traumschüff Theatergenossenschaft. Gemeinsam mit einem vielseitigen Kollektiv bespielen wir seit 2017 unser Theaterschiff "Genossin Rosi" und das Theater im Werk Oranienburg.

TheaterAKTIV arbeitet immer als Team. So können wir stetig voneinander lernen, gemeinsam etwas erfinden, reflektieren und uns wertschätzendes Feedback geben. Was wir gelernt haben, möchten wir dir hier weitergeben.



WARM UP



HAUPTTEIL



DOKU



FEEDBACK

Wie funktioniert es?

Du hast hier Impulskarten, mit denen du dir, flexibel, je nach Gruppe, Zeit oder Gegebenheiten, deinen eigenen Workshop zusammenstellen kannst. Sie sind in 4 Kategorien eingeteilt: **WARM UP**, **HAUPTTEIL**, **DOKU** und **FEEDBACK**. Nutze sie gerne in dieser Reihenfolge. Ein Workshop besteht aus allen 4 Farben. Die Kartenauswahl werden wir mit der Zeit erweitern. Du kannst dir aber auch eigene Karten ausdenken und hinzufügen.

ist die Spielleitung. sind die Aktiven. Zusätzlich gibt es einen Infokasten **DU BRAUCHST** mit Materialien , der benötigten Zeit und der Anzahl der Aktiven .



Thema Intensiv beschreibt in jeder Karte ein Thema, das uns begegnet ist und von dem wir denken, dass es auch dich interessieren könnte. Das Thema ist natürlich auch auf andere Karten anwendbar. Es soll dir nur einen zusätzlichen Impuls geben, über was du dir gemeinsam mit deinem Team parallel noch Gedanken machen kannst.



Perspektiven zeigen weitere Variationen und Möglichkeiten der Übungen an. Barrierefreiheit und Teilhabe ist uns in unserer TheaterAKTIV-Arbeit wichtig. Wir möchten auf alle Bedürfnisse der Teilnehmer:innen eingehen können. Dafür braucht es manchmal die Bereitschaft eine andere Perspektive einzunehmen. Hier regen wir auch dich dazu an, das auszuprobieren.

THEater WORKSHOPS anLeiten

THEATERGENOSSENSCHAFT

Traum SCHÜFF

Mehr Infos:

www.traumschueff.de




LAND
BRANDENBURG
Ministerium für Wissenschaft,
Forschung und Kultur

 **Bündnis für Brandenburg**
...weil es um Menschen geht!

B BRANDENBURGISCHE GESELLSCHAFT
FÜR KULTUR UND GESCHICHTE
Plattform Kulturelle Bildung
Brandenburg



Egal ob du einen kurzen Workshop, eine Projektwoche oder ein längeres Projekt planst, ein WarmUp sollte es immer zu Beginn geben. Vielleicht bist du aufgeregt? Deine 🧑 sind es bestimmt auch und freuen sich auf ein lockeres Kennenlernen. **Übung 1** eignet sich besonders gut für Menschen mit wenig Theatererfahrung oder Menschen, die in ihrer Mobilität eingeschränkt sind. In kurzer Zeit lässt sich erstaunlich viel über 🧑 herausfinden. Die 🧑 entscheiden dabei selbst, was und wie viel sie von sich mit den anderen teilen möchten. Die zeitliche Begrenzung hilft den 🧑 auf den Punkt zu kommen. Auch gemeinsame Themen lassen sich so bereits herausfinden. Durch das aktive Zuhören ist außerdem Konzentration gefragt. Die Variante mit den Händen hinter dem Rücken bringt zudem viel Spaß. **Übung 2** ist etwas energetischer und besonders gut für Kinder geeignet. Sie schafft in kurzer Zeit ein Zugehörigkeitsgefühl, weil es nur als Gruppe zu schaffen ist.



#Gruppendynamik #Vielfalt #Rituale

TheaterAktiv wird von Menschen für Menschen gemacht. Alle bringen unterschiedliche Fähigkeiten, Erwartungen und Interessen mit. Diese **Vielfalt** ist toll. Um sich wirklich öffnen und mit allen Fähigkeiten einbringen zu können, braucht es **Vertrauen** und **Wertschätzung**. Um eine **Offenheit** untereinander zu schaffen und angstfrei handeln zu können, braucht es Zeit. Sie ist auch hilfreich für ein entspanntes Kennenlernen und Ankommen. Ein gemeinsames WarmUp ist auch für dich als 🧑 hilfreich. Du erfährst in kurzer Zeit Informationen über die Einzelnen sowie Strukturen und Muster in der Gruppe. Besonders wichtig für die **Gruppendynamik** sind **Rituale**. Überleg dir ein Ritual, welches ihr immer zum Beginn oder zum Abschluss macht. Dies kann z.B. ein gemeinsam erfundener Applaus sein. Übrigens auch zwischendurch kann ein WarmUp/Spiel sehr hilfreich sein z.B. zum **Auflockern** oder für die **Konzentration**.



Übung 1 gibt auch schüchternen Menschen die Möglichkeit sich erst mal in einem intimeren Rahmen kennenzulernen. Die 🧑 waren so aufgeregt und konnten sich nichts merken? Kein Problem die Person, welche die Hände spielt, kann der anderen entweder durch Zeichensprache oder durch ins Ohr flüstern Hilfestellungen geben. Die 🧑 können Übung 2 sowohl im Sitzen als auch im Stehen durchführen. Natürlich können die Themen auch auf die Karten gemalt werden. Als Option zum Ausprobieren: Auch eine Minute schweigen ist ok, eine Minute Tanzen auch. **Übung 2** ist so toll, weil sie auch ohne Sprache funktioniert.

Miteinandern

Alle 🧑 schreiben auf 5 Karten jeweils ein Thema, das etwas mit dem eigenen Leben zu tun hat. 🧑 teilt die Gruppe in Paare, mischt die Karten und lässt jede:n 🧑 fünf Karten ziehen. Jede:r 🧑 hat nun eine Minute pro Karte Zeit, etwas zu jedem Thema zu erzählen. Nach einer Minute gibt es ein Zeichen zum Wechseln. Das Spiel läuft so lang bis alle zehn Karten besprochen sind. Jetzt stellt jedes Paar sich gegenseitig vor. Dabei steht das Paar dicht hintereinander. Vorne wird erzählt. Hinten werdendie Hände gemimt. 🧑1 hinten streckt die Arme am 🧑2 vorne vorbei. 🧑1 spricht aus der Ich-Perspektive des 🧑2.

Variante: Die 🧑 wechseln nach jeder Karte die Gesprächspartner:innen. So kann das Spiel auch als eine Art "Speed-Dating" mit großer Gruppe genutzt werden.

Alle auf einem Stuhl/Tanz

Wie auch beim „Stuhltanz“ werden zwei Stuhlreihen mit genauso vielen Stühlen wie 🧑 aufgebaut. Nun startet die 🧑 die Musik. Alle tanzen um die Stühle herum. Sobald die 🧑 die Musik stoppt, müssen alle 🧑 auf den Stühlen landen. Kein Körperteil darf den Boden berühren. Nach jeder Runde wird ein Stuhl weggenommen. Die 🧑 haben also immer weniger Platz auf den Stühlen. Ziel ist es nicht, dass am Ende ein 🧑 gewinnt, sondern dass die 🧑 zusammenhalten. Das Spiel ist dann zu Ende, wenn die Gruppe es nicht mehr schafft, alle auf die Stühle zu retten.



#Gruppendynamik
#Vielfalt #Rituale

DU BRAUCHST

- Karteikarten oder Papier, Stifte, Stoppuhr
- 15 - 25 min
- 4 - 20

DU BRAUCHST

- Stühle, Musikbox
- 10 min
- 5 - 20



Die Übung eignet sich gut für ein erstes Kennenlernen in einer größeren Gruppe und bündelt die Aufmerksamkeit über einen längeren Zeitraum. Die Gruppe kann in der Phantasie gemeinsam aus dem Stegreif in eine bekannte und alltägliche Situation einsteigen. Sie fordert die 🧑🏻 auf über eine längere Phase in einer vorgestellten Situation zu bleiben. Sie verbindet schnelles Denken und Handeln in einer Situation. Und sie verbindet Bewegung und Sprache. Der Raumlauf schafft ein Gruppengefühl und gibt jedem die Möglichkeit, die Übungen innerhalb seiner Fähigkeiten auszuführen. Im Nachgespräch zur Übung kann das Erlebte reflektiert werden.



#Präsenz #Wahrnehmung #Gruppendynamik

Für das Spiel auf der Bühne ist die **Präsenz** wichtig. Es geht darum, alle **Sinne** zu aktivieren, alles wahrzunehmen und im Moment zu sein. Das ist keine leichte Übung und im wahrsten Sinne sehr komplex. Deshalb ist es gut, immer wieder Übungen zur eigenen Körperwahrnehmung und zur Beziehung von **Körper im Raum** anzuleiten.

Es lohnt sich, ein individuelles Training für eine Gruppe zusammenzustellen. Das darf auch als Ritual wiederholt werden, wenn du mit einer Gruppe in einem längeren Prozess arbeitest. Die Übung "Sich Raum erlaufen", ist ein klassisches Mittel dafür. Über sie können auch ästhetische Mittel, z.B. chorisches Verhalten, und Impulse für die Rollenarbeit, z.B. sich gegenseitig im Gang kopieren, eingeführt werden. **Präsenz** auf der Bühne stärkt auch die Präsenz im Alltag. Es ist gewissermaßen ein Schatz, der alltäglich nutzbar ist und dich in den Moment, in das Jetzt zurückführt. Sich selbst und sich gegenseitig wahrzunehmen, ist die Grundlage von **Kommunikation**, oder?



Inklusiv gedacht könnte die Übung auch eine Traumreise sein, bei der alle 🧑🏻 sich das Gesagte nur vorstellen und gar nicht bewegen müssen. Dazu lässt sich auch im Anschluss erzählend austauschen. Wer war wo unterwegs? Wie sah es genau dort aus? Wer war noch da? Welche Abenteuer wurden erlebt? Die Übung könnte auch malend gestaltet werden. Alle Ansagen würden nur durch den Stift auf dem Papier ausgeführt werden. Die Konzentration und Achtsamkeit bleibt dabei die Gleiche. Die 🧑🏻 kann ihre anleitende Rolle hier auch abgeben. 🧑🏻 könnten die Anleitung selbst, auf eigene Art übernehmen.

Sich Raum erlaufen

Die 🧑🏻 schlägt einen Ort vor und bittet die 🧑🏻 aufzustehen, um sich in der Phantasie dort einzufinden. Es wird eine Ausgangssituation erzählt.

Beispiel: "Montagsmorgen, 7.30 Uhr, Sonnenschein, Weg zur Arbeit, Schule,..." Die Gruppe läuft durch den Raum. Die 🧑🏻 achtet darauf, dass sich die Teilnehmenden einzeln im Raum bewegen und regt an, auf Gespräche zu verzichten.

Auf Zuruf wird die Situation verändert. Die Gruppe nimmt die neue Situation auf, reagiert darauf spielerisch und bleibt immer in Bewegung:

- A:** Es ist bereits 8.30 Uhr und ihr seid zu spät. Ihr müsst euch beeilen.
- B:** Es beginnt zu regnen und unter Euch sind große Pfützen.
- C:** Schlagartig kommt die Sonne wieder raus. Der Termin ist doch erst um 9 Uhr.
- D:** Es wachsen plötzlich Hecken und Büsche, die Euch den Weg versperren.
- E:** Vor euch ist eine Baugrube. Ihr balanciert über den schmalen Steg.
- F:** Fangt an euch zu begrüßen - Blicke, Nicken, Hallo.

Der Raumlauf kann durch weitere Elemente ergänzt werden. Werdet selbst kreativ und erfindet eigene Varianten.

Am Schluss kommen alle in einem Kreis zusammen.



#Präsenz #Wahrnehmung
#Gruppendynamik

DU BRAUCHST

-  großer Raum oder Freifläche im öffentlichen Raum
-  10 - 20min
-  8 - 30





Manchmal ist es gar nicht so leicht einen gemeinsamen Anfang zu finden und sich zu entscheiden. Der erste Teil der Übung ist besonders gut, um in kurzer Zeit Themen herauszufinden, die Euch interessieren. Durch den Zeitdruck des Staffellaufes gibt es keine Zeit, lange nachzudenken. Alle folgen ihren ersten Impulsen. Der zweite Teil der Übung eignet sich gut, um die Themen genauer anzuschauen und gemeinsam herauszufinden, was hinter ihnen steckt. Die vielen Fragen inspirieren zu ganz neuen Gedankengängen. Die Übung mit geschlossenen Augen erfordert Achtsamkeit für die . Wann kann ich sprechen? Zu welchen Fragen inspirieren mich die anderen?

Die Übungen brauchen viel Zeit und Raum für Gespräche. Sie eignen sich eher als Einstieg für eine längere Zusammenarbeit. Wichtig in der Gesprächsrunde ist es auch nachzufragen, ob durchgestrichene Themen wirklich für alle durchgestrichen bleiben sollen. Gegebenenfalls kann ein Thema doch wieder aufgenommen werden.



#Prozesse #Achtsamkeit #Perspektiven

Die Suche nach Themen und der **Prozess** der Entscheidung kann zu Reibungen in der Gruppe führen. Eine Gruppe muss sich oft erst finden. Um sich gemeinsam zu entscheiden, zu spielen und gemeinsame **Werte** zu entwickeln, sind immer wieder Kommunikations- und Kooperationsübungen wichtig. Dafür benötigt es eine **Achtsamkeit** der  für die **Dynamik** und den Prozess. Im besten Falle arbeitet die  im Team. So lässt sich die Aufmerksamkeit teilen und die Prozesse im Nachhinein gut reflektieren. Auch als  befindest du dich in dem Prozess. Vielleicht musst du mitten im Workshop umplanen, etwas ändern, dir schnell etwas ausdenken. **Sei mutig:** Kill your darlings und sei achtsam für die Gruppe. Was braucht sie jetzt? Was brauchst aber auch du gerade? Du kannst auch die Gruppe direkt fragen! Für TheaterAKTIV ist klar: Es gibt keine falschen Fragen.



Ist der erste Teil in Form eines Staffellaufs nicht möglich, kann die Übung auch an Tischen stattfinden. Dabei sitzt jede Gruppe an einem Tisch und das Blatt wird im Kreis herumgegeben. Für den Wechsel der Blätter geht die  herum und verteilt die Blätter neu. Auch der Teil mit den geschlossenen Augen kann im Sitzen stattfinden.

Themen finden

Teile die Gruppe in drei gleichgroße Gruppen. Pro Gruppe wird an einer Wand ein großes leeres Blatt aufgehängt. Nun stellen sich die Gruppen jeweils hintereinander vor einem der Blätter auf. Ähnlich wie beim Staffellauf geht immer ein  zu dem Blatt und schreibt ein Thema auf, das von Interesse ist. Dann wird der Stift an den nächsten  aus der Gruppe übergeben, bis alle  ein Thema aufgeschrieben haben. In der zweiten Runde rutscht jede Gruppe ein Blatt weiter und schreibt in der gleichen Art weitere Themen auf. Pro  ein Thema. In der dritten Runde rutscht jede Gruppe wieder ein Blatt weiter. Jetzt darf ein  ein Thema vom Blatt wegstreichen.

Nun stellt sich  in die Mitte des Raumes und sagt laut eines der Themen z.B. Freiheit. Die anderen  stellen sich so nah oder fern von dem  1, je nachdem, wie wichtig sie das Thema finden – nah = sehr wichtig, fern = überhaupt nicht wichtig. Haben alle  eine Position, schließen sie die Augen und dürfen jetzt alle möglichen Fragen, die ihnen zu dem Thema in den Kopf kommen, laut aussprechen. Wichtig ist, dass die Fragen nicht bewertet oder beantwortet werden. Wird keine weitere Frage mehr gestellt, geht  2 in die Mitte und spricht eines der Themen laut aus. (usw.)

Im Anschluss ist eine Gesprächsrunde wichtig. Wie hat sich die Sicht auf die Themen verändert? Was haben die Fragen in Bezug auf die Themen an Gedanken losgetreten? Habe ich ein Thema, das ich zu Beginn nicht spannend fand, jetzt als interessant empfunden? Warum habe ich genau dieses Thema vom Blatt gestrichen? Woran möchte ich weiterforschen? Gibt es Themen, die sich doppeln? Was passt zusammen? Wo kann angeknüpft werden?



#Prozesse #Achtsamkeit
#Perspektiven

DU BRAUCHST

-  DIN A2 Papier, Stifte, großer Raum
-  60 - 120min
-  9 - 20





Die Übung eignet sich gut als Einstieg ins biografische Arbeiten. Sie dient dazu, mit der eigenen Biografie zu spielen und zu entscheiden, welchen Aspekt meiner Biografie ich von mir beleuchten möchte. Sie kann auch helfen, Fremdfiguren zu finden, indem die 🧑 die Karten aus der Perspektive einer erfundenen Figur beantworten. Biografisches Arbeiten ermöglicht 🧑 allen Alters ein interdisziplinäres Arbeiten.

Die ⚙️ sollte bei dieser Übung unbedingt mitspielen, um zu zeigen, dass die Biografie kein Geheimnis ist, sondern einem kollektiven Gedächtnis unterliegt. Dass heißt: "Das was ich preisgebe, hat ein Großteil in diesem Raum vielleicht auch erlebt."



#Generationen #ForschenAller #Biografisches Arbeiten

Die Arbeit mit der Biografie im Theater, so wie wir sie bei TheaterAKTIV nutzen, ist generationsverbindend. Über die **Biografie** lässt sich in den **Austausch** gehen, denn es gibt immer **Gemeinsamkeiten**. Es werden aber auch Unterschiede erlebt. Im "sich Erleben" kann auch gegenseitige **Anerkennung** generiert werden. Das biografische Arbeiten hat ganz oft, ganz unmittelbar eine Tiefe, die eine **Sensibilität** braucht. Über das Einbeziehen von Gegenständen, Orten, Fotografien und persönlichen Erlebnissen können vielfältige **Zugänge für alle** geschaffen werden. Auch lässt sich damit interdisziplinär arbeiten. Ein Foto kann als Teil eines Bühnenbilds dienen, ein Ort Ausgangspunkt für eine ortsbezogene Theaterarbeit oder Video/Recherche sein. **Biografisches Arbeiten** ist eine tolle Möglichkeit, gemeinsam künstlerisch zu forschen. In der Betrachtung der eigenen Biografie über Spiele und die Möglichkeit zur Abstraktion auf der Bühne bietet sich eine neue Reflexionsmöglichkeit. **Achtung:** Theater kann Therapie sein, braucht aber eine spezielle Ausbildung.



Klar ist, alle haben etwas zu erzählen, unabhängig vom Alter. Alle dürfen selbst entscheiden, was sie teilen wollen und was nicht. Zusätzlich bietet Theater die Technik der Verfremdung. Als Alternative können Biografien und Geschichten für ein Bühnenstück z.B. auch getauscht werden. So wird die Person, die eine Geschichte geteilt hat, geschützt. Das ist manchmal nötig, wenn es um sehr sensible Themen oder 🧑 geht. Die Spielleitung kann den 🧑 von dieser Möglichkeit bereits zu Beginn erzählen und verschiedene Übungen und Experimente dazu anleiten. Theater sollte ein Ort des Vertrauens sein.

Biografisches Zahlenspiel

Die 🧑 notieren individuell auf vier Zetteln eine Zahl von 0 bis 100. Die Zettel werden auf einem Tisch verteilt, an dem alle sitzen. Alternativ können die Zettel auf dem Boden liegen. Die ⚙️ stellt die Uhr. Es sind pro 🧑 ca. drei Minuten einzuplanen. Der Reihe nach suchen sich die 🧑 eine Zahl heraus und beschreiben, was diese Zahl mit ihrer Biografie zu tun hat. Die Antwort kann sehr kurz sein oder eine längere Geschichte beinhalten. Beispiel: Zahl 19 - "Mit 19 bin ich von zu Hause ausgezogen." Die 🧑 haben die Möglichkeit, den Zettel an andere 🧑 weiterzureichen, um eine neue Geschichte dazu zu erzählen.

Ziel des Spiels ist, dass in der vorgegebenen Zeit alle Zettel verwendet werden. Die ⚙️ hat die Zeit im Blick und kann bei der Hälfte und fünf Minuten vor Ablauf der Uhr eine kurze Zeitanzeige machen.

Übung plus: Alle 🧑 denken sich im Vorfeld, auch als Hausaufgabe, für alle 🧑 individuelle Fragen aus, die sie gern stellen würden. Das Spielfeld wird um die Rubrik "Frage" erweitert. Diese Karten bleiben auf dem Spielfeld liegen. Die 🧑 können nun auch die Fragekarte nutzen und ihre Fragen entweder an alle oder nur an einzelne 🧑 stellen. Alternativ können alle Fragen auch einzeln auf Karteikarten geschrieben und auf einen Stapel zwischen die Zahlenkarten gelegt werden. Statt einer Zahl kann nun eine Frage gezogen und an einzelne 🧑 gestellt werden.

Unser Tip: Bei der Fragekarte kann auch geschwiegen werden, wenn die Frage zu persönlich erscheint.



#Generationen #ForschenAller
#Biografisches Arbeiten

DU BRAUCHST

📁 4 Zettel pro 🧑, Stopuhr

⌚ 20 - 30min

🧑 8 - 18





Mit dieser Übung kann man sich spielerisch einem Thema nähern. Gleichzeitig werden Choreografien und Texte entwickelt, die als mögliche Bausteine einer Stückentwicklung dienen können. Außerdem macht die Übung Freude und schult den Umgang mit den eigenen Bewegungs- und Ausdrucksmöglichkeiten. Die Verschriftlichung der eigenen Bewegungen fällt zu Beginn oft nicht so leicht, unterstützt jedoch das Kennenlernen unterschiedlicher Perspektiven und Möglichkeiten eigener und fremder Bewegungsformen.



#Verbindung #Impuls #Bewegung

Bewegung verbindet. Bewegung verbindet nicht nur Tanzende in einer Choreographie zu einem Team. Sie verbindet auch den **Körper** mit dem Geist. Sie verbindet Dich mit Dir selbst. Sie verbindet Dich mit **Raum und Zeit**, löst Dich gleichzeitig aus diesen heraus. Bewegung bringt Dich in den Moment. Das Auskosten eigener Bewegungsmöglichkeiten verbindet dich zudem mit einem Körpergefühl.

Auch uns von TheaterAktiv verbindet die Bewegung auf unterschiedlichen Ebenen. Eine Idee oder ein Gedanke bewegt uns zu einer Umsetzung. Wir folgen unseren **Impulsen** und kommen ins Handeln. Beobachtet einmal ein gemeinsames Brainstorming. Schnell werdet ihr feststellen, dass alles, was ihr körperlich wie geistig tut, euch durch innerliche wie äußerliche Bewegungen mit dem Thema und dem Team verbindet.



Jeder Mensch hat die Möglichkeit, sich auf die ganz eigene individuelle Art und Weise zu bewegen. Auch die Bewegungen nicht professioneller Tänzer:innen können eine spannende Geschichte erzählen.

Die Übung bietet eine Auseinandersetzung mit der eigenen Kreativität und Art sich zu bewegen. Das stärkt die  in den individuellen Ausdrucksmöglichkeiten. Diese Übung kann sehr variabel an unterschiedliche Themen und Situationen angepasst werden. Das Verschriftlichen der Bewegung kann mit Zeichnen ersetzt werden. Ihr könnt euer eigenes Zeichensystem erfinden oder ein Bewegungscomic malen. Auch ist es möglich die Bewegungsabfolge einer Person zu erzählen, die diese anhand der Erzählung dann umsetzt.

Bewegungs(t)raum

 **1** denkt sich zum Thema „Wovon träume Ich?“, das Thema kann variiert werden, eine kurze Bewegungsabfolge aus. Anschließend wird die Abfolge genau beschrieben und verschriftlicht. Zusätzlich bekommt die Bewegungsabfolge einen Titel. Diese Beschreibung wird nun an  **2** gegeben.  **2** setzt die Beschreibung wieder in eine Bewegungsabfolge um, so wie sie verstanden wurde.

 **1** setzt nun mit  **2** gemeinsam die Bewegungsabfolge um:  **1**, so wie sie die Bewegungsabfolge gemeint hat.  **2** so, wie sie den Bewegungsabfolge aus der Beschreibung verstanden hat. Welche Gemeinsamkeiten, welche Unterschiede können entdeckt werden?

Mehrere Bewegungsabfolgen der  werden zu einer gemeinsamen Choreografie zusammengesetzt. Eventuell müssen dann zwischen den Bewegungsabfolgen Übergänge entwickelt werden.

Übung plus: Die schriftlichen Bewegungsabfolgen können zu einem Text oder Gedicht weiterentwickelt werden. Alle Texte und Choreografien zusammen bieten viel Stoff für ein ganzes Theater/Stück.

*Die Übung ist inspiriert von Birgit Freitag



#Verbindung #Impuls
#Bewegung

DU BRAUCHST

 Papier, Stifte

 60 min

 4 - 20





Mit der Übung lässt sich der öffentliche Raum als Raum für Kunst entdecken. Der Intuition, den Impulsen und denen einer Gruppe zu folgen, ist hier die Übung und der Spaß. Es geht um Exploration und künstlerisches Forschen für alle. Jeder Mensch ist Künstler:in und gestaltet die Gesellschaft. Gleichzeitig kann die Erfahrung des Forschens interessante Themen generieren für eine Theater/Arbeit, die auch ortsbezogen sein kann.



#KunstImÖffentlichenRaum #Generations #DasForschenAller

TheaterAKTIV arbeitet mit aufsuchenden Theaterformaten. Unsere Rikscha ist in sich selbst schon eine theatrale Intervention im **öffentlichen Raum**. Sie wirkt einladend für alle Generationen, denn Fahrrad fahren verbindet. Dieses Objekt könnte natürlich auch ein Anderes sein. Überlegt mal selbst: ein Bollervagen mit Roll-Up, eine Schubkarre mit Blumenbeet und Sitzgelegenheit, ein tragbares buntes Forschungszelt, ein Lastenrad mit mobiler Bühne.

Was ist zeitgenössische Kunst im öffentlichen Raum eigentlich? Ist Straßenmalerei immer nur ein "Kinderspiel"? Wie lang darf Kunst da bleiben? Und was ist mit der Fülle an Werbetafeln und Wegeschildern? Ist das auch Kunst? Wem gehört der öffentliche Raum? Das sind Fragen, die nicht so leicht zu beantworten sind. Aber vielleicht erfahrt Ihr in Eurer gemeinsamen Forschung etwas mehr darüber. Welche Fragen stellt Ihr Euch?

Für TheaterAKTIV ist der öffentliche Raum ein Raum, der voller **Sinneseindrücke** ist. Ein Raum, der unser Handeln beeinflusst. Ein Raum, in dem Kollaboration gefordert ist und das auf achtsame, nicht auf machtvoll Weise. So sind unsere Interventionen „nur“ flüchtig, **beweglich** und wieder veränderbar. Uns ist es wichtig **Impulse** zu geben, die den Blick schärfen, **Möglichkeiten** zeigen, Einladen auszuprobieren und Fragen stellen. Zum Beispiel: Wie wollen wir hier miteinander leben?



Der öffentliche Raum kann viele Barrieren haben. Sei immer offen für die individuellen Bedürfnisse. Ihr könnt Paare bilden und Euch unterstützen. Schreibübungen können in Mal- oder Erzählübungen abgewandelt werden. Für Menschen mit Bewegungseinschränkungen ist es möglich, auf Papierzetteln zu forschen und diese an die Stelle im öffentlichen Raum kleben zu lassen, die es betrifft. Die ganze Aktion zu dokumentieren (z.B. fotografierend/ zeichnend/ beobachtend/ erzählend) ist ebenso wichtig und eine Art forschend dabei zu sein.

KreideKunst

Spaziere mit jemandem, es kann auch eine Gruppe sein, durch die Stadt. Sucht Euch einen Platz/unterschiedliche Plätze, wo sich gut mit Kreide schreiben lässt. Lasst Euch von den folgenden Impulsen inspirieren und erfindet Eigene. Alle Impulse sind ohne Sprache nur mit Kreide zu erforschen. Setzt Euch am Besten eine Forschungszeit (ca. 20 - 30 min).

- A:** Verbinde zwei Dinge miteinander, die Gemeinsamkeiten haben.
- B:** Umrahme etwas, das du sehr wichtig findest.
- C:** Streiche etwas durch, das hier nicht gebraucht wird.
- D:** Zeichne einen Weg/ eine Spur nach.
- E:** Mach eine Kritzelei zu dem, was du hörst. Schließe dazu deine Augen.
- F:** Schreibe zehn wichtige Fragen zu dem Ort auf.
- G:** Versuche die Uhrzeit von jemandem herauszufinden, ohne zu sprechen.
- H:** Schreibe ein Gedicht über ein:e Passant:in/ über den Ort/ über ein Detail.
- I:** Erfinde mit jemandem ein Spiel ohne Worte.
- J:** Wiederhole etwas mehrmals.

Übung plus: Nach der "Forschungszeit" könnt Ihr das Ganze als Ausstellung gemeinsam begehen. Macht mit Euch gegenseitig Interviews, in denen Ihr Eure Erfahrungen, Eindrücke, Überraschungen, Irritationen teilt.

Forschungsfragen: Wie fühlt es sich an, im öffentlichen Raum zu wirken? Gab es Reaktionen von Passant:innen? Wie wäre die Übung mit anderem Material abgelaufen? Macht es einen Unterschied, ob die Übung Kinder oder Erwachsene machen? Macht Fotos von Eurem Werk und schreibt einen inneren Monolog der Forscher:in in euch..



#KunstImÖffentlichenRaum
#Generations #DasForschenAller

DU BRAUCHST

Straßenmalkreide

60 -120 min

1 - 99





Diese Übung dient als Ausgangspunkt für eine Themenfindung mit einer Gruppe. Sie regt die Phantasie an und lädt zum Geschichten erzählen ein. Sie passt auch sehr gut, wenn sich eine Gruppe noch nicht kennt. Geschichten können getauscht und weiterentwickelt werden. Für kleinere Kinder ist die Übung super. Die Variante eignet sich auch für Menschen, die keine Tanzerfahrung haben als Einstieg zum Thema Bewegung und Tanz.



#Interdisziplinarität #Diversität #Impuls

Bei TheaterAKTIV schaffen wir Raum für alle. Wir arbeiten gern mit allen Künsten. Tanz, kreatives Erzählen, Zeichnen, Theaterspiel – im Miteinander entstehen vielfältige Zugänge zu Ideen und Themen.

Ein **diversitätsbewusstes Handeln** ist nicht nur im geschützten Theaterraum, sondern auch in öffentlichen Räumen, die immer **Räume der Gesellschaft** sind, wichtig. Es geht also um das stetige üben von **Bewusstsein** für die **Vielfalt**. Es geht auch um das Aushalten unterschiedlicher **Perspektiven** und das Entwickeln von Neuen. Das interdisziplinäre Arbeiten mit allen Künsten bietet für uns genau das. Dabei geht es nicht immer um die „große Kunst“ oder eine tolle Idee, um anfangen zu können. Für uns beginnt das Spiel manchmal mit einem Blatt Papier, einer Eierpappe, einem Stück Kreide, einer Schnur, einem Fundstück aus der Natur. Es sind Materialien, die jedes Kind kennt. Manchmal haben wir auch nur eine verrückte Idee, einen **Impuls**. Über Fragen, Experimente und Spiele erschaffen wir ein **kollektives Kunstwerk**, dass sich zeigen lässt und **individuelle Zugänge** möglich macht.



Individuelle Menschen benötigen individuelle Zugänge. So machen wir in unseren Workshops immer Spielangebote mit Alternativen. Nicht alle trauen sich Erzählen zu. Wichtig: Mache den  Mut. Auch knappe, kurze Assoziationen sind gut erzählt. Körpersprache sagt manchmal mehr als tausend Worte. Ein Tanz/ eine Bewegung ist auch eine Erzählung.

Jedes Angebot von uns beruht auf Freiwilligkeit. Wir glauben an die Fähigkeit der Einzelnen und versuchen durch einen Methodenmix Freiraum zu schaffen. Natürlich stärken wir auch den Mut, sich in Safe Spaces (Räume, in denen die  unter sich sein können) auszuprobieren. Für Auszeiten im Workshop gibt es immer einen Raum-im-Raum. Einen Ort zum Ruhen oder einfach nur mal zu gucken. Vorteil:  bleibt im Raum, wird nicht ausgegrenzt oder muss sich nicht selbst ausgrenzen.

Geschichten entdecken

Zeichne ganz viele Punkte auf ein Blatt Papier. Dazu leite folgende Übung an:

Auf diesem Blatt ist eine Geschichte versteckt. Hilf uns, sie herauszukitzeln. Nimm einen Stift mit deiner Lieblingsfarbe, denn ohne Lieblingsfarbe geht hier gar nichts. Verbinde nun die Punkte, von denen du glaubst, dass sie zu deiner Geschichte gehören. Schau mal was entsteht. Ein Traum? Eine Landschaft? Eine Figur? Wie heißt sie? Welche Fähigkeiten hat sie? Wo befindet sie sich? Was verbindet dich mit ihr? Erzähle/ Schreibe eine Geschichte zu dem, was du entdeckst. Lässt sich die Geschichte auch als Theaterstück spielen? Wie wäre der Titel?

Variante:

Das Spiel mit den Punkten ist auch überdimensional in den Raum übertragbar.

Zeichnet dafür viele Punkte auf den Boden. Die Verbindung kann mit Kreide gezeichnet werden. Auch das Ablaufen der Punkte als verbindende Bewegung könnte spannend sein. Das kann vielleicht sogar zu einem Tanz/ einer Choreografie inspirieren. Auf jedem Punkt eine andere Bewegung? Eine neue Geschichte? Verschiedene Tempi auf der Verbindungsspur laufen? Alle  zeigen ihre Verbindungsspuren nacheinander/ als Duo/ alle gleichzeitig? Können sich Geschichten auch begegnen?



#Interdisziplinarität
#Diversität #Impuls

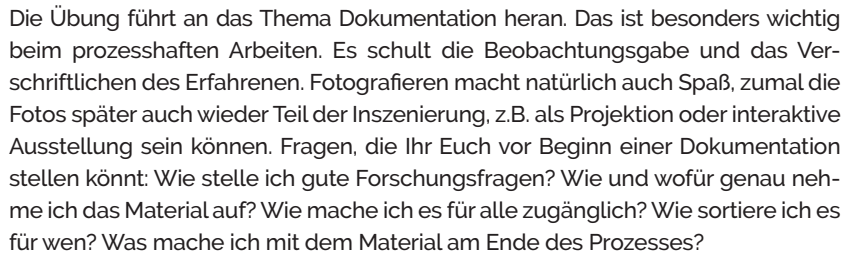
DU BRAUCHST

 Papier, Stifte, Kreide

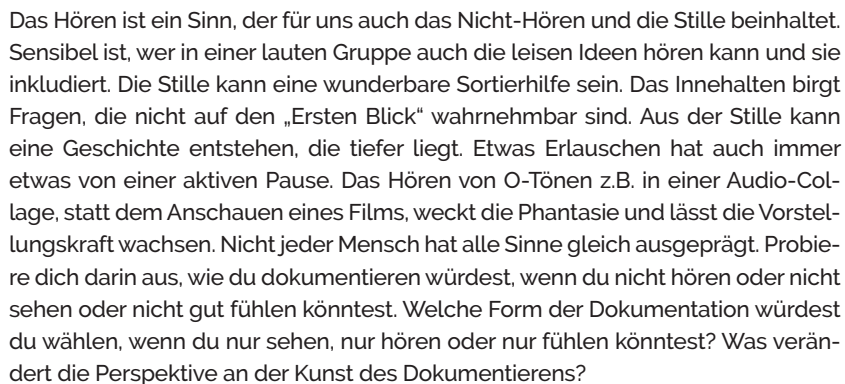
 15 - 60 min

 1 - 20





Für TheaterAKTIV ist das Dokumentieren nicht nur eine archivierende, sondern auch eine künstlerische Arbeit. Gern experimentieren wir beim Spielen mit **al-len Sinnen** - Hören, Sehen, Riechen, Schmecken, Fühlen. Besonders spannend fanden wir dennoch das Hören. So dokumentierten wir einige Workshops und Projekte **auditiv**. Um bei dem vielen Material den Überblick zu behalten, haben wir digitale Geräusche- und O-Ton-Kisten, sowie ein Fotoarchiv angelegt. Einiges wurde zu Audio-Collagen verarbeitet und als Fotoausstellung gezeigt. Spannend daran war, sich in der **Auswahl** und Gestaltung von Übungen zusätzlich auf das auditive Potenzial zu konzentrieren. Wichtig zu wissen: Obwohl noch nicht alle daran gewöhnt sind, weil eine Stimme anonymers scheint als ein Foto, auch auditive Daten sind Daten, die dem Datenschutz unterliegen. Es braucht also immer eine Einwilligung der Sprechenden vor der Veröffentlichung. Erkläre den , wo das Material genutzt wird, bevor du etwas aufnimmst und binde alle in das auditive Dokumentieren mit ein.



Die bekommen jeweils die Aufgabe: Halte fünf Momente zum Thema des Workshops fest, indem Du sie fotografierst.

Nun betrachten die  ihre Bilder und sortieren sie so, dass sich ein Spannungsbogen erzählt. Mit welchem Bild beginnt es? Welches Bild zeigt den Höhepunkt? Mit welchem Bild endet es? Zu ihrem entstandenen Bilderbogen schreiben alle in zehn Minuten einen Text, eine Geschichte, ein Gedicht oder einfach Assoziationen.

Variante 1: Wäre jedes der Fotos ein Akt eines klassischen Theaterstückes - Wie verlief die Geschichte? Wer spielt mit? Was ist das retardierende Moment? Welche Katastrophe passiert?

Variante 2: Aus dem entstandenen Text können einzelne Worte oder Sätze herausgegriffen und erneut zehn Minuten geschrieben werden. So entstehen unterschiedlichste Texte, die ein weitere Bausteine für ein Stück sein können. Die Fotos oder Texte können auch untereinander getauscht werden. Wie erzählt sich eine Geschichte mit den Fotos von allen?

Übung plus: Manchmal ist es gut, ein Team zusammenzustellen, das für die Dokumentation verantwortlich ist. Die Ergebnisse können auch zum künstlerischen Forschen inspirieren. Wer hat wie welche Fotos gemacht? Was war am Motiv spannend? Was sind die verschiedenen Perspektiven? Aus den Dokumenten kann ein Bühnenbild oder ganzer Film entstehen. Wie wirkt die gleiche Szene mit verschiedenen Fotos als Bühnenprojektion? Zudem besteht die Möglichkeit, Geschichten in einem Heft zu sammeln.



DU BRAUCHST

- Einmalkameras oder Polaroydkamera
- 30 min - ein Leben lang
- 1 - 20





Feedbackprozesse sind Momente des kollektiven Lernens. Es sollte konstruktiv sein und Freude machen. Geht es doch um Weiterentwicklung von Visionen, nicht um Bewertung. Mit **Übung 1** kann sich die Gruppe das Feedback holen, das sie braucht, um das eigene Spiel, die Idee, weiterzuführen. **Übung 2** übt das „Gute Fragen stellen“ und auch auszuhalten, dass nicht immer gleich eine Antwort gegeben oder eine Idee verteidigt werden muss. **Übung 3** ist super für Wertschätzung und Anerkennung. Forschungsfragen: Wie gestalte ich mein persönliches Feedback? Was wäre ein nützliches Feedback für mich? Was ist ein nützliches Feedback für wen? Wer entscheidet das?



#MitAllenSinnen #Material #ForschenAller

Bei TheaterAKTIV nehmen wir stetig eine **Lernhaltung** ein. Wir gehen davon aus, dass jede **Perspektive** wichtig und begründet ist. Es muss nicht immer ein Konsens gefunden werden. Im Theater wie in der Gesellschaft ist es ein Pfund, dass wir radikal vielfältig sind. Nicht immer können wir uns in unseren Perspektiven verstehen. Schön ist es aber, wenn wir es durch Nachfragen versuchen und gemeinsam neue Perspektiven entstehen. Um uns gegenseitig wahrzunehmen, brauchen wir alle eine Lernhaltung.

Gutes Feedback ist eine Grundlage für das prozesshafte Arbeiten von vielfältigen Charakteren. „Gut“ meint für uns nicht nur positiv, sondern vor allen Dingen **nützlich** und **konstruktiv**. So versuchen wir auch im **Team** immer gemeinsam zu lernen und folgendes üben: zu hören, beobachten, ausreden lassen, wertschätzend sprechen, wenig wiederholen, konkret nachfragen, Perspektiven verstehen, anerkennen und stehen lassen, gemeinsam neue Perspektiven entwickeln.



Ob  oder , Spielen oder Beobachten – alle, die dabei sind, sind aktiv. Mit einer stetigen Lernhaltung der Spielleitung kann es gelingen, ein Kollektiv zu sein, hierarchiearm zu arbeiten und die vielfältigen Perspektiven zu hören, zu sehen und zu fühlen. Denkt Euch doch gemeinsam eine neue Feedbackmethode aus. Dafür könnte ein Gespräch anregen über die Forschungsfragen: Was ist ein gutes Feedback für Euch? Welche Rolle spielt Respekt dabei? Als  könnt ihr auch einen anonymen Feedbackkasten für Feedback nur an Euch einrichten. Wie Feedback gegeben wird, könnt Ihr gegebenenfalls auch an die Besonderheiten einer Gruppe bzw. individueller  anpassen. Natürlich kann ein Feedback auch gemalt, gezeichnet, gesungen oder getanzt werden.

Wertschätzung

Übung 1: Bevor eine Spielsequenz/ Performance gezeigt wird, stellt die performende Gruppe an die zuschauende Gruppe eine Frage, die sie besonders interessiert. So kann sie sich das Feedback zu einer ganz bestimmten Sache einholen und damit weiterarbeiten. Beispiel: Wie wirkt unsere Performance/ die Figur/ der Prozess auf Euch? Welchen „roten Faden“ könnt ihr erkennen? Welche Fragen stellt Ihr Euch am Ende? Das Feedback kann auch schriftlich und anonym übergeben werden.

Übung 2: Die Feedback gebenden Gruppe gibt Rückmeldung nur in offenen Fragen. Achtung: das ist gar nicht so leicht. Versucht keine Ja/ Nein-Fragen oder Suggestivfragen zu stellen. Die performende Gruppe hört nur zu ohne die Fragen zu beantworten. Das ist zuerst einmal sehr ungewohnt, regt aber die Phantasie an. Tauscht Euch erst im Anschluss, wenn alle Gruppen gefeedbackt wurden, über die Methode selbst aus.

Übung 3: Alle bekommen einen DinA4-Zettel auf den Rücken geklebt, auf dem der Reihe nach und anonym die anderen  jeweils einen positiven Wunsch für die jeweilige Person schreiben.

*Die Übung 1 und 2 sind inspiriert von DasArts Institut.



#Lernhaltung #Respekt
#Perspektiven

DU BRAUCHST

 Zettel, Stifte, Klebeband

 15 - 45 min

 2 - 20

