

## Offenes Training 1: Vermessenes Theater

Das offene Training baut auf auf einem Koffer, 10 Bleistiften und genau so vielen Zollstöcken – es ist also tatsächlich alles ziemlich offen. Insgesamt war es mein Ziel, so viel wie möglich mit den Gegenständen auszuprobieren, ohne auf ein bestimmtes Produkt (ästhetisch meine ich) hinzuführen. Es gab in der an das Training anschließenden Reflexionsrunde einige Verbesserungsvorschläge, die ich in das Protokoll als Reflexion mit einfließen lassen möchte.

Ablauf:

*Kurzes Assoziations Schreiben „Koffer, wenn du ein Mensch wärst...“*

- Wir sitzen im Kreis um den Holkoffer herum, jeder schreibt in der Form des Freewriting (einfach drauf los, ohne Stift-Absetzen) einen Text der ihm oder ihr eben zum Koffer einfällt. Den Textanfang geben ich vor.
- Wir geben die Zettel nach links weiter, jede/r unterstreicht im jetzt vor ihr/ ihm liegenden Text 2 Sätze die er/ sie am schönsten findet. Danach werden diese Sätze vorgelesen.

**Reflexion:** Mein Gedanke bei dieser Übung war, anzufangen die mitgebrachten Gegenstände als „Wesen“, vielleicht sogar Menschen, wahrzunehmen. Wie wäre dieser Gegenstand, wenn er ein Mensch wäre? Welche Eigenschaften hätte er dann? Woran machen wir das fest? Allerdings hätte man hierzu vielleicht etwas mehr zu der Übung erklären sollen oder weiter mit den entstandenen Texten arbeiten sollen. Tatsächlich finde ich aber den Textanfang auch nicht geeignet, um damit produktiv weiterzuarbeiten. Hier hätte ich einen Halbsatz wählen können, der mehr Assoziationen auslöst und damit interessantere Texte entstehen lässt.

*Objekte untersuchen mit Musik*

Während alle im Raum verteilt auf dem Boden liegen, mit einem der Gegenstände bewaffnet und mit geschlossenen Augen, fange ich an, Fragen zu den Objekten zu stellen, die die anderen dazu auffordern, mit den Gegenständen zu experimentieren und Dinge herauszufinden.

- Fragen (beispielhaft)
  - o Was kann der Gegenstand/ Was kannst du damit machen?
  - o Wie schwer? Wie kann man damit weh tun? Wie Angenehmes tun?
  - o Wie spitz oder weich?
  - o Wie ist das Material? Eigenschaften
  - o Kannst du den Gegenstand als Dekoration benutzen?
  - o Welche Geräusche macht der Gegenstand?
  - o Welche Farben assoziiert du?

- Anweisungen, sich in das Objekt „zu verwandeln“
  - o Fokus auf Füße, Abstand Knie, Hüfte, Bauch, Arme, Kopf
  - o Blicke
  - o Wo ist Spannung/ Wo nicht?
  - o Wie fängst du an, dich auf dem Boden zu bewegen?

Nach der langsam anfangenden Bewegung auf dem Boden kommen nun größere Bewegungen hinzu, alle stehen langsam auf, wie es die Gegenstände tun würden, bis ein Raumlaf entsteht.

- Anweisungen für Bewegung auf dem Boden und Raumlaf
  - o Bewegung auf dem Boden, immer wieder auch Pausen, auf Rhythmus/ Schnelligkeit achten
  - o Hochkommen, welchen Körperteil zuerst? Blick?
  - o Sitzen ausprobieren, wie sind die Beine? Wie ist der Oberkörper? Blick?
  - o Im Gleichschritt mit dem Objekt bewegen
  - o Aufstehen, mit dem Objekt verschmelzen, Teil vom Gegenstand sein, Gegenstand Teil von dir, wie kann man das Gegenstand tragen, durch den Raum bewegen?
  - o Wie kann man den Gegenstand benutzen?
  - o Ausprobieren, nicht nur die erste Assoziation nehmen, zwischen verschiedenen Fortbewegungsarten wechseln
  - o Begegnung: Wie reagieren verschiedenen Gegenstandsmenschen aufeinander? Wie laufen Begrüßungen ab?

**Reflexion:** Insgesamt hat die Übung mindestens eine halbe Stunde gedauert, was ja eine relativ lange Zeit ist, um sich auf ein und dieselbe Sache zu konzentrieren. Ich konnte wahrnehmen, dass es Einigen schwerfiel, sich in Gegenstände hineinzusetzen (logischerweise!) und dass es relativ viele Widerstände gab. Außerdem, und das wurde später von Julia angemerkt, war es teilweise schwierig, sich trotz Musik zu konzentrieren. Insgesamt muss man sich vielleicht gut überlegen, mit welcher Gruppe man solch leicht verrückte Übungen macht, denn das ist wirklich nicht für jeden was. Bei Musik muss man sich vielleicht generell darüber im Klaren sein, dass Musik die Stimmung stark beeinflusst und es anstrengend sein kann, gleichzeitig Musik und „Gerede“ zu hören.

### *Zwei Objekte treffen aufeinander*

Das, was gerade im Raumlaf passiert ist, sehen wir uns jetzt in Form von kurzen Präsentationen an. Es gehen je zwei Leute von verschiedenen Seiten auf die Bühne, zeigen ihre Begrüßungen und gehen wieder ab.

### *Standbilder*

Indem nacheinander Menschen mit Gegenständen auf die Bühne gehen, entstehen verschiedene Standbilder. Es gibt die explizite Anweisung, dass die Gegenstände als sie selbst oder als etwas völlig anderes benutzt werden können.

- Variationen
  - o Vom fertigen Standbild ausgehend überlegen sich alle im Standbild ein Geräusch/ einen Satz/ eine Bewegung, das/ den/ die sie sagen oder tun, wenn sie angetippt werden
  - o Es entsteht eine Szene aus dem fertigen Standbild

**Reflexion:** Einige Standbilder waren durchaus interessant und man hätte vermutlich ganz gut damit weiterarbeiten können, aber dazu fehlte mir dann wohl auch irgendwie die Flexibilität. Wenn man viele Ideen hat, kann man sie aber an so einer Stelle sehr gut einfließen lassen!

### *Mischpult (angelehnt an Meike Plath)*

Alle laufen durch den Raum. In der Mitte liegen die Gegenstände, die für die Übung mitbenutzt werden können und sollen. Ich gebe verschiedene Anweisungen inklusive Stufen an, die für die Stärke stehen.

- Chaos/ Risiko/ Chor/ Lautstärke/ Schnelligkeit
- Stufen 1 bis 5
- Es können auch zwei Merkmale mit Stufen vermischt werden

**Reflexion:** Diese Übung bringt schnell gute chorische Bilder hervor. Allerdings war die Anzahl der Merkmale und Stufen etwas hoch, sodass man die ganze Zeit sehr aufmerksam sein musste, was natürlich anstrengend sein kann.