



Improvisationstheater – Die Schönheit des Ungeplanten **16.03.2024**

Lorenz Fischer

Schauspieler und Trainer für Improvisationstheater
Yes oder Nie! - Improtheater aus Dresden

Life is a lot like jazz – It is best when you improvise.“ (George Gershwin)

Etwas Ähnliches sagte ein befreundeter Improspieler zu mir, als er meinte, dass er im Alltag die Situationen am meisten genieße und „am besten könne“, in denen er „Impro spiele“.

Tatsächlich ist Improtheater nicht nur was für die Bühne. Die Prinzipien, die dem Improtheater zu Grunde liegen, können das alltägliche Leben (sowie das therapeutische Tun) enorm bereichern.

Improvisation ist die Kunst, im Moment zu agieren, aufmerksam zu sein, mit sich selber und seiner Umwelt in einen neugierigen und offenen Austausch zu gehen. Dabei wird nicht bewertet und gefiltert. Im Gegenteil wird die aktuelle Situation akzeptiert („Ja!-sagen“), entstehende „Fehler“ als Ressource aufgefasst („Scheiter heiter!“) und somit der Kreativität freier Lauf gelassen.

Da jeder Mensch anders fühlt und denkt, die Szenen jedoch gemeinsam entwickelt werden, ist Kommunikation (genaues Zuhören sowie Vermitteln der eigenen Impulse) ein zentraler Bestandteil jeder ungeplanten Interaktion. Im Idealfall finden die Spieler*innen ein Gleichgewicht zwischen Verantwortungsübernahme und – abgabe für die gemeinsame Geschichte.

In diesem praktischen Improvisationstheaterseminar wollen wir spielerisch die Prinzipien der Improvisation kennenlernen, in fremde Rollen schlüpfen (Perspektiven wechseln) und gemeinsam kleine Geschichten entstehen lassen.

Für die Teilnahme sind weder Vorkenntnisse noch Talent erforderlich.

Inhalte des Seminars sind:

- Übungen zu den Grundprinzipien der Improvisation
- kurze, gemeinsam entwickelte theatrale Szenen
- Selbsterfahrung und -reflexion

Zeit: 10.00 Uhr – 17.00 Uhr

Ort: SIM, Obermarkt 24, 04720 Döbeln

Kosten: 110 €, Überweisung auf das Konto:

Systemisches Institut Mittelsachsen

VR Bank Mittelsachsen – IBAN DE 19 8606 5468 0000 248487

Verwendungszweck: Seminar Improvisationstheater

Name, Vorname

Anmeldung per Mail, mit Anmeldeformular oder formlos schriftlich an info@sim-sachsen.de oder an SIM, Obermarkt 24, 04720 Döbeln,

Tel. 0160 – 9074 4247