

**Standorte 04**

---

**Karl-Heinz Wenzel**

# **B.E.S.T. – DAS PRAXISBUCH**

Eine exemplarische Projektbeschreibung in 10 Phasen

**deutscher  
theaterverlag**

***Weitere Titel in der Reihe "Standorte":***

**Malte Pfeiffer, "Theater des Handelns"**

Strategien der Performance-Art als Methode in der Theaterarbeit mit Jugendlichen (Standorte 01, 2009)

**Dagny Reichert,**

**"Gras wächst nicht schneller, wenn man daran zieht"**

Ein Projektbericht zum Theater in der Grundschule auf Grundlage der Montessori-Pädagogik" (Standorte 02, 2009)

**Eva Hippe/Lorenz Hippe, "Theater Direkt"**

Das Theater der Zuschauer - ein Beitrag zur kollektiven Kreativität (Standorte 03, 2011)

ISBN/EAN 978-3-7695-0329-6

© Deutscher Theaterverlag Weinheim, 2011

[www.dtver.de](http://www.dtver.de)

Alle Rechte vorbehalten

Umschlaggestaltung: unit werbeagentur Weinheim

Satz und Druck: id gmbh Freiburg

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b> .....	6
<b>Kurzdarstellung der Gruppe und ihrer Arbeitsweise</b> .....	7
1. Das B.E.S.T. - Konzept .....	7
2. Die B.E.S.T. - Philosophie in ihrer konkreten Umsetzung..	8
3. Wie funktioniert eigentlich die Suche nach dem Aufführungsort und welche Konsequenzen haben die unterschiedlichen Räume auf Inhalt und Form des Stückes? .....	9
4. Die bühnentechnischen Rahmenbedingungen .....	10
4.1 Die Arbeit mit dem Licht .....	10
4.2 Der Einsatz von Musik .....	11
4.3 Die Verwendung von Kostümen .....	11
5. In welche Zuschauerzustände entführt B.E.S.T. sein Publikum? Erwartungshaltungen und Verunsicherung ...	11
6. Die Rolle der Spielleitung .....	13
7. Was hat sich in den vergangenen Jahren verändert und was ist gleich geblieben? .....	14
<b>Die Voraussetzungen</b> .....	15
1. Der Probenort und die Projektdauer .....	15
2. Die Finanzierung des Projektes .....	16
<b>Die 1. Phase (Januar)</b> .....	17
1. Das Anwerben von Teilnehmern .....	17
2. Die Gruppengröße .....	17
3. Die Gruppenzusammensetzung .....	18
<b>Die 2. Phase (Januar)</b> .....	18
1. Die Probenhäufigkeit und Probendauer .....	18
2. Zum Verhalten der Teilnehmer .....	18
3. Die Ziele der 2. Phase .....	18
3.1 Die Aspekte der Gruppendynamik .....	19
3.2 Die Aspekte des Theaters .....	19
4. Das 1. Treffen und die ersten 4 Proben .....	21

<b>Die 3. Phase (Februar)</b> .....	37
1. Konsolidierung der ersten Theatererfahrungen, Gruppen- und Ensemblebildung, Erweiterung und Vertiefung des schauspielerischen Basistrainings .....	37
2. Die Themensuche .....	38
3. Die Dramaturgiegruppe .....	38
<b>Die 4. Phase (März)</b> .....	48
Fortsetzung und Festigung der Theatererfahrungen, agieren statt schauspielen, Inszenierungsansätze, Themensuche .....	48
<b>Die 5. Phase (April/Mai)</b> .....	56
Das Wochenendprojekt und die Themenentscheidung .....	56
<b>Die 6. Phase (Mai/Juni/Juli)</b> .....	62
Gezieltes thematisches Arbeiten .....	62
<b>Die 7. Phase (Juli/August/Sommerferien)</b> .....	74
Individuelle, biographische Arbeit im Rahmen des gewählten Themas .....	74
<b>Die 8. Phase (August/September)</b> .....	77
1. Der Countdown-Plan .....	77
2. Der Beginn der konkreten Arbeit am und im Aufführungsort .....	78
3. Das Raumnutzungskonzept .....	78
3.1 "EntwederAuch" in einer 1000m <sup>2</sup> großen Halle .....	79
3.2 "ParaDiesmal" in einem vierstöckigen Gebäude .....	81
3.3 "AufbruchStücke" in einem ehemaligen Postgebäude ....	83
3.3.1 Spielformen und Einbeziehung des Publikums .....	84
4. Die konkrete Stückentwicklung und -gestaltung .....	85
4.1 Die Strukturierung des szenischen Materials .....	85
4.2 Ein grundsätzliches, dramaturgisches Strukturmuster ...	85
4.3 Die "dramaturgische Harke" .....	86

<b>Die 9. Phase (September/Oktober)</b> .....	87
1. Die Aufführungen .....	87
2. Die Werbung .....	87
3. Die Aufführungszeit .....	89
4. Die Probeaufführungen .....	89
5. Die ehrenamtlichen Helfer .....	90
<b>Die 10. Phase (Oktober)</b> .....	90
Die Abschlussarbeiten: Aufräumen, sauber machen, den Raum übergeben, abrechnen	
<b>Nachwort</b> .....	91
<b>Anhänge</b> .....	92
• <b>Anhang 1: Die B.E.S.T. - Produktionen seit 1992</b> .....	92
• <b>Anhang 2: Projekt 2011 - Jahresplanung</b> .....	94
• <b>Anhang 3: Der Count-Down-Plan</b> .....	95
• <b>Anhang 4: Impulssätze zum Thema Aufbruch / Wege</b> ....	98
• <b>Anhang 5: Zusammenstellung der verwendeten Übungen     und Spiele nach Themenbereichen, inklusive     weiterer Übungsvarianten</b> .....	100

## Vorwort

Die Leiterinnen und Leiter von außerschulischen Jugendtheatergruppen sehen sich häufig einer Vielzahl von Aufgaben ausgesetzt, die - je nachdem ob sie nun in einer Institution vernetzt sind oder nicht - einfacher oder schwieriger zu bewältigen sind. Leitet man beispielsweise die Jugendtheatergruppe an einem städtischen Theater, gibt es dort im Normalfall Werkstätten für ein möglicherweise erforderliches Bühnenbild, einen Kostümfundus für die phantasievolle Bekleidung, eine Abteilung Öffentlichkeitsarbeit, die die Werbung übernimmt, und viele Kollegen und Kolleginnen aus dem schauspielerischen oder dramaturgischen Bereich, die man gegebenenfalls mal um Rat fragen kann.

Fehlt solch eine durchorganisierte Institution im Hintergrund oder ist sie schlicht und einfach weniger opulent ausgestattet, kommt die Gruppenleitung nicht umhin, sich praktisch um alles selber zu kümmern.

In dieser Situation befindet sich die Jugendtheatergruppe B.E.S.T. Sie ist eine offene, außerschulische Jugendtheatergruppe, deren Struktur praktisch nur in der Person des Spielleiters besteht. Das heißt, er ist im wahrsten Sinne des Worts für alles und jedes zuständig und verantwortlich.

Im Folgenden werden die 10 verschiedenen Phasen, in denen sich Jahr für Jahr in dieser offenen Struktur die neue Theaterproduktion mit Jugendlichen aus ganz Bremen entwickelt, detailliert beschrieben:

Von der Mitspielerwerbung über die ersten theatralen Übungseinheiten, von der gemeinsamen Themensuche zur konkreten Durchführung der eigenen Biographie nach spielbarem Material, von der Suche nach einem brauchbaren Aufführungsort bis zur Premiere. All dies wird in konkreten, praktisch nachvollziehbaren Schritten dargelegt.

Der vorliegende Band stellt damit zudem den praktischen Leitfaden für das mehr konzeptionell gehaltene Buch: "Theater in B.E.S.T. - Form" dar, das bereits im Jahre 2006 erschienen ist.

Es versteht sich dabei von selbst, dass der Autor an dieser Stelle nur von seinen persönlichen Erfahrungen und Vorstellungen sprechen will und kann und seine "B.E.S.T. - Praxis" in keiner Weise als "best practice" propagieren möchte. Denn er weiß, dass es selbstverständlich so viele stimmige wie Erfolg versprechende Wege in der theaterpädagogischen Arbeit gibt, wie es neugierige und engagierte Spielleiter und Spielleiterinnen gibt und es ist erfahrungsgemäß eine anstrengende, aber zutiefst lustvolle Arbeit den jeweils eigenen Weg herauszufinden.

# B.E.S.T. - Das Praxisbuch

## Kurzdarstellung der Gruppe und ihrer Arbeitsweise

### 1. Das B.E.S.T. - Konzept

Die Jugendtheatergruppe **B.E.S.T.** (**B**remens **E**rstes **S**chulübergreifendes **T**heater) existiert seit 1990 und war ursprünglich ein Projekt des Senators für Bildung. Inzwischen gehört es zum kulturellen Angebot der Kulturwerkstatt westend e.V. und bietet Jugendlichen aus allen Schulen und anderen Ausbildungsgängen in Bremen die Gelegenheit zum gemeinsamen Theaterspiel. Es siedelt sich dabei bewusst zwischen den klassischen Institutionen Schule und Theater an und ist von seinem Charakter her damit ein freies Jugendtheaterprojekt im außerschulischen Freizeitbereich, das allen Jugendlichen offen steht.

- Der **sozialintegrative** Aspekt dieser Arbeit, dass die Jugendlichen zwischen 16 und 26 Jahren aus den unterschiedlichsten Schulen und Stadtteilen und verschiedener sozialer Herkunft in einem kreativen Arbeitsprozess zusammengeführt werden, ist ein Grundansatz dieses Projektes. Schulische Grenzen werden überschritten, Interessen für andere Schul- und Lebensbereiche geweckt, Kontakte quer durch alle Gesellschaftsschichten geknüpft. Es gibt auch noch einen sozialpsychologischen Nebeneffekt: Erfahrungsgemäß hat noch kein teilnehmender Jugendlicher ein Projekt über einen solch langen Zeitraum durchgehalten (neun Monate!), mit all seinen vielschichtigen positiven Nebenwirkungen.
- Vorzugsweise setzt sich die Gruppe mit aktuellen Themen aus dem Erlebnis- und Erfahrungsbereich der Jugendlichen auseinander. Sowohl im Arbeitsprozess als auch beim Endprodukt geht es dabei nicht nur darum, den jeweiligen Ist-Zustand des Problemfeldes zu beschreiben, sondern auch zu versuchen, für die Beteiligten eine mögliche individuelle Zukunftsperspektive zu eröffnen. Die Theaterarbeit versteht sich in diesem Sinne auch als **Orientierungshilfe bei der Suche nach der individuellen, der kulturellen und der sozialen Identität** der Beteiligten.
- Bei aller Problemorientierung soll aber stets in einem **Prozess des ästhetischen Lernens** das Bewusstsein für künstlerische Prozesse entwickelt und so die Umgestaltung von realer Lebenserfahrung zu theatraler Verdichtung nachvollziehbar werden. Bewusst wird in diesem Zusammenhang mit unkonventio-

- neuen Theaterformen experimentiert. Während die Jugendlichen sich inhaltlich mit den für sie wichtigen Problembereichen beschäftigen, erleben sie das Medium Theater als einen Teil individuell nutzbarer Kultur.
- Die Gruppe verfügt über keine eigene Spielstätte, sondern sucht sich für jede neue Produktion einen entsprechenden Spielort. Sie ist darauf bedacht, im Rahmen dieser Suche die unterschiedlichsten Stadtteile auf ihre "Bespielbarkeit" hin auszuprobieren und wandert auf diese Weise allmählich durch die Bremer Stadtteil-Landschaft.

Im Verlauf der letzten 20 Jahre sind auf diese Weise insgesamt 19 Theaterstücke entstanden.

## **2. Die B.E.S.T. - Philosophie in ihrer konkreten Umsetzung**

Die Philosophie und die Arbeitsmethode von B.E.S.T. lassen sich unter folgenden Aspekten zusammenfassen:

- Bei B.E.S.T. werden grundsätzlich keine literarischen Stücke inszeniert.
- Es geht vielmehr um eine postdramatische Überformung fragmentarischer Lebenserfahrungen.
- Die Theatergruppe arbeitet thematisch, das heißt, es werden regelmäßig Eigenproduktionen zu einem Thema erarbeitet, auf das sich die Gruppe in den ersten zwei bis drei Monaten einigt.
- Bei B.E.S.T. wird biographisch gearbeitet, das heißt, die Inhalte ergeben sich zum überwiegenden Teil aus den jeweiligen Lebenserfahrungen der Jugendlichen in Bezug auf das gewählte Thema. Literarische Anleihen zum Thema jeder Art sind selbstverständlich möglich.
- Angestrebt wird weniger die Präsentation großer Textmengen, sondern eher bildhaftes, körperorientiertes, choreografisches Theater.
- Das bedeutet in der Konsequenz, dass sich das Spiel eher im Bereich der Performance ansiedelt als im psychologisch realistischen Theater.
- Bei B.E.S.T. gibt es grundsätzlich keine Haupt- und Nebenrollen. Alle Beteiligten haben ungefähr den gleichen Spielanteil, das heißt, alle haben die Möglichkeit, bis zu 3 Szenen zu ihrem individuellen Unterthema einzubringen.
- Die Stücke dauern im Durchschnitt nicht länger als 60 bis 70 Minuten.



- Die abschließende Aufführung entsteht an einem von Jahr zu Jahr neu zu findenden, nicht-theatralen Ort, das heißt, in leeren Fabrikhallen, alten Schwimmbädern, Hochregallagern, ehemaligen Schulen, Gefängnissen und ähnlichen Orten; da die Gruppe stets den Ort nehmen muss, den sie zur Verfügung gestellt bekommt, kann dieser nicht auf das Thema hin ausgesucht werden. Seinen Themenbezug bekommt der Spielort erst bei der später beginnenden Probenarbeit.
- In diese Orte werden keine "Bühnen" hinein gebaut, die Orte sind die "Bühnen" oder besser gesagt: die Aktionsräume.

### **3. Wie funktioniert eigentlich die Suche nach dem Aufführungsort und welche Konsequenzen haben die unterschiedlichen Räume auf Inhalt und Form des Stückes?**

Die Raumsuche, das heißt die Suche nach dem späteren Aufführungsort, beginnt normalerweise mit Beginn des Projektes.

In den meisten Fällen konkretisiert sich diese Suche aber erst in der Zeit zwischen April und Juni/Juli, dem Beginn der Sommerferien; manchmal früher, manchmal später. Die früheste Raumzusage erhielten wir bisher im April und die späteste Raumzusage eine Woche vor dem Beginn der Hauptprobenzeit, gegen Ende der Sommerferien.

Grundsätzlich wird die gesamte Stadt auf leer stehende Gebäude "abgescannt", wobei wir in den meisten Fällen Absagen erhalten. Begründung: "Das Gebäude wird nächste Woche verkauft", "der Eigner hat keine Interesse, dass 20 Jugendliche ihm das Haus verwüsten", "die Zentrale in Berlin will das nicht", "das Ganze ist zu anstrengend", "die mögliche Miete ist zu gering" und was man sich sonst noch vorstellen kann. Glücklicherweise gibt es aber Jahr für Jahr verständnisvolle Inhaber oder Immobiliengesellschaften, hier vor allem "immobilien bremen", die sich von unserem Anliegen überzeugen lassen und sich auf das Abenteuer einer Zwischenvermietung an B.E.S.T. einlassen.

Um es gleich vorweg zu sagen: das einmal gewählte Thema hat meist die unangenehme Eigenart, sich im weiteren Verlauf der Arbeit einen Raum zu suchen, der mit ihm auf den ersten Blick rein gar nichts zu tun zu haben scheint.

Bei unserer speziellen Arbeitsweise ist es also schlicht und ergreifend nicht möglich, Thema und Raum sozusagen "on the line" zu entwickeln. Dies führt dann dazu, dass es die Aufgabe der Theatermacher bleibt, aus dieser Nicht-Kompatibilität kreative Funken zu schlagen. Eine zwar anstrengende, aber doch äußerst lohnende Herausforderung. André Breton hat das Ziel dieser Arbeitsweise

einmal so beschrieben, dass man dabei auf die initiale "poetische Zündung" hofft.

Etwas prosaischer ausgedrückt bedeutet das, wir müssen immer den Raum nehmen, den man uns gibt, und nicht den, den wir vielleicht haben wollen.

Und jedes Jahr stehen wir damit vor der Aufgabe, das Thema dem zur Verfügung stehenden Raum anzupassen, was sich selbstverständlich nicht nur auf den Inhalt, sondern vor allem auch auf die Art und Weise der theatralen Präsentation auswirkt. Große, weitflächige Räume ermöglichen beispielsweise viel Bewegung und choreographische Strukturen bei gleichzeitiger Reduzierung des Textumfanges, kleiner strukturierte Räumlichkeiten lassen dies weniger zu und drängen uns eher in Richtung Bildhaftigkeit und umfangreichere Textnutzung.

#### **4. Die bühnentechnischen Rahmenbedingungen**

##### **4.1 Die Arbeit mit dem Licht**

Grundsätzlich gilt für den Einsatz der Beleuchtung: so wenig "Theater" wie möglich.

Das bedeutet zweierlei. Zum einen verwenden wir keine Theaterscheinwerfer, was auf der anderen Seite zur Folge hat, dass wir alle anderen denkbaren nicht-theatralen "Leuchtkörper" verwenden, um die erforderliche Helligkeit für das theatrale Spiel herzustellen.

Dabei achten wir immer darauf, dass die Leuchtkörper dem Charakter des Raumes möglichst entsprechen. Einige Beispiele:

- Ein Lagerraum war mit 30 Neonröhren ausgestattet, was zwar dem Charakter des Raumes entsprach, für unser Spiel aber denkbar ungünstig war. Wir hängten nun 30 billige Ikea-Lampen mit Blechschirmen an die Decke, die jeweils mit 100 Watt-Birnen bestückt waren. Diese Lampen entsprachen ebenfalls dem Charakter eines Lagerraumes, boten uns aber ein angemesseneres Licht für unser Spiel. Darüber hinaus konnten sie gedimmt werden und ermöglichten uns so einen nuancenreicheren Umgang mit der Beleuchtung.
- Bei der Bespielung eines alten Bremer Stadtteilrathauses wiederum beließen wir es bei den vorhandenen Neonröhren in den Gängen und Räumen, um hier bewusst den kalten, abweisenden Charakter dieser Lichtquellen zu nutzen. Diese Beleuchtung blieb das ganze Stück über konstant und wurde nicht verändert.

- In einer Rauminstallation mit 15 Krankenhausbetten bestand die Hauptbeleuchtung aus 15 lichtstarken Nachttischlampen, die von den Spielern jeweils an- und ausgeschaltet werden konnten.

Neutrale schwarze Bauflechter in allen denkbaren Größen bilden darüber hinaus in vielen Stücken den Kern der Grundbeleuchtung.

#### **4.2 Der Einsatz von Musik**

Wenn wir die Möglichkeit haben, Live-Musik in das Stück einzubauen, tun wir das. Das hängt schlicht und einfach davon ab, ob sich eine Musikergruppe oder auch ein einzelner "Geräuschemacher" findet und sich auf unseren langen Proben- und Aufführungsprozess einlassen kann und will.

Haben wir die Gelegenheit nicht, nutzen wir - ganz unsentimental - Musik aus der "Konserven", wie es so treffend wie unschön heißt.

Die Musik hat hauptsächlich die Aufgabe, die Atmosphäre des Raumes aufzunehmen und entsprechend der szenischen Situationen zu unterstützen, oder sich kontrapunktisch dazu zu verhalten.

#### **4.3 Die Verwendung von Kostümen**

In einer Zeitungskritik stand einmal über die Kostüme der B.E.S.T. - Akteure, sie seien "Marke Altkleidersammlung". Was für uns dahinter steht, ist Folgendes. Zum einen geht es nicht darum, dass sich die Akteure und Akteurinnen für ein "schönes" Theaterstück "schön verkleiden", denn wir zeigen keine "schönen" Theaterstücke. Wir "schlüpfen" auch nicht in fremde Rollen und "schlüpfen" folglich auch nicht in fremde Kostüme. Da wir Inhalte und Szenen aus den realen Biographien der Jugendlichen entwickeln, kommen natürlicherweise keine Kostüme von Königinnen, Elfen, Rittern oder ähnlichen schön gewandeten Rollen vor. Die Kostüme orientieren sich an realen Situationen und realen Personen. Sollte es einmal darum gehen, dass sich jemand in eine phantastische, schöne Situation hinein wünscht oder träumt, wird sich sein Kostüm selbstverständlich dieser Phantasievorstellung anpassen.

### **5. In welche Zustände entführt B.E.S.T. sein Publikum?**

#### **Erwartungshaltungen und Verunsicherung**

Ein weiterer Aspekt, der die theatrale Arbeit immer von Anfang an begleitet, ist die Überlegung, was wir dem Publikum zumuten. Dies bezieht sich sowohl auf die inhaltliche Struktur unserer Stücke, ihre formale Ausgestaltung und die räumliche Situation, mit der wir die Zuschauer konfrontieren.

Da wir grundsätzlich postdramatisch arbeiten und zusätzlich immer mehr performative Elemente in unsere Arbeiten einbauen, benötigen wir das Publikum, möglicherweise vorhandene, traditionelle Sehgewohnheiten zu überprüfen und sich auf unsere fragmentarischen, multiperspektivischen Präsentationsformen einzulassen.

"Das aufgeschobene Verständnis", das Hans Thies Lehmann in diesem Zusammenhang erwähnt, ist dabei ein Schlüsselbegriff.

Da wir immer an nicht-theatralen Orten spielen, gibt es auch keine vorgegebene Aufteilung in Zuschauerraum und Bühne, das heißt Zuschauer und Akteure befinden sich während der gesamten Aufführung immer im selben Raum. Es stellt sich also jedes Mal auf's Neue die Frage: Wohin mit dem Publikum?

Im Grunde gibt es drei Möglichkeiten:

- Entweder finden wir einen festen Ort, von dem aus das Publikum den Überblick über das gesamte Geschehen hat und bauen dort eine Anzahl von Sitzmöglichkeiten auf oder
- wir lassen das Publikum im Sinne eines Stationentheaters durch die Räumlichkeiten wandern oder
- wir spielen mitten im Publikum.

**Befindet sich das Publikum an einem festen Ort**, wird ihm - im Grunde vergleichbar mit dem Besuch in einem klassischen Theater - das gesamte Geschehen vorgeführt. Allerdings laufen häufig mehrere Handlungsstränge gleichzeitig ab, so dass der einzelne Zuschauer entscheiden muss, wohin er genau schauen will.

**Bei der Variante "Stationentheater"** gibt es wiederum zwei Möglichkeiten:

Entweder laufen die Aktionen nacheinander ab, so dass die Zuschauer durch die Stückstruktur geführt werden, oder die Aktionen laufen gleichzeitig an den unterschiedlichen Orten ab, was für die Zuschauer eine permanente Entscheidungssituation darstellt.

**Wird mitten im Publikum gespielt**, muss sich der Zuschauer meistens ebenfalls entscheiden, wohin er in diesem Augenblick gehen und schauen will, weil auch hier häufig Aktionen gleichzeitig ablaufen. Mit anderen Worten, wir muten dem Publikum durch die Art und Weise der Stückanlage permanente Entscheidungen zu, was dazu führt, dass jeder Zuschauer letztlich ein anderes Stück gesehen hat, wenn er unseren "theatralen Aktionsraum" verlässt.

In allen drei Fällen müssen wir aber immer die Anzahl der Zuschauer beschränken, weil es sonst zu eng werden würde in den jeweili-

gen Örtlichkeiten und gleichzeitig die Sichtmöglichkeit für einen Teil des Publikums erheblich eingeschränkt wäre.

Die konkrete Anzahl der potentiellen Zuschauer bewegt sich über die Jahre hinweg pro Aufführung meist zwischen 60 und 130.

## **6. Die Rolle der Spielleitung**

Man sollte ebenfalls nicht davon ausgehen, dass die im Folgenden vorgestellten Übungsfolgen automatisch den Input - Output - Effekt haben, etwa nach dem Motto, wenn ich diese Übung mache, dann erwerben die Jugendlichen auch die beabsichtigte Kompetenz.

Bekannterweise heißt es: "Wenn zwei das Gleiche tun, ist es noch lange nicht dasselbe!" Dazu eine kleine Geschichte.

Ein Theaterkollege war von der Intensität und Präsenz unserer Akteure und Akteurinnen sehr beeindruckt und fragte mich, wie wir das erreichen würden. Ich erklärte ihm einige unserer Übungen, die wir regelmäßig vor die eigentliche Theaterarbeit schalten, und erklärte ihm auch, wozu sie dienen sollten. Er versprach mir, diese Übungen auch einmal auszuprobieren.

Zwei Wochen später traf ich ihn zufällig und fragte nach dem Ergebnis seines Versuches. Zu meiner großen Verwunderung sagte er, dass "meine" Übungen mit "seinen" Schülern nicht funktionieren würden. Und dann erklärte er mir auch, wie sein Versuch abgelaufen war:

Er hatte seinen Jugendlichen die Übungen vorgestellt und erklärt; danach hätten sie darüber diskutiert und dann hätte die Gruppe darüber abgestimmt. Ergebnis, sie wollten lieber bei ihren alten Übungen bleiben.

Ich war völlig verblüfft und versuchte ihm klar zu machen, dass eine Diskussion und Abstimmung über einzelne Übungen absolut nicht sinnvoll sei. Es sei vielmehr eine Frage des gegenseitigen Vertrauens, das die Jugendlichen dazu veranlasst, von mir angeleitete Übungen einfach mitzumachen, in dem Wissen, dass die Übungen sinnvoll seien, wenn ich sie ansage. Eine spätere Erklärung und Begründung ist damit selbstverständlich nicht ausgeschlossen.

Die Rolle, Funktion, Haltung und fachliche Kompetenz des Spielleiters sind in diesem Zusammenhang von ganz ausschlaggebender Bedeutung.

Es gilt auch hier die alte Weisheit, es kommt weniger darauf an, was man tut, als wie man es tut. Habe ich als Spielleiter keine eigenen künstlerischen Vorstellungen, wird die gemeinsame Arbeit immer ein Flickwerk von Einzelideen bleiben.

Gebe ich von mir aus keine Energie in die Arbeit, mobilisieren die Jugendlichen auch keine eigene Energie, helfe und korrigiere ich

nicht kontinuierlich, werden sie beispielsweise nie einen klaren Freeze setzen können, nehme ich meine Arbeit und die der Jugendlichen nicht ernst, werden auch sie keine Ernsthaftigkeit bei der Arbeit entwickeln, kurz, "nur wer selbst brennt, kann Feuer in anderen entfachen" wie Augustinus sagt.

Die Frage nach der Energie ist eine der wesentlichen Fragen überhaupt. Der Spielleiter ist letztendlich immer verantwortlich für das, was auf der Bühne passiert. Er ist verantwortlich für die stimmige Umsetzung der theatralen Aktionen, das heißt, er muss von außen immer wieder darauf bestehen, dass Dinge wirklich so umgesetzt werden, dass die Spannung des theatralen Ablaufes und die Präsenz der einzelnen Akteure auch sichtbar wird.

Viele Dinge lassen sich sehr schnell sagen und werden intellektuell auch sehr schnell verstanden. So lange aber der Körper nicht begriffen hat, dass sich zum Beispiel bei einem FREEZE nichts, aber auch gar nichts mehr rührt, muss es immer und immer wieder geübt werden. Der bekannte, resignierte Satz von Spielleitern: "Ich habe es ihm hundertmal gesagt, aber er kriegt es einfach nicht hin" ist nicht zielführend. Um die Penetranz der ständigen praktischen Korrektur komme ich nicht herum, wenn ich der verantwortliche, korrigierende Spiegel des theatralen Geschehens sein will.

All das erfordert natürlich einen erheblichen Kraftaufwand von Seiten der Spielleitung.

Über den Umfang dieses eigenen Kraftaufwandes, den ich als Theatermacher bereit bin in meine Arbeit zu investieren, kann aber selbstverständlich nur jeder selber entscheiden!

Man sollte nur nicht vergessen, sich zu entscheiden!

Sehr hilfreich ist es immer wieder, wenn man die Möglichkeit hat, das Projekt als Zweierteam zu leiten. Zum einen verteilt es die Verantwortung für das Geschehen auf zwei Schulterpaare, was zu einer erheblich entspannteren Probensituation beiträgt, und zum anderen bietet es auch für die Jugendlichen die psychologisch wertvolle Möglichkeit, sich je nach Situation an einen anderen Ansprechpartner wenden zu können.

## **7. Was hat sich in den vergangenen Jahren verändert und was ist gleich geblieben?**

Um es gleich vorweg zu nehmen, an der B.E.S.T. - Philosophie und den Grundprinzipien, wie sie zu Beginn des Buches dargelegt worden sind, hat sich nichts geändert.

An den inhaltlichen, formalen Grundprinzipien folglich auch nicht.

- Es geht bei B.E.S.T. immer um eine Eigenproduktion.
- Es wird keine kontinuierliche Geschichte erzählt, sondern post-dramatisch gearbeitet.
- Es wird bei B.E.S.T. biographisch gearbeitet und
- B.E.S.T. sucht sich für jede Produktion einen neuen, nicht-theatralen Aufführungsort.

Was sich durchaus verändert hat, ist aber die Art und Weise der theatralen Präsentationsformen. Getreu dem bekannten Spruch "tempora mutantur et nos mutamur in illis" haben sich mit den Jahren die Theatervorstellungen in der Gesellschaft verändert, was natürlich nicht ohne Konsequenzen auf die Leitung der Gruppe und deren Teilnehmer geblieben ist. Und so hat sich der Schwerpunkt der Präsentationsformen von der ursprünglichen Collagenform - die sehr viele realistisch-psychologische Szenen benutzte - über den vermehrten Einsatz von choreographischen Elementen immer mehr zu performativen Theaterformen verschoben.

Damit einhergegangen ist eine zunehmende Leichtigkeit und heitere Lockerheit der Themenbehandlung.

Ebenfalls verändert hat sich der Umgang mit dem Publikum. Anfangs hat B.E.S.T. den Zuschauern "lediglich" eine unter Umständen verwirrende Vielfalt an szenischen Präsentationen angeboten, die teilweise gleichzeitig abliefen und so das Publikum vor die Entscheidung stellte: "Wohin soll ich schauen?". Die Zuschauer hatten dabei durchaus feste Plätze, von denen sie aber wie gesagt nicht unbedingt alles sehen konnten. In den vergangenen Jahren ist B.E.S.T. immer mehr dazu übergegangen, inmitten des Publikums zu spielen und die Zuschauer dabei durchaus in einzelne Aktionen mit einzubeziehen, aber immer, ohne die involvierten Personen in irgendeiner Form herauszugreifen oder gar bloßzustellen. Auf diese Weise können die Zuschauer immer dicht an das Geschehen herangehen, beziehungsweise die Akteure und Akteurinnen können dicht an ihre Zuschauer herangehen.

## **Die Voraussetzungen**

### **1. Der Probenort und die Projektdauer**

Die B.E.S.T. - Probenarbeit findet seit Gründung der Theatergruppe im Jahr 1990 im Jugendfreizeithaus im Bremer Stadtteil Findorff statt. B.E.S.T. hat dort den Status einer Nutzergruppe und kann einen Probenraum an einem Abend in der Woche kostenfrei nutzen.

Jedes Theaterprojekt dauert normalerweise ungefähr 9 Monate, von Januar bis Anfang Oktober des jeweiligen Jahres. Die Zeitdauer hat sich aus den Notwendigkeiten des Arbeitsprozesses ergeben und die Positionierung dieser 9 Monate im Kalenderjahr ist den Ferienzeiten, den Klausurenphasen und der Tatsache geschuldet, dass das Stück vor Einbruch der kalten Jahreszeit aufgeführt sein muss. Die bespielten Orte verfügen nämlich nur sehr selten über eine funktionierende Heizung.

## **2. Die Finanzierung des Projekts**

Um die anfallenden Projektkosten abzudecken, werden jedes Jahr Förderanträge bei den Senatoren für Bildung, Kultur und Soziales gestellt. Darüber hinaus wird versucht, Geld von verschiedenen anderen Institutionen zu erhalten, z.B. von der Sparkasse Bremen, von den Stadtwerken Bremen und anderen Einrichtungen.

Dankenswerterweise wurde unseren Anträgen bisher fast immer entsprochen, wenn auch mal in größerem und mal in kleinerem Umfang. Die jeweils fehlenden Mittel müssen dann durch die Eintrittsgelder eingespielt werden, was bisher auch in den meisten Fällen gelungen ist.



## **Die 1. Phase (Januar)**

### **Das Anwerben von Teilnehmern**

Wie alle freien, außerschulischen Jugendtheaterprojekte ist B.E.S.T. darauf angewiesen, dass interessierte Jugendliche in Bremen von dieser Möglichkeit des gemeinsamen Theaterspiels erfahren und Jahr für Jahr ihren Weg zum Probenort in Findorff finden.

Die 1. Phase des Projektes besteht also darin, es Bremenweit bekannt zu machen.

- Im Januar jedes Jahres wird der Beginn der Theaterarbeit in der lokalen Tageszeitung auf der Jugendseite bekannt gegeben. Interessierte Jugendliche werden ermutigt, sich an diesem Theaterprojekt zu beteiligen.
- Gleichzeitig werden in allen Bremer Gymnasien und Zentren der Sekundarstufe II - nach Absprache mit dem Sekretariat (!) - Werbeplakate ausgehängt.
- Darüber hinaus werden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der vorausgegangenen Produktion gebeten, in ihren Schulen gezielt auf das neue Projekt hinzuweisen und für die neue Arbeit zu werben.
- Sie selber sind immer wieder herzlich eingeladen, ein weiteres Mal bei B.E.S.T. mitzuarbeiten, was viele auch immer wieder gerne tun.
- Auf der B.E.S.T.- eigenen Homepage wird ebenfalls ein Werbeaufruf platziert, der erfreulicherweise von Jahr zu Jahr mehr Aufmerksamkeit findet.
- Interessenten, die übers Jahr telefonisch oder per Mail ihr Interesse an einer Mitarbeit bekundet haben und deren Adressen und Telefonnummern festgehalten wurden, werden persönlich angeschrieben oder telefonisch über den Neubeginn informiert.

### **2. Die Gruppengröße**

Grundsätzlich werden zu Beginn der Arbeit so viele Interessenten wie möglich angesprochen, meist zwischen 20 und 25 Jugendliche; denn im Verlauf der ersten Wochen scheiden Einzelne naturgemäß immer wieder aus. Im Verlauf der Jahre hat sich herausgestellt, dass später, bei den Aufführungen, zwischen 12 und 18 Jugendliche übrig bleiben. Diese relativ große Zahl ermöglicht eine größere Breite theatraler Möglichkeiten (z.B. im choreographischen Bereich).

### **3. Die Gruppenzusammensetzung**

Die Gruppenzusammensetzung bleibt natürlich immer wieder dem Zufall überlassen. Die Gruppe setzt sich aber meist aus Teilnehmenden der vergangenen Produktion und Neu-Interessierten zusammen. Die schulische Herkunft wechselt dabei von Jahr zu Jahr. Im Durchschnitt kommen aber jedes Mal Jugendliche aus ungefähr 10 verschiedenen Bremer Schulen zusammen sowie aus anderen Ausbildungseinrichtungen. Üblicherweise überwiegt bei B.E.S.T. - wie auch in vielen anderen Jugendtheatergruppen - stets der weibliche Anteil.

## **Die 2. Phase (Januar)**

### **1. Die Probenhäufigkeit und Probendauer**

Grundsätzlich trifft sich die Gruppe einmal in der Woche abends für 2,5 Stunden. Eine Pause ist bei diesen Treffen nicht vorgesehen. Diese Probestermine laufen in dieser Form bis zum Beginn der Sommerferien.

### **2. Zum Verhalten der Teilnehmer**

Es wird auf die Notwendigkeit des pünktlichen Erscheinens hingewiesen. Sollte jemand zu einer Probe erst später kommen können oder gar nicht, so wird er gebeten persönlich, telefonisch abzusagen. Sagt jemand einmal nicht ab, wird er von der Spielleitung am nächsten Tag angerufen und nach dem Grund der Abwesenheit gefragt.

Diese vorgegebene Regel und deren Einhaltung haben sich im Verlauf der Jahre als äußerst hilfreich erwiesen, weil sich auf diese Weise relativ schnell ein Gefühl der Verbindlichkeit bei den teilnehmenden Jugendlichen einstellt.

### **3. Die Ziele der 2. Phase**

In den ersten Wochen geht es vor allem um zwei wesentliche Bereiche:

- Unter dem **Aspekt der Gruppendynamik** soll aus der Heterogenität der Einzelnen eine spielfähige Gruppe entstehen.
- Unter dem **Aspekt des Theaters** sollen die so genannten "basics" kennengelernt und praktiziert werden.

### **3.1 Die Aspekte der Gruppendynamik**

- Die Jugendlichen, die aus verschiedenen Schulen und Lebensbereichen kommen, sollen sich kennen lernen und müssen miteinander vertraut werden.
- Alle müssen mit allen spielen und agieren können.
- Die Jugendlichen müssen nicht nur Vertrauen zueinander entwickeln, sondern auch der Spielleitung gegenüber sowie umgekehrt.
- Und vor allem: sie müssen nach jeder Probe Lust und Interesse haben zur nächsten Probe wieder zu kommen.
- Gleichzeitig wird ihnen vermittelt, dass die ersten Wochen für alle Beteiligten Probewochen sind, in denen sie ausprobieren können, ob ihnen die angebotene Arbeitsweise gefällt oder nicht. Ein Ausscheiden ist in diesem Zeitraum jederzeit möglich.

### **3.2 Die Aspekte des Theaters**

- Theater soll als körperliche Kunst erlebt werden.
- Bewegungshemmungen müssen abgebaut werden und die Möglichkeiten des eigenen Körpers erfahren werden; das gilt sowohl grundsätzlich als auch im Bereich der darstellerischen Möglichkeiten.
- Die Durchlässigkeit des Körpers für Emotionen und Inhalte soll erfahrbar gemacht werden.
- Körperliche Berührungsgängste im gemeinsamen Spiel müssen abgebaut werden.
- Das Gefühl für Bühnenpräsenz soll in den ersten Ansätzen entwickelt werden,
- ebenso wie ein Gefühl für den differenzierten Einsatz der Stimme.
- Raumgefühl und Gefühl für den Spielpartner müssen entwickelt werden.

#### **Die Übungen der 2. Phase**

**beziehen sich vorrangig auf die folgenden Bereiche:**

- Kennenlernübungen
- Übungen zur Entwicklung des Körperbewusstseins (Bewegungsübungen)
- Konzentrationsübungen
- Präsenzübungen
- Impuls- und Reaktionsübungen

- Atemübungen
- Sprachübungen
- Übungen zum Raumgefühl
- Vertrauensübungen

Um die oben genannten wichtigen und grundlegenden Aspekte gemeinsamer theatraler Arbeit zu vermitteln, haben sich die im Folgenden abgedruckten Übungssequenzen über die Jahre als hilfreich erwiesen. Die Module stellen in etwa den Ablauf der jeweiligen Probenreffen dar. Spontane Änderungen des geplanten Ablaufes während der Probe passieren natürlich immer wieder, je nachdem, wie die Gruppe reagiert oder andere Übungselemente sich plötzlich als angemessener erweisen.

Die konkret verwendeten Übungen werden für viele erfahrene Theatermacher keine Überraschung darstellen, das ist mir wohl bewusst. Die meisten von ihnen sind seit vielen Jahren Allgemeinut der Theaterpädagogik. Nur ein geringer Teil der Übungen beruht auf eigenen Überlegungen. Von daher bedanke ich mich an dieser Stelle ganz ausdrücklich bei den vielen Kollegen und Kolleginnen, die im Laufe der Jahrzehnte sinnvolle Übungen "erfunden" und sie in ihren Publikationen zur öffentlichen Verfügung gestellt haben.

Dass sich die Übungen im Laufe der Zeit und von Gruppe zu Gruppe immer wieder in vielen Einzelheiten verändern und "alte" Übungen durch "neue" Übungen ersetzt werden, versteht sich von selbst.

Unabhängig von den sich verändernden Übungsfolgen müssen die oben angeführten "basics" aber in jeder Probenphase immer wieder trainiert werden, wie bei einem Musiker, der nie aufhören kann, Tonleitern zu üben. Denn in den ersten Monaten des Projektes sollen die Jugendlichen die Grundlagen des theatralen Handwerks kennen und anwenden lernen, mit denen sie dann später am Aufführungsort "ihre" Szenen gestalten können.

Eine systematisierte Zusammenstellung der einzelnen Übungen befindet sich im Anhang, inklusive weiterer, ergänzender Übungsvorschläge.

## 4. Das 1. Treffen und die ersten 4 Proben

### Jugendtheatergruppe B.E.S.T. - 1. Treffen

#### **Sitzkreis auf dem Boden**

Erfahrungsgemäß ist es besser, die Jugendlichen gewöhnen sich von Anfang an daran, dass die Ebene des Bodens ganz selbstverständlich zum Theaterspielen dazu gehört.

Also: Kein Stuhlkreis.

#### **Vorstellungsrunde**

Alle stellen sich mit Namen, Alter und Schulherkunft vor und erzählen etwas über ihre Motivation Theater spielen zu wollen, welche Theatererfahrungen sie bereits haben und warum sie im Besonderen zu B.E.S.T. gekommen sind.

#### **Jahresplanung**

Die Teilnehmer bekommen sofort beim ersten Treffen einen Übersichtsplan über die Termine der neuen Produktion. (s. Anhang 2) Die frühe Kenntnis der Termine ist insofern von Bedeutung, da Schülerinnen und Schüler des 11. Jahrgangs häufig während der geplanten Aufführungstermine verbindliche Kursfahrten durchführen. Berufstätige Jugendliche können sich rechtzeitig überlegen, ob sie in diesem Zeitraum zum Beispiel Urlaub nehmen wollen.

#### **Arbeitsweise**

Nachdem den Jugendlichen die Arbeitsweise von B.E.S.T. einmal generell dargelegt wurde (s.o.), setzen sich die Interessenten in Kleingruppen zusammen - "alte" und "neue" gemischt - und erzählen von und fragen nach den konkreten Erfahrungen mit der speziellen B.E.S.T. - Arbeitsweise.

Es hat sich herausgestellt, dass diese Gesprächsform zwangloser und interaktiver ist, als wenn der Gruppenleiter jedes Detail selber erklärt.

## Jugendtheatergruppe B.E.S.T. - 1. Probe

### **Sitzkreis auf dem Boden**

Eine Teilnehmerliste mit Namen, Adressen und Telefonnummern wird angelegt und den Jugendlichen so bald wie möglich schriftlich ausgehändigt.

Bei jeder Probe liegt eine Anwesenheitsliste aus, in die sich die Jugendlichen eintragen.

Die Jahresplanung wird noch einmal durchgesprochen, ebenso die theatralen Inhalte der ersten Wochen.

### - **Körperkontaktübung**

Die Teilnehmenden finden sich zu Paaren zusammen.

Einer von ihnen legt sich auf den Rücken, schließt die Augen. Der andere stellt sich neben ihn und hebt die Körperteile des Liegenden (Arme und Beine) nacheinander hoch, zieht leicht daran und schüttelt sie sanft aus.

Am Ende streift er den gesamten Körper des Liegenden hart ab. Wechsel.

### - **WarmUp-Phase**

#### **Bewegungsübungen**

Raumlauf. Kreuz und quer durch den Raum gehen, dabei auf die Raumnutzung ("Space occupation") achten und Arme und Beine lockern.

### - **Bewegungsübung/Antrittsdynamik**

Beim Losgehen wird der schnelle Antritt geübt.

Methode: Statt den ersten Schritt nach vorne zu machen, tritt der rechte/linke Fuß zuerst ganz kurz nach hinten und drückt dann den Körper dynamisch nach vorne. Auf diese Weise kann man aus dem Stand fast explosionsartig starten.

- Beim Gehen werden die 10 verschiedenen Tempi eingeführt: 5 ist die mittlere Geschwindigkeit, 7 - 10 wird schneller und 4 - 1 wird langsamer. 0 bedeutet Stillstand.

- Dann suchen die Jugendlichen sich mit den Augen ein Ziel im Raum aus, gehen direkt und zügig darauf zu, berühren es, sagen

laut "Ja!", drehen sich um, fokussieren ein neues Ziel und gehen wieder darauf zu, sagen laut "Ja!" und so weiter.

**Erweiterung:** Die gleiche Übung, nur mit 5-facher Geschwindigkeit. (!)

- Dann gehen die Jugendlichen auf den Zehenspitzen, schauen nach oben und greifen dabei mit den Händen nach einem imaginären Gegenstand in der Luft.
- Dann gehen sie normal weiter, strecken die Arme nach der Seite aus, die Handflächen zeigen nach unten und sie "fliegen wie ein Flugzeug".
- Sie gehen weiter, lassen dann die Arme nach der Seite ausgestreckt und dieses Mal zeigen die Handflächen nach außen, die Fingerspitzen zeigen nach oben, die Handballen drücken nach außen.
- **Bewegungsübung/Emotionsübung**  
Raumlauf, auf Klatschen ziehen die Teilnehmer die Schultern hoch und verharren im FREEZE. Auf Doppelklatsch lassen sie die Schultern fallen und gehen weiter.  
Beide Bewegungen werden jeweils mit einem emotional gefärbten Geräusch verbunden, das Erschrecken und Erleichterung ausdrückt.
- **Präsenz-/Impuls-Reaktionsübung**  
"Da, da, Stopp!" Die Gruppe bildet einen Kreis; der Abstand zwischen den Einzelnen beträgt ungefähr die doppelte Armlänge.  
Einer nach dem anderen zeigt mit der ausgestreckten rechten Hand auf den rechten Nachbarn und sagt dabei "Da!"  
**Wichtig:** Die Bewegung der Hand endet nicht weich, sondern in einem harten "Toc!" Dieses "Da!" geht im Kreis herum, dabei werden verschiedene Geschwindigkeiten ausprobiert. Das gleiche wird dann links herum probiert. Ist der Bewegungsablauf eingefahren, kommt ein weiteres Element hinzu. Wenn das "Da!" bei einem der Jugendlichen ankommt, kann er - statt den Impuls weiterzugeben - beide Arme rasch noch oben strecken und "Stopp!" rufen. Ist der Impuls zum Beispiel von links gekommen, kann er ihn nun nach links zurückschicken und zwar mit einem erneuten "Da!" der linken, ausgestreckten Hand.

**Regel:** Nie die rechte Hand nach links vor den Körper führen oder umgekehrt, sondern mit der rechten Hand immer nur nach rechts zeigen und mit der linken Hand immer nur nach links. Wenn die Spielregeln verstanden sind, kann man daraus auch einen kleinen Wettbewerb machen. Die Geschwindigkeit der Impulsweitergabe wird erhöht. Wer einen Fehler macht, z.B. mit der rechten Hand nach links zeigt, den Ablauf verzögert, "Da!" ruft, wenn er die Arme hoch hebt o.ä., scheidet aus und setzt sich hin. Das Spiel kann dann so lange weitergehen, bis nur noch einer übrig bleibt.

- **Kennenlernübung**

Raumlauf. Der Spielleiter tippt eine Person an und klatscht dann laut in die Hände; die angetippte Person bleibt daraufhin stehen und streckt die Arme in die Höhe, damit sie von allen gesehen werden kann. Alle anderen sind auf das Klatschen hin ebenfalls stehen geblieben und haben sich zu der betreffenden Person umgedreht. Diese sagt nun laut ihren Namen und etwas über sich, zum Beispiel: "Ich heiße Tobias und ich lese gerne!" Wenn die Person den Satz beendet hat, zeigen alle mit der ausgestreckten Hand auf sie und wiederholen den Satz: "Das ist Tobias und er liest gerne!" Dann weitergehen.

- **Namensübung**

Alle stellen sich ohne zu reden in einer Reihe nebeneinander in der alphabetischen Reihenfolge ihrer Vornamen auf.

- **Bewegungsübung**

Jablkon I (= eine relativ unbekannte, arhythmische Musik, die sich besonders für die WarmUp-Bewegungsübung eignet). Die Jugendlichen bewegen sich dazu wie sie wollen, wobei sie alle drei Ebenen nutzen. Es geht hierbei nicht um Tanz, sondern um ein freies, improvisatorisches Bewegen.

**(Von Jablkon gibt es eine CD, zu bestellen unter: BABA AGA, BN 0002-2-331, B + N Music Agency 9202, Jungmannova 16b, 11000 Prague, Czech Republic, Phone/Fax: 02/261287)**

- **Atempendel**

Die Gruppe kommt in Dreiergruppen zusammen. Die Person in der Mitte schließt die Augen; wenn sie ausatmet, lässt sie sich sanft nach vorne bzw. nach hinten kippen. Sie wird jeweils aufgefangen und sanft wieder in die Mittellage zurück gekippt. Dabei atmet die Person immer wieder ein.



- **Atemübung**

Alle legen sich auf den Rücken und werden gebeten, nicht in die Brust zu atmen, sondern in den Bauch. Beim Einatmen soll sich der Bauch nach oben wölben, beim Ausatmen wieder einfallen. Das Ausatmen kann mit einem leisen ffff- oder ssss- Laut erfolgen. Auf diese Weise kann man den Atemfluss bewusster steuern. Damit die Jugendlichen merken, an welcher Stelle sich der Bauch hochwölben soll, können die Spielleiter leise herumgehen und den Einzelnen leicht mit der Hand auf den Bauch drücken. Sie können dann gegen diesen Druck atmen. Später kann man den Rest der Atemluft mit einem kleinen, explosiven Laut aus dem Bauch hinaus stoßen.

- **Voice Clearing**

Raumlauf. In dieser Stimmübung geht es darum, dass jeder nach seiner Art die Stimme "einstimmen" kann: Er kann singen, rufen, Geräusche machen, sich auf die Brust klopfen, Lachen, Sätze oder einzelne Worte sprechen, flüstern, rufen usw.

- **Sprechübung**

Die Gruppe findet sich zu Paaren zusammen. Je nach Gruppengröße eventuell zuerst nur die Hälfte der Gesamtgruppe, die andere Hälfte setzt sich und schaut und hört zu.

Die Paare bilden eine Doppelreihe in der Raummitte, die Blickrichtung ist zueinander gewandt. Der Abstand zwischen den Partnern beträgt zuerst 2 Meter, dann 5 Meter, dann die gesamte Raumlänge. Die Jugendlichen führen nun den folgenden Kurzdialog jeweils über die verschiedenen Distanzen:

A: "Hey, komm doch mal her zu mir!"

B: "Nein, heute Abend nicht!"

Ziel: Erfahrung der verschiedenen Lautstärken.

- **Konzentrations-/Präsenzübung**

Raumlauf, auf Klatschen springen alle in den FREEZE und gehen dabei in die Knie, gleichzeitig zeigen sie dabei synchron auf eine beliebige Person und rufen laut: "DA!" Der gesamte Körper ist angespannt. Der Blick folgt der ausgestreckten Hand. Auf Doppelklatsch entspannen sie den Körper vom Kopf beginnend, lassen den Kopf fallen, auch die Arme, den Oberkörper usw.; dann ruhig weiter gehen.

- **Konzentrationsübung**  
Alle stehen verteilt im Raum. Dann geht jeder 8 Schritte in eine von ihm gewählte Richtung und bleibt stehen. Stillstand. Die Haltung ist aufrecht, die Arme hängen locker herab, der Blick geht geradeaus, einen Punkt im Raum fixierend. (FOKUS!) Anweisung: Nicht mehr bewegen; eine Minute bewegungslos stehen. Wer sich bewegt (aus Versehen), setzt sich hin.
  
- **Blickkontaktübung**  
Raumlauf, dabei Blickkontakt mit einer Person aufnehmen und beim Weitergehen den Blickkontakt halten. Auf Klatschen stehen bleiben und dann langsam auf die fokussierte Person zugehen, so nahe wie möglich, dabei den BLICKKONTAKT halten. Dann langsam so weit wie möglich wieder rückwärts auseinander gehen, soweit es geht. Auf Klatschen den Blickkontakt lösen und wieder durch den Raum gehen. Dann wieder Blickkontakt mit einer anderen Person aufnehmen.
  
- **Bilder stellen**  
Ein Teilnehmer geht in die Mitte des Raumes, setzt sich z.B. in eine "bootähnliche" Position und sagt: "Ich bin ein Boot". Einer nach dem anderen überlegt sich nun einen Gegenstand, der zu diesem Boot und der Situation passen könnte, geht in das Bild, sagt, was er darstellt und begibt sich in eine dementsprechende Position. Das Spiel geht so lange, bis sich alle in das Bild eingebracht haben.  
**Regel:** Keine Menschen oder Tiere darstellen, nur Gegenstände. Auf Klatschen löst sich das Bild auf und alle gehen durch den Raum. Auf Doppelklatsch gehen alle rasch - ohne zu reden (!) - wieder in ihre Positionen.
  
- **Abspannmassage (Musik)**  
Die Gruppe kommt zu Paaren zusammen; einer legt sich auf den Bauch, der andere rollt mit einem Tennisball über den Rücken, die Schultern etc. des Liegenden und verschafft ihm auf diese Weise eine kleine Massage.

## Jugendtheatergruppe B.E.S.T. - 2. Probe

- **Raumlauf.** Tempowechsel! Während des Laufens immer auch auf die Raumnutzung achten und sich dabei lockern. Gegen Ende der Lockerungsphase sucht sich jeder einen Mitspieler, den er möglichst wenig oder kaum kennt.
- **Interview-Spiel**  
**Aufgabe:** Person A stellt Person B 3 Minuten lang Fragen zu allem, was sie an Person B interessiert und versucht sich so viel wie möglich von den Antworten zu merken.  
Danach stellt Person B ebenfalls 3 Minuten Fragen an Person A. Die gleiche Prozedur.  
**Wichtig:** Keine Diskussion, sondern nur Frage und Antwort.  
Anschließend stellen die Teilnehmenden den jeweiligen Interviewpartner dem Rest der Gruppe vor.

Die formale Grundstruktur der Vorstellung sieht folgendermaßen aus:

Ein Stuhl wird ungefähr 4-5 Meter vor den zuschauenden Teil der Gruppe gestellt. Auf diesen Stuhl setzt sich dann der Vorzustellende, Person B, Blickrichtung zum Rest der Gruppe. Person A, der "Vorsteller", stellt sich hinter den Stuhl und legt Person B die Hände auf die Schultern. Dann erzählt Person A alles, was sie über Person B noch weiß: "Das ist Susanne, sie ist 18 Jahre ... etc". Die Vorstellung endet mit dem Satz: "Das ist alles, was ich im Augenblick über Susanne sagen kann."

Dann Wechsel.

Die Vorstellung sollte bereits einige Elemente der Gestaltung beinhalten. So soll jeder "Vorsteller" - bevor der Vorgestellte sich setzt - den Stuhl an einen anderen Ort stellen.

**Wichtig:** Vorher werden die Teilnehmenden darauf aufmerksam gemacht, dass sie bei ihrer Vorstellung immer wieder den Blickkontakt zu den Zuschauern suchen sollen (Fokus!), dass sie mit ihrer Stimme, ihrer Lautstärke auch die Zuschauer erreichen müssen und dass sie eine klare Haltung während ihrer Präsentation bewahren, also nicht hin- und hertrippeln, nicht wackeln usw.

Darüber hinaus sollen sie während der Vorstellung keinen Kontakt zu dem Vorgestellten aufnehmen, das heißt, auch nicht nachfragen, ob die eben gemachte Aussage wohl stimmt. Gravierende Unstimmigkeiten können am Ende bei Bedarf richtig gestellt werden.

- **Namensübung**  
Alle stellen sich ohne zu reden in einer Reihe nebeneinander in der alphabetischen Reihenfolge Ihrer Vornamen.
- **Präsenzübung**  
"Da, da, Stopp!" Die Gruppe steht im Kreis. (Erläuterung siehe 1. Probe)
- **Bewegungsübung**  
Jablkon I (3 Ebenen!)  
Erweiterung: Jablkon II: 30 Sekunden wird eine schnelle, laute Musik eingespielt, zu der die Jugendlichen einfach durch den Raum rennen und so laut rufen, schreien und brüllen, wie sie wollen.
- **Atemübung**  
(Erläuterung siehe 1. Probe)
- **Vertrauensübung**  
ABC-Übung für 3 Personen  
Person A und Person B stehen sich auf circa 5 - 10 Metern gegenüber (je nach Größe des Raumes), sie sind sich zugewandt. Hinter Person B steht Person C.  
Person B schließt die Augen und hebt die Hände/Arme als Puffer.  
Person C schickt dann Person B mit einem kleinen Schubs in Richtung Person A. Person A fängt dann Person B mit erhobenen Händen/Armen ab und lässt sich nun seinerseits in Richtung Person C schicken usw.  
Ausprobieren: Langsam gehen, schnell gehen etc. Man wird IMMER aufgefangen. Die Entfernung zwischen A und B kann beliebig verkürzt oder verlängert werden.
- **Die Welle**  
Die Hälfte der Gruppe (zwischen 6 und 8 Personen) stellt sich eng nebeneinander in einer Reihe vor einer Wand auf, Blickrichtung offener Raum. Sie gehen dann gemeinsam und gleichzeitig mit links los und zählen laut ihre Schritte mit: 8 Schritte vor, 7 zurück, 6 vor, 5 zurück etc., bis sie bei 1 angelangt sind, dann wieder hoch zählen bis 8. Dabei soll auf Synchronizität geachtet werden. Zuerst können die Jugendlichen laut mitzählen, später nur noch leise zählen, noch später mit geschlossenen Augen.

- **Beobachtungs-/Kooperationsübung**

Die Gruppe wird in Fünfergruppen geteilt: Jeweils einer nimmt eine sitzende Haltung ein, einer liegt, einer kniet und einer steht. Der fünfte nimmt dann jeweils eine schon existierende Haltung ein, worauf die entsprechende Person ihrerseits zu einer anderen Haltung wechselt. Dabei sollte versucht werden, in einen gemeinsamen Takt zu kommen. (Mit einer ruhigen Musik.)

**Wichtig:** Die Haltungen sollen immer exakt imitiert werden.

- **Call and Response**

Raumlauf. Der Spielleiter spricht einzelne Sätze laut vor, die von der Gruppe während des Laufens laut chorisch und rhythmisch nachgesprochen werden.

Zum Beispiel: "Theater ist für mich / das Schönste auf der Welt"

- **Sprechübung**

Ein Podest wird in die Mitte des Raumes gestellt.

Alle gehen durch den Raum. Der Satz: "Theater - ist für mich das Schönste auf der Welt" soll im Folgenden mit entsprechender Haltung und angemessener Stimme gesprochen werden. Der Spielleiter ruft während des Gehens einen der Jugendlichen auf und sagt ihm dazu eines der folgenden Adjektive. Alle Jugendlichen bleiben stehen und drehen sich zum Podest.

Der Aufgerufene geht auf das Podest, nimmt eine der vorgegebenen Anweisung entsprechende Haltung ein und sagt den Satz laut, ebenfalls mit der entsprechenden emotionalen Einfärbung. Danach hält er die Haltung 3 Sekunden lang (21, 22, 23) und geht dann vom Podest ab.

**Beispiele**

- |                    |  |
|--------------------|--|
| 1. träumerisch     | 2. wütend  |
| 3. müde            | 4. vorwurfsvoll  |
| 5. begeistert      | 6. salbungsvoll  |
| 7. desinteressiert | 8. als Geheimnis zuflüstern                                      |
| 9. überglücklich   | 10. zweifelnd  |
| 11. deprimiert     | 12. gegen den Sturm anbrüllen                                    |
| 13. außer Atem     | 14. wie ein militärischer Befehl                                 |
| 15. gähnend        | 16. praktisch nur über Mundbewegungen und Gestik deutlich machen |
| 17. dabei lachend  | 18. laut verzweifelt   |
| 19. ängstlich      | 20. ruhig, überlegend, klar                                      |

und ähnliches.

- **Abspannmassage (Musik)**

Punktreflexmassage.

Alle kommen zu Paaren zusammen. Person A stellt sich hinter Person B. Person B schließt die Augen.

Person A drückt nun in einem langsamen Rhythmus mit den Zeigefingern nacheinander auf verschiedene Körperteile von Person B und löst den Druck immer wieder.

Für diese Art der Massage bietet sich der gesamte Körper des Teilnehmers/der Teilnehmerin an. Nach zwei bis drei Minuten wechseln.

Hausaufgabe für's nächste Mal: Die Gruppe wird gebeten, sich eine Antwort auf folgende Frage zu überlegen: "Was ist für mich Theater?" Sie sollen die Antwort dann in 2 - 3 Sätzen aufschreiben und eine kleine Präsentation vorbereiten (Text ist möglich), die das jeweilige Theaterverständnis deutlich macht. Wichtig ist dabei, nicht zu erklären, was Theater ist, sondern es zu zeigen. Beispiel: Ich stelle mich auf 3 - 4 dicke Theatertextbücher (Shakespeare, Schiller, Kleist o.ä.) und zitiere aus einem dieser Theaterstücke. Damit würde ich z.B. ausdrücken, dass Theater für mich aus der Präsentation von Theaterstücken besteht.

<b>Jugendtheatergruppe B.E.S.T. - 3. Probe</b>
--

WarmUp-Phase

- **Raumlauf**

Die Lockerungsübungen zu Beginn der Probe setzen sich zusammen aus vielen, sich rituell wiederholenden Übungen und einzelnen, immer wieder neu und anders angelegten Übungen. Beispiele finden sich dazu in der einschlägigen Literatur zuhauf.

- **Orientierungsübung**

Stehen bleiben und die Augen schließen. Folgende Fragen sollen beantwortet werden, die sich auf die spezielle Räumlichkeit des Probenortes und auf die Teilnehmenden beziehen:

Wie viele Personen befinden sich im Raum?

Wie viele Frauen, Männer?

Wo ist die Theke?

Wo sind die Fenster? Wie viele Fenster gibt es?

Wo ist die gläserne DJ-Kanzel?  
Wo ist der Eingang? Wo ist der Ausgang?  
(Etc.)

- **Bewegungsübung**

Jablkon (I und II)

(Erläuterung siehe 1. und 2. Probe)

- **Wahrnehmungs-/Synchronübung**

Die Gesamtgruppe wird in Fünfergruppen aufgeteilt. Alle setzen sich an die Längsseite einer Wand, sie sind Zuschauer. 5 Stühle werden in einem Abstand von ungefähr 4-5 Metern in einer Reihe nebeneinander auf die Spielfläche gestellt.

Die erste Fünfergruppe stellt sich in einem Abstand von 5 Schritten vor die Stuhldreihe, zwischen Zuschauern und Stühlen. Sie wenden dem Publikum den Rücken zu; jeder von ihnen steht sozusagen im Abstand der 5 Schritte vor einem Stuhl. Das Folgende soll dann jeweils gemeinsam, synchron getan werden:

- Gehen (mit dem linken Fuß beginnen) bis vor die Stühle. STOPP.
- Umdrehen über links. STOPP.
- Hinsetzen. STOPP.
- Oberkörper langsam nach vorne auf die Oberschenkel fallen lassen. STOPP.
- Langsam wieder hochkommen. STOPP.
- Langsam aufstehen. STOPP.
- 3 Schritte nach vorne gehen (mit links beginnen). STOPP.
- Mit einem lauten, gemeinsamen Schrei in Karatestellung springen. STOPP.
- 3 Sekunden (21, 22, 23) im Freeze stehen, dann auflösen.

- **Präsentation der Theatervorstellungen (s. Aufgabe von der letzten Probe)**

Kurze Vorbereitungszeit für die Präsentationen.

Die Präsentationen werden nicht kritisiert, sondern erst einmal so stehen gelassen wie sie gezeigt werden.

Anschließend sind Nachfragen bei absolutem Nichtverständnis möglich.

Die Zettel mit den schriftlichen "Definitionen" werden eingesammelt. Sie können am Ende der Produktion dazu dienen, sich Gedanken über mögliche Veränderungen im Theaterverständnis zu machen.

- **Bewegungs-/Kooperationsübung**  
**Der Block**  
 Raumlaf. Alle lockern Arme und Beine. Dann stellen sie sich der Größe nach an die Längsseite der Wand. Links steht der Kleinste, rechts am Ende der Größte. Nehmen wir einmal an, die Gruppe besteht aus 20 Teilnehmern. Sie werden nun in 4 Reihen à 5 Personen zu einem Block zusammengestellt.  
 Der Kleinste stellt sich nun in die Mitte des Raumes. Links von ihm schließen sich nun die nächst größeren 4 Personen an. Dahinter stellt sich die nächste Reihe, wiederum mit den nächst größeren 5 Personen an. Und so weiter, bis alle in einem Block zusammenstehen. Alle merken sich ihre Position in der Reihe und im Block generell.  
 Die Größe steigt nun von links vorne nach rechts hinten an. Dieser Block ist bereits eine kleine ästhetische Formation!  
**Ziel:** Die Teilnehmenden gehen durch den Raum. Wenn immer das Wort "Block" angesagt wird, finden sich alle Beteiligten ohne zu sprechen und wie selbstverständlich zu diesem Block zusammen. Der Kleinste gibt immer als erster den linken Eckpunkt des Blocks vor.
  
- **Abschlussmassage (Musik)**  
 Zu Paaren zusammen kommen. Einer legt sich entspannt auf den Bauch, die Arme liegen locker neben dem Körper. Der andere massiert nun sanft den Rücken seines Partners, klopft ihn leicht und streicht ihn am Ende wieder vom Hals bis zu den Füßen aus.  
 Wechsel.

<b>Jugendtheatergruppe B.E.S.T. - 4. Probe</b>
--

- **Sitzkreis auf dem Boden**  
 Sollten Neue dazu gekommen sein, stellen sie sich vor, werden über die Jahresplanung informiert und gebeten, einfach mitzumachen.
- **Konzentrationsübung/Einstimmung**  
 Die Gruppe steht im Kreis, alle nehmen eine aufrechte Haltung ein (!). Die Füße stehen ungefähr auf Schulterbreite, die Arme hängen locker an den Seiten herab.  
 Alle schließen die Augen und atmen ruhig. Zeitdauer ungefähr 1 bis 2 Minuten. Dann öffnen alle wieder die Augen und schauen



sich im Kreis herum einmal alle in die Augen mit dem Subtext: "So, wir werden heute gemeinsam zusammen Theater spielen, und das ist gut."

- **Raumlauf**

Die Lockerungsübungen zu Beginn der Probe setzen sich zusammen aus vielen, sich rituell wiederholenden Übungen und einzelnen, immer wieder neu und anders angelegten Übungen.

- **Namensübung**

Die Gruppe kommt im Kreis zusammen: Alle machen nacheinander einen Schritt in den Kreis, sagen ihre Namen, machen dazu eine bestimmte Bewegung und treten dann zurück. Nun tun alle anderen gemeinsam einen Schritt in den Kreis, wiederholen den Namen und machen dazu die entsprechende Bewegung; sie treten dann wieder zurück und der nächste tritt in den Kreis.

Alle heben nun die rechte Hand, die Handfläche zeigt zur Kreismitte, die Fingerspitzen nach oben, einer nach dem anderen geht im Kreis herum, schlägt die erhobene Hand ab und nennt dabei den Namen der betreffenden Person.

**Erschwernis:** Platzwechsel im Kreis und erneutes Herumgehen und Namensnennung.

- **Bewegungsübung**

Jablkon (I und II)

(Erläuterung siehe 1. und 2. Probe)

- **Vertrauens-/Kontaktübung**

Alle finden sich zu Paaren zusammen.

Eine Person setzt sich mit gespreizten Beinen auf den Boden, die andere Person setzt sich mit geschlossenen Beinen zwischen die Beine, mit dem Rücken zum Gesicht der ersten Person. Dann schließt die innen sitzende Person die Augen. Die äußere Person fasst die innere an den Schultern und bewegt sie sanft hin und her. Die innere Person ist völlig entspannt und gibt sich den Bewegungsimpulsen vertrauensvoll hin.

Dann versteift sich die innere Person und die äußere Person versucht das gleiche mit Kraft gegen den passiven Widerstand der inneren Person. WECHSEL

- **Konzentrationsübung**  
 Alle finden sich zu Vierergruppen zusammen.  
 Person A setzt sich auf einen Stuhl. Eine zweite Person B setzt sich ihr gegenüber; neben Person B stellen sich rechts und links jeweils Person C und D.  
 Person B ändert ständig ihre Sitz- Stehhaltung, Person C stellt ständig Fragen und Person D macht immer wieder andere, wechselnde Geräusche.  
 Person A muss nun sowohl auf die Fragen antworten, als auch gleichzeitig die Geräusche und Bewegungen nachmachen.  
 WECHSEL
  
- **Konzentrations-/Präsenzübung**  
 Raumlaf. Auf Klatschen springen alle in den FREEZE, das linke Bein nach vorne, das rechte nach hinten, stehen dabei in den Knien und zeigen gleichzeitig mit der ausgestreckten Hand auf eine beliebige andere Person Hand und rufen laut: "Da!".  
 Auf Doppelklatsch entspannt sich der Körper vom Kopf beginnend. Dann weiter gehen.  
 Variante: Alle zeigen gleichzeitig auf ein und dieselbe Person, die vom Spielleiter vorher benannt worden ist. Diese Person bleibt beim Klatschen einfach ruhig stehen. Dann gehen alle langsam mit ausgestreckter Hand auf die jeweilige Person zu, dabei die Körperspannung halten (!), berühren sie mit den Fingerspitzen und entspannen sich bei der Berührung schlagartig. Danach gehen alle einfach weiter.
  
- **Körper-/Bewegungsübung**  
 Raumlaf. Alle gehen durch den Raum und sagen dabei den Satz: "Mann, sehe ich toll aus!" Dann wechseln sie plötzlich zu dem Satz: "Oje, hoffentlich sieht mich keiner. Ich bin so klein und unscheinbar!" Dazu nehmen sie jeweils die passende Körperhaltung ein und sprechen den Text mit der angemessenen Emotion.
  
- **Blickkontaktübung**  
 Raumlaf. Dabei nehmen alle Blickkontakt mit einer Person auf und halten ihn beim Gehen. Auf Klatschen bleiben alle stehen und gehen dann langsam auf die fokussierte Person zu, so nah wie möglich. Blickkontakt unbedingt halten. Auf Klatschen lösen sich alle wieder, gehen weiter und suchen einen neuen Blickkontakt.  
 (siehe auch 1. Probe)

- **Statusübungen**

Zu dem Satz "Ich habe mit der Sache nichts zu tun!" werden die Teilnehmenden gebeten zwei Haltungen im Raum zu üben. Eine mit Selbstwertgefühl (=groß), eine ohne Selbstwertgefühl (=klein).

Dabei sollen sie auf Stimme, Haltung und die 3 Ebenen achten. Dann zeigen alle nacheinander ihre zwei Haltungen.

Sie werden dann gegebenenfalls helfend korrigiert.

Dann Raumlaf. Dabei sucht sich jeder einen Partner durch Blickkontakt: auf Klatschen gehen die Partner aufeinander zu, und entscheiden ohne Absprache blitzschnell die Statusfrage: Wer ist der Überlegene, wer ist der Unterlegene?

Der Überlegene beginnt dann mit seinem Satz. Der Unterlegene antwortet mit seinem Satz. Dazu soll die entsprechende Körperhaltung eingenommen werden.

Die Partner (A und B) bleiben zusammen. Die A-Personen stehen nebeneinander mit dem Rücken zur Wand. Ihre jeweiligen B-Partner stehen vor ihnen, ihnen zugewandt.

Person A sagt in der Hochstatushaltung: "Es ist deine Schuld!" und schubst Person B einmal kräftig von sich weg. Person B kommt in der Tiefstatushaltung wieder zum Stand und sagt aus dieser Haltung heraus: "Ich habe mit der Sache nichts zu tun!" Person A geht ihm nach, bleibt vor ihm stehen. Person B geht wieder ein Stück durch den Raum und so weiter. Wechsel.

- **Präsenzübung**

Der Raum wird in der Mitte durch ein Klebeband geteilt. Die Theatergruppe wird in zwei Halbgruppen aufgeteilt. Die eine Halbgruppe stellt sich auf der linken Seite des Raumes an die Wand, die andere Halbgruppe stellt sich auf der rechten Seite des Raumes an die Wand. Blickrichtung zur Raummitte.

Die eine Gruppenhälfte wird gebeten, einfach bis zur markierten Linie vorzugehen, kurz stehen zu bleiben und dann wieder zurück zu gehen.

Die gleiche Aufgabe bekommt dann die andere Gruppenhälfte. Dann wird die gleiche Aufgabe noch einmal gestellt. Der Unterschied: Jeder schaut beim Vorgehen einer Person der anderen Halbgruppe (seinem Gegenüber) in die Augen. Das heißt, er sucht sich einen FOKUS. Bleibt etwas länger und konzentrierter stehen, dreht sich dann ab und geht zurück.

Der Unterschied wird besprochen: Beim zweiten Mal war eine größere Spannung, Präsenz vorhanden.

Dann wird die Übung noch einmal mit jedem Einzelnen durchgeführt, wobei er an der markierten Linie stehen bleibt und der Person, die er anschaut, einen Satz seiner Wahl direkt in die Augen sagt.

### - **Sprachübung**

Es werden Paare gebildet. 4 Paare stellen sich in der Mitte des Raumes voreinander, Abstand ca. 3 Meter. Die anderen setzen sich hin und schauen zu.

Person A sagt "Hey, komm mal her!" B antwortet "Lass mich in Ruhe!"

Jeweils ein Paar nach dem anderen.

Dann laufen alle ans Ende des Raumes und sprechen die gleichen Sätze, nur jetzt über die ganze Länge des Raumes hinweg. Sie sprechen jetzt ihre Sätze jeweils in einem "Bogen", sie rufen. Danach wird über die jeweiligen Eindrücke kurz gesprochen.

Dann bekommt jeder einen Satz, zu dem er sich eine große Haltung, Geste und Stimme überlegen soll.

Anschließend zeigen alle nacheinander ihr Ergebnis.

Die Sätze sollen groß gesprochen werden, mit großen Gesten und großer Körperhaltung. FOKUS!

### **Beispielsätze**

- "Ab aufs Klo!"
- "Lass mich mit deinen Problemen in Ruhe!"
- "Mir kannst du alles erzählen."
- "Den schnapp ich mir!"
- "Komm, hau ab!"
- "Komm, ich tröste dich!"
- "Hallo, hört mal alle her!"
- "Bitte nicht schlagen!"
- "Ich hab doch nichts gemacht!"
- "Kommt doch mal alle her!"
- "Hat einer von euch meine Kontaktlinsen gesehen?"
- "Da, da oben fliegt er!"
- "Dort liegt sie jetzt!"
- "Kommt alle her zu mir!"
- "Kommt mir nicht zu nahe!"
- "Warum kommt ihr denn nicht?"
- "Kommt doch alle etwas näher, du nicht!"
- "Ich glaube an euch!"

- "Du da, geh bitte rechts raus!"
  - "Ihr andern bleibt dort stehen, wo ihr seid!"
  - "Geht alle ein wenig zurück!"
  - "Belästigt mich bitte nicht mehr!"
  - "Ich soll das gesagt haben, ich?"
  - "Schluss, ich will euch nicht mehr sehen!"
  - "Lasst uns gemeinsam an den Verstorbenen denken!"
  - "Einen Augenblick, ich muss mich konzentrieren!"
  - "Ich habe mit der ganzen Sache absolut nichts zu tun!"
  - "Dann bring mich doch um, wenn du willst!"
- **Abschlussmassage (Musik)**  
 Zu Paaren zusammen kommen. Einer legt sich entspannt auf den Bauch, die Arme liegen locker neben dem Körper. Der andere massiert nun sanft den Rücken seines Partners, klopft ihn leicht und streicht ihn am Ende wieder vom Hals bis zu den Füßen aus. Wechsel.

### **Die 3. Phase (Februar)**

#### **1. Konsolidierung der ersten Theatererfahrungen, Gruppen- und Ensemblebildung, Erweiterung und Vertiefung des schauspielerischen Basistrainings**

##### **Die Übungen der 3. Phase**

**beziehen sich vorrangig auf die folgenden Bereiche:**

- Übungen zur Entwicklung des Körperbewusstseins (Bewegungsübungen)
- Konzentrationsübungen
- Präsenzübungen
- Impuls- und Reaktionsübungen
- Atemübungen
- Sprachübungen
- Übungen zum Raumgefühl
- Vertrauensübungen
- Erste szenische Übungsaufgaben

Von Anfang an hat es sich als hilfreich für die Jugendlichen erwiesen, wenn von der Spielleitung klare Vorgaben für die Erarbeitung von Szenen gemacht werden. Dabei kann es sich sowohl um

grundsätzliche, konzeptionelle Vorgaben handeln, wie auch um konkrete Einzelvorgaben.

Dazu gehören unter anderem:

1. Kein realistisches Setting einrichten
2. Keine "Rolle" ausdenken in der man etwas tut, sondern als Person, die man ist, agieren.
6. Wenig Text nutzen (eine Vorgabe ist ganz einfach: Jeder der Akteure hat nur einen Satz, mit dem er allerdings spielen darf: er kann ihn variieren oder/und wiederholen)
7. Eine klare, ruhige, laute Sprache
8. Alle drei Ebenen bespielen Zusatzvorgabe: Beide Spieler befinden sich nie auf derselben Ebene.
9. Strukturierte Raumnutzung
10. Auf eine klare Körperlichkeit achten.
11. Darauf achten, dass die Szene einen klaren Anfang und ein klares Ende hat.

## **2. Die Themensuche**

Nach 4-6 Wochen beginnt die gemeinsame Suche nach dem Thema.

Dazu wird an einem zweiten Wochentermin ein Dramaturgietreffen verabredet, an dem alle, die Interesse haben, teilnehmen können. Bis zum Wochenendaufenthalt in einer nahe gelegenen Tagungsstätte mit Übernachtungsmöglichkeit um Ostern herum soll ein Thema gefunden werden, das die gesamte Gruppe (inklusive der Spielleitung!) interessiert.

## **3. Die Dramaturgiegruppe**

Ab Mitte/Ende Februar beginnt in der Regel die Arbeit der Dramaturgiegruppe. Dies ist eine lose Kleingruppe, die sich wöchentlich zu einem zusätzlichen Gesprächstermin trifft und sich Gedanken über das zukünftige Thema macht. Zu dieser Gruppe kann jeder kommen, der Interesse hat. Die Teilnahme ist nicht verpflichtend. Die Ergebnisse der Dramaturgiegruppe werden immer wieder in die Gesamtgruppe zurück gespiegelt.

## Jugendtheatergruppe B.E.S.T. - 5. Probe

- **Konzentrationsübung**  
Die Gruppe steht im Kreis in aufrechter Haltung (!), die Augen sind geschlossen, der Atem fließt ruhig und gleichmäßig. Nach ungefähr 1 bis 2 Minuten öffnen alle die Augen und schauen sich der Reihe nach gegenseitig ruhig in die Augen mit dem Subtext: "Wir arbeiten heute zusammen und das ist gut so!"
- **Lockerungsübung**  
Raumlauf, Lockerungsübungen.
- **Präsenzübung**  
"Da, Da, Stopp!" Die Gruppe steht im Kreis.
- **Namensübung (wenn erforderlich)**  
Die Gruppe bleibt im Kreis. Dann sagt jeder sehr akzentuiert den eigenen Namen und klatscht dabei genauso akzentuiert, z.B. Karl - Heinz = klatsch - klatsch, Su - san - ne = Klatsch - klatsch - klatsch.  
Die gesamte Gruppe spricht und klatscht dann den jeweiligen Namen nach.
- **Kontakt-/Vertrauensübung**  
Eine Person setzt sich mit gespreizten Beinen auf den Boden, die andere Person setzt sich mit geschlossenen Beinen zwischen die Beine, mit dem Rücken zum Gesicht der ersten Person.  
Dann schließt die innen sitzende Person die Augen. Die äußere Person fasst die innere an den Schultern und bewegt sie sanft hin und her. Die innere Person ist völlig entspannt.  
Dann versteift sich die innere Person und die äußere Person versucht das gleiche nun mit Kraft (!) gegen den passiven Widerstand der inneren Person. WECHSEL
- **Beobachtungs- /Konzentrationsübung (Ruhige Musik)**  
Die Teilnehmenden kommen in Fünfergruppen zusammen: Einer liegt, einer steht, einer sitzt, einer kniet. Der fünfte nimmt nun eine der vier Haltungen ein. Daraufhin muss derjenige, der bisher in dieser Haltung war, seine Haltung auflösen und eine der anderen Haltungen einnehmen. Und so weiter.  
**Wichtig:** Immer genau die gleichen Haltungen einnehmen!!!

Es sollte versucht werden allmählich in einen ruhigen, gleichförmigen Rhythmus zu kommen. Wenn die Fünfergruppen nicht aufgehen, kann man auch Vierergruppen bilden und eine Haltung weglassen.

- **Themensuche**

Alle setzen sich in den Kreis, so dass jeder jeweils den Rücken des nächsten vor sich hat. Jeder bekommt ein Blatt Papier. Darauf steht: "Mich interessiert zur Zeit ganz besonders ..."

Jeder schreibt eine kurze Antwort darauf und gibt den Zettel an seinen Vordermann weiter. Er bekommt dafür den Zettel seines Hintermannes, auf diesen schreibt er eine weitere Antwort zu der Frage, was ihn besonders interessiert und gibt den Zettel wieder an seinen Vordermann. Und so weiter, bis alle Zettel voll sind. Volle Zettel werden in die Mitte des Kreises geschoben.

Das gleiche passiert beim nächsten Mal mit dem Satz: "Mich interessiert zur Zeit überhaupt nicht ...!"

Die Zettel werden eingesammelt und in der Dramaturgiegruppe ausgewertet.

- **Bewegungsübung**

Jablkon (I und II)

- **Improvisationsübung**

3 Stühle werden im Abstand von ungefähr 4 Metern vor der zuschauenden Gruppe nebeneinander auf die Spielfläche gestellt. 3 Personen setzen sich aufrecht und gerade darauf.

Sie dürfen:

- Aufstehen und sich wieder hinsetzen
- Jeweils ein Bein über das andere schlagen, entweder rechts oder links
- Eine Hand heben und sich melden, mit den Fingern schnipsen
- Den Kopf nach links, bzw. nach rechts drehen
- "Ach!" sagen

**Ziel dieser Übung** ist es, innerhalb von ganz klaren Regeln zu improvisieren, die Wahrnehmung zu schulen und dabei bereits kleine Geschichten sozusagen aus dem Nichts zu entwickeln. Nach ca. 3 Minuten immer wechseln.

- **Spielerische Improvisation nach Vorgabe**

Die Jugendlichen bekommen jeder einen Zettel mit einer der unten aufgeführten Vorgaben. Die **Aufgabe** lautet: Gehe ohne zu sprechen über einen imaginären Marktplatz mit dem auf dem



Zettel vorgegebenen inhaltlichen oder emotionalen Hintergrund.  
Mache dein Anliegen nur über deine Körperlichkeit deutlich.  
Achtung: Keine Pantomime! Gehe einmal hin und einmal zurück.

**Beispiele:**

- (1) Du hast es eilig.
- (2) Du hast das Gefühl verfolgt zu werden.
- (3) Du frierst.
- (4) Es regnet.
- (5) Du suchst etwas, was du verloren hast.
- (6) Du hast dich verlaufen.
- (7) Du bist auf dem Weg zu einem Rendezvous.
- (8) Dein/e Freund/in hat gerade mit dir Schluss gemacht.
- (9) Du genießt einfach die warme Sonne.
- (10) Du hast einen Stein in deinem Schuh.
- (11) Du bestaunst die eindrucksvollen Bauwerke auf dem Platz.
- (12) Du hast gerade die Frau/den Mann deines Lebens getroffen, bist aber einfach an ihr/ihm vorbeigegangen und merkst es erst danach.
- (13) Du joggst heute zum ersten Mal und es fällt dir sehr schwer.
- (14) Du schleichst dich an eine Taube heran, die auf der anderen Platzseite sitzt. Bevor du sie erreichst, fliegt sie weg.
- (15) Du riechst plötzlich ein wunderbares Parfüm und gehst dem Geruch nach.
- (16) Du hörst plötzlich eine wunderschöne Stimme singen und gehst dem Gesang nach.
- (17) Du findest den Platz voller Pfützen vor und versuchst möglichst nicht hinein zu treten.
- (18) Du bist barfuß und der Platz ist voller spitzer Steine.
- (19) Du willst nicht auffallen, möglichst nicht gesehen werden, wenn du über den Platz gehst.
- (20) Du weißt, dass du von Männer/Frauenaugen beobachtet wirst, wenn du über den Platz gehst.

Nach jedem Gang versucht die Zuschauergruppe den Hintergrund herauszubekommen und macht gegebenenfalls Verbesserungsvorschläge.

- **Abschlussmassage (Musik)**  
In Paaren, wie in 3. Probe

## Jugendtheater B.E.S.T. - 6. Probe

### - **Vertrauens-/Orientierungsübung**

Die Gruppe steht im Kreis, die Augen geschlossen, konzentriert, atmet.

Dann die Hände auf Brusthöhe anheben (die Fingerspitzen zeigen nach oben, die offenen Handflächen nach vorne), die locker gehaltenen Arme sollen als Puffer bei möglichen Zusammenstößen dienen. Vorsichtig durch den Raum gehen. Kontakt vermeiden!

Stehen bleiben, Fragen:

- Wie viele Personen befinden sich im Raum?
- Wie viele Frauen, wie viele Männer?
- Besonderheiten des Raumes erfragen:
- Wo ist die Theke? (Hinzeigen)
- Wo sind die Fenster? (Hinzeigen)
- Wo ist die Tür? (Hinzeigen)
- Wo ist die gläserne DJ-Kanzel? (Hinzeigen) oder Ähnliches.
- Wo befinden sich einzelne Gruppenmitglieder? (Hinzeigen)

Dann gehen alle weiter und bilden ohne zu sprechen und immer noch mit geschlossenen Augen eine Frauen- und eine Männergruppe.

### - **Lockerungsübung**

Augen auf, Raumlauf mit Lockerungsübungen.

### - **Bewegungsübung**

Jablkon (I und II)

### - **Vertrauens-/Kooperationsübung (Musik)**

Partnersuche. Partner A hält Partner B die Hand vor das Gesicht (Abstand ca. 20-30 cm) und führt ihn durch den Raum. Alle 3 Ebenen sollten dabei beachtet werden. Wechsel.

### - **Präsenzübung: Heiß - Kalt**

Alle holen sich alle einen Stuhl und setzen sich im Abstand von ungefähr 5 Metern in 2 Reihen gegenüber.

Erklärung: Im Theater wird mit den Zuständen des Schauspielers gearbeitet:

- - kalt bedeutet, er ist zwar anwesend, aber nicht in Aktion.
- - heiß bedeutet, er ist in Aktion.

Die sich gegenüber sitzenden Spieler schauen sich in die Augen (Fokus!). Stichwort "leere Körper", das heißt, die Spieler schauen sich nur an, spielen nichts!

**Festlegung:** Eine Reihe sind die Herren, die gegenüber sitzende Reihe sind die Knechte. Mit Einsatz der ruhigen Musik springen alle auf und gehen aufeinander zu, die Herren gehen rasch in die Herrenhaltung und halten den ihnen entgegen kommenden Knechten die Hand vor das Gesicht, worauf diese Reihe blitzschnell in die Knechthaltung geht.

Der Herr führt den Knecht ruhig aber bestimmt durch den Raum, wie bei der vorausgegangenen Übung.

**Wichtig: Es gibt keinen gleitenden Übergang von "kalt" zu "heiß", der Wechsel geschieht übergangslos.**

Die Körperspannung ist mit dem Aufspringen schlagartig da! Mit Abbruch der Musik beenden alle die Aktion, gehen - ohne zu sprechen (!) - ruhig zurück auf ihre Plätze und nehmen wieder die "kalte" Haltung ein. Rollenwechsel.

Dann wird die gleiche Übung mit einer **schnellen, heftigen Musik** durchgeführt. Die Bewegungen sind jetzt schneller und kraftvoller. **Diese Übung trainiert die Körperspannung und die Bühnenpräsenz.**

#### - **Reaktionsübung**

Alle finden sich zu Paaren (A und B) zusammen und gehen dann ruhig auf Abstand (!) im Raum umher. Dann bleiben A und B auf Abstand stehen, A lockt B gestisch und stimmlich freundlich, sagt: "Komm doch mal her zu mir!"

B kommt langsam freudig; wenn B nahe genug ist, wechselt A schlagartig die Emotion und brüllt, "Hau ab!". Darauf wechselt B übergangslos in die Knechthaltung, in die Unterdrücktenposition und zieht sich zurück. Weiter gehen, stehen bleiben etc. Dann Statuswechsel.

#### - **Emotionsübungen**

Im Kreis gehen, auf Klatschen nehmen die Jugendlichen jeweils eine Haltung zu der angesagten Emotion ein und frieren ein (Angst, Freude, Aggression, Trauer).

**Vorher klären:** In welche Richtung geht die Energie?

Etwas vereinfacht gesagt kann man feststellen:

- Bei der Angst geht die Energie nach innen,
- bei der Freude nach oben,
- bei der Aggression nach vorne und
- bei der Trauer nach unten.

Auf Doppelklatsch gehen alle weiter und überlegen eine zweite Haltung zu derselben Emotion. Auf Klatschen gehen dann alle in die zweite Haltung und frieren wieder ein.

Dann wird die Emotion gewechselt. Es sollten jeweils kleine und große Haltungen zu den Emotionen ausprobiert werden.

Jeder erfindet nun einen Satz, überlegt sich dazu eine der vier Emotionen und wählt dazu die passende Haltung, Gestik und Stimmfärbung.

Alle gehen jetzt durch den Raum. Der Spielleiter ruft nun einen nach dem anderen auf.

Alle bleiben stehen, drehen sich rasch zu dem Aufgerufenen hin. Dieser sagt seinen Satz mit der entsprechenden Haltung. Ist er fertig, friert er ein und alle anderen sprechen seinen Satz mit der entsprechenden Haltung nach. Dann weiter gehen, bis der Nächste aufgerufen wird.

- **Emotionsübung im szenischen Dialog**

Paare bilden (A und B): Jeder überlegt einen Satz (oder übernimmt den Satz aus der Vorübung). Alle gehen durch den Raum. Ein Name (A) wird aufgerufen, alle bleiben stehen, so wie sie stehen.

A geht auf seinen Partner (B) von hinten zu, tippt ihm auf die Schulter, der dreht sich um und A sagt seinen Satz mit einer emotional klaren Haltung.

B muss dann mit seinem Satz und einer spontanen, ihm dazu passend erscheinenden Emotion und Haltung antworten.

**Variante:** Die B-Partner stehen in einer Reihe neben einander vor einer Wandseite.

Blick zur Wand. Ihre A-Partner stehen auf der anderen Seite des Raumes neben einander an der Wand, Blick zu ihren jeweiligen B-Partnern. Ein A-Partner nach dem anderen geht nun quer durch den Raum zu seinem B-Partner, tippt ihm von hinten auf die Schulter und wenn der sich umgedreht hat, sagt er ihm seinen Satz mit der entsprechenden Emotion, Haltung und Stimme. B reagiert dann entsprechend wie oben.

- **Szenische Aufgabe**

Zu Paaren zusammenkommen: Aufgabe: Eine kurze Szene gestalten nur mit den beiden Sätzen, jeder hat dabei eine eigene (!) klare, emotionale Haltung, die er während der gesamten Szene beibehält.

Das darüber liegende Thema ist z.B. "Begegnung."

Anschließend vorspielen und kritisch besprechen!

- **Abschlussmassage (Musik)**

## Jugendtheater B.E.S.T. - 7. Probe

- **Kennenlernübungen (wenn noch erforderlich)**  
Die Gruppe steht im Kreis, alle sagen nacheinander ihren eigenen Namen im Uhrzeigersinn, und alle anderen deuten jeweils nacheinander mit der ausgestreckten Hand (wie bei "Da, Da, Stopp!") auf die entsprechende Person und wiederholen deren Namen im Chor.  
Dann wird der Kreis ganz eng gemacht und der Name des Nachbarn wird noch einmal leise gesagt.
- **Lockerungsübung**  
Raumlauf, lockern.
- **Konzentrationsübungen**  
Alle laufen im Raum umher (space occupation), wenn einer stehen bleibt, bleiben alle stehen. Geht einer weiter, gehen alle weiter.  
Alle stehen in einem großen Kreis, jeder steht so, dass er auf den Rücken seines Vordermannes schaut. Irgendwann gehen alle gleichzeitig ganz langsam los, werden immer schneller, bis sie laufen, werden dann wieder langsamer, bis sie alle gleichzeitig wieder zum Stillstand kommen.
- **Spiegelpantomime: Impuls- Reaktionsübung (Musik)**  
Die Jugendlichen kommen zu Paaren zusammen. Beide Partner stehen voreinander und schauen sich an. Sie heben dann beide die Hände auf Brusthöhe, die Handflächen zeigen nach vorne, die Fingerspitzen nach oben. Einer ist nun der Impulsgeber und bewegt seine Hände/Arme/Kopf etc. langsam. Sein Gegenüber imitiert die Bewegungen entsprechend, wie bei seinem eigenen Spiegelbild. Wechseln.
- **"Spiegelpantomime" als Gruppe (Musik)**  
Alle stehen auf einer Längsseite des Raumes. Eine Person fängt an: Sie geht ruhig zur gegenüberliegenden Wand, stellt sich mit dem Rücken zur Restgruppe ungefähr 2 Meter vor der Wand in

die Mitte und beginnt mit langsamen, ruhigen Hand-, Arm-, Körperbewegungen. Ein Teilnehmer nach dem anderen begibt sich nun auf eine von ihm zu wählende Position im Raum unter Beachtung der "space occupation" und macht die Bewegungen der ersten Person zeitgleich nach.

Am Ende ist der gesamte Raum durch die Akteure mit einer Bewegungsstruktur gefüllt; alle machen die gleichen, ruhig fließenden Bewegungen.

Dann dreht sich derjenige, der die Bewegungen begonnen hat, langsam nach rechts um 90 Grad, alle anderen drehen sich mit um, und der Vorderste rechts übernimmt nun die Führung und so weiter; immer, wenn der Impulsgeber sich umdreht, signalisiert er damit: "Bitte übernehmen!" und immer der, der sich dann in der vordersten Position befindet, übernimmt die Führung.

#### - **Impuls-Reaktionsübung**

Die Gesamtgruppe wird halbiert. Eine Hälfte wird heimlich durchnummeriert und verteilt sich dann im Raum.

**Aufgabe:** Die andern gehen einer nach dem anderen durch die verteilte Gruppe und werden nach und nach - entsprechend der Nummerierung - von jedem angesprochen, z.B. "Hey!", "Hallo!", "Susanne!" "Komm mal her!" etc. Dabei wechselt auch die Emotionalität des Sprechers. Der Geher stoppt, wendet sich dem Sprecher zu, reagiert auf die Art und Weise wie er angesprochen wurde und geht dann in entsprechender Haltung zu diesem hin. Bevor er da ist, wird er von der nächsten Nummer gestoppt. Etc.

#### - **Sprach-/Spielübung**

Die Gruppe kommt wieder im Kreis zusammen.

Der folgende Text wird mit großen, zeigenden Gesten gemeinsam gesprochen: "Meine Damen und Herren, die Toiletten im Erdgeschoss sind leider kaputt. Wir bitten die Damen, die Toiletten im ersten Stock links und die Herren, die Toiletten im zweiten Stock rechts zu benutzen. Vielen Dank und einen schönen Abend."

Dann legen sich alle ruhig und langsam auf den Boden, sprechen dabei den Text immer weiter (nicht zu laut, sondern mehr wie ein Klangteppich) und machen dabei immer wieder die zeigenden Bewegungen. Die Bewegungen werden allmählich stilisiert und beziehen auch die Beine mit ein.