

Improvisationstheater / Präsenz- und Präsentationstraining

Kurs für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Entdecken Sie mit IMPRO auf spielerische Weise Ihr eigenes kreatives Potenzial.

Achtung: Suchtgefahr! Improvisationstheater kann persönlichkeitsfördernd wirken!

Lebendig, erfrischend, kreativ und wach vermittelt der Kurs die Grundlagen des Improvisationstheaters. Wir probieren Theatersportspiele miteinander aus und lernen aus dem Stegreif zu spielen. Hier darf alles ausprobiert werden, was im "richtigen Leben" nicht immer möglich ist. Ob actionreiche Szenen im Supermarkt, rührende Momente auf dem Fernsehturm, dramatische Auftritte mit acht verschiedenen Emotionen oder Liebesgeschichten im Weltraum, alles ist möglich. Alle Mitspieler/-innen sind gleichberechtigt und bringen ihre Phantasie in die Improvisation mit ein. Wir lernen, sowohl offen für die Ideen der Mitspieler/-innen zu sein, als auch unseren eigenen Impulsen und Einfällen zu folgen. Die Spieltechniken sind einfach zu lernen und können sofort im Spiel erprobt werden. Die Geschichten entstehen aus der Spontanität und der gegenseitigen Inspiration. Wir lernen der Inspiration des Augenblicks zu vertrauen und den eigenen Impulsen zu folgen. Dadurch wird u.a. ein entspanntes, angstfreies Auftreten vor Publikum gefördert. Ideal u.a. für alle, die beruflich im Rampenlicht stehen. Der Kurs richtet sich aber auch an Menschen, die vor allem an zwischenmenschlichen Beziehungen und kreativen Prozessen interessiert sind. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bei Interesse kann der Kurs fortgeführt werden.

Bitte mitbringen: dicke Socken bzw. leichte Turnschuhe.

Improvisationstheater (oft auch kurz Improtheater) ist eine Form des Theaters, in der improvisiert wird. Es werden Szenen gespielt, die zuvor nicht inszeniert sind. Meist lassen sich die Schauspieler ein Thema oder einen Vorschlag aus dem Publikum geben. Diese Vorschläge sind dann Auslöser und Leitfaden für die daraufhin spontan entstehenden Szenen. Alles geht Schlag auf Schlag, manchmal fix, knackig und komisch, manchmal länger, tiefgründig und theatral.

Improvisieren lernen bedeutet, sich persönlich weiterzuentwickeln:

Improvisations-Schauspieler entwickeln Szenen aus dem Moment und formen diese zu kleinen Geschichten. Es gibt keine vorgefertigten Texte und keine festgelegten Rollen, alles entsteht spontan. Mithilfe der Techniken des Improvisationstheaters können persönliche Fähigkeiten und soziale Verhaltensweisen entdeckt und gefördert werden. Diese wirken in den Alltag hinein, denn sie sind Teil der sozialen Interaktion, in welcher wir unvorbereitet mit anderen Menschen agieren. In unserem Improvisations-Workshop werden folgende Fähigkeiten trainiert:

Kreativität und Spontaneität:

Stimulation des kreativen Potenzials, Interaktions- und Reaktionsfähigkeit

Selbstbewusstsein:

Fehler zulassen, Hemmungen lockern, sich vor der Gruppe präsentieren

Sozial-kommunikatives Handeln:

Einfühlungsvermögen, gegenseitiges Vertrauen, Kooperation und Teamarbeit

Aufmerksamkeit und Konzentration:

gegenseitige Wahrnehmung, Gedächtnistraining, entspannte Wachsamkeit