

Workshop Uta Plate: Dare to share – LEG Dillingen – 16.02.23

Anmerkung: In diesem Text macht das Gendern das Verständnis um ein Vielfaches schwieriger. Ich habe es ausprobiert und wieder geändert. Hier sind mit TN ausdrücklich weibliche / männliche / diverse Teilnehmer gemeint, ebenso mit „Partner“ oder „Spielleiter“ weibliche / männliche / diverse Personen, obwohl männliche Pronomen verwendet werden. Ich bitte um Verständnis.

1. Gruppenaktion:

Vierergruppe, vorbereitete Zettel mit Fragen: A1 fragt A2, A2 fragt B1, B1 fragt B2, B2 fragt A1.

Fragen zum Eigentum:

- Was ist unteilbar?
- Wann in deinem Leben hast du das erste Mal bewusst erlebt, was Eigentum bedeutet?
- Was ist für dich Eigentum? Was du gekauft, geerbt, gemacht hast?
- Warum schenkst du gern?

2. Vorstellungsrunde

Kreis: Schritt in Richtung Kreismitte, dann Name – Geste – die anderen TN imitieren. Danach: Pronomen sie/ihr er/sein – „Gebrauchsanweisung“ - Wie man behandelt werden möchte / muss.

Reflexion:

Pronomen bewusst nicht in der Gebrauchsanleitung – ein eigener Punkt ermöglicht non-binären Menschen Selbstverständlichkeit.

Unterschied Gebrauchsanleitung und formulierte Wünsche – es geht wirklich nur darum, den anderen mitzuteilen, worauf sie beim Umgang mit der betreffenden Person achten müssen (Einschränkungen, Traumatisierungen, besondere Verhaltensdispositionen... ohne Begründung, ohne Rechtfertigung).

3. Partneraufgabe – „Ich teile gerne, weil...“ Satz aufschreiben

- Partner eine Person vorstellen, die einem als Vorbild in Sachen Teilen einfällt.
- Partner einen Satz zur Verfügung stellen, den die von ihm beschriebene Person gesagt haben könnte: „Ich teile gerne..., weil...“
- Den zur Verfügung gestellten Satz aufschreiben.

4. Von TN moderierte Stimmübungen

Z. B. Sprechen von „Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie bitte die Packungsbeilage und fragen sie Ihren Arzt oder Apotheker.“ Variante: „Zu Risiken und Nebenwirkungen verzehren Sie bitte die Packungsbeilage und erschlagen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.“

5. Lied Sum gali galigali sum gali gali

Vorsänger / chorisches Nachsingen oder -sprechen, - Vorsänger mit Gestik und Bewegung – unterschiedliche Stimmlagen, -register, unterschiedliche Stimmungen, steigern, immer höher, immer schneller...

6. Partneraufgabe Basis „Killer Eyes“

- a) Ein Partner folgt dem anderen. Der vordere dreht sich möglichst unvermittelt um. Der hintere Partner hat die Aufgabe, sich abzuwenden, denn wenn der Blick des vorderen TN den des hinteren trifft, wäre der hintere TN „verbrannt“. Der TN, der zuvor folgte, übernimmt jetzt die Führung.
- b) „Leinwand“. Vorderer Partner bleibt unvermittelt stehen. Der hintere Partner „malt“ mit dem Finger auf den Rücken, als ob dies eine Leinwand wäre. Nach Abschluss des „Gemäldes“ setzt der vordere Partner das auf dem Rücken Erspürte in Bewegungen um.
- c) „Imitation“. Schema „Killer Eyes“. Der folgende Partner muss die Bewegungen des vorderen Partners möglichst genau imitieren. Dazu ist es wichtig, dass das Vorbild langsam genug ist, dass es imitiert werden kann.

7. Choreografie - Synthese

- a) Ausgewählte Bewegungen aus „Leinwand“ sollen jetzt in Slow Motion übersetzt werden.
- b) Ausgewählte Bewegungen aus „Imitation“ sollen jetzt in Quick Motion übersetzt werden.
- c) Satz aus Partneraufgabe 3. soll jetzt in Bewegungen übersetzt werden, Ausdruck mit dem ganzen Körper.

Anleitung: Erst die Bewegungen zum Satz überlegen. Dann die Bewegungen mit einem anderen Körperteil ausführen: Statt mit den Armen mit dem Knie, statt mit dem Kopf mit der Hüfte... („Schlechte Pantomime verhindern“)

Jetzt sollte jeder TN eine kleine Choreografie aus drei Elementen (a-c) haben.

- Choreografie selbst erproben.
- Im Raum gehen, sich gegenseitig mit der Choreografie vorstellen.

Nach jedem Abschnitt Reflexion: „Gibt es einen Moment / Gedanken, der es wert ist, mit der ganzen Gruppe geteilt zu werden?“

Einsicht: Die während der Aktionen eingespielte Musik spielt eine wesentliche Rolle, wie die Bewegungen ausfallen. („Die Playlist ist die halbe Miete.“)

8. Verfolgung

Basis „Killer Eyes“, siehe 6. a)

- a) Verfolgen mit einer Zahlenreihe. Der Partner, der folgt, zählt „1, 2, 3, 4, 5“. Wenn der vordere Partner sich umwendet und seinerseits folgt, stoppt die Zahlenreihe und der Partner, der jetzt folgt, zählt „1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8“ – bis der vordere Partner sich wieder umwendet und dann seine Zahlenreihe mit „6, 7, 8, 9...“ fortsetzt. Zählen mit „Subtext“ / Emotion!

Die Form kann auch für ein Streitgespräch verwendet werden.

- b) Verfolgen mit einem Lieblingslied aus früheren Zeiten, ein Ohrwurm. Bei Drehung vorderer Partner abbrechen, nach eigener Wendung wieder an der Stelle anfangen, an der man abgebrochen hat.

- c) Verfolgen mit einem Lied aus früherer Zeit, das einem viel bedeutet hat, das man aber inzwischen „abgelegt“ hat.
- d) Verfolgen mit einem Lied zum „Fremdschämen“
- e) Partner Rücken an Rücken: Lied mit einer Botschaft, die man in die Welt bringen möchte. Gleichzeitig singen.

Persönliche Anmerkung B.A.: Bei den meisten Übungen bis hierher wurde Druck aufgebaut, keine Zeit zum Nachdenken gelassen. Beispiel Partnerwechsel: „Bei drei hast du einen neuen Partner“ – Zählen und rasch weiter. Ebenso bei den Liedern: Tempo verhindert, sich über Hemmungen oder Empfindlichkeiten Gedanken zu machen.

9. Reihe

Aufstellung als Reihe, Schulter an Schulter:

- a) Einer tritt einen Schritt vor, zählt, hört auf. Die restliche Reihe rückt auf.

Anderer TN macht Schritt vor, derjenige, der vortritt, genießt volle Aufmerksamkeit.

Experimentieren: Welche Wirkung hat es, wenn alle den „Hauptdarsteller“ anschauen, welche Wirkung hat es, wenn die anderen den „Horizontblick“ bewahren oder jemanden im Publikum anschauen?

- b) Einer tritt vor mit: Choreografie – siehe oben / Lied / Satz über das Teilen
- c) Variante: Mehrere TN treten vor. Reihe stimmt in das Lied ein oder summt.

Gespräch über die Reflexion – Gedanken von Uta Plate: Keine Hierarchie beim Sprechen! So: „Der Moment XXX hat mich bewegt, weil...“ Nicht sprechen von einem „magischen Moment“, weil darin eine Hierarchie liegt.

Wichtig: Qualitäten beschreiben, nicht werten. Nur Qualitäten zu beschreiben sollte man als Spielleiter trainieren. Jede Qualität kann einer bestimmten Absicht dienen! Regiekunst: Nicht mit „ich hätte mir gewünscht“ arbeiten. Bei ausufernden Debatten regt Spielleiter ein neues Experiment an! Erproben und ins Tun gehen. Dann findet die Gruppe die passende Form.

Warmup: Rhythmus vorklatschen – nachklatschen – Leertakte einbauen = Konzentrationsübung

Warmup: Raumlaf mit Kommandos

- a) „Go!“ = gehen, „Stop!“ = stehenbleiben, „Name!“ = Name sagen, „Jump!“ = hüpfen
- b) Vertauscht: „Go!“ = stehenbleiben, „Stop!“ = gehen, „Name!“ = hüpfen, „Jump!“ = Name sagen. – Kann mit Ausscheiden gespielt werden.

Elemente für die Präsentation

A. Pest oder Cholera – Entscheidungsfragen

- In einer früheren Phase wurden Entscheidungsfragen gesammelt, wie zum Beispiel „Wärst du lieber blind oder wärst du lieber taub?“, „Würdest du lieber dein Handy mit allen Daten verlieren oder lieber alle Daten auf deinem Handy veröffentlicht bekommen?“ – TN arbeiten wieder mit derjenigen Entscheidungsfrage, die sie von der jeweils anderen Person zur

Verfügung gestellt bekamen – Prinzip: So entsteht nie der Zwang, die eigene Frage oder den eigenen Satz zu verwenden und sich offenbaren zu müssen.

- Spielregel: Zwei Gruppen auf der „Bühne“, ein TN wählt mit „Du!“ und Zeigen eine Person auf der anderen Seite aus. Stellt die Frage: „Würdest du lieber Hunger haben, oder lieber Durst?“ Angesprochener TN antwortet z. B.: „Lieber Hunger, weil...“ Die anderen TN positionieren sich. Stimmen sie der Aussage zu, stellen sie sich dazu, sind sie anderer Meinung, stellen sie sich auf die gegenüberliegende Seite.
- Spielregel: Wenn alle anderen TN der gleichen Meinung sind wie der / die Antwortende, darf gejubelt werden. Das bedeutet „All In!“
- Spielregel: Wenn es nur ein TN mit Zustimmung / Ablehnung gibt, der auf der betreffenden Seite stehen bleibt, darf derjenige beklatscht werden und ist „Lonesome George“, benannt nach dem einzigen verbliebenen Exemplar einer sonst ausgestorbenen Art von Galapagos-Riesenschildkröten.

B. Confession Battle mit Schwimmnudeln

- Schlagen üben – nicht auf nackte Haut, nicht auf Hals oder Kopf, möglichst Zentrum Rücken treffen, ausholen und den Schwung des freien Endes nutzen.
- Form: Hereinkommen mit Schwimmnudel als „Handtuch“ um den Hals, Enden links und rechts halten. Idee: Man schreitet zu einer Aufgabe, die erledigt werden muss, es geht um ein Ritual. Ein Ende der Schwimmnudel wird freigelassen. Anfangs haben alle Angst, selber getroffen zu werden, später, bieten immer mehrere ihren Rücken für den Vollzug an. Reihenfolge der „Schläger“ ist vereinbart, kann aber evtl. auch freigelassen werden. Immer macht derjenige weiter, der geschlagen wurde.
- Vor den Schlägen kommt der Satz: „Ich bin besonders mies im Teilen, wenn es um ... geht!“ oder „Ich hasse es ... zu teilen!“
- Abschluss: Schwimmnudeln landen auf einem „Scheiterhaufen“. Erleichterung der TN – es ist vollbracht, sie verlassen den Raum.

C. Reihenperformance

- Reihe rückt Schritt für Schritt in Richtung Publikum vor.
- Zuerst performen Einzelne ihre Choreografie / ihren Satz / ihr Lied.
- Dann agieren auch mehrere gleichzeitig und die TN in der Reihe stimmen ein etc.

Zusammenstellung: Bernhard Apel, mit Hilfen anderer TN