

HELD*INNEN HABT MUT

EIN GESUNDHEITSFÖRDERNDES THEATERPROJEKT ZUM THEMA DER FREIEN KREATION FÜR GRUNDSCHULEN UND PRIMÄRSCHULEN

THEATER-MACHER UND
THERAPEUT KRISTOF KLEIN

Held*innen habt Mut

Wie kreierte ich meine eigene Geschichte und bringe sie auf die Bühne? Gemeinsam erschaffen wir eine Geschichte mit Held*innen, wundersamen Wesen und scheinbar unlösbaren Konflikten. Wir machen uns auf die Suche nach Wegen erzählen zu können was uns wichtig ist. Der individuelle Ausdruck steht im Mittelpunkt.

Die Künstlerinnen werden lernen Themen aus ihrer eigenen Lebensrealität in einen ästhetischen Rahmen zu übersetzen. In einem dementsprechend wertschätzenden und prozessorientierten Rahmen werden die Künstler*innen dabei unterstützt aus einer Idee eine Theaterszene zu kreieren. So entstehen kleine berührbare Theaterstücke von individueller Bedeutung.

Intention

Kinder müssen im Vergleich zu Erwachsenen ständig mutig sein. Immer wieder müssen sie Held*innen ihres eigenen Lebens sein. Sie müssen ständig neues Lernen und werden mit neuen Herausforderungen konfrontiert.

Wenn Kinder sich etwas (zu-)trauen vor dem sie bisher Angst hatten, wachsen sie über sich selbst hinaus. In diesen Momenten wird ihr Selbstvertrauen gestärkt und sie sind stolz auf sich selbst. In diesem gesundheitsförderndem Projekt werden Schüler*innen dazu ermutigt sich selbst wahrzunehmen, einen künstlerischen Ausdruck für die Herausforderungen zu finden, mit denen sie jeden Tag konfrontiert werden, sie entwickeln Resilienz im Bezug auf zukommende Konflikte, erleben sich als selbstwirksam, erfahren individuelle Unterstützung aus sich heraus und die Gruppenkohesion wird gestärkt.

Wer bin ich

Nach meinem Studium der "Theatertherapie" an der HfWU Nürtingen arbeitete ich im klinischen als auch pädagogischen Feld mit Kindern, Jugendlichen, Erwachsenen und Geflüchteten. Meine Passion für körperliches Theater führte mich dann an die renommierte École internationale de théâtre Lassaad in Brüssel. Seit dem arbeite ich in diversen Produktionen im Bereich Physical Theatre, Clownerie; Masken- und Objekttheater. Außerdem spezialisierte ich mich auf die Arbeit mit Gruppen bestehend aus Kindern und Jugendlichen in einem Übergang zwischen zwei Lebensrealitäten. Der Fokus liegt in meinen Projektarbeiten auf der freien künstlerischen Kreation, die mit einer besonderen Aufmerksamkeit für die jeweilige Gruppendynamik einher geht.



Strukturierung des Projektes

Zu Beginn und Abschluss jeden Tages verwende ich Rituale des Ankommens und des Schliessens. Diese haben keinerlei spirituelle Bedeutung, sondern sind künstlerischer Natur. So spiele ich zum Abschluss gerne mit dem Bild einer grossen Kiste, in die weggesperrt werden kann, was ich nicht mehr benötige, aber ich kann auch herausnehmen was ich an diesem Tag gewonnen habe und symbolisch dadurch den Prozess abschliessen.

Teil 1 “Heldentag”

In einem Kennenlern- Gespräch werden den Künstler*innen folgende Fragen gestellt: „Wann warst Du schon einmal mutig in Deinem Leben?“ „Wann wolltest Du schon mal mutig sein?“ „Warum ist es manchmal wichtig mutig zu sein?“ Wir beginnen über das Thema der Held*innen zu sprechen und setzen uns mit der Frage auseinander was eine Held*in ausmacht. Dabei sehe ich den Mut als essenziell, den Held*innen brauchen, um ihre Herausforderungen trotz Ängsten und Zweifel zu meistern.

Mutproben

Die Aufgaben sind einfach. Lass dich in die Arme der anderen fallen aus einer erhöhten Position. Renne mit verbundenen Augen auf eine Wand zu.

Was nehme ich nun wahr? Nehme ich wahr, dass mein Körper sich dagegen wehrt? Gibt es etwas, dass so stark sagt “Nein, mach das nicht!”, dass sich mein Körper verkrampft, zu schwitzen beginnt; Angst oder sogar Panik aufsteigt. Das Wichtigste an Mutproben ist das Erfolgserlebnis danach. Doch, was wenn ich mich nicht traue?

Ich möchte in dieser Phase die Gruppe dazu sensibilisieren, dass der Erfolg darin liegt wahr zu nehmen, ob das gerade etwas ist wo ich über meine Grenze gehen sollte oder nicht. Durch eine Begleitung in diesen Mutproben, kann gemeinsam herausgefunden werden, ob mir das gerade Spaß macht und los; ich mich überhaupt nicht traue oder aber auch eine große Angst da ist, aber gerade jetzt fühlt es sich trotzdem gut an sich zu trauen.

Durch Impulssätze und **automatisches Schreiben** beginnt die Charakterentwicklung unserer Held*innen. Diese sind fiktive Personen oder Wesen mit Eigenschaften, die die Künstler*innen selbst herausfinden und entwickeln.

Dieser Prozess wird begleitet von dem Spiel Ochs am Berg als Symbol für die Ängste und Zweifel, die sich manchmal hinterrücks anschleichen.

Teil 2 Das Krafttier

Wenn ich nicht den Mut habe, dann brauche ich Unterstützung. Mit der richtigen Hilfe kann ich alles schaffen! Welche Fähigkeiten braucht meine Hilfe? Doch braucht auch meine Hilfe manchmal Superkräfte, um mir zu helfen?

Durch Impulssätze und automatisches Schreiben untersuchen wir die Ängste unserer Held*innen und machen uns auf die Suche nach jemandem oder etwas, das uns dabei helfen kann dennoch unsere Ziele zu erreichen. Hierfür nutze ich das Bild des **Krafttieres**. Ein Mischwesen, das aus verschiedensten Teilen von Tieren besteht und deren Eigenschaften zusammenbringt. Brauche ich Flügel, um über alle hinweg zu fliegen, grosse Beine für einen Standfesten Halt, scharfe Zähne zur Verteidigung oder auch zum Angriff?

Mit verschiedenen Materialien beginnen wir eine Skulptur dieses Krafttieres zu kreieren, das uns im weiteren Prozess unterstützen wird.

Teil 3 Mein*e Held*in macht sich auf die Reise

Nun kennen wir die Held*innen und welche Ziele und Ängste sie haben, wir kennen ihre Helfer*innen. Der dritte Tag steht also nun ganz im Sinne der freien Kreation. Ich biete einen klaren und strukturierten Rahmen an, indem die Künstler*innen zu ihren eigenen Geschichten kommen. Dabei orientiere ich mich an einer Struktur, die fast in allen Geschichten zu finden ist. Ein*e Held*in spürt einen Ruf und hat ein Ziel, auf dem Weg dort hin trifft sie auf Widerstände, durch eine helfende Person oder Objekt, kann die Konfrontation überwunden werden und die Geschichte eine Lösung finden. Dabei ist auch das intuitive Vorgehen wichtig, um spontane aber dadurch auch persönliche Geschichten zu berühren und in einer ästhetischen Distanz zu bearbeiten.

Aus diesen Geschichten entstehen nun in Kleingruppen Szenen. Je nach Möglichkeiten vor Ort oder vorheriger Absprache können Kostüme und Instrumente miteingebunden werden. Dabei gebe ich den Künstler*innen Werkzeuge wie sie in einer Gruppe gemeinsam arbeiten können. So können die Künstler*innen für sich im Kollektiv arbeiten, während ich nur noch als Impulsgeber agiere.

Teil 4 Die Aufführung

Zum Schluss soll es eine Aufführung geben. Je nach Gruppe und Prozess soll diese angepasst werden an den Bedürfnissen der Künstler*innen. Als letzte Mutprobe steht auch hier wieder die Frage der eigenen Wahrnehmung im Mittelpunkt und kein Muss. Eine simple Aufführungsstruktur soll eine flexible Ausrichtung ermöglichen.

Aufführungs Struktur

Vorstellung einer Held*in

Ochs am Berg ein*e Held*in und die Ängste, die aus dem Publikum kommen

Held*innenreise 1

Vorstellung dreier Held*innen

Held*innenreise 2

Vorstellung dreier Krafttiere

Held*innenreise 3

Ohne es zu wissen ist während des Projektes das gesamte Material für eine Aufführung entstanden. Im Anschluss an die Generalprobe dürfen andere Schüler*innen und Lehrer*innen zum zuschauen dazu kommen.

Zum Schluss soll es noch einmal eine Nachbesprechung und Reflexion geben, die das erlebte, noch einmal integrieren soll. Dafür nutzen wir noch ein letztes Mal unser Abschlussritual.

KONTAKT:
EMAIL: KRISTOFKLEIN@WEB.DE
TEL.: +49 1573 23 73 546
WEB: KRISTOFKLEIN.COM