

Inhalt

Einleitung	9
Bedienungsanleitung	11
Kapitel 1: Wir bilden eine Gruppe	15
1) Am Anfang war der Spaß	15
a) Ankommen und den Alltag ablegen	15
b) Opener & Kennenlernspiele	16
c) Warm Up	16
d) Fun Games	16
2) Die Rolle des Übungsleiters	17
a) Psychologie der Anleitung	17
b) Entwicklungsziele und Motivation einer Theatergruppe	18
3) Allgemeines zur Verwendung der Katalogteile	19
Special: Fun Games & Spiele-Workshops	22
a) Auswahl der Spiele	23
b) Erstellen einer Spielefolge	23
c) Gruppierungen – Aufteilung der Spieler in Gruppen	24
d) Utensilien eines Spielleiters	26
Spielkatalog	27
Kapitel 2: Wer bin ich?	69
1) Körperarbeit und Entspannungsmethoden	70
a) Geistiges Loslassen – Meditation	71
b) Körperliches Loslassen – Relaxation	72
2) Selbsterfahrung und Fremderfahrung	73
3) Theater ist Befreiung	75
a) Über die Öffnung	75
b) Handeln statt Reden	76
c) Arbeit an basalen Gefühlen	76

4) Keine Angst vor Wachstum und Kritik	79
a) Bühnenscheu verlieren	79
b) Wir spielen Regie	80
c) Kritik geschickt verpackt	81
Special: Improvisation als Psychotherapie	82
a) Geschlossenes Selbstbild	83
b) Schattenrollen	83
c) Sich einlassen	84
d) Befreite Spontaneität	85
Spielekatalog	86
Kapitel 3: Das kann ich alles sein!	139
1) Die Schaffung einer Illusion	139
a) Charakterentwicklung	139
b) Zeitsteuerung	141
c) Raumsteuerung	142
d) Weitere Stilmittel	143
2) Training zum Entwickeln der Improvisationsfähigkeit	144
a) Freie Improvisation	144
b) Improvisation mit Tiefe	145
c) Konzentration und Powerspiele	146
3) Das Ensemble	147
a) Echtes Zusammenspiel – Zug um Zug	147
b) Annehmen – nicht blocken!	147
c) Vertrauen in die Gruppe	149
d) Mehrere Personen auf der Bühne	150
4) Dramaturgie im Improvisationstheater	151
a) Tipps zum Szenenaufbau	151
b) Szenenbeginn ohne Idee	154
c) Umgang mit Widersprüchen	155
d) Trockenübungen – Wort-Dramaturgiespiele für unterwegs	156
Spielekatalog	156

Kapitel 4: Auf die Bühne!	212
1) Kurzformen – Theatersport™	212
a) Kurzformen – Was ist das?	212
b) Tipps für die Organisation eines ersten Auftritts	213
c) Ablauf eines Matches	215
2) Langformen – Improvisationstheater an und für sich	217
a) Lineare Erzählformen	217
b) Assoziative Erzählformen	218
3) Regeln, die beide Formen betreffen	219
a) Das Publikum	220
b) Verfängliches & Sexuelles	220
c) Energiefortpflanzung von der Bühne	221
d) Nachbesprechung der Auftritte	222
4) Umgang mit dem Bühnenspiele-Katalog	222
a) Katalogisierungsspecials	222
b) Erläuterungen zu den einzelnen Bühnenkategorien	224
Spielekatalog	225
ANHANG	265
a) Arbeitsblatt Improtheater	265
b) Gesamtindex aller Spiele	267
c) Danksagung	276