

## Schauspieltraining

Anfangs gebe ich einen Einblick in einige wesentliche Merkmale, die das Theaterspielen benötigt um überhaupt existieren zu können. An erster Stelle ist zu bemerken, dass der Mensch in seiner individuellen Form immer im Mittelpunkt der Arbeit steht, mit seiner eigenen Entfaltung, mit all seinen Problemen, Wünschen, persönlichen Anteilen, unterdrückten Verhaltensmustern, Sehnsüchten etc.

Theaterspielen kann als ein sozialer Prozess angesehen werden. Jeder Mitagierende muss auf den anderen in der Gruppe acht geben, damit eine **Gemeinschaft** entstehen kann, die für das Theaterspielen von großer Bedeutung ist.

Theaterarbeit unterstützt den Mensch in seinem **kreativen Freiraum** und diktiert ihm nicht alles vor. Es bietet die Möglichkeit, Neues zu erschaffen, das in irgendeiner Weise von Nutzen oder Sinn sein kann. Etwas auszuprobieren, sich auszuprobieren, zu experimentieren, neue Dinge kennen zu lernen und alte zu verwerfen etc. Es belebt die **Phantasie** und benötigt **Konzentration** und **Entspannung**.

Theaterspielen schult die **Entwicklung der eigenen Persönlichkeit**. Durch die Rollenarbeit, die ein **Körperbewusstsein** benötigt, kann eine Selbstkonfrontation mit der eigenen Persönlichkeit stattfinden. In der Rollenarbeit, muss das Verhaltensmuster der gespielten Figur, nachvollzogen werden können. Der Spielende muss die Figur verstehen, um sie überhaupt spielen zu können. Er sollte permanent hinterfragen, wo die Ursache für das Handeln und Fühlen der Figur liegt. Gefühle, wie Trauer, Wut, Entsetzlichkeiten, Freude, müssen nachempfunden werden können. Durch das Identifizieren einer Figur, muss der Schauspieler persönliche Aspekte aufgeben, kann aber auch neue Aspekte von sich entdecken. So können unterdrückte Anteile der eigenen Persönlichkeit neu wahrgenommen und erlebt werden.

Neben dem Körperbewusstsein werden auch das „gute“ **Sprechen** und das **Rhythmusgefühl** benötigt. Die Darsteller müssen stimmlich auch bis in die letzte

Reihe gelangen, ohne sich physisch stark anstrengen zu müssen, auch wenn die Szene recht ruhig inszeniert ist.

Es wird die **Wahrnehmung** und die **Beobachtung** geschult.

Theaterspielen trainiert die Selbsterfahrung, Selbsterkenntnis und ermöglicht gesellschaftliche Integration. Es unterstützt die Steigerung der Kommunikation und Interaktion im Bezug auf die eigene Person und deren soziales Umfeld.

Ein weiterer wichtiger Punkt in der Theaterarbeit ist das **Feedback** bzw. die **Kritik**, welche die Teilnehmer äußern oder aber auch zum Schluss die Zuschauer. Es sollte immer ein Anlass dafür gegeben werden, dass das gerade Erfahrene in einer Feedbackrunde zum Ausdruck gebracht werden kann.