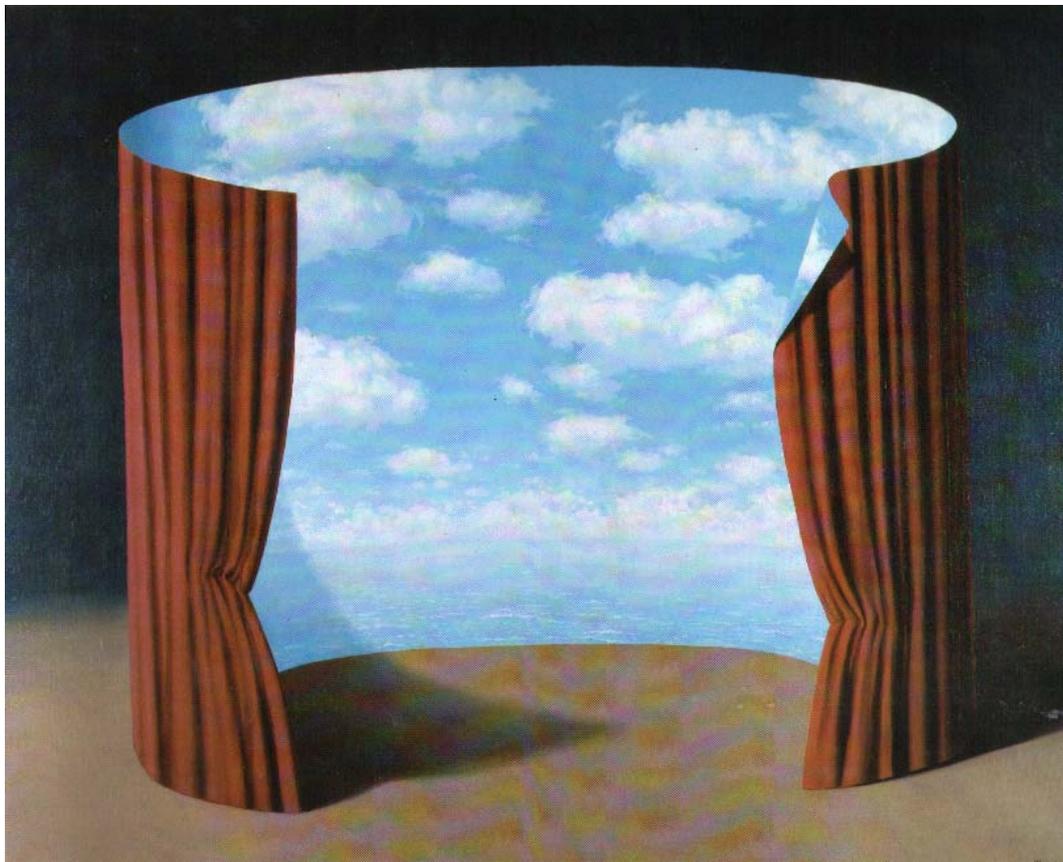


# „Die Arbeit mit lebendigem Material“

---

Theaterpädagogische Relevanz professioneller  
Schauspielmethoden  
für Menschen und Menschendarsteller unter  
besonderer Berücksichtigung Stanislawskis und  
Strasbergs

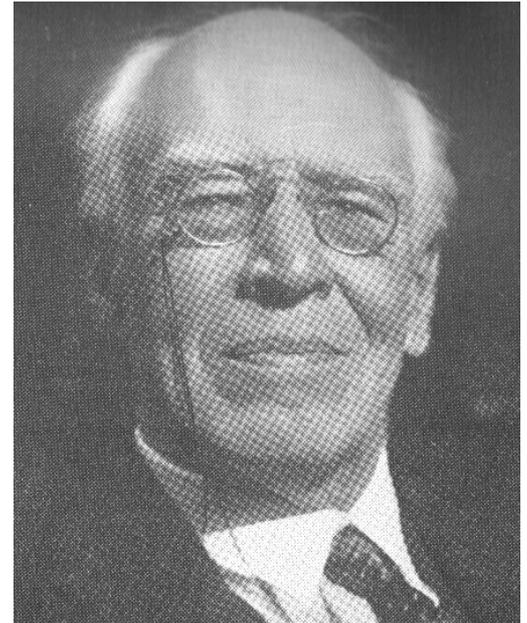


Vorgelegt von:  
Dinah Politiki  
Mönchsbergstr. 58  
70435 Stuttgart

Oktober 2004

Im Rahmen der Ausbildung zur Theaterpädagogin BUT an der  
Theaterwerkstatt Heidelberg

„Worin besteht denn unsere schöpferische Arbeit? Sie besteht in Zeugung und Austragung eines neuen Lebewesens – der Einheit Mensch-Rolle. Es ist ein natürlicher Schaffensakt, erinnernd an die Geburt eines Kindes.“<sup>1</sup>



„Unsere Gesellschaft hat viel Zeit für die Entdeckung neuer technischer Kommunikationsmittel aufgewendet und ist dabei zu staunenswerten Ergebnissen gelangt, aber irgendwie haben wir vergessen, dass zum Leben auch die Fähigkeit gehört, auf den anderen Menschen einzugehen, eine Beziehung zu ihm herauszustellen und Erfahrungen mit ihm auszutauschen. Das



Problem des Ausdrucks hat man als rein technisches Problem behandelt (...) nur den Künstlern ist es gelungen, diese Mauer zu durchbrechen, indem sie ihre besondere Sensibilität und ihre besonderen Fertigkeiten dazu benutzen, um eigene Erfahrungen mitzuteilen. Aber alle Menschen sind hierauf angewiesen, wenn Leben nicht zu jenem `Spiel` verkommen soll, das von vielen Psychologen und auf einigen Theaterleuten inzwischen als neuer Lebensstil proklamiert wird. Ich bin der festen Überzeugung, dass die Entdeckungen und Verfahrensweisen, die für die Ausbildung des Schauspielers von entscheidender Bedeutung sind, dem Laien ebenso nützlich, wenn nicht noch nützlicher sein können. Darin scheint mir der große historische Beitrag von Stanislavski zu bestehen (...) und auch der zusätzliche Beitrag, den im Laufe der vergangenen Jahre jene geleistet haben, die in Amerika an und mit dem gearbeitet haben, was man im Allgemeinen `Die Methode` nennt.“<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Konstantin Stanislavski: „Die Arbeit des Schauspielers an sich selbst I“ Seite 328

<sup>2</sup> Lee Strasberg „Ein Traum der Leidenschaft“ Seite 230

## Inhalt

<b>1.</b>	<b>Einleitung und Anliegen der vorliegenden Arbeit.</b>	<b>3</b>
<b>2.</b>	<b>Schauspielen und andere Prozesse – eine Übersicht der, im Folgenden untersuchten Schauspielmethoden.</b>	<b>4</b>
2.1.	Denis Diderot – Paradoxes rund ums Schauspielen.	4
2.2.	Stanislawski – das Unbewusste durch das Bewusste.	6
2.3.	Strasberg – aus Schauspielern Menschen machen.	10
2.4.	No acting please! - Erben des Method Acting.	14
<b>3.</b>	<b>Ziele und Hauptaspekte der Psychotechnik und der method sowie deren theaterpädagogische Relevanz, erläutert an Übungs- und Fallbeispielen in der prozeßorientierten Theaterarbeit mit Menschen mit Menschendarstellern.</b>	<b>16</b>
3.1.	Entspannung und Konzentration – zwei Seiten einer Medaille.	17
3.1.1.	Stuhlentspannung und sense memory.	17
3.1.2.	Fallbeispiel: Schüler einer 13. Klasse spielen Obdachlose.	19
3.2.	Das Unbewusste durch das Bewusste.	22
3.2.1.	Die Personalisation.	23
3.2.2.	Fallbeispiel: Eva B. entdeckt ihre Wut.	26
3.3.	Zuhören statt Schauspielen.	28
3.3.1.	Die repeat-Übung.	29
3.3.2.	Fallbeispiel: der 73jährige Fred und der 27jährige Dirk.	31
<b>4.</b>	<b>Auch professionelle Schauspieler sind Menschen! - Schlussreflexion und Ausblick.</b>	<b>33</b>
<b>5.</b>	<b>Literaturverzeichnis</b>	<b>35</b>

## 1. Einleitung und Anliegen der vorliegenden Arbeit.

„Die Arbeit mit lebendigem Material“ nennt Lee Strasberg seine Theaterarbeit in einem Interview, das er 1964 mit Richard Schechner für die Theaterzeitschrift *Tulane Drama Review* führte. Strasbergs Method Acting sieht sich in der Tradition von Stanislawskis Psychotechnik und deren Weiterentwicklung, vor allem durch den Stanislawski Schüler Wachtangow. Hauptanliegen dieser professionellen Schauspielmethoden liegt in der Wahrhaftigkeit schauspielerischer Darstellung auf der Bühne und im wahrhaftigen, persönlichen Erleben des Schauspielers innerhalb seines Bühnenspiels, im Gegensatz zu den schablonenhaften Ausdrucksmitteln bloß aufgesetzter, toter Theaterkonvention.

Um mit schauspielerischen Mitteln, lebendige Wahrhaftigkeit menschlichen Ausdruck auf der Bühne zu schaffen, und um das kreative Potential des Unbewussten bewusst anzuregen, hält Stanislawski einen ganzen Katalog an Übungen und Vorgehensweisen bereit, die von Strasberg weiterentwickelt und für die Ansprüche moderner, durch die Sehgewohnheiten einer Medien-gewohnten Gesellschaft veränderten Welt, in eine heutigere Sprache übersetzt wurden. Das Ziel ist das gleiche: aus dem Theater eine Welt machen und aus Schauspielern Menschen.

„Worin besteht denn unsere schöpferische Arbeit? Sie besteht in Zeugung und Austragung eines neuen Lebewesens – der Einheit Mensch-Rolle. Es ist ein natürlicher Schaffensakt, erinnernd an die Geburt eines Kindes.“<sup>3</sup>

Menschen machen, will sagen, Spielraum, Freiraum schaffen, in dem Menschen – (und nicht nur professionelle Schauspieler) zu Wahrhaftigkeit im Umgang mit sich selbst und Anderen finden – ist, in einer vornehmlich an quantitativ messbarer Leistung orientierten Gesellschaft, wie die in der wir heute leben und an der viele Menschen immer öfter leiden – ist psychologische, pädagogische, um nicht zu sagen zwischenmenschliche Notwendigkeit und vornehmliches Ziel prozessorientierter Theaterpädagogik. Die vorliegende Arbeit hat es sich zur Aufgabe gesetzt, die o.g. professionellen Schauspielmethoden auf ihre Möglichkeiten, bzw. Tauglichkeit für prozessorientierte Theaterarbeit an Hand von Übungs- und Fallbeispielen zu untersuchen.

---

<sup>3</sup> Konstantin Stanislawski: „Die Arbeit des Schauspielers an sich selbst“ Seite 328

## **2. Schauspielen und andere Prozesse – eine Übersicht über die im Folgenden untersuchten Schauspielmethoden.**

Theaterpädagogik bedient sich des Theaters, der darstellenden Kunst, verschiedener Methoden des Schauspielers-Handwerks zum Erreichen pädagogischer Zielsetzungen. Aber die Frage, was Schauspielkunst aus macht und welche Schauspielmethode denn nun `die Richtige` sei, ist so alt wie das Theater selbst. Darüber streiten sich auch professionelle Theatermacher bis heute.

Von der Antike her kann man zwei miteinander rivalisierende Theorien der Schauspielkunst verfolgen. Die eine sieht darstellende Kunst, als ein, der Kunst der Nachahmung verpflichtetes Handwerk und betont in diesem Zusammenhang die rechte Beherrschung von Körper, Stimme und Sprache über die, ein Schauspieler verfügen müsse<sup>4</sup>. Die Andere Richtung betont, in scheinbarem Gegensatz hierzu, eine besondere Empfindsamkeit des darstellenden Künstlers, seine Fähigkeit, sich in eine Rolle einzufühlen, sich emotional berühren zu lassen und weniger die Beherrschung seines Körpers und die Strapazierfähigkeit seiner Stimme, als die Tiefe seiner Seele.

„Empfindsamkeit nenne ich die Fähigkeit der leidenschaftlichen Erregung, die einen Schauspieler antreibt, von all seinen Sinnen Besitz ergreift, seine Seele aufwühlt und es ihm ermöglicht, sich auf die tragischsten Situationen einzulassen und die schrecklichsten Leidenschaften zu fühlen, als ob es seine eigenen wären.“<sup>5</sup>

Die anscheinende Unvereinbarkeit, das scheinbar Paradoxe dieser beiden Ansätze findet seinen Ausdruck in Denis Diderots berühmtem Essay „Das Paradox über den Schauspieler“.

### **2.1. Denis Diderot – oder Paradoxes rund ums Schauspielen.**

Das Verdienst Diderots besteht darin, dass er in seinem Essay „Das Paradox über den Schauspieler“ auf ein grundlegendes Problem darstellender Kunst überhaupt aufmerksam macht. Diderot erkennt die Problematik des Schauspielens richtig: er hinterfragt, wie es denn überhaupt möglich sei, dass der Schauspieler die Gefühle einer Rolle willentlich herstellen könnte; er bezweifelt zu Recht, dass emotionaler Ausdruck – insbesondere bei mehreren Aufführungen hintereinander – reproduzierbar gemacht werden könnte und er kritisiert die Unausgewogenheit eines Schauspielers, der sich

---

4 vgl.: Lee Strasberg: „Schauspielen und das Training des Schauspielers“ Seite 123.

5 zitiert nach F.-J. Talma: „Reflections on the actors art, in Cole/Chinoy, „Actors on Acting“, Seite 181

auf so unzuverlässiges Handwerkszeug wie pure Inspiration verlassen möchte.

„... das unausgeglichene Spiel der Schauspieler, die von Herzen spielen, ihr Spiel ist abwechselnd stark und schwach, feurig und kalt, langweilig und großartig...“<sup>6</sup>

Diderot unterscheidet in diesem Zusammenhang drei Schauspielertypen: den Schlechten, der wenig Empfindsamkeit besitzt, den Mittelmäßigen, den viel Empfindsamkeit auszeichnet und den Erhabenen, der keine Empfindsamkeit hat. Diderot rät dem Schauspieler zur Erarbeitung einer Rolle, sich mittels Phantasie, Geschmack und Urteilskraft ein „modèle ideale“ zu schaffen, das er einstudiert und ständig kopiert, bis er sich diesem Modell vollkommen angepasst hat und es mit Hilfe des Gedächtnisses und rein körperlicher Anstrengung jederzeit reproduzieren kann. Diderot warnt den Schauspieler vor den großen Gefühlschwankungen, die den Darsteller an der geistigen und körperlichen Konzentration hindern, die er für den einheitlichen Aufbau seines Rollenspiels unbedingt benötigt.

Wenn auch die Schlussfolgerung, die Diderot in seinem „Paradox über den Schauspieler“ zieht, aus heutiger Sicht (und zwar sowohl der des Theatermakers, wie der des Theaterpädagogen) unhaltbar scheint – so weist Diderot doch auf ein paradox anmutendes Dilemma hin, in dem sich sowohl der Schauspieler auf der Bühne, als auch der, mehr oder minder bewusst, in unterschiedlichsten Rollen steckende Mensch in moderner Alltags-Wirklichkeit befindet: einem, in jedem Moment, neu zu erfahrendem Balanceakt zwischen Gefühl und Verstand, zwischen Innen und Außen, zwischen hochemotionaler Empfindsamkeit und reflektierender Distanz, zwischen Rollenträger und Rollenfigur. Jürgen Weintz beschreibt dieses Paradox sehr treffend als Pendelbewegung:

„Dieses Pendeln eben zwischen realen und möglichen Wirklichkeiten kristallisiert sich in besonderer Weise in der Figur des Schauspielers, bedingt den transzendentalen Charakter des Mediums und kommt (...) dem menschlichen Bestreben nach Verständnis, Bewältigung und Überschreitung der Realität (und damit auch pädagogischen Interessen) entgegen.“<sup>7</sup>

Zu Diderots Zeiten blieb das schauspielerische Problem, Inspiration, Kreativität, das Unbewusste bewusst zu evozieren, ungelöst.

---

<sup>6</sup> vegl.: Dinah Brenig: „Die Erarbeitung einer Rolle bei Diderot und Stanislawski“ Seite 3

<sup>7</sup> Jürgen Weintz: „Theaterpädagogik und Schauspielkunst“ Seite 138

## 2.2. Stanislawski – oder das Unbewusste durch das Bewusste.

Ausgehend von den Arbeiten des Psychologen Theodule Ribot<sup>8</sup>, der als einer der Vorläufer moderner Psychologie gelten darf<sup>9</sup>, entwickelt Stanislawski eine Psychotechnik, deren Hauptziel es ist, das „Unbewusste durch das Bewusste“<sup>10</sup> zu erreichen, um auf diesem Weg `aus Schauspielern Menschen zu machen`. Die Autorin weist darauf hin, dass Stanislawskis Werk viel zu umfangreich, die von ihm entwickelte Psychotechnik zu umfassend ist, als dass in dieser Arbeit, in der gebotenen Kürze, darauf wirklich adäquat eingegangen werden könnte. Die folgenden Seiten können Stanislawskis Psychotechnik lediglich in sehr groben Umrissen schildern.

Das Ziel von Stanislawskis Psychotechnik ist, dem Schauspieler einen emotionalen, innerlichen Zugang zur Rolle zu ermöglichen<sup>11</sup>. Da es sich aber, nicht nur im Leben, sondern gerade auf der Bühne als kompliziert erweist, auf direktem Weg, Zugang zu Gefühlen zu erhalten, soll der Schauspieler den Weg zum Innenleben seiner Figur, über die körperlichen Handlungen des darzustellenden Menschen<sup>12</sup> nehmen. Der Schauspieler legt, entsprechend der Linie der Rolle, deren physische Handlungen zurecht, die er immer wieder durchführt, gegebenenfalls verstärkt, bis er an diese Handlungsabfolge glaubt. Entscheidend dabei ist, nicht in theatralische Konventionen zu verfallen.

Um die, der Rolle entsprechenden physischen Handlungen einer Rolle zu finden, benötigt der Schauspieler die `Als ob's` der von ihm zu verkörpernden Bühnensituation. Stanislawski unterscheidet in diesem Zusammenhang die einfachen von den magischen Als ob's. Ein Einfaches Als ob wäre z.B.: *ich tue so, als ob ich Othello bin*. Das magische Als ob hierzu hieße: *ich tue so, als ob ich, Othello, wahnsinnig eifersüchtig bin, weil ich von Jago erfahren habe, dass meine Desdemona, deren Liebe ich mich nicht wirklich für würdig erachte, weil ich ein hässlicher Schwarzer bin – dass meine geliebte Desdemona, mich mit einem anderen Mann betrügt*. Auf diese Weise führt insbesondere das magische Als ob den Schauspieler auf eine sehr vielschichtige Weise in die Rolle hinein. Es wirft Fragen auf, schafft Raum für Kreativität und regt auf unbewusste Art die Phantasie des Schauspielers an. Ein Ansatz, der auch in

---

<sup>8</sup> Theodule Ribot: „Die Psychologie der Gefühle“

<sup>9</sup> vgl.: Lee Strasberg: „Schauspieler Seminar“ Seite 67

<sup>10</sup> vgl.: K.Stanislawski: „ Die Arbeit des Schauspielers an sich selbst I“ Seite 25, Seite 201

<sup>11</sup> K.Stanislawski: „...dass das Hauptziel unserer Kunst nicht im Äußerlichen besteht, sondern darin das geistige Leben der Menschen aus dem Stück wieder zuspiegeln, das auf der Bühne dargestellt werden soll.“ aus „die Arbeit des Schauspielers an sich selbst I“ Seite 56

<sup>12</sup> K.Stanislawski: „ Es ist leichter über den Körper zu gebieten, als über das Gefühl.“ ebd.

theaterpädagogischer, prozeßorientierter Hinsicht in der Arbeit mit Schauspiel-Laien mit Sicherheit von großem Wert ist.

„Das Als ob bestätigt nicht das gesagte Wort, oder die ausgeführte Handlung, sondern es stellt Fragen, `Fragen nach der Lösung`. Das Als ob führt also den Schauspieler und mit ihm den Zuschauer über die Szene hinaus, das Als ob zeigt Alternativen auf (...) Der Schauspieler nimmt an. Er stellt sich vor. Er handelt als ob. Das Als ob vergewaltigt und überwältigt den Schauspieler nicht. Es löst aber etwas in ihm aus, es bewegt ihn, es regt ihn zu inneren und äußeren Handlungen an.“<sup>13</sup>

Sobald der Schauspieler mittels seiner Phantasie („Vorstellung“<sup>14</sup>), seines Verstandes („Urteilsvermögen“<sup>14</sup>) und seiner leidenschaftlichen Motivation („Wille – Gefühl“<sup>14</sup>), entsprechend den Situationen des Stücks und der von ihm zu verkörpernden Figur, die magischen Als ob's gefunden hat, die ihn zu physischen Handlungen antreiben, wiederholt er diese Handlungen im Laufe des Probenprozesses immer wider, bis sich, auf diesem Weg, der Glaube an die physischen Handlungen der Figur entwickelt und sich während des Spiels eine Echtheit des Gefühls einstellt.

Besonders interessant erscheint der Autorin hierbei der „innere Filmstreifen“<sup>15</sup>, von dem Stanislawski im Zusammenhang mit diesem Prozess des Erlebens spricht. Der Darsteller entwickelt parallel zu der Auseinandersetzung mit der, vom Bühnenautor geschriebenen Figur, seinen eigenen Film. Er `schreibt` das Stück, die Geschichte der Rolle (und ganz unversehens auch seine eigene Geschichte) weiter. Und zwar nicht, wie der Autor, mit Worten auf Papier, sondern mit Bildern im Kopf. Dabei erfährt er, was vielen nicht mehr bewusst ist, dass Menschen in Bildern denken und dass also Denken etwas Sinnliches ist. Ein – wie die Autorin findet – wunderbarer Weg, um Phantasie anzuregen und Kreativität zu fördern und ein Aspekt professioneller, aber nichtsdestotrotz prozeßorientierter Schauspielmethodik, der, wie es scheint, bislang nur wenig Aufmerksamkeit fand.

Die Als ob's und die physischen Handlungen sind also Vehikel, die den Schauspieler zu der Wahrhaftigkeit führen, die die Darstellende Kunst als eine „Kunst des Erleben“<sup>15</sup> auszeichnet.

Die zweite Säule des Stanislawski Systems ist die „Kunst des Verkörperns“<sup>16</sup>. Um die Gefühle und Gedanken einer Rollenfigur nicht `nur` zu erleben, sondern, um diese auf

---

<sup>13</sup> Felix Rellstab: „Stanislawski Buch“ Seite 24

<sup>14</sup> vgl.: Felix Rellstab: „Stanislawski Buch“ Seite 18, Seite 19

<sup>15</sup> vgl.: Felix Rellstab: „Stanislawski Buch“ Seite 32

<sup>16</sup> vgl.: K. Stanislawski: „Die Arbeit des Schauspielers an sich selbst I“ Seite 189

der Bühne auch verkörpern zu können, muss der Schauspieler nicht nur über Körperbeherrschung und eine entsprechende Atem-, Stimm- und Sprechtechnik verfügen – er muss zu allererst in der Lage sein, sich zu entspannen. Erst, wenn der „Muskelkontrolleur“<sup>17</sup>, jegliches Zuviel an Muskelanspannung in Körper und Psyche bewusst und dadurch kontrollierbar gemacht hat, ist der Schauspieler in der Lage die, für das Bühnenspiel unerlässliche Konzentration zu finden. Entspannung und Konzentration sind die zwei Seiten ein und derselben Medaille. Ohne Konzentration entsteht keine Entspannung und ohne Entspannung, keine Konzentration. Die Konzentration wiederum ermöglicht dem Schauspieler, „Wechselbeziehungen“<sup>18</sup> einzugehen – zu sich selbst, zu seinem/seinen Spielpartner/n und zum Publikum.

Entsprechend diesen drei Ebenen von „Wechselbeziehungen“<sup>18</sup> – einer Achtsamkeit gegenüber mir selbst, einer Sensibilität für meinen/meine Partner und einem Draht zum Publikum - unterscheidet Stanislawski drei Kreise der Aufmerksamkeit:

- Den kleinen Kreis der Aufmerksamkeit, oder die „öffentliche Einsamkeit“, in der der Schauspieler sich nur auf sich konzentriert, wie in einem Spot, nur sich allein wahrnimmt;
- Der mittlere Kreis der Aufmerksamkeit; hier öffnet der Schauspieler seine Aufmerksamkeit für seinen, oder seine direkten Spiel/Dialogpartner;
- Der große Kreis der Aufmerksamkeit, der alles mit einbezieht, was wahrgenommen werden kann - nicht nur in unmittelbarer Umgebung;

In psychologischer, sowie theaterpädagogischer Hinsicht entscheidend, scheint hierbei der kleinste Kreis der Aufmerksamkeit. Dieser, von Stanislawski als „öffentliche Einsamkeit“<sup>19</sup> bezeichnete Schutzraum, wirft den Spieler zurück auf sich selbst. In dieser Rückzugsmöglichkeit entsteht ein Schutzraum, in dem Hemmungen und Versagensängste abgebaut werden können und individuelles, kreatives Potential zur Entfaltung gelangen kann.

„Sie können immer den kleinen Kreis der Aufmerksamkeit mit sich herum tragen, nicht nur auf der Bühne, auch im täglichen Leben. (...) Von allen schöpferischen Geheimnissen (...) erscheint mir der veränderbare kleine Kreis der Aufmerksamkeit als der wesentlichste und praktisch wertvollste. Der veränderbare Kreis der Aufmerksamkeit und die öffentliche Einsamkeit das sind von jetzt ab meine Schutzhäfen vor allen Stürmen der Bühne.“<sup>20</sup>

---

17 vgl.: Felix Rellstab: „Stanislawski Buch“ Seite 51

18 vgl.: Felix Rellstab: „Stanislawski Buch“ Seite 53

19 vgl. K. Stanislawski „Die Arbeit des Schauspielers an sich selbst I“ Seite 224 folg.

20 K. Stanislawski: „ Die Arbeit des Schauspielers an sich selbst I“ Seite 102/103

Nach der Arbeit des Schauspielers an sich selbst, folgt die Arbeit an der Rolle. Die erste Begegnung mit der Rolle, das erste Lesen führt den Schauspieler zu „ersten „Lichtflecken“<sup>21</sup> – einem assoziativen, intuitivem sich der Rolle Annähern. Auch hier wird wieder der intuitive, emotionale Zugang, der für Stanislawskis Theaterarbeit von zentraler Bedeutung ist, sichtbar.

Aber noch immer liegt Othello vor seinem Hauptdarsteller wie ein riesiger, scheinbar nicht zu bewältigender Berg aus fünf Akten. Um diesen Berg besser zu bewältigen, teilt Stanislawski die Rolle in Teilaufgaben, Aufgaben und Überaufgaben und in Ziele und Überziele ein<sup>22</sup>. Die einfachen Aufgaben und Teilaufgaben entsprechen den physischen und den psychischen Handlungen der Rolle. Interessant und entscheidend ist hierbei, dass Stanislawski zwar den Weg über die physischen Handlungen empfiehlt, diese aber nie vom psychischen Leben der zu verkörpernden Figur trennt.

„Jede physische Aufgabe enthält auch eine psychologische, und jede psychologische auch eine physische Aufgabe, wenn man sie ausführt.“<sup>23</sup>

So bietet darstellendes Spiel in Stanislawskis Sinne die Möglichkeit, auf schauspielerische Weise das Zusammenspiel von Psyche und Körper, von Innen und Außen, von Gefühl und Darstellung erlebbar und erfahrbar zu machen und ist somit von nicht zu unterschätzendem Wert für die Persönlichkeitsentwicklung des darstellenden Künstlers – ganz gleich, ob dieser die Reise in eine unbekannte Bühnenwelt, diese Bekanntschaft mit einer zunächst, mehr oder minder fremden Bühnenfigur an einem professionellen Theater, oder in einer Amateurgruppe unternimmt. Er kann dabei sich selber neu begegnen und wird auf dieser Reise möglicherweise sich selbst und seine Umwelt neu entdecken.

Zunächst ganz auf die besprochene Suche nach Echtheit des Gefühls und Wahrhaftigkeit des Ausdrucks konzentriert, beschäftigte sich Stanislawski später intensiver mit Körperarbeit, Stimme und Sprechtraining<sup>24</sup>. Ausgehend von diesen, einmal mehr vom inneren Erleben und dann mehr von der Körperarbeit ausgehenden Ansätzen, entwickelten sich zwei Richtungen. Während Meyerhold, Grotowski und Tschechow den Weg zur Lebendigkeit der Darstellung weit eher über den Körper und die physischen Handlungen suchten, verfolgte Stanislawskis Schüler, Jewegeni

---

21 vgl. Felix Rellstab: „Stanislawski Buch“ Seite 111 folg.

22 vgl. Felix Rellstab: „Stanislawski Buch“ Seite 113 folg.

23. K. Stanislawski: „Die Arbeit des Schauspielers an sich selbst I“ Seite 142

24: vgl. : Felix Rellstab: „Stanislawski Buch“ Seite 12

Wachtangow, den Weg zur Kunst des Erlebens und der Darstellung in gewisser Hinsicht konsequenter als Stanislawski selbst - nämlich direkt, über die Persönlichkeit des Schauspielers selbst<sup>25</sup>. Stellt Stanislawski noch die Rolle vor den Schauspieler – so stellen Wachtangow und später auch Lee Strasberg im Gegensatz hierzu, den Schauspieler vor die Rolle.

### **2.3. Lee Strasberg – oder aus Schauspielern Menschen machen.**

Inspiziert und tief bewegt durch die Gastspiele des Moskauer Künstlertheaters in den USA, in den Jahren 1923 und 1924, entwickelt Lee Strasberg, ausgehend von Stanislawskis Psychotechnik, eine Schauspielmethode, die als `method acting` oder auch `method`<sup>26</sup> bekannt ist und auch heute noch an dem, von Lee Strasberg gegründeten actor studio in New York gelehrt wird. Die Gasthörer- und Absolventenliste des actor studios liest sich wie das who is who der amerikanischen Schauspielereleite: Stella Adler, Marilyn Monroe, Geraldine Page, Marlon Brando, James Dean, Elia Kazan, Al Pacino, Rod Steiger – um nur wenige zu nennen.

Die entscheidende Weiterentwicklung von Stanislawskis Psychotechnik liegt beim method acting auf Strasbergs konsequenterem Umgang mit den, im Vorigen besprochenen, einfachen oder auch besser noch magischen Als ob's und einer Neuformulierung des – von Stanislawski so bezeichnetem – `schöpferischem Wenn`. Im Gegensatz zu Stanislawski, der seinen Othello Darsteller ungefähr die Frage stellen würde:

*Wie würdest du handeln, wenn du Othello wärst und von Jago erfahren hättest, dass Desdemona dich betrügt?*, fragt Strasberg – ausgehend von seinen Studien der Schriften Jewgeni Wachtangows:

*Was müsste dir passieren, dass du die Frau, die du liebst, vor Eifersucht tötest?*<sup>27</sup>

---

25: vgl.: Lee Strasberg: „Schauspielen und das Training des Schauspielers“ Seite 130

26: „Die Methode ist die Bezeichnung unter der die Gesamtheit von Stanislawskis Ideen weiteste Verbreitung fand. Die Methode stellt eine Weiterentwicklung seiner Arbeitsweisen dar, basierend nicht nur auf seinen Schriften, sondern auf deren sichtbaren Umsetzung in seinen Inszenierungen. Sie schließt auch das Werk von Wachtangow ein.“ aus:

Lee Strasberg: „Schauspielen und das Training des Schauspielers“ Seite 131

27: „Wachtangow (...) hatte Stanislawskis Formel folgendermaßen modifiziert: Die szenischen Verhältnisse deuten an, daß sich die verkörperte Gestalt in einer bestimmten Weise verhalten muss. Was würde dich den Schauspieler, dazu motivieren dich in dieser Weise zu verhalten.“ Aus: Lee Strasberg: „Ein Traum der Leidenschaft“ Seite 111

Schließlich wäre möglich, dass der Schauspieler – und gerade ein Amateurschauspieler - auf eine, in Stanislawskis Sinne gestellte Frage, die an sich wunderbare Antwort gibt: *Ich wäre wahrscheinlich enttäuscht, wütend, oder traurig, aber umbringen würde ich Desdemona deshalb trotzdem nicht.*

Hinsichtlich theaterpädagogischer Zielsetzungen wäre natürlich zu überlegen, ob der anleitende Regisseur in diesem Fall „Othello“ nicht schlicht und ergreifend umschreibt und gemeinsam mit den Schauspielern ein Ende findet, das dieser ehrlichen, persönlichen Antwort des Schauspielers entspricht und Desdemona diesmal halt nicht getötet wird. Stattdessen im Probenprozess evtl. tiefer ausgelotet wird, was diese Enttäuschung, Wut oder Trauer mit dem Menschen, der diese Gefühle empfindet macht und wie das dann konkret aussehen könnte.

Nichtsdestotrotz wird die, von Strasberg selbstverständlich an Produktionsbedingungen professioneller Theaterarbeit orientierte Herangehensweise, auch für die Arbeit mit Laien von Wert sein, da sie den Menschen – um nicht zu sagen den Schauspieler – wichtiger nimmt als die Rolle, mit der er besetzt ist.

Strasberg geht somit noch unmittelbarer, noch konsequenter von der Persönlichkeit des darstellenden Künstlers aus, um eben jene Wahrhaftigkeit in Gefühl und Ausdruck zu finden, die auch Stanislawskis erklärtes Ziel war. Der Schauspieler ahmt nicht nach – er ist.

„Wir glauben aber, der Schauspieler braucht einen Menschen nicht nachzuahmen, denn er ist selbst einer und kann aus sich selbst heraus kreativ sein. (...) Nur im Theater verfügen wir über die Gefühle, die Seele, den Geist, das Gehirn und die Muskeln des Künstlers als Material der Kunst. (...) Wir glauben dass Kunst die Funktion hat dem Menschen etwas zu geben, ohne dass er weniger wäre, weniger menschlich, weniger lebendig ...“<sup>28</sup>

Um zu der, bereits von Stanislawski ausdrücklich geforderten Wahrhaftigkeit des Ausdrucks zu gelangen, setzt sich der Schauspieler hier mit den physischen und psychologischen und Handlungen auseinander, indem er sich zunächst vor allem mit seiner eigenen, ganz persönlichen Psyche und seinen privaten Verhaltensmustern auseinander setzt. Er benützt den Reichtum seiner eigenen Persönlichkeit, die Erinnerungen und Erfahrungen seiner persönlichen Wirklichkeit um zur lebendigen, überzeugenden Darstellung einer Bühnenfigur zu gelangen.

---

28: Lee Strasberg: „Schauspielen und das Training des Schauspielers“ Seite 110 / 111

29 Lee Strasberg: „Schauspielen & das Training des Schauspielers“ Seite 104

„Das Außergewöhnliche am Schauspielen ist die Tatsache, daß das Leben selbst wirklich benutzt wird, um künstlerische Ergebnisse zu erzielen. (...) Da der Schauspieler auch ein Mensch ist, gibt er nicht nur vor, die Wirklichkeit zu gebrauchen. Er kann im wahrsten Sinne des Wortes alles, was existiert, benutzen. Der Schauspieler benutzt wirkliche Empfindungen und wirkliches Verhalten. Die tatsächliche Wirklichkeit ist das Material unseres Handwerks.“<sup>29</sup>

Um das kreative Potential der individuellen Persönlichkeit des Schauspielers zu fördern, entwickelt Strasberg folgende Improvisationsaufgaben und Übungen:

## I.)

- Die Personalisation-Übung	Die neben genannten Übungen und Improvisationsaufgaben helfen dem Schauspieler, sich unbewusste evtl. verschüttete Aspekte seiner Persönlichkeit bewusst zu machen, ohne diese zu werten und festgefahrene Verhaltensmuster zu lösen.
- Die Selbstkonfrontations-Übung	
- Die song and dance Übung	
- Die private moment Improvisation	
- Die personal moment Improvisation	

## II.)

- Der Salometanz	Die neben genannten Improvisationen üben den Schauspieler darin, sich seiner Hemmungen bewusst zu werden und diese auf spielerische Art zu überwinden. Sie ermöglichen den Einstieg in einen fremden Charakter, geben Ansätze zum Ausloten einer Rolle und fördern die Bühnenpräsenz.
- Die `Ich betrete einen Raum` Impro	
- Die `Ich verlasse einen Raum` Impro	
- Die overall-need Improvisation	
- Die overall-action Improvisation	
- Die Tierübung	

## III.)

- Die repeat-Übung	Diese Übungen fördern das Zusammenspiel mit dem Partner, trainieren die Kommunikationsfähigkeit und das spontane, emotionale Nehmen und Geben im Austausch mit einem Gegenüber.
- Die Wutübung	

## IV.)

- Die Stuhlentspannung	Die neben genannten Entspannungs- und Konzentrationsübungen ermöglichen dem Schauspieler einen Zugang und fördern zugleich den kreativen Umgang mit dem Potential persönlicher Erinnerungen und Emotionen. Sie trainieren Fähigkeiten sinnlicher Wahrnehmung auch im Partnerbezug.
- Die Partner-Stuhlentspannung	
- Die sense-momory Übung	
- Die emotional-memory Übung	

<sup>29</sup> Lee Strasberg: „Schauspielen & das Training des Schauspielers“ Seite 104

Viele der oben genannten Übungen beziehen sich direkt auf Stanislawskis Psychotechnik<sup>30</sup>. So lassen sich Stanislawskis `Teilaufgaben` und `Überaufgaben`, die `Ziele` und `Überziele`, in Strasbergs `actions` und `overall-actions`, sowie in den `needs` und `overall-needs` wieder finden. Das `affektive` und das `emotionale Gedächtnis` bei Stanislawski entspricht dem `sense-memory` und dem `emotional memory` bei Strasberg. Wobei Strasberg auch hier die persönlichen und individuellen sinnlichen und emotionalen Wahrnehmungen des Schauspielers wichtiger zu sein scheinen, als die Umstände, in denen sich eine, von einem Bühnenautor geschaffene Rolle befindet. Entscheidend ist für Strasberg, dass der Schauspieler überhaupt empfindet, denkt, fühlt:

„...kommt es nicht darauf an, daß das, womit sich der Schauspieler beschäftigt, eine genaue Parallele zu dem jeweiligen Stück, oder der Rolle aufweist, sondern darauf, daß wenn die Bühnenfigur nachdenkt, auch der Schauspieler wirklich nachdenkt, daß, wenn die Bühnenfigur etwas empfindet, auch der Schauspieler etwas empfindet – irgendetwas. Alles, was der Schauspieler tut, wird nicht nur von seiner Absicht geprägt, sondern auch von der inneren Beschaffenheit und Intensität dessen, was in diesem Augenblick tatsächlich in ihm vor sich geht.“<sup>31</sup>

Nicht nur hier wird deutlich, daß diese (professionelle) Schauspielmethode, deren Ziel selbstverständlich ist, zu funktionieren - entsprechend den Anforderungen professioneller Theater-Produktions-Bedingungen - vom Schauspieler als Menschen ausgeht, daß hier mit der Zielsetzung, `Theater zu machen` – nichtsdestotrotz - ausgesprochen prozeßorientiert gearbeitet wird. Wobei der Prozess, der hierbei angeregt wird, - je nach Bedarf – als Nebeneffekt oder Hauptziel angesehen werden darf: als Umweg auf der Reise zur bühnenwirksamen Darstellung, oder auch als Persönlichkeits-erweiternde Entdeckungsreise mittels eines Vehikels genannt Rolle, die den Schauspieler im Grunde genommen zu sich selbst führt.

Der pädagogische, psychologische, möglicherweise sogar therapeutische Nutzen von Übungen und Improvisationen, die die Selbstwahrnehmung schulen, die Hemmungen, Blockaden und Verhaltensmuster bewusst werden lassen und Möglichkeiten aufzeigen, diese zu lösen, von Übungen zur Entspannung und Konzentration, zur Förderung der sinnlichen Wahrnehmung und der Kommunikationsfähigkeit, ist allerdings in keinem Fall zu unterschätzen.

---

<sup>30</sup> Die Autorin weist darauf hin, daß auf Grund der hier gebotenen Kürze, nicht alle der o.g. Übungen detailliert erklärt werden können. Im Teil 3 dieser Arbeit werden aber zumindest einige der Übungen, auch an Hand von Fallbeispielen näher erläutert.

<sup>31</sup> vgl.: Lee Strasberg: „Ein Traum der Leidenschaft“ Seite 94;

„(...) auch konventionelles Theater, das sich nicht therapeutisch begreift, sowie erst recht pädagogisches Theater, das sich (...) in einer gewissen Nähe zu therapeutischer Arbeit befindet, kann in einem subtileren Sinne eine Form von Seelenhygiene für Spieler und Zuschauer bieten. Nach P. Simhandel hat das Spiel des Schauspielers für ihn selbst und auch für sein Publikum einen therapeutischen Effekt ...“<sup>32</sup>

#### 2.4. No acting please – Erben des method acting.

Manche deutsche Theatermacher legen eine unerklärliche Scheu an den Tag, wenn es darum geht, Emotionen auf der Bühne zu zeigen. Es fällt dann der alte Theaterspruch: `nicht der Schauspieler soll weinen, sondern das Publikum`. Sicher wäre es – vor allen Dingen von pädagogischem Standpunkt aus – völlig unsinnig, von einem Schauspieler (egal ob Profi oder Amateur) zu erwarten, er solle eine Emotion herstellen, sozusagen `produzieren`, weil die literarische Vorlage, oder das Konzept des Regisseurs, oder des Spielleiters es nun mal so erfordere. Aber das Persönliche, die individuelle Lebendigkeit des Darstellers, seine Erinnerungen, Erlebnisse und Emotionen vom Schau-Spielen zu trennen, ist weder förderlich für das künstlerische, noch für das menschliche Potential eines Menschendarstellers. Was dabei entsteht ist im `besten` Fall, glatte Perfektion und im schlimmsten Fall, plattes Klischee. Und welchen Zuschauer könnte das interessieren, geschweige denn berühren.

Trotz dieser Hemmungen gegenüber Schauspielmethoden, die mit dem persönlichen emotionalen Material des Darstellers arbeiten, haben berühmte Regisseure, wie Peter Brook oder George Tabori immer wieder mit der `method` gearbeitet. Interessant ist hierbei zu beobachten, wie sich das `Paradox`, in dem Diderot den Schauspieler sah, im Laufe der Entwicklung der Schauspielkunst, zu dem Inspirations-Fundus entwickelt, aus dem der darstellende Künstler vorzugsweise schöpfen darf; welche Vorteile dies für seine, ganz persönliche Entwicklung beinhaltet; daß sogar einem namhaften Theaterregisseur, wie Tabori, der Mensch wichtiger ist als die Rolle, das Leben wichtiger als das Theater.

„Für mich ist der Schauspieler immer interessanter als die Rolle. (...) Wenn man das Sein nicht mit dem Spielen verbindet, wenn das, was der Schauspieler in der Rolle oder in der Szene tut, nichts mit ihm selber zu tun hat, entsteht ein Loch. (...) Der Schauspieler hat wie jeder Mensch gewisse Probleme und braucht Hilfe. Wenn er seinen persönlichen Dreck auf der Bühne in Gold verwandeln, ihn also produktiv machen kann, dann ist das mit Sicherheit gut für die Rolle, aber auch für ihn selber. Etwas auszudrücken ist – wie beim Niesen-

---

<sup>32</sup> Jürgen Weintz: „Theaterpädagogik und Schauspielkunst“ Seite

immer besser als es zurückzuhalten.“<sup>33</sup>

Was Tabori hier auf humorvoll saloppe Art und Weise zum Ausdruck bringt, ist nichts anderes als die kathartische Funktion des Theaters, von der bereits Aristoteles sprach – allerdings ausschließlich mit Sicht auf das Publikum. Spätestens mit Strasberg wird deutlich, daß auch und evtl. sogar gerade der Darsteller auf der Bühne eine Katharsis durchlebt, die nicht nur für die Glaubhaftigkeit darstellender Kunst, sondern vor allem für die Persönlichkeitsentwicklung des jeweiligen Menschendarstellers von großem Nutzen ist.

Es liegt nahe, daß eine Darstellungskunst, deren Hauptziele, Echtheit des Gefühls und Wahrhaftigkeit des Ausdruck sind, geradezu prädestiniert ist, für das Spiel vor der Kamera. Im Theater sitzt der Zuschauer 10 bis 20 Reihen entfernt. Beim Spiel vor der Kamera sitzt der Zuschauer dem Schauspieler sozusagen auf der Schulter. Jede kleinste Regung im Gesicht, jeder Blick, jede unwillkürliche Bewegung des Darstellers wird wahrgenommen und auf den Prüfstein der Glaubwürdigkeit gelegt. Dies erfordert eine, in gewissem Sinne noch höhere Konzentration des Schauspielers, eine ganz außergewöhnliche Bewusstheit für Körperspannung und ein geschultes sinnliches Wahrnehmungsvermögen.

Interessant ist hier, daß moderne Schauspielunterrichtsmethoden, die sich primär an den Anforderung an zukünftige Film- und Fernsehdarsteller orientieren, das adäquate Reagieren auf den Spielpartner und das, dem Partner zuhören Können, noch ausdrücklicher als Stanislawski und Strasberg dies tun, ins Zentrum ihres Interesses stellen. In Theaterstücken ist der Agierende meist, die Figur die spricht. Die Hauptrollen haben nun mal den meisten Text und die Figur, die auf der Bühne gerade spricht, führt die Szene und steht im Mittelpunkt des Interesses. In der Kamera sieht das ganz anders aus: während einer der Darsteller spricht, wird die Kamera eher denjenigen zeigen, der zuhört, der sich berühren lässt von dem, was der Andere sagt, bei dem sich Gefühle und Gedanken entwickeln, während der Andere spricht, bis ein Impuls ihn dazu bewegt, auf den Partner zu reagieren.

„Wenn ich die Frage beantworten müsste: „Welche Fähigkeit ist für einen Schauspieler die wichtigste?“ dann gäbe es für mich keinen Zweifel. Meine Antwort würde mit Nachdruck lauten: *Zuhören* können. (...) Ich spreche über das Zuhören mit allen Sinnen. Zuhören bedeutet nicht nur, mit den Ohren zu hören.

---

<sup>33</sup> aus „Warum macht das deutsche Theater krank, Herr Tabori?“ FAZ vom 18.9.1987

*Es meint auch das Sehen. Es meint die Reaktionen aller Sinne - Tasten, Sehen, Fühlen, Hören, Riechen“<sup>34</sup>*

Kaum erstaunlich, dass die `Zuhörübung`, die Tony Barr mit seinen camera-acting Schülern praktiziert sehr ähnlich den Übungen des Aktiven Zuhörens ist.<sup>34</sup>

Selbstverständlich waren die `Wechselbeziehungen`<sup>35</sup>, in denen der darstellende Künstler steht, auch für Stanislawski von entscheidender Bedeutung, selbstverständlich hält auch Strasberg<sup>36</sup> verschiedene Übungen parat, um gerade den Bezug zum Spielpartner möglichst lebendig werden zu lassen, aber es scheint als ob, gerade im Rahmen der Anforderungen des Schauspielens für und vor der Kamera, darstellende Kunst sich mehr und mehr, an zwischenmenschlichen Fähigkeiten misst und zu einer Kunst der Kommunikation entwickelt.

Natürlich sollte Camera acting für Schauspielamateure auf keinen Fall zu einer weiteren `Deutschland sucht den super-star` Hysterie führen. Es erscheint, ganz im Gegensatz hierzu sinnvoll, in einer, von modernen Medien bestimmten Gesellschaft, den bewussteren Umgang mit den - hoffentlich nicht nur negativen Möglichkeiten von Film und Fernsehen – zu fördern und gerade bei Laien, durch den spielerischen Umgang mit dem Medium Film, eine kritischere Rezeption dessen, was sie tagtäglich an der Mattscheibe konsumieren, zu erreichen.

### **3. Ziele und Hauptaspekte der Psychotechnik und des Method Acting sowie deren theaterpädagogische Relevanz, erläutert an Übungs- und Fallbeispielen in der prozeßorientierten Theaterarbeit mit Menschen mit Menschendarstellern.**

Folgendes lässt sich aus den vorhergehenden Seiten resümieren: wesentliche Ziele der Psychotechnik, sowie des method acting sind die Echtheit des Gefühls und die Wahrhaftigkeit des Ausdrucks. Um diese Ziele zu erreichen versuchen beide Methoden, die kreative Inspiration, das Unbewusste, bewusst anzuregen. Grundbedingungen, um das unbewusste, kreative Potential des Schauspielers zu stimulieren, sind die physische, psychische, sowie geistige Entspannung und die außergewöhnliche

---

<sup>34</sup> Tony Barr: „Acting for the camera“ Seite 32

<sup>35</sup> vgl. hierzu auch Seite 8 dieser Arbeit;

<sup>36</sup> Die Autorin weist an dieser Stelle daraufhin, daß gerade in jüngsten Schauspieltheorien deutliche Kritik an Strasbergs `method acting` geübt wurde. Ebenso an dem Herangehen an eine Rolle über die Emotionen des Darstellers. Diese Kritik explizit zu erläutern, würde den Rahmen dieser Arbeit sprengen. Ich verweise in diesem Zusammenhang auf: David Mamets „Richtig und Falsch“

Konzentrationsfähigkeit, die ein `Menscharsteller` entwickeln muss, um seine Wahrnehmung derart zu sensibilisieren, dass er im Umgang mit sich selbst und seinen Partnern zu einem glaubhaften (und dadurch gerade bühnenwirksamen) Ausdruck seiner individuellen Persönlichkeit gelangt. Entspannung, Konzentrationsfähigkeit, sinnliche Wahrnehmung, Selbstwahrnehmung, Umgang mit einem Gegenüber, Kommunikationsfähigkeit, zuhören Können, adäquat reagieren Können, Wahrhaftigkeit im Ausdruck, Kreativität, Inspiration ... diese und andere Grundparameter der Psychotechnik und des method-training sind allesamt von pädagogischer, bzw. theaterpädagogischer Bedeutung. Im Folgenden sollen daher Übungen, Improvisationsaufgaben, insbesondere aus der method erläutert werden und an Hand von Fallbeispielen auf ihre theaterpädagogische Relevanz hin untersucht werden.

### **3.1. Entspannung und Konzentration – zwei Seiten einer Medaille.**

„...je genauer ihr körperliche Spannung spürt, umso schärfer wird eure Konzentration, umso feinnerviger euer Körpergefühl.“<sup>37</sup>

weist Alexander von Reumont seine Schauspielschüler an und zielt damit auf den Zusammenhang hin, den auch Stanislawski und Strasberg zwischen Entspannung und Konzentration, den zwei Seiten einer Medaille sahen. Dementsprechend entwickelte Strasberg die Stuhlentspannung, die entweder solo, oder auch mit einem Partner zusammen gearbeitet werden kann. Im Anschluss an die Stuhlentspannung kann dann mit einer Konzentrationsübung, die vor allem die sinnliche Wahrnehmung schult – dem sense-memory weitergearbeitet werden.

#### **3.1.1. Stuhlentspannung und sense memory.**

Strasberg lässt den Schauspieler, sich deshalb auf einem Stuhl entspannen, (und nicht z.B. auf dem Boden liegend, entspannen) weil das Sitzen eine relativ, aber nicht total entspannte Position ist.

Der Sitzende sollte eine aufrechte, aber entspannte Haltung auf dem Stuhl einnehmen und die Augen schließen. Keine übereinander geschlagenen Beine! Keine vor dem Brustkorb verschränkten Arme! Er kann mit der Entspannung entweder bei den Füßen beginnen, oder auch beim Kopf. Wichtig ist, dass er sich jeweils auf ein Körperteil

---

<sup>37</sup> Alexander von Reumont: „Ein kreativer Versuch“ Seite 17

konzentriert und den Wechsel zum nächsten, zu entspannenden Körperteil bewusst vollzieht. Er sollte also nicht irgendwie am ganzen Oberkörper, oder an beiden Füßen gleichzeitig oder eben mal schnell ein bisschen am Kiefer, zwischendurch am Oberschenkel und dann doch wieder Kiefer arbeiten. Das Körperteil, das gerade dran ist, wird bewegt. Diese Bewegungen sollten bewusst und mit Achtsamkeit ausgeführt werden. Mit diesen Bewegungen wird das Körperteil gewissermaßen auf Spannung bzw. Entspannung hin `untersucht`. Es sollten keine mechanisch ausgeführten, sozusagen gymnastischen Bewegungen sein, wie dreimal Schulter Kreisen nach hinten und dann dreimal nach vorne oder so. Die Bewegung tastet vielmehr den Körper innewändig ab, befragt das Körperteil, an dem gearbeitet wird:

- Wo genau ist das Zentrum der Anspannung in meiner Schulter?
- Bis wohin strahlt diese Anspannung aus?
- Wie ist die Qualität dieser Anspannung?
- Welche Temperatur hat die Anspannung?
- In wie weit kann ich die Anspannung lösen?

Gedanken, Gefühle, psychische Anspannungen, gleich welcher Art, lässt der Teilnehmer `passieren`, indem er sie mit einem lang gezogenen, lautem Ton auf `ah` oder auch `aoh` `raustönt`. Impulsive oder auch aggressive Stimmungen können durch kurze, impulsive Töne und Schreie veräußert werden.

Alexander von Reumont<sup>37</sup> beschreibt in seinem Buch, einen Umgang mit der Stuhlentspannung, der auch in der Arbeit mit Laien sehr sinnvoll erscheint. Er lässt die Teilnehmer erst, am Boden liegend, dem Verlauf des Atems nachspüren. Falls ein Zuviel an Spannung im Körper beobachtet wird, begleitet der Teilnehmer das Ausatmen mit einem lang gezogenen Ton und verfolgt ebenfalls die Vibrationen, die dieses Tönen in seinem Körper auslöst. Erst nach dieser Vorbereitung, bei der der Teilnehmer erst einmal die Möglichkeit erhält, sich auf seine Atmung und seinen Körper zu konzentrieren, fährt Reumont fort, mit der Entspannung auf dem Stuhl.

Wenn der Körper auf diese Art und Weise ca. 45 Minuten lang durchgearbeitet wurde, kann mit einer sense-memory fortgefahren werden. Klassischer Weise wird in der sense-memory mit Strasbergs berühmter Kaffeetasse gearbeitet. Der Teilnehmer sensualisiert die Tasse, aus der er sein Frühstücksgetränk normalerweise zu sich nimmt. Er nimmt die imaginäre Kaffeetasse in die Hände und untersucht sie mit allen seinen Sinnen: Fühlen, Tasten, Schauen, Riechen, Schmecken, Hören. Hierbei geht es

keinesfalls um eine pantomimische Darstellung des Trinkens! Wieder helfen konkrete Fragestellungen dabei, wach und konkret zu bleiben und nicht in irgendein unbestimmtes Gefühl von Sinnlichkeit abzudriften:

- Wie viel Kraft muss ich aufwenden, um die Tasse zu halten?
- An welcher Stelle meiner Hand spüre ich die Temperatur am stärksten?
- In welchem Nasenloch ist der Kaffeegeruch intensiver?

Wie oben deutlich wird, kann mit Suggestiv-Fragen gearbeitet werden. Es ist aber nicht zwingend. Auch an der Kaffeetasse sollte ca. 45 Minuten gearbeitet werden. Falls das Spiel mit der Kaffeetasse ausgereizt ist, kann mit anderen sinnliche Wahrnehmungen – auch ganzkörperlichen Sensationen – fortgefahren werden. Zum Beispiel: ein Kinderspielzeug / mein Kinderzimmer / Sonnenbaden / Sauna / Regen / Nackt sein ....

Die folgenden Erinnerungen einer Schülerin an Übungen und die Improvisationsarbeit während eines Workshops mit Klaus Michael Grüber zeigen, wie mit Entspannungsübungen und sinnlichem Wahrnehmungstraining, in Anlehnung an Strasberg, mit Jugendlichen einer Theater-AG gearbeitet werden kann.

### **3.1.2. Fallbeispiel: Schüler einer 13.Klasse spielen Obdachlose.**

Anfang der 80ziger Jahre gab Klaus Michael Grüber einen Schauspiel-Workshop für die Theater-AG, des Internats, das er selbst einmal besucht hatte. Nina W., eine ehemalige Internatsschülerin<sup>38</sup> erinnert sich:

*Ich war damals 19 Jahre alt und ging in die 13. Klasse. Unser Deutschlehrer, der sonst die Theater-AG leitete, kündigte uns, voller Begeisterung an, dass im nächsten Schuljahr, ein namhafter Regisseur die Theater-AG an mehreren Abenden übernehmen würde. Der Name, Klaus Michael Grüber, sagte uns Schülern nichts. Allerdings waren wir darüber verärgert, dass dieser Grüber mit uns keine Theateraufführung machen wollte, sondern nur Improvisationsübungen zu den Themen „Blind“ und „Obdachlos“. Außerdem plante Grüber keine Abschlussaufführung, sondern nur eine Aufführung ausgewählter Improvisationen im Kreis der Theater-AG zum Abschluss des workshops.*

<sup>38</sup> Die Erinnerungen von Nina W., einer ehemaligen Mitschülerin der Autorin, wurden im Anschluss an ein Interview, das die Autorin im August 2004 mit Frau W. führte, hier aus Notizen zusammengestellt. Nina W. studierte Gesang und ist heute Hausfrau und Mutter.

*Einige Schüler stiegen spontan aus der Theater-AG aus. Ich beschloss, mir diesen Grüber wenigstens mal anzuschauen.*

*Klaus Michael Grüber machte an jedem Abend mit uns als erstes eine Art Entspannungs- oder auch Atemübung, am Fußboden liegend. Wir legten uns auf Decken auf den Boden der alten Turnhalle und sollten nachspüren, mit welchen Körperteilen wir den Fußboden berühren. Grüber ging dabei im Raum umher und stellte uns Fragen, die jeder für sich, im Stillen beantworten sollte:*

- *Wie groß ist die Fläche, mit der dein Körper den Boden berührt?*
- *Mit wie viel Gewicht liegt dein rechter Fuß auf dem Boden?*
- *Wie ist die Qualität der Berührung deiner Schultern mit dem Boden? Usw.*

*Dann lenkte Grüber unsere Aufmerksamkeit auf unseren Atem. Wir sollten dem Weg unseres Atems nachspüren. Mich verwirrte das so sehr, dass ich irgendwann das Gefühl hatte, überhaupt nicht mehr atmen zu können. Erst als ich das Ausatmen jeweils mit einem lang gezogenem Ton auf `ah` begleiten sollte, ging diese Angst, nicht mehr normal Atmen zu können, wieder weg. Außerdem spürte ich plötzlich, wie beim Einatmen, die Luft bis in meinen Bauch strömte. Ich fand das sehr angenehm. Nachdem wir in der Lage waren, den Weg des Atems bis in den Bauch zu verfolgen, sollten wir versuchen, den Atem bewusst zu lenken. Zum Beispiel mit dem rechten Knie zu atmen, oder bis in die linke Fußsohle. Rational war mir klar, dass man nicht mit dem rechten Ohrläppchen Luft holen kann – trotzdem hatte ich plötzlich Gefühl, dass das geht! Und ich fand es lustig. Ich hatte irgendwie ein ganz neues Gefühl in und für die Möglichkeiten meines Körpers.*

*Wir sollten genau diese Stimmung, dieses neue Körpergefühl mitnehmen, wenn wir uns vom Fußboden lösten. Wir durften im Raum umhergehen und verschiedene Stellungen ausprobieren – stehen, sitzen, langsamer gehen, schneller werden – aber dabei immer weiter bewusst unseren Atem wahrnehmen und lenken. Wir sollten auch gucken, was die Anderen so machen. Wenn wir durch irgendetwas abgelenkt wurden, sollten wir mit einem lang gezogenem Ton ausatmen und uns so wieder nur auf unseren eigenen Atem konzentrieren.*

*Während dieser Phase begann Herr Grüber, uns regelmäßig Hölderlin Gedichte vorzutragen. Wir sollten über den Inhalt dessen, was wir hörten nicht weiter nachdenken (was niemanden schwer fiel, da wir die Gedichte eh nicht verstanden), sondern einfach nur auf Herrn Grübers Stimme hören: auf die Tiefe oder Höhe der Stimmlage, auf Dunkelheit oder Helligkeit der Vokale, darauf wie schnell er sprach, oder wie langsam). Wir sollten jetzt also gleichzeitig, bewusst unseren Atem lenken,*

wahrnehmen, was im Raum passiert, die Stimme von Herrn Grüber hören und ausprobieren, was wir alles tun können, ohne die Aufmerksamkeit auf diese verschiedenen Dinge zu verlieren.

Ich empfand, die Atmosphäre die regelmäßig hierbei entstand, als sehr angenehm. Während ich tagsüber die Schulbank drückte, war ich oft gleichzeitig angestrengt und todmüde. Während und nach dieser Übung, die Klaus Michael Grüber zu Beginn jedes Treffens mit uns machte und die ca. 45 Minuten dauerte, war ich oft so entspannt, dass ich hätte einschlafen können; was mir aber nicht passierte, da ich gleichzeitig hellwach war.

Klaus Michael Grüber fuhr dann fort mit szenischem Improvisieren. Ich war in der Gruppe, die die Penner spielen sollte. Am ersten Abend hieß die Aufgabe: `Spiele einen Obdachlosen, der sich einen Platz zum Schlafen sucht`. Sofort entstanden wilde Szenarien: eine besoffene, grölende, sich in jeder Hinsicht unflätig aufführende Penner-Horde rülpste, rotzte, `proletete` durch den Raum.

Interessant war, dass alle Penner irgendein Requisit hatten: eine Bierflasche, eine Zeitung zum Zudecken, einen alten Hut ... Wir schlugen vor, für das nächste Treffen diese Requisiten mit zu bringen. Was wir dann auch taten. Herr Grüber forderte uns auf, unser Requisit noch mal ganz genau anzuschauen und es dann weg zu legen. Nach der üblichen Atem- Entspannungs- Konzentrationsübung sollten wir unsere Requisiten in die Hand nehmen, aber nur imaginär. Wir sollten uns den Hut, die Zeitung ect. quasi in Erinnerung rufen, indem wir das imaginäre Requisit anfassten, daran rochen usw. Herr Grüber ging durch den Raum und stellte jedem von uns Fragen, die derjenige dann für sich, im Stillen und nur über das, was er mit seinen Sinnen wahrnehmen konnte, beantworten sollte:

- Wie ist die Oberfläche deines Hutes beschaffen? Kannst du ertasten, an welchen Stellen dein Hut abgewetzt ist und an welchen noch fest?
- Mit welchem Ohr hörst du das Knittern, das deine Zeitung verursacht, wenn du sie aufschlägst deutlicher? Wie ist die Qualität dieses Knitterns?
- Welche Temperatur hat das Bier in dieser Flasche? Bis wohin spürst du die Temperatur des Biers in deinem Körper, wenn du davon trinkst?

Immer wieder ermahnte er uns, keine Pantomime zu spielen, nicht `schauszuspielen`. Als wir anschließend in die Penner-Impro (`Obdachloser sucht Schlafplatz für die Nacht`) einstiegen, bekam das Spiel mit dem alten Hut, der mir plötzlich – auch als Penner – sehr wertvoll wurde, eine ganz andere Qualität. Den Anderen ging es mit ihren Requisiten genau so.

*Beim weiteren Improvisieren musste ich das Bild, das ich von Pennern hatte, mehr und mehr revidieren. Die Improvisation, die am Ende des Workshops aufgeführt wurde, zeigte einen Menschen, der zwar nichts besitzt, dem aber gerade deshalb das Wenige, das er besitzt, umso wertvoller ist. Das Suchen nach dem Schlafplatz, das Genießen des letzten Schluck Biers, das Absetzen und Weglegen des Hutes vor dem `zu Bett gehen`, das Auseinanderfalten der Zeitung, die kaum den Körper bedeckt, die Besoffenheit, die sich gerade wegen aller Armseligkeit um Würde bemüht, wurden zu einer wunderbaren und sehr ergreifenden Zeremonie.*

„Der Regisseur ist ein Mensch, der von der Schönheit erzählt, ...jemand, der die Angst der Schauspieler tilgt – sie sind voller Angst -, doch ist die Angst einmal genommen, werden sie dermaßen schön. Man braucht viel Wärme, um ihnen diese Angst zu nehmen. Da ich das Glück habe, ein sehr schwacher Mensch zu sein, wissen sie, daß ich nichts vortäusche ...“<sup>39</sup>

Das obige Zitat vermittelt vielleicht eine Ahnung davon, aus welchem Ansatz heraus Klaus Michael Grüber arbeitet. Die Persönlichkeits-Bildende, sowie soziale Relevanz prozessorientierter Schauspielerarbeit, unter Verwendung von Entspannungs- und Konzentrationstechniken, sowie Übungen, die die sinnliche Wahrnehmung schulen, entsprechend und nicht unähnlich Strasbergs Stuhlentspannung und sense-memory, wird aus den oben Beschriebenem mehr als offensichtlich.

### **3.2. Das Unbewusste durch das Bewusste.**

Wie bereits erläutert, ist ein hauptsächliches Anliegen von Stanislawskis Psychotechnik und Strasbergs Method, die bewusste Stimulation des Unbewussten, als Quelle kreativer Inspiration und das Benutzen des persönlichen emotionalen Fundus des Schauspielers. Um an persönliche Emotionen, an Unbewusstes überhaupt ran zu kommen, ist nicht selten nötig, Hemmungen abzubauen und evtl. Blockaden zu lösen.

Die im Folgenden beschriebene Übung hat genau den Zweck, auch tiefer liegende psychische, emotionale Blocks zu lösen und so an Unbewusstes heran zu kommen. Es muss darauf hingewiesen werden, dass gerade im Umgang mit einer Übung, wie der Personalisation, außergewöhnliches Verantwortungsbewusstsein seitens des Anleiters erforderlich ist:

---

<sup>39</sup> Uwe B. Carstensen: „Regie im Theater. Klaus Michael Grüber“ Seite 64

- Der Anleiter sollte diese Übung, bevor er sie anwendet, selbst unter Anleitung eines Dritten erlebt haben.
- Der Teilnehmer sollte die Übung wirklich machen wollen!
- Der Anleiter sollte mit dem Teilnehmer vorher (nachher sowieso) ausführlich über die Übung sprechen.
- Er sollte den Teilnehmer über einen längeren Zeitraum (am besten mehrere Monate) hin erlebt haben und ihn möglichst gut kennen.
- Falls es den Anschein erweckt der Teilnehmer (ganz egal ob Laie oder professioneller Schauspieler) könnte psychisch labil sein, sollte die Übung nicht ausgeführt werden.
- Falls ein psychisch labil wirkender Teilnehmer die Personalisation unbedingt machen möchte, sollte die fachspezifische Beratung und notfalls Hilfe durch einen Psychologen gewährleistet sein.

### 3.2.1. Die Personalisation.<sup>40</sup>

Die Personalisation kann zu zweit – Anleiter und Teilnehmer<sup>41</sup> - ausgeführt werden, aber auch in der Gruppe. Der Rest der Gruppe darf dann zuschauen. Die Reflexion im Anschluss an die Übung sollte dann auch in der Gruppe stattfinden. Ein, über einen längeren Zeitraum gemeinsam geübter, vertrauens- und respektvoller Umgang in der Gruppe ist hierbei selbstverständliche Grundvoraussetzung.

Bevor man mit der Übung beginnt sollte sich der Teilnehmende spontan, ohne lange darüber nach zudenken, entscheiden, ob er bei der Personalisation mit seiner Mutter, oder seinem Vater arbeiten möchte. Diese Entscheidung kann auch schon einen, oder mehrere Tage vor der Übung getroffen werden. Wenn man sich aber für einen Elternteil entschieden hat, sollte man unbedingt dabei bleiben.

Es ist ratsam vor die Personalisation ca. 45 Minuten Entspannungs- und Konzentrationsübungen vorzuschalten. Empfehlenswert ist hierbei natürlich die Stuhlentspannung und ein sense-memory – z.B. mit einem Kinderspielzeug oder dem

---

40 der im Folgenden beschriebene Ablauf der Personalisation ist in dieser Ausführlichkeit weder in der Primärliteratur, noch in der Strasberg betreffenden Sekundärliteratur nach zu lesen. Die Autorin bezieht sich in ihrer Schilderung der Übung, auf ihre persönliche Teilnahme an Workshops bei den Strasberg Schülern, John Costopoulos und Walter Lott, in den Jahren 1986 und 1989. Bei diesen Workshops nahmen professionelle Schauspieler, Tänzer, Sänger, wie auch interessierte Laien teil.

41 Der Einfachheit halber, wird im Folgenden immer von `dem Teilnehmer` und `dem Anleiter` gesprochen. Die Autorin weist an daraufhin, dass dies selbstverständlich nicht sexistischer gewertet werden sollte und natürlich auch immer alle Teilnehmerinnen und Anleiterinnen gemeint sind.

Kinderzimmer.

Zu Beginn der Personalisation setzt sich der Teilnehmer auf einen Stuhl (wenn er von der Stuhllentspannung her nicht sowieso schon auf einem sitzt) und stellt sich einen anderen Stuhl gegenüber, in den er dann seinen Vater/ seine Mutter `hinein setzt`. Der Teilnehmer visualisiert sein Gegenüber über einen längeren Zeitraum (ca. 20 – 30 Minuten) hinweg, indem er immer wieder formelhaft den Satz wiederholt:

*„Ich sehe deine schwarzen / braunen / blonden Haare.“*

*„Ich sehe die Falte zwischen deinen Brauen / auf deiner Stirn.“*

*„Ich sehe deine kurz geschnittenen / lackierten Fingernägel.“*

*„Ich sehe deine ....“*

*u.s.w.*

Irgendwann wird der Teilnehmer (wahrscheinlich sogar von selbst) mit der Aufzählung seiner Wahrnehmungen aufhören, weil sein Vater / seine Mutter tatsächlich vor ihm sitzt. Der Anleiter fordert den Teilnehmer nun auf, sich mit Vater / Mutter zu unterhalten. Nach einigen Minuten, wird der Teilnehmer dazu aufgefordert, sich auf den anderen Stuhl zu setzen, in den Körper seines Vater / seiner Mutter hinein zu schlüpfen und sich selbst als Vater / Mutter zu antworten. Anschließend kann er wieder auf seinen Stuhl zurück und seinem Vater / seiner Mutter antworten. Der Anleiter sollte darauf achten, dass dieses Wechselspiel nicht zu hektisch gerät, dass jeder Dialogpartner genügend Zeit für seine Antworten erhält. Es kann sein, dass die hierbei entstehende Szene, auch durch das Hin und Her auf den Stühlen, komische Züge erhält. Das ist okay. Es darf gelacht werden. Aber der Anleiter sollte verhindern, dass ein Zuviel an Humor auf Kosten der notwendigen Konzentration geht.

Nach einigen Minuten fragt der Anleiter, den Teilnehmer, ob es etwas gibt, das er seinem Vater / seiner Mutter nie gesagt hat. Wenn der Teilnehmer sich an etwas erinnert, das er seinem Vater / seiner Mutter nie gesagt hat, hat er hier und jetzt Gelegenheit. Der Teilnehmer kann es sich hier und jetzt erlauben, seinem Vater / seiner Mutter etwas zu sagen, das er ihm / ihr noch nie gesagt hat. Wenn diese Hürde genommen ist, geht das oben beschriebene dialogische Wechselspiel zwischen den beiden Stühlen wieder los. Wenn dieser Tabu-Dialog `ausgefochten` ist, setzt sich der Teilnehmer zurück auf seinen Stuhl. Der Anleiter fragt ihn, wo er seinen Vater / seiner Mutter in, oder an seinem Körper jetzt spüre. Es ist absolut frappierend, dass alle Teilnehmer der Personalisation-Übung Vater oder Mutter mit Sicherheit in ihrem Körper lokalisieren können und dass die Zuschauer dies meist auch von außen sehen!! Nicht selten kommen Antworten wie:

- „Mein Vater sitzt mir im Nacken. Ich bekommen Rückenschmerzen davon.“
- „Meine Mutter sitzt auf meinen Füßen, ich kann gar nicht gehen!“

Der Anleiter fragt den Teilnehmenden nun, ob es etwas gäbe, das er in Gegenwart seines Vaters / seiner Mutter nie täte. Etwas, das er sich selbst in Gegenwart seiner Eltern nicht erlauben würde, oder auch etwas das seine Eltern ihm verboten haben, oder von dem er annimmt, das seine Eltern es ihm verbieten würden. Dies darf er hier, heute und jetzt tun. Vater / Mutter sind jetzt ja nicht da! Die Wirkung die dieser erlaubte Tabu-Bruch nach sich zieht, ist immer wieder absolut frappant. Verhaltenmuster werden gelöst und Blockaden bröseln nicht selten in sich zusammen wie längst, morsche Mauern.

Nach dieser Katharsis kann der Anleiter – ja nach Bedarf – wieder das oben beschriebene Dialog- Rollenspiel mit Stuhlwechsel anschließen. Dies ist z.B. sinnvoll, wenn der Teilnehmer nur annahm, seine Eltern würden ihm dieses oder jenes bestimmt nicht erlauben. Meist reagiert – sehr zur anschließenden Überraschung des Teilnehmers – das Elternteil im verteilten Rollenspiel spontan ganz anders, als er das befürchtet hat.

Bei einer weiteren Auflösung der Personalisation darf der Teilnehmer sich einen Mitspieler aus der Gruppe aussuchen, der in einer anschließenden Improvisation Vater bzw. Mutter spielen darf. Auch hier entsteht meist große Erleichterung, wenn dieser Spieler dann – trotz Anweisung des Teilnehmers – anders regiert, als der Teilnehmer von Vater / Mutter erwartet hat.

In jedem Fall sollte der Anleiter dem Teilnehmer genügend Zeit und Raum lassen, sich nach diesem Erlebnis wieder von Vater / Mutter zu `verabschieden` und in den Raum zurück zu kommen. Hilfreich ist hierbei das freie Assoziieren von Bildern: der Teilnehmer soll das, was ihn bewegt, was in ihm ist, bildhaft beschreiben, sozusagen mit Worten, Bilder das Erlebte malen. Auch darf er Wünsche äußern. So wünschte sich z.B. ein Proband der Personalisations-Übung nach einer heftigen Auseinandersetzung mit seiner Mutter, zwei weibliche Workshop-Teilnehmer sollten ihm jetzt die Füße massieren. Zwei Mitspielerinnen kamen seinem Wunsch nach. Die Szenerie, die hierbei entstand, wirkte auf alle ausgesprochen komisch. Durch diese komische Auflösung der Personalisations-Übung erlernte der Teilnehmer eine Selbstironie, die er im Zusammenhang mit den Gefühlen für seine Mutter bisher noch nicht entdeckt hatte.

### 3.2.2. Fallbeispiel: Frau B. entdeckt ihre Wut.

Das folgende Interview<sup>41</sup> macht deutlich wie positiv sich die, in der Personalisations-Übung erfahrbare emotionale Katharsis, in geradezu therapeutischer Hinsicht auswirken kann - auch für die persönliche Entwicklung eines Schauspiellaien, der auf keine Weise daran interessiert ist, dieses emotionale Material für eine spätere Rollengestaltung zu benützen.

*„In den 80ziger Jahren war ich in München an der LMU tätig und musste als Dozentin meist in größeren Räumen vor mehreren Menschen, also möglichst laut sprechen. Mein Problem war, dass mir dabei regelmäßig die Stimme versagte. Ich merkte wie meine Stimme, sobald ich wusste: ich muss jetzt laut reden! – immer höher und höher wurde, gleichzeitig dünner und dünner. Oft `kicke` mir die Stimme dabei richtig weg. Wenn ich nicht diesen Druck hatte, machte mich das Reden vor den Studenten nicht nervös, aber dieses: du musst jetzt laut reden! verursachte mir Panik.*

*Ich erkundigte mich und besuchte ca. zwei Jahre lang eine, sicher sehr gute Sprechlehrerin. Bei ihr machte ich viele Atemübungen, Stimm- und Sprechübungen, Artikulations- und Phonetikübungen. Diese Übungen waren alle sicher nicht schlecht, aber mein eigentliches Problem – das laut Sprechen – lösten sie nicht. Sobald ich nur etwas lauter werden sollte, als normale Zimmerlautstärke, hatte ich das Gefühl, als ob sich alles in meinem Hals zusammen schnüren würde.*

*Ich ging zur nächsten Sprechlehrerin und erzählte ihr von meinem Problem. Sie machte ähnliche Übungen mit mir, wie ihre Vorgängerin. Zusätzlich spezielle Übungen zur Steigerung der Lautstärke, bei denen ich regelmäßig versagte. Auf Anraten meiner Lehrerin, ließ ich mich von einem HNO-Arzt untersuchen, der zwar feststellte (was ich auch schon wusste) dass ich inzwischen chronisch heiser war, aber keinen organischen Grund für diese Heiserkeit und meine Unfähigkeit laut zu sprechen feststellen konnte.*

*Meine Sprechlehrerin sprach aus, was mir unbewusst längst klar war. Mein, immer viel zu leise sprechen, musste einen psychischen Grund haben. Sie empfahl mir, beim workshop eines Schauspielers teilzunehmen, bei dem auch einige Schauspielschüler, die bei ihr Sprechunterricht nahmen (und die ich teilweise kannte)*

---

41 Die Autorin lernte Frau Eva B. 1986 anlässlich eines Workshops unter der Leitung von John Costopoulos in der Münchner Alabama-Halle kennen. Das Interview, das die Autorin mit Frau B. im August 2004 führte, fasst die Erinnerungen Frau B.'s an diesen workshop ins besondere in Zusammenhang mit ihren Erlebnissen bei der Personalisation zusammen.

*mitmachen. Einerseits hatte ich Hemmungen, bei so einem Kurs für professionelle Schauspieler teilzunehmen, andererseits war ich neugierig. Vor allen Dingen wollte ich unbedingt, koste es was es wolle, diesen Knoten in meinem Hals loswerden, der mich daran hinderte, ohne Angst, laut zu sprechen.*

*Der workshop bei John Costopoulos dauerte 6 Wochen. Es nahmen ca. 25 Teilnehmer daran teil, wobei die Gruppe im Laufe der Zeit etwas zusammen schrumpfte. Zu meiner Erleichterung musste ich keine Texte auswendig lernen, oder Theaterrollen spielen. Wir machten vor allem Entspannungs- und Konzentrationsübungen, aber auch Übungen mit imaginären Gegenständen, Phantasiereisen, Partnerübungen und vieles mehr.*

*Ich hatte John Costopoulos von meinem Anliegen, dem Grund, weshalb ich diesen Kurs eigentlich besuchte, erzählt. Er fragte mich (und auch andere workshop-Teilnehmer) zu Beginn der vierten Woche des workshops, ob ich eine Übung machen wollte, die er die Personalisation nannte. Das mache man entweder mit Vater oder mit Mutter. Er denke, dass diese Übung evtl. mein Problem lösen könnte. Ob ich das machen wollte. Ich sagte ja, entschied mich, ohne nachzudenken für meinen Vater und wunderte mich über meinen Mut.*

*Am nächsten Tag machte ich die Personalisations-Übung. Die anderen Teilnehmer schauten dabei zu. Mr. Coctopoulos forderte mich auf, mir vorzustellen, mein Vater säße im Stuhl mir gegenüber. Ich sollte meinen Vater beschreiben, so wie ich ihn sähe, immer wider mit den Worten: Ich sehe deine....“*

Die Personalisations-Übung, die Eva B. nun unter der Anleitung von John Costopoulos mitmachte, entspricht exakt dem, unter 3.2.1. bereits beschriebenen Übungsablauf und kann daher an dieser Stelle abgekürzt werden. Eva B. berichtet später:

*„ ...als ich mich wieder auf meinen Stuhl setzte, fragt mich Mr. Costopoulos, wo in meinem Körper, ich meinen Vater spüren würde. Ich fand das verwunderlich, aber ich konnte eindeutig spüren, dass mein Vater auf meinem Kehlkopf saß. Ich hatte ein Bild im Kopf, von einem kleinen Männlein, das aussah wie mein Vater und das auf meinem Kehlkopf saß, in meinem Hals. Das erstaunlichste war, dass nicht nur ich dieses Gefühl hatte – auch die Anderen im workshop und Mr. Costopoulos spürten meinen Vater in meinem Hals.*

*Mr. Costopoulos fragt mich, ob es etwas gäbe, das ich in der Gegenwart meines Vaters noch nie getan hätte. Ich sagte: `Ich habe meinen Vater nie angeschrien, auch wenn ich sehr wütend auf ihn war. ` Mr. Costopoulos forderte mich auf, meinen Vater an zu schreien. Ich weiß nicht mehr, was ich meinem Vater daraufhin alles an den Kopf geworfen habe, aber ich schrie und brüllte meinen Vater an, ohne dass es mir die Stimme verschlug und ohne dass ich heiser wurde.*

*Nachdem ich mich mehrere Minuten lang, schreiend, ausgetobt hatte, sollte ich mir aus der Gruppe einen Spielpartner aussuchen, den ich mir als meinen Vater vorstellen konnte. Wir improvisierten gemeinsam eine Szene. Mr. Cotopoulos rief uns verschiedene Dialogsätze zu, die wir aufgreifen sollten und immer wieder wiederholen sollten – und zwar ausschließlich brüllend. Ich war glücklich, dass auch diesmal meine Stimme mir gehörte und mir nicht den Dienst versagte. Im Anschluss an diese Übung fühlte ich sehr erschöpft, aber stolz.*

*Am selben Abend hatte ich Streit mit meinem Mann – wegen einer Lappalie. Mein Mann verschwand Türen schlagend in seinem Arbeitszimmer. Zuerst wollte ich mich, wie auch sonst, in solchen Fällen, irgendwo, Trübsal blasend verkriechen, aber ich hatte plötzlich Lust, etwas Neues auszuprobieren: Ich ging in das Arbeitszimmer meines Mannes und sagt ihm die Meinung und zwar lautstark. Zu meiner Überraschung verstand er, warum ich so wütend war entschuldigte sich bei mir.*

„Jeder kann durch diese Übungen, sein Ausdruckspotential erkennen und bereichern. Das ist sicher jedem zugänglich. Die meisten Übungen haben erstmal mit Schauspielerei gar nichts zu tun, sondern damit dass sich jemand öffnet;“<sup>42</sup>

### **3.3. Zuhören statt Schauspielen.**

„Hören Sie auf zu schauspielern, fangen Sie an zuzuhören!“<sup>43</sup>

fordert Tony Barr seine Schauspielschüler auf. Die im Folgenden beschriebene repeat-Übung wurde, ausgehend von Strasbergs sense-memory Ansatz, speziell für Zusammenspiel mit dem Partner auf der Bühne, am actor-studio in New York entwickelt und eignet sich hervorragend, um gerade mit Schauspielern das Zuhören, sowie das

---

42 Hanne Hoger in einem Interview mit Herbert Fischer in Lee Strasberg: „Schauspieler Seminar“ Seite 157

43 Tony Barr: „Acting for the camera“ Seite 167

spontane Aufnahmen und Abgeben im spielerischen, dialogischen Bezug zu einem Partner zu üben.

### 3.3.1. Die repeat-Übung

Die Spielpartner (im Folgenden, der Einfachheit halber, A und B genannt) setzen sich auf zwei Stühle, gegenüber, sie nehmen sich einen Moment Zeit, um sich gegenseitig wahr zu nehmen, um die Konzentration auf das Gegenüber zu richten. Es bedarf keiner Absprache, wer von den Beiden zu sprechen beginnt, das funktioniert, wenn sich die Partner tatsächlich aufeinander einlassen, meist von selbst. Falls es nicht funktioniert und Beide gleichzeitig anfangen zu sprechen, ist das bereits der erste Lerneffekt. Man versucht es dann einfach noch mal und wird durch den ersten misslungenen Versuch bereits achtsamer dafür, wer, wann einem ersten Impuls folgt.

Nun spricht z.B. A aus, was er an B – zunächst rein äußerlich – wahrnimmt, indem er sagt:

*„Du hast eine Jeans an.“*, oder: *„Du hast ein weißes Hemd an.“*, oder: *„Du hast braune Haare“* u.s.w. A sollte sich hierbei unbedingt immer an die stereotype Formulierung: *„Du hast ....“* oder: *„Du trägst ...“* halten. Wenn A also z.B. gesagt hat: *„Du hast eine Jeans an.“* nimmt B diesen Satz, wie einen Ball, der ihm zugespült wurde auf, und wirft ihn sofort wieder zurück, mit genau derselben Formulierung: *„Ich habe eine Jeans an.“*. Jetzt ist B dran. B spricht – genau wie vorher A – ohne lange nach zudenken, spontan das aus, was ihm als erstes in den Sinn kommt, wenn er A – zunächst ganz äußerlich - betrachtet – z.B.: *„Du hast Turnschuhe an“* oder: *„Du hast eine Brille auf.“* u.s.w. Sofort wirft A diesen Ball wieder zurück, indem er sagt: *„Ich habe eine Brille auf.“* und macht ebenso spontan weiter mit diesem verbalen Pingpong Spiel. Dabei entsteht ein Dialog, der z.B. so aussehen könnte:

- A: *„Du hast eine Jeans an.“*
- B: *„Ich hab eine Jeans an. Du hast eine Brille auf.“*
- A: *„Ich hab eine Brille auf. Du hältst die Hände verschränkt.“*
- B: *„Ich halte die Hände verschränkt. Du hältst den Kopf schief.“*
- A: *„Ich halte den Kopf schief ...“*

Absolut entscheidend ist hierbei, dass keine Denk- oder sonstigen Pausen entstehen. Der Zensor, der sich normalerweise im Hirn breit macht und verhindert, dass ich das, was mir in den Sinn kommt, einfach ausspreche, soll überlistet werden. Das, was ausgesprochen wird, muss weder sinnvoll, noch irgendwie geistreich sein. Es geht um

ein vollkommen spontanes, `denkfreies` Abgeben und Aufnehmen im Zusammenspiel mit meinem Gegenüber – eine Art sinnlich, verbale Kontakt-Improvisation. Der Anleiter sollte des Weiteren streng darauf achten, dass die vorgegebene, formelhafte, Dialog-Struktur auf keinen Fall verlassen wird, damit die Teilnehmer nicht in, alt bekannten Sprach- und Kommunikationsmustern stecken bleiben. Der Sinn der Übung würde verfehlt, wenn die, oben beschriebene Dialogstruktur in Richtung konventionellem Alltags-Smalltalk abdriftet – wie z.B.:

- A: *„Die Jeans, die du anhast, steht dir sehr gut.“*
- B: *„Echt? Danke. Die hab ich bei \* gekauft. Bist du eigentlich kurzsichtig, oder weitsichtig?“*
- A: *„Äh – kurzsichtig. Hast du ne Uhr an? u.s.w.“*

Wenn A und B über einen längeren Zeitraum (ca. 10 -15 Minuten) die repeat-Übung, ohne mit dem Sprechen abzusetzen, ohne Pausen (!), durchhalten, kann der Anleiter die Anweisung geben, jetzt – ebenfalls ohne Denk- oder Sprechpausen – überzugehen, auch Wahrnehmungen auszusprechen, die sich nicht nur auf den rein äußerlichen Eindruck meines Partners beziehen. Das Aussprechen dieser `inneren` Wahrnehmung kann, um das zu erleichtern, zunächst mit dem Aussprechen des rein Äußerlichen gemixt werden, nach und nach sollten die Teilnehmer allerdings vollständig dazu übergehen, das auszusprechen, was sie an `innerem` Ausdruck bei ihrem Gegenüber wahrnehmen. So könnte z.B. folgender Dialog entstehen:

- A: *„Du zappelst nervös rum.“*
- B: *„Ich zapple nervös rum. Du ärgerst dich darüber.“*
- A: *„Ich ärgere mich darüber. Du machst dich lustig über mich.“*
- B: *„Ich mach mich lustig über dich. Du schaust traurig.“*
- A: *„Ich schaue traurig. Du ...“ u.s.w.“*

Auch dieser Dialog sollte über einen längeren Zeitraum hindurch, ohne Pausen, ohne Zensor im Kopf, durch gespielt werden. Als interessante Weiterführung der repeat-Übung, insbesondere als Vorbereitung für das Spiel mit verteilten Rollen, könnte nach diesem zweiten Teil der repeat-Übung, nach und nach in die Rollen eingestiegen werden, allerdings ohne das stereotype verbal-Pingpong zu verlassen. Eine Vortsetzung der repeat-Übung zwischen einem Hamlet-Darsteller und einer Ophelia-Darstellerin könnte dann z.B. so aussehen:

- Hamlet: *„Du schaust mich so leidend an.“*
- Ophelia: *„Ich schau dich so leidend an. Du sitzt vor mir, wie eine Wand.“*
- Hamlet: *„Ich sitz vor dir, wie eine Wand. Du bist wunderschön.“*

- *Ophelia: „Ich bin wunderschön. Du verbirgst etwas vor mir.“*
- *Hamlet: „Ich verberge etwas vor dir. Du lässt mich nicht los.“ u.s.w.*

Eine wunderbare Übung, um Kontakt aufzunehmen zu sich selbst und zum Partner und ein – sicherlich nicht nur für Schauspiel-Profis – funktionabler Einstieg in eine Dialogszene, ganz egal, ob der Dialogtext dieser Szene literarisch fixiert ist, oder erst im Spiel mit dem Partner improvisiert werden soll.

### **3.3.2. Fallbeispiel: der 73jährige Fred und der 27jährige Dirk.**

Im folgenden Fallbeispiel wird Umgang und Wirkung der repeat-Übung in der szenischen Arbeit mit spiel- und auftrittserfahrenen Laien dokumentiert. Die Autorin berichtet aus ihrer Erfahrung als Regisseurin:

*Im Herbst 2002 inszenierte ich für das Kinder- und Jugendtheater Chapeau Claque, einer theaterpädagogische Einrichtung in Bamberg, im Rahmen eines Generationen übergreifenden Theaterprojektes, das Jugendstück „Das Herz eines Boxers“ vom Lutz Hübner. Die Proben- und Arbeitsbedingungen zu dieser Inszenierung kann man als semiprofessionell bezeichnen. Wir hatten 6 Wochen Probenzeit, mit einer Probeneinheit von jeweils 4 – 6 Stunden pro Tag. Es stand ein Handwerker zur Verfügung, der für den Bau des Bühnenbild verantwortlich zeichnete und zwei Hospitanten (beides Bamberger Pädagogik Studenten), die ich mit verschiedensten Aufgaben (Regieassistenz, Soufflieren, Organisation, Öffentlichkeitsarbeit ect.) belasten konnte. Die beiden Darsteller waren beides Schauspiellaien mit umfangreicher Spiel- Auftrittserfahrung:*

- *Der 73jährige Fred W. war, bevor er in Rente ging, Jahrzehnte lang als Dpl.Ingenieur bei der Firma Siemens beschäftigt. Fred hatte Jahre lang in der Theatergruppe der Firma Siemens als Laienspieler sehr aktiv, bei vielen Theateraufführungen mitgewirkt. Im Stück von Lutz Hübner spielte Fred einen über 70jährigen ehemaligen Preisboxer.*
- *Der 27jährige Dirk B., arbeitete seit mehreren Jahren als Sozialpädagoge am Bamberger Kinder- und Jugendtheater Chapeau Claque, und wirkte dort in mehreren Theaterproduktionen mit. Dirk spielte einen 16jährigen Jugendlichen, der wegen einem Jugenddelikt zu Arbeits-Strafstunden verurteilt wird und diese in dem Altenheim, in dem der Boxer lebt, ableistet.*

*Die Schwierigkeit, die sich in der Probenarbeit sehr schnell heraus kristallisierte, war, dass meine beiden Protagonisten weder in vorbereitenden Improvisationen, noch im*

szenischen Zusammenspiel auf der Bühne wirklich zusammen fanden. Vor allem das Spiel von Fred blieb merkwürdig solistisch. Das wiederum wirkte sich negativ auf Dirks Spielangebote aus, die sozusagen im luftleeren Raum verpufften und dadurch ungewollt hölzern wirkten. Ich versuchte es – ohne wirklichen Erfolg - mit verschiedensten Improvisationsangeboten. Ich versuchte, die Probenatmosphäre so persönlich und locker, wie nur möglich zu gestalten, ging mit meinen Darstellern nach der Probe weg, regte Gespräch (auch unabhängig vom Stück) zwischen ihnen an. Das war dann alles sehr nett, aber das Zusammenspiel blieb weiterhin monologisch und solistisch hölzern.

Mir fiel auf, dass Freds Probleme, auf sein Gegenüber zu reagieren, daher rührten, dass er zumeist – obwohl er seinen Partner dabei ausgesprochen freundlich anschaute - überhaupt nicht zuhörte. Und das bezog sich nicht nur auf seinen Bühnenpartner. Wenn man ihn darauf aufmerksam machte, entschuldigte er sich regelmäßig mit altersbedingter Vergesslichkeit. Allerdings konnte er sich szenische Ideen, Dinge, die er sich selbst ausdachte, ohne jedes Problem, auch über längere Zeiträume hinweg, sehr gut merken. Ich hatte das Gefühl, dass Freds Problem darin bestand, seinen Partner nicht wirklich wahrzunehmen, nicht aufzunehmen, welche verbalen, oder sonstigen Impulse er von seinem Gegenüber erhält.

Um genau dieses zu trainieren, begann ich jede Probe mit der repeat-Übung. Es wurde ein Kampf, Fred dazu zu bringen, sich an die festgelegte Formulierungsstruktur zu halten und ihn dazu zu bringen, ohne lange Denkpausen, aufzunehmen, was ihm sein Partner sagt. Es sah so aus, als ob wir den Kampf gegen Freds festgefahrene, solistische Kommunikationsstruktur verlieren würden.

Ich ging dazu über die repeat-Übung nicht nur zwischen den beiden Darstellern stattfinden zu lassen: auch die Hospitanten und die Box-Trainerin, die mit den Beiden die Box-Szene im Stück übte, machten bei der repeat-Übung mit. Die Partner wurden dabei immer wieder gewechselt.

Eines Abends wurde Fred von seiner Frau von der Probe abgeholt. Erfreulicherweise ging Freds Frau auf meine Bitte, bei der repeat-Übung mitzumachen ein. Sie hatte das Prinzip der Übung sehr schnell verstanden, hielt sich an die festgelegte verbale Struktur und verzichtete weit gehend auf Denkpausen. Fred hatte seine üblichen Probleme. Das ging eine Weile, bis auf einmal, Freds Frau, ihren Mann fast anbrüllte: „Du hörst überhaupt nicht zu!“ Fred stutzte einen Moment und antwortete (ganz im Sinn der repeat-Übung), wenn auch etwas leiser: „Ich höre überhaupt nicht zu. Du bist wütend.“

*Vom da ab geschah ein Wunder. Fred lernte nach und nach die repeat-Übung und nicht nur das: er lernte zuhören. Selbstverständlich fiel er immer wieder in seine alten Muster zurück, aber von nun ab genügte es, ihn darauf aufmerksam zu machen, um ihn dazu zu bewegen, mit seinem Partner tatsächlich in spielerischen Austausch, um in 'Wechselbeziehung' <sup>44</sup> - wie Stanislawski sich hierbei ausdrücken würde - zu treten.*

#### **4. Schlussreflexion und Ausblick: Auch professionelle Schauspieler sind Menschen!**

In der, in Kapitel 2. dieser Arbeit beschriebenen Entwicklung professioneller Schauspielmethodik wurde deutlich, wie sich, spätestens seit Stanislawski ein Tendenz abzeichnet, deren Hautanliegen salopp mit dem Forderung umschrieben werden kann: aus Schauspielern, Menschen machen!

In den, im Kapitel 3. dieser Arbeit beschriebenen Übungen und Fallbeispielen, der von Strasberg entwickelten Arbeitsweisen des method-training, wurde die theaterpädagogische Relevanz dieses professionellen Schauspielertrainings gerade für die Theaterarbeit mit Schauspiellaien deutlich.

Es drängt sich die Frage auf, warum gerade diese professionellen Schauspielmethoden an deutschen Landesbühnen oder Stadttheatern nur selten, zumeist allerdings überhaupt keine Verwendung finden. Nur wenige namhafte Regisseure, wie Peter Brook oder George Tabori, die zugegebenermaßen, unter Produktionsbedingungen (monatelange, bisweilen jahrelange Probenzeiten ect.) arbeiten, von denen ein Stadttheater Betrieb selbstverständlich nicht einmal zu träumen wagt, leisten sich den Luxus, theaterpädagogisch wertvolle, und – oh Wunder! – dennoch professionelle Schauspielmethoden zu verwenden. Die Masse professioneller Schauspieler, die an kleineren bis mittleren deutschen Theatern engagiert ist, mutiert unter den dort vorherrschenden Produktions- und Probenbedingungen von Menschendarstellern zu Darstellungsbeamten.

Die menschlichen, künstlerischen und ästhetischen Folgen dieser, sich an den Ansprüchen einer, vornehmlich an materieller Quantität orientierten Leistungsgesellschaft, messenden Theaterproduktion sind nicht selten eklatant. Statt

---

<sup>44</sup> vgl.: Felix Rellstab: „Stanislawski Buch“ Seite 105

Theater bekommt das Publikum dann halt Stadttheater zu sehen – und bleibt nach und nach aus.

Vielleicht könnte der `Entmenschlichung` des heutigen, deutschen Stadttheaterbetriebs nicht nur entgegen gewirkt werden, indem Theaterpädagogen an Theatern dazu `benützt` werden, das ausbleibende, zumeist jüngere Publikum durch, die sicherlich sinnvolle, verstärkte Zusammenarbeit mit Schulen, oder anderen Bildungsträgern, sowie durch das Angebot von Spielclubs, erneut für das Theater zu gewinnen. Der Theaterpädagoge am Theater sollte darüber hinaus – ähnlich wie ein Dramaturg, die Probenarbeit in germanistischer Hinsicht beratend begleitet – die Probenarbeit aus theaterpädagogischer Sicht begleiten: in der Zusammenarbeit mit dem Regisseur auf beratende Weise und in der Zusammenarbeit mit Schauspielern durchaus mittels konkreter Übungen und Improvisationen, die den einzelnen Schauspieler, aber auch einem ganzen Ensemble als Vorbereitung für eine Rollenarbeit oder eine Inszenierung dann dienlich sein könnten.

## 5. Literaturverzeichnis

- Tony Barr: „Acting for the camera“ (Calbe; 2001)
- Dinah Brenig: „Die Erarbeitung einer Rolle bei Diderot und Stanislawski“ (München; 1983; Seminararbeit an der Fakultät für Theaterwissenschaft der Ludwig-Maximilians-Universität, betreut durch Herrn Prof. Dr. Passow)
- Uwe B. Carstensen: „Regie im Theater. Klaus Michael Grüber“ (Frankfurt a. M.; 1988)
- David Mamet: „Richtig und falsch“ (Berlin; 2003)
- Andres Mürs: „Warum macht das deutsche Theater krank, Herr Tabori?“ – ein Interview mit George Tabori in der Frankfurter Allgemeinen Zeitung vom 18.9.1987
- Felix Rellstab: „Stanislawski Buch“ (Wädenswill; 1976)
- Alexander von Reumont: „Theaterspiel. Ein kreativer Versuch“ (Aachen; 1985)
- Konstantin Stanislawski: „Die Arbeit des Schauspielers an sich selbst I“ (Berlin; 1984)
- Konstantin Stanislawski: „Die Arbeit des Schauspielers an sich selbst II“ (Berlin; 1984)
- Konstantin Stanislawski: „Die Arbeit des Schauspielers an der Rolle“ (Berlin; 1984)
- Lee Strasberg: „Ein Traum der Leidenschaft“ (München; 1988)
- Lee Strasberg: „Schauspielen und das Training des Schauspielers“ (Berlin; 1988)
- Lee Strasberg: „Schauspieler Seminar“ (Bochum; 1979)
- Jürgen Weintz: „Theaterpädagogik und Schauspielkunst“ (Berlin; 1997)