

„Die ganze Welt ist Bühne...“

... und wir als Darstellerinnen und Darsteller gestalten sie mit!

So tun, als ob...! Im Theater ist erstmal alles möglich. Das wirkt befreiend, wodurch Energien freigesetzt werden, die wiederum hilfreich sind für das „reale Leben“. Aus meiner Erfahrung heraus wird die Selbsthilfearbeit von den Mitgliedern als eine Stärkung für alle Lebensbereiche erlebt. Genau dieses wird auch durch die Theaterpädagogik erreicht. Sie hat einen ganzheitlichen Blick auf den Menschen in seiner Umwelt und erweitert seine Ausdrucksmöglichkeiten – und das gepaart mit viel Spaß und Freude am Hier und Jetzt.

Die theaterpädagogischen Workshops, die sowohl für Selbstbetroffene als auch für Angehörigengruppen hilfreich sein können, basieren auf meinen Erfahrungen in der Selbsthilfearbeit. Die theaterpädagogischen Ansätze funktionieren dabei nach dem Gedanken der Selbsthilfe, durch Eigeninitiative und Engagement die Lebensqualität zu verbessern.

In der theaterpädagogischen Arbeit stehen der Mensch und der Prozess der Erarbeitung im Mittelpunkt des Theaterspielens. Theaterarbeit heißt, einen neuen Raum zu öffnen und sich dabei mit sich selbst und seiner Welt auseinanderzusetzen. Ich schaffe die Rahmenbedingungen für diese Räume und erlebe selbst dabei immer wieder Neues und Überraschendes.

Ich stehe für einen theaterpädagogischen Prozess, deren Impulsgeber die Teilnehmer sind. Sie bestimmen den Verlauf des Projektes und ich stelle die dazu passenden Methoden zur Verfügung.

Deshalb wird in einem Vorgespräch gemeinsam mit Ihnen erörtert, was ihre Erwartungen und Vorstellungen sind. Daran orientiert sich dann meine Planung.

Auf den folgenden Seiten finden Sie einzelne Themenvorschläge, welche genügend Freiraum lassen, die inhaltlichen Schwerpunkte auf die Bedürfnisse Ihrer Mitglieder abzustimmen. Weitere Informationen über mich finden Sie auf meiner Homepage

www.theater-macht-was.de.

Bei Interesse freue ich mich von Ihnen zu hören.

Daniela Wilhelm

Diakonin,
Sozialarbeiterin,
Theaterpädagogin (BuT)



RAHMENBEDINGUNGEN

Gruppengröße:

mind. 6 – max. 24 Personen

Raumbedarf:

der Gruppengröße entsprechender Raum mit Platz zum Bewegen, ideal wäre ein zur Verfügung stehender zweiter Raum für Kleingruppenarbeit

Grundsätzlicher Materialbedarf:

Flipchart, Pinnwand, Moderatorenkoffer

Preise:

- Workshop (2 bis 4 Stunden)
pro Stunde 100,-- Euro zzgl. Fahrtkosten
- Tagesseminar (8 Stunden)
900,-- Euro zzgl. Fahrtkosten
- Wochenende (Freitagabend bis Sonntagmittag)
individuelle Vereinbarung eines Pauschalpreises möglich



Ich bin da! Selbstbewusstes Auftreten trainieren. Wie wirke ich auf andere? Der Körper sendet viele unbewusste Signale aus. Diese bewusst wahrzunehmen und damit auch steuern zu können, ist ein Ziel dieses Seminars. Mit Übungen aus der Schauspielausbildung wird den Teilnehmenden die Wichtigkeit der Körpersprache deutlich gemacht und aufgezeigt, wie die eigene Stimmung beeinflusst werden kann.

Möglicher Zeitrahmen: Workshop, Tagesseminar, Wochenendseminar

Wie treffe ich die richtige Entscheidung? Wie treffe ich eigentlich Entscheidungen? Welcher Entscheidungstyp bin ich und was heißt das für mich? Welche Methode der Entscheidungsfindung passt zu mir? Mithilfe von Übungen aus der Theaterarbeit werden wir Antworten auf diese Fragen finden.

Möglicher Zeitrahmen: Workshop, Tagesseminar

Krankheit/Behinderung und Humor? Das Ziel dieses Seminars ist es, den Humor als Lebenskunst zu entdecken. Durch Humor ist man in der Lage, Probleme oder Konflikte distanzierter und relativierender zu betrachten und dabei originelle Lösungen zu finden. Der Clown repräsentiert den Mut zum Leben. Er weiß, dass er immer wieder scheitern wird, aber er genießt das Hier und Jetzt.

Möglicher Zeitrahmen: Workshop, Tagesseminar, Wochenendseminar

Welche Rolle spiele ich? Jede Gesellschaft ist ein Theater. Je nach Akt und Szene übernimmt der Mensch eine andere Rolle. Deshalb sind theaterpädagogische Methoden geradezu ideal, über Rollen und Rollenschreibungen nachzudenken und Rollenwechsel zu erfahren. Anhand der Methode des Statuentheaters werden die Teilnehmenden in die Lage versetzt die eigene Rolle in den verschiedenen Systemen bewusster zu gestalten.

Möglicher Zeitrahmen: Workshop, Tagesseminar, Wochenendseminar

Aspekte meines Lebens – was macht mich aus? Die ganze Gruppe erarbeitet ein Theaterstück, indem von jedem Teilnehmenden persönliche Erlebnisse enthalten sind. Üblich ist es beim biografischen Theater, dass diese Erlebnisse für die Bühne so aufbereitet werden, dass Rückschlüsse auf die Person nicht möglich sind. Der so entstehende geschützte Raum ermöglicht die persönliche Öffnung für die biografische Arbeit und die damit verbundene Erfahrung sowie eine spielerische Aufarbeitung von persönlichen Themen.

Möglicher Zeitrahmen: Tagesseminar(e), Wochenendseminar(e)

„Seit 2015 arbeiten wir mit Frau Wilhelm zusammen. Sie zeichnet sich mitverantwortlich für unsere Bildungsseminare. Wir freuen uns jedes Mal wieder über die neuen Impulse, die durch ihre theaterpädagogischen Methoden in unsere Seminararbeit gebracht werden. Wir hoffen, dass Sie uns noch lange erhalten bleibt und freuen uns schon auf die nächsten Seminare mit ihr.“

Selbsthilfevereinigung für Lippen- Gaumen-Fehlbildungen
Wolfgang Rosenthal Gesellschaft



Neuen Situationen mutig begegnen. Wir Menschen fürchten uns am meisten vor dem Unbekannten. Beim Improvisationstheater ist nichts vorherbestimmt und trotzdem springt man mit lautem „Hurra“ hinein. Wir tun so, als hätten wir keine Angst. Und gemeinsam mit dem Spielpartner entsteht eine spannende Szene nach der anderen. Dann können wir erleben, wie unser Mut belohnt wird. Im realen Leben können wir uns danach immer wieder auf diese positive Grundhaltung besinnen, um daraus den Mut für neue Schritte zu schöpfen.

Möglicher Zeitrahmen: Workshop, Tagesseminar, Wochenendseminar

Schlagfertigkeit trainieren. Wie oft befanden wir uns in für uns unangenehmen Situationen, in denen wir uns gewünscht hätten, schlagfertiger reagiert zu haben? Mit Übungen aus dem Improvisationstheater trainieren wir die spontane Kreativität und lernen dabei, wie wichtig die eigene innere Haltung ist. Wir lernen unseren eigenen „Fehlern“ freundlich zu begegnen und sie als Bereicherung zu erleben. So können wir besser mit zukünftigen unangenehmen Situationen umgehen.

Möglicher Zeitrahmen: Workshop, Tagesseminar, Wochenendseminar

Schwierige Arzt-/Therapeuten-Gespräche meistern. „Und nach dem Gespräch habe ich mich sowas von geärgert. Am meisten über mich selbst. Aber was hätte ich tun können?“ Genau dieser Frage wollen wir nachgehen. Mit der Methode des Forumtheaters wird es möglich, für zukünftige Gespräche neue Lösungen zu finden. Jeder Teilnehmende kann eigene Ideen mitbringen und trägt somit zur Lösungsfindung bei. Dadurch werden die vorhandenen Ressourcen bei den Teilnehmenden genutzt und die Handlungsoptionen jedes Einzelnen erweitert. Zusätzlich kann hier ein Exkurs zum Thema Körpersprache und Gesprächsführung für eine zusätzliche Kompetenzerweiterung sorgen.

Möglicher Zeitrahmen: Workshop, Tagesseminar, Wochenendseminar



Mit Improvisation Rahmenbedingungen gestalten. Oft genug ist man in der Selbsthilfearbeit Sachzwängen unterworfen. Wie man spielerisch mit solchen Rahmenbedingungen umgehen kann, erfährt man am Beispiel des Improvisationstheaters. Denn hier wird man trainiert, den eigenen Gestaltungsspielraum kreativ zu nutzen und gleichzeitig ein gemeinsames Ziel zu verfolgen. Mit neuen Ideen und frischer Motivation kann dann auch im realen Leben ans „Improvisieren“ gegangen werden.

Möglicher Zeitrahmen: Workshop, Tagesseminar, Wochenendseminar

Wir führen Regie – Organisationen neu betrachten. Was wäre, wenn... Diese Annahme ist Grundlage jeder Geschichte. Lassen Sie uns die Geschichte ihres Vereins, ihrer Gruppe, ihrer Organisation mit Mitteln des Theaters aus einer anderen Perspektive erzählen. Inhaltlich kann es dabei um die Erarbeitung eines Leitbildes oder von neuen Zielen und Konzepten gehen. Anhand des thematischen Schwerpunkts wird die geeignete theaterpädagogische Methode ausgewählt.

Zeitrahmen: mind. 3 Stunden Workshop, Tagesseminar, Wochenendseminar