

Theater Sgaramusch
Postfach 1532
CH-8201 Schaffhausen
+41 (0)52 624 58 68
theater@sgaramusch.ch
www.sgaramusch.ch

Theaterpädagogisches Material

von Stefan Colombo



Liebe üben

Dokumentarisches Tanztheater für Menschen ab 10 Jahren

Vonder Mühl / Thuwis / Biedermann

Eine Produktion des Theaters Sgaramusch in Koproduktion mit dem Tanzhaus Zürich, dem FFT Düsseldorf, dem TAK Theater Liechtenstein und dem Kulturbüro Friedrichshafen.

Liebe üben

Dokumentarisches Tanztheater für Menschen ab 10 Jahren

...Darf ich dich was fragen?

Ja.

Wie stellst du dir deine Liebesbeziehung vor, wenn du erwachsen bist?

Wie?

Stell dir vor du bist erwachsen und hast eine Liebesbeziehung. Wie ist die dann?

Hmmm... ja, normal.

Was heisst denn normal?

Ja, ich weiss nicht. - Eine Frau - Kinder - Auto - Haus - Ja. Sonst nix...

Vorstellungen, Erwartungen, Rollenbilder, Ideen...

Nora und Ives, eine Schauspielerin und ein Tänzer üben Liebe. Weil sie ins Leben gehört, weil sie schön ist, kompliziert, zum Lachen und zum Weinen. Sie sind um die fünfzig. Sie stellen sich ihren Unsicherheiten, fragen das Publikum, fragen einander: Braucht es eine Liebesbeziehung um glücklich zu sein? Weshalb hast du geheiratet? Wann warst du das letzte Mal verliebt? Was ist Klischee? Was ist wahr? Sie scheitern an den Gesellschaftsbildern, stellen sich dem Schmerz und dem Wunsch nach dem Eigenen. Die Suche hört nie auf, und das ist schön!

Liebe üben holt die Liebe aus dem 7. Himmel auf den Boden der Bühne herunter, da wo geprobt, geschwitzt und gearbeitet wird. Dahin wo alles möglich ist.

Regie Hannah Biedermann **Konzept & Performance** Nora Vonder Mühl und Ives Thuwis

Ausstattung Ria Papadopoulou **Lichtkonzept** Bene Neustein **Flyer** Remo Keller

Produktionsleitung Cornelia Wolf/Stefan Colombo

Das Recherchematerial stammt von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen in Zürich, Schaffhausen, Feldkirch, Ruggell, Schaan und Düsseldorf sowie den Künstler*innen Salome Schneebeli, Frederike Dengler, Corsin Gaudenz, Tina Beyeler, Brigitte Walk, Arno Oehri, Sabeth Dannenberg, Martin Nachbar und Morgan Nardi. Vielen Dank dafür.

Inhaltsverzeichnis

1.	Inhalt / Schwerpunkte «Liebe üben»	4
	1.1. Darum geht es in Liebe üben	4
	1.2. Das sehen wir auf der Bühne	4
2.	Vor dem Theaterbesuch	5
	2.1. Vorbereitendes Gespräch	5
	2.2. Gespräch über «Paarbeziehungen»	5
	2.3. Collagen zu Paarbeziehungen in Printmedien	6
	2.4. Name und Bewegung	6
	2.5. Bewegungsmemory	7
	2.6. Statuen formen	7
	2.7. Spiegelspiele	7
	2.8. Gesten raten / Scharade	8
	2.9. Tanzen und zuschauen	8
	2.10. Musik wünschen	9
3.	Nach dem Theaterbesuch	9
	- Beratungsstellen Kontaktadressen	9
	- Privatsphäre/Rollenverhalten/Erwartungen/Stopp	9
	3.1. Interviews intern/extern	10
	3.2. Liebesgesetze	10
	3.3. Choreographien schreiben	10
	3.4. Liebesgeschichten als Comix	10
	3.5. Weiterführende Literatur	10
4.	Anhang Bewegungsskizzen	11

1. Inhalt / Schwerpunkte «Liebe üben»

1.1. Darum geht es in „Liebe üben“

- *Die Körperlichkeit.* Liebe wird nicht nur im Kopf verhandelt, Nora und Ives machen sich mit ihren Körpern auf die Suche. Die Liebe betrifft den ganzen Menschen, Körper und Geist.
- *Das Persönliche.* Paarbeziehungen sind intime Beziehungen. Die Frau und der Mann auf der Bühne geben sich selbst preis, lassen uns in ihre ganz privaten Ansichten und Gefühle blicken.
- *Unsere eigene Meinung.* Im Interpretieren der Tänze und auch beim Stellungbeziehen zu den unterschiedlichen Meinungen der beiden Übenden auf der Bühne, werden wir Zuschauenden aufgefordert, unsere eigene Position zu beziehen. Wir werden eingeladen, uns selber ein Bild zu machen.
- *Das Scheitern.* Gehört zum Üben ganz selbstverständlich dazu. Nora und Ives nehmen es als Ansporn, weiter zu machen.
- *Die Klischees.* Ganz selbstverständlich nehmen die Zwei sämtliche ihnen bekannten Klischees auf – genauso wie Unübliches. Sie stellen das eine dem andern gegenüber, bewerten es nicht eindeutig, sondern lassen verschiedenste Haltungen gelten.

1.2. Das sehen wir auf der Bühne

Auf der Bühne sind die Schauspielerin Nora und der Tänzer Ives. Sie hören sich ab Band Stimmen an, die sie während ihrer Recherchen zum Thema „Liebesbeziehungen“ aufgenommen haben. Es sind Antworten auf die Frage „Wie stellst Du Dir Deine Liebesbeziehung vor, wenn Du erwachsen bist?“

Zu Beginn des Stücks fragt Nora Ives: „Willst Du mit mir Liebe üben?“ - Und schon tanzen sie los. Wir können sie beobachten, wie sie sich tänzerisch im Nähe Ausprobieren üben, im Küssen, im Streiten und Versöhnen. Immer wieder merken sie, dass es das jetzt noch nicht war – sie müssen weiter üben. Sie hören sich weitere Antworten ab Band an. Wie junge und ältere Menschen ihre Liebe suchten, fanden oder verpassten. Nora und Ives üben auch, wie es ist, in einem Hochzeitskleid zu stecken. Sie üben gemeinsam und merken, dass sie oft in ganz verschiedenen Welten sind - ganz andere Vorstellungen haben und noch mehr Fragen: Bin ich meiner/m Partner*in treu? Bin ich immer ehrlich? Will ich Kinder haben? Bleibe ich in der Beziehung, auch wenn es mal schwierig wird?

Nora und Ives sind wirklich am Suchen. Sie fragen auch Leute im Publikum, wie es bei Ihnen so ist, mit der Liebe. „Warst Du schon mal verliebt? – War das schön?“ Sie geben vielleicht einmal ihre eigene Position auf, aber nicht das Üben. Denn schliesslich gibt es nichts Wichtigeres als die Liebe – oder?

2. Vor dem Theaterbesuch

2.1. Vorbereitendes Gespräch

Als Vorbereitung zum Kunstgenuss ist es sicher spannend, sich mit allen auszutauschen über das zu Erwartende.

Liebe	Was bedeutet „Liebe“ für mich? Wo sehe ich Liebende? Woran erkenne ich Liebende?
Üben	Was übe ich? Wie oft? Wo? Gibt es Dinge, die man nicht üben kann?
Tanz	Wann tanze ich? Wo? Mit wem? Kenne ich Menschen, die tanzen?
Dokumentarisch	Was könnte das bedeuten: „Dokumentarisches Tanztheater“?

2.2. Gespräch über „Paarbeziehungen“

„Wie stellst Du Dir Deine Liebesbeziehung vor, wenn Du erwachsen bist?“

Diese Frage haben Nora und Ives vielen Kindern gestellt in den Workshops zum Thema. Je nach Vertrauen, das in einer Klasse herrscht, kann die Frage offen von allen beantwortet werden oder man schreibt (mind. 4 Stichworte) auf Zettel, die dann ohne Namensnennung von der/vom Gesprächsleiter*in zitiert werden. Interessant sind dabei die unterschiedlichen Vorstellungen der Details. Wenn z.B. gesagt wird, zu einer Liebesbeziehung gehört Küssen, dann sind die Meinungen darüber, was Küssen genau bedeutet, was sich beim Küssen schickt und was nicht, sehr unterschiedlich. Auf den ersten Blick sind die Klischees von einer Paarbeziehung vielleicht sehr ähnlich, im Einzelnen haben aber viele Menschen unterschiedliche Ansichten.

Das Thema kann auch in einem stummen Gespräch angegangen werden: Auf Tischen liegen Stifte und grosse Papiere. Jeder schreibt ein Stichwort oder einen Satz zum Thema auf das Blatt, geht weiter und liest, was andere geschrieben haben. Wenn einen etwas anspricht/aufregt schreibt man eine Ergänzung, einen Kommentar daneben. Dabei spricht aber niemand. Nach 20 Minuten werden die beschriebenen Papiere in die Runde gebracht.

In der Runde kann man zu einzelnen Aussagen schauen, wie sich Zustimmung und Ablehnung in der Gruppe verteilen. Wir nehmen einzelne Aussagen (z.B. „Küssen ist eklig“) und bestimmen zwei Orte im Raum – ganz links bedeutet „finde ich auch“, ganz rechts bedeutet „finde ich gar nicht“. Nun können wir uns im Raum entsprechend unserer Meinung verteilen und sehen, wer nahe bei uns – also unserer Meinung – steht.

Wir können uns in den Gruppen, die ähnlicher Meinung sind, erzählen, warum wir das so empfinden.

2.3. Collagen zu Paarbeziehungen in Printmedien

In Printmedien werden oft „glückliche“ Paare für Werbung verwendet. Viel Material für spannende Collagen.

Diese Collagen könne als Ausgangsmaterial für Gespräche dienen. Das Foto- und Bildmaterial kann auf Gesten untersucht werden: Welche Geste oder welcher Blick verrät was? Oder man versucht, anhand der Bilder herauszufinden, was die Abgebildeten wirklich fühlen – was ist ehrlich, was sieht gestellt aus?

Sprechender Körper 2.4. – 2.9.

Im Tanztheaterstück geht es sehr stark auch um Körpersprache. Zu Gesten und Körperhaltungen lassen sich einige Spiele und Übungen machen, die den Fokus auf die uns oft unbewusste Sprache unserer Körper legen.

2.4. Name und Bewegung

Wir stellen uns im Kreis auf. Ein Kind beginnt: Es sagt seinen Namen und macht dazu eine Bewegung (möglichst mit dem ganzen Körper, ein Geräusch darf auch dabei sein). Alle zusammen wiederholen wir den Namen und die Bewegung. Dann macht ein Kind nach dem andern reihum sein Eigenes und wir wiederholen es. In der zweiten Runde versuchen wir alle gemeinsam, aus der Erinnerung die Namen und Bewegungen reihum zu wiederholen.

Wenn wir wollen, können wir das nun nochmal und viel schneller tun und/oder neue Bewegungen erfinden und ergänzen.

Als Erweiterung: „Bewegungs-Telefönlis“

Eine Bewegung mit Geräusch wird im Kreis herumgegeben. Ich mache also die Bewegung mit Geräusch des Kindes neben mir nach – möglichst präzise – und trotzdem wird sich stets etwas ein wenig verändern/verschieben. Eine zarte, feine Bewegung mit scheuem Ton kann in etwas Wildes, Unbändiges ausarten und umgekehrt.

Wenn wir uns spontan Bewegungen ausdenken oder sie so schnell nachmachen, dass wir keine Zeit haben, sie mit dem Kopf zu zensurieren, scheinen in ihnen unsere Gefühle durch. Wir können im Anschluss an die Übungen darüber sprechen, was wir dabei gefühlt haben und auch: Was habe ich bei den andern beobachtet? Wer fühlte sich wohl oder eher nicht.

2.5. Bewegungsmemory

Zwei Kinder werden vor die Tür geschickt. Im Raum vereinbaren je zwei (wenn möglich nicht immer «die üblichen Paare») eine gemeinsame Bewegung. Alle verteilen sich im Raum. Die zwei Ratenden werden hereingebeten. Nun dürfen abwechselnd jeweils 2 Kinder ihre Bewegung zeigen. Entdecken die Ratenden zwei mit der gleichen Bewegung, gehört dieses Pärchen ihnen. Wer ein Pärchen aufgedeckt hat, darf gleich noch einmal aufdecken. (Es funktioniert also wie ein Memory mit Bildkarten, aber mit Bewegungen statt Bildern).

2.6. Statuen formen

Dieses Spiel kann in Zweiergruppen durchgeführt werden, aber auch in grösseren Gruppen.

Es gibt Bildhauer*innen und Statuen. Die Bildhauer*innen formen aus den Statuen Skulpturen. Vorsichtig bringen sie die Glieder der Statuen in Positionen, welche die Statuen zu halten versuchen.

Die geformten Bilder können von anderen Gruppen bestaunt werden, und es kann geraten werden, was die Bildhauer*innen versuchten darzustellen.

Die Statuen können auch durch sanftes antippen in Bewegung gebracht werden. Wir tippen zum Beispiel auf den Ellenbogen und dieser bewegt sich wohin es ihm gefällt. Oder wir stellen einige Statuen zueinander in Beziehung. Auf ein Zeichen hin fangen die Statuen an, sich zu bewegen. Es entstehen kurze Szenen.

Wenn wir in einer bestimmten Stellung verharren, entsteht auch ein Gefühl in unseren Körpern. Wir können uns darüber austauschen, wie es sich anfühlt, eine Statue zu sein – aber auch, was wir von aussen zu erkennen meinen.

2.7. Spiegelspiele

Aufgabe in Zweiergruppen. Jemand ist Spiegel, jemand führendes «Original». Der/die Führende bewegt sich so, dass der Spiegel eine Chance hat, gleichzeitig mit zu gehen. Aussenstehende können zuschauen und versuchen zu merken, wer führt und wer spiegelt. Der/die Führende kann eine kurze Geschichte spielen, der Spiegel versucht danach, die Geschichte zu erzählen.

Die Spiegelnden können sich einige Bewegungen merken, die sie besonders gerne gespiegelt haben. Jetzt können sie diese Bewegungen in eine Reihenfolge bringen und z.B. 3 Mal aneinanderreihen. Zu etwas Musik kann diese kleine Choreographie den Kindern in der Klasse vorgestellt werden.

In «Liebe üben» werden viele Klischees angeschaut und ausprobiert. Wir alle sind voller Vorstellungen, wie etwas zu sein hat. Und auch wenn wir schon Liebesbeziehungen erlebt haben, ist es doch immer anders, als man denkt. Es kann sehr erhellend sein, voneinander zu hören, was alles an Vorstellungen in unseren Köpfen herumspukt.

In den Tänzen von Nora und Ives sind nicht nur Tanzschritte, Bewegungen und Sprünge Teil der Performance, sondern auch viele Gesten. Einige sind eindeutig und wir deuten sie alle gleich, andere sind bloss für die beiden verständlich und einige sind mit Worten nicht beschreibbar. Und trotzdem meinte ein Mädchen nach der Vorstellung: „Bei Noras Tanz habe ich jede Bewegung verstanden. Mir geht es ganz genau so.“

2.8. Gesten raten / Scharade

Scharaden (Pantomimenspiel, das so lange wiederholt wird, bis die Zuschauenden erraten, was es darstellt) sind ein probates Mittel, um Körpersprache zu üben und deuten zu lernen. Dabei können nicht bloss Tiere, Berufe oder Schlagzeilen dargestellt werden, sondern auch Gefühle oder kurze Geschichten.

Wenn man eine Weile dranbleibt, lassen sich gruppeninterne Gesten für bestimmte Worte bestimmen. So kann eine Zeichensprache entstehen, mit der mehr und mehr komplexe Geschichten erzählt werden können. Es kann auch das Lieblingslied der Klasse in Bewegung übersetzt werden – ein Tanz in Bewegungsworten. Oder wir erfinden simple Zeichen für die Klasse (Begrüssung, bin OK, Stopp, Achtung Lehrperson usw.)

2.9. Tanzen und zuschauen

Tanz kann ganz vieles sein. Akrobatisch, ästhetisch, präzise, wild – und vor allem auch sehr persönlich. Zu unserer Lieblingsmusik tanzen wir vielleicht sehr ausgelassen oder eher in uns gekehrt. Wir können uns im Kreis aufstellen und zu einer Musik mittanzen. Einzelne tanzen in der Kreismitte ein kurzes Solo und reihen sich danach wieder in den Kreis ein.

Wir können auch verschiedene Klatschrhythmen zur Musik ausprobieren, die einzelne vorgeben – ebenso wie Moves/Bewegungen/Tanzschritte oder Geräusche, die zur Musik passen.

Wenn wir uns zu Musik bewegen, gibt es viele Möglichkeiten. Einige kopieren gerne Schritte und Bewegungen von andern, andere erfinden lieber ihre eigenen Moves, und dritte lassen am liebsten ihre Bewegungen im Moment entstehen. Wie auch immer, Tanzen ist etwas sehr Persönliches. Der eigene Körper in Bewegung spricht zu denen, die zusehen. Vieles, was wir in Worten nicht fassen können, zeigt sich, wenn wir den Körper sprechen lassen. Mit anderen zu Tanzen, braucht oder fördert eine vertrauensvolle Atmosphäre.

Musik spricht unsere Gefühle an. Es lässt sich trefflich streiten über Geschmack, es kann aber auch sehr erhellend sein, sich einfach mal darüber auszutauschen, warum einen ein Musikstück oder diese Künstlerin, jene Band interessiert.

2.10. Musik wünschen

Im Internet (z.B. auf youtube) sind die meisten bekannten Musikstücke abrufbar. Wir können uns Lieder vorspielen lassen, die ein Kind wünscht und von dem es uns erzählt, was daran speziell ist oder warum es jetzt genau zu diesem Thema passt. Das kann auch als Einstieg in eine Lektion oder einen Block sein.

3. Nach dem Theaterbesuch

Alle Übungen, die wir als Vorbereitung zum Stück beschrieben haben, lassen sich auch als Einstieg zur Nachbereitung verwenden – oder weiterführen.

In «Liebe üben» werden viele Themen aufgeworfen, die sich in Gesprächen weiterverfolgen lassen, die sich aber auch sonst im Unterricht zu gegebener Zeit als Diskussionsbeispiele wieder hervorholen lassen, wenn es gerade zum Stoff passt.

Sicher ist es auch wichtig, den Schüler*innen Adressen zu vermitteln, wenn sie mit ihren eigenen Problemen an Grenzen stossen und Hilfe brauchen. Hier einige Kontakte.

- Beratung + Hilfe 147: Tel. 147 / 147.ch
- VJPS, Verein für Jugendfragen, Prävention und Suchthilfe: 052 633 60 10 / www.vjps.ch
- Jugendberatungsstelle Schaffhausen: 062 620 33 33 / www.jash.ch
- IPW Beratungsstelle für Jugendliche Winterthur/ZH: Tel. 052 267 68 55/bsj@jpw.zh.ch
- ask! – Beratungsdienste Aarau: 062 832 64 10
- SHMK Schweiz. Hilfe für Mutter und Kind: 0800 811 100 / helpline@shmk.ch / www.shmk.ch

Es gibt explizite Szenen zu diesen Themen:

- Privatsphäre: Was geht nur mich etwas an? Mit wem kann ich im Vertrauen ganz private Angelegenheiten besprechen?
- Rollenverhalten: Welche Vorstellungen habe ich von Geschlechterrollen (der Mann im Hochzeitskleid)? Habe ich Mühe mit unklaren Grenzen? Fühle ich mich manchmal ausgegrenzt?
- Erwartungen: Was erwarte ich vom Leben? Was soll ein/e zukünftige/r Partner*in für mich tun, wie sein? Wovor habe ich Angst? Worauf freue ich mich?
- Was ich nicht will: Wann habe ich genug? Wie bedeute ich meinem Gegenüber, wann Schluss ist? Wie reagiere ich darauf, wenn andere mir Stopp sagen?

3.1. Interviews intern/extern

Wir überlegen uns Fragen - zum Thema Liebe/Paarbeziehungen oder zum gesehenen Theaterstück – auf die wir gerne Antworten hätten. Mit diesen Fragen machen wir Interviews. (Die Fragen sollten miteinander angeschaut werden, bevor man damit nach aussen geht, damit keine unangenehmen Überraschungen passieren). Wir fragen Mitschüler*innen, andere Klassen, Familienmitglieder, Passant*innen. Die erhaltenen Antworten stellen wir einander vor und entscheiden, was in unsere «Liebeszeitung» hineingehört und was nicht.

3.2. Liebesgesetze

In kleinen Gruppen machen wir Liebesgesetzestafeln mit Regeln: 3 «Goes» und 3 «No Goes», die in einer Paarbeziehung notwendig sind, damit sie bestehen kann. Die entstandenen Regelwerke stellen wir zur Diskussion.

3.3. Choreographien schreiben

Wir sammeln Gesten, Körperhaltungen und Bewegungen. Wir können sie in Stichworten oder Skizzen festhalten. Die schematischen Miniszene von Remo Keller (auf dem Flyer und im Anhang) können ebenfalls Verwendung finden.

Wir wählen eine passende Musik und 5 Bewegungen/Gesten/Körperhaltungen für den Refrain sowie 5 für die Strophen. Nun geben wir diese Choreographien einem Team, das diesen Tanz einstudiert und uns vorführt.

3.4. Liebesgeschichten als Comix Choreographien

Was wir für die Choreographien gesammelt haben, können wir auch als Kurzgeschichte, als Comix zusammenstellen. Die entstandenen Geschichten lassen wir uns von Kolleginnen erzählen.

3.5. Weiterführende Literatur

Theaterluft	Theaterpädagogisches Hilfsmittel / Ein Fächer voller Ideen und Tipps Von Ursula Ulrich und Regina Wurster Erhältlich unter www.ztp.phlu.ch
Niklas Luhmann	-Liebe als Passion -Liebe: eine Übung
UBS Studie	Sexuelle Übergriffe von Jugendlichen - unterschiedliche Vorstellungen, Klischees

4. Anhang Choreographie-Skizzen von Remo Keller

