



Theaterwerkstatt Ludi

Horner Weg 71 C

20535 Hamburg

Tel.: 040 / 21 90 98 69

Mobil: 0163 / 847 33 81

Mail: info@theaterwerkstatt-ludi.de

Web: www.theaterwerkstatt-ludi.de

Improvisation und Führung

Was ist Improvisationstheater?

Beim Improvisationstheater spielt man Szenen aus dem Stegreif. Improvisationstheater-Spieler brauchen daher besondere Fähigkeiten wie Kreativität, Flexibilität und Spontanität. Zentrale Qualitäten sind ein hohes Maß an Aufmerksamkeit, Einfühlungs-Vermögen und Teamarbeit.

Wie wirkt Improvisationstraining?

Improvisationsübungen und -Spiele stärken den Selbstausdruck, regen die Wahrnehmungsfähigkeit an und fördern die Phantasie. Darüber hinaus macht Improvisations-Theater vor allem viel Spaß. Es ermöglicht auf humorvolle, kreative und sehr anschauliche Weise die

Vermittlung wichtiger Soft-Skills wie:

Improvisation

Was ist Improvisationstheater? Was ist das **Handwerkszeug**, das Improvisation erlernbar und für den Alltag nutzbar macht?

Führen und Folgen

Wie fühlt es sich an, zu führen?

Wie fühlt es sich an, zu folgen?

In welcher **Rolle** fühle ich mich wohler? Welche Rolle ist mir vertrauter? Was sind die **Bedürfnisse** des Geführten und wie kann ich als Führender darauf eingehen und doch in die Richtung lenken, die ich vorgebe?

Vertrauen auf Impulse

Improvisation erfordert einen ständigen Wechsel zwischen Führen und Folgen: Mal gebe ich die Impulse, mal reagiert mein Spieler auf die Impulse des Gegenübers, und bindet sie ein in die nächsten Spiel-Angebote, die er macht. Wie kann ich führen und gleichzeitig offen bleiben für die Anregungen anderer? **Den eigenen Impulsen trauen und die Impulse anderer ernst nehmen!**

Status-Arbeit

Status ist im Arbeitsalltag allgegenwärtig. Improvisationstheater widmet dieser Komponente des menschlichen Miteinanders besondere Aufmerksamkeit: Das Spiel mit dem **Statuswechsel** macht die subtilen Ausdrucksformen von Status bewusster und ermöglicht einen geschmeidigeren Wechsel sowie einen Umgang mit mehr **innerem Abstand**.

Präsenz

Was macht **Präsenz** aus? Wie bringe ich mich in einen Zustand erhöhter Präsenz? „**Wohlspannung**“, **Energie-Management**, **Flow-Erleben**?

Flexibilität, Rollenwechsel, Handlungsspielraum

Der Beruf erfordert eine große **Flexibilität**, die **Rollen** und Nuancen geschwind jedem Gegenüber individuell anzupassen: Improvisation trainiert schnellere und **authentische Rollenwechsel**. **Neue Perspektiven** und **Haltungen** werden erprobt, der **Handlungsspielraum** erweitert sich.

Spontanität & Kreativität

Schnelles und **kreatives Denken** und der Umgang mit **unvorhergesehenen Situationen** sind im Berufsleben notwendig. Improvisation **lockert** und beweist, dass Spontanität und Kreativität kein unerreichbares Mysterium sind, sondern trainierbare Qualitäten.

Selbsta Ausdruck, Selbstdarstellung, Körpersprache

Die Fähigkeit, vor vielen Menschen zu sprechen und meinen Vortrag lebendig und überzeugend zu gestalten, wird durch Auftreten vor Publikum geschult: Wie stelle ich Verbindung zum Publikum/Gegenüber her? Wie gestalte ich **ausdrucksstark (Stimme, Haltung, Körpersprache)**? Wie gehe ich um mit **Unsicherheit**? Wie wirke ich auf andere? Welche Strategien sind hilfreich, welche stehen mir im Weg? Gibt es neue Möglichkeiten, kann ich anders handeln / reagieren als ich es für gewöhnlich tue?

Kommunikation

Aktives Zuhören, **konstruktives Feedback** geben, **Einfühlungs-Vermögen**.