

## MIT DEM HERZEN DENKEN

**„Theaterclowning ist der Moment, wo sich das scheinbar Absurde mit der Wirklichkeit trifft.**

**Es ist ungewohnt und verblüffend einfach.“**

Oberstufe Lehrerbildung, Teilnehmer

**„Technik ist, was Lehrer verwenden, bis der echte Lehrer ankommt, und wir müssen so viele Wege wie möglich finden, um zu helfen, dass dieser Lehrer ankommt.“**

Parker J. Palmer, The Courage to Teach

## WIE KANN DER CLOWN DEM LEHRER DIENEN?

### Clown und Lehrerpersönlichkeit

Wir treffen in jeder Unterrichtsstunde blitzschnelle Entscheidungen. Theaterclowning bietet mit seinen Improvisationsübungen ein Feld, auf dem spontanes Interagieren trainiert werden kann. Wenn wir Paradox, Verwirrung und unsere persönlichen Herausforderungen annehmen, wird plötzlich das Unmögliche möglich. Die Übungen nehmen Körpersprache und emotionalen Ausdruck in den Fokus und können so zur Entlastung in vorwiegend verbalen Kommunikationssituationen beitragen. Der Clown schult uns in der Kunst, jedes Lebensgeschenk freudig zu begrüßen, besonders unsere perfekten Fehler -dadurch finden wir heitere Gelassenheit!

### Begegnung: Clown ist eine innere Haltung

Wir erarbeiten uns spielend und humorvoll Bühnenkompetenzen -auch für die Bühne des Schullebens! Unter Einsatz von Theatertechniken und -übungen sowie kleinen Improvisationen aus dem freundlichen Blickwinkel des Clowns gewinnen Sie innere Distanz, so dass neue Impulse gefunden werden. Wie begegne ich dir? Wie begegnest du mir? Können wir das auch anders? Humorvoller? Menschlicher? Freundlicher? Ein offener, wahrnehmender Blick prägt die Lebenshaltung des Clowns. Er liebt die ganze Vielfalt menschlicher Begegnungen, die so anders erlebt und neu ergriffen werden. Der Blick des Clowns ist unvoreingenommen, frisch und wertfrei. So auf das Wesentliche reduziert ist es möglich, sich in einer warmen, wertschätzenden Atmosphäre zu entdecken und zu zeigen. Der Clown heißt alles, was ist, willkommen!

### Beziehungen: Empathie und Konfliktfähigkeit

Die emotionale Überfülle des Clowns lädt dazu ein, uns über das Herz mit der Welt zu verbinden, bevor wir in den Kopf gehen. Clowns identifizieren sich emotional mit Dingen und Menschen, ohne dabei ihre eigene Wahrheit aufzugeben. Das schult Empathie und Einfühlungsvermögen. Der Clown braucht Empathie um mit offenem und verwundbarem Herzen in die Welt zu gehen. Es gibt keine Herausforderung, der nicht mit dem Herz und der Naivität eines Clowns begegnet werden kann, wenn wir uns dem stellen, was wir im Konflikt am meisten fürchten.

### Vorbereitung auf das Unvorhersehbare

*Wissen, was zu tun ist, wenn Sie nicht wissen, was zu tun ist.“* Max van Manen  
Unterrichten ist meistens unberechenbar. Es wird erwartet, dass wir im Klassenzimmer taktvoll, intuitiv und sensibel wichtige Entscheidung treffen, sowohl für Einzelpersonen als auch für die gesamte Gruppe. Theaterclowning ist eine Schulung, die dabei hilft, den Boden für den Umgang mit dem Unbekannten zu bereiten, Problembereiche zu erkennen und die Fähigkeit zu entwickeln, situationsgerecht zu denken und zu reagieren. Es ist eine Kunst, die uns helfen, Zustand kindlicher Spielbeude und Spontaneität führt, in dem wir in eine neue Beziehung zu Mitmenschen und Umfeld treten.

### Unsere Vorurteile über die Welt loslassen

Wenn wir urteilen, anklagen und beschuldigen (andere oder uns selbst), verschließen wir dem gegenseitigen Verständnis unsere Herzen. Dialog gibt es nur, wo wir nicht versuchen, andere um einen Willen unterzuordnen. Die Naivität des Clowns lädt uns ein, die Welt dadurch neu zu entdecken, dass wir ihr ohne Vorurteile oder Pläne begegnen. Wir lernen, fragend-forschend zu agieren und nicht voreilig zu urteilen. Im Loslassen unserer Neigung, die Dinge zu kontrollieren, schaffen wir unsere Wahrnehmung. Wir können uns dann wieder mit ihnen verbinden und sie auf neue Art verstehen.

## WAS IST THEATERCLOWNING?

### Der Theaterclown

Der Clown lebt jedes Gefühl mit ganzem Herzen. Da er dabei in der magischen Welt des Augenblicks lebt, ist er völlig von Kleinigkeiten eingenommen, er lebt in Bildern und Vorstellungen, geht in der Welt der Gefühle auf und ist offen für Veränderungen. Der Clown nimmt Herausforderungen mit offenen Armen an und erfreut sich an Problemen. Es geht ihm nicht so sehr darum, was er tut, sondern vielmehr darum, wie er es tut. Er steigt aus dem Zug der linearen Zeit aus und tanzt mit dem gegenwärtigen Augenblick!

### An der Schnittstelle von Individuum und Öffentlichkeit

Clowns leben in einem fortwährenden Dialog mit dem Publikum, lauschen auf die Wirkungen ihrer Handlungen und reagieren Augenblicklich, so unpassend oder zusammenhanglos das zunächst auch scheinen mag.

### Die Welt und Andere auf unterschiedliche Arten betrachten

Clowning lädt uns dazu ein, individuelle und absurde Arten der Weltbetrachtung auszudenken und auszuloten. Ein Clown kann, wenn er einen Stuhl sieht, ohne erkennbaren Grund selbst zum Stuhl werden und das Leben eines Stuhls mit großer Intensität leben. Wie sieht die Welt aus, wenn Dich die Menschen kaum anschauen und ganze Tage auf Dir herumlaufen? So wird Clowning zu einer mächtigen Metapher die unsere Art die Welt zu betrachten, verändern kann.

### Die Kunst

Unsere Workshops sind experimentell und geben den Teilnehmern die Möglichkeit, zwischen Aktivität und Reflexion zu wechseln. Alle Übungen sind so gestaltet, dass keine Vorkenntnisse nötig sind, und können beliebig oft wiederholt werden, da sich jedes Mal neue Erfahrungen ergeben. Der Clown ermuntert uns dazu, mit Leib und Seele engagiert, neugierig und interessiert zu sein und auch in den größten Stressmomenten die Verbindung zu unserer inneren Stimme zu halten. Unsere Ängste und Verwundbarkeit versuchen wir dabei wohlwollend anzunehmen und begrüßen auch Kontrollverlust und Nimmweisen.

### Die Identität und Unverfälschtheit des Lehrers

Clowning ist die Suche nach Authentizität und damit eine gewisse Grenzwanderung. Für den Clown wie für den Narren besteht die Herausforderung darin, auszusprechen, was jeder weiß und denkt, was aber unter der Decke der gesellschaftlichen Konventionen verborgen bleibt. So wie im Märchen „Des Kaisers neue Kleider“ ist der Clown als Kaiser Außenstehender der Einzige, der die Dinge benennen darf.

Um gehört zu werden, ist es effektiver, anzufangen und vom Herzen her zu sprechen, als anzupfeifen und zu versprechen. Clowning erfordert eine demütige Haltung.

### Kommunikationsmittel / Werkzeuge

Es gibt viele grundlegende Fertigkeiten des Clowns, die uns helfen im alltäglichen Leben empathischer zu kommunizieren. Zum Beispiel üben wir zu warten oder eine Reaktion hinauszuzögern, uns Zeit lassen, zu schauen, was wirklich passiert und den anderen wahrzunehmen, was den Prozess verlangsam.

Im Feedback nehmen wir den Prozess dann noch auseinander, analysieren ihn. Wir lernen, wahrhaftige Gefühle wahrzunehmen und erweitern unseren Wortschatz in Bezug auf Gefühlsausdrücke. Wir üben eine heitere Art des Zuhörens, das Öffnen aller Sinne, um Raum für neue Intuitionen zu schaffen. Wir lernen unsere Grenzen kennen.

## TEACHER TRAINING WORKSHOPS

### Methode

Wir wärmen uns zunächst mit Spielen, mit Stimm- und Körperübungen auf. Dann folgen Improvisationen (*alleine oder mit anderen*). Jede wird nachbesprochen, um die wichtigen Aspekte unseres Clowns und wie er mit uns lebt, bewusst zu machen. Dies alles geschieht behutsam und dem Einzelnen gegenüber respektvoll, innerhalb eines Rahmens von Regeln, der ein sicheres und schützendes Umfeld bietet.

### Erlebnis, nicht Ergebnis

Wir bevorzugen Spiel und Improvisation und zielen nicht auf darstellerische Fertigkeiten und Techniken ab. Es geht nicht darum, besonders lustig zu sein, auch wenn wir viel lachen. Für das Clowning nutzen wir viele Elemente aus dem Gebiet des Improvisationstheaters, die bei uns einen anderen Charakter bekommen: Unser Augenmerk liegt darauf, zu einer vollen persönlichen Anteilnahme beim Tun zu ermutigen und dabei gleichzeitig eine gesunde Selbstdistanz beizubehalten, besonders in den Feedback-Runden. Mit jeder Übung beginnt ein Erkundungsprozess für den Einzelnen, die Gruppe und den Anleiter.

### Feedback

Wir begrüßen offene Fragen, die einen Entdeckungsprozess fördern. Wir vermeiden, Dinge als richtig oder falsch einzuordnen, bleiben bei den persönlichen Erfahrungen und ermutigen dazu, über die schönsten und verspieltsten Momente zu sprechen. Wir sind davon überzeugt, dass das Nachzählen, das Mitteilen von Beobachtungen und das Benennen von Gefühlen wie Unbehagen oder Freude mit dazu beiträgt, eine höhere Achtsamkeit für sich selbst und die Vorgänge im Raum zu entwickeln und zu kultivieren.

### Individuelle Angebote

Neugierig für Fragen, nähere Infos und Angebote für das Teacher Training zögern Sie nicht anzurufen oder lesen Sie auf unserer Website.

## NOSE TO NOSE KURSLEITER

### Das Team.

Als Kursleiter vermitteln und erleichtern wir den Zugang zum inneren Clown eines jeden Menschen. Wir bleiben dem Geist des Clownings treu, haben wir mit dem kreativen Prozess über jeden Menschen im Fluss bleiben, in dem wir seine emotionale Ausdrucksweise fördern, das Erscheinen der Vorstellungswelt stützen und befreien, um ihren eigenen, inneren Clown in Beziehung zum Publikum zu entwickeln.

### Catherine Bryden,

geboren in Montreal, Kanada, entdeckte die magische Welt des Theaterclowns von Nose to Nose 2001 in Deutschland. 2008 absolvierte sie die Kursleitersausbildung mit Vivian Gladwell in England. Seit über drei Jahren taucht sie auf drei Kontinenten, Nordamerika, Asien und Europa, tief in die Kommunikation und die kreativen Prozesse in Gruppen ein: als Lehrerin (*Englisch als Fremdsprache an der National Taiwan Universität sowie an einer Waldorfschule in Deutschland*) und Projektkoordinatorin/direktorin (*UNESCO, Sprach/Theater Ferienlager, Schulpraktika, Clowning-Nose*). Catherine bringt liebevolle Keckheit und sanftes Chaos in Workshops und auf die Bühne -auf Englisch, Französisch und Deutsch.

### Angela Hopkins,

in Bristol, UK geboren und aufgewachsen. Pädagogische Ausbildung als Fremdsprachenlehrerin mit vielen Jahren Berufserfahrung als Lehrerin an einer freien Schule. Als Mutter von vier Kindern war Angela beteiligt an Aufbau und Mitarbeit in einer Jugendhilfeeinrichtung mit Landwirtschaft und interner Schule in Süddeutschland. Eine ganzheitliche Sicht des Individuums beeinflusst ihrer Arbeit. Ausbildung zur Clownin bei Vivian Gladwell, Nose to Nose, mit anschließender Kursleitersausbildung in London. Die rote Nase führte Angela bisher nach Deutschland, Frankreich, Italien, in die Schweiz, Großbritannien und Island mit gelegentlichen öffentlichen Auftritten. Sie hat langjährige Clowning- Erfahrung mit Gruppen. Angela bietet offene und interne Clowning Workshops in Potsdam, deutschlandweit und international an. In jedem Aspekt ihres Lebens sind Spiel, Verspieltheit und Freude der rote Faden.

## STIMMEN ZUM THEATERCLOWNING

*„Im Rahmen meiner Dissertation ‘The Art of Foreign Language Teaching’ (Francke Verlag: Tübingen, 2007) untersuchte ich eingehend die Auswirkung von Fortbildungen in Theater Clowning für Fremdsprachenlehrer über einen längeren Zeitraum. Es stellte sich eindeutig heraus, dass die Teilnahme an diesen Workshops signifikante und bedeutende professionelle und persönliche Entwicklungen hervorgerufen haben. Aus meiner mehr als fünfundzwanzigjährigen Erfahrung in der Lehrerbildung kann ich sagen, dass diese Form von künstlerischer Arbeit die weitreichendsten Entwicklungsmöglichkeiten bietet.“* • Prof. Peter Lutzker

*„Theaterclowning ist eine Befreiung von Konventionen, eine Hinwendung zum Weltentheater. Die Offenheit für die Situation, die Intuition in der Wahrnehmung des Augenblicks, erscheint zur einen Seite hin absurd, aber auf der anderen Seite erscheint Clowning entwaffnend schön. Zur Verwunderung der Beteiligten entstehen im Drama des Lebens Bilder von bezaubernder Eindringlichkeit.“* • Teilnehmer

*„Clowning hat nichts mit erdachter Simplizität oder gewollter Spontanität zu tun. Es kommt dem, was wir Intuition nennen, am nächsten. Die Schönheit der Bilder und Gesten entsteht aus der absichtslosen Wahrnehmung der Welt und der Begegnung in Welten.“* • Teilnehmer

*„Die spielerische Neugier des Clowns hat mich weit mehr gelehrt über Menschen, ihre Bedürfnisse und Gefühle als meine gesamten Studienjahre zu Psychologie, Übersetzung, Konflikt, Mediation und Fremdsprachenunterricht.“* • Catherine Bryden

*„Clown sein ist für mich die Weisheit des Unvollkommenen -das was uns menschlich macht und Begegnung schafft.“* • Angela Hopkins

## KONTAKT

Zu individuellen Fortbildungsangeboten für Lehrer beraten wir Sie gerne persönlich.

+49 173 7382545  
berlin@nosetonose.info  
[www.nosetonose.info/de](http://www.nosetonose.info/de)

# CLOWN & LEHRER

**nose to nose**  
play is serious business