

zimmeratelier



Clown sein!



„Clown sein!“ – der Workshop für eine veränderte Sicht der Dinge und eine humorvollere Perspektive

*„Ein Clown ist alles, nur eins nicht: witzig! Ein Clown ist nie gemein! Ein Clown hat bei allem Spaß!“
(Dieter Bartels – Clown/Clown-Lehrer)*

Warum ein Clown-Workshop?

Die Essenz des Clowns ist seine Unbekümmertheit, seine Naivität, seine ständige Spontaneität und seine Präsenz im Augenblick.

Sich selbst überlassen, ohne Regeln, ungezwungen und frei, lädt er uns ein, einem kindlichen, fordernden und abenteuerlustigen Selbst Raum zu geben. Normalerweise unterliegen wir in unserem alltäglichen Ausdruck, unserer Selbstwahrnehmung und in unserem persönlichen Verhalten bestimmten Regeln, Normen und gruppenspezifischen Konditionierungen.

Clown sein hingegen ist eine Reise in eine Welt, in der wir die Chance haben, dem „Kindlichen“ in uns (wieder) zu begegnen und es als Ressource für uns nutzbar zu machen. Ein Aspekt, der uns öffnet, der uns spontan sein und staunen lässt.

Der clowneske Zugang lässt uns die Welt mit anderen Augen sehen und verschiebt für einen Moment unsere Selbst- und Fremdwahrnehmung. Diese Verschiebung ermöglicht einen Perspektivwechsel, der uns neue und ungewohnte Sichtweisen und Herangehensweisen ermöglicht. Die Welt einmal „durch eine rote Nase“ gesehen zu haben, lässt uns erfahrungsgemäß nicht unberührt und bietet die Chance eines anderen Umgangs mit uns selbst und anderen.

Eine clowneske Sichtweise kann unseren Blickwinkel erweitern, uns in die Distanz bringen, die manchmal nötig ist, um zu spontaneren, kreativeren Ergebnissen zu kommen.

Gruppendynamisch und teambildend baut dieser Workshop Grenzen ab und schafft für einen Tag ein Klima auf Augenhöhe, in dem wir uns und andere in eingefahrenen Strukturen neu und differenzierter erleben und erkennen können.

Was es dazu braucht?

Nur ein Einlassen, ein Zulassen, ein Loslassen und ... eine rote Gumminase

Konditionen und Ablauf

Exemplarischer Ablauf

Tag 1

17:00 – 20:00 Einführung und Kennenlernen

- Geschichte und kulturelle Bedeutung des Clowns
- Verschiedene Clownstypen und ihre Charakteristika
- Einführung in die Körpersprache und Mimik des Clowns (Improvisationstheater)

Tag 2

10:00 – 16:00 Uhr Workshop

- Erste Übungen zur Erkundung des eigenen Clownscharakters
- Erforschen von Bewegung und Ausdruck mit einfachen Requisiten
- Entwicklung und Darstellung einer eigenen Clownsfigur
- Improvisationsübungen in kleinen Gruppen
- Fortgeschrittene Techniken der nonverbalen Komik

Sonstiges:

Benötigt werden ein ausreichend großer Raum mit der Möglichkeit, einen Stuhlkreis zu bilden, ein Flipchart, ein Beamer und zwei Tische. Speisen und Getränke müssen von den Teilnehmer*innen selbst mitgebracht werden. Bitte bequeme Kleidung und leichtes Schuhwerk mitbringen.

Konditionen:

Teilnehmerzahl	min 8 Pers. max. 16 Pers.
Honorar	960,00 €
Maskenpauschale	pro Teilnehmer*in 5,00 €
Fahrtkostenpauschale	0,35 €/km



© Alle Rechte vorbehalten. 2024 Stefan Schäfer zimmeratelier Lemgo

Alle Inhalte (Texte, Bilder, Grafiken, sowie deren Anordnung u.a.) sowie Projekte und Konzepte und die damit verbundenen sowie daraus resultierenden Ergebnisse unterliegen dem Schutz des Urheberrechts und anderer Schutzgesetze. Der Rechtsschutz gilt auch gegenüber Datenbanken und ähnlichen Einrichtungen. Die Inhalte sind nur für den bestimmungsgemäßen Abruf zu Informationszwecken frei nutzbar. Die Inhalte dieser Projekte und Konzepte sowie die darin beschriebenen Techniken dürfen außerhalb der Grenzen des Urheberrechts ohne schriftliche Genehmigung von Stefan Schäfer nicht in irgendeiner Form genutzt, vervielfältigt, verbreitet, verändert, öffentlich zugänglich gemacht oder Dritten zugänglich gemacht werden. Zuwiderhandlungen werden strafrechtlich verfolgt.