

Lifeshops bei der DGsP-Jahrestagung 2023

!! Tango Argentino mit Gudrun Nehlsen !!
Samstag 20. Mai ab ca. 19:30

1. Der Zauber des Augenblicks

„Ein Mensch geht durch den Raum, während ihm ein anderer zusieht; das ist alles, was zur Theaterhandlung notwendig ist.“ (Peter Brook)

Wir alle spielen Rollen, permanent, überall! Auch allein befinden wir uns im Dialog mit unseren inneren Akteuren. Unser Leben ist unsere Bühne. Wir gestalten sie mit unterschiedlichen Zuschauern und Mitspielern.

In sozialen Arbeitsfeldern wie Schule oder Kita, treffen wir auf Menschen, die ebenso Regie in ihrem Leben führen. In der Begegnung offenbart sich oft nur ein Teil ihres individuellen Drehbuchs.

Theaterpädagogik bietet eine humorvolle Möglichkeit, sich mit der eigenen Haltung und unterschiedlichen Themen des systemischen Arbeitens auseinander zu setzen. Über das „so tun, als ob“, können sich die TeilnehmerInnen ganzheitlich neu erfahren und experimentell ausprobieren. Die Lust am Scheitern ist inbegriffen und Fehler machen ausdrücklich erwünscht.

Ziele:

- Die TeilnehmerInnen entdecken spielerisch eine Vielfalt von Gestaltungsmöglichkeiten in verschiedene Rollen.
- Sie aktivieren durch ihr Handeln „im Augenblick“ ihre verborgenen Ressourcen.
- Sie erleben im Spiel die Fähigkeit ganz und gar auf den anderen zu hören, eigene inneren Vorstellungen loszulassen und ganz bei den Ideen des Gegenübers zu sein.

Gabriel Günthör ist Dipl. Sozialpädagogin (FH), Theaterpädagogin, Systemische Beraterin im pädagogischen Kontext (DGsP) und Supervisorin (DGsP).

2. Körper in Bewegung: Blicke & Haltungen

Wie drückt sich inneres Erleben in äußere Haltung aus? Wie beeinflusst Haltung die Beziehungen, die wir mit anderen Menschen eingehen? Was hat unser Blick damit zu tun?

Tanzimprovisation ermöglicht es, nonverbal miteinander in Kontakt zu treten und die Signale, die der Körper sendet, anders als gewohnt wahrzunehmen.

Über verschiedene Improvisationsübungen werden wir unseren Blick und unsere Körperhaltung in den Fokus nehmen. Wir werden gemeinsam spielerisch mit inneren und äußeren Haltungen experimentieren und erleben, wie sie unsere Interaktionen mit den anderen Menschen im Raum beeinflussen. Zu zweit oder in Kleingruppen werden wir Verschiedenes ausprobieren und erforschen, und kleine Bewegungssequenzen entwickeln, die wir eventuell am Ende des Tages der gesamten Gruppe präsentieren werden.

Der Lifeshop ist für alle offen, mit und ohne Tanzerfahrung, mit und ohne körperliche(r) Einschränkung. Bequeme Kleidung ist von Vorteil.

Bérengère Brulebois stammt aus Frankreich und kommt ursprünglich aus dem klassischen Ballett. Schon mit 4 Jahren träumte sie von der Ballerina-Karriere auf den größten Bühnen dieser Welt. Als Musterschülerin fühlte sie sich in dieser fordernden Welt aus Disziplin und Anpassung wohl. Nach 10 Jahren als Solotänzerin an verschiedenen Theatern in Deutschland und Österreich kommt die Mutterschaft. In ihr vollzieht sich nach diesem einschneidenden Erlebnis ein großer Wandel, der sie für andere Tanzformen empfänglich macht und ihr eine neue Welt eröffnet, unter anderem durch die Improvisation. Im Saarland, wo sie lebt und arbeitet, taucht sie zusammen mit Musiker*innen, Performer*innen, bildenden Künstler*innen in verschiedene Klang-, Sprach- und Bilderwelten, die ihren Tanz stetig bereichern. Ganz selbstverständlich hat sie sich der Pädagogik zugewandt und absolvierte verschiedene Weiterbildungen im Bereich des kreativen und inklusiven Tanzes.

3. Körpersprache und Musik als Werkzeuge für Therapeuten und Pädagogen

Ein Workshop zur Schärfung der Sinne für nonverbale Kommunikation

Besonders als Therapeut und Pädagoge muss man in der Lage sein, Menschen „lesen“ zu können. Die Wahrnehmung dafür geschieht auf verschiedenen Ebenen. Die nonverbalen Ebenen dieser Kommunikation nehmen einen wesentlich größeren Teil als die Sprache ein.

In diesem Workshop werden den Teilnehmern Haltungen als Körpersprache auf eine neue Art bewusst gemacht und die Sinne dafür geschärft. Verpackt in einfachen Übungen aus dem Gesellschaftstanz (Walzer, Lateinamerikanische Tänze und Argentinischer Tango) und darauf aufbauend in kleinen freien Klangimprovisationen (mit vielfältigem Instrumentarium) erfahren sie, wie Haltungen wirken und wie man sie transformieren und bearbeiten kann. Hierbei setze ich meine Erfahrung aus meinem Musiktherapie- und Musikstudium, aus meiner Tätigkeit als Tanzlehrer (Tango Argentino und Standard/Latein) und meine reichen musikalischen und pädagogischen Erfahrungen ein.

Gruppe: 8-10 Personen (wegen Partnerübungen, wäre eine gerade Zahl wünschenswert, aber nicht Bedingung)

Matthias Hejlik, www.culturissima.com

4. Farben: Verwandlungshaltung durch Malen innerer Bilder

Was wir als Farbe erleben, bewegt innere Welten.

Dieser Lifeshop wendet sich an alle, die gerne malen und an alle, die gerne malen würden, aber sich nicht so ganz trauen: Lasst uns – jede*r für sich und dennoch gemeinsam – auf innerer Reise in die Welt der Fantasie eintauchen und die Kraft unserer aktuellen Lieblingsfarbe und ihrer „Verwandten“ erspüren, frei und intuitiv ausdrücken und erkunden.

Durch die intensive Auseinandersetzung mit Farben vollzieht sich, auf dem Papier, eine Verwandlung, die möglicherweise auch eine kreative Wandlung unserer inneren Haltung in Gang setzt.

Papier und Zeichen-/Malmaterialien werden zur Verfügung gestellt. Eigene Lieblingsmaterialien dürfen selbstverständlich mitgebracht und genutzt werden. Für die Aktive Imagination wäre eine mitgebrachte Liegematte ideal, falls reisetchnisch möglich (wir organisieren Notliegematten).

Laura Delitala-Möller ist Wissenschaftliche Mitarbeiterin für Ästhetische Bildung und Inklusion in der Lehrkräftebildung, Systemische (Kunst-)Pädagogin/Beraterin/Supervisorin, Mitglied im Vorstandsteam der DGSP, Maltherapeutin und Künstlerin.

5. Stift-Haltungen kreatives Spiel mit Sprache bei heilsamen Wirkungen im pädagogisch-systemischen Kontext

In diesem Lifeshop laden wir zu einem kreativen, heilsamen Umgang mit Schrift ein. Das kreative Schreiben ist eine kreative Variante, sich mit den eigenen Themen, Fragen, Annahmen und Haltungen auseinanderzusetzen. Die Lust am Schreiben, die kreative Selbstwirksamkeit und die heilsamen Wirkungen lassen sich gewinnbringend in die Kontexte systemischen Arbeitens, in Beratung, Coaching und Supervision integrieren. Der Workshop lädt zu eigenen Schreiberfahrungen ein, hält Informationen zu den Besonderheiten des kreativ-heilsamen Schreibens bereit, lässt Raum zum Austausch und macht Lust am Schreiben.

Die ReferentInnen sind systemische Supervisorinnen / systemische Coaches (DGSP) und gestalten mit dieser Grundhaltung das Angebot.

Anzahl der Teilnehmer:innen: 6 bis 20 (es sollte gerne eine gerade Anzahl sein)

Zeitrahmen: 11.00 Uhr bis 17.00 Uhr. 6 Stunden mit individuell abgesprochenen Schreibzeiten und Pausen

Diana Aust und **Katrin Firmthaler-Ködel**, <https://begegnungen-bewegungen.de>