

INHALT

DANKSAGUNG	7
EINE KURZE EINFÜHRUNG	9
1. TEIL: HINTERGRÜNDE	11
1.1. Das erste Angebot	11
1.2. Die Alchemisten	13
1.3. Unser Bedürfnis nach Geschichten	15
1.4. Yin und Yang: Improvisation & Theater	19
1.5. Anfänger, Spiele-Spieler, Improkünstler – der Weg	24
1.6. ‚Zwischen‘ den Zellen	29
2. TEIL: FREI ASSOZIIEREN	31
2.1. Hingabe - Wachheit & Spontaneität	31
2.2. Den Körper aufwärmen	41
2.3. Den Geist wachmachen	44
2.3.1. Die Mitspielenden	45
2.3.2. Spontaneität	45
2.4. Aufwärmübungen zum theatralen Geschichtenerzählen	50
2.5. Abkühlen und Ruhe finden	51
2.6. Spontanes Geschichtenerzählen	53
2.7. Wahr aber nicht objektiv – persönliches Geschichtenerzählen	55
3. TEIL: VERKNÜPFUNGEN HERSTELLEN	60
3.1. Die natürliche Fähigkeit des Menschen, Geschichten zu erzählen	60
3.2. Erzählstruktur	63
3.2.1. Handlungsstapel	65
3.2.2. Heldenreise/ Hero's Journey	70
3.3. Die wichtigsten Zutaten	71
3.3.1. Vorschläge vom Publikum	71
3.4. Die Schwierigkeit von Anfängen	74
3.5. Das ‚Versprechen‘	75
3.6. Die Figur und ihr Schicksal	76
3.7. Spielen zum Beat	79
3.7.1. Einzelne Beats	79
3.8. Linear & nicht-linear	82
3.9. Charakter, Beziehung, Zielsetzung, Ort - CBZO	85
3.9.1 Charakter	85
3.9.2. Beziehung	86

3.9.3. Zielsetzung	87
3.9.4. Ort	88
3.10. Mit dem Publikum, nicht vor dem Publikum	88
3.11. Frei Assoziieren & Verbindungen schaffen	91
3.12. Metapher & Improvisation	93
3.12.1. Traumzeit ist Spielzeit	95
4. TEIL: IM MOMENT	97
4.1. Spielraum & rituellen Raum schaffen	97
4.1.1. Zufall	98
4.1.2. Zeit	99
4.2. Kurz- & Langformen	99
4.3. Ernsthafte Szenen	101
4.4. Spiele und Spiel	103
4.5. Impro-Langformen	107
4.5.1. <i>Harold</i>	107
4.5.1.1. Die <i>Eröffnung</i>	111
4.5.1.2. Der <i>Körper</i>	112
4.5.1.3. Das <i>Ende</i>	113
4.6. Langformen entwickeln	117
5. TEIL: DIE KRAFT SPONTANER GESCHICHTEN	124
5.1. Sich einlassen, nichts erzwingen	124
5.2. Wie geht's weiter?	125
5.3. Was Improspieler erwartet	127
5.4. Ausblick	128
LESEEMPFEHLUNGEN	130