

## Workshop/ Improvisationstheater am 23.06.2018

„Warum es sich auch mal lohnt mit Ritualen und Gewohnheiten zu brechen“

### Workshop-Leitung

**Frederik Nelting** (Gezeiten Haus Akademie)

Das Improvisationstheater lebt davon, im Moment zu sein und mit unbekanntem Situationen umzugehen. Oft stehen uns da unsere Gewohnheiten im Weg. Wir hören dem anderen nicht zu, glauben den Weg zu kennen oder trauen uns nicht den Schritt ins Unbekannte. Aber dort stecken oft die spannenden neuen Erfahrungen, Inspiration und Kreativität, die sich dann in der Gemeinsamkeit entfalten können.

Die hohe Kunst beim Improvisationstheater ist es das „Scheitern“ zuzulassen, Führung abzugeben und zu nehmen, Fehler loszulassen, Situationen und Verhaltensweisen nicht zu bewerten, sondern im Moment zu bleiben. Dieser Workshop gibt jedem den Raum, loszulassen, zu spielen und das Schöne am „Unperfektsein“ zu entdecken. In der Gruppe besteht die Möglichkeit seine Wahrnehmung zu beleben, Spontanität zu üben und seine Kommunikation und Ausdruck zu stärken. Und bei all dem auch noch Spaß zu haben.

Frederik Nelting arbeitete nach seinem Abschluss am New Actors Workshop, der Schule von George Morrison, Mike Nichols und Paul Sills, (Sohn von Viola Spolin) in New York als Schauspieler in diversen Kurzfilmen und Theateraufführungen. Seit 2017 ist er Geschäftsführer Gezeiten Haus Akademie. Zudem unterrichtet er, als zertifizierter Trainer für Angewandte Improvisation, basierend auf die Arbeit von Viola Spolin, Improvisation mit Fokus auf Selbsterfahrung, Körper- und Sinneswahrnehmung und arbeitet mit den Techniken der Improvisation im klinischen Kontext mit den Patienten der Gezeiten Haus Kliniken. Seit 2014 hat er einen Lehrauftrag an der Rheinischen Friedrich-Wilhelms-Universität Bonn und gibt Kurse sowohl für Studenten der philosophischen Fakultät als auch für Psychologiestudenten als Selbsterfahrung.