



Marek Spitzcok von Brisinski  
☎ 030-7889 3546  
Post@KreativeKommunikation.com

[www.KreativeKommunikation.com](http://www.KreativeKommunikation.com)

---

# Transformation durch Theater

## mit den Techniken im Regenbogen der Wünsche nach Augusto Boal

mit Marek Spitzcok von Brisinski

"Sich selbst beobachtend, nimmt der Mensch sich wahr, erkennt was er nicht ist, und entdeckt das, was er sein könnte." – Augusto Boal

Tagtäglich bewegen wir uns in sozialen Zusammenhängen und nehmen darin verschiedene Rollen ein. Manchmal fühlen wir uns dabei blockiert, unsicher, oder wir wissen nicht, wie wir effektiv handeln können. Betrachtung dieser inneren Vorgänge durch Theater kann ein Ausgangspunkt für die Arbeit mit Wünschen, Blockaden und Visionen sein. In der Auseinandersetzung mit gesellschaftlichen Realitäten, die wir durch unser Handeln und unsere Wahrnehmungen verändern möchten, erlaubt uns das spielerische und kreative Medium Theater, Altes hinter uns zu lassen und neue Wege zu erproben. Dabei haben Spaß, Spiel und Entspannung eine wichtige Rolle.

In diesem Workshop sehen wir uns mit Hilfe der Gruppe persönliche Blockaden und Konflikte an, reflektieren unser Tun, nehmen Grenzen bewusst wahr und erproben neue Schritte. Konflikte des



Alltags, ob innere oder äußere, werden dargestellt und Handlungsalternativen mit Theater Techniken nach Augusto Boal erprobt. Alle Übungen basieren auf Selbstverantwortung und Freiwilligkeit. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Der Workshop richtet sich an alle, die mit kreativen Mitteln persönliche Themen bearbeiten möchten, oder die Techniken im *Regenbogen der Wünsche* kennenlernen möchten. Diese verbinden auf spielerische Weise Körper und Geist mit Wahrnehmungen und Gefühlen und

bieten somit die Möglichkeit, Altes zu überwinden und Visionen für Neues zu entwickeln.

## **Inhalte des Workshops:**

- Lockerungs- und Entspannungsübungen
- Übungen zur Wahrnehmung von sich selbst und anderen
- "Das Bild von den 'Polizisten im Kopf' und ihrer Antikörper"
- "Das Bild vom Regenbogen der Wünsche"
- Übergang vom "Bild der Realität" zum "Idealbild"
- Weitere Übungen aus dem *Regenbogen der Wünsche* zur Visionssuche und Überwindung von Blockaden

## **Methode:**

Als Erweiterung des *Theaters der Unterdrückten* entwickelte Augusto Boal in den '80er Jahren die Techniken des *Regenbogens der Wünsche* in Europa. Hintergrund war die Erkenntnis, dass Unterdrückung in der westlichen Welt häufig von innen heraus kommt, von den Individuen selbst, ihrer Sozialisation und Lebenserfahrung. Der *Regenbogen der Wünsche* stellt Boals Ansatz dar, durch Theater persönliche Konflikte und Blockaden zu bearbeiten und das *Theater der Unterdrückten* mit therapeutischen Elementen zu verbinden. In dem Workshop werden einige Techniken im *Regenbogen der Wünsche* vorgestellt und von den Teilnehmenden ausprobiert.

## **Workshopleitung:**



Marek Spitzcok von Brisinski (Dipl.-Soziologe, Mediator, Psychotherapeutischer Heilpraktiker) arbeitet seit 2003 als Theaterpädagoge, Berater und Trainer in der kreativen Konfliktbearbeitung. Forschung in verschiedenen afrikanischen Ländern und Lehre an Berliner Universitäten zu Theater in Kommunikation und Konflikten. Derzeitige Schwerpunkte sind kreative Konfliktbearbeitung, Jungenarbeit und Prävention von sexueller Gewalt an Jungen.

## **Rückmeldungen zu früheren Workshops:**

"Ermutigend und lehrreich", (Teilnehmer 2010); "Erhebend, inspirierend, voll Liebe und Respekt", (Teilnehmerin 2010); "Großartig moderiert, geführt, gefühlt, unterstützt", (Teilnehmerin 2010).

**Teilnahmebeitrag:** 150,- € bzw. 100,- € ermäßigt für Studierende und Erwerbslose. Bei vorheriger Überweisung reduziert sich der Beitrag um 10,- €.

**Weitere Informationen unter:** [www.KreativeKommunikation.com](http://www.KreativeKommunikation.com)

**oder per :** [Post@KreativeKommunikation.com](mailto:Post@KreativeKommunikation.com)

