

# von (um) wegen

## Suchbewegungen

Aktuelle Gegebenheiten machen nicht nur abweichende Routinen erforderlich, sie zwingen dazu, die bekannte Komfortzone zu verlassen. Zwischen Social Distancing, Home-Office und Antiviral-Regulieren werden neue Wege des Miteinanders gesucht und auf Umwegen gefunden. Unter derartig permanent vorläufigen Bedingungen, die morgen schon wieder andere sein könnten, gilt es, provisorisch zu bleiben. Dieses Nichtmanual versammelt Praxisformate, die von den Akteur\*innen des Seminars *Auf Umwegen* im Wintersemester 2020/21 entwickelt wurden. Es ist kein Handbuch im herkömmlichen Sinn. Es liefert weder Rezepte für Kunstunterricht noch Antworten oder Lösungen für aktuell brennende pädagogische Fragen, weder Leitfäden für die Lehre noch Gebrauchsanleitungen für »gutes« kunstpädagogisches Handeln. Aber es offeriert eine Haltung. Und damit verbunden bietet dieses Nichtmanual konkrete Anweisungen in Form unkonventioneller Übungen, die zu produktiven Verunsicherungen, Zweifel an Verhältnissen, Neuwahrnehmungen, Umorientierungen, Improvisationen und Spielen mit scheinbar (un-)veränderlichen Gegebenheiten anstiften.

Die enthaltenen Praxisformate vereint ein »skeptisches Verfahren« im Umgang mit Welt (Wimmer 2006, S. 357). Sie eröffnen Spielräume für Irritationsmomente im Kunstunterricht und darüber hinaus, stimulieren produktive Prozesse des Zweifels am Bekannten und Normativen (vgl. Grünwald 2020), sie verleiten dazu, Gewohntes zu riskieren (vgl. Klein/Schütze 2015; vgl. Lange 2019) und erzeugen andere Erzählungen als die bekannten,

indem sie neue Betrachtungsweisen und Zusammenhänge möglich werden lassen. So liegt diesem Nichtmanual ein dekonstruktivistischer Ansatz zugrunde, der Vorläufigkeit, Möglichkeitssinn, Suchbewegungen und ein Umdenken zu Leitmotiven pädagogischen Handelns erklärt. Das entspricht nicht gerade einer Vorstellung von Schule, die sich als Raum »des Verständlichmachens« von Lerninhalten (Rancière 2009, S. 18) und der damit verbundenen Übertragung von Tradition, kulturellem Erbe und scheinbar (allgemein-)gütigem Wissen versteht.

## ein nichtmanual

**Entwicklung** / Charlotte Ehrdt, Klara Gojny, Robert Hausmann, Carolin Heddergott, Nils Jaeger, Philippa Jochim, Jule Kessler, Pia Martz, Julia Roth, Chanelle Rundel, Alison Shea, Helen Stolzenberg, Gesa Wagner, Helene Weißflog, Liliane Weismann  
**Kontext** / Entwickelt im Seminar *Auf Umwegen* in den Studiengängen Kunst (Lehramt), Kunstpädagogik (Diplom), Master Kunstwissenschaften  
**Leitung / Betreuung** Robert Hausmann  
Wintersemester 2020/21  
Burg Giebichenstein Kunsthochschule Halle  
University of Art and Design

Aber es entspricht jener Idee von Schule, die an die Unabschließbarkeit von Bildungsprozessen glaubt und Pädagogik als etwas begreift, das zutiefst und grundsätzlich mit dem Ungewissen und dem Unvorhersehbaren, aber dem Möglichen verstrickt ist (vgl. Meyer 2017, S. 114). Das wirft Fragen auf: Wie kann Vermittlung auf Umwegen passieren? Wie lassen sich Denk- und Handlungsimpulse gestalten, die Zweifel, Abweichungen und ein Navigieren durch Unvorhersehbarkeiten in kunstpädagogischen Prozessen zulassen? Wie umgehen mit dem Spagat zwischen abrechenbaren Zielen und dem Unerwarteten, zwischen standardisierenden Vorgaben der Lehrpläne und dem Experiment mit Andersmöglichkeiten, zwischen Kompetenzrastern und ergebnisoffenem Arbeiten? Und nicht zuletzt: Welche Impulse liefern Umwege für Bildungsprozesse?

### Hilfe zur Nichthilfe

Dieses Nichtmanual stiftet Verwirrung, es spielt mit (Un-)Möglichkeiten. Es ist eine Toolbox für alle, ganz gleich ob Schüler\*innen, Unaufhaltsam-für-das-Leben-Lernende oder (Nicht-)Kunstpädagog\*innen, die nicht immer den schnellsten Weg von A nach B gehen wollen. Einige können daraus vielleicht ganz konkrete Ideen für Vermittlung ziehen, andere nehmen es zum Anlass, um darüber nachzudenken, was sie schon immer gerne einmal – nicht – machen wollten und wiederum andere denken die nachfolgenden Praxisbeispiele

weiter, um oder neu. Dieses Nichtmanual kann (auch) kleine Impulse dafür liefern, was es heißt, provisorisch zu bleiben, in den aufgewühlten Fahrwässern der Gegenwart auf der Suche nach (Re-)Orientierung über Umleitungen, mit Kursänderungen, Abweichungen und Wendungen, denn: »Nicht jeder erlebt alles, wenn auf Umwegen gegangen wird; dafür aber auch nicht alle dasselbe, wie wenn auf dem kürzesten Weg gegangen würde. Andersherum: Alles hat Aussicht erlebt zu werden, wenn es gelingt, alle auf Umwege gehen zu lassen. Die Welt bekommt Sinn durch die Umwege der Kultur in ihr« (Blumenberg 1987, S. 137).

### Kontext und Prozess

Das Seminar *Auf Umwegen* erkundete Potenziale von Umwegen im Kontext von Vermittlungsprozessen. Am Beginn standen Erprobungen von \*(Solo-)Distanzspielen auf dem Steintor-Campus in Halle (Saale) sowie die Entwicklung von Handlungsanweisungen und deren gegenseitiges Antesten durch die Teilnehmenden auf einer urbanen Wanderung. Basierend auf diesen praktischen Erfahrungen entstand eine Sammlung von Kriterien, mit deren Hilfe grundlegende didaktische Aspekte von Handlungsanweisungen diskutiert wurden. Ausgehend von der anschließenden Lektüre und Diskussion von Positionen aus Kunstpädagogik und Kunstvermittlung unter den Fokussierungen »Abweichen und Irritieren«, »Forschen, Experimentieren, Kartie-

ren«, »Abschweifen und Improvisieren« sowie »Riskieren und Zweifel« wurden Praxisformate entwickelt, die Umwege als Handlungsfeld einer gegenwärtigen kunstpädagogische Praxis denken. Das entstandene Nichtmanual spielt mit Lesrichtungen. Es ist ein loses Heft, eine Sammlung von Praxisformaten im Taschenformat.

### Für unterwegs

Drucken. Falten. Testen... Die Faltblätter können dem DIY-Prinzip folgend selbst ausgedruckt, gefaltet [\*Tutorial] und mit einem Gummiband gebündelt werden. Einzelne Übungen können in die Tasche gesteckt und auf dem Schulhof, im Museum, in der Stadt, im Büro oder in der Küche erprobt werden. Bei der ausschließlichen Nutzung in digitaler Form auf mobilen Endgeräten erleichtert das Sperren der automatischen Kippfunktion die Lesbarkeit.

### Einführender Text / Cover

Robert Hausmann

### Literatur

- BLUMENBERG, HANS (1987): Die Sorge geht über den Fluss. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- GRÜNWARD, JAN (2020): Der Zweifel als produktive Möglichkeit in der kunstpädagogischen Praxis. Hamburg/ Köln/ Oldenburg: Kunstpädagogische Positionen 49.
- KLEIN, KRISTIN/ SCHÜTZE, KONSTANZE (2015): Rethinking Risiko. Bildung als fortschreitende Selbstüberwindung. In: Meyer, Torsten/ Kolb, Gila (Hg.): What's Next? Art Education. Ein Reader. München: Kopaed, S. 163-165. Online: <http://whatsnext.net/228>.
- LANGE, MARIE-LUISE (2019): Sich genussvoll riskieren. In: Dies. (Hg.): act.move.perform. Performance und Performativität in Kunst, Bildung und Forschung. Hannover: Fabrico Verlag, S. 12-25.
- MEYER, TORSTEN (2017): Zeitgenossenschaft. In: Burkhardt, Sara/ Newid, Marie (Hg.): 1-13 Kunstpädagogische Begriffe. Halle (Saale): Verlag der Burg Giebichenstein Kunsthochschule Halle, Reihe Kunstpädagogische Knotenpunkte, Band 02.
- RANCIÈRE, JACQUES (2009): Der unwissende Lehrmeister. Fünf Lektionen über die intellektuelle Emanzipation. Wien: Passagen Verlag, Erstauflage 1987.
- WIMMER, MICHAEL (2006): Dekonstruktion und Erziehung. Studien zum Paradoxieproblem in der Pädagogik. Bielefeld: transcript.

# (solo-) distanzspiele 01

Konzept / Text / Bild

Robert Hausmann

+

Die folgenden Spielanleitungen eignen sich für Solos, Duos und Gruppen. (Solo-)Distanzspiele liefern Impulse für abweichendes Handeln nicht nur in Zeiten des Abstands und scheinbaren Kontrollverlusts. Den Hintergrund bildet eine Art Corona-Geisteshaltung. Social Distancing bestimmt die Spielregeln. So unterbreiten die Übungen kleine Vorschläge für trickreiche Neuwahrnehmungen von Umgebungen und physischen Verhältnissen. Dabei remixen sie bereits Bekanntes, bspw. Spiele und Sportarten wie »Der Boden ist Lava«, Parkour, Freerunning und Rückwärtslaufen. Zwar wird sich auf Abstand bewegt, dennoch ermöglichen die Spiele soziale Kontakte mit und Interaktionen zwischen Personen: auf Umwegen, egal ob vor Bildschirmen sitzend, in der Wohnung, allein oder gemeinsam, im Reallife, im Kunstraum, in den Fluren, auf dem Schulhof, der Wiese, auf Parkplätzen, öffentlichen Plätzen, im Stadtraum. Dieses Praxisformat ist sowohl drinnen als auch draußen unter Pandemie- und Nichtpandemiebedingungen anwendbar:

+

+



z. B. im Kunstunterricht als einführende Übungen für anschließende Vertiefungen im Rahmen der Performance-Art-Education und Performance-Tools unter besonderer Berücksichtigung der Aspekte Raum und Zeit; als teambildende Lockerungsübungen in Videokonferenzen; als Konzentrations- und Ablenkungsspiele im Home-Office; als Übungen zur Orts erkundung und Raumwahrnehmung oder zur spielerischen Sensibilisierung für Körperbewegungen und Koordinations-, Ruhezuständen und Dynamik, Nähe und Distanz.

## Der Boden, ein Schwarzes Loch

Klettern, springen, hangeln, hechten, grätschen. Sich von einer Erhöhung zur anderen, von Gullideckel zu Gullideckel, von Bordstein zu Bordstein, Radständer zu Radständer, Bank zu Bank bewegen, um nicht in die endlose Untiefe des Schwarzen Loches gesogen zu werden. Auf diese Weise das Ziel erreichen. Hinweis: Je länger die Strecke oder komplizierter das Terrain, desto mehr ›Leben‹ [freie Bodenberührungen] können pro Mitspieler\*in verteilt werden.  
Zeit: ca. 15 min. [je nach Strecke]



## Gravitieren\*

Ein Objekt [Mauer, Baum, Schild, Wolke, Treppenstufe etc.] so behandeln, als würde eine eigene Gravitation von diesem ausgehen, die so stark ist, dass alles in der Umgebung davon angezogen wird. Sich für mindestens 1 Minute daran anpassen. Versuchen, entgegen der Erdanziehungskraft zu handeln und alle weiteren Aktionen auf die Anziehungskraft des Objekts ausrichten.  
Zeit: ≥ 1 min. + Vorbereitung

\* = sich infolge der Gravitation in einer bestimmten Richtung bewegen, der Schwerkraft unterliegen



## Einen Abstecker machen

Sich jetzt erst mal einen Kaffee holen. Trinken.  
Über die Bedeutung dieser Handlung im Alltag nachdenken.  
Trinken. Über die Bedeutung dieser Handlung im Kontext des momentanen Vorhabens/ der Veranstaltung o. Ä. nachdenken.  
Trinken. Etwaige phänomenale Erkenntnisse festhalten.  
Zeit: ca. 15 min.



## Parcours

Vom aktuellen Standpunkt eine Zielkoordinate setzen. Bloß nicht die schnellste, einfachste Route nehmen. Es sich mit Absicht kompliziert machen und dabei die Gegebenheiten unnutzen. Mit Gruppenmitgliedern einen Wettbewerb darüber starten, wer den umständlichsten Weg nimmt. Beispielsweise auf dem Weg unter allen Fahrradständern durchkriechen oder über alle Fahrradständer laufen, über Mauern robben oder balancieren, dabei sich die ganze Zeit nur auf den hellen Pflastersteinen bewegen, Treppensteigen im Vierfüßlergang, über Bänke rollen usw.  
Zeit: bis zu 30 min. [je nach Strecke und Tempo, ob Solo oder in der Gruppe]

## Nicht nichts tun.

Hängen Sie sich an ein Geländer und tun sie nichts.  
Zeit: 1–10 min.

## Sich querstellen

Keiner Anleitung und Anweisung folgen.  
Zeit: x min. [je nach Ausprägung der Revolte]

# (solo-) distanzspiele 02

Konzept / Text / Bild

Robert Hausmann

**Lost-Minute**  
Ist es tatsächlich möglich, in diesem Moment nichts zu tun?  
Was ist nichts? Eventuell darüber nachdenken, mit sich selbst philosophieren, im Hirn verirren.  
Zeit: 1 min.



**Unter Spannung für 2 oder 3**  
Benötigt wird: ein Gummiband, zu einer Schlaufe verknotet.  
Auf Distanz. Zwei bzw. drei Personen steigen nacheinander in ein Gummiband und versetzen dieses so unter Spannung, dass mindestens zweieinhalb Meter Abstand zwischen allen besteht. Gummiband auf Hüfthöhe tragen. Losgehen. Spannung permanent stabil halten.  
Vorschlag 1: Ziel festlegen. Hindernisse überwinden. Eventuell einen Parcours abstecken, unter Spannung durchlaufen. Auf diese Weise das Ziel erreichen.  
Vorschlag 2: Andere Übungen in diesem Modus durchführen.  
Erweiterung: Gummiband gleichzeitig an anderen Positionen des Körpers, Kopf, Knie oder Hals tragen.  
Zeit: max. 15 min.

## Sinn der Sache

Das momentane Tun auf seine Sinnhaftigkeit überdenken, indem einmal um den gesamten Block gerannt wird. Danach eine Erkenntnis dokumentieren und an den Kühlschränken hängen.  
Zeit: ca. 15 min.

## Reallife Zocken

Sich im Modus eines Spiels\* durch das Terrain (oder die Wohnung) bewegen. Einen Start- und Endpunkt setzen. Das gewählte Spiel bestmöglich imitieren. Die Regeln und Bewegungen den räumlichen Bedingungen anpassen. Sich dementsprechend über das Gelände steuern. Ggf. Mitspieler\*innen suchen. Kombinierbar mit »Unter Spannung für zwei/ für drei«.  
Zeit: max. 15 min.

\* z. B. Himmel und Hölle, dem Floss-Dance aus Fortnite, Super Mario, Pacman, Schach etc.

## Kirre machen

Eine andere Person aus der Gruppe durch ständiges Fragen und Nachhaken aus dem Konzept bringen. Dranbleiben. Nicht lockerlassen. Eventuell auf die Palme bringen.  
Reaktion beobachten.  
Zeit: max. 10 min.

## Auf sich zukommen lassen

Hinsetzen und darauf warten, dass etwas passiert.

Alternative 1: Auf einen öffentlichen Platz stellen und darauf warten, dass etwas passiert.

Alternative 2: In den Wald stellen und darauf warten, dass etwas passiert.

Mindestens eine Erkenntnis notieren.

Zeit: x min.

### Friendly Takeover

Aus näherer Distanz jemanden per Handy/Video-Livestream fernsteuern.

Eine Zweiergruppe bilden. Person X legt ein Ziel fest, von dem die ferngesteuerte Person Y nichts weiß. Person Y wird von Person X durch ständige Text- oder Sprachnachrichten quasi Schritt für Schritt gelenkt. X gibt unterwegs immer wieder konkrete, detaillierte Anweisungen, die nicht nur den Weg vorgeben, sondern Y auch zu Handlungen und Interaktionen mit momentanen Gegebenheiten, mit Menschen, Tieren, Dingen anleiten. Y führt aus, ohne zu hinterfragen. X behält Y aus der Entfernung ständig im Blick, läuft gegebenenfalls unauffällig hinterher.

Alternativ: Eine andere Person über Video-Livestream/-Konferenz auf Distanz fernsteuern. Person X gibt z. B. Anweisungen, die Person Y im Home-Office, in der eigenen Wohnung, Küche etc. ausführen muss. Danach Wechsel der Positionen.

Zeit: max. 20 min

+

### Egozentrische Kreise

Den eigenen Wirkungsradius abstecken [60 cm, 1 m, 2 m?] und dieses Terrain gedanklich markieren. Sich in den Mittelpunkt stellen. Stehen bleiben. Sich mit einer unsichtbaren Blase umgeben. Nicht bewegen. Nicht reden. Hier sein!  
›Eindringlinge‹ beispielsweise durch etwaige (pseudo-)telepathische Fähigkeiten unauffällig hinauskomplimentieren, durch bloße Blickkontakte umlenken oder durch andere stumme Impulse klammheimlich abwehren, so dass diese es nicht mitbekommen. Beobachten, was passiert. Das Spiel erweitern: Mit anderen Personen aus der Gruppe zeitgleich und in unmittelbarer Nähe zueinander durchführen, so dass jede Person einen egozentrischen Kreis um sich herum bildet.

Zeit: ca. 10–15 min.

### Kompetent Prokrastinieren

... [etwas, das eigentlich als Nächstes geplant war, schieben und dafür etwas anderes tun, was im Moment viel wichtiger ;- ) erscheint] ...

Zeit: ± x min. [je nach Bedeutung bzw. Größe der Aufgabe und Schiebelust]

+



+

### Switch

Für mindestens 5 Minuten alles durch den Selfie-Modus der Handycamera tun. Dadurch den normalen Bewegungsablauf umkehren. Den Kopf nicht drehen, die Augen auf das Display fixieren. Variationen: Sich im Selfie-Modus am derzeitigen Standpunkt orientieren, bewegen, eine übliche Handlung machen, zum Beispiel das Fahrrad abschließen, auf die Toilette gehen oder aber solange umgekehrt laufen, bis auf ein Hindernis gestoßen wird, rückwärts zum nächsten Papierkorb gehen und die Tasche entmüllen, jemanden verfolgen oder mit einer anderen Person aus der Gruppe im Switch-Zustand Ball spielen.  
Zeit: ≥ 5 min. / max. 15 min.

### Einflüstern (Weismachen)

Sichtbare Spuren für etwaige Verschwörungen suchen. Diesbezüglich das Terrain erkunden. Spuren sichern, dokumentieren, fotografieren. Auf Grundlage dessen eine überzeugende Theorie bilden: Tatsachen verdrehen, Wahrheit vertauschen. Die Vermutungen streuen und andere Gruppenmitglieder davon in Kenntnis setzen, beispielsweise über zugesteckte Zettel oder Nachrichten. Panik vortäuschen. Reaktionen beobachten.  
Zeit: ca. 20 min.

### Deaktiviert (Die Erwin\*-Methode neu aufgelegt)

Mich so positionieren, legen, setzen, stellen, als hätte mich mein Mobiltelefon erschlagen. Das Bild so überzeugend wie möglich aussehen lassen. Position für 3 Minuten aushalten.  
Zeit: ca. 10 min. inkl Vorbereitungszeit

\* In Anlehnung an Erwin Wurms »Legen Sie sich unter einen Baum, als ob Sie heruntergefallen wären«, 2002.

# abgelenkt unterwegs. orientierungen für urbanes wandern 01

+

Konzept / Intro / Bild Robert Hausmann  
Handlungsanweisungen von Charlotte Ehrh,  
Klara Goiny, Robert Hausmann, Carolin Hed-  
dergott, Nils Jaeger, Philippa Jochim, Jule  
Kessler, Pia Martz, Julia Roth, Channele Run-  
del, Alison Shea, Helen Stolzenberg, Gesa  
Wagner, Helene Weißflog, Liliane Weismann

## Intro

Dieses Format experimentiert mit Wahrnehmungsverschiebun-  
gen und -fokussierungen im Kontext der Praxis des urbanen  
Wanderns. Im Mittelpunkt stehen gezielte Ablenkungen der  
geplanten Route durch die Ausführung von Handlungsanwei-  
sungen während des Gehens. Der Prozess des Handelns und  
der sich daran anpassende Weg werden zum Ziel erklärt.

## Kontext

Im Seminar *Auf Umwegen* wurde als Startpunkt der Wande-  
rung der Steintor-Campus in Halle (Saale) gewählt, Ziel war  
der Parkplatz des Kaufland-Einkaufszentrums in der Südstadt/  
Silberhöhe. Zuvor entwickelten die Teilnehmenden füreinan-  
der Handlungsanweisungen, die kurz vor Beginn der Wande-  
rung per Zufall verteilt wurden. Im Fokus standen sowohl das  
Konzeptionieren von Aufgaben als auch deren unmittelbares  
Erproben in der Stadt. Von der Praxis ausgehend und aus den  
Erfahrungen der Erprobungen im Prozess des Wanderns heraus  
wurden im Anschluss Kriterien für die Entwicklung, Planung  
und Formulierung von Handlungsanweisungen gesammelt,  
diskutiert und kategorisiert.

+

Nicht alle werden letztlich pünktlich ankommen. Darüber hin-  
aus werden sich einige eventuell so weit durch die Anweisun-  
gen ablenken lassen, dass sie das vereinbarte Ziel überhaupt  
nicht erreichen. Eine gemeinsame Reflexion im Anschluss  
ist erforderlich. Hierfür bieten sich Gesprächsanlässe und  
Möglichkeiten des Austauschs an, die sich zunächst aus den  
Dokumentationsmaterialien und mitgebrachten Artefakten  
der Wanderung generieren lassen. Darüber hinaus können  
Kriterien wie u. a. Zeit und Weg, Absicht, Aufgabenformulie-  
rung, Auslegung und Umsetzung der Handlungsanweisung,  
Überforderung oder Unterforderung, Überwindung, Mut und  
Motivation unterstützend wirken, um sowohl urbanes Wan-  
dern als Handlungsfeld von Kunstunterricht als auch mögliche  
Potenziale und Grenzen von Handlungsanweisungen pädago-  
gisch und didaktisch zu reflektieren.  
Die Übungen sind nicht eins zu eins übertragbar, sondern  
sollten den lokalen Gegebenheiten entsprechend angepasst  
werden. Einzelne Übungen eignen sich für den Einsatz im  
Kunstunterricht, vorrangig in der Oberstufe und je nach

## Ablauf und Anschlussmöglichkeiten

Startpunkt und Ziel der Wanderung werden vor Beginn verein-  
bart. Auch der anvisierte Zeitpunkt des Ankommens am Ziel  
wird in der Gruppe gemeinsam festgelegt. Für noch unbe-  
kannte Strecken ist es hilfreich, sich über durchschnittliche  
Wegzeiten zwischen A und B zu informieren, z. B. bei Google  
Maps. Nach dem Ausschwärmen in Richtung des Ziels wird  
vorwiegend allein gewandert, es sei denn die Aufgabe verlangt  
explizit nach Gesellschaft und Kontakt. Es empfiehlt sich,  
sowohl ein aufgeladenes Handy-Akku für etwaige Kommunika-  
tion mit der Gruppe von unterwegs als auch gängige Dokumen-  
tationsmittel wie Stift, Papier und Smartphone-Kamera in der  
Tasche zu haben.

Vorerfahrung der Schüler\*innen, z. B. für Ortserkundungen und differenzierte Wahrnehmungen des Stadtraums. Hierfür bieten die Übungen in ihren verschiedenen Komplexitätsgraden sowohl Einstiegs- als auch Vertiefungsmöglichkeiten je nach Niveau- und Anforderungsgraden. Bei mehr Erfahrung können zudem auch Schüler\*innen für Schüler\*innen Handlungsweisungen entwickeln, die auf einer gemeinsamen Wanderung des Kunstkurses ausgeführt werden. Nicht zuletzt eignet sich das Gesamtformat für den Einsatz in der Lehrer\*innenbildung im Kontext von Fortbildungen und der Ausbildung zukünftiger Kunstpädagog\*innen an Hochschulen: Zum einen wird dabei das Entwickeln, Planen, unmittelbare gegenseitige Erproben, Beurteilen und Reflektieren der entworfenen Übungen fokussiert, zum anderen können Potenziale von Handlungsanweisungen sowie Einsatzmöglichkeiten in kunstpädagogischen Prozessen vor dem Hintergrund der urbanen Wanderung vertiefend betrachtet werden.

### #1

Spiele Verstecken. Finde Zwischenräume. Versuche unentdeckt zu bleiben.

### #2

Beobachte auf deinem Weg Dinge und Menschen, die an dir vorbeiziehen. Versuche, sie in ihrer Bewegung festzuhalten. Wenn du kannst, ziehe selbst an ihnen vorbei.

### #3

Sammele silberne Souvenirs auf deinem Weg in die Silberhöhe.

### #4

Versuche auf deinem Weg, nicht den Boden zu betrachten. Dein Blick wendet sich lediglich den Dingen zu, die sich auf Augenhöhe befinden.



### #6

Sammele Strukturen, die dir auffallen, indem du sie durch ein Blatt schrafferst.

### #7

Befrage die Stadtwelt um dich herum. Sprich mit den Dingen, als seien sie deine Freund\*innen. Was antworten sie dir?

### #8

Grüne Reset-Taste: Du bist am Steintor-Campus in Halle (Saale). Dein Ziel ist es das Kaufland-Center in der Südstadt zu erreichen. Auf deinem Weg biegest du nur in die Straßen ein, bei denen du sicher erkennen kannst, dass dort Bäume wachsen. Grün ist deine Farbe. Alle grünen Gegenstände, an denen du auf deinem Weg vorbei läufst, berührst du. Die Berührung funktioniert wie ein Reset-Knopf. All deine Gedanken werden zurückgesetzt. Versuche, bewusst an nichts anderes zu denken, außer an das, was dich in diesem Moment umgibt, was du wahrnimmst. Versuche, diesen Zustand zu halten. Das Grün wird dich immer wieder daran erinnern.

### #5

Halte Ausschau nach einzelnen Worten, Wortfetzen, gesprochene[n] Worten, die deine Aufmerksamkeit erregen. Dokumentiere sie, indem du sie auf einem Blatt notierst oder sie mittels deiner Stimme nachsprichst und mit dem Handymikro aufnimmst. Formuliere am Ende deines Weges eine Erkenntnis über »Umwörter« aus den gewonnenen Worten. Die Verständlichkeit dessen kann auch ganz privat für dich sein.



# abgelenkt unterwegs. orientierungen für urbanes wandern 02

Konzept / Bild Robert Hausmann

Handlungsanweisungen von Charlotte Ehrt, Klara Goiny, Robert Hausmann, Carolin Heddergott, Nils Jaeger, Philippa Jochim, Jule Kessler, Pia Martz, Julia Roth, Chanelle Rundel, Alison Shea, Helen Stolzenberg, Gesa Wagner, Helene Weißflog, Liliane Weismann

+

## #9

Sie sind der Heiland. Neben des klassischen Gefühls rosiger Wärme eines Auserwählten und wahrhaftiger Liebe gegenüber Ihren Nächsten verleiht Ihnen Ihre Weisheit aus ursprünglichster Zeit das wunderbare Geschick unglaublich mächtig und bescheiden zugleich zu sein – gepaart mit der Aussicht nie wieder arbeiten zu müssen. Drei göttliche Bestimmungen begleiten Sie bei Ihrem Exodus in die Silberhöhe:

+

1. So müssen Sie alle Passant\*innen inbrünstig grüßen. Auch Gegenstände, die Ihnen als ausreichend wichtig erscheinen, sollten begrüßt und mit einer Frage in ein Gespräch verwickelt werden.

2. Solange Sie sich auf offenen Straßen befinden sind Sie dazu gezwungen immer zweimal hintereinander in die gleiche Richtung abzubiegen. D. h. wenn Sie an einer Kreuzung o. Ä. nach links abbiegen, müssen Sie beim nächsten Abbiegen noch einmal nach links abbiegen (gleiches gilt für rechts). Erst wenn Sie zweimal hintereinander nach links bzw. rechts abgebogen sind dürfen Sie wieder frei Wählen – wobei die dann anschließende Richtung des Abbiegevorgangs wiederum vom vorherigen determiniert wird. Auf begrünter Oberfläche gilt diese Beschränkung nicht.

+



## #11

Schau auf dem Weg so vielen Menschen wie möglich und so lange wie möglich in die Augen.

## #10

Staging the Unseen: Auf dem Weg den Blick für Antisehenswürdigkeiten, Situationen jenseits des Gewohnten, für scheinbare Unauffälligkeiten offenhalten. Ein Selfie davor, damit bzw. ein Foto davon machen. Standorte dokumentieren.

## #12

1. Begib dich auf die Suche nach einem vierblättrigen Kleeblatt. Denke währenddessen über deine Vorstellung von Glück nach.
2. Jedes Scheitern ist eine Zäsur, die uns die Möglichkeit zur Bestandsaufnahme gibt und das Potenzial eines Neubeginns in sich trägt. Was denkst du über diesen Satz? Kann Scheitern bewusst hervorgerufen werden?
3. Begib dich an einen verkehrsberuhigten Ort und spiele 10 Minuten »Hans guck in die Luft«. Stell dir einen Timer und bleib in Bewegung.
4. Denke fünf Minuten lang laut.
5. Gehe dein Telefonbuch durch und rufe jemanden an, mit dem du seit über einem Jahr nicht mehr gesprochen hast.
6. Erzähle deinem fünfjährigen Ich von dir. Mache eine Audioaufnahme davon.
7. Stelle dir vor, du bist ein Hund. Gehe die Wege und folge den Interessen eines Hundes auf deinem Weg.

+

## #13

Die folgenden Aufgaben sind freiwillig und in selbst gewählter Reihenfolge während der Wanderung zu bearbeiten:

1. Kontaktaufnahme [a]  
Bitte jemanden, dir alles Geld zu geben, was sich in seinen\*ihren Taschen befindet. Es muss nicht unbedingt Geld sein, ein Wort, ein Ding, ein Schnipsel reicht auch schon. Beobachte die Reaktion.
2. Straßenverkehr
  - a. An einem Ort innehalten, der dir besonders sicher oder unsicher (Schwierigkeitsgrad: hoch) erscheint. Verharre für einige Minuten stehend, sitzend (Schwierigkeitsgrad: mittel) oder liegend (Schwierigkeitsgrad: ultra). Beobachte, wie sich der Raum zu dir verhält, ob sich Passant\*innen / Fahrzeuge / Tiere anders bewegen, um dich zu umgehen oder dich zu beobachten. Verhalte dich, als wärst du ein fester Bestandteil des Straßenverkehrs, etwa als Straßenschild oder Gullideckel.
  - b. Tarne dich so gut es geht. Versuche urbane Formen anzunehmen und im Stadtbild unterzugehen.
  - c. Gehe hundert Schritte gerade aus, komme, was wolle. (Eventuelle Hindernisse, wie Schlaglöcher, Baustellen, Absperrungen, Mülleimer auf möglichst direktem Weg passieren).
  - d. Gehe hundert Schritte blind.

+



+

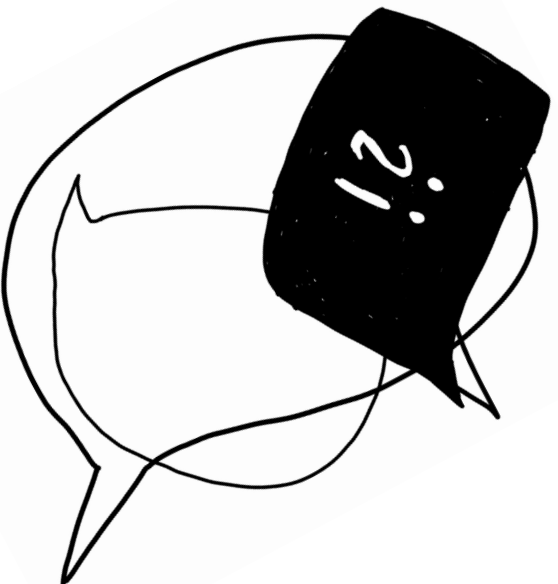
- a. Reiß mit den Zähnen ein Stück Plakat deiner Wahl ab. Iss es auf. (Vielleicht Durchführung dieser Aufgabe lieber nur vorstellen, Corona...)
3. Gespräche
  - a. Denke eine Minute lang laut.
  - b. Führe in Gedanken ein Gespräch mit einer dir bekannten Person. Stelle ihr laute Fragen (du solltest im Umkreis von zwei Metern laut und deutlich zu hören sein).
  - c. Klinke dich in ein Gespräch ein: Versuche einige Augenblicke lang herauszufinden, worum es bei einem Gespräch in deiner Umgebung geht. Gib deinen Senf dazu und verschwinde dann kommentarlos.
  - d. Lasse dir von einem netten / unfreundlichen Menschen (Schwierigkeitsgrad: ultra) die Nummer geben. Schreibe einige Zeit später eine Nachricht. Stelle eine Frage, deren Antwort dich wirklich interessiert.
4. Kontaktaufnahme [b]  
Gib einer Person alles Geld, das du dabei hast. Es muss nicht unbedingt Geld sein, ein Wort, ein Ding, ein Schnipsel reicht auch schon. Komme mit »leeren Taschen« zum Kaufland.

## 5. Beobachtung

- a. Notiere 5 Dinge (fotografisch, skizzenhaft, schriftlich), die dir auf deinem Weg besonders unpassend erscheinen.
- b. Finde eine Installation (sie sollte so beschaffen sein, dass sie ausgeschnitten und in einen White Cube verpflanzt als künstlerische Arbeit funktioniert).
- c. Beobachte ein Ding/ ein Fahrzeug/ einen Menschen für zwei Minuten. Beschreibe dann in maximal zehn Worten, was dieses von dir beobachtete Etwas ausmacht.

# audio universale // umwege x museum

Konzept / Text  
Alison Shea  
Pia Martz



*Stelle dir vor, du bist die  
letzte Person, die diesen  
Raum je betreten wird.  
Was wirst du berichten?*

## Intro

Der universale Audioguide lässt sich ohne Museumstechnologie im Internet abrufen. Während die in Museen ausgehändigten Audioguides typischerweise als Unterstützung zur Vermittlung von Inhalten und der einer Ausstellung immanenten Logik dienen, wersetzt sich der *audio universale* einer klassischen Wissenshierarchie: Er gibt akustische Impulse und lädt Hörer\*innen dazu ein, ihre Wahrnehmung auf verschiedene Weisen sowohl in Ausstellungen als auch Zuhause zu erproben. Gerade die Allgemeingültigkeit der Handlungsanweisungen ermöglicht es, ganz persönliche Erfahrungen zu machen.

Karl-Josef Pazzini beschreibt den kunstpädagogischen Prozess als einen, der die Fähigkeit in sich trägt, entgegen einer vorgegebenen Logik, eigene Narrative zu entwickeln: »Die Wirkung eines kunstpädagogischen Prozesses liegt in der Erzeugung von Erzählungen, die etwas verschieben, eine andere Gestalt geben, obwohl dies bis dahin nicht anders wahrnehmbar, fühlbar, handhabbar, denkbar galt« (Pazzini 2008, S. 128).

Übertragen auf (Kunst-)Ausstellungen folgen wir in musealen Räumen ebenfalls einer bereits durch Ausstellungsmacher\*innen vorgegeben Logik, ebenso wie einem gesellschaftlich normierten Verhaltenskodex. So wissen wir als Besucher\*in in der Regel darüber Bescheid, wie wir uns durch die Räume eines Museums bewegen (sollen) und welche Wege wir (zu) gehen (haben). Mit einem Audioguide, der in jeder Ausstellung

einsetzbar ist, wollen wir diesen vermeintlich festgelegten Laufrichtungen ein alternatives System entgegenstellen, das den Besucher\*innen einer Ausstellung Anreize gibt, eigenen Narrativen zu folgen.



Mit Hilfe von universell einsetzbaren Handlungsanweisungen sollen Umwege in Ausstellungsräumen von den Besucher\*innen selbst entdeckt und entwickelt werden. Der Fokus liegt dabei auf ihrer Allgemeingültigkeit. So orientieren sich die Aufgabenstellungen nicht an einem der Ausstellung innewohnenden Wissen, das Besucher\*innen vermittelt werden soll. Vielmehr stehen Impulse und Fragen im Zentrum, die auf die Wahrnehmung und Imagination der Rezipierenden zielen und sie im Rancière'schen Sinne einer emanzipierten Zuschauer\*in dazu anregen, »das, was sie sehen, mit dem [zu] verbinden, was sie gesehen und gesagt, gemacht und geträumt haben« (Rancière 2008, S. 28).

+



*Ziehe eine sichtbare Spur  
zwischen zwei Dingen.  
Zum Beispiel mit deiner  
Kleidung oder dem Inhalt  
deiner Hosentasche.*

#### Literaturnachweise

PAZZINI, KARL-JOSEF: Berge versetzen, damit es was zu erzählen gibt. In: Angebote. Was die Kunstpädagogik leiten kann. Kontext Kunstpädagogik, Band 19. kopaed, München 2008.  
RANCIÈRE, JACQUES: Der emanzipierte Zuschauer. Passagen Verlag, Paris 2008.

QR-Code scannen und *audio universale // umwege x museum* auf Soundcloud anhören.

# stille posts...

Konzept / Text / Bild

Charlotte Ehrh

Helen Stolzenberg

+

## GIF-verknallt statt Wortgewalt.

### Versuch einer Enttextualisierung.

#### stille posts....

ist ein Spiel, ein Gespräch, ein Schlagabtausch – die Übersetzung des Gemeinschaftsspiels „Stille Post“ in einen virtuellen Kontext. Nach dem gleichen Prinzip, jedoch auf GIFs basierend, reduziert es eine Unterhaltung auf eine ausschließlich visuelle Kommunikation zwischen beliebig vielen Teilnehmer\*innen. Die sprachlose Botschaft, durch Mikrovideos transportiert, darf unterwegs verloren gehen, transformiert oder in ihr Gegenteil verkehrt werden – sie muss nirgends ankommen, denn es geht um den (Um)Weg.

+

#### DIDAKTISCHES POTENTIAL.....

In einer reiz- und bilddurchfluteten Gegenwart ist der Erwerb von Bild-Lesekompetenzen sowie eines reflexiven Umgangs mit der Rezeption visuellen Inputs von zentraler Bedeutung. Stille posts vereint diese Forderung mit den Ansätzen des Improvisierens und Abschwefelns, Riskierens und Forschens. Der Prozess ist ergebnisoffen, aber nicht beliebig. Lehrende wie Lernende können gleichermaßen teilhaben. Hierarchische

+

#### stille posts...

ist mit jeder Altersgruppe umsetzbar. Die Thematiken, Handlungsformate und -orte können individuell an Gruppengröße und -anforderung angepasst werden. Je nach Aufgabe können die Rahmenbedingungen festgelegt werden: So besteht die Möglichkeit, die Chronologie im Voraus festzulegen (durch schrittweises Hinzufügen von Mitgliedern).  
Voraussetzung: Kostenlose GIF-App und Messenger-Dienst.

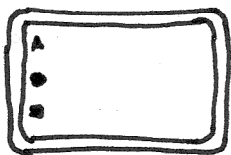
Strukturen gibt es nicht – da das Medium für (wahrscheinlich) alle bereits Normalität ist. Dafür existiert ein mögliches Risiko, im Verlauf des *stillen Postens* zu scheitern. Die hier angelegte digitale Bildproduktion kann als Medium ästhetischer Forschung genutzt werden, Impulse für einen eigenständigen künstlerischen Gestaltungsprozess bieten und zum Anlass ästhetischer Erfahrung werden.



VIDEO → GIF



Foto → GIF

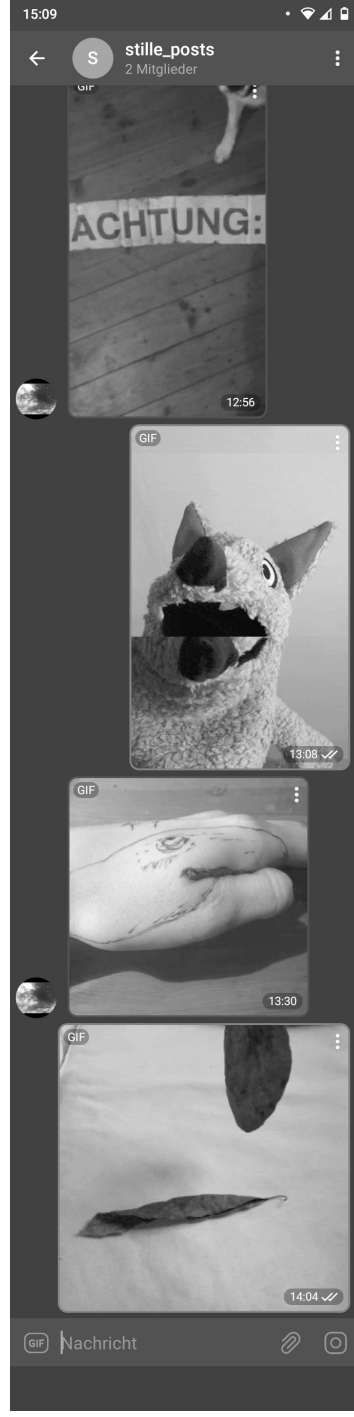


## stille posts PRINZIP...

Ein Messenger-Chat (es eignen sich z. B. Telegram oder Signal) mit beliebig vielen Mitgliedern startet eine GIF-Unterhaltung. Ein Ausgangs-GIF kann gemeinsam oder von Person A festgelegt werden. Darauf reagiert Person B mit einer selbst erstellten GIF-Animation und nimmt dabei Bezug auf den vorherigen Beitrag. Verbindungselemente sind hier je nach Aufgabe wählbar zwischen Inhalt oder formalen Bildelementen (wie z. B. eine bestimmte Mimik, Fortbewegungsart, Handlung, Aussage). Person C geht wiederum per GIF auf Person B ein, Person D auf C und so weiter.

## GIFs...

Jede\*r kennt sie und viele nutzen sie: die animierten Bilder im Sekundenformat. Sie haben längst einen festen Platz im Repertoire unseres digitalen Ausdrucksvermögens und der globalen Bildkultur. Aus kurzen Filmsequenzen, Animationen oder privatem Videomaterial entstanden, vermitteln sie Emotionen, Haltungen und/oder Aussagen und kommen mit wenig Schrift oder ganz sprachlos aus. Sie stellen eine eigene Kommunikationsform dar, die über Sprachbarrieren hinweg funktioniert.



## stille posts ÜBUNGEN

### 1) Proberunde

Suche deine eigenen vier Wände, das Spülbecken, den Hausflur, die nächste Haltestelle, den Himmel, dich selbst, andere Menschen, Werbung, ... nach spannenden Ausschnitten oder Momenten ab. Mithilfe einer GIF-App kannst du Videos oder Fotos aufnehmen und zu GIFs verarbeiten. Welche Orte, Nichtorte, Bewegungsarten, Gesichtsmimiken, Alltagssituationen findest du spannend? Worauf achtest du?

### 3) Ausstellungschat

Ort: Ausstellung, Museum (vorher sollte geklärt sein, ob fotografieren erlaubt ist)  
Bildet Zweier-Teams und erstellt je zu zweit einen gemeinsamen Chat. Einigt euch auf eine Person, die das erste GIF schickt. Begebt euch einzeln durch die Ausstellung und sucht nach Momenten, die euch interessieren. Das kann ein Ausstellungsponat sein, ein Bild, ein\*e Ausstellungsführer\*in, ein ungewollter Fleck,...Versucht passende Antworten auf die GIFs eures\*eurer Partner\*in zu innerhalb der Ausstellung zu finden. Dokumentiert den Chatverlauf.

### 2) Ver-GIF-te den Stadttourismus (Als Gruppe umsetzbar)

Bildet mehrere Kleingruppen (mindestens 2). Verstreut euch in der Stadt und spielt Touris. Was haltet ihr für fotograferenswert? Wie könnt ihr mit dem Ort interagieren, ihn verändern, mit ihm spielen? Erstellt GIFs und schickt sie an die andere Gruppe! Diese muss dann eine passende Reaktion auf euer Sighting-Snapshot finden und so weiter.

### 4) Freies Thema

Eöffnet einen Chat – ihr solltet mindestens zu zweit sein.  
Sucht euch ein Thema, das euch umgibt, das aktuell ist oder euch einfach interessiert. Sucht, beobachtet, forscht, dokumentiert dazu eure Umgebung. Themen können zum Beispiel sein: Nachrichtensprecher\*innen, Nachtsicht, unangenehme Nachbarn, Gender, Schönheitsideale, Falten, Traditionen...  
Nehmt eure Beobachtungen auf und erstellt GIFs daraus.  
Versucht innerhalb des Chats nur visuell zu kommunizieren und dabei zu erkennen: Was interessiert mich bzw. uns am Thema? Wo muss ich noch näher heran bzw. noch weiter weg gehen?  
Hier ist die Chronologie im Chat egal.

# fragend umkreisen



fragendumkreisen.wordpress.com

Konzept / Text / Bild

Gesa Wagner

Jule Kessler

Klara Goiny

Liliane Weismann

Philippa Jochim



**WER HAT DAMIT ANGEFANGEN, DAS ZU PRODUZIEREN,  
WAS IN DER ENDLOSSCHLEIFE NICHT VERÄNDERT WIRD?**

**WANN HAT DAS BAND UNTER DER ZUNGE DIE  
NACHRICHTEN AUFGEZEICHNET?**

Unsere Fragen sind Wegbegleiterinnen und der Weg, den wir gehen, ist Begleiter von Fragen. Wir fragen uns: Wie hängen das Gehen von Wegen und das Denken zusammen? Wie unterstützt der Körper den Denkprozess? Was passiert wenn die Fragen auch physisch umkreist werden können, wenn wir eine Frage in Schleifen umgehen? Ist das dann wie in einer Warteschleife zu hängen?



Wir haben zehn verschiedene Fragen auf dem Boden eines Platzes plakatiert, sodass sie sich klar von Werbeflächen abgrenzen und über sie gestolpert wird.

Wir sehen diese Fragen als UmFragen: Sie sind nicht eindeutig formuliert und durchbrechen gewohnte Denkewege. Welchen Weg geht eine Person, die unsere Fragen gelesen hat? Wohin trägt sie diese? So spannt sich ein bewegliches Netz von sich fragenden Personen auf. Das fragende Umkreisen erzeugt einen Moment, welcher gedanklich und körperlich zu neuen Perspektiven führt.

Was kann Kunstpädagogik eröffnen, wenn wir als Kunstpädagog\*innen aufhören, Prozesse kontrollieren zu wollen und keinen Output erwarten? Wir stellen unsere Fragen im öffentlichen Raum zur Verfügung. Als Verbindung zwischen lesenden Menschen entsteht ein Moment des gemeinsamen Stützigeins. Dieser ist flüchtig, es gibt keinen von uns bestimmten Ort für Antworten. Wir fordern die Neugierde und ein Bestreben der Menschen heraus, verstehen zu wollen.

**FÜR JEDE\*N IN ALLEN SITUATIONEN (BESONDERS JETZT!).**



## Anleitung zum Fragenstellen und -verbreiten:

1. (Er-)Finde deine eigenen Fragen und plakatiere sie in deiner Umgebung!  
Nutze dafür die vorgefertigten Buchstaben auf dem folgenden Blatt oder gestalte einfach deine eigenen.

2. Das (Er-)Finden von Fragen ist ein Prozess: Welche Gedanken bündeln sich gerade an der Spitze deines Kopfes? Welche Worte liegen dir auf der Zunge?  
Nicht alle Fragen ergeben auf den ersten Blick Sinn. Keine Frage ist falsch. Wir möchten dich dazu anregen, sie ganz unmittelbar zu äußern. Der üblich erlernte Weg, Fragen zu stellen, ist nicht der einzige Weg, fragend zu denken. Habe Mut, direkte und unmittelbare Fragen zu stellen, dir einen eigenen Fragenraum zu konstruieren und diesen mit anderen im öffentlichen Raum zu teilen.

3. Der Ort, an dem du deine Fragen plakatierst, sollte ein viel besuchter Platz sein, an dem Menschen aus verschiedenen Kontexten aufeinandertreffen. Außerdem ist es wichtig, dass mehrere Wege in unterschiedliche Richtungen führen.



4. Rühre Kleister in einem Eimer an und besorge dir einen Pinsel, der mindestens so breit ist wie deine Buchstaben.  
Plakatiere deine Fragen so, dass Passant\*Innen ihnen folgen und dadurch neue Richtungen einschlagen können.

5. Finde dich mit anderen zusammen und führt die Aktion gemeinschaftlich durch.  
Auch das gemeinsame Ausdenken von Fragen eröffnet neue Wege.





j

x

r

s

a

d

c

y

q

t

i

e

w

u

h

ä

ü

z

z

f

o

m

l

k

p

z

z

w

z

b

v

m

l

r

s

j

x

z

z

b

v

t

i

y

q

z

z

a

d

f

o

z

z

c

g

e

w

w

z

z

z

u

h

A D

F O

S ?

S ?

J

X

E

N W Z

S ?

S ?

Y

9

C

G R

S

A D

C

G

U

H T

I

E

W

U

Ä

Ü

S ?

F

O

M L

K

P

S ?

W

Z

B

V

M

L

S

J

X

S ?

S ?

B

V

T

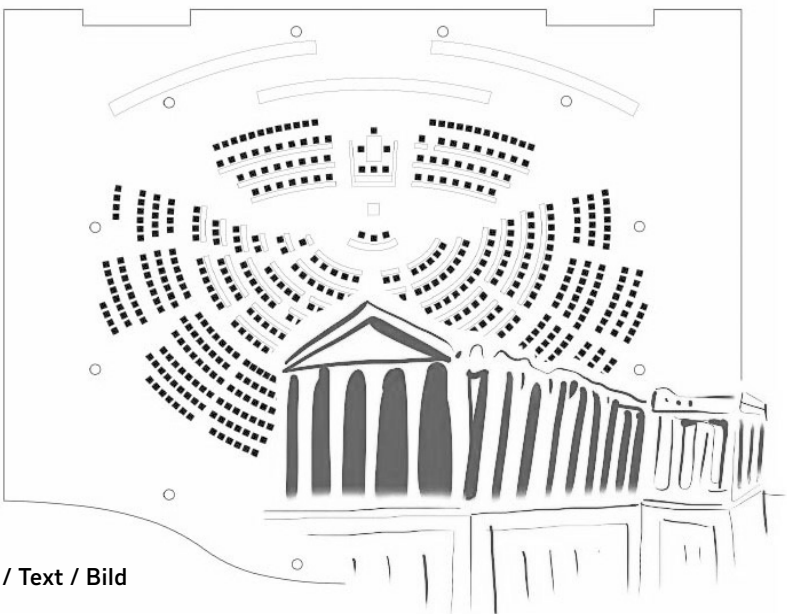
I

Y

S ?

S ?

# impro polis 01



Konzept / Text / Bild

Nils Jaeger

## Intro

*Impro-Polis* besteht aus modularität kombinierbaren Übungen, welche Themen der politischen Bildung aus der Perspektive der Kunstpädagogik und des Improvisationstheaters zugänglich machen. *Impro-Polis* arbeitet an Kompetenzen im Bereich der sozialen Interaktion in Gruppen sowie im Ausdrucksvermögen einer jeden Person zwischen den Sphären eines alltagspolitischen bzw. polyzentrischen Politikbegriffs und der individuellen Lebenswelt. Die Grundstrukturen des Politischen sind immer Kommunikation und Handlung.

Im Rahmen der improvisierten Kommunikation mit anderen sollen zuerst alltagspolitische Phänomene wie Macht oder Diskriminierung auf spielerische Weise erfahrbar werden.

Durch die dabei ablaufende Auseinandersetzung mit sich selbst und mit anderen setzt automatisch ein Erkennen und ein Erforschen der eigenen politischen Vorprägung ein (ausgedrückt in Einstellung, Wahrnehmung und Verhalten).

Somit wird es möglich, diese unbewusste politische Vorprägung zum bewussten Gegenstand zu erheben. Nachdem ein Zugang über den Weg der alltäglichen Lebenswelt zu Bereichen des Politischen bereit ist, werden weitere Improvisationsübungen angeschlossen. Diese versuchen, einen Schritt weiter zu gehen und abstrakte Begriffe aus dem Bereich der Politikwissenschaft einzuführen, mit dem Ziel, die vorher gemachten Erfahrungen mit sprachlichen Kategorien und Schlagwörtern zu konfrontieren. Über die subjektive Erfahrung des Politischen in der eigenen Lebenswelt wird schließlich eine Brücke in die Metaebene politikwissenschaftlicher Termini geschlagen.

## Vorbereitung

In vergangenen Unterrichtseinheiten sollten performative Übungen und diesbezügliche Improvisationspraxen bereits erprobt worden sein. Auch ein Bezug zu aktuell in der Oberstufe behandelten politik- bzw. gesellschaftswissenschaftlichen Themen wie z. B. Rassismus, Antisemitismus, Klimawandel, Feminismus etc. wäre hilfreich. Die Übungsformate eignen sich dafür, Grundlagenbegriffe jeglicher Couleur einzuführen bzw. zu vertiefen. Folglich laden die Übungen dazu ein, sie an beliebige politische Themen anzupassen. Als passive Raumgestaltung könnten Definitionen wesentlicher politischer Begriffe, Zitate aber auch Bilder, Plakate, Symbole oder Farben genutzt werden, die mit Politik assoziiert werden und keine gesellschaftlichen Tabus brechen.



## Zielgruppe

Kunstunterricht der Oberstufe: Voraussetzung ist eine vorhandene Vorerfahrung mit Improvisationsübungen. Ebenfalls nützlich sind Grundkenntnisse im Bereich der politischen Bildung. Sind diese nicht vorhanden, stellen die nachfolgenden Seiten Grundbegriffe mit kurzen Definitionen bereit\*\*.

Folgende Struktur ergibt sich für die Übungen:

1. Aufwärmübungen
2. Übungen zu alltagspolitischen Phänomenen
3. Übungen zu politikwissenschaftlichen Begriffen

# 1. Übungen zwecks Aufwärmung

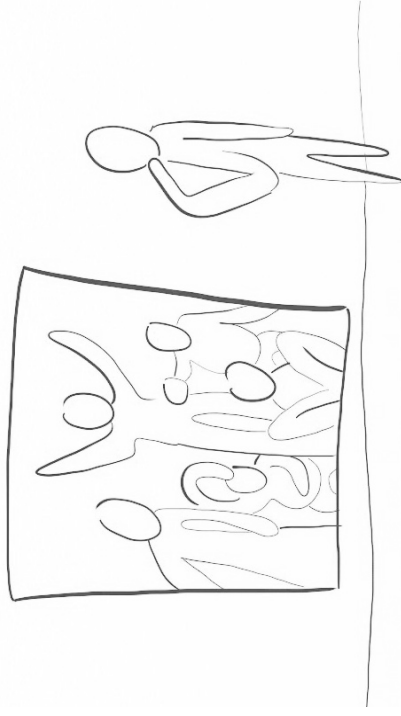
## 1.1. Raum und Gruppe wahrnehmen

Alle laufen herum, ohne sich anzuschauen oder anderweitig zu kommunizieren. Auf Kommando aufschauen und mit dem Finger auf die erstbeste Person zeigen.



## 1.2. Körper lockern

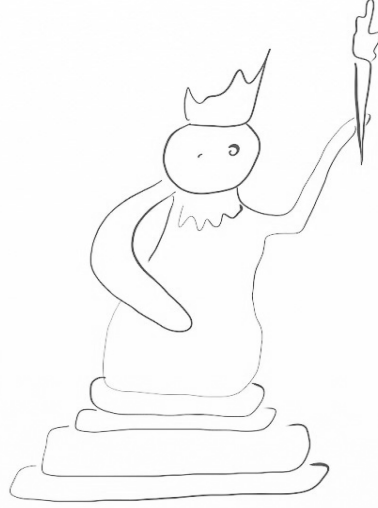
Alle laufen herum und machen dabei Körperbewegungen – nach Anweisung, aber auch nach freier Wahl. Eine Variation mit Ankündigung verschiedener Aktivitätsgrade ist möglich (z. B. introvertiert, ruhig, ausgeglichen, extrovertiert, aufgeregt, hysterisch etc.).



+

## 1.4. Aufzug

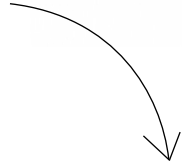
Das Zu- und Aussteigen von verschiedenen Personen darstellen. Maximale Personenzahl und Raum des Fahrstuhls sind festgelegt. Verschiedene Charaktere bzw. Eigenschaften werden vorgegeben (z. B. alte Person, stinkende Person etc.).



+

## 1.5. Dialog

Alle Teilnehmenden ziehen Charakterzustände\*, dann laufen alle durcheinander durch den Raum. Auf Kommando finden sich alle in Zweiertams zusammen und improvisieren einen kurzen Dialog, in welchem sie ihre Charakterzustände ausdrücken. Am Ende des Dialogs können die Charakterzustände getauscht werden. Im Laufe der Übung kann auch das Kommando der anleitenden Person ausgelassen werden, so dass es zur spontanen Bildung von Dialog-Gruppen kommt.



\*

- traurig – überglücklich – zornig – stolz – herablassend
- ängstlich – müde – achtsam – eitel – gemein –
- gegen-alles-negativ – für-alles-positiv – schüchtern –
- sehr höflich – kalt – warm – zickig – plump – verärgert –
- dumm – neidisch – eifersüchtig – gehässig – verliebt –
- berauscht – überrascht – geordnet – hochkonzentriert –
- schmerzvoll – lustig – einsam

Es wird dazu eingeladen, sich weitere Charakterzustände auszudenken.

# impro polis 02

## 2. Übungen zu alltagspolitischen Phänomenen

Konzept / Text / Bild

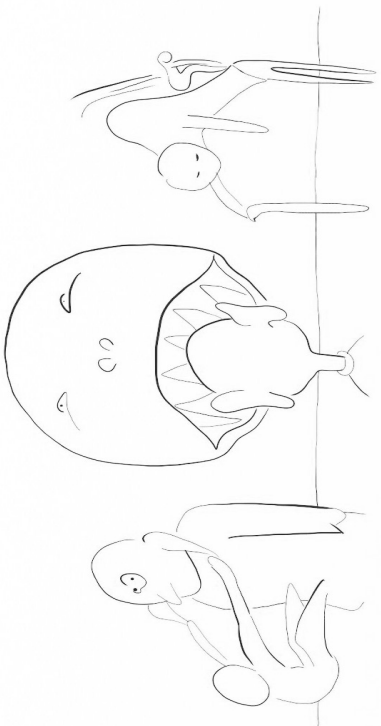
Nils Jaeger

### 2.1. Redensart nachstellen

Alle gehen durch den Raum. Der Spielleiter gibt eine Redensart\* vor. Die Teilnehmenden finden sich in Zweiertams zusammen, in denen die Redensart wörtlich genommen ausgeübt wird. Es geht weiter: Eine neue Redensart, neue Teams usw.

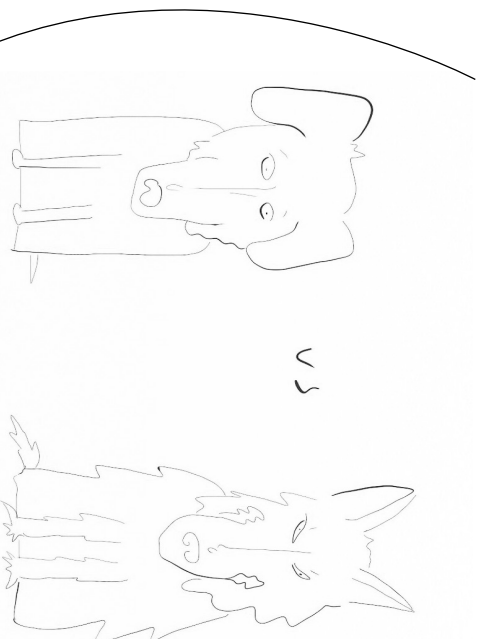
\* Folgende Sammlung an Redensarten steht zur Verfügung:  
Jemandem die Hand reichen – jemandem aus der Hand fressen – jemanden an der Hand nehmen – nach jemandem die Hand ausstrecken – jemandem etwas auf die Nase binden – jemandem die Würmer aus der Nase ziehen – sich jemandem an den Hals werfen – jemandem den Hals verdrehen – jemandem auf die Finger klopfen – jemandem durch die Finger schlüpfen – jemanden um den kleinen Finger wickeln – jemandem die Zunge herausstrecken – jemandem die Hammelbeine langziehen – sich für jemanden ein Bein ausreißen – sich jemandem in die Arme werfen – die Beine unter die Arme nehmen – jemandem die Haare von Kopf fressen – jemandem den Kopf verdrehen – jemandem etwas in den Mund legen – jemandem den Mund öffnen – jemandem die Zähne zeigen – jemandem den Buckel runterrutschen – jemandem den Rücken kehren – vor jemandem übers Knie legen – jemandem auf Knien bitten – jemandem die Ohren langziehen – jemandem bei den Ohren nehmen – jemandem die Ohren langziehen – jemandem Feuer unter dem Hintern machen – jemandem in den Hintern kriechen.

Variation: Die Teilnehmenden notieren im Anschluss des Darstellens kurz ihre gemachten Erfahrungen oder Emotionen bei der Umsetzung. Auch das Machtverhältnis in der jeweilig dargestellten Redensart sollte dabei eine Rolle spielen. Dann können sie die Ausübung wiederholen: Diesmal experimentieren sie damit, die notierte Emotion oder das Gegenteil von dieser auszudrücken, oder sie versuchen, auf verschiedene Weisen das Machtverhältnis der Redensart umzukehren.



### 2.2. Macht des Diskurses

Es werden Zweier- bis Vierergruppen gebildet. Jede Gruppe zieht ein Begriffspärchen\*\*, dann soll jedes Gruppenmitglied für sich entscheiden, welche Emotion jeder der beiden Begriffe auslöst. Diese Emotion wird dann als Darstellung (Standbild, kurzes Vorspiel) eingeübt. Im Anschluss werden die Darstellungen innerhalb der Gruppe vorgeführt. Kurze Diskussionen und eine Auswertung sollten sich anschließen, Meinungsverschiedenheiten bezüglich der Darstellung werden besprochen.  
Variation: Es kann ein geplantes / improvisiertes Schauspiel angeschlossen werden, in welchem die Darstellungen oder Emotionen zu einem Begriffspärchen kombiniert werden.

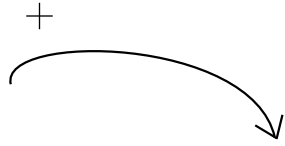


\*\* Diskriminierung / Gemeinschaftsgefühl – Frieden / Abwesenheit von Krieg – Klimawandel / Klimaschutz – Freiheit / Schule – Freiheit / Chancengleichheit – Freiheit / freie Wirtschaft – Freiheit / Konsum – »Flüchtlingskrise« / »Migrationswelle« – »Klimakrise« / Klimawandel – Migrationshintergrund / Ausländer\*innen – Individualität / freie Marktwirtschaft – Utopie / Stalinismus – Revolution / Extremismus – Sicherheit / Bürokratie – Konflikt / Demokratie – SUV / Fahrspaß – Nazis / Toleranz – Rauschmittel / Drogen – Handy / Handysucht – Digitalisierung / »Bildschirmsucht« – Gleichstellung der Geschlechter / Religionsfreiheit

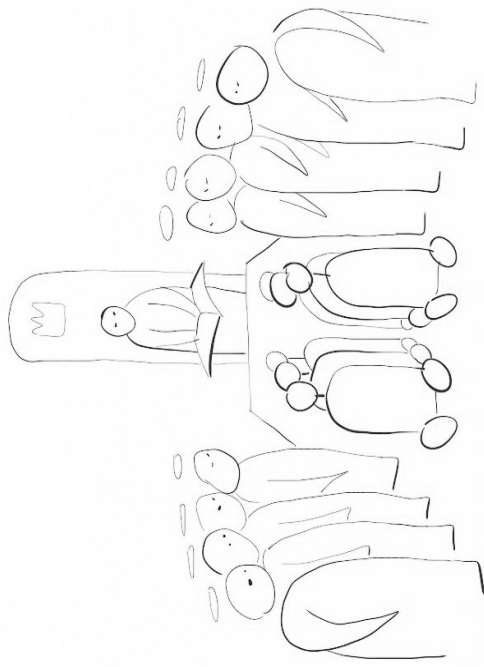
Es wird dazu eingeladen, selbst erfinderisch zu werden. Ziel ist es, dass die Begriffe möglichst ähnliche Themen betreffen, aber unterschiedliche Perspektiven einnehmen. Bspw. löst das Wort »Flüchtlingskrise« andere Gefühle aus als das Wort »Migrationswelle«, sie haben also unterschiedliche Deutungsmacht.

### 2.3. Das Tribunal

Es muss eine Person ausgewählt werden, die das Spiel leitet und alles koordiniert. Diese muss in ihrer Rolle ein autoritäres Auftreten wahren, folgende Anweisungen studieren und geben: Alle laufen durch den Raum, schauen auf den Boden. Auf Kommando schauen alle auf und zeigen spontan auf eine andere Person mit dem Finger. Die Personen, auf welche die meisten Finger zeigen, müssen sich Verbeugen und hinknien. (Ist die kniende Gruppe kleiner als ca. ein Viertel der teilnehmenden Personen, wird so lange mit den Jüngsten der noch Stehenden aufgefüllt, bis sie ca. ein Viertel der Teilnehmenden ausmacht. Ist sie deutlich größer als ein Viertel, stehen die ältesten Personen wieder auf, bis die Größe stimmt.) Die Knienden müssen ihre Ohren zuhalten. Nun gehen die Stehenden in eine Ecke des Raumes und werden von der Spielleitung eingeweiht: Es wird nun ein Tribunal inszeniert, in welchem den Knienden Schuld vorgeworfen wird, und sie aufgefordert werden, sich zu verteidigen bzw. zu rechtfertigen. Da diese unwissend sind, wollen sie sicherlich den Grund bzw. die Art ihres Vergehens wissen – diese Information wird Ihnen jedoch nicht gewährt. Die Stehenden werden konsequent und als solidarische Einheit auftretend den Knienden Schuld vorwerfen, und auf Fragen und Aufbegehren nur weiter den Schuldvorwurf ausbauen. Dabei ist es wichtig, die Knienden zu »entmündigen«, ihnen also

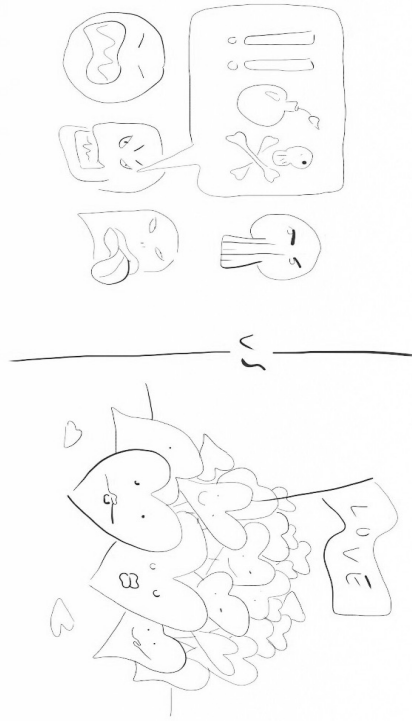


das Recht abzusprechen, die Autorität zu haben, irgendetwas Fundiertes sagen zu dürfen – sie sind ja die Angeklagten und nicht die Anklagenden. Bitte auch etwas lauter und gemeiner! Nachdem die Stehenden eingeweiht wurden und bevor es losgeht, gehen sie zu den Knienden und fordern sie auf, sich in Zweierreihe hintereinander mit Blick in eine Richtung zu setzen. Die Stehenden stellen sich im Halbkreis um die Sitzenden, die Spielleitung steht ganz vorn: **Das Tribunal mag beginnen!** Im Anschluss ist ein abschließendes Gespräch unerlässlich!

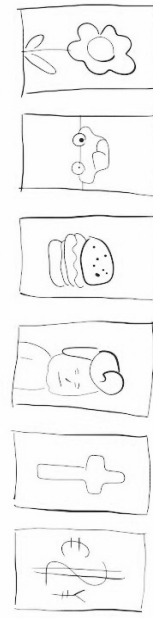


### 2.4. Hass / Liebe

Eine Auswahl an Bildern wird vorgezeigt. Wichtig ist, dass es sehr gegensätzliche Bilder sind, z. B. als politische Reihe: Umweltschutz, Sozialpolitik, rechter Populismus, liberale Wirtschaftspolitik, Feminismus, Konservatismus. Zu jedem Bild werden negative Assoziationen gesammelt, die kurz besprochen werden (Hass) – diese Assoziationen sollen nicht nur die persönliche Meinung vertreten, sondern auch Meinungen, die in anderen gesellschaftlichen Diskursen vermutet werden und konträr zur eigenen Haltung stehen. Die Bilder werden noch einmal gezeigt. Jetzt werden positive Assoziationen auf die gleiche Weise gesammelt. Stereotype dürfen auf jeden Fall aufgegriffen werden.



*Achtung: An dieser Stelle darf es nicht zu Menschenfeindlichkeit, Antisemitismus o.ä. kommen. Passiert dies trotzdem, muss der Vorfall sofort besprochen werden.* Dann folgt zu der gleichen Bilderreihe auf gleiche Weise die Liebe-Runde bei der zu jedem Motiv Lobgesänge ausgedrückt und begründet werden müssen. Im Anschluss Gespräch über Feind/Freund Bilder bzw. Schwarz/Weiß der Politik sowie der unbewussten Existenz von Vorurteilen und politischen Tabus.



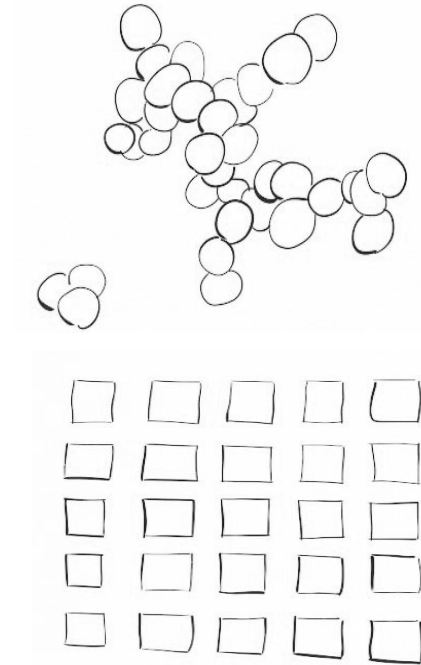
Jedoch sollten gesellschaftliche Tabus vermieden und Themen, durch die sich Teilnehmende verletzt fühlen, besprochen werden. Nun wird in einer Hass-Runde nacheinander jedes Bild gezeigt. Alle lassen ihren negativen Assoziationen und Stereotypen freien Lauf.

## 3. Übungen zu politikwissenschaftlichen Begriffen

Konzept / Text / Bild

Nils Jaeger

# impro polis 03

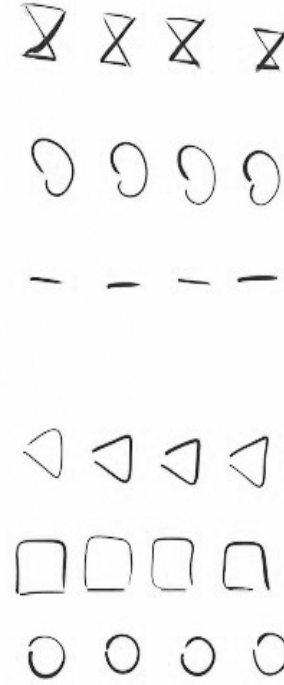


### 3.1. Politische Formen formen

Es werden größere Gruppen von mind. fünf Personen gebildet. Jede Gruppe erhält einen Stapel Papierkarten identischer Formen und Farbe (z. B. blauer Vierecke). Diese müssen im Voraus von der anleitenden Person angefertigt worden sein. Nun wird jeder Gruppe ein politischer Begriff aus der folgenden Auswahl zugeteilt: Macht – Konflikt – Herrschaft – Ordnung – Frieden – Demokratie – Diktatur – Freiheit – Gleichheit – Gerechtigkeit – Integration – Mehrheitsprinzip – Solidarität – Emanzipation – Partizipation – Legitimität – Souveränität – Bürokratie – Liberalismus – Sozialismus – Anarchismus – Konservatismus – Feminismus – Pluralismus – Kommunismus – Populismus – Faschismus – Rassismus (Die Wahl anderer Begriffe ist möglich.)

### 3.2. Pantomimische Darstellung politischer Begriffe

Die Teilnehmenden sollen individuell oder als Gruppe politische Begriffe (siehe Sammlung politikwissenschaftlicher Begriffe\*\*\*) pantomimisch dargestellt werden. Ob die Begriffe zugeteilt oder frei gewählt werden, bleibt der anleitenden Person überlassen. Sinnvoll ist es jedoch, mehrere Begriffe zuzuteilen. Variation: Die Teilnehmenden bekommen zwei Begriffe zufällig zugeteilt. Alle laufen durcheinander – auf Kommando bilden sich spontane Gruppen. Diese Gruppen müssen dann Begriffe pantomimisch umsetzen. Begriffe dürfen kombiniert werden.



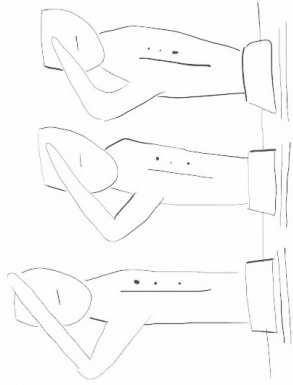
Innerhalb der Gruppe darf nicht geredet werden. Ziel ist es, aus den Formen ein Bild zusammensetzen, welches auf eine gewisse Weise mit dem gezogenen Begriff in Verbindung gebracht wird. Eine Person beginnt, eine Form zu legen – falten, knicken etc. ist erlaubt. Dann legt die nächste Person eine Form ab usw., bis sich eine Reihenfolge in der Gruppe gebildet hat. Schon gelegte Formen dürfen verändert werden, dies gilt dann jedoch als »legen«, d. h. dann ist die nächste Person an der Reihe. Die Gruppe entscheidet selbst, wann sie fertig ist. Reden, schriftliche oder digitale Kommunikation ist dabei verboten, alle anderen Formen der Kommunikation jedoch ausdrücklich erlaubt. Im Anschluss schauen sich alle Gruppen die Werke der anderen an und besprechen diese. Variation: Anstatt Farbformen können auch ganz einfach Linien mit Stiften, Kreiden etc. gezeichnet werden.

### 3.4. Statuen politischer Begriffe

Es werden Zweiergruppen gebildet, ggf. Dreier- oder Vierergruppen. Jede Gruppe bekommt mindestens einen politischen Begriff zugeteilt (siehe Sammlung politikwissenschaftlicher Begriffe\*\*\*).

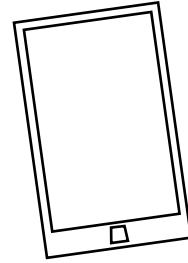
Dieser muss von der Gruppe mit einer Standpose dargestellt werden. Eine anfängliche Auseinandersetzung mit dem jeweiligen Begriff innerhalb der Gruppe ist notwendig.

Variation: Jede Gruppe bekommt mindestens drei Begriffe zugeteilt, zu diesen werden Standposen entwickelt. Nach der Erarbeitungsphase müssen sich je zwei Gruppen ihre Posen gegenseitig vorführen, die jeweils andere Gruppe muss erraten, um welchen Begriff es sich handelt.



Nach jedem falschen oder richtigen Raten sollte eine kurze Erklärung zu bzw. Diskussion um die Pose mit Bezug zum jeweiligen Begriff stattfinden: Warum habt ihr es auf diese Weise dargestellt? Wie wäre es anders möglich? etc.

\*\*\* Sammlung Politikbegriffe  
QR-Code scannen und Zugang zur PDF-Datei erhalten, die eine Liste politikwissenschaftlicher Begriffe bereithält!



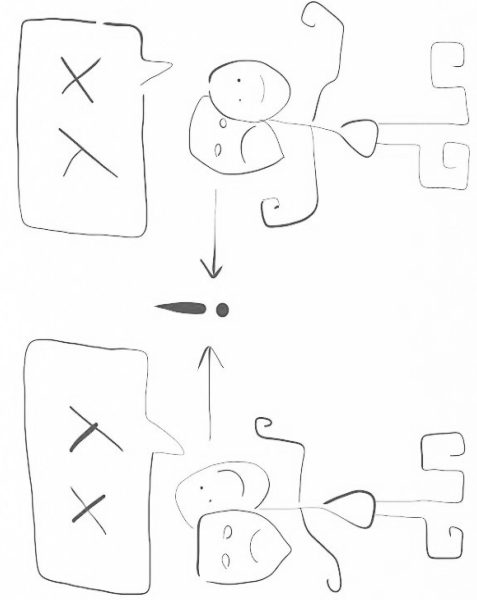
### 3.3. Geräusche zu politischen Begriffen

In einer Fortführung von 3.1. und 3.2. werden Geräusche oder Geräuschabfolgen zu politischen Begriffen gefunden und sich gegenseitig präsentiert.

### 3.5. Das politische Gespräch

Es werden Dreiergruppen gebildet. Dann wird ein politisches Thema\* gezogen. Nun wird ein Dialog improvisiert: Es wird per Zufall entschieden, wer pro oder kontra ist (Schnick, Schnack, Schnuck, wer gewinnt, ist pro), danach muss in einer kurzen, dialogischen Diskussion die zugeteilte politische Einstellung vertreten werden. Im Anschluss müssen alle die vorher pro waren zu contra wechseln und umgekehrt. Dann wird wieder diskutiert. Danach werden Partner\*innen und Themen durchgetauscht.

- \*  
Klimawandel – Todesstrafe – Digitalisierung – Handyverbot in der Schule – Fridays For Future – Fischfangquote – Schuluniform – islamischer Religionsunterricht – Arbeitslosengeld – Frauenquote – Bundeswehreinsatz in Nahost – Kohleausstieg – Graffiti vs. Streetart – GEZ – Abstrakte Kunst – Verbot von bestimmten Büchern – Auftrittsverbot für etwaige Satiriker\*innen – Nationalstolz – Reichensteuer – Killerspiele – Alkoholverbot – genmanipulierte Agrargüter – Abtreibung aufgrund Früherkennung schwerer Behinderung





# parkour im alltag 01

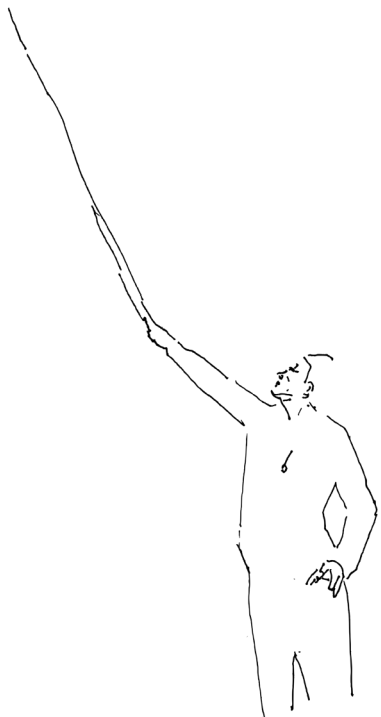
Konzept / Text / Bild  
Chanelle Rundel  
Carolin Heddergott

## Intro

In unserem Alltag sind wir an eine Vielzahl von Mechanismen gewöhnt: Wie Zähneputzen, Haare kämmen oder Schuhe binden. Wir haben längst aufgehört, diese Abläufe bewusst wahrzunehmen und zu reflektieren, denn wir sind gut darin genau die Dinge zu tun, die wir immer tun. Dieses Praxisformat soll dazu anregen, bewusst unsere festgefahrenen Mechanismen zu hinterfragen und aufzubrechen. Was passiert, wenn wir diese Vorgänge einfach anders als gewohnt durchführen? Werden wir scheitern? Keinen Unterschied bemerken? Oder werden sich vielleicht neue Türen öffnen?

In Form kleiner Handlungsanweisungen wollen wir dich dazu einladen, dir selbst kleine Hindernisse zu stellen. Es handelt sich um bewusste Einschränkungen, die mithilfe vertrauter Materialien und am eigenen Körper realisiert werden. Die Handlungsanweisungen regen dazu an, die Aufgaben weiterzudenken und sie auf viele andere, alltägliche Routinen auszudehnen. Besonders in stressigen Zeiten können sie den Alltag auflockern. Viel Spaß beim Erproben!

Die folgenden Übungsformate sind sowohl im schulischen Kontext als auch in alltäglichen Situationen anwendbar und für alle Altersklassen geeignet.



## Armverlängerung

Suche dir ein Objekt, mit dem du deinen Arm verlängern kannst. Es sollte etwas sein, das sich leicht befestigen lässt. Du kannst den Schwierigkeitsgrad durch die Länge und das Gewicht des gewählten Gegenstandes beeinflussen.

Versuche eine Person mit dem verlängerten Arm anzutippen.

Versuche einen Gegenstand zu greifen, der ohne die Armverlängerung unerreichbar für dich wäre.

Befestige ein Zeichen- oder Malutensil, wie zum Beispiel einen Pinsel, an der Verlängerung und experimentiere damit. Versuche etwas zu zeichnen oder zu malen.

Begleitende Fragen:

Wie fühlt sich dein Arm an? Welche Eindrücke bzw. Reize werden durch die Verlängerung weitergeleitet? Welche Verbindung hast du zu den Dingen, die du greifst?



## Sinne einschränken

Im Zusammenspiel unserer Sinne können wir viele Dinge gleichzeitig wahrnehmen. Das kann die Wahrnehmung der einzelnen Sinne jedoch beeinträchtigen. Was passiert, wenn du einen Sinn einschränkst oder dich auf einen konzentrierst?

Bewege dich 15 Minuten mit verbundenen Augen durch den Raum, in dem du dich gerade befindest. Halte einen Augenblick inne, nimm deine Umgebung wahr. Was fühlst du? Was hörst du? Fällt dir etwas auf, was dir vorher nicht aufgefallen ist?

Mach einen Spaziergang. Blockiere mit Kopfhörern deine Ohren. Konzentriere dich nur auf das, was du siehst. Achte auf Details. Zeichne, was dir besonders auffällt.

Iss im Dunkeln.

Mach blind eine Notiz.

Male oder zeichne mit verbundenen Augen. Fällt es dir leicht zu akzeptieren, dass du das bisher Gemalte nicht siehst? Kannst du die Kontrolle abgeben? Gefällt dir das Ergebnis?

Mach einen Spaziergang. Blockiere die Ohren und verbinde die Augen. Konzentriere dich auf die Gerüche. Was kannst du riechen? Was empfindest du als angenehm oder unangenehm?

Blockiere erneut deine Ohren und beobachte ein Gespräch. Betrachte die Lippen der Sprechenden. Kannst du erkennen, worüber geredet wird? Schreibe das Gesprochene ggf. mit. Was fällt dir auf?

Öffne ein Fenster. Sieh nicht nach draußen. Achte auf die Geräusche der Straße. Woher kommen die einzelnen Töne?

Mach barfuß einen Spaziergang oder laufe blind durch den Raum, in dem du dich gerade befindest. Konzentriere dich auf deine Fußsohlen. Was spürst du? Du kannst die Sinnesfarbung noch erweitern, indem du dabei deine Augen schließt.

+



## Spuren

Was sind Spuren? Welche Geschichten erzählen sie? Welche Spuren hinterlässt du? Sieh dich jetzt in deiner Umgebung um.

Finde Spuren, die du hinterlassen hast. Fotografiere sie. Bewege dich im Raum und versuche dabei, keine Spuren zu hinterlassen. Dann bewege dich erneut im Raum und versuche, möglichst viele Spuren zu hinterlassen.

Wenn du morgen aufstehst, nimm dir einen Moment Zeit und betrachte, welche Spuren du beim Schlafen hinterlassen hast. Mach jeweils am Abend vor dem Zubettgehen und am nächsten Morgen nach dem Aufwachen ein Foto. Was hat sich verändert?

Welche Spuren hinterlässt Seilspringen? Was passiert, wenn du Hilfsmittel wie Farbe, Mehl o. Ä. nutzt, um deine Spuren dabei sichtbar zu machen? Suche dir eine Tätigkeit und hinterlasse gezielt Spuren.

## Dinge umfunktionieren

Was können die Dinge in unserer Umgebung? Wofür verwenden wir sie? Sie haben festgelegte Eigenschaften und wir nutzen sie dementsprechend. Doch lassen sie sich umnutzen?

Welche Dinge kannst du in deiner unmittelbaren Umgebung greifen? Wähle einen Gegenstand aus und versuche, ihn bewusst anders zu verwenden. Experimentiere. Welche verborgenen Eigenschaften kannst du entdecken?

Wähle nun ein Objekt und überlege, wofür bzw. für welche Aktion es am wenigsten geeignet ist. Probiere genau das aus.

Suche dir zwei Objekte. Vertausche ihre Eigenschaften und agiere dementsprechend mit ihnen (z. B. eine Tasse zum Teller machen und umgekehrt). Was zeichnet das eigentliche Objekt für seine Anwendung aus. Was kann es noch?

Notiere etwas auf einem Blatt Papier ohne dabei Zeichenutensil zu benutzen.

Mache einen Spaziergang durch dein Zimmer und suche dir Materialien, mit denen du malen kannst.

# parkour im alltag 02

Konzept / Text / Bild  
Chanelle Rundel  
Carolin Heddergott



## Den Körper nutzen

### Ohne Hände

Versuche aus einer Flasche zu trinken, ohne deine Hände zu benutzen.

Schaffst du es, mit deinem Mund dein Handy aus der Tasche zu holen? Dokumentiere diese Aktion ggf. mit deiner Kamera.

Male ein Bild ohne die Hände zu benutzen. Du kannst den Pinsel mit dem Mund führen und deine Füße oder andere Körperteile benutzen. Probiere verschiedene Möglichkeiten aus.

### Beide Hände

Putze beidhändig deine Zähne.

Mach dir mit beiden Händen gleichzeitig Notizen. Ist es einfacher, spiegelverkehrt oder in die gleiche Richtung zu schreiben? Fühlen sich die Bewegungen in beiden Händen gleich an?

Male oder zeichne, indem du beide Hände gleichzeitig nutzt.

Versuche sie synchron bzw. asynchron zu bewegen.



## Die andere Hand

Mit welcher Hand schreibst du? Was machst du mit der anderen Hand? Tausche heute einmal deine Hände und nutze bewusst die ungeübte Hand.

Zieh dich gezielt nur mit der anderen Hand an. Du kannst den Umraum nutzen, um dich abzustützen oder anzulehnen.

Tausche Messer und Gabel.

Iss und trink heute nur mit der Hand, die du dafür sonst nicht benutzt.

Schreibe nur mit der ungeübten Hand auf deinem Computer.

Kämme dir mit der anderen Hand die Haare.

Verfasse eine schriftliche Notiz (z. B. auf deiner Einkaufsliste) oder schreibe eine Nachricht an jemanden.

Zeichne oder male mit deiner ungeübteren Hand.

Bemerkst du Unterschiede? Wenn ja, welche?

## Finger

Normalerweise benutzen wir unsere Hände und Finger, um nach Gegenständen zu greifen. So schreiben wir mit einem Stift in unserer Hand oder malen mit einem Pinsel. Doch auch die Hand oder die Finger selbst können Utensilien sein.

Streiche mit den Fingern über verschiedene Oberflächen wie Sandpapier, Porzellan, Holz, Stoff, Wiese, Rinde oder die Zacken eines Kamms. Konzentriere dich auf das Gefühl in den Fingerspitzen.

Erfühle mit verschlossenen Augen Gegenstände, die sich in deiner Umgebung befinden. Kannst du erkennen, um welche Dinge es sich handelt? Woran erkennst du sie?

Male ohne Utensilien zu verwenden. Nutze nur deine Hände und Finger. Du kannst für jeden einzelnen Finger eine bestimmte Farbe nutzen. Fällt es dir leichter, die Hände oder die einzelnen Finger zu verwenden? Du kannst den Schwierigkeitsgrad erhöhen, indem du deinen Arm mitverwendest.



+

Behalte Übungen im Kopf, die dir besonders gut gefallen haben. Schreibe sie auf einen Zettel und hefte Sie an deinen Arbeitsplatz. Sind dir auch selber Aufgaben eingefallen? Notiere sie dir.

An welchen Aufgaben bist du gescheitert? In welchen Momenten hast du gezweifelt?

Was hat dir gut gefallen? Was fiel dir besonders schwer? Gab es Aufgaben, die dir gar keine Schwierigkeiten bereitet haben? Welche Hürden waren für dich keine Hürden? Was war die größte Hürde? Was hat dich überrascht?

und notiere dir deine neuen Erkenntnisse.

+

## Füße

Versuche mit deinen Füßen eine Tür zu öffnen. Wird es einfacher, wenn du diese Übungen mehrmals machst?

Kannst du nur mit deinen Füßen etwas aus dem Rucksack greifen?

Schaffst du es, mit deinen Zehen etwas in den Computer oder das Handy zu tippen?

Versuche dich ohne deine Füße und Beine von einem Zimmer in ein anderes zu bewegen.

Greife mit den Zehen einen Stift. Probiere damit zu zeichnen.

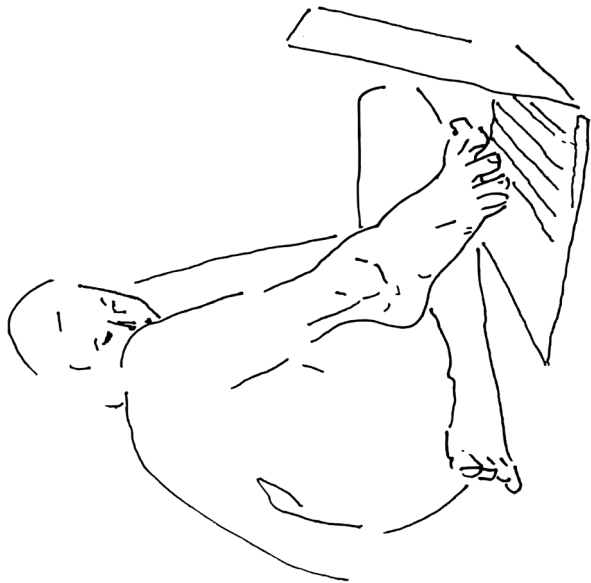
+

## Abschluss – Mach weiter!

Du hast dich auf einen Parkour im Alltag begeben und deine

Umgebung durch andere Sinneswahrnehmungen neu erkundet, dich selbst eingeschränkt und Dinge anders gehandhabt, als

du es normalerweise tun würdest. Nimm dir einen Moment Zeit und notiere dir deine neuen Erkenntnisse.



## Andere Körperteile

Binde dir die Hände am Rücken zusammen. Versuche, einen großen aber leichten Gegenstand von einem Zimmer in ein anderes zu transportieren. Nutze deinen Körper und den Umräum.

Befestige einen Stift an deinem Ellenbogen und versuche, etwas aufzuschreiben oder zu zeichnen.

# abschweifendes drinnen- und draußensein 01

## Intro

In unseren Köpfen rasen die Gedanken von A nach B in alle Himmelsrichtungen und überschlagen sich dabei. Ständig ist wilder Andrang. Es ist laut, stressig, schnell und wirr. Manchmal ereignen sich Kollisionen oder Gedanken verheddern sich. Dieses Praxisformat kann dabei helfen, sich auf das Hier und Jetzt zu fokussieren und manche Fäden zu entwirren. Bei den folgenden Übungen geht es weniger darum, einen Entspannungszustand zu erreichen, sondern abzuschweifen, um dadurch die Konzentration zu steigern. Darin liegt das Potenzial auch für Schüler\*innen, denn ein Abschweifen vom starren Ziel einer gesetzten Aufgabe kann als konstruktiver und sinnstiftender Raum genutzt werden, um einen Zustand der Konzentration und Handlungsfähigkeit zu erzeugen. Das Abschweifen selbst kann als Baustein einer künstlerischen Praxis und ästhetischer Prozess verstanden werden. Ästhetische Prozesse sind immer hedonistisch, weil sie eine Form des Spiels der Sinne sind. Die folgenden Übungen schulen die Sinne, lösen zwanghaftes Denken durch bewusste Wahrnehmung ab. Sie führen zu Selbstwirksamkeitserfahrungen und schaffen Freiheit für lustvolles Spiel. Zudem wird durch »abschweifendes Meditieren«, was gleichzusetzen ist mit einer Steigerung der Konzentration, eine Perspektive eingenommen, die im Hier und Jetzt verankert ist. Im Gewahrwerden des Augenblicks machen wir uns die Umwelt zu eigen und werden Akteur\*innen von Lernprozessen.

**Anwendungsmöglichkeiten**

Diese Übungen sind sowohl im schulischen als auch im privaten Rahmen umsetzbar. Auch in der aktuellen Pandemiesituation sind sie leicht zu realisieren und können helfen, etwas Gelassenheit in das Home-Office und beim Home-Schooling zu bringen. Darüber hinaus können die Aufgaben sowohl fächerübergreifend gestellt als auch an den jeweiligen Kunstlehrplan angepasst werden. Sie bieten Anregungen für Unterrichtseinheiten. Dabei könnten die Schüler\*innen sich intensiver mit der Bearbeitung ihrer Fotografien auseinandersetzen oder Collagen aus ihnen anfertigen. Die Abdrücke können einen Anstoß für Zeichenserien oder Drucke sein und auch die gesammelten Objekte können umgestaltet werden. Diese Aufgaben sind ab Klassenstufe fünf für alle Altersgruppen flexibel einsetzbar. Die örtlichen Rahmenbedingungen – draußen und drinnen – können variieren.



Konzept / Text / Bild

Julia Roth

Helene Weißflog

## Handlungsanweisungen *Innensein*

### Atmen

Das Atmen verbindet unseren Körper mit unserem Verstand. Dies ist keine Atemtechnik, es ist eine Bewusstseinsübung. Es gibt keine besondere Art zu atmen. Lass deinen Atem seinen natürlichen Rhythmus finden. Schließe deine Augen und entspanne dein Gesicht, deine Augen, deinen Kiefer. Werde dir deines Körpers bewusst: Wie stehst du, wie sitzt oder liegst du? An welchen Stellen berührt dein Körper den Boden? Beginne mit einem tiefen Atemzug, aber versuche nicht deinen natürlichen »Atemflow« zu kontrollieren, vielleicht spürst du das Heben und Senken deines Brustkorbs, die Bewegung deiner Bauchdecke, während du einatmest und ausatmest. Nimm dir zwei Minuten und fokussiere dich auf deine Körperempfindungen beim Atmen. Wenn deine Gedanken abschweifen, bringe deine Aufmerksamkeit zurück zu deiner Atmung. Öffne langsam deine Augen, strecke dich.

+

### Garten

Zu lernen, deine Gedanken kommen und gehen zu lassen, ist eine sehr wertvolle Übung, um innere Gelassenheit zu spüren, das Hier und Jetzt wahrzunehmen und deine Kräfte produktiv zu lenken. Du kannst deine Gedanken jedoch auch bewusst reflektieren. Stelle dir einen Garten vor. Alles wächst wild und du lässt es geschehen und beobachtest das Leben und Sterben in diesem kleinen Mikrokosmos. Deine Blicke schweifen und du spürst den Rhythmus deines Atems. Nun nimmst du dir eine Kamera und fotografierst eine Stelle des Gartens, die dir besonders gut gefällt und betrachtest für die kommenden 2 Minuten das Foto. Dieses bewusste Reflektieren und Lenken bestimmter Gedanken, kann dir Gelassenheit und Kraft geben.

+

### Dankbar

Mach es dir gemütlich, du kannst sitzen, liegen oder stehen. Schließe deine Augen und werde dir deines Atems bewusst. Jetzt denke an eine Person, für die du dankbar bist. Stell Sie dir vor. Sie kann mit dir verwandt, befreundet oder nur flüchtig bekannt sein – vielleicht bist du ihr nur einmal begegnet. Vielleicht denkst du auch an eine ganz konkrete Situation mit dieser Person, in der du dankbar warst, genau diesen Menschen um dich zu haben. Vielleicht denkst du auch an ein Tier. Das alles darf sein. Wenn du gerade jetzt das Bedürfnis verspürst, dieser Person zu danken, dann ist jetzt ein guter Moment. Öffne deine Augen und strecke dich.

### DJ

Um uns herum ist stets eine Geräuschkulisse. Autos, bellen-de Hunde, Regen an den Scheiben, das piepsende Handy, die Waschmaschine des Nachbarn, das Müllauto. Die folgende Übung kann dir dabei helfen, dir deiner Umgebung bewusst zu werden, die Geräusche anzunehmen und zu lernen, das Volumen runterzudrehen, indem du deinen Fokus änderst: Begib dich in eine bequeme Position. Schließe deine Augen und werde dir deines Atems bewusst. Jetzt konzentriere dich auf

die verschiedenen Geräusche deiner Umgebung. Was hörst du alles? Lenke dein Hören ganz bewusst zu den verschiedenen Geräuschquellen. Wenn du dich auf ein Geräusch fokussierst, wird es lauter. Gehe zum nächsten Geräusch und registriere, wie das erste Geräusch immer leiser wird. Lasse deine Ohren für eine Minute wandern. Jetzt höre deinen Atem. Du wirst vielleicht auch noch andere Geräusche hören, doch sie sind im Hintergrund – du hast sie leiser gestellt. Öffne deine Augen und strecke dich.

### Gedankliches Tasten

Begib dich in eine bequeme Position. Schließe deine Augen und werde dir deines Atems bewusst. Lenke deine Aufmerksamkeit zunächst auf deine Zehen, dann die Waden und dann nach auf die Oberschenkel. Mach dies stückweise von unten nach oben. Wenn du dabei abschweifst, bringe deine Aufmerksamkeit sanft zurück zum Tasten. Konzentriere dich und »taste« weiter. Wenn du dich von oben bis unten abgetastet hast, kannst du weiterhin in der Position verbleiben und versuchen zu ruhen. Öffne deine Augen und strecke dich.

# abschweifendes drinnen- und draußensein 02

Konzept / Text / Bild

Julia Roth

Helene Weißflog

## **Handlungsanweisungen Draußensein**

Abschweifen, ob drinnen oder draußen, ist eine Übungssache und erfordert Geduld und Beständigkeit. Da diese Übungen offen und experimentell sind und auch körperliche Bewegung einbinden, eignen sie sich als Aktivität im Freien.

## **Bewusstes Gehen**

Eine alltägliche Beschäftigung, der oft zu wenig Beachtung geschenkt wird, ist das bewusste Gehen. Nutze das Gehen nicht nur, um von A nach B zu kommen, sondern um seiner selbst willen. Diese Übung stammt aus dem Buddhismus und soll helfen, die Gelenke nach dem Meditieren (>Drinnensein) zu lockern: Konzentriere dich auf deine Füße, das Abheben, Aufsetzen und Abrollen. Probiere verschiedene Gehtempi und bleibe bei dem Tempo, das für dich angenehm ist. Deine Hände kannst du dabei entspannt baumeln lassen oder locker deine Arme verschränken.

## **Sammeln**

Sieh dich nach kleinen Gegenständen um und nimm sie mit nach Hause.



## **Objekte ergründen**

Hierbei kann es sich um einen Gegenstand handeln, den du während deines Spaziergangs findest. Achte auf kleine Details. Nutze dafür verschiedene Sinne.

Später kannst du versuchen, dir das Objekt gedanklich zu beschreiben und dabei auf Dinge einzugehen, die dir aufgefallen sind. Du kannst einer anderen Person das Objekt beschreiben und diese versucht sich als Phantomzeichner\*in oder du lässt dir etwas beschreiben und zeichnest.

## **Blicke schweifen lassen**

Wenn man es eilig hat, ist der Blick meistens stur geradeaus oder nach unten gerichtet, um Hindernissen aus dem Weg zu gehen oder um nicht in irgendetwas hineinzutreten. Überlege in welche Richtungen unsere Blicke selten fallen und probiere diese aus. Lege zum Beispiel deinen Kopf in den Nacken und zähle die vorbeifliegenden Vögel oder versuche, zu erkennen aus welcher Richtung der Wind die Wolken lenkt. Du kannst dich hinhocken, um dich auf den Boden zu konzentrieren.

## **Fokussieren und Sinrieren**

Richte dein Blickfeld auf den Boden und suche nach Abdrücken, die Menschen oder Tiere auf ihrem Weg hinterlassen haben. Auch abgeknickte Grashalme oder Kleidungsfusseln an Ästen sind ein Indiz dafür, dass jemand vor dir an diesem Ort war. Male dir aus, wohin die Person oder das Tier unterwegs war und was die Motivation dabei war. Spinne mit den Indizien eine Geschichte und lasse deine Gedanken abschweifend.

+

+

+

## Fotografisches Gedächtnis

Schließe deine Augen für eine Weile und bewege dich langsam hin und her. Öffne nun deine Augen und versuche den Moment festzuhalten, indem du ihn mit Hilfe deiner Augen »fotografierst«. Lass dir dafür Zeit und versuche auch die Stimmung des Moments auf dich wirken zu lassen. Wenn du später in einer stressigen Situation sein solltest, kannst du dieses Foto aus deinem Gedächtnis kramen und dich in die Situation zurückversetzen.

## Physisches Tasten

Nutze deinen Tastsinn und bewege deine Hände über unterschiedliche Oberflächen. Du kannst deine Fingerspitzen locker gleiten lassen oder deine Handflächen fest aufdrücken. Suche dir Gegenstände, die eine interessante Oberfläche aufweisen oder deren Berührung angenehm erscheint.



## Perspektiven

Lass deine Kameralinse genauso wie deine Blicke schweifen. Probiere unterschiedliche Perspektiven aus. Experimentiere mit verschiedenen Einstellungen wie Blitz, Panoramamodus und Selbstausslöser. Nimm Klebeband mit, um dein Handy beispielsweise an deinen Knöchel zu kleben und deinen Spaziergang aus der Froschperspektive zu filmen.



## Spiegelung

Wenn du in deiner Umgebung Wasser entdeckst, kannst du dich darin spiegeln. Hierbei kann es sich um eine winzige Pfütze, aber auch einen See oder Tümpel handeln. Nachdem du dein eigenes Gesicht gemustert hast, kannst du kleine Steinchen auf die Wasseroberfläche werfen, um zu sehen wie die Wellen die Spiegelung zerstören. Warte ab, bis die Wasseroberfläche sich wieder geglättet hat.

## Schraffuren

Nimm einige Zeichenblätter und Stifte mit, auch eine feste Unterlage wie Pappe wäre günstig. Umreiß ein Objekt, was du interessant findest innerhalb von einer Minute. Stelle dir dafür eine Stoppuhr. Versuche durch Schraffuren einige Oberflächenstrukturen z. B. Baumrinde aufzunehmen. Experimentiere, indem du mehrere Umrisse und/oder Schraffuren übereinanderlegst.