



Zu Beginn des Seminars werden Muskeln und Stimmbänder gelockert, tief durchgeatmet und genau hingespürt. • Foto: Kämmerling

Selbstbewusst werden

In der t-raum-Sommerakademie setzen Teilnehmer Körper und Stimme ein

Von Jannika Kämmerling

OFFENBACH • Sie lesen gegen lauten Gesang an, lockern sich, atmen tief in den Bauch und stellen Szenen aus dem Alltag nach: In der Sommerakademie des Theaters t-raum zeigt Sarah C. Baumann, wie Theater helfen kann, das Selbstbewusstsein zu stärken und sich auch im Alltag aufmerksam zu beobachten.

In den Räumen eines Altbaus an der Wilhelmstraße lernen vier Teilnehmerinnen bei dem 14-tägigen Theaterworkshop, Stimme und Körper konzentriert wahrzunehmen und einzusetzen. Mit Atem-, Sprech-, und Bewegungsübungen erforschen sie körperliche und mentale Grenzen und wachsen über diese hinaus.

Ziel des Seminars ist eine kleine Aufführung im geschützten Kreis von Freunden. „Wir alle sind Schatztruhen, und es geht darum, die Schätze zu entdecken, die in jedem von uns stecken“, sagt

die Regisseurin und Gründerin des „Offenbacher Stadttheaters im Kleinformat“.

Alles ist selbst entwickelt: Vorgaben wie „Schreibt einen Dialog“, „Ich hätte gern ein Selbstgespräch“ oder „Wir lesen ein Telefonbuch einfach mal rhythmisch“ sollen die Fantasie der Teilnehmerinnen anregen. Sie lernen so ihren Körper bewusst einzusetzen und „frech und frei“ auf zwischenmenschliche Herausforderungen, die ihnen im Alltag begegnen, zu reagieren. „Manche werden mutiger, andere können ihre Kreativität ausleben, wieder anderen hilft das Seminar bei der Überwindung von Prüfungsangst“, erklärt Baumann. „Vor allem geht es um ein Wachsen fürs Leben.“

300 Euro kosten die 40 Stunden spielerisches Entdecken der eigenen Fähigkeiten. Obwohl die Übungen auch von ihrer Erfahrung als Therapeutin geprägt seien, will die ausgebildete Schauspielerin ihr Theater nicht als

Therapiesitzung verstanden wissen. „Zu uns kommen Leute, die meistens wenig bis keine Theatererfahrung besitzen und einfach Lust haben, mal auf der Bühne zu stehen. Wer will, bekommt auch ein Zertifikat.“ Manchmal schlossen sich die Teilnehmer danach sogar zu Amateur-Theatergruppen zusammen: „Wer mehr machen will, bekommt auch mehr“, sagt die Frau vom t-raum. Dieser wurde, wie der Name sagt, als Traum von einem Treffpunkt für Künstler und Theaterbegeisterte vor neun Jahren ins Leben gerufen.

Mit ihrem Mann Frank Geisler koordiniert die Chefin Therapiestunden, Seminare, Proben und Auftritte. Beide stehen als Schauspieler regelmäßig auf der Bühne. Dass dabei jeder oft eine ganze Reihe an Figuren gleichzeitig spielen muss, sei „einfach typisch Sarah“, erzählen sie mit einem Schmunzeln.

„Finanziell, künstlerisch und konzeptuell haben wir

das Sagen“, erklärt das Paar. Ohne ehrenamtliche Helfer und Schauspielkollegen, die fleißig hinter den Kulissen mithelfen und die Urlaubsvertretung übernehmen, ginge es aber nicht: „Bei uns ist an 52 Wochenenden Programm“, sagt der Regisseur und Dramaturg.

Buchen lassen sich die Künstler eher selten. Sie seien einfach nicht für andere Spielstätten ausgestattet, und auch von Freilicht-Theater halten sie nicht viel: „Immer muss man gucken ob das Wetter hält und man spielen kann“, stöhnt Sarah C. Baumann. Für langjährige Gäste erarbeiten sie aber gern Kleinprogramme, die zum Beispiel bei Hochzeiten zur Aufführung kommen.

Am wichtigsten ist den beiden vom t-raum aber die lokale Verankerung: „Wir wollen in Offenbach, wo die Szene überschaubar ist, für Stadt und Leute Theater machen“ Dafür gab es den städtischen Kulturpreis.