

SERIE „METHODENBÖRSE“

DIE MICHAEL-TSCHECHOW-METHODE**EINE SCHAUSPIELMETHODE UND IHRE BEDEUTUNG FÜR DAS SZENISCHE SPIEL IN DER PFLEGEAUSBILDUNG**

von Petra Niermeier

Pflegende und pflegebedürftige Personen agieren ständig im Meer existentieller Erfahrungstiefen. Sie loten persönliche Gefühlsskalen im Erfahrungsbereich Leben, Sterben, Tod und Trauer, Intimität und Abgrenzung, Nähe und Distanz, Mitgefühl und Abwehr aus. Dies bedeutet auch emotionalen Stress, bewusst oder latent empfunden, bzw. abgewehrt oder rationalisiert. Das szenische Spiel, wenn es den Menschen in seiner spirituellen Ganzheitlichkeit von Seele, Geist, Psyche und Körper anspricht, ist ein probates Mittel, um diesen tieferen Erfahrungsschichten zu begegnen.



FOTO: KARL GAMPPER

Michael Tschechow, Neffe des berühmten Dramatikers Anton Tschechow, wurde 1891 in Sankt Petersburg, Russland geboren. 1913 wurde er Schüler, später Leiter des Ausbildungsstudios bei Konstantin Stanislawski, dem Schauspielmethodiker und Leiter des legendären Moskauer Künstlertheaters (MChAT). 1928 geriet er zunehmend in Konflikt mit dem bolschewistischen Sowjetregime und verließ seine Heimat. Von da an war sein Leben als Schauspieler, Lehrer und Theaterleiter eine Odyssee durch Europa. 1938 emigrierte er mit seinem Ensemble, den „Checkov-Players“ in die Vereinigten Staaten.

Durch die Kriegswirren löste sich das Ensemble samt dem daran angegliederten Schauspielstudio auf. Aus wirtschaftlichen Gründen spielte Tschechow nun in verschiedenen Hollywoodproduktionen mit. Für die Rolle des Dr. Alexander Brulov in dem Film „Ich kämpfe um Dich“ von Alfred Hitchcock wurde er 1946 für den Oskar nominiert. Seine SchülerInnen waren u.a. Marilyn Monroe, Clint East-

wood und Yul Brunner. Er starb 1955 in Beverly Hills, Kalifornien.

Michael Tschechow entwickelte die Schauspielerarbeit von Konstantin Stanislawski weiter.

Arbeitete Stanislawski mit dem biographischen Background der SchauspielerInnen und ihrer Rollen, suchte Tschechow nach einem tieferen Zugang zur Seelenkraft und den unter der Oberfläche schlummernden authentischen Gefühlen der AkteurInnen.

Diesen Zugang fand er in der Entwicklung der Imaginationsfähigkeit. Seine Leidenschaft bezog sich auf die imaginative Erforschung nuancierter Empfindungen, die passgenau in den Körper plastiziert werden. Tschechow suchte früh die ganzheitliche Spiritualität im Theater, sprich, die Verbindung zwischen den persönlichkeitsseigenen Energien, dem Körper, der Seele und dem Geist.

IMAGINATION

Die Grundlage von Tschechows Schauspielsystem ist die Imaginationsfähigkeit. Imagination ist der lebendige Prozess, innere Bilder, Regungen und Gefühle wahr-



NACH EINER ZEICHNUNG VON M. TSCHECROW; ABB. MIT FREUNDLICHER GENEHMIGUNG DES URACHHAUS VERLAGS, STUTTGART

Abb. 1 Kampf zwischen Glauben und Unglauben



Abb. 2 Gebärde des Verschließens. Kolorit: Ruhe, Beharrlichkeit

zunehmen und aktiv zu gestalten. In diesem Prozess befinden wir uns ständig. Ständig reagieren wir in unserer psychosozialen Welt auf äußere Ereignisse, die wir im nachhinein reflexiv empfindend auswerten. Qua Konzentration können wir im Gegenzug innere Szenarien entstehen lassen und beobachten.

Dieser Zugang zum Fundus unseres Empfindungsreichtums ist unerlässlich für gelingende Selbst- und Fremdwahrnehmung, für Empathie und für die Entwicklung der Vorstellungskraft. Auf diese Weise entwickeln sich innerhalb der schauspielerischen Rollenarbeit eigenständige Persönlichkeiten, die in der Innenschau ein Eigenleben entwickeln. Sie drängen darauf, die Brutstätte ihrer Selbstwerdung zu verlassen und im Spiel lebendig zu werden. Michael Tschechow nennt dies den „schöpferischen Impuls“.

Wichtig beim schauspielerischen Imaginationsprozess ist die Balance zwischen der inneren Beobachtung und dem Willen, dieser Beobachtung Struktur und Ziel zu geben. Dafür verantwortlich ist unsere Konzentration. Sie ist immer da. Auch wenn wir äußerlich agieren, lässt unser Innenleben kürzlich erlebte Ereignisse nachhallen oder wir freuen uns auf Bevorstehendes. Konzentration ist laut Tschechow die „pausenlose Aktivität“ unseres Geistes: Wir durch-

dringen die Objekte, die wir mit unserer Aufmerksamkeit fokussieren. Bewusstsein kontrahiert und expandiert.

Um die Konzentration elastischer und flexibler zu gestalten, werden die Imaginationen rhythmisiert, Bewegungsabläufe und Tempi ändern sich. Michael Tschechow nennt Beispiele: „Eine junge Frau wird zur Greisin“, „der Sommer wird zum Herbst, wird zum Winter, dann zum Frühling“, „ein innerlich ruhiger Mensch wartet auf einem belebten Bahnhof mit umherirrenden Reisenden“.

Über geschulte Imagination können wir somit und ebenso in die Innenwelt eines Begriffes, eines Szenarios oder Gefühls eindringen und seine individuelle Bedeutung für uns erobern. Dies ist ein maßgeblicher Aspekt innerhalb des szenischen Spiels in der Pflege.

DIE PSYCHOLOGISCHE GESTE

Imaginationen erzeugen innere Gebärden. Eine Gebärde ist eine in den Körper plastizierte innere Haltung. Die psychologische Geste nach Tschechow hat noch eine spezifischere Bedeutung: Sie charakterisiert die Bewegungsdynamik, den Willen und die Zielgerichtetheit einer Figur: „Etwas berühren“, „etwas breitet sich aus“ oder „strebt nach oben“. Die in den

Körper plastizierte und sichtbare psychologische Geste generiert und verstärkt die zu ihr gehörigen Empfindungen und Gefühle. Ein spannender Prozess beginnt: Die Geste wird immer wieder aufgelöst, um dann erneut in den Körper plastiziert zu werden. Dadurch wird das emotionale Geschehen ausdifferenziert und verdichtet und wirkt zurück auf das Empfinden der gestaltenden Person. Es wird verstärkt oder verändert. Die sogenannte PG gehört zum Probenprozess und löst sich sukzessive auf. Was bleibt, sind die Gefühle, die das szenische Spiel bereichern.

KOLORITE

Kolorite geben Vorstellungsobjekten einen spezifischen Charakter und eine richtungsweisende Stimmung: Sie sind wie eine unsichtbare Hand, mit der wir die Tür zu der noch unbewussten Gefühlsvielfalt öffnen, die zu unserem jeweiligen Vorstellungsobjekt gehört. Neben den psychologischen Gebärden werden psycho-physische Handlungen mit Koloriten versehen. Eine psycho-physische Handlung ist eine Handlung, die zusammen mit der emotionalen Färbung ausgeführt wird.



Abb. 3 Hitziger, stürmischer Drang nach vorne

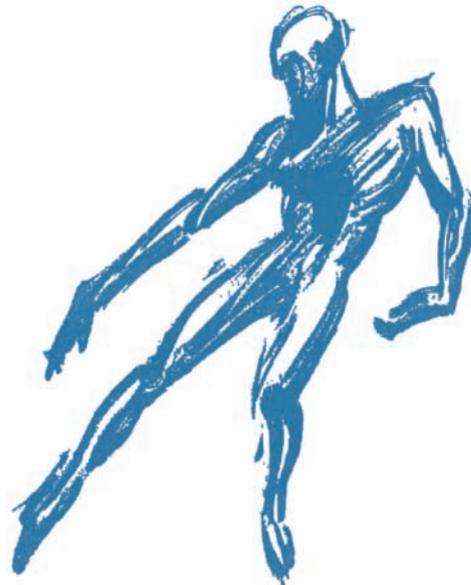


Abb. 4 Beleidigter Eigensinn, heftige Gereiztheit

Tschechow nimmt als Beispiel die psycho-physische Handlung des „vorsichtigen Armhebens“. Das Kolorit ist das der Vorsicht. Führen wir diese Bewegung aus, so werden eine Reihe von dazugehörigen Gefühlen aktiviert, die aus den unbewussten und nicht vom Verstand erzwungenen Tiefen an die Oberfläche drängen, z.B.: „Verschlossenheit, Angst oder Staunen“. Kolorite in Zusammenhang mit einer psycho-physischen Handlung erzeugen individuelle, authentische und wahrhaftige Gefühle.

ATMOSPHERE

Michael Tschechow bezeichnet die Atmosphäre als „die Seele einer Szene“. Wir benutzen diesen Begriff in unserer Alltagssprache recht häufig. Atmosphäre bezeichnet die Gesamtheit der Gedanken und Gefühle, die aus unserem persönlichkeits-eigenen Energiefeld ausstrahlt. Sensible Menschen betreten einen Raum und erspüren die vorherrschende „Stimmung“.

Je intensiver, klarer und differenzierter wir über das Training der Imagination, der psychologischen Geste, der psycho-physischen Handlung und seiner Kolorite in unser Empfindungs-

geschehen eindringen, desto intensiver projizieren wir das Empfundene in die Atmosphäre. Agierende und ZuschauerInnen lassen sich von ihr berühren und transformieren.

Atmosphärenwechsel erzeugen Spannung. Sie entstehen, wenn die vorherrschende Atmosphäre mit individuellen Gefühlen kollidiert. Hier begegnen wir dem Atmosphärenkampf. Aus dem Gegenspiel unterschiedlicher Kräfte und Konflikte entsteht eine neue Atmosphäre, die wiederum auf die Gefühlswelt der Beteiligten rückwirkt und sie erneuert.

Tschechow führt Beispiele für den Atmosphärenwechsel an: „Eine Gruppe kritischer Atheisten betritt eine Kirche, indem andächtige Gläubige zum Gottesdienst versammelt sind“, „eine ausgelassene Geburtstagsgesellschaft erhält eine traurige Nachricht“.

DIE TSCHECHOW-TECHNIK ALS VERTIEFUNG DES SZENISCHEN SPIELS

Das szenische Spiel als Ausbildungsinstrument innerhalb der Pflegeberufe dient dazu, die Facetten der eigenen Persönlichkeit spielerisch zu entde-

cken und zu entwickeln. Empathie, Selbst- und Fremdwahrnehmung werden geschult. Innere und äußere Konflikte, die rational nur oberflächlich gelöst werden, werden intuitiv und in ihrer Vielschichtigkeit erfasst, voneinander separiert und damit für jedes Individuum einzeln erfahrbar.

Pflegende und pflegebedürftige Personen agieren ständig im Meer existentieller Erfahrungstiefen. Sie loten persönliche Gefühlsskalen im Erfahrungsbereich Leben, Sterben, Tod und Trauer, Intimität und Abgrenzung, Nähe und Distanz, Mitgefühl und Abwehr aus. Dies bedeutet auch emotionalen Stress, bewusst oder latent empfunden, bzw. abgewehrt oder rationalisiert.

Das szenische Spiel, wenn es den Menschen in seiner spirituellen Ganzheitlichkeit von Seele, Geist, Psyche und Körper anspricht, ist ein probates Mittel, um diesen tieferen Erfahrungsschichten zu begegnen.

Das Michael-Tschechow-System ist auch als fachübergreifende Methode nutzbar, um über Imaginations- und Körperarbeit authentische Gefühle zu generieren. Im folgenden erläutere ich die Methode anhand des Begriffes der Autonomie.

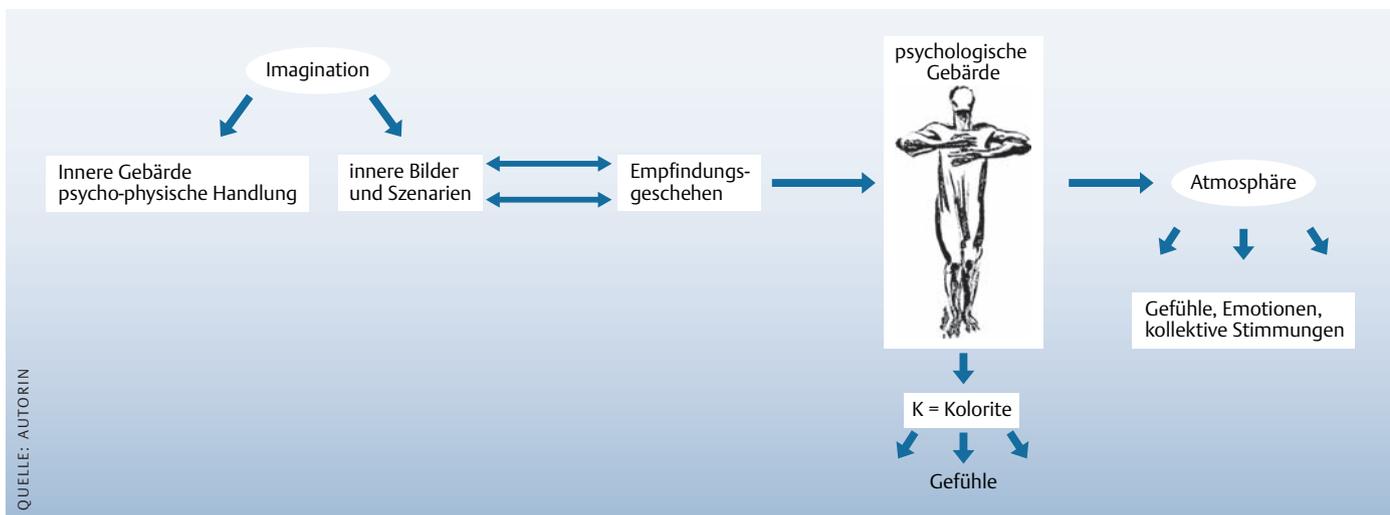


Abb. 5 Übersicht: Das Michael-Tschechow-System

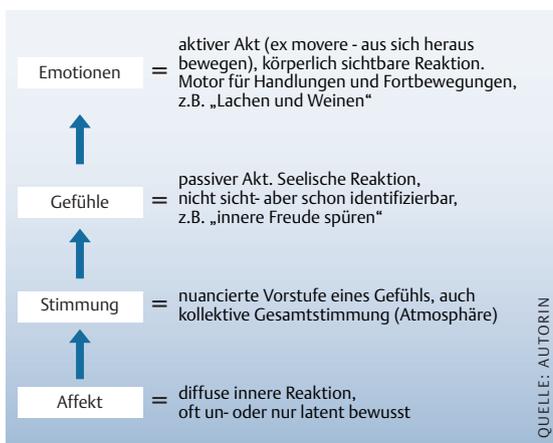


Abb. 6 Das Empfindungsgeschehen nach Tschechow

ERLÄUTERUNG DER METHODE ANHAND DES BEGRIFFES DER AUTONOMIE

Intellektuell können wir uns den Begriff der Autonomie schnell unterwerfen. Dafür gibt es offizielle Definitionen. Damit wird er allerdings noch nicht in das individuelle Fühlen integriert und ganzheitlich verstanden.

Imaginieren wir den Begriff und erspüren seine Bedeutung: Durch meditative Konzentration und zentrierte Atmung gleiten wir von der Außenwahrnehmung durch die Haut- und Körpergrenzen hinein in den Innenraum unserer Wahrnehmung. Hier fokussieren wir mit flexibler Konzentration den Begriff der Autonomie. Wie sieht die innere Gebärde aus? Welche

Richtungsdynamik entsteht? Vielleicht färbt sich die Gebärde in das Kolorit der Selbstsicherheit und wird später bisher noch unbewusste Gefühle von Stolz, Geradlinigkeit, vielleicht auch von Ängstlichkeit und Rückzug hervorbringen? Vielleicht ist auch eine psycho-physische Handlung entstanden (z.B. hier passend: „selbstsicher auf ein Ziel zugehen“).

Der schöpferische Impuls erwacht: Die Imagination will leben und gestaltet sich in das szenische Spiel hinein.

Die psychologische Geste und die psycho-physische Handlung werden ausgeführt und wieder neutralisiert. Am Ende löst sich der Begriff der Autonomie auf. Übrig bleibt die individuelle Bedeutung, die die Betreffende erspürt. Die dazugehörigen Gefühle erwachen und verdichten sich zur Atmosphäre, die für alle spürbar wird. Der Prozess hat sich vollendet und der Begriff der Autonomie wurde in das persönliche Erleben integriert. Dieses Ergebnis steht für sich, kann aber auch vertiefend und erweiternd als emotionale Vorarbeit in das szenisch-improvisatorische Spiel, in die Skulpturenarbeit oder in die szenische Rekonstruktion einfließen.

Wir sehen: Die Anwendung von Elementen der Michael-Tschechow-Methode vertieft das Gefühlsgeschehen und unterstützt somit das Erkenntnisinteresse des szenischen Spiels innerhalb der Pflege. Konflikte, einander widerstrebende Kräfte oder diffuse

Gefühle geben sich auf eine Weise zu erkennen, wie keine intellektuelle Analyse es zu zeigen vermag.

Literatur

- Michael Tschechow, Die Kunst des Schauspielers, Stuttgart: Urachhaus 1990 und 1992
 Michael Tschechow, Leben und Begegnungen, Autobiographische Schriften, Stuttgart, Urachhaus, 1992
 Michael Tschechow, Werkgeheimnisse der Schauspielkunst, 1979 und 1992, Werner Classen Verlag, Zürich
 Georgette Boner, Hommage an Michael Tschechow, 1994, Georgette Boner und Werner Classen Verlag, beide Zürich



Petra Niermeier

Studium Schauspiel und Sozialarbeit, arbeitet als freie Schauspielerin, Regisseurin und unterrichtet Schauspiel und Persönlichkeitsentwicklung.

Sie entwickelte die EnergieResonanz-Methode, die die Tschechow-Technik mit angewandter Energiearbeit verbindet und integrierte diese Arbeitsweise in ihre Präsentationstrainings mit dem Schwerpunkt der Entwicklung persönlicher Präsenz und Strahlkraft
www.energieResonanz.de