



Alles wieder anders: Improvisation mit Alexander Merz

Inhalte

Unser Alltag besteht aus Handlungen und Abläufen die wir immer auf die gleiche Art und Weise tun. Aber haben Sie morgens schon einmal aus Spaß die Zahnbürste in die andere Hand genommen oder sind sogar mal rückwärts aus der Haustür gegangen? Improvisationsübungen helfen uns dabei auf die Idee zu kommen etwas zu verändern. Der Kurs heißt „Alles wieder anders“, weil wir in unserer Kindheit schon mal Meister der Improvisation waren. Kleine Kinder sind spontan und neugierig. Sie urteilen nicht, leben im Moment und kennen kein richtig oder falsch. Sie probieren einfach aus. Mit Hilfe unseres Körpers und der eigenen Stimme versuchen wir spielerisch den übervollen Kopf zu befreien, damit diese alten Qualitäten unser heutiges Leben wieder bereichern können.

Methoden

Improvisationen mit Hilfe:

- der Stille, des Körper, der Stimme und des Moments
- von Situationen und von Instrumenten

Informationen über die neurologischen Auswirkungen von Improvisation und Musik.

Ihr Nutzen/ Lernziele

- Das Ändern des Blickwinkels eröffnet neue Perspektiven.
- Die Präsenz beim Improvisieren gibt Halt und Kraft, auch hilft sie, Urteile über sich selbst und andere zu überwinden.
- Handlungskompetenzen für mehr Spontanität und Kreativität vergrößern.
- Der eigenen Intuition und Spontanität vertrauen.
- Improvisation und Gehirnforschung.
- Alte und gewohnte Pfade verlassen.
- Genuss am neugierigen und flexiblen Gehen bekannter Wege.

Bildungspilot: Alexander Merz

Absolvierte ein Musikstudium in Detmold und Düsseldorf und ist seit 1994 Posaunist bei den Bochumer Symphonikern, von 2001-2004 bildete er sich in der Schweiz im Kientalerhof in freier Improvisation weiter, bei dem amerikanischen Cellisten und Grammy-Preisträger David Darling. Er spielt in verschiedenen Ensembles und leitet Impro-Projekte, unter anderem für Schulklassen, Chöre und Firmen.