

# Schauspielübung: Singen mit Variationen

Die Gruppe geht durch den Raum. Jeder **singt** ein Lied vor sich hin (es spielt keine Rolle wie gut es klingt oder ob die Melodie zu erkennen ist). Die Übungsleitung ruft nun **Stimmungen** hinein, in denen gesungen werden soll. Zusätzlich zu den unterschiedlichen Stimmungen können auch **räumliche Distanzen** genannt werden, wie das Rufen über eine Mauer oder einem Nachbarn. Auch **unterschiedliche Lautstärken**, wie jemandem etwas über die Straße zurufen oder jemandem etwas leise zuflüstern, können als Aufgabe gestellt werden.

Variation: Diese Übung kann auch mit **gesprochenem Text** umgesetzt werden. Jeder Darstellende spricht einen Satz (dieser kann ausgedacht oder aus einem Stück sein) und spricht ihn in den verschiedenen Stimmungen, Lautstärken etc. wie bereits in der Sing-Übung beschrieben.

## Stimmungen:

### Positive Gefühle

albern, angeregt, amüsiert, aufgedreht, aufgeregt, aufmerksam, ausgeglichen, ausgelassen, beeindruckt, beflügelt, befreit, befriedigt, begeistert, begierig, belebt, belustigt, beschwingt, energiegeladen, energisch, enthusiastisch, entschlossen, entspannt, erfreut, erleichtert, ermutigt, erregt, erstaunt, erwartungsvoll, euphorisch, frei, freudig, freundlich, friedlich, fröhlich, gebannt, geduldig, gefasst, gelassen, gemütlich, gespannt, glücklich, heiter, hellwach, herzlich, hochofren, hoffnungsvoll, inspiriert, interessiert, jugendlich, kindlich, kraftvoll, kontaktfreudig, lebhaft, lebenslustig, leicht, leidenschaftlich, liebevoll, locker, lustig, lustvoll, meditativ, motiviert, mutig, nachdenklich, neugierig, offen, optimistisch, präsent, privilegiert, ruhig, schwungvoll, selbstsicher, sensibel, sicher, sorgenfrei, sorglos, still, stolz, strahlend, stressfrei, überglücklich, übermütig, überrascht, überschwänglich, überwältigt, unbekümmert, unbeschwert, unschuldig, verblüfft, vergnügt, verliebt, verspielt, verwundert, zufrieden, zuhörend, zuversichtlich

### Negative Gefühle:

arrogant, abgespannt, aggressiv, angeekelt, angespannt, ängstlich, angreifend, ärgerlich, argwöhnisch, aufgebracht, ausgelaugt, beängstigt, bedrängt, bedrückt, belastet, beschämt, besorgt, bestürzt, betroffen, betrübt, beunruhigt, bitter, blockiert, böseartig, depressiv, deprimiert, distanziert, durcheinander, eifersüchtig, einsam, ekelerfüllt, empört, energielos, entmutigt, enttäuscht, ermüdet, erregt, erschlagen, erschöpft, erschrocken, erzürnt, feindselig, frustriert, furchtsam, feindlich, gehemmt, gelangweilt, gequält, gereizt, gewalttätig, gleichgültig, griesgrämig, hasserfüllt, herabgewürdigt, hilflos, hoffnungslos, irritiert, jämmerlich, kribbelig, kraftlos, launisch, lustlos, misstrauisch, mies, müde, mürrisch, mutlos, nachdenklich, schüchtern, nervös, niedergeschlagen, panisch, peinlich, ratlos, ruhelos, rasend, rachsüchtig, sauer, scheu, schläfrig, schlapp, schmollend, schockiert, schuldig, selbstkritisch, selbstverachtend, schmerz erfüllt, schwermütig, sorgenvoll, streitlustig, teilnahmslos, träge, traurig, trübselig, überfordert, überlastet, unangenehm, unbehaglich, unbeteiligt, ungeduldig, unglücklich, unruhig, unschlüssig, unsicher, unwohl, unzufrieden, verängstigt, verärgert, verbittert, verkrampft, verlegen, verletzlich, verletzt, verloren, verrückt, verschlafen, verschlossen, verschreckt, verspannt, verunsichert, verwirrt, verzweifelt, wahnsinnig, zweifelnd, weinerlich, wütend, wutentbrannt, zappelig, zittrig, zögerlich, zornig, zögernd unentschlossen

### Räumliche Distanzen:

Über eine Straße rufen, über eine Mauer rufen, gegen den Wind rufen, dem Nachbarn schnell etwas sagen, durch eine Tür sprechen, Gespräch in unterschiedlichen Räumen, sprechen als sein man auf einer Bühne, sprechen wie mit einem kleinen Kind, sprechen in einem Schwimmbad...

### Lautstärken:

Leise, laut, flüstern, rufen, schreien, kreischen, normal, murmeln...