

Inhalt

Einführung: Wie ich den Traum entdeckte	11
---	----

Lektionen

1. Die gegebenen Umstände: Von Grund auf entwickeln	19
2. Überziel und Ziel: Was willst du erreichen?	32
□ Übung: <i>Mein System der Bedürfnisse</i>	45
3. Hindernis und Absicht: Wie wirst du dein Ziel erreichen?	45
4. Einsätze: Was steht für dich auf dem Spiel?	64
5. Innere Bilderwelt: Das Innenleben	73
6. Das Ankämpfen gegen Schauspiellehrer: Vorsicht vor sinnlosen »Kriegen«	87
7. Emotionen auf Abruf: Finde deine Auslöser	95
□ Übung: <i>Erinnerungen an Zuhause</i>	99
8. Schauspielerische Entscheidungen: Gestalte deine Interpretation.	107
9. Beziehungen definieren und undefinieren	124
□ <i>Improvisation in der Figur</i>	132
10. Ziel, Aufgabe und Gestik: Entwirf die Körperlichkeit deiner Figur	142
11. Vorgeschichte und Biografie: Glaube an das Leben deiner Figur	158
12. Die Tier-Übung: Erweitere dein Ausdrucks- und Bewegungsrepertoire.	163
13. Der Reichtum des Ortes, an dem du dich befindest	167
14. Kalt, betrunken, heiß, sexy: Verwende Sinnesarbeit zur Figurenentwicklung.	177
□ Übung: <i>Die körperliche Sinneswahrnehmung</i>	183
15. Gegenständen, Orten, Personen und Ereignissen Bedeutung verleihen	193
□ Übung: <i>Der persönliche Gegenstand</i>	193
16. Der Moment davor: Lass die Szene lebendig beginnen.	206

17. Von einem Augenblick zum nächsten: Im Prinzip ist alles Improvisation	211
□ <i>Übung: Die Wiederholung</i>	214
18. Entspannen und Ängste überwinden	222
□ <i>Übung: Zur Entspannung</i>	225
19. Stimme, Akzente und das kollektive Gedächtnis	236
20. Comedy: Tipps und Tricks für Schauspieler	245
21. Bühne, Leinwand und TV: Gemeinsamkeiten, Unterschiede, Fallstricke	266
22. Wie man mit einem Regisseur arbeitet, oder: Sei dein eigener Regisseur	286
23. Die Macht des »Ja«	296
24. Wenn Hautfarbe, Stereotype, Gesellschaftsschicht, Ethnie und Sexualität ins Spiel kommen	301
25. Die Geschichten-Übung: Werde zum Autor und Star deines eigenen Theaterstücks	309
26. Selbstvertrauen versus Arroganz und das Thema Arbeitsmoral	320
27. Eine Tirade gegen die »Coolness«	326
28. Auf- und Ausbruch: Wie ich den Grünschnabel-Status überwand	328

Zum weiteren Studium

Grundlegende Fragen zur Arbeit an einer Rolle	343
Fallstudie: LOBBY HERO	
<i>Teil I: Die Szene</i>	344
<i>Teil II: Der Vorgang</i>	353
Das Monolog-Trainingsprogramm	378
Dank	390
Weiterführende Literatur	392
Personenregister	393
Werkregister	397