

# Testing

Zum Abschluß meiner NLP-Master-Practitioner-Ausbildung  
bei Ralf Giesen & Partner  
Kurs-Nr.: 02M3  
(2. März – 24. November 2002)

Das Einbeziehen von NLP-Formaten  
in die Erarbeitung einer Schauspielrolle

"Assoziation ins Du"

Berlin, Okt./Nov. 2002

Volker Figge  
Forster Str. 36  
10999 Berlin

# NLP-Masterarbeit von Volker Figge

## Das Einbeziehen von NLP-Formaten in die Erarbeitung einer Schauspielrolle

Nachdem der Schauspieler die für ihn wichtigen Informationen aus der Textvorlage herausgefunden hat, verfügt er über ein rationales Wissen über die Figur, die er spielen wird. Mit diesem Wissen arbeitet er während der Proben und bei der Darstellung der Figur.

Um das "innere Erleben" einer Rolle und die Identifikation mit ihr anzureichern, halte ich die Arbeit mit NLP-Techniken für unterstützend. Folgende Formate schlage ich vor:

1. Aufrufen des "INNEREN BILDES" von der zu spielenden Figur (Seite 1)
2. "GANG DURCH DIE LOGISCHEN EBENEN" anhand der Figurenbiografie (Seite 2)
3. "WALT DISNEY-STRATEGIE" für die zu spielende Figur (Seite 2)
4. "TIMELINEARBEIT", das Kreieren einer fiktiven Vergangenheit, Gegenwart, Zukunft (Seite 3)
5. "AUFSTELLUNG" der im Handlungsverlauf beteiligten Figuren (Seite 3)
6. Aufrufen des "CORE-ZUSTANDES" der zu spielenden Figur (Seite 4).

### 1. Aufrufen des "INNEREN BILDES" von der zu spielenden Figur

Bitten Sie den Schauspieler (im Folgenden S. genannt) an die von S. zu spielende Figur zu denken. Nutzen Sie hierbei die von S. aus der Textvorlage herausgefundenen Informationen zur Figur. S. kann mit geschlossenen Augen arbeiten. Hat S. Schwierigkeiten das "innere Bild" der Figur aufzurufen, unterstützen Sie S. durch Trancearbeit. Fragen Sie z.B. nach seinem Körpergefühl, nach seinen Wahrnehmungen im Raum, nach der Tätigkeit der zu spielenden Figur, dem Alter, der Haarfarbe; "wo befindet sich die Figur?", nach dem Familienstand usw.

Kann S. das "innere Bild" seiner Figur sehen, befragen Sie S., was er sieht, wie er es sieht, was noch zu sehen ist. "Ist das Bild bewegt oder statisch?" Vielleicht sieht S. eine Szene vor seinem inneren Auge ablaufen. Schlagen S. vor, Fragen an das "innere Bild" zu stellen, die er an die von ihm zu spielende Figur hat.

Ist der Prozess der Informationssammlung abgeschlossen, kann S. sich bei dem kreativen Anteil bedanken, der ihm das "innere Bild" geschickt hat. Bitten Sie S. wieder in die Gegenwart zurückzukommen.

Hat S. generell Schwierigkeiten, das "innere Bild" aufzurufen, führen Sie den Prozess über den auditiven oder kinästhetischen Zugang ("innere Stimme", Gefühle).

## 2. "GANG DURCH DIE LOGISCHEN EBENEN" anhand der Figurenbiografie

Legen Sie Bodenanker für die einzelnen logischen Ebenen aus. Bitten Sie S., sich auf den Bodenanker für Umgebung zu begeben. Begleiten Sie S. assoziiert auf dem "Gang durch die logischen Ebenen", indem Sie S. Fragen stellen:

### **Umwelt:**

Wo befindet sich die von Ihnen zu spielende Figur? An welchen Orten hält sie sich auf? Was gibt es hier wahrzunehmen? Welches ist vielleicht der Lieblingsort Ihrer Figur usw.?

### **Verhalten:**

Welche Verhaltensweisen fallen Ihnen ein, wenn Sie an Ihre Figur denken? Was tut Ihre Figur gern? Was fällt ihr vielleicht schwer? Womit beschäftigt sich Ihre Figur usw.?

### **Fähigkeiten:**

Welche Fähigkeiten hat Ihre Figur? Welche Fähigkeiten braucht Sie für ihren Beruf? Welche kann Sie vielleicht besser als andere?

### **Werte/Überzeugungen:**

Welche Glaubenssätze fallen Ihnen ein, wenn Sie an Ihre Figur denken? Welche Werte passen zu Ihrer Figur? Was möchte Ihre Figur erreichen?

### **Identität::**

Wie bezeichnet sich Ihre Figur? Was würde Ihre Figur sagen, wenn sie den Satz mit "Ich bin ..." beginnen würde? Was glaubt Ihre Figur von sich selbst?

### **Spiritualität:**

Wo würde sich Ihre Figur im Weltgefüge einordnen? Welche Position erfüllt sie vielleicht für die anderen beteiligten Figuren usw.?

Sie können den "Gang durch die logischen Ebenen" hier beenden, Sie können S. aber auch wieder zurück bis zur Ebene Umwelt führen. Nach dem "Gang durch die logischen Ebenen" könnte sich die Arbeit mit Werten der zu spielenden Figur anbieten.

## 3. "Walt Disney-Strategie" für die zu spielende Figur

Bitten Sie S., sich zu überlegen, wie der Ort aussehen könnte, an dem seine Figur träumt. Arbeiten Sie entweder mit Bodenankern oder lassen Sie S. diesen Ort kreieren. Verfahren Sie genauso mit den Orten für Realist und Kritiker.

Sind die Orte etabliert (Überprüfen aus der Metaposition möglich), bitten Sie S. den Ort des Träumers zu betreten. Unterstützen Sie S., seine Figur träumen zu lassen durch Fragen: "Wovon träumt Ihre Figur?", "Was möchte sie vielleicht erreichen?", "Was ist ihre Vision, ihr Traumziel?", "Wer ist beteiligt?" usw.

Ist die Position des Träumers ausgeschöpft, bitten Sie S., sich beim Träumer der zu spielenden Figur zu bedanken und die Position zu verlassen. Verfahren Sie genauso mit den Positionen Realist und Kritiker. – Achten Sie in Ihren Formulierungen immer darauf, dass es sich um die Positionen der zu spielenden Figur handelt und nicht um die von S. selbst!

Bitten Sie S. zum Abschluss, sich auf der Metaposition zu überlegen, wie er mit den gewonnenen Informationen in der weiteren Arbeit an der Rolle umgehen möchte.

#### 4. "TIMELINEARBEIT", das Kreieren einer fiktiven Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft

Bitten Sie S., einen Ort im Raum zu finden, an dem S. die Gegenwart der zu spielenden Figur ankert (markieren Sie diesen Ort ggf. mit Bodenankern). Fragen Sie S. von hier aus, in welche Richtung sich die Zukunft bzw. die Vergangenheit im Raum erstreckt (Timeline nochmals aus der Metaposition überprüfen).

Fordern Sie S. nun auf, Szenen aus der Textvorlage auszuwählen, die für die von S. zu spielende Figur von Bedeutung sind. S. sollte sich dann für eine der Szenen entscheiden und mit dieser den Ort für Gegenwart betreten. Unterstützen Sie S. durch Metamodellfragen und VAKOG, diese Szene assoziiert zu erleben. Führen Sie S. auf der Timeline der Figur in Richtung Vergangenheit. Bitten Sie S. hierbei, nach weiteren Situationen zu suchen, die zur Figurenbiografie gehören könnten. Unterstützen Sie S. ggf. durch Nachfragen: "Wo befindet sich Ihre Figur gerade?", "Wie alt ist Ihre Figur hier?" usw.

Findet S. Stationen, können Sie das assoziierte Erleben durch Metamodellfragen und VAKOG intensivieren. S. entscheidet, wie weit S. auf diese Weise in die Vergangenheit seiner Figur reisen möchte.

Hat S. genügend Informationen gesammelt, führen Sie S. entweder auf der Timeline zurück in die Gegenwart oder lassen Sie S. am jüngsten Punkt der Vergangenheit aus der Figurentimeline aussteigen. In gleicher Weise können Sie auf der Timeline in Richtung Zukunft verfahren. Sie führen S. vom Ort der Gegenwart auf der Timeline in Richtung Zukunft. Bitten Sie S. hierbei an Ziele und Visionen der zu spielenden Figur zu denken. "Wie könnte es aussehen, wenn diese Ziele und Visionen Figurenrealität würden?"

Die Timeline-Arbeit kann sowohl mit ressourcervollen als auch mit ressourcearmen Szenen/Situationen der zu spielenden Figur durchgeführt werden.

**Achtung:** In diesem Format geht es ausschließlich darum, eine fiktive Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft zu kreieren, um das innere Erleben der Figur für S. anzureichern. Es geht nicht darum, gefundene Situationen auf der Timeline durch Interventionen zu verändern!

#### 5. "AUFSTELLUNG" der in der Textvorlage beteiligten Figuren

Bitten Sie S., Stellvertreter in Form von Bodenankern, Gegenständen oder Eigenkreationen für die in der Textvorlage beteiligten Figuren auszuwählen. S. entscheidet sich dann für eine der Figuren und bewegt sich mit deren Stellvertreter durch den Raum. Hat S. einen Ort für diese Figur gefunden, etabliert S. dort deren Stellvertreter.

Auf diese Weise verfährt S., bis alle Stellvertreter der beteiligten Figuren im Raum etabliert sind. Zuletzt stellt S. sich selber auf. Von hier aus kann S. Kontakt zu den aufgestellten Figuren aufnehmen. Fragen Sie S., wie er sich auf seiner Positionen in der Aufstellung fühlt, warum er diese Position ausgewählt hat, was er von hier aus wahrnimmt, zu welcher anderen Figur er vielleicht Kontakt aufnehmen möchte. S. kann dies tun und hierbei zu der jeweiligen Figur seine Beziehung hinterfragen, überprüfen, wahrnehmen.

Wenn S., auf diese Weise genügend Informationen gesammelt hat, bitten Sie S., seine Position wieder zu verlassen. S. kann aus der Metaposition noch einmal auf das von S. aufgestellte System blicken und wahrnehmen, ob er von hier aus weitere Informationen sammeln kann. Ist dieser Prozess abgeschlossen, kann S. die Stellvertreter der Figuren wieder einsammeln.

Diese Arbeit kann auch mit den realen Darstellern der beteiligten Figuren durchgeführt werden. Sie kann sowohl für alle beteiligten Figuren der Textvorlage als auch für einzelne Szenen genutzt werden.

## **6. Aufrufen des "CORE-ZUSTANDES" der zu spielenden Figur**

Bitten Sie S., einen Anteil der zu spielenden Figur auszuwählen, mit dem S. arbeiten möchte. Es ist möglich eine Verhaltensweise der Figur zu nutzen, eine Zielformulierung oder vielleicht das eigene "INNERE BILD" der zu spielenden Figur.

Unterstützen Sie S. diesen Anteil der Figur wiederum durch Metamodellfragen und VAKOG assoziiert zu erleben.

Fragen Sie S., dann nach der positiven Absicht, die dieser Teil für die Figur verwirklichen möchte. Hat S. eine positive Absicht gefunden, fragen Sie S. nach der weiteren positiven Absicht dieses Figurenantteils. Erfragen Sie die positiven Absichten so lange, bis S. keine weiteren findet; bis S. die übergeordnete positive Absicht der Figur gefunden hat. Unterstützen Sie S. durch Trancearbeit den "CORE-ZUSTAND" der Figur zu erleben. Ist dieser Prozess abgeschlossen, führen Sie S. in angemessenem Tempo wieder zurück in die Gegenwart.

Auch bei diesem Format geht es nur darum, das assoziierte Erleben der zu spielenden Figur zu intensivieren. Bitte nehmen Sie keine weiteren Interventionen vor.

## **Weitere NLP-Techniken bieten sich zur Arbeit an der Rolle an:**

- "Ressourcenzustände der Figur aufrufen",
- "Wahrnehmungspositionen der Figuren",
- "Zielarbeit",
- "Arbeit mit Glaubenssätzen der Figur"

## **Grundannahmen**

In allen Formaten wird mit folgenden Grundannahmen gearbeitet:

- "Jeder Mensch trägt seine Antworten in sich."
- "Das Unbewusste weiß Anderes als das Bewusstsein."
- "Es ist möglich, das Wissen des Unbewussten dem Bewusstsein erfahrbar zu machen."
- "Informationen des Unbewussten bereichern das Bewusstsein."