

## Sigrid Andersson

wurde als einzige Schauspielerin von **George Shdanoff**, dem langjährigen Mitarbeiter und Freund von **Michael Chekhov**, in Los Angeles zum Schauspielcoach ausgebildet. Sie hat mit ihm bis zu seinem Tod 1999 zusammen gearbeitet und gibt seit über 30 Jahren seine Arbeit an Schauspieler und Regisseure weiter.

In der folgenden Zeit als **Regisseurin** an vielen Theatern Deutschlands (Nationaltheater Mannheim, Staatstheater Bremen, Darmstadt, Karlsruhe, Wiesbaden u.v.a. mit über 50 Inszenierungen im Bereich Schauspiel, Musical und Oper) konnte sie parallel dazu das Andersson-System entwickeln (patentiert 2010).

2002 wurde in Berlin **Die Tankstelle - für Künstler zum Auftanken!** gegründet, in der sie zusammen mit den 14 von ihr ausgebildeten Coachkollegen einen Raum für tägliche Trainings, Dreh- und Castingvorbereitungen und vor allem zur Weiterbildung geschaffen hat. Mittlerweile haben über 700 Schauspieler und Regisseure das Andersson-System erlernt und wurden bei vielen ihrer Dreh- und Castingvorbereitungen unterstützt.

## Das Andersson-System

Die Techniken und Methoden, die Sigrid Andersson auf ihrem Weg erlernen durfte, wurden selektiert und mit ihren eigenen Erfahrungen verknüpft. Daraus entstand das Andersson-System, eine Art **Werkzeugkasten**, mit dem Schauspieler und Regisseure ihre Arbeit **effizient** leisten können. Diese findet zu 70 bis 80% *vor* dem Casting oder Dreh statt, denn am Set ist in der Regel zu wenig Zeit. Dieses System von Übungen ermöglichen dem Schauspieler die paradoxe Kombination von **Präzision und Freiheit!**

Ziel ist es, an seiner Arbeit weiter zu wachsen, statt sich im Verlauf von vielen Berufsjahren zu verbrauchen bzw. verbraucht zu werden.

Das Andersson-System beinhaltet folgende Bereiche:

- > Der **10er Block** dient zur effizienten Szenenanalyse. Mit seiner Hilfe und anhand des gegebenen Textes weiß der Schauspieler in kürzester Zeit, *was* er spielen und der Regisseur *was* er inszenieren will.
- > Die **Psycho-Physischen-Übungen** nach Chekhov/Shdanoff/Andersson sind körperlich-visuelle Techniken, herrliche Verwandlungsmöglichkeiten für die Figurenentwicklung, eine Spielwiese für Schauspieler und Regisseure - ganz Hollywood arbeitet damit.
- > Die **Transition Technik** hilft das zu zeigen, was zwischen den Zeilen steht. Hier geht es um das bewusste Einsetzen von Gedankenbrücken in das Spiel.
- > Diese drei Bereiche, die das Schauspiel an sich betreffen, werden komplettiert durch den Workshop **Talent is not enough**. Er handelt von bewussten und unbewussten Boykottprogrammen, die die berufliche Karriere erschweren oder sogar verhindern können, sowie von möglichen individuellen Maßnahmen zur (Auf)lösung solcher Programme.