



Adresse Fossveien 24
0551 Oslo
Norge

Telefon (+47) 22 99 55 00

Post Postboks 6853
St. Olavs plass
N-0130

Faktura Postboks 386
Alnabru
0614 Oslo

Org.no. 977027233
Giro 8276 0100265

KHIODA
Kunsthøgskolen i Oslo,
Digitalt Arkiv

www.khioda.no
khioda@khio.no

Miriam Sogn

Fire øvelser for utvikling av individ og gruppe

PPU – Teater

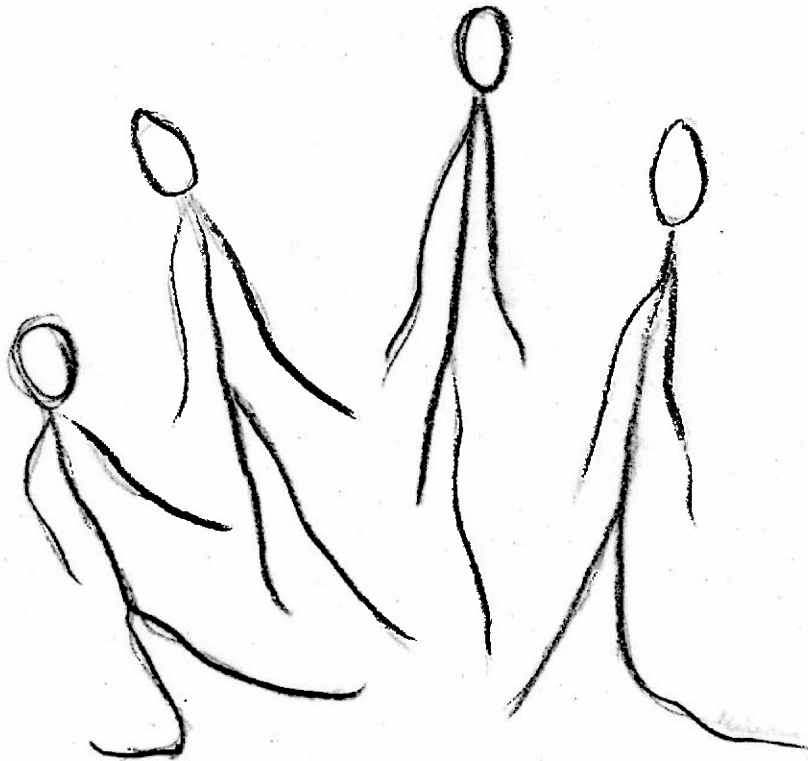
Scenekunsthøgskolen 2010

Publikasjoner som arkiveres/publiseres i KHIODA reguleres av Lov om opphavsrett til åndsverk.

Opphavsmannen beholder opphavsretten til materialet i KHIODA, men gir brukerne tillatelse til å sitere fra verket, samt videreformidle det til andre, i henhold til åndsverkslovens regler. En forutsetning er at navn på utgiver og opphavsmann angis.

Kommersiell bruk av verket er ikke tillatt uten etter skriftlig avtale med opphavsmannen.

Fire øvelser for utvikling av individ og gruppe



Eksamensoppgave av Miriam Sogn

PPU i teater våren 2010

INNHold:

1. Innledning og problemstilling	1
2. Augusto Boal	2
2.1 Historikk.....	2
2.2 Augusto Boals kunstsyn.....	3
3. Maurice Merleau-Ponty	5
3.1 Filosofi	5
3.2 Tolkning av Merleau-Pontys tanker.....	6
3.3 Den taktile og den kinestetiske sans.....	8
4. De fire øvelser Innledning til beskrivelse av Boals 4 øvelser.....	8
4.1 Rytmemaskinen Øvelse 1	9
4.1.1 Praktisk gjennomføring.....	10
4.1.2 Analyse	10
4.2 Den balanserende sirkel Øvelse 2.....	11
4.2.1 Praktisk gjennomføring.....	11
4.2.2 Analyse	12
4.3 Besvimelsen Øvelse 3.....	12
4.3.1 Praktisk gjennomføring	13
4.3.2 Analyse	13
4.4 Den greske øvelse. Øvelse 4.....	14
4.4.1 Praktisk gjennomføring.....	14
4.4.2 Analyse.....	14
5. Gruppeprosesser	15
6. Oppsummering	17
7. Kilder	18

1. Innledning og problemstilling

Helt siden jeg ble introdusert for Augusto Boal på et kurs i regi av skuespillerforbundet i 2004, har denne mannens ideer om teater interessert meg. Jeg er interessert i grupper og gruppeprosesser og er opptatt av å skape god gruppedynamikk i mitt faglige arbeid. Jeg opplever at Boal har mange øvelser som kan være med på å bygge opp gode gruppeprosesser og hans metoder dreier seg om å løse problemer som kan brukes for eksempel i konfliktløsning. Jeg har tidligere brukt øvelser han har beskrevet i boken "Spill! Øvelser og lege for skuespillere og medspillere" når jeg har arbeidet med barn. Jeg har brukt forumteater i et prosjekt da jeg sammen med tre teaterkolleger holdt kurs i samarbeid og konfliktløsning rettet mot næringslivet. Ettersom interessen min for Boal og hans metoder har fulgt meg, ønsker jeg å finne ut av hvorfor disse øvelsene umiddelbart appellerer til meg. Derfor har jeg i denne oppgaven valgt ut 4 av Boals øvelser som jeg vil beskrive, sette dem inn i en didaktisk sammenheng og deretter prøve å analysere dem. Jeg vil gå inn på hver av øvelsene, og forsøke å analysere hvorfor de kan utvikle kroppslig sensitivitet hos eleven og hvorfor de kan utvikle god gruppedynamikk.

Oppgaveteksten lyder :

Hvordan kan Augusto Boals teaterpraksis bidra til å utvikle individets kroppslige sensitivitet og å bidra til å skape gode gruppeprosesser?

Først vil jeg fortelle hvem Augusto Boal var og hva han sto for. Deretter vil jeg kort drøfte mitt kunstsyn i forhold til Boals. Så vil jeg gå inn på Merleau Pontys tanker om kroppens fenomenologi, fordi jeg opplever at i min sammenheng utfyller hans ideer Boals metoder på en god måte. Videre vil jeg forsøke å beskrive hvorfor og hvordan jeg ønsker å bruke Boals øvelser i mitt arbeid som teaterpedagog. Derfor har jeg valgt 4 av Boals øvelser fra boken "Spill! Øvelser og lege for skuespillere og medspillere". Alle øvelsene er nonverbale og skal oppleves gjennom kroppen.

Til slutt vil jeg beskrive hva en gruppe er, og komme inn på hva jeg mener er en god gruppeprosess. Gruppeprosesser og individets identitet henger nøye sammen, på den måten at en gruppe nødvendigvis må bestå av ulike individer, som hver for seg innehar sin identitet.

2. AUGUSTO BOAL

2.1 Historikk

Augusto Boal (1931-2009) var en brasiliask dramapedagog, teatermann, instruktør, forfatter og politiker. I 1956 blir han kunstnerisk leder ved Teatro de Arena i Sao Paulo, etter å ha oppholdt seg og studert i USA. I starten av 1960-tallet turnerer hans teatergruppe rundt omkring på landsbygda og i utkanten av Sao Paulo. Her møter de mennesker i dyp fattigdom, og de ser de enorme kontraster som finnes i landet.

”- Grenseløs overflod er nabo til den dypeste elendighet ” (Boal, 2000, s.19) .Som idealistisk kunstner vil han gjøre noe med denne urettferdigheten. Dette ble starten på en lang karriere som politisk teaterfornyer. Han utvikler en teaterform som kobler teateret til samfunnet. Dette teaterkonseptet, som etter hvert sprer seg over hele Latin-Amerika kaller han ”De undertryktes teater”, en fellesbetegnelse for de teatermetoder som på ulik vis gjør tilskueren til deltager. De mest kjente er billedteater, forumteater og usynlig teater. Hans teaterarbeid er grunnleggende grensesprengende. Han folkeliggjør teateret og gjør det til et faktisk redskap for sosial forandring. Som sin landsmann og inspirator, pedagogen Paulo Freire bruker dialog til å spre viten, bruker Boal teater.

Boal mener at teater kan og bør være et middel til å endre samfunnet. ”Teateret kan hjelpe oss å bygge fremtiden fremfor bare å vente på den” (Boal, 1995, s.13). På grunn av sin opprørske teatervirksomhet blir han fengslet og torturert. Etter sin løslatelse blir han utvist fra landet, og lever fra 1971 til 1976 i eksil i Buenos Aires. I 1976 blir han gjesteprofessor og leder av teateret ”En Barraca” i Lisboa. I 1978 flytter han til Paris, hvor han starter sin egen teaterskole -Le Ceditade. Under innflytelse av sine år i Europa, utvikler han en rekke nye dramatiske metoder. Det dreier seg hele tiden om teater, men metodenes styrke har også pedagogisk og terapeutisk potensial på grunn av teaterets magiske mulighet. (Boal, 2000)

Han flytter senere tilbake til Brasil og arbeider med kunst og kultur innenfor politikken og blir medlem av regjeringen i Rio de Janeiro.

Boal arbeider med mennesker som er undertrykt på ulike måter. Det starter med hjemløse og analfabeter i slummen i Sao Paulo. Etter sin eksilperiode i Europa tilpasser han sine metoder mer til den type undertrykkelse som er mer reell her i vesten; ”Den undertrykkelsen som er mer iboende i oss selv, og som vi utøver på oss selv, den indre mentale undertrykkelsen som går på selvsensur og selvkontroll og som

vi kan oppleve gjennom angst og ensomhet" (Engelstad intervju i klassekampen 2003), hvor han til slutt arbeider og praktiserer sine metoder over hele verden, før han dør i 2009.

2.2 Augusto Boals kunstsyn

Boals arbeid og metode har både Konstantin Stanislavskij (1863 -1938) og Bertholt Brecht (1898-1956) som inspirasjonskilder og umiddelbare forutsetninger for sitt arbeid. Det er Stanislavskijs bestrebelser på å hele tiden å fremstille noe scenisk troverdig uansett sjanger, som opptar Boal. Stanislavskijs metode bygger på å skulle gjennomleve, gjennom trening av sansene, hukommelse, fantasi, følelse og observasjon, og på forståelsen av å bygge opp en rolle gjennom handling. Stanislavskij stiller spørsmålet, hva er det karakteren vil og hva er dens begjær? Boal utviklet en mengde øvelser som skulle utvikle disse sidene.

Brecht var også inspirasjonskilde for Boal. Brecht arbeidet hele tiden med paradokser, og ville også at publikum skulle stille spørsmål ved premissene for handlingen. "Slik gikk det med Mutter Courage, men det kunne gått annerledes, hvis bare...!"

"De undertryktes teater" bygger altså på et teater som arbeider troverdig, som Stanislavskij, og med å finne et forandringspotensial, som Brecht (Boal, 2000). Boal benytter seg av styrker ved begge disse teaterformene. Han tar identifikasjonen fra den klassiske teaterformen og den kritiske distansen fra Brecht. Men til forskjell fra Brecht, mener Boal at dersom erkjennelsen skal slå inn, må det handles, ikke bare tenkes. Det er den passive tilskuerrollen som må utfordres, tilskueren må bli deltager. Det er her Boal er grensesprengende. I Boals terminologi oppstår nå kombinasjonen publikum og skuespillere; "the spect-actor." Boal lar aldri publikum bare være tilskuer, publikum er alltid deltagende (Boal, 2000 og Engelstad, 2001).

Den mest kjente teaterformen i "De undertryktes teater" er "forumteater". Her viser Boal en forestilling for tilskuerne, hvor målet er å skape identifikasjon med hovedpersonen. Denne personen blir på en eller annen måte undertrykket. Historien vil alltid få et tragisk utfall. Men til forskjell fra tradisjonelt teater, starter egentlig forestillingen der tragedien vanligvis slutter. Det er nå det er tid for handling. "La oss gå gjennom handlingen og se om det kunne ha gått annerledes, og la oss prøve det ut i praksis." Her blir tilskuerne deltagere. Her prøver skuespillerne ut forslag fra deltagerne om hvordan det kunne ha gått hvis den undertrykte handler annerledes.

Deltagerne kan også selv gå inn i spillet. Det er alltid den undertrykte en hjelper, aldri den som undertrykker. Boal mener at det først og fremst er oss selv vi kan forandre, ikke andre. Det er dette han bruker teater til." Ikke la andre fortelle din historie, fortell den selv." Han ønsker ikke at teateret skal speile samfunnet, men å bruke teateret som metode til å forandre samfunnet. Han er langt unna modernismens tanke om kunsten for kunstens egen skyld.(Engelstad, 2003) " Det estetiske rum besidder erkendelsesmessige egenskaber hvilket vil sige at det stimulerer viden og opdagelse, erkendelse og refleksjon – altsammen egenskaber som fremmer læringsprocessen. Teater er en form for erkennelse." (Boal, 2000, s.34)

Han står tydelig i den sosialkonstruktivistiske og kritiske retningen som utvikler seg på 60-70 tallet, (som Paolo Freire.) For Boal er kunst som praktisk erfaring og erkjennelse målet. Det er gjennom handling vi utvikler bevissthet og refleksjon. Dette skjer gjennom dialog og kommunikasjon. Vi konstruerer våre liv ut i fra hvem og hva vi møter. Vi er alle et produkt av vår tid, men vi kan også være med på å forme den tiden vi lever i. Boal bygger altså på den sosiokulturelle tanken om at læring skjer gjennom deltagelse i sosial praksis og samspill. Hovedvekten for Boal ligger i det kritisk didaktiske, hvor læring har som mål å opplyse og avsløre maktforhold, samtidig vil han frigjøre hver enkelt menneske fra sin personlige undertrykkelse. Han vil og at arbeidet skal ha de estetiske kravene som han mener teateret bygger på. "De undertryktes teater skal være et godt kunstnerisk produkt, noe som er en nødvendig betingelse for identifikasjon" (Engelstad, 2003)

Som Boal tror jeg også på at utvikling skjer gjennom praktisk deltagelse og dialog, men en behøver nødvendigvis ikke bruke teater som metode til sosial eller personlig forandring. Jeg mener teater kan være så mye mer enn dette. Teater kan være abstrakt, rart og tvetydig. Jeg mener teaterfaget kan gi en kunstnerisk dimensjon som er nok i seg selv, fordi et kunstuttrykk kan stå alene og ikke nødvendigvis måtte si noe utover øyeblikkets opplevelse. "Det som gjør kunsthåndverk til kunst, er forankringen i menneskets evne til å dikte, fantasere utover den for øyeblikket gitte situasjonen og gi dette et symbolsk kunstnerisk uttrykk som kan sanses og oppleves(...)Kunsten kan utforske områder som ikke ellers vil være mulig, fordi en er fritatt fra virkelighetens konsekvens." (Sæbø, 1998, s.371) I likhet med Boal tror jeg også at teater har en kraft til å påvirke både individuelt og i en sosial kontekst. Likevel er ikke målet mitt at

elevene skal gå ut å kjempe en sosial kamp i samfunnet, eller få en personlig terapeutisk forandring, selv om det kan komme som en positiv bieffekt. Mitt fokus vil være å utvikle den gruppa jeg arbeider med, slik at elevene både får en større forståelse av hva teater er, kunstneriske opplevelser og gjennom dette utvikler seg som hele mennesker. Med det hele mennesket mener jeg at både tanke, følelse og handling virker sammen i en helhet. I teater får elevene kunnskap gjennom opplevelse og handling. Ved først å handle, har en handlingen å reflektere rundt, og dermed kunne knytte kunnskapen til noe som er erfart, i likhet med Dewey som sier "learning by doing". En må være fysisk tilstedeværende og kroppslig situerte i tid og rom, for at tanker og følelser skal tre inn. Ettersom teaterets viktigste element er møter mellom mennesker med deres fysiske kropp som er til stede der og da, vil jeg i denne sammenhengen fokusere på det fysiske aspektet som foregår i menneskelige relasjoner. I dagens samfunn mener jeg at kroppens sansning og kunnskap er en underkjent del av mennesket. Mye av den kroppslige og emosjonelle kunnskapen kan være vanskelig å beskrive med ord, såkalt taus kunnskap. Det vil si den kunnskapen som lagres i kroppen, og følelsesmessige opplevelser. Det er denne kunnskapen jeg ønsker å utfordre hos elevene, slik at de blir den bevisst. Dette gjelder både på et fysisk og et kognitivt nivå. Jeg ønsker å utvikle elevenes sansning av egen kropp både individuelt og i samspill med andre. Dette er utgangspunktet for valg av de øvelsene jeg senere vil beskrive.

3. Maurice Merleau-Ponty

3.1 Filosofi

Den franske filosofen Maurice Merleau-Ponty (1908-1961) var eksistensialist. Eksistensialismen bygger på troen på menneskets unike plass i verden, som tenkende og reflekterende vesener med en fri vilje og ansvar for sine egne handlinger. (Wikipedia.no) Men Merleau-Ponty tar og kroppen inn som en grunnleggende forutsetning av vår eksistens. I 1945 lanserer han boken "kroppens fenomenologi." Fenomenologi er læren om menneskets opplevelser, om hvordan mennesket opplever seg selv og andre mennesker i ulike situasjoner. I dette legges det vekt på at vi mennesker har en hensikt, en intensjon med det vi gjør, bevisst eller ubevisst, fordi vi med kroppen alltid er rettet mot noe eller sikter hen mot noe. (Løkken. 1996)

Merleau-Ponty ønsker å vise at alle våre opplevelser i verden hviler på kroppens sansning; det vil si at vi med hele kroppen er oppmerksomme på vårt nærvær i verden,

på det vi gjør der og på det som skjer med oss der, mens det skjer. Kroppen er meg, jeg er en kropp. Ved å betrakte kroppen i bevegelse, ser man lettere hvordan den bebor rommet (verden) og tiden forøvrig. Merleau-Ponty sier at kroppssubjektet bebor eller hjemsøker rommet. Menneskets naturlige intensjon er å være utadrettet mot denne verden. Mellom slike levde kropper i verden foregår en umiddelbar og meningsfull kommunikasjon.

Merleau-Ponty hevder at det helt avgjørende er å se at muligheter åpner seg for meg idet jeg erfarer både meg selv og den andre ved at vi er i gang med kroppslig bevegelse eller handling i verden. Det er gjennom denne kroppslige bevegelse at vi tar inn over oss den naturlige og kulturelle verden rundt oss. Erfaringer overføres menneskekropper imellom og gir en mulighet til at vi forstår hverandre. Jeg gjør andres handlinger til mine, på samme måte som mitt eget særpreg fører til at andre tyder hva som er mine formål med dem. Det er slik overføring av mine hensikter til den andres kropp og av hans intensjoner til min, som gjør persepsjonen, (sansingen, iaktakelsen, oppfatningen) av andre mulig. Vi åpner oss instinktivt mot det sosiale livet allerede når vi blir født. Merleau-Ponty hevder at vi kommuniserer ikke bare med tanker uttrykt som ord, men som snakkende kroppssubjekter med en spesiell kroppslig stil eller måte å være på (Merleau-Ponty, 1994).

"For han var det avgjørende å bryte med det synet som bare ser kroppen som redskap og objekt for erkjennelsen. Han mener det forholder seg omvendt; kroppen er personlighetens subjekt, og gjennom kroppen tar bevisstheten form" (Løkken, 2004, s.18). Vi er tilstede i verden med kroppen. Det er som kropp vi snakker, erkjenner og blir til den bevissthet eller sjel som tror at den er noe i seg selv (Løkken, 2004).

"Eksistensen er forut for essensen" som eksistensialisten og filosofen Sartre har sagt. Vi er i verden før vi er kognitivt bevisste.

3.2 Tolkning av Merleau-Pontys tanker.

Slik jeg tolker dette, er at vi er ingenting uten vår kropp. Vi både agerer og reagerer ofte intuitivt og spontant i møte med andre. Hvordan vi beveger oss og hvordan vi handler, sier mye om hvem vi er og hvordan vi opplever andre. Daniel Stern (1931-) mente at ordene aldri er dekkende for hele den menneskelige opplevelsen. Han ser på språket som et tveegget sverd fordi språket åpner på den ene side opp for å bli forstått og forstå andre, men på den andre side fjerner språket oss fra den eksistensielle

grunnen som ordene hviler på (Løkken, 2006). Dette er helt i trå med Merleau-Pontys tanker.

Ordene kan ikke defineres entydig en gang for alle, ifølge Sæbø. Det er intensjonen og handlingen bak ordet som gir mening. Hvis vi for eksempel spør to skuespillere som improviserer rundt et gitt tema, hvorfor de tar de valgene de tar når de handler med hverandre, vil de kanskje ikke der og da alltid kunne gi noen god begrunnelse. Det er en handling som er styrt av en intensjon som ikke nødvendigvis er eksplisitt formulert i handlingsøyeblikket. Refleksjonen kommer etter selve handlingen. Sæbø beskriver dette som "kroppen som kunnskapsbærer". En kjenner umiddelbart igjen en situasjon uten å analysere, eller tenke seg om. En handler intuitivt og direkte ut fra en kunnskap som sitter i kroppen. Det er handlingen som gir ordene og kunnskapen mening (Sæbø, 1998).

Jeg mener at en følelse setter seg først i kroppen, før vi kanskje er kognitivt klar over at følelsen er der. Vår kultur er preget av den kristne tradisjonen som bygger på den dualistiske tanken som deler kropp og sjel. Det intellektuelle har sittet i høysetet, mens kroppen har vært mer et redskap for å utvikle motoriske ferdigheter. Det er lett å glemme at selvfølelsen og synet på en selv også sitter i kroppen. Vi tar ikke alltid hensyn til den viten som sitter i kroppen, og hvor mye kroppen husker av erfaringer på godt og vondt, men som den daglige bevisstheten stort sett har glemt. Jeg er opptatt av den læringen vi får gjennom kropp. Hvis vi forsøker å ta med de kroppslige erfaringer som kunnskap om virkeligheten, og som grunnlag for hvorfor vi handler som vi gjør, tror jeg vi kan bli mer opptatt av *hvordan* vi erfarer ikke bare *hva* vi erfarer. Mead mener at vi speiler oss i hverandre ved at vi ser oss selv utenifra gjennom andres øyne. På den måten konstrueres og eksisterer samhandling. (Imsen, 2008) Hvordan andre gir signaler og tilbakemeldinger vil være med på å påvirke opplevelsen av hvordan vi handler, og derigjennom utvikler vi et bilde på hvem vi er. I dagens samfunn hvor kropp og utseende er dominerende blant mange unge, legger vi lett selvfølelsen på ytre verdier, som hvordan en kropp skal se ut. Derfor er det viktig å få et bevisst forhold til hvordan vi opplever kroppen innenfra. Som Merleau-Ponty sier, vi ikke bare *har* en kropp, men *er* en kropp. "Jeg kjenner en klump i halsen" "Det kribler i magen", "et stikk i hjertet", "gleden spredte seg i hele kroppen" "en klo i brystet" Dette er verbale uttrykk for den kroppslige sansningen. Kropp er følelse, kropp er handling. Kroppen gir signal til hjernen om hvordan vi har det.

Hvis vi skal utvikle oss som skuespillere og som mennesker i en sosial kontekst, må vi bli bevisst hva, hvordan og hvorfor vi kroppslig kommunisere som vi gjør. Ved å gjøre praktiske øvelser som utvikler en større kroppslig bevissthet, og i etterkant av øvelsene reflektere, vil vi utvikle både kognitiv og fysisk kunnskap om den kroppslige kommunikasjonen som foregår mellom mennesker hele tiden.

3.3 Den taktile og den kinestetiske sans

Den taktile sansen som har huden som sanseorgan, alarmerer oss om mulige farer, og gir oss informasjon om omgivelsen vi befinner oss i; smerte, varme, kulde, berøring osv. Positiv berøring er av vesentlig betydning for normal utvikling av motoriske, sensoriske og intellektuelle ferdigheter. Ved å øve opp sansen og minnet rundt en fysisk opplevelse og deretter reflektere over denne erfaringen, kan det være med på å utvikle individets emosjonelle sensitivitet.

Den kinestetiske sansen som vi sanser gjennom muskler og sener, forteller oss noe om hvor i rommet kroppsdelen er og hva de gjør uten hjelp av synet. Den holder oss oppreist, og den gir oss stabilitet. Ved å utvikle og bli mer bevisst denne sansningen, får eleven god erfaring med og kjennskap til egen kropp, til tyngdekraften og til tid og rom. Sammen med den taktile sans kan den gjøre oss i stand til å vurdere vekten av en gjenstand eller et annet menneske, og den kan gjøre elevene mer nyansert i uttrykket, som gir større kroppslig sensitivitet. (floraskulen.no)

4. De fire øvelser

Innledning til beskrivelse av Boals 4 øvelser:

Jeg har valgt 4 av Boals øvelser som er plukket ut av boka "Spill! Øvelser og lege for skuespillere og medspillere." De er ikke satt opp i en bestemt rekkefølge. Jeg er ikke deltagende, men står på utsiden og leder og observerer alle øvelsene. Før jeg starter med disse øvelsene, vil jeg ha gjennkjennende leker med klare rammer hvor elevene vil være i fysisk kontakt med hverandre. Etter hvert vil jeg nærme meg teaterøvelser. Boal utviklet fem kategorier av øvelser: Å føle det vi rører ved. Å lytte til det vi hører. Å se hva vi kikker på. Å erindre i sansene. Å knytte alle sansene sammen til en dynamisk helhet. Alle de fire øvelsene jeg har valgt går ut på å sanse gjennom kroppen og å engasjere gjennom emosjoner. En av øvelsene har også med bruk av lyd og stemme, men ikke ord. Øvelsene skal utgjøres av en gruppe.

Det overordnede målet er å skape god gruppedynamikk. Øvelsene skal skape trygghet og tilstedeværelse. De skal oppleves gjennom kroppen og de skal ha et emosjonelt aspekt. De skal også utvikle en bedre viten om egen kropp, dens forhold til andre kropp og kroppens mange uttrykksmuligheter. En nødvendig del av arbeidet er å gi rom for refleksjon rundt opplevelsene og hva den gjorde med den enkelte og med gruppa som helhet.

I forkant av beskrivelsen av hver enkelt øvelse, vil jeg skissere hvilken elevgruppe den kan passe for. Videre vil jeg prøve å analysere hvorfor jeg mener disse øvelsene fungerer etter hensikten. En forutsetning for at øvelsene skal fungere, er at gruppa ikke er for stor. (maks 16 elever)

Stensaasen og Sletta definerer en gruppe som at den må bestå av flere personer. Det er ulik oppfatning om to personer utgjør en gruppe, noen mener tre er minimum, fordi det da kan danne seg en koalisjon i gruppa, to mot en. Gruppa må være engasjert i et felles sosialt samspill slik at de gjensidig kan påvirke hverandre. Det den enkelte gjør, får betydning for de andre. Vi føler at vi yter noe inn i gruppa, og at vi får noe igjen. Så lenge dette fungerer tilfredstillende, ønsker vi å være med i gruppa (Stensaasen og Sletta,1998).

4.1 Rytmemaskinen. Øvelse 1

Alder : Fra syv – åtte år og oppover.

Forarbeid med elevene: Lage rytmer med stemme, klapping og tramping, hvor elevene skal repetere. Ulike bevegelsesuttrykk gjennom etterligning, for eksempel hermegåsa. Arbeide med kontraster både i rytme og bevegelse.

Mål for øvelsen:

Elevene skal kunne:

Aktivt lytte

Arbeide med bevegelse og rytme

Ufordres på å arbeide i ulike fysiske nivåer og former, som stående, liggende, vertikalt med overkroppen osv.

Utvikle god gruppedynamikk

4.1.2 Praktisk gjennomføring

Alle sitter i en stor sirkel. En av elevene går inn i midten og forestiller seg at hun er en

bevegelig del av en stor maskin. Hun begynner å gjøre en rytmisk, mekanisk bevegelse med deler av kroppen, for eksempel lager en sirkelbevegelse med en arm og lager en lyd som passer til denne bevegelsen. Alle andre ser på og lytter. Når rytmen er etablert, går en ny inn i sirkelen. Han tar en ny bevegelse og rytme med kroppen og stemmen. En tredje går inn etter å ha betraktet de to som er maskinen, og bygger videre, helt til alle i gruppen har gått opp og er en del av en stor maskin som arbeider synkronisert og sammen. Så kan jeg be den første om å akselerere sin rytme, og alle må følge denne endringen, fordi maskinen utgjør en helhet. Etter hvert kan jeg styre rytmen i ulike tempo, sakte, svakt og lite, sterkt og stort. Til slutt skal alle klare å slutte samtidig, ved at rytmen gradvis går saktere og saktere. En kan også gi følelser til maskinen, for eksempel lage en kjærlighetsmaskin og deretter en hatmaskin, eller sjangermasin som operamaskin eller sirkusmaskin.

4.1.3. Analyse

Hvorfor jeg mener denne øvelsen er god for utvikling av kroppslig sensitivitet og gruppedynamikk, er fordi hver og en kan være et individ med sine individuelle valg av bevegelse og lyd til maskinen. Alle er nødvendige for at maskinen skal være hel, men hver og en i gruppa kan velge hvordan maskinen blir hel. De må lytte til de andres rytme og bevegelse for å skape denne helheten. Det finnes likevel ikke noe fasit på hvordan oppgaven skal løses, ikke noe direkte rett eller galt. Øvelsen bygges opp trinn for trinn, og har klare rammer, og det skaper noe forutsigbart i det uforutsigbare. Som Maslow beskriver i sin behovspyramide, har vi alle et behov for trygghet, sosial tilknytning og behov for anerkjennelse fra andre (Imsen, 2008). I øvelsen mener jeg at alle disse tre behovene blir tilfredstilt. Rammer skaper trygghet, det er enkelt å oppleve at en lykkes og at en er del av en tilhørighet, "maskineriet". I følge Bandura vil mennesket mestre (Imsen, 2008). Vi ønsker å være aktive og være til nytte for andre. En god mestringsopplevelse gir lyst som igjen kan gi hver enkelt indrestyrt motivasjon til å være aktive og yte i gruppa. Øvelsen er både leken og skal improviseres fram, og for at maskinen skal fungere, kreves det tilstedeværelse av deltagerne. Øvelsen utvikler sensitivitet for egen og andres bevegelser og stemme, samtidig som den trener opp rytmesans og musikalitet. Dersom alle disse elementene er med, og det skapes en helhet, "en maskin som virker", vil dette være med på å bygge god tilhørighet og dynamikk i gruppa.

4.2 Den balanserende sirkel. Øvelse 2

Alder: 9 til 10 år og oppover.

Forarbeid med elevene: Alle tenker at de er på en flåte. Alle må være i bevegelse hele tiden, men flåten må ikke velte. Alle har ansvar for å holde flåten i balanse. Her må alle hele tiden forholde seg til alle.

Mål for øvelsen:

Elevene skal kunne:

Utvikle partnerkontakt

Samarbeide

Bli bevisst hvordan en driver og bli drevet

Utvikle rombevissthet

Utvikle god gruppedynamikk

4.2.1 Praktisk gjennomføring

Denne øvelsen må ha likt antall deltagere. Deltagerne står rundt i en sirkel med et objekt i midten, en kopp, en sko eller noe annet. Objektet representerer et balansepunkt, som hele sirkelen er balansert i forhold til. Halve i gruppa får et tall hver utdelt. Hvis de er fjorten i gruppa, får den ene halve gruppa tall fra en til syv, og så den andre halve gruppa tilsvarende. De som står ovenfor hverandre må få utdelt samme tall. Alle befinner seg i samme avstand til balansepunktet. De i sirkelen som først ble nummerert, leder den med samme tall som står ovenfor dem, som er deres følgesvenn. Jeg sier et tall, og den lederen som har dette tallet, begynner å bevege seg rundt i rommet, inn eller ut fra sirkelen. Følgesvennen skal bevege seg slik at vedkommende hele tiden holder sirkelen i balanse i forhold til midtpunktet. Hvis lederen beveger seg inn mot midtpunktet, må følgesvennen bevege seg inn med samme avstand. Hvis lederen beveger seg til høyre, må følgesvennen bevege seg tilsvarende til høyre. Etter hvert sier jeg flere tall, inntil hele gruppa er i bevegelse. Så snart parene i bevegelse har funnet et fungerende fellesskap, kan lederen begynne å variere rytmen og bevegelsesmåte, krabbe, hoppe osv. På et tidspunkt sier jeg "bytt leder". Nå blir følgesvennen leder. Til slutt sier jeg at det ikke skal være noen bestemt leder, og parene skal fortsette å arbeide uten noen spesiell ledelse. Øvelsen kan slutte ved at jeg roper ut et og et par/tall, hvor det til slutt bare er et par igjen.

4.2.2 Analyse

Denne øvelsen mener jeg kan utvikle både lydhørhet ovenfor partner og ovenfor hele gruppa. Hver enkelt må forholde seg til partner, ved at de må observere, tolke og oversette partners bevegelse til egen kropp, De må også sanse hvor resten av gruppa befinner seg i sirkelen hele tiden, slik at en ikke kræsjer i hverandre. Videre utvikler øvelsen bevissthet om plassering av kroppen i rommet. Gardner snakker om at vi mennesker har åtte forskjellige intelligensstyper, hvor den romlige intelligens og den kinestetiske er to av dem (Hagen, 2007). Slik jeg tolker Gardner, kan øvelsen påvirke og utvikle både romsansen og den kinestetiske sans, altså sansningen og bevisstheten om hvor kroppen er i forhold til rommet rundt.

Ved at det byttes på å lede og bli ledet, skapes det partnerkontakt. Partnerne må samarbeide om å finne et tempo som gjør at de alltid klarer å følge leder og omvendt. Fokuset flyttes bort fra en selv, og over på partner. Elevene må ”lytte” med hele kroppen, noe som utvikler sensitivitet overfor andre. Elevene må ta tydelige valg for at partner skal kunne både oversette bevegelsene i egen kropp, og følge bevegelsene i rommet. Å oppleve kroppslig tydelighet fra leder, vil skape trygghet hos partner fordi det da er lettere å følge. Dette vil utvikle større kroppslig presisjon hos elevene.

4.3 Besvimelsen. Øvelse 3

Alder: 9 til 10 og oppover.

I denne øvelsen er det viktig å presisere at de som skal falle, må gjøre det veldig langsomt, slik at de andre rekker å se og agere. Det kreves noe mer forarbeid med en ung gruppe, enn med en eldre. Risikoen er at yngre barn ikke klarer å ta i mot hverandre.

Mål for øvelsen:

Elevene skal kunne:

Bygge tillit ved å gi ansvar og ta ansvar.

Utvikle lydhørhet ovenfor hverandre ved å aktivt lytte med hele seg.

Reflektere rundt ansvar ovenfor partner

Utvikle god gruppedynamikk

4.3.1 Praktisk gjennomføring

Alle i gruppen får utdelt et tall hver som de må huske. Når dette er gjort, begynner alle i gruppa å gå rundt i rommet. Når jeg roper opp et tall, skal den som har dette

tallet sakte falle om. De andre i gruppa sin oppgave og ansvar er å ta i mot den personen som er i ferd med å "besvime" før hun faller i gulvet. Et nytt tall vil bli ropt opp, og gruppen må igjen ta i mot en ny person før den faller.

4.3.2 Analyse

I denne øvelsen er det helt avgjørende at alle forstår viktigheten av og ansvaret for å ta imot den som faller. Som leder av denne øvelsen er det viktig at alle (tall) i gruppa blir ropt opp, slik at alle får oppleve å falle og å ta inn over seg ansvaret for å ta i mot.. Alle må lytte, se og handle i et fellesskap. Dette vil gi fokus inn mot gruppa. Øvelsen kan oppleves spennende, ettersom ingen vet hvem som vil falle neste gang. Dermed kan øvelsen oppfattes som en morsom lek. Samtidig har øvelsen et alvor fordi alle har et ansvar for hverandre. Ved å ta ansvar, utvikles tillit, trygghet og gruppetilhørighet fordi alle er avhengig av hverandre. I følge Eriksons personlighetsutvikling vil grunnleggende tillitt til andre være den mest fundamentale forutsetningen for mental vitalitet. Miljøet har mye å si for utviklingen av et grunnleggende tillitsfullt sinn. Erikson beskriver åtte stadier hvor hver fase kan utvikle personlighetsproblem. Det er spedbarnsalder han mener tilliten er fundamentet for god utvikling og videre vekst. (Imsen , 2008) Jeg tror det er viktig å bygge og utvikle tillitt i en gruppe, uavhengig av alder, ettersom tillitt er fundamentet for trygghet.

Det er viktig med en samtale i etterkant av denne øvelsen, hvor en snakker om ansvaret en har for hverandre. Samtalen kan også komme inn på om det var lett eller vanskelig å falle, og hvorfor var det slik? Var det enkelt å ta i mot? Hvor hadde de fokus? Hvis noen falt i gulvet, hvorfor skjedde det? Var det gruppa som ikke fulgte med, eller befant personen som falt seg for langt borte fra gruppa? Denne øvelsen handler om å bygge opp trygghet mellom individene, slik at de kjenner at de tør å gi slipp fordi de vet at gruppa tar ansvar for hverandre.

4.4.1 Den greske øvelse. Øvelse 4

Alder: 14 til 15 år og oppover.

Forarbeid til øvelsen: Denne øvelsen trenger forarbeid, og elevene må allerede være trygge på hverandre og kjenne hverandre godt. Vi må ha arbeidet med vekt og vektoverføring; hvordan møter jeg en som gir vekt? Jeg må gi vekt tilbake. Jeg må arbeide fra senter i kroppen, hvor jeg har mest stabilitet og styrke. Dette kan gjøres i

grupper på to og to og tre og tre. Det er lurt å starte med enkle øvelser som etter hvert blir mer avanserte.

Mål for øvelsen:

Elevene skal utvikle:

Evne til samarbeide

Berøringssansen.

Tilstedeværelse

Kroppslig bevissthet og kontroll

God gruppedynamikk

4.4.2 Praktisk gjennomføring

En deltager står på alle fire, hvor syv, åtte står rundt. Den i midten begynner en bevegelse, hvor de andre skal hjelpe henne med å fullføre den. De må stå tett inntil den som leder bevegelsen, for å kjenne vekten og bevegelsen av den som leder. Hvis hun f.eks lener seg mot en person, må denne straks ta imot og gi motvekt. De andre må også hjelper til. Hvis hun løfter foten, møter en annen i gruppa henne straks med kanskje å sette sitt eget kne under foten, så hovedpersonen kan stå på han.

Hovedpersonen gjør hva hun vil, og de andre hjelper henne med å reise seg, rulle over på ryggen, klatre opp i luften osv. Hovedpersonene er nødt til å bevege seg langsomt for å gi de andre mulighet til fysisk føle og følge hennes hensikter. For å gjøre det lettere å forstå hovedpersonens hensikt, skal alle bestrebe seg på å hele tiden røre ved en del av hovedpersonens kropp, og oversette de muskulære signaler de får. Det er hovedpersonen som selv bestemmer hvor hun skal. Det kan deles i flere grupper etter hvert.

4.4.3 Analyse

Denne øvelsen utvikler berøringssansen ved at elevene virkelig skal føle det de rører ved og de utvikler den kinestetiske sansen, ved at de må gi motvekt til partner. De er nødt til å samarbeide for å kunne klare å løfte og bevege hovedpersonen rundt i rommet. Øvelsen fungerer etter hensikt når elevene klarer å gi seg hen til gruppa og aller er til stede for hverandre. Hovedpersonen må vise hva og hvor hun vil, mens de andre må tolke hovedpersonens bevegelser.

Øvelsen er krevende, men jeg tror at når øvelsen fungerer, vil elevene kunne ha en fysisk og emosjonell god opplevelse som kan gi en sterk tilhørighet som gir mening.

Flere sosiokulturelle og motivasjonsteorier sier at vi er sosiale vesener som har behov for kjærlighet, tilhørighet, verdsettelse og intimitet. Maslow mener dette er et grunnleggende behov for vekst. Vygotsky mener vi først lærer sammen, så individuelt, hvor deltaking og verdsettelse gir godt læringsmiljø. (Imsen) Øvelsen er med på å utvikle samarbeidsevne fordi alle er avhengige av å hjelpe til med å bære vekten til hovedpersonen, slik at ingen skader seg. Den kroppslige bevissthet og kontroll økes ved at du kjenner tyngden av en annen, og hva du må gi tilbake av vekt, slik at en finner balansepunktet i forhold til hverandre. Denne øvelsen kan ha en sterk kunstnerisk effekt, ved at opplevelsen kan løfte en ut over den vanlige sansningen av egen kropp. Noen elever har beskrevet dette som en nesten guddommelig opplevelse. *"Kunsten frisetter (...) mennesket fra de gitte realiteter og omstendigheter og gir (...) mulighet for en fantasifull utforsking av denne gitte mulighet"* (Sæbø s. 369) Jeg tror at elevene i denne øvelsen kan oppleve og utforske kroppslige muligheter i et felleskap som bare et kunstfag kan gi dem.

5. Gruppeprosesser

Hva har disse øvelsene til felles? Først og fremst vil hver og en utvikle sensitivitet ovenfor hverandre, og derigjennom påvirkes gruppeprosessen positivt. Dessuten skal alle øvelsene utføres av en gruppe mennesker.

En gruppe består av ulike individer med ulike behov hvor alle skal fungere sammen i en gruppe. Stensaasen og Sletta beskriver fire ulike stadier i utvikling av en gruppe:

Forming: I det første stadiet blir personene kjent med hverandre, og de skaper seg et inntrykk av hverandre og oppgaven de står overfor. For eksempel når elever for første gang treffes i en teatergruppe er alles forventninger at de skal jobbe med teater. Men hver og en kan ha forskjellig forestilling om hva dette innebærer. Noen kan føle seg usikre og kjenne et visst ubehag mens andre kan føle at de behersker situasjonen. I en teatergruppe vil mest sannsynlig personene har valgt teater på grunn av interesse, men de har ikke valgt hverandre av den grunn. Derfor sier det seg selv at på dette stadiet er det viktig å klargjøre forutsetningene og retningslinjer for gruppa. Avhengig av alder, vil jeg nærme meg dette på ulike måter. Ovenfor små barn vil jeg bestemme rammene, for eksempel blant annet si at i denne gruppa er alle like viktige. Ovenfor eldre elever vil jeg åpne for at vi gjennom dialog og øvelser skal finne ut av hva slags gruppe vil vi være, og hvordan vi skal ha det sammen. Som pedagog er det viktig at

jeg er lydhør ovenfor gruppa, hva slags signaler de gir både til meg og til hverandre. I dette stadiet vil jeg velge lekpregete øvelser som er trygghetsskapende. Lekpregete øvelser er gjenkjennelige og virker motiverende. Øvelsene bør gjøres i fellesskap og jeg må velge øvelser hvor fokus ikke rettes mot prestasjon.

Storming. Her kommer konflikter og individuelle forskjeller opp i dagen. Kampen om posisjoner og roller dominerer i gruppa. I min sammenheng, hvor jeg skal være leder, er det viktig at jeg er klar over dette stadiet og forstår hva som skjer. Som leder må jeg nå lede prosessen videre, slik at dette stadiet ikke får dominere og den gode prosessen stagnerer. Det er viktig at hver og en blir sett og hørt. Det er også viktig at alle vil at prosessen skal gå videre. Elevene skal kjenne at de både gir til og får noe igjen av gruppa. Jeg må her lede ulike øvelser i fellesskap, (ikke bare de fire øvelsene jeg har beskrevet) slik at jeg danner meg et overblikk over hvor problemene, konfliktene ligger. Elevene skal ikke bli overlatt til seg selv. Jeg mener at det implisitt i de teaterøvelsene jeg har beskrevet, ligger et fokus på å være løsningsorientert uten at noen føler sin posisjon truet.

Opprydding: Det tredje stadiet skal bringe avklaring og orden. Når de to første stadiene er avklart, kan gruppeprosessen gå videre i ønsket retning. Her vil jeg gi gruppa konkrete øvelser hvor vi i etterkant diskuterer hva som fungerte, hvorfor noe eventuelt ikke fungerte, og hva som må gjøres for å hjelpe prosessen videre •

Utføring: Det fjerde stadiet er målrettet arbeid. Nå kan elevene jobbe med presisjon og nyanser. Her kan elevenes individuelle uttrykk komme mer til sin rett. Gruppa kan være klar til å deles, og elevene kan få oppgaver de skal løse sammen i mindre grupper. De kan også få individuelle oppgaver. Etter hvert i denne fasen skal ulike deler settes sammen til en helhet. Vi må sammen rette fokus mot produktet, som for eksempel kan være en forestilling.

Stensaasen og Sletta anbefaler å bruke samarbeid for å utvikle samhold, felles ansvar, respekt for spilleregler i et fellesskap og gode demokratiske arbeidsformer (Stensaasen og Sletta, 1998). Dette bygger direkte på Boals tanker om at alle skal bli ansvarlige subjekter som gjennom dialog kan gi grunnlag for aktiv handling og kritisk refleksjon. Dette mener jeg ligger implisitt i alle øvelsene jeg har valgt i oppgaven. For at det skal bli demokratiske arbeidsformer, må den som skal lede gruppa, være

akseptert som leder.

6. Oppsummering

Jeg har i denne oppgaven forsøkt å finne ut av hvordan en kan skape gode gruppeprosesser gjennom kroppsbevissthet og kroppslig sensitivitet hos individet og gjennom samarbeid i gruppa. Jeg har tatt utgangspunkt i fire av Augusto Boals øvelser som grunnlag for dette. Problemstillingen lød: Hvordan kan Augusto Boals teaterpraksis bidra til å utvikle individets kroppslige sensitivitet og å bidra til å skape gode gruppeprosesser? Jeg mener øvelsene kan utvikle elevene slik at de både kan bli tryggere på sitt eget individuelle kroppslige uttrykk og på å samarbeide godt i en gruppe. Jeg tror de gjennom dette arbeide både kan oppleve og forstå deres personlig påvirkningsmulighet både i en teatergruppe og derigjennom kunne se sammenhengen til å kunne påvirke i samfunnet generelt.

Jeg mener alle mennesker har behov for å uttrykke seg, og jeg støtter meg til Boal når han mener det er en menneskerett å spille teater og han sier: "Alle kan spille teater, til og med skuespillere,- teater kan spilles over alt, til og med i teateret." Sæbø snakker om kulturen som kunnskapsbærer. Kulturen er det vi har felles, og det vi tar for gitt (Sæbø, 1998).Jeg ønsker at den gruppa med mennesker jeg arbeider med, skal kunne kjenne at de er del av en minikultur, hvor det å ta ansvar for hverandre og tenke fellesskap skal ligge som kunnskap i hver og en. Jeg tror dette er fundamentet som arbeidet skal bygge på når de videre skal utvikle kunnskap i teater.

Gjennom arbeid med oppgaven har jeg blitt mer bevisst den kunnskapen som tidligere har ligget taus i meg, da jeg mer arbeidet ut ifra erfaring og intuisjon. Jeg mener det er bra å både lytte til og bruke sin intuisjon i kunstneriske arbeid fordi det bygger på en erfaring og en følelse som har satt seg som kunnskap i kroppen. Likevel er det viktig når en skal formidle kunnskap, at en både har teorier og språk som underbygger denne kunnskapen. Denne prosessen har hjulpet meg til å få en dypere forståelse av arbeidet mitt. Jeg kjenner meg mer rustet nå til å arbeide med å utvikle gode grupper og til å utvikle hvert enkelt individ til å få større kroppslig sensitivitet.

KILDER

- Boal, Augusto (1995) Spill! Øvelser og lege for skuespillere og medspillere. Forlaget DRAMA.
- Boal, Augusto (2000) Lystens regnbue. Boals metode for teater og terapi Forlaget DRAMA.
- Engelstad, Arne (2001) De undertryktes teater. Augusto Boals metoder og praksis. Cappelen Dam.
- Hagen, Conrad (2006) Gardners multiple intelligenser- fra teori til praksis. Artikkel i Arabesk 3/06
- Haugen, Synnøve og Løkken, Gunnvor og Røthle, Monika (2006) Småbarnspedagogikk. Fenomenologiske og etiske tilnærminger. Cappelen akademisk forlag.
- Imsen, Gunn (2008) Elevens verden. Innføring i pedagogisk psykologi. Universitetsforlaget.
- Løkken, Gunvor. (2004) ”Toddlerkultur”. Om ett – og toåringers sosiale omgang i barnehagen. Cappelen akademisk forlag.
- Løkken, Gunvor. (1996) ”Når små barn møtes”. Cappelen akademisk forlag.
- Merleau-Ponty, Maurice (1994) Kroppens fenomenologi. Pax forla AS
- Stensaasen, Svein og Sletta, Olav (1996) Gruppeprosesser. Læring og samarbeid i grupper. Universitetsforlaget.
- Solerød, Erling (2005) Pedagogiske grunnproblemer – i historisk lys. Universitetsforlaget.
- Sæbø, Aud Bergraff (1998) Drama, et kunstfag. Den kunstfaglige dramaprosessen i undervisning, læring og erkjennelse. Tano Aschehoug AS
- Klassekampen 3.11.2003 (intevju Arne Engelstad)
- Forelesninger med Heidi Marian Haraldsen på KHIO
floraskulen.no
- Wikipedia.no
- Brasil-web.de.forum