

# Minnenas teater

## Prova-på-träffar med grannar och vänner

av

Margita Lundman

Kulturföreningen FRIA

Stockholm, april 2018

Rapporten har tagits fram med stöd av

**NORDISK  
KULTURFOND**

och



Nordisk  
kulturkontakt

## **Minnenas teater – Prova-på-träffar med grannar och vänner**

### **Sammanfattning**

Två prova-på-träffar med Minnenas teater tillsammans med grannar och vänner anordnades i Stockholm under våren 2018. Fem respektive sex personer deltog i träffarna. Varje träff tog två timmar och de ägde rum i en gemensamhetslokal i en bostadsrättsförening i Stockholms innerstad.

Programmet inleddes med information om Minnenas teater, därefter bekantskapsövningar delvis med musikinslag. Vidare: uppmärksamhetsövningar, övningar i att gestalta, en kort scenframställning samt en avslutande reflektion. Deltagarnas uppfattning utvärderades via några korta frågor som ställdes via epost efter träffarna. Samtliga var positiva till erfarenheten. Flera uttryckte positiva synpunkter på ledningen. Tiden uppfattades som något för kort.

### **Prova-på-träffar med minnenas teater**

Båda prova-på-träffarna ägde rum i en gemensamhetslokal i centrala Stockholm i april 2018.

Vardera träffen tog två timmar inklusive kaffepaus. De arrangerades av Kulturföreningen FRIA, Stockholm. Ledare var Margita Lundman från föreningen, som har instruktörsutbildning i metoden Minnenas teater.

Aktiviteten kostade inget, men deltagarna bidrog med 50 kr var till lokalhyran. Föreningen FRIA bjöd på kaffe och kakor.

Deltagarna var personligt inbjudna.

### **Lokal och möblering**

Lokalen var drygt 30 kvadratmeter. Där fanns bord och stolar för gemensamt fika, långbord där bilder och material/rekvisita kunde placeras. Vi möblerade för att skapa ett litet "scenutrymme". Dessutom fanns en köksavdelning. Rummets form gjorde att tre parallella diskussioner kunde ske samtidigt utan att deltagarna störde varandra. Ingången låg i husets entréplan, det vill säga där fanns inga nivåskillnader eller trappor. En handikaptoalett fanns i anslutning till gemensamhetslokalen.

### **Träffarna**

Sex personer deltog i den första träffen, fem i den andra. Vissa, men inte alla deltagare kände varandra sedan tidigare.

Programmet inleddes med en kort introduktion om Minnenas teater och information om hur metoden började utvecklas i England för 30 år sedan. Det poängterades att syftet var att skapa tillfälle till "lek" för vuxna för gemenskap och diskussion av positiva minnen.

Några av deltagarna uttryckte en smula vanda över att spela teater inför främlingar. För att lätta upp spänningen genomförde vi några bekantskapsövningar. Vi arbetade då stående i cirkel. Övningen gick till så att alla fick säga sina förnamn samt ett ord som började på samma ljud som namnet (till exempel: Kjell – tjusig, Inger – igelkott, osv). Gruppen upprepade – i kör - alla namn och alla ljud i ett antal rundor, tills vi hade lärt oss namnen.

Därefter, medan vi fortfarande stod i ring: Blunda, gå försiktigt framåt och sök en partners händer för den kommande övningen "Resa med staty".

Med hjälp av kartbild över Sverige berättade alla:

- om var man är född
- om vad man som barn ville bli när man blev stor
- om en passion/ett intresse i nutid

Alla satt därefter i ring och lyssnade en stund på ett musikstycke. Till den första träffen valdes "Summertime", till den andra "La Confession med Lhasa De Sela". Under tiden funderade deltagarna på en resa som betytt något särskilt. Som en uppmärksamhetsövning lyssnade de sedan parvis på varandras berättelse. Berättelserna återberättades sedan för hela gruppen, på så sätt att lyssnaren var den som fick i uppgift att berätta om resan för de övriga. Paret skapade också en staty som illustrerade någon aspekt av bådas resor. Berättelserna redovisades för gruppen och de tre paren visade sina statyer.

Därefter indelades gruppen i nya par för en minnesövning där det gällde att dra sig till minnes barndomens miljöer. Varje par ledde varandra genom sina respektive barndomshem. Instruktionerna var:

- håll i varandra, i armkrok, rör er fysiskt i rummet
- börja utanför huset (i fantasin), gå sedan in i huset, gå in i det ena rummet efter det andra
- Berätta om konkreta detaljer i huset, möbler, färger, gardiner, köksgeråd...
- Person A leder först person B genom sitt barndomshem och därefter omvänt.

Övningen avslutades med en reflektion i gruppen men ingen redovisning gjordes.

I nästa minnesövning satt vi i cirkel. En tallrik cirkulerades bland deltagarna. Var och en berättade om något som kunde tänkas ligga på assietten, det vill säga något som man mindes att man brukade äta som barn. Det ledde till många gemensamma minnen.

I den andra träffen ersattes övningen med tallriken med en övning där olika huvudbonader, som kunde förknippas med ett minne från barndomen, användes. Vi lade ett stort tygstycke på golvet och på det ett antal olika huvudbonader och saker man kan ha på huvudet (exempelvis solglasögon). Var och en valde en huvudbonad som väckte ett minne. De satte på sig huvudbonaden och berättade om minnet.

För att förbereda den avslutande scenframställningen användes tre bildsamlingar. Varje deltagare ombads välja en bild ur var och en av tre olika samlingar: bilderna representerade barndom, ungdom, ålderdom.

Sedan blev det fikapaus.

Samtidigt som vi fikade berättade var och en om de bilder de valt.

Uppspelen i scenframställningen gjordes i grupp. Under den första träffen var det tre personer i varje grupp, vid den andra träffen bestod grupperna av två respektive tre deltagare.

Grupperna fick cirka tio minuter på sig för att förbereda ett improviserat teaterstycke, en revy, "en livsresa". Uppspelet skulle göras på fem minuter. Det var valfritt om stycket skulle innehålla repliker eller inte. Det var också valfritt om musik och dans skulle ingå eller inte. Deltagarna fick själva välja vad stycket skulle handla om. Som inspiration till uppspelen kunde de använda sådant som kommit fram från träffens olika övningar samt bilderna i bildsamlingarna.

Ett litet kostymförråd fanns att tillgå med huvudbonader, sjalar och väskor.

I de två uppspelen i den första träffen medverkade, som nämnts tre personer medan övriga tre deltagare var publik.

**Grupp 1** skapade ett teaterstycke/uppspel som handlade om Skidåkning genom livet. Det inleddes med en sång "Och nu är det vinter och sidan den slinter". Utgick från vilka skor/pjäxor i som används i olika åldrar och hur de sätts på. Hur man tar sig upp för berget och hur man åker ned. Vilken teknik använde man? Använde man liftar eller att klampade man med stighudar? Var det fråga om turåkning eller slalom?

**Grupp 2** gjorde en dansrevy med inslag från barndomen, ungdomen och ålderdomen. Tre personer deltog "på scenen" och tre personer utgjorde publik.

Barndomen gestaltades i form av en glad ringdans som visade syskonkärlek blandad med syskonrivalitet och bråk. Avslutades med ett gemensamt balettinslag.

Ungdomstiden gestaltades med dans till populärmusik från ungdomstiden: *Elephant walk* med inspelad musik. Vi illustrerade klumpiga elefanter med snablar.

Ålderdomen gestaltades av danser som man kan ägna sig åt oss i ålderdomen: långsamt släpande försteg från polska, samt en livlig grekisk dans, *hasaposerviko*, som dansas med stolthet och snurrningar.

I den andra träffen valde två av deltagarna (**Grupp 3**) att utgå från Två äldre som sitter i väntrummet på vårdcentralen och väntar på vaccination. De minns sin barndom, dansar glada danser. Scenen växlar till en tonåring som ska klä sig till lördagsdansen. Hon agerar

framför en spegel som gör likadant. De äldre är tillbaka i väntrummet. Vem väntar de egentligen på?

Tre av deltagarna (**Grupp 4**) valde att utgå från två föräldrar och ett litet barn. Familjen tändde ett ljus i kyrkan. Ungdom som gläds med sina åldrade men pigga föräldrar.

### En avslutande reflektion

Träffen avslutades med en kort reflektion. För att stimulera till reflektion använde vi i den ena träffen olikfärgade tygbitar som kastades ut på golvet. Deltagarna instruerades att välja ett tygstycke som illustrerade något av den upplevelse de haft under prova-på-träffen. De bitar som valdes beskrev mångfald, ett kaleidoskop, glada, varma färger. En av deltagarna valde ett omskinnsmonstrat tyg som visade hur vi ömsade skinn flera gånger. Utvärdering Synpunkter från deltagarna inhämtades via epost en eller två dagar efter träffen.


## Utvärderingar


### Utvärdering av Prova-på-träff 1.


Tre frågor ställdes:

#### Fråga 1) Vad tyckte du överlag?

A.  Fyra personer valde detta alternativ

B.  En person valde detta alternativ

C.  Ingen valde detta

D.  Ingen valde detta

En av deltagarna kompletterade sitt svar:

*Det var intressant och trevligt att få lära känna upplägget på Minnenas Teater och nya trevliga människor.*

## **Fråga 2) Var det något som skulle kunna förbättras?**

En av deltagarna menade att vi hade kunnat vara fler. Att det kändes synd att inte fler får prova på.

En annan person hade synpunkt på tiden:

*Mitt enda tillägg är att det kanske skulle vara bra med lite mera tid en annan gång*

## **Fråga 3) Övriga synpunkter**

Tre av deltagarna gav ett positivt betyg till ledaren som uppfattades som väl förberedd och pedagogisk.

En av deltagarna tyckte det var kul med alla underlättande kreativa tillbehör.

En av deltagarna uttryckte sin uppfattning på följande sätt:

*Var helt ovetandes om vad träffen skulle innebära, men tyckte det var en rolig erfarenhet. Dock inte så rolig att jag vill göra ngt liknande en gång i veckan. Då prioriterar jag hellre andra saker jag brukar göra. Fast man är deltidspensionär, nästan heltids, har man många roliga saker att göra, och vänner att träffa. Tack för att jag blev tillfrågad. Hade inte velat vara utan din aktivitet.*

## **Utvärdering av Prova-på-träff 2**

### **Fråga 1) Vad tyckte du överlag?**

Samtliga deltagare uttryckte sig positivt om träffen generellt:

*Jag tycker att det var en bra dag, vi hann mycket på kort tid och det var roligt att "leka" på detta sätt.*

*Kul grupp, kändes öppen och alla fick säga sitt.*

Två av deltagarna gav positiva synpunkter på ledningen av träffen

### **Fråga 2) Var det något som skulle kunna förbättras?**

Tre av deltagarna tyckte att det var litet för kort tid, särskilt för uppspelen. Formatet om två timmar uppfattades dock positivt.

Två personer hade mer specifika synpunkter:

*Jag saknade en bild där barn läser när jag skulle välja en bild som speglade min barndom.*

*Det enda jag vill förbättra är att det fanns inga bilder på beatniks/hippies eller andra sorters ungdomar i tiden (mods, raggare, Sunar/Dorisar, mm) i ungdomshögen. Det var visserligen helt OK med våra idoler/filmisar också, men i de andra högarna fanns det mer att välja på.*

## Bilaga - material

Följande material användes till övningarna:

- Karta  
Sverigekarta – alternativt Europakarta/Världskarta om det är aktuellt
- Musikanläggning
- Huvudbonader  
Uzbek-mössa, herrhatt, keps, basker, brudslöja, solhatt, blomsterkrans, blomma, päls hatt, solglasögon, badmössa, arabhuvudduk, sjalett, sjal, tidningspappershattar, mössa från realexamen.
- Porslinstallrik
- Bildsamlingar  
Bildsamlingarna bestod av bilder ur tidningar, vykort, foton. Bilderna var valda så att de kunde associeras med barndom, ungdom, ålderdom. För varje tema fanns cirka 15 bilder.
- Rekvisita för uppspel  
Huvudbonader, sjalar, väskor, enkla rytminstrument, några leksaker, m.m.