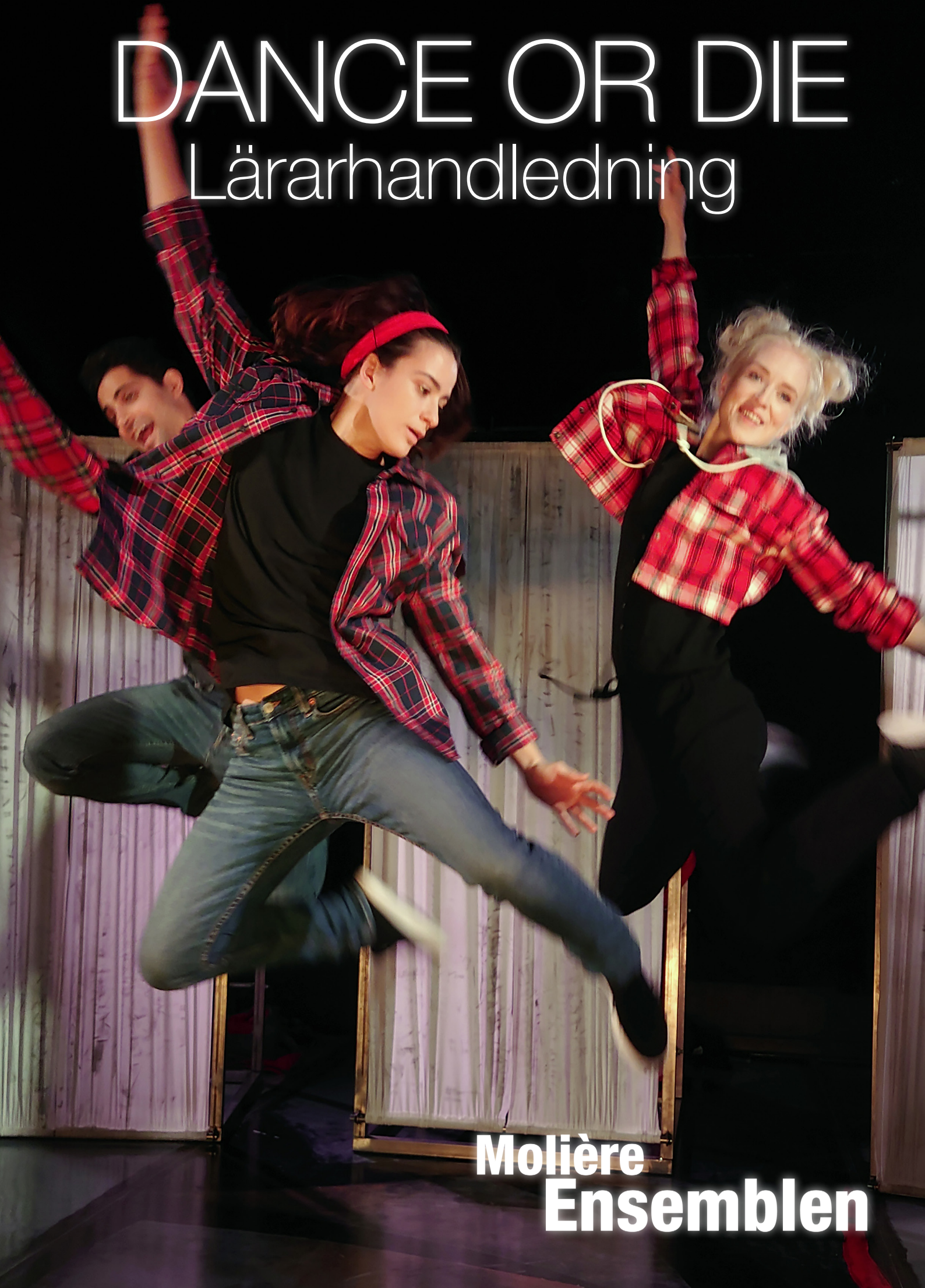


# DANCE OR DIE

## Lärarhandledning



**Molière**  
**Ensemble**

# Lärarhandledning för föreställningen



Ungdomar i åldern 15–24 år är den grupp i samhället som är mest utsatta för våld. Unga kvinnor utsätts oftare för psykiskt och sexuellt våld. Våldet utövas oftast i någons hem. Unga män blir oftare utsatta för fysiskt våld, och våldet äger oftast rum i offentliga miljöer.

(Källa: Nationellt centrum för kvinnofrid)

**Av** Amanda Klasa Fornhammar

**Foto** MolièreEnsemblen

I föreställningen Dance or Die med tillhörande workshop – som går att boka separat i anslutning till föreställningen eller vid ett senare tillfälle – tar vi upp ämnet våld; Våld hemma, i skolan och i hederskontext. Våld skall inte förekomma. Det är ett brott och ingen har rätt att göra någon annan illa, varken psykiskt eller fysiskt. Efter föreställningen kan ni som arbetar med barn och ungdomar på skolan använda handledningen som ett sätt att inleda samtal om till exempel att ha bevittnat våld. Många unga vill inte berätta om vad som pågår av rädsla för vad som kan hända med den våldsutövande personen, eller vad som kan hända med den utsatta och övriga familjen. Man vill ju, till exempel, inte pappan något ont utan man vill ju bara att våldet ska upphöra. Kom ihåg

att lyssna aktivt och ingen förväntar sig att ni som lyssnar ska ha alla svar. När det gäller hedersbrott kan det vara svårt om man inte känner till vad det innebär. Ta hjälp från de organisationer som arbetar med detta, förslagsvis GAPF och VHEK. Nedan finner du länkar och mer information.

## INFÖR TEATERBESÖKET

Innan ni går på teatern kan det vara bra att tydliggöra vad som kommer att förväntas av eleverna. Det är helt okej att skratta eller gråta till exempel. Skådespelarna kommer inte att attackera eller fråga eleverna något under föreställningen. Ingen kommer pekats ut eller tas upp på scenen. Det är dessutom svårt att se alla i publiken för strålkastarna bländar de som är på scenen. Dock reagerar skådespelarna på stämningen i rummet



Mer än 200 000 barn lever i hem där det förekommer olika former av våld. Att utsättas för att bevittna brott inom familjen kan vara förödande för ett barn. Forskningen visar att ett barn som bevittnar brott löper ökad risk för att drabbas av fysisk och psykisk ohälsa på både kort och lång sikt.

(Källa: Regeringskansliet)

och en föreställning där man känner att publiken är med och lyssnar kan bli hur fantastisk som helst. Teater är en tvåvägs kommunikation.

Exempel på frågor man kan ställa till eleverna inför ett teaterbesök:

- Har du varit på teater någon gång?
- Vad förväntas av mig som publik?
- Tycker du att det verkar nervöst att stå på scenen?
- Skulle du vilja veta mer om teatersmink och kostym?
- Skulle du vilja veta mer om hur man jobbar med ljud och ljus på teatern?
- Tycker du att det verkar svårt att som skådespelare få publiken att skratta eller gråta?
- Tror du att publikens reaktioner (som skratt, viskningar, hostningar etc.) påverkar skådespelarna på scenen?
- Blir det bättre teater om det finns med musik i föreställningen?
- Är det viktigt att föreställningen har ett lyckligt slut?
- Tycker du att det verkar vara roligt (kan varieras med «svårt», «lätt» etc.) att arbeta som skådespelare?
- Tycker du att det är viktigt med teater?
- Tycker du att alla barn och unga borde få se teater?

## EGET SKAPANDE

Att arbeta kreativt kan stärka självkänslan och självförtroendet hos unga personer och leda till att fler vågar berätta och försöka få till förändring i livet. Det är också roligt att arbeta skapande och det öppnar ibland upp för nya tankesätt, förbättrar synen på dig själv och på din omgivning.

Här följer några övningar du kan göra med eleverna.

*Vad gör man med alla jobbiga känslor?  
Kan man använda dem till något bra? Kan man dansa en känsla?*

I pjäsen är Sam väldigt stressad och orolig för sin mamma och lillebror. När han är på väg hem första gången dansar han en dans som uttrycker det han känner. Han vill till teatern och till dansen men samtidigt finnas där för sin mamma och bror. Han dansar dessa känslor för sig själv. Denna dans är för honom, för att han mår bra och inte för någon publik. Dansen är ett uttryck för det han känner. Senare i pjäsen dansar Sam för publik för att han älskar att vara på scenen och dela glädje och dans med andra. Han känner att han bara kan vara sig själv om han dansar. Där försvinner allt det onda



för en stund. I den här dansen är han mer kommunikativ och uttrycker sig mer stiliserat.

## ÖVNING

Se om du kan dansa en känsla för dig själv. Du kan göra det hemma, eller i ett eget rum på skolan. Se om du kan släppa loss hela kroppen och dansa det du känner. Det kan vara våldsamt eller mjukt, snabbt eller långsamt. Prova med olika låtar och olika typ av musik som inspiration.

Kom på en mening tillsammans med klassen eller i mindre grupper. Till exempel, jag har bråttom till jobbet och är orolig att komma försent. Hitta på en koreografi tillsammans med två andra i klassen. Bestäm några enkla steg. Testa med olika typer av musik, med olika dynamik. Se vad som händer med dansen.

Se om det händer något när du bara gör rörelserna som ni bestämt och se om det blir någon skillnad när du tänker på meningen ni bestämt.

En riktig utmaning; Gör en enkel koreografi med hela klassen. Här är det viktigt att fokusera på ordet JA! Och inte NEJ! Att säga saker som du dansar fel eller liknande är mindre bra. Att fokusera på musiken och stegen är bättre. Dansen bli bra om alla känner sig glada och inkluderade.

- Dela in er i grupper om fyra eller fem.
- Varje grupp kommer på en färg, en årstid och en aktivitet, till exempel att simma.
- Försök att ha orden inom dig under övningen. Hur känns det att simma? Finns motstånd i rörelsen? Vad ger årstiden och färgen dig för associationer?



- En person gör en pose, nästa person gör en pose som leder vidare från den första, nästa på rad gör samma sak tills ni har gjort fem poser som kan göras i ett flöde.
- Träna på serien och öva tills ni kan den. Lägg er på golvet och tänk på de ord ni bestämt. Se om det går att känna till exempel sommar rent fysiskt i kroppen. Kan ni få en förnimmelse av färgen?
- Gör sekvensen igen men försök att förmedla först färgen, sedan årstiden och sedan aktiviteten i sekvensen. Så att pose 1 och 2 inspireras av färgen, 3 och 4 av årstiden och pose 5 av aktiviteten. Lek inte att ni simmar utan gör den rörelse som kom spontant men med kvalitet av simma så som du själv upplever simma.
- Sätt sedan ihop alla grupper s sekvenser efter varandra. Du dansar bara det du gjort med din grupp. Det vill säga: ABCD gör sin sekvens sedan EFGH och så vidare.

Som inspiration kan ni lägga er på golvet och lyssna till Vivaldis "De fyra årstiderna". Hela eller stycken från varje del, se <https://www.youtube.com/watch?v=GRxofEmo3HA>

Om ni vill använda er av musiken från pjäsen så är det: **"Andas" av Maxida Märak, "Samma själv" av Ana Diaz och Daniel Boyacioglu, "Hey little brother" av Daniel Shaw och "Remember the name" av Fort Minor.**

### *Hur kan skriva dikter och andra texter hjälpa?*

I föreställningen Dance or Die skriver Micke dikter som han rappar. För honom är det ett sätt att få tag på sina egna känslor, både positiva och negativa. Micke har blivit slagen av andra unga i skolan och vill helst vara själv. I pjäsen träffar han Sam och Maria som hjälper honom våga öppna upp och gå vidare trots att han

haft det jobbigt. Det bli inte bättre av att han isolerar sig.

### ÖVNING

- Skriv ner ett ord, till exempel ordet "träd"
- Skriv en mening där ordet "träd" ingår.
- Blunda och känn efter om det finns ett ord du inte tänkt på som vill bli nerskrivet. Till exempel "tacksam".
- Gör likadant med detta ord.
- Fundera på vad ordet "tacksam" framkallar för känslor. Skriv ner orden som du tänker på. Till exempel "glad", "syster", "sommar", "glass".
- Se om du kan sätta in orden i mening som får dig att känna en känsla av tacksamhet eller som du associerar med tacksamhet.
- Min syster äter glass på sommaren och när hon gör det ler hon hot solen.

Lästips: Kärlek och uppror, 210 dikter för unga människor. Antologi sammanställd av Widerberg /Artén 2001. För unga mellan 12 och 15 år.

### *Prata om rädslor och om att vägra vara just rädd (för det som man är mest rädd för)*

Maria i pjäsen lever i vad man kallar en hederskontext. Hennes familj vill inte att hon ska dansa eller sjunga och absolut inte uppträda. Hon ska komma hem direkt efter skolan, absolut inte umgås med killar och inte klä sig som hon vill. Alla i familjen är på olika sätt inblandade i förtrycket. Marias bröder vill inte skada eller döda henne men de är rädda för att de annars ska skadas själva. Om man lever som Maria är det viktigt att man söker hjälp från personer som förstår vad hedersbrott är och det finns flera organisationer som hjälper både pojkar och flickor.

Marias familj förbjuder henne att dansa och sjunga. Hon förstår inte vad som kan vara så farligt med konst. Vad tror ni? Varför är det så farligt. Varför måste Maria vara rädd.

## ÖVNING

"Heta stolen" är en klassisk värderingsövning där var och en tänker själv och tar ställning till olika påståenden som läses upp av en ledare av övningen. Gå igenom övningens regler och förutsättningar innan ni börjar. Övningen kan ge ledaren en fingervisning om värderingar och stämningar i gruppen som man kan jobba vidare med. Påståendena kan varieras i det oändliga! Du som pedagog känner din grupp bäst och kan givetvis komma på egna påståenden.

Alla sitter på stolar i en ring. Ledaren sitter med och läser upp påståenden, men tar själv aldrig ställning utan sitter kvar på sin stol under hela övningen. Om man svarar Ja på ett påstående byter man plats, därför måste det finnas en extra stol i ringen som är tom. (Även om det bara är en person som svarar Ja på ett påstående måste det finnas en tom stol att byta till.) Om man svarar Nej eller Vet inte sitter man kvar på sin plats. Det är inte tillåtet att kommentera någons ställningstagande. Eftersom vi är människor i ständig utveckling och reflektion kanske man tar ställning på ett annat vis nästa gång övningen genomförs. Det är helt okej att byta åsikt och ingen annan i gruppen har rätt att kommentera någon annans ställningstagande. Koncentrationen skall ligga på de egna ställningstagandena. Om det är trygg stämning i gruppen kan man stanna upp efter påståendena och ställa följdfrågor där eleverna erbjuds att motivera sina svar. Glöm inte att ställningstagandena inte får värderas. Om någon däremot, efter att ha hört en kamrats motivering, väljer att byta ståndpunkt går det givetvis bra.

Exempel på frågeställningar:

- Kan det vara okej att ljuga?
- Är skam en nödvändig känsla?
- Kan det vara farligt att ringa polisen?
- Är det okej att vara ledsen?
- Är det okej att prata med vuxen om man är orolig för en kompis?
- Kan man sluta vara rädd om man bestämmer sig?
- Kan man alltid påverka sitt eget liv?
- Om ens förälder vill att man ska leva på ett visst sätt, måste man det då?

Ni kan göra övningen på nytt efter att ni har varit på teatern och följ upp frågorna. Låt eleverna själva reflektera kring sina ställningstaganden. Är det någon som har ändrat åsikt? ■

## FÖRDJUPNING OCH KUNSKAPSBANKER

Om du som lärare vill veta mer om hur du kan stötta en elev som du misstänker utsätts för eller bevitnar våld i till exempel hemmet finns mycket kunskap att få från Rädda barnen och Barnafrid. Kom ihåg, att inte prata om svåra saker är värre än att inte göra det av rädsla att säga fel saker. Här nedan finns lite tips:

Signaler på att en ungdom lever under hedersrelaterat våld och förtryck

Exempel på varningstecken kan vara att en ungdom...

- ... beskriver att den ofta har magvärk, huvudvärk, illamående eller svårt att sova.
- ... begränsas i val i livet – som klädsel, vänner, partner, fritidsaktiviteter eller val av utbildning.
- ... får inte delta i all undervisning i skolan, aktiviteter och skolresor.
- ... får ta stort ansvar för hemarbete och småsyskon.

- ... berättar att hon/han behöver förlova sig, att det finns konkreta planer om äktenskap trots att hon/han är underårig, trots att hon/han inte är klar med skolan.
- ... kommer inte tillbaka efter sommaren, lov, corona, ledigheter eller efter sjukperioder.
- ... är utsatt eller utsätter en släkting för bevakning och kontroll, till exempel att en ungdom bevakas av ett syskon eller annan släkting - kan göras både fysiskt och digitalt.
- ... utsätts för hot, våld och kränkningar och visar tecken på utsatthet för fysiskt våld som blåmärken, brännmärken, rivmärken, rodnader sår eller frakturer.
- ... kan vara utsatt även om den inte visar några tecken alls.

(Källa: raddabarnen.se – om hur man upptäcker att någon lever under hedersförtryck)

## LÄNKAR

### FÖR DEN SOM UTSATTS FÖR HEDERSFÖRTRYCK

[gapf.se/](http://gapf.se/)

### RÄDDA BARNENS INFO OM HEDERSFÖRTRYCK

[www.raddabarnen.se/rad-och-kunskap/karleken-ar-fri/om-heder-for-dig-som-vuxen/larare/tecken-och-signaler-pa-heder/](http://www.raddabarnen.se/rad-och-kunskap/karleken-ar-fri/om-heder-for-dig-som-vuxen/larare/tecken-och-signaler-pa-heder/)

### OM DEN NYA LAGEN OM BARN SOM BEVITTNAT VÅLD

[www.regeringen.se/rattsliga-dokument/lagrad-sremiss/2021/03/barn-som-bevittnar-brott/](http://www.regeringen.se/rattsliga-dokument/lagrad-sremiss/2021/03/barn-som-bevittnar-brott/)

### BARNFRID – UTBILDNINGAR OM BARN SOM UTSÄTTS FÖR VÅLD

[barnafrid.se/kunskapsportal/basprogram/](http://barnafrid.se/kunskapsportal/basprogram/)

### BARNAFRID KUNSKAPSBANK

[liu.se/forskning/barnafrid](http://liu.se/forskning/barnafrid)



**Molière  
Ensemble**