

## DÖRRAR

**Medverkande**

Christian Arin,  
Sandra Redlaff

**Regi**

Thaddeus Phillips

**Teknik**

Uros Kuhar

**Producent marknad/  
bokning**

Lisa Robertsson

**Producent produktion**

Danny Waggett

**Ljusdesign**

Evelina Dembacke

**Administrativ producent**

Peter Gotting

### Handledningsmaterial för lärare

**Dörrar**

En föreställning om det stora mänskliga problemet: kommunikation. Varför ska det vara så svårt att bara prata med varandra.

En övervintrad hårdrockare och en konsertviolinist bor grannar i ett höghus i en stor stad. Sakta men säkert börjar de irritera sig på varandra. I stället för att prata med sin granne löser de kommunikationen genom att agera ut ända tills situationen leder till ett regelrätt ljudkrig som slutar i en bokstavlig katastrof. Efter lite självrannsakan och en obehaglig mardröm ser den ena parten ljuset och bäddar för en försoning. Men grannarna möts aldrig ansikte mot ansikte.

Föreställningen är en magisk visuell resa, utan ord och utan rekvisita: bara två dörrar och en överraskning på slutet. Allt framförs med hjälp av skådespelarnas agerande, musik, ljudeffekter, en fantastisk ljussättning och en god portion humor.

**DÖRRAR** är en visuell teaterdans med två dörrar och två skådespelare. Familjeföreställning från 10 år

**Nyckelord:** Drömmar, fantasi, livsstil, osjälvisk, självisk, harmoni, mindfulness, oskrivna regler, avundsjuka, ensamhet, vemod, glädje, empati.

### **Bakgrund:**

Två personer med helt olika livsstil bor mittemot varandra, utan att deras vägar någonsin möts. De har sina drömmar och ambitioner, men lever ensamma. Båda har sina dörrar att passera igenom, men den enda dörr de inte vågar öppna är varandras.

*Nedanstående hittar ni förslag där ni kan ni välja och vraka, lägg till och dra ifrån. Se dessa förslag som en källa till inspiration. Du anpassar naturligtvis idéerna efter den tid du har tillgänglig och vad du tror att klassen kan hantera och behöver.*

### **Att jobba med inför Dörrar:**

Känslor, ta en känsla i taget och fundera på hur känslor fungerar; När kan man känna glädje? När kan man känna oro? När kan man känna avundsjuka?

### **Vad heter de olika känslorna vi har?**

Glädje, ilska, nyfikenhet, oro, sorg, överraskning, skam, förakt och äckel.

Beskriv vilka triggers som kan utlösa olika känslor?

### **Att jobba vidare med efter Dörrar:**

Kvinnan i Dörrar får sin dröm krossad. Vad hände?

Hur tror du att du skulle känna dig om du fick din dröm krossad?

Om en dröm krossas, vad kan man göra för att bli glad igen?

Trots motgångar för kvinnan så vänds hennes sorg till en annan känsla i slutet, vilken? Beskriv vad som hände när hennes sinnesstämning ändras?

Mannen gör något empatiskt mot kvinnan i slutet? Beskriv vad han gjorde? Beskriv varför du tror att han gjorde så?

Kvinnan och mannen har olika musikstilar. Kvinnan gillar klassiskmusik och mannen gillar hårdrock.

Vilken sorts musik lyssnar du på och varför? Vilken musik gör dig glad? Lyssnar gamla och unga människor på samma sorts musik?

## **Övningar i klassrummet:**

### **Vem bor här?**

Du står utanför en dörr? Beskriv vem som kan bo där. Vilka vanor/intressen har personen. Beskriv hur en dag ser ut för den personen? Vad kännetecknar en "god granne"? Vad kännetecknar en "dålig granne".

Alternativt

### **Vem bor här?**

Du knackar på hos en okänd ny granne. Vad kan du göra för att lära känna personen? Hur kan du agera för att personen ska känna sig välkommen till huset/gatan där ni bor?

## **DRAMA/GESTALTNING**

Diskutera hur man kommunicerar utan tal som redskap.

Ordlös kommunikation

Arbeta i par:

1. Låtsas att du pratar med någon som talar ett annat språk som du inte förstår. Använd tecken, händerna, rita, försök att göra dig förstådd utan ord.
2. Låtsas att du inte förstår. Behandla den andra som en främling.
3. Använd annorlunda sätt att hälsa på varandra för att förvirra den andra.

## **Uttryck känslor genom dans:**

Att uttrycka känslor genom dans kan vara en vacker och kraftfull form av kommunikation. Hur ser en glad dans ut? Hur ser en sorgsen dans ut? Hur ser en arg dans ut?

I teatern får vi observera en drömsekvens. I drömmarnas värld kan allt hända. Där kan fantasi och verklighet blandas om vartannat i en surrealistisk mix. Ibland kommer man ihåg sina drömmar och ibland inte. Drömmarna kan vara glädjefyllda men ibland också mardrömslika.

## **Måla mina drömmar?**

Jobba enskilt eller i par. Beskriv en dröm du haft.

- Eleverna kan rita en bild om en dröm de haft.
- Eleverna kan teckna en bildserie om en dröm de haft.
- Eleverna kan skapa ett digitalt bildspel om en dröm de haft.
- Eleverna kan gestalta en dröm genom rörelse/dans.

Livet innebär olika utmaningar och delar av en människas liv. För att rusta sig inför mentalt tuffa utmaningar kan man träna kropp och sinne att gå från känslomässiga överbelastning till harmoni genom exempelvis mindfulness övningar.

## **Övning medveten andning.**

<https://www.1177.se/Jonkopings-lan/liv--halsa/stresshantering-och-somn/avslappning-genom-andning/>

<https://www.raddabarnen.se/rad-och-kunskap/barn-och-unga/safe-place/>

## **Övning i par, messagesaga,**

Läraren går först igenom med eleverna vilka rörelser som ska göras under högläsning av messagesagan. Sedan får eleverna jobba i par. Läraren läser högt i klassen en kort messagesaga. Sedan får eleverna jobba i par, först ger den ena eleven massage

till den andra sedan byter de så att båda får ge och ta emot massage.

Tips på massagesagor:

<https://minamessagesagor.wordpress.com/>

Logga in på [www.lektion.se](http://www.lektion.se), sök massagesaga

<https://www.lektion.se/lessons/lesson/17576>

Alternativt: Låt eleverna göra en egen massagesaga. Med text och tillhörande massagerörelser.

**Boktips:**

*Mindfulness i vardagen : Vägar till medveten närvaro, Ola Schenström, Månocket 2018*

**Filmtips:**

Insidan ut, Disney