

LÄRARHANDLEDNING
**LYCKLIGA I ALLA VÅRA
DAGAR**

BACKA TEATER 2023



Illustration Saga Artman

056

BACKA TEATER

HEJ

I lärarhandledningen till *Lyckliga i alla våra dagar* ger vi olika ingångar till föreställningen. Att för- eller efter-arbeta en scenkonstupplevelse är ingen nödvändighet, upplevelsen av scenkonstverket är det som är centralt, men genom att samtala om upplevelsen och krockas med dess filosofiska spörsmål kan upplevelsen i sig växa och bli större.

Vad är egentligen lycka? Är det känslan i magen när skrattet maserar varenda muskel? Eller är det när känslan av harmoni omsluter dig som en varm filt? Går lyckan att köpa? Går den att spara, konservera för framtiden? Går den egentligen ens att definiera?

I *Lyckliga i alla våra dagar* ger sig Backa Teater in i att undersöka lyckan. I en tid där såväl samtiden som framtiden är oviss söker vi det där sköra och mjuka. Undersöker det svåra med tillsammansskapet.

Låt föreställningen öppna upp för det samtal där våra olikheter får möjlighet att mötas i det som just nu är. I mötet med ett konstverk och i mötet med oss själva.

Med varma hälsningar

Erika Isaksson, projektledare barn och unga
erika.isaksson@stadsteatern.goteborg.se

INNEHÅLL

INNAN FÖRESTÄLLNINGEN

Praktisk information

Teater

Värderingsövning

TEMA

- Diskussionsfrågor
- Vad är lycka?
- Vad gör oss lyckliga?

ÖVNINGAR

- Ett experiment i att ha tråkigt
- Att välja lyckan för alltid
- Skriv om framtiden

EFTER FÖRESTÄLLNINGEN

- Prata scenkonst

INFÖR DITT BESÖK PÅ BACKA TEATER

INFÖR BESÖKET

Inför ditt besök på Backa Teater har vi i lärarhandledningen samlat ingångar, frågeställningar och övningar kopplade till föreställningen *Lyckliga i alla våra dagar*. Det finns inga krav på att du som lärare behöver fördjupa temat innan ni besöker oss.

Det vi rekommenderar är att du innan besöket förbereder eleverna på vad teater är så att de känner sig trygga med formen. För många barn och unga är besöket på Backa Teater det första mötet med scenkonst.

Här hittar du ingångar till att prata om teater

Det viktigaste är att eleverna vet vad de skall se, en teaterpjäs som heter *Lyckliga i alla våra dagar*, och vilka förhållningsregler som finns när det kommer till att stänga av mobilen, komma i tid och att det inte är tillåtet med godis och dricka i salongen. Vi vill också att de tar av sig jackor och väskor på grund av utrymningskäl.

Backa Teater har lång erfarenhet av att möta teaterovana barn och ungdomar, vi brinner för det mötet. Barn och ungdomars direkta reaktioner är något som sporrar oss och som vi gärna bemöter. Skratt och tårar, kommentarer och utrop är vi vana vid. Om det går över gränsen så tar vi ansvar för det.

PRAKTISKA FRÅGOR

Var ligger Backa Teater?

Backa Teater ligger på Lärdomsgatan 1C på Lindholmen. Hit kommer du enklast via buss eller båt.

Buss nummer 16, 16x, 31, 45, 55, 58, 99, 121, 176 och 177 går till hållplats Lindholmen. Från hållplatsen tar det ca. 5 minuter att gå till teatern.

Älvsnabbaren tar du från Stenpiren till Lindholmsspiren, resan är gratis och går var 8:e minut vardagar mellan kl. 07.00-18.00.

Älvsnabben går mellan Lilla Bommens Hamn -> Stenpiren -> Lindholmsspiren -> Slottsberget -> Eriksbergs färjeläger -> Klippan. Hållplats till Backa Teater är Lindholmsspiren.

Behöver jag komma i tid?

Du behöver vara på plats på teatern i tid och gärna senast 15 minuter innan föreställningen börjar. Då hinner du gå på toaletten, säga hej till klasskamrater och hänga av dig din jacka. Om du kommer sent kommer du tyvärr att missa delar av föreställningen eftersom vi endast kan släppa in vid enstaka tillfällen när väl föreställningen har börjat.

Hur gör jag med mobilen?

Mobiltelefonen skall vara avstängd under föreställningen för att inte störa dig och resten av publiken. Tänk på att även ljuset på skärmen kan upplevas störande av andra i publiken och från scen.

Måste jag hänga av mig jackan?

Backa Teater har en obemannad garderob där du gärna får hänga din jacka, det finns även skåp där en kan låsa in väskor och jackor. Det blir både varmt och trångt om jackor och väskor tas med in i salongen och framförallt är det en risk vid utrymning.

Får jag äta godis och ha med dricka in i salongen?

Nej, det är inte tillåtet att ha med sig mat och dryck in i salongen däremot går det utmärkt att äta medhavd mat, godis och dryck i vår foajé innan eller efter föreställningen.

Om jag behöver gå ut under föreställningen, hur fungerar det?

Det finns flera anledningar till att en kan behöva gå ut under föreställningen. Vet du med dig att du eventuellt behöver lämna salongen så sätt dig gärna på någon av ytterplatserna närmast utgången.

Det finns alltid personal i foajén.

Tillgänglighet

Backa Teaters entré och scen är i markplan. Vi har hörhjälpmedel i form av ljudförstärkande hörlurar alternativt hörselslinga. Vi syntolkar samt textar föreställningar vid enstaka tillfällen under spelåret. Behöver du som lärare ytterligare information kring våra föreställningar för att skapa ett så bra möte som möjligt för elever så tveka inte att höra av dig.

Kontakt

Behöver du komma i kontakt med oss inför ert besök till någon av våra skolföreställningar går det bra att ringa eller mejla:

Skolbokning

backaskolbokning@stadsteatern.goteborg.se

Tel: 031 708 71 01

Ulrika Andersson, publikarbetare och administratör

ulrika.andersson@stadsteatern.goteborg.se

Tel: 031 708 71 54



TEATER

Teatern är en av de få platser där vi tillsammans som individer upplever något som bara händer här och nu och aldrig mer. Det finns varken pausknapp eller möjlighet att spola tillbaka, hoppa framåt eller exakt återskapa ögonblick. Vi möter tillsammans och reflekterar individuellt. Teatern är en plats där vi kan möta andras historier och kanske även få syn på oss själva. I mötet med det okända kan vi växa som människor.

Teater har använts till allt från att proklamera religion till att utforska skörheten i att vara människa i relation till andra. Som form har teatern tusentals år på nacken och är ett sätt att samtala om vår existens och tiden vi befinner oss i. Än idag spelas dramer som skrevs under antikens Grekland. Pjäser vid namn Antigone eller Medea tolkas om utifrån den plats och tid skådespelet nu utspelas i, samtidigt skapas samtida scenkonst skriven och formad från vårt absoluta här och nu.

Det finns idag få rum som det scenkonstupplevelsen skapar. Ett rum där du tillsammans med andra under en begränsad tid upplever något som inte går att återskapa, pausa eller reproducera. En händelse där du som publik spelar en avgörande roll. Konsten är det som uppstår i mötet mellan scen och salong, mellan publiken och konsten.

Du kan välja att se på ett scenkonstverk som en reflektionsyta. Konst är det som händer i spegelbilden du upplever när du studsar dig själv mot dess yta. En konstupplevelse är subjektiv. Din upplevelse baseras på dina erfarenheter och associationer, men du gör det i en grupp där andra bär andra erfarenheter och reflektioner.

I detta möte finns möjligheten att få syn på dig själv och på andra.

- Vad är skillnaden mellan teater och film?
- Varför skall en se teater?
- Finns det en skillnad i hur en upplever saker om en gör det tillsammans med andra än om en är själv?
- Hur är det att vara publik på en teater, är det skillnad från till exempel att gå på bio?

Scenkonst är ett samlingsnamn för konstformer som framförs direkt inför en publik. Det finns en mängd olika typer av scenkonst som exempelvis teater, musik, opera, dans, performance, revy, musikal och nycirkus.

FÖRDELAR MED LYCKA

Enligt studier* har man mätt huruvida lycka bär med sig fördelar och enligt mätningarna har man kommit fram till att lycka gör att du:

- blir mer effektiv
- blir mer lösningsorienterad
- har ett bättre immunförsvar
- lever längre

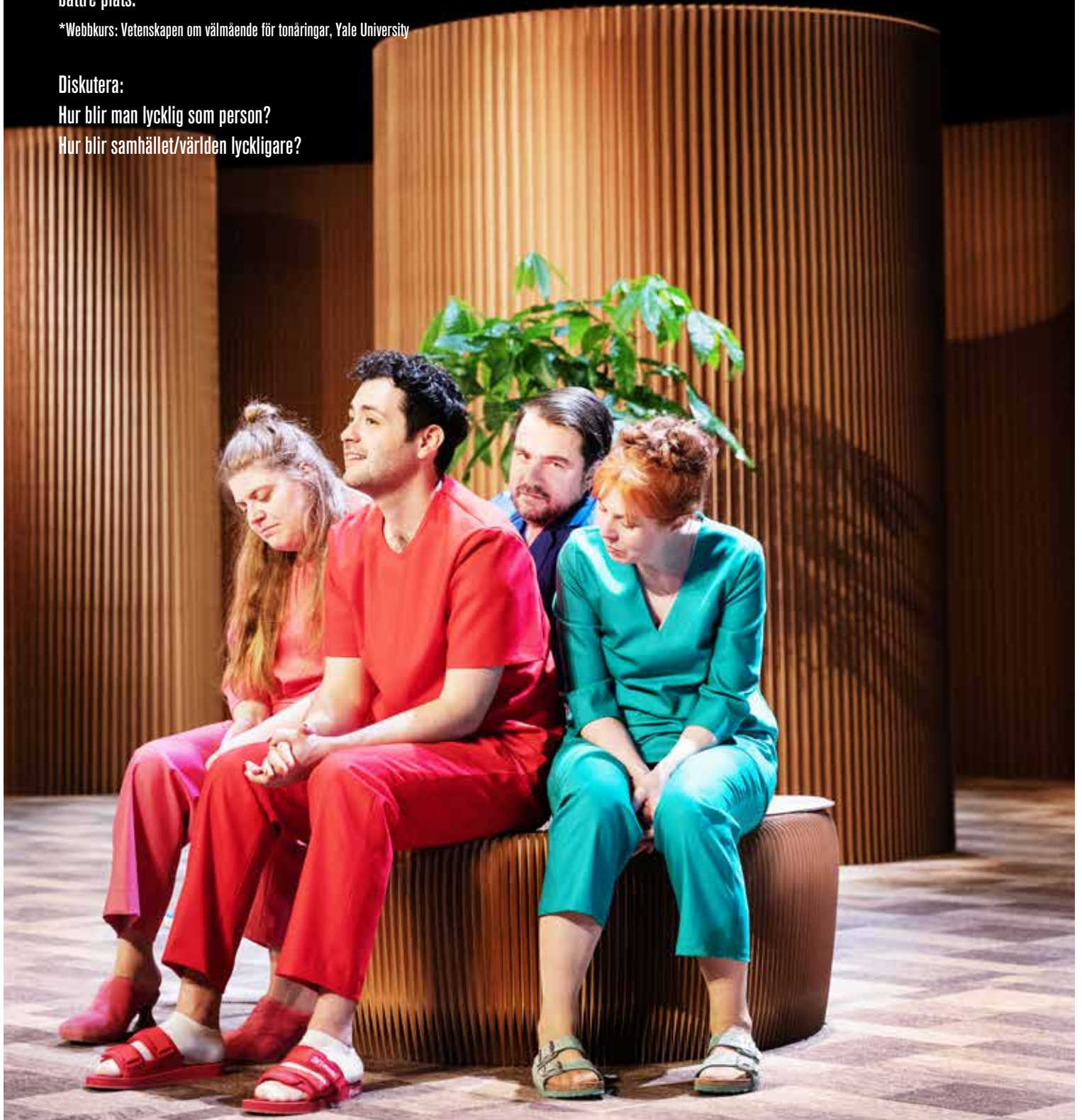
Men lycka har även effekter på samhället, studier visar att personer som mår bra också bidrar mer för att samhället skall bli en bättre plats.

*Webbkurs: Vetenskapen om välmående för tonåringar, Yale University

Diskutera:

Hur blir man lycklig som person?

Hur blir samhället/världen lyckligare?



VÄRDERINGSÖVNING

Fyra hörn är en klassisk värderingsövning. Genom att fysiskt få förflytta sig i sina ställningstagande skapas ett större engagemang i frågor och påståenden och möjliggör för ett större deltagande.

Dela upp klassrummet i fyra hörn.

Hörn 1: Lycklig

Hörn 2: Lyckad

Hörn 3: Godhet

Hörn 4: Kärlek

Utifrån frågeställningen Vad är viktigast i livet? får eleverna välja hörn. Låt eleverna få tid på sig att i sina egna grupper i respektive hörn diskutera valet de gjort och hur de definierar orden. Ta sen en gemensam runda där varje grupp får förklara sitt val, hur de tolkar ordens innebörd i relation till livet och fördjupa resonemangen. Öppna upp för frågor mellan de olika hörnen.

Övningen togs fram av ensemblen till Lyckliga i alla våra dagar och användes i klassrum i förarbete under hösten 2022.



DISKUSSIONSFRÅGOR

Vad är lycka?

Vad menas med att vara lycklig?

Är det viktigt att vara lycklig?

Vad behöver du för att få vara lycklig?

Är glad och lycklig samma sak?

Beskriv en lycklig person?

Beskriv ett lyckligt samhälle?

Beskriv en lycklig värld?

Den lyckligaste stunden i ditt liv?

Är det möjligt att vara lycklig i alla sina dagar?

Har du någon gång fått tips på hur du skall bli lycklig? Vad var det för tips?

Hur kan man sprida lycka?

Kan ett världen bli lycklig? Vad behövs då?

Kan lycka smitta?



VAD ÄR LYCKA?

Den amerikanska forskaren och psykologen Sonja Lyubomirsky delar in begreppet lycka i två delar.

Upplevelsen av positiva känslor

Känslan av att ha ett bra liv, att ditt liv har mening

För att definiera en lycklig människa behövs båda komponenterna. Såväl positiva känslor som idén med att livet har en mening.

Diskutera:

- Vad betyder ett meningsfullt liv?

LYCKAN OCH GENERNA

Vi frågade Kristina Hedbäcker, forskare inom molekylärgenetik vid Rockefeller University i New York vad lycka är och om det finns lyckliga gener.

”Lycka eller din mentala hälsa är summan av aktiviteten hos tusentals gener som påverkar neuronerna i hjärnan. Alla människor är unika, alla har vi unika uppsättningar av såväl gener och neuroner som programmerar oss till de vi är och som påverkas av händelser kring oss. Vi har ”lyckogener”, utifrån vår unika genetik använder vi dom i olika utsträckning och det ligger utanför vår kontroll.”

Diskutera:

- Tror du att det finns ett sätt att känna lycka eller känns lycka olika i olika individer?
- Finns det en sak som kan göra alla lyckliga, eller är det olika för olika människor?

VAD GÖR OSS LYCKLIGA

Det finns flertalet illusioner där ögat ljuger för oss, det gäller även vår idé om lycka. Som ett test på hur hjärnan ljuger för oss kan man tex använda övningen Herdens bord.

Bilden föreställer två bord, vilket av borden har längst bordskiva?*



** De är identiska*

Diskutera:

- Vad gör oss lyckliga? Skriv upp allt på tavlan
- Varför gör dessa saker oss lyckliga?

BLIR VI LYCKLIGARE AV PENGAR?

Enligt nobelpristagarna Danny Kahneman och Angus Deaton är svaret nej. De har forskat på lycka i relation till lön. De kunde mäta en viss ökning i lycka fram till att man fick en medelinkomst, alltså att människor tenderade att bli lyckligare när de hade sina grundläggande behov tryggade såsom mat på bordet, sjukvård och tak över huvudet. Men från att den grundläggande tryggheten fanns gick det inte att se någon skillnad i lycka. Mer pengar skapade inte mer lycka.

I studier på personer som vunnit stora summor pengar visar att lyckan endast var kortvarig.

BLIR VI LYCKLIGARE AV PRYLAR?

Studier visar att ju mer saker vi har desto olyckligare blir vi. Den korta glädje som en ny pryl ger skapar snabbt ett behov av mer saker och ju mer saker desto mer behov.

BLIR VI LYCKLIGARE AV FRAMGÅNG?

I studier där man mätt betyg och lycka framgår att de med högre betyg också uppmäter större olycka. I en studie som genomförts på elitidrottare visar den att en bronsmedaljör är lyckligare än en silvermedaljör.

Diskutera:

- Varför är bronsmedaljörer lyckligare än silvermedaljörer?

BLIR JAG LYCKLIGARE AV ATT HJÄLPA ANDRA?

Inom forskningen så är svaret ja. Att hjälpa andra påverkar mest din egna lycko-känsla och över längst tid. Man pekar bland annat på att det stärker känslan av meningsfullhet.



BJÖRN

Tänk innan instagram

MARGARETA

Ja innan man fotade allt jämt

FRANCES

Då var man nog lyckligare

SANTIAGO

Det fanns ju facebook

FRANCES

Men innan facebook, innan sociala medier

MARGARETA

Innan scrollandet

SANTIAGO

Ja jo då var det kanske bättre

PÅVERKAR SOCIALA MEDIER VÅR MÖJLIGHET ATT UPPLEVA LYCKA?

Enligt IZA – Institute of labour economics studie från 2016 på användning av sociala medier visade att en timmes användning av sociala medier per dag i genomsnitt minskade känslan av ett meningsfullt liv med ca. 14%. Det finns dock stora skillnader mellan passiv användning och aktiv användning, där passivitet ger stora negativa påslag medan aktiv användning ger mer tillfredställande känslor.

Diskutera mera:

Vilka sociala medier följer ni?

Vilka konton är mest populära? Varför?





ATT FÅ VÄLJA LYCKAN FÖR ALLTID

Vad behövs:

2 burkar med godis, en med blå godisbitar och en med rosa godisbitar.

Bakgrundshistoria:

Vi kommer idag att genomföra ett experiment i klassrummet. Framför mig här har jag två burkar, en med blå helt vanliga godisbitar innehållandes socker, tillsatser, aromämnen, konserveringsmedel. Den rosa godisbiten innehåller exakt samma ingredienser förutom att den dessutom innehåller en extra tillsatt enzym. Swiss medical CO har tagit patent på enzymet och det har effekt för den som tar det, endast en godisbit räcker, att personen i fråga för evigt och alltid kommer att känna lycka. Sorg, ilska och melankoli kommer vara borttraderat ur systemet. Det ultimata lyckopillret.

Du har nu möjligheten att välja.

- Väjer du det blå så händer ingenting förutom att du kommer att få en kort sockerkick och god smak i munnen.
- Väljer du det rosa, väljer du för alltid lycka.

När eleverna valt samlas ni i smågrupper där eleverna får diskutera:

- Vad fick dig att välja den rosa/blå godisbiten?
- Finns det fördelar med att känna sorg och ilska?
- Finns det fördelar med att alltid vara lycklig?

Samlas i storgrupp och prata tillsammans om vad som diskuterades i smågrupperna. Fråga om det är någon som ångrat sitt val.

Övningen togs fram av ensemblen till Lyckliga i alla våra dagar och användes i klassrum i förarbete under hösten 2022.

Obehag är priset du betalar för ett meningsfullt liv.

- Susan David, psykolog och författare till boken Emotional Agility

Det finns en idé om att ett meningsfullt liv också innebär att på alla plan motverka negativa känslor. Det blir en form av toxisk positivitet. Livet består av upp och nergångar. De negativa känslor vi har i livet är en del av ett meningsfullt liv.

Diskutera citatet.

FÖRDJUPNING



SKRIV OM FRAMTIDEN

Vi lever i konstant förändring. I relation till världen, ideal, ekonomi, samhällsstrukturer och förutsättningar förändras människans syn på vad som är betydande och viktigt. Vad meningen med livet är.

”Nu minns jag. Det är en morgon, det är om ett tag inte jättelänge och jag är i köket.

Det lyser genom fönstret, det luktar bröd, min dotter sitter vid köksbordet dinglar med benen

äter en frukt.

Hon säger att jag ska berätta, hon tycker om när jag pratar om när jag var liten, så jag börjar berätta igen om förr i tiden när allt var så annorlunda, då

när världen var så liten att det gick att bo i Oslo

och jobba i Tokyo, när det bara tog en dag att åka vart som helst.

Och det fanns så många saker, det fanns hela affärer med olika slags skor, inte bara vårskor och vinterskor, liksom flera slags av varje sort.

Och jag berättar hur mina föräldrar jobbade från morgonen till kvällen varje dag även om det inte fanns någonting som måste göras just då, de bara gick dit.

För att det liksom var så det var, det gick liksom ut på att tjäna, att göra något mer värt än vad det var

men det här fattar hon inte hur många gånger jag än säger det.

Hon äter sitt äpple.

Jag knäpper mina knappar, jag är på väg någonstans och det är nu hon tittar på mig med större ögon och hon frågar mig

vadå, vad går det ut på nu då,

och jag minns det.

Jag minns vad jag svarar.

Jag minns hur det känns.”

Ur *Lycklig i alla våra dagar* av Emma Palmkvist

ÖVNING

Låt elever skriva om framtiden.

- Hur tror du världen kommer att se ut om trettiofem år?
- Vad tror du att meningen med livet kommer att vara då?
- För dig, för världen?

PRATA SCENKONST

Scenkonst kan vara drabbande, härligt, svårt, fantastiskt eller i värsta fall ointressant. Upplevelsen skiljer sig åt från person till person och påverkas av erfarenheter, känslor, förkunskap och personlig smak. Det finns inget rätt eller fel i hur personer upplever verket men det finns massor att vinna på att ta samtalet vidare i grupp.

Att kunna prata om upplevelsen inom ett tydligt ramverk skapar en djupare analys av det en upplevt. Då ges möjligheten till att lyssna på andras individuella tolkningar utan att för den sakens skull hamna i polemik om vem som har tolkningsföreträde i värderingen av konstverket. Att i grupp kunna diskutera upplevelsen och lyssna på andra stärker oss som individer och kan leda till en djupare förståelse av scenkonstverket, sig själv och varandra.

SAMTALSMODELL

Som lärare och pedagog är du samtalsledare i klassrummet, det innebär inte att du behöver veta mer om föreställningen och inte heller att du behöver försvara eller förklara de olika val konstverket består av. Ditt arbete är att bjuda in till de olika tolkningar som finns i gruppen och ställa frågor som för samtalet vidare.

Börja med att så sakligt som möjligt beskriva, tolka sedan det ni har beskrivit och låt det bana väg för individuella upplevelser och reflektioner.

BESKRIV

Beskriv så sakligt som möjligt scenkonstverkets olika tecken utan att tolka dess innebörd.

När börjar föreställningen, tycker du?

Hur såg rummet ut?

Vad fanns i rummet?

Vilka färger och former?

Hur var de placerade?

Vad var det för ljud?

Hur var ljuset?

Ändrades rummet mellan de olika scenbytena?

Hur många personer/karaktärer fanns med i föreställningen?

Hur såg de ut?

Vilka färger hade kostymerna?

Hur såg masken/sminket ut?

Hur såg håret ut?

Fanns det skillnader och likheter mellan de olika karaktärerna?

Gå gärna en runda i hela klassen så att alla kan bidra med konkreta tecken.

TOLKA

Utifrån det ni beskrivit går ni vidare till att tolka dess innebörd. Vad får de olika tecknen för funktion i föreställningen? Vad berättar de?

Varför såg rummet ut som det gjorde, vad berättar möblering och val av färger, ljus, ljud?

Vad händer med dig som publik i relation till scenbytena?

Vad gör valet av kostym, mask och hårfrisyrer med karaktärerna?

REFLEKTERA

Avsluta med att reflektera över hur föreställningen landade hos var och en. En scenkonstupplevelse väcker i bästa fall tankar, frågor, känslor och åsikter som utgår från ens egna värderingar och ingångar till föreställningens innehåll. Därför kan det vara av stor betydelse att ge var och en möjlighet att reflektera över följande frågor men att endast de som vill kan dela med sig.

Hur upplevde du Lyckliga i alla våra dagar?

Vilka känslor väckte föreställningen hos dig?

Fanns det någon karaktär som du kände igen dig själv i? Vem och på vilket sätt?

Fanns det någon scen som du tyckte särskilt mycket om? Varför?

Fanns det någon scen som provocerade dig? Varför?

Om du fick göra om en scen, vilken skulle du välja och hur skulle du göra om den?

Den här samtalsmodellen tar sitt avstamp i En väv av tecken (Riksteatern) och Prata scenkonst av Anna Berg för Regionteater Väst.

LÄRARHANDLEDNING **LYCKLIGA I ALLA VÅRA DAGAR**



LYCKLIGA I ALLA VÅRA DAGAR

Föreställningen har tillkommit genom gemensam process med regissör, dramatiker, ensemble, dramaturg, regiassistent, musiker och scenograf.

AV: Emma Palmkvist
REGISSÖR: Lars Melin

SCENOGRAFI & KOSTYM: Maja Kall
KOMPOSITION: Hilda Ekstedt, Agnes Åhlund
LÅTTEXTER: Hilda Ekstedt, Agnes Åhlund och Emma Palmkvist
LJUSDESIGN: Christofer W Fogelberg
MASKDESIGN: Kerstin Olsen

MEDVERKANDE: Karin Andersson, Andreas Ferrada-Noli, Ylva Gallon, Ulf Rönnerstrand
MUSIKER: Hilda Ekstedt, Agnes Åhlund

REGIASSISTENT: Felicia Stjärnsand
DRAMATURG: Stefan Åkesson

ATTRIBUT & REKVISITA: Smulan Lundin
BELYSNINGSMÄSTARE: Christofer W Fogelberg
KOSTYMMÄSTARE: Helena Arvidsson O'Byrne, Elinor Landal
KOSTYMVÅRD: Malin Garellik
LJUDTEKNIK: Christian Berg
MASKÖR: Kerstin Olsen, Josefin Ekerås
SCENTEKNIKER: Smulan Lundin, Mattias Ek, Colin Ferguson
SCENBYGGE: Backa Teater Teknik
TEKNISK CHEF: Nicholaus Sparding

KOMMUNIKATION SKOLA: Hanna Källidin, Erika Isaksson
MARKNADSFÖRARE: Cecilia Floris
PROJEKTLEDARE BARN OCH UNGA, LÄRARMATERIAL: Erika Isaksson
PRODUCENT: Emelie Wessberg
PRODUKTIONSASSISTENT: Ronja Johvallius*
PUBLIKARBETARE: Ulrika Andersson
CHEFSPRODUCENT/ADMINISTRATIV CHEF: Lisa Nowotny

* praktikant från Kulturverkstan

FÖRESTÄLLNINGSFOTOGRAF: Ola Kjelbye

KONSTNÄRLIG LEDARE BACKA TEATER: Lars Melin
ANSVARIG UTGIVARE & VD: Björn Sandmark

MUSIK: All musik i föreställningen är komponerad av Agnes Åhlund och Hilda Ekstedt

Tack till Centrina Lindholmen, Skogomeskolan, Vättedalsskolan och Rudolf Steiner skolan och de 200 elever som vi fick besöka och undersöka lycka tillsammans med under hösten 2022. Tack till våra referensklasser och provpublik som besökte oss under repetitionerna. Tack Kimiya Fahgih.

URPREMIÄR: 24 februari 2023
FÖRESTÄLLNINGSLÄNGD: ca 1 timme, ingen paus.

ÅLDER: från 10 år

Göteborgs Stadsteater är ett av Göteborgs Stads helägda bolag med bidrag från Västra Götalandsregionen och Statens Kulturråd.