

# Njutning och metod

PATRIK KUMPULAINEN

**SAMMANDRAG**

DATUM: 30.03.2023.

<b>FÖRFATTARE</b> Patrik Kumpulainen	<b>UTBILDNINGS- ELLER MAGISTERPROGRAM</b> Utbildningsprogrammet i skådespelarkonst på svenska
<b>DEN SKRIFTLIGA DELENS/AVHANDLINGENS TITEL</b> Njutning och metod	<b>DET SKRIFTLIGA ARBETETS SIDANTAL (INKLUSIVE BILAGOR)</b> 38 s.
<b>DET KONSTNÄRLIGA/ KONSTNÄRLIGT-PEDAGOGISKA ARBETETS TITEL</b> Alexa (1.12.2022, Teaterhögskolan vid konstuniversitetet i Helsingfors). Den konstnärliga delen är en produktion av Teaterhögskolan <input checked="" type="checkbox"/> Den konstnärliga delen är inte en produktion av Teaterhögskolan (avtal om upphovsrättigheterna har gjorts) <input type="checkbox"/> Det finns ingen inspelning av den konstnärliga delen <input type="checkbox"/>	
<p>Denna magisteravhandling behandlar njutning som ett verktyg för skådespelarens arbete. Specifikt behandlar uppsatsen mina (Patrik Kumpulainen) erfarenheter med njutning i mitt arbete. Texten behandlar erfarenheter från mina fem år i teaterhögskolan, och min arbetspraktik vid teater Galeasen i Stockholm. Först definierar jag en konkret stund då jag bestämde mig för att arbeta med njutning på ett påtagligt sätt i min arbetsprocess, varefter jag dyker in i olika koncept och principer som fungerat för mig i mitt arbete under de senaste fem åren. Bland annat behandlas koncept som <i>Flow</i>, <i>virtuositet</i>, <i>ord som fungerar</i> och <i>femininitet</i>. Det sistnämnda i förhållandet till mitt alter ego som jag jobbade med i mitt konstnärliga slutarbete. Utöver det ifrågasätter jag också mitt eget behov för en allmängiltig metod som skulle fungera i allt skådespelararbete. Detta i förhållande till litteratur av <i>David Mamet</i> och <i>Toby Cole &amp; Helen Chinoy</i>, samt intervjuer med svenska utbildningsprogrammets professor Aune Kallinen och teaterhögskolans vice-dekan Ville Sandqvist. Huruvida njutning ens kan fungera som en metod eller riktlinje behandlas också.</p>	
<b>ÄMNESORD</b>	

# INNEHÅLLSFÖRTECKNING

---

1. INLEDNING	4
1.1. <i>Vad är njutning</i>	6
1.2. <i>Hur tar sig njutning uttryck i mitt arbete?</i>	8

---

2. KONCEPT OCH METODER	12
2.1. <i>Flow</i>	12
2.2. <i>Virtuositet</i>	14
2.3. <i>Gränser och frihet</i>	16
2.4. <i>Ord som fungerar och den proximala utvecklingszonen</i>	17
2.5. <i>Alexa och femininiteten</i>	20
2.5.1. <i>Om själva femininiteten</i>	23
2.5.2. <i>Ett metaperspektiv</i>	24

---

3. METODEN SOM INTE FINNS	26
---------------------------	----

---

4. ÄR DENNA ANALYS NYTTIG?	33
----------------------------	----

---

5. SAMMANFATTNING OCH DISKUSSION	35
----------------------------------	----

  

Källor	37
--------	----

All advice is autobiographical

- Austin Kleon

# 1. INLEDNING

”Vi kommer också att dö!”, ropar jag, Nils Granberg och Zardasht Rad ut efter Annika Hallins Penelope. Några få lampor belyser scenen som skall föreställa Penelopes hus i ruiner. Jag och mina friarkumpaner faller ner på golvet och kryper som kackerlackor till platserna där vi senare i pjäsen kommer att dö. Penelope har en monolog om sin barndom och om hur hon behövde vara likt vatten för att klara sig i tio år av nonstop friande från männen på Ithaka. Vi friare ligger stilla. Monologen är just så pass lång att jag tidvis kan låta tankarna glida till andra saker. Zardasht svarar på en av Annikas repliker, varefter hon säger ”Let the show begin!”. Vi alla studsar upp från våra liggande döda positioner och startar pjäsen med dans, ljus och synthwave, men före allt det händer ligger vi stilla.

Vi befinner oss relativt långt in i spelperioden, texten går som rinnande vatten. Jag kan dyka upp på teatern senare och senare och ändå fixa alla sakerna på min checklista. Ju vanare vi blir med pjäsen desto mer slås alla av tanken att arbetet känns tråkigt. Vi kan allt. Föreställningen går som ett datorprogram, automatiskt och nästan flegmatiskt. Medan jag ligger uttråkad i min döda armhåvningsställning dyker plötsligt en tanke upp. En inre röst som säger ”Idag skall du njuta Hur? Du skall hitta något nytt, något roligt, något engagerande i varje moment. Du kan materialet in och ut, nu skall du testa nytt, ha roligt, njuta av varje moment till det maximala.” Och i den stunden bestämmer jag mig för att göra just det. Jag delar min hjärna itu, ena halvan sköter om föreställningen som pågår, och den andra sköter om föreställningen som kunde vara. I varje moment söker jag efter nya möjligheter. Ramen är den samma som den alltid varit, men nu pågår ett aktivt jobb att försöka hitta nya vägar till mållinjen. Kanske till och med vägar som ändrar mållinjen någorlunda.

Det aktiva arbetet uppstår då jag försöker arbeta med föreställningen så som den har varit hittills, och hur den kunde vara hädanefter. Svängarna är skarpare, kontakten med medspelarna mer porös och sprudlande, rytmen i pjäsen slår just så som den skall slå. Sammanbrotten som min rollkaraktär Amfinomos har känns enkla, nästan euforiska, icke pressade och helt enkelt logiskt befallande för det som händer runt om kring honom i Penelopes slott. De få gånger han får stå på sina egna ben tar han ut momenten

fullt. De få momenten av brödraskap han upplever med resten av friarna känns fräscha och nya. Arbetet känns lättsammare, som om någon hade blåst nytt liv i det.

Till och med i andra halvan av pjäsen, då friarnas spöken bara några få gånger hemsöker Staffan Göthes Odysseus känns det som att jag jobbar på ett annorlunda sätt. Det finns ett nytt lyssnande och en ny hängivenhet för det som händer på scenen, något som inte förut visat sig. Vi andas som ett, och varje utandning hävdar något nytt. Pjäsen slutar med att Penelope tar livet av sin tjänarinna, schasar i väg sin son som ännu inte korrumberats av sin hemska far, och närmar sig Odysseus med kniv i hand då friarnas spöken berättar hur Ithakas framtid ser ut. Till slut faller friarnas spöken ner på samma plats där de tidigare dog, scenen blir svart.

Jag minns den upplevelsen så starkt, och ändå vet jag inte varifrån den kom. Jag brukar sällan ha inre dialog då jag jobbar på scenen, och ännu mer sällsynt att den faktiskt ger mig regi för föreställningen. Jag har dock tagit upp vanan att före varje föreställning välja en sak som jag vill jobba med under genomdraget. I denna föreställningsperiod märkte jag vid något skede att jag inte gjort det på länge, kanske för att repetitionsprocessen gått så bra som den hade. Därför blev jag förvånad då en väldigt fysisk och närvarande, påtaglig röst som lät som min egen sade ”nu ska du jobba”. Därefter behövde jag utforska vad jag själv menade med det hela, och det tog uttryck i formen av att försöka hela tiden aktivt jobba med *något*. Vad detta ”något” var kändes någorlunda flyktigt, men jag visste att jag behövde hitta nya saker i det jag gjorde, eller ändra de saker jag gjorde i stunden. Kanske var det ett symptom på att vara uttråkad med materialet, men det fanns ändå en så otrolig drivkraft i det hela att jag behövde bearbeta det och på något sätt få det in i min arbetsprocess.

Sedermera har jag flera gånger ifrågasatt behov för absoluta sanningar i ens verktygsback som skådespelare, men återigen dras jag tillbaka till den stunden då något inom mig hände, som inte hade hänt om jag inte hade funnits is just den processen i just det ögonblicket, och det hela fascinerar mig. Om jag ändå kunde hitta orsaken eller funktionen i vad som driver till exempel mig som skådespelare att göra de valen jag gör och varför, så känns det viktigt att utforska det. I detta ögonblick var direktivet från mig

till mig själv att njuta, och att maximera njutning. Det låter enkelt, och det tilltalar mig som en metod.

Här började ett sökande efter en praxis, min praxis, som skådespelare. Denna drivkraft som förde mig så mycket djupare in i mitt arbete den kvällen var så pass viktig att jag nu försöker hitta varför njutning kan fungera som en metod i mitt arbete. Hur tar sig njutning uttryck i mitt arbete? När finns den närvarande, när finns den inte det? Varifrån kommer den och hur fungerar den, vad får den att aktiveras? Varför just ordet njutning? Var det enbart en engångsföreteelse eller har det faktiskt en djupare betydelse för mitt arbete? I denna magisteravhandling siktar jag att utforska mitt eget förhållande till begreppet njutning som en drivande kraft, motor och metod för mitt skådespelararbete. Jag kommer att utgå från personliga erfarenheter under min femåriga utbildning, koncept och tankar jag fastnat för och formulerat under min skolgång samt denna skrivprocess.

### 1.1. Vad är njutning?

Först och främst, begrepp. Njutning definieras av Svensk ordbok (2021) som *känsla av välbehag och lust*. Välbehag i sin tur definieras som *känsla av fysisk och psykisk tillfredsställelse*. Tillfredsställelse i sin tur definieras som *behaglig känsla av att ha fått eller uppnått vad som rimligen kunde begäras*. Lust definieras som *önskan att göra något som man känner skulle skänka nöje el. tillfredsställelse*. Slutligen, nöje definieras som *verksamhet som ger (ytligare eller tillfälligare) lustkänsla genom aktiv handling el. passivare mottagande*. Ord och uttryck får ofta *väldigt* individuella betydelser, och till och med efter en relativt extensiv utredning av enkla ord kommer var och ens enskilda upplevelser med ord att klinga annorlunda.

Njutning är ju ytterst subjektivt. Hur vi upplever njutning och av vad och varför varierar oändligt från en människa till en annan. Människor upplever njutning när de äter, har sex, spenderar tid med nära och kära, är uppslukade i sina aktiviteter och ett ändlöst spektrum av andra ting som fyller deras liv. Stenberg (2021, 13-16) beskriver i sin magisteravhandling sin njutning i fyra olika njutningskroppar. Dessa tar plats under olika skeenden i hennes arbete med verket *Nixxavuori* och tjänar olika syften. De fyra kropparna enligt Stenberg är Den extatiska njutningen, rofyllda njutningen, destruktiva

njutningen, och njutningen utan kropp. Den extatiska njutningen syftar till en sensation som är ytterst aktiv, nyfiken och kaotisk. Den utforskar, den blir blyg och kopplas här till en handling, nämligen ett skakande. En stark fysisk aktivitet. Den rofyllda njutningen är nästan som en motsats till den extatiska kroppen. Den rofyllda kroppen är lugn, ytterst medveten om sitt lugn och alla mikroprocesser som pågår i kroppen. Den destruktiva njutningen blir klar just i och med bilden som Stenberg presenterar om att pilla på sina naglar. En destruktiv njutning, som njuter av att tära ner, och leka med den spänningen som kommer från att veta att något *kommer* att hända. Att unna sig själv det destruktiva, att låta den sidan av sig själv ta plats för en stund. Självtänker jag på En njutning utan kropp är intressant just på grund av att jag här finner min egen personliga njutning. Ett görande som är helt uppslukande, som suger in en och omfamnar en helt och hållet. Det är ingen slump att Stenberg tar upp begreppet flow här, i och med att det fyller de flesta kraven på en sådan sensation. Intressant nog är denna njutning för mig inte en där jag glömmer bort min kropp helt och hållet. Oftast är den i mitt njutningsforskande som mest närvarande i dessa stunder, då ett flow uppstår. Jag glömmer inte mitt varande i dessa stunder såsom Stenberg beskriver sin förnimmelse, utan min kropp är just då som mest närvarande och grundad.

Jag tar upp Stenbergs njutningsformer för att illustrera ett väldigt konkret sätt att se på och dela upp njutningen för en själv. Den bjuder mig in till att göra en personlig tolkning, och den tolkningen kommer att vara annorlunda än den som skrevs ner av Stenberg. Jag kan finna många stunder då jag kan känna igen just de moment som Stenberg beskriver i sin essä. Särskilt tanken om njutningen utan en kropp, även om jag själv inte skulle beskriva den så, klingar nära och på ett betydelsefullt sätt för mitt arbetssätt.



## 1.2. Hur tar sig njutning uttryck i mitt arbete?

Hur tar sig njutning uttryck i mitt arbete, i min arbetsprocess?

Jag njuter då jag märker att jag gör bra ifrån mig. Subjektivt.

Jag njuter då jag märker att jag är i kontakt med något nytt.

Jag njuter då jag märker att de dömande inre rösterna som stör det sceniska arbetet inte finns närvarande.

Jag njuter då jag kan finnas i ”görandet” och ha full kontroll över vilka val jag gör med min kropp, röst, sinne. Då totaliteten av det som utgör mig är aktiverad och arbetar ostört. Under processen vid Galeasen kände jag inte något som helst behov att bevisa något för någon. Jag hade en uppfriskande arbetsprocess i och med att jag aldrig kände någon som kom för att se föreställningen. Den lyxen hjälpte otroligt mycket i arbetet. Jag bar heller inte den största rollen eller ansvaret för föreställningen, utan jag kunde bara göra mitt arbete ostört.

Jag njuter då jag använder röst på utmanande sätt. Då jag kan leka med eller spela med rösten på ett ytterst medvetet plan, och ändå låta det som händer inom mig färga görandet, till just den graden som jag vill. En viss dubbel medvetenhet, inte helt olik den jag beskrev i arbetsprocessen vid Galeasen, där jag kan utan att döma observera arbetet och modulera det utan att förkasta det som händer i stunden. I röstarbetet finner jag njutning i ett fördjupande, en tanke om att det finns en oändlig källa för inspiration som det hela tiden går att gräva i och utveckla. Tanken om att den möjligheten finns tillbringar njutning i mitt arbete.

Jag njuter då jag använder kroppen på ett, för mig själv, utmanande sätt. Då jag kan briljera och bli utmanad samtidigt. Då kroppen har ett tydligt språk som den använder. I de flesta fall har ett traditionellt feminint kroppsuttryck intresserat mig mest. En stor aspekt av det som får mig att njuta av arbetet. En stor känsla av emancipation som kommer från just denna tanke om en kropp som inte är bunden till de normer och förväntningar som placeras på dess kön.

Jag njuter då jag tappar bort mig, då jag överraskar och till och med skrämmer mig själv med det som händer. Så mycket som jag undviker att ta upp tillstånd eller ritualer för att uppnå ett för mig gnistrande arbete, så har några av de mest konkreta inlärningsupplevelserna varit de då jag konkret tappat bort mig i görandet, och för de få stunderna helt och hållet varit engagerad med mitt arbete. En av de mest konkreta upplevelserna beskrev jag i min kandidatuppsats *Skam, cringe, rädsla, flow* då jag skrev om metrik- och retorikkursen. Vi jobbade med Shakespeares Richard III.

Efter en lång och svår period av att jag inte haft tillräckligt med energi i början av scenen och en känsla av att vara extremt liten framför de andra, löstes situationen slutligen när jag hittade en konkret uppgift i arbetet. Jag fick också omedelbar feedback av pedagogen, vilket hjälpte mig att föra scenen vidare. rädslan att ta för mycket plats och ”vara stor” upphörde också när uppgiften blev klar för mig. Jag kom också bort från ångesten eller rädslan av att inte veta vad jag håller på med. (Kumpulainen 2021, 10.)

Det sceniska uttrycket och, i brist på bättre ord, känslan jag upplevde då jag kunde fullhjärtat leva in mig i arbetet och hänge mig åt allt det jag kunde och behövde var otrolig. Sällan har en sådan aktivering hänt inom mig, då varje nervända står på helspänn och kroppen är grundad i något absolut. Allt det kom från att jag lyssnade på hur rösten jobbade autonomt och hur jag kunde plocka upp vad den erbjöd och välja att bejaka eller förneka. Den känslan, den makten och pondus som uppstod bara från min egen röst och hur den jobbade, det var en av de mest konkreta upplevelser av ett njutningsfullt arbete jag haft.

Är det viktigt att försöka reproducera den inre känslan, som animerar kroppen, eller är det en engångsföreteelse? Är det skadligt att leta efter känslan inuti mig, och är det ändamålsenligt att leta efter uttrycket, utan känslan, för att se om den känslan följer uttrycket? Det är just detta jag letar efter, mitt eget uttryck för de saker som skulle fungera. Min metod, den som är viktig, och fungerar för, mig.

Jag minns att jag stod där vid ändan av bordet. Penelope, som min karaktär Amfinomos har tagit ett genuint tycke för, håller på att bli hotad och sexuellt övergripen. Amfinomos tvingas vittna detta, först rent fysiskt, sedan med hotet av våld om han flyr för att berätta om det för någon annan. Jag märkte väldigt tidigt att det inte kunde vara

hållbart att försöka plåga mina personliga sinnen med minnen eller framkallandet av trauma för att min rollkaraktär måste gråta och se ut som att han helt enkelt mår skit. Istället började jag leka med vad som kunde räcka till för att det skulle se ut som att han mår illa. Tårar är ett enkelt fysiskt tecken. Sedan uppstod frågan om jag ens behövde tårar? Kompositionen var så pass tydlig och hotfull, att situationens allvar nog förmedlades till publiken varje gång, om inget koreografiskt fel skedde i stunden. Ändå upplevde jag som att det behövdes (någon minut senare fanns fokus helt och hållet på Amfinomos, och då tjänade det scenens syfte att han såg förstörd ut).

Ju mer vi övade scenen med kostym, ljus och ljud, och rekvisita blev det tydligt att en viss grad av trauma eller hjälplöshet skulle ge sig uttryck i Amfinomos. Första gången jag tvingade fram gråt gjorde jag det genom att gå in i personliga trauman, varefter jag genast märkte att det inte skulle fungera för att spela ett tjugotal föreställningar. Så jag förlitade mig på att sätta in mig i föreställningens fiktion och lekte där med att rollkaraktären skulle må illa. Kanske någon blandning av dels en rollkaraktärs och ens egen må-illa dök upp som jag tog vara på, och det hela gjorde scenen lättare för mig. Det blev också en vana att gå igenom samma tankemönster, samma blickar till mina medspelare, deras överraskande påhopp och mina egna fysiska ansträngningar för att producera känsla och fysiskt uttryck. Jag kunde i huvudet gå igenom egen improviserad text om hur situationen kunde ha gått på annat sätt, piska mig med alla chanser som Amfinomos inte tog för att göra situationen bättre under alla dessa år osv. Detta påverkade mig inte desto värre, jag kunde efter allt detta gå till bakrummet och småretas med mina medspelare som just hotat mig med kniv, eftersom vi alla litade på varandra och kunde ha roligt med det hela.

En ödesdiger kväll (den jag beskrev tidigare) hade jag då blivit så pass uttråkad på hela föreställningen att en väldigt klar röst eller tanke uppenbarade sig i mitt huvud och sade att jag skulle njuta av allting, och hitta på nya sätt att njuta, att vara nyfiken, och att försöka nya saker just så mycket som det går. När övergrepsscenen sedan stod framför mig märkte jag att jag inte behövde reproducera någon känsla eller tanke, bara observera det som händer framför mig, och faktiskt njuta av att göra ett gott jobb. Upplevelsen blev renande. Jag märkte att jag inte behöver förlita mig på personliga känslor eller rollkaraktärens misslyckanden. Jag som skådespelare kunde distansera

mig, se vad som behövs, och agera i enlighet med det. Situationen kändes inte överhuvudtaget laddad. Jag behövde inte själv tycka att situationen behövde kännas hotfylld eller laddad för att kunna producera det som jag trott att beställts eller behövts. Till och med kändes det njutningsfullt att få ha möjligheten att leka med den sceniska situationen, och den hemska fiktionen, vi hade.

## 2. KONCEPT OCH METODER

Härnäst kommer jag att utforska begrepp och koncept som jag upplevt nyttiga för att förstå såväl min egen njutning i arbetsprocesser och vad som tillför njutning i arbetsprocesserna. Saker som för mig har fått polletten att trilla ner, eller fått glödlampa ovanför huvudet att tändas. Saker som hjälper mig förstå hur jag jobbar som skådespelare, och hur jag kan njuta mera i arbetet. Utöver det kommer jag också att behandla situationer då arbetet inte fungerat, och varför de inte fungerat. Jag behandlar också vad jag väljer att kalla min besatthet med att hitta en metod för njutning och i arbetet generellt.

### 2.1. Flow

I min kandidatuppsats, *Skam, rädsla, cringe, flow*, utforskade jag konceptet ”flow” och hur det kunde hjälpa mig i gångna och kommande kreativa processer. I all sin korthet innebär flow ett sinnestillstånd där någon helhjärtat är engagerad i en aktivitet, njuter av den och fokuserar så gott som all sin energi på aktiviteten. Det är också vanligt att tidsuppfattningen försvinner, framsteg görs i rasande takt, och utmaningar som dyker upp känns omedelbart påtagliga och överkomliga. (Kumpulainen, 2021.) De flesta kan säkert minnas ett eller annat flowtillstånd från sitt arbete eller sin hobby. Stunderna då något särskilt ”klickar” och allt det en gör plötsligt känns solklart och kontinuerligt föder nytt engagemang för aktiviteten.

I samma essä framlade jag Owen Schaffers sju förutsättningar för att ett flowtillstånd kunde uppnås:

Att en vet vad som skall göras.

Att en vet hur det skall göras.

Att en kan känna hur det framskrider.

Att en vet vart aktiviteten leder.

Att det finns tillräckligt stora utmaningar.

Att en upplever att en har tillräcklig kunskap att övervinna utmaningarna

Att inga distraktioner finns närvarande. (Schaffer 2013, 4.)

Som en övning uppdaterade jag dessa för hur jag numera ser på arbetsprocesser och mina behov inom dem, och märkte hur väl de fungerar som riktgivare i mitt nuvarande arbete:

Att jag vet vad jag kan och inte kan göra i en given performativ kontext.

Att jag har förutsättningar och verktyg för hur detta något skall uppnås.

Att jag känner hur arbetet framskrider.

Att jag känner att det som görs känns viktigt.

Att det finns tillräckligt stora utmaningar i pågående arbetet.

Att jag upplever att utmaningarna är viktiga och överkomliga.

Att inga distraktioner finns närvarande.

Att allt jag/vi gör tillbringar njutning.

Viktigt att nämna här är också att även om Schaffer föreslår sina sju förutsättningar som just det, förutsättningar, kan jag konstatera för mitt arbete att alla förutsättningar inte behöver fyllas, åtminstone hela tiden, för att ett arbete skall kännas meningsfullt och fortlöpande. Flera arbetsprocesser har varit intressanta just på grund av att deras resultat eller mål har varit odefinierade, men det viktiga har varit att alla strävat till att försöka förstå vad de målen eller resultaten kunde vara.

I kandidatuppsatsen reflekterade jag på hur flow kunde fungera som en motsats till den ständigt närvarande skammen jag upplever i arbetet.

Förut har det varit mer gynnsamt för mig att vara liten och ta så lite plats som möjligt. En skamkänsla eller rädsla för att ta för mycket plats (som säkert till en viss grad också är kulturellt betingad) och "vara stor" skulle ha varit rentav farligt, och har därför varit utmanande att integrera i mitt skådespelarjag.

Därav kommer en stor del av min skam från en inbyggd rädsla att misslyckas eller på något sätt väcka en orsak till bestraffning av dem som ansvarar för till exempel en given lektion eller uppgift. (Kumpulainen 2021, 4.)

Uppsatsen handlar om en skam som kommer från rädslor om att bli sedd, inte räcka till och bli förlöjligad för det jag är/visar upp/arbetar med. Numera tror jag dock inte att flow fungerar som en motvikt. Skammen finns fortfarande där. Skammen kan vara närvarande till och med då jag känner att arbetet jag gör fyller alla de gamla kraven.

Jag tror på ett sätt numera att den har sin skyddande effekt. Den kan reglera kroppen, på sitt sätt. Varje sak som en skäms för behöver ju inte vara en svag punkt i ens arbete som bör utrotas eller åtgärdas, men den kan indikera när saker rubbar en, och de sakerna *kan* vara värdefulla att forska i.

Varje process efter förra examensarbetet har definitivt inte heller enbart varit fyllda av flow. Flera av de arbetsprocesser jag tagit del av under dessa två år har varit fyllda med såväl stunder av flow som skam. Flera arbetsprocesser har varit till synes helt huvudlösa, och ändå har det varit givande att finnas i stunder då jag och resten av gruppen inte haft någon aning om vad vi gör. Ändå har vi kunnat tycka att det är roligt att göra, för görandets skull.

Flow är inte en metod. Snarare kanske en barometer eller riktgivande princip om vad som behövs av mig och min omgivning i en arbetsprocess. Flow i arbetet känns underbart, men att sjukligt leta efter det och förlita sig på känslan av att arbetet bör fortskrida på ett visst sätt och innehålla specifika tillstånd eller sinnesförmimmelser är åtminstone för min del ohållbart och banalt.

## 2.2. Virtuositet

Svenska Akademiens ordbok (2017) definierar virtuositet som följande: *Stor (teknisk) skicklighet, mästerlighet; särsk. i fråga om konstnärlig verksamhet*. Rubriken virtuositet har material till en hel avhandling. Virtuositet kunde definieras på många olika sätt. För mig innebär det just en färdighet inom något, och utöver det också en känsla för själva färdigheten, en viss metakunskap, inte bara kunskap. Jag tänker att det är viktigt att ha de känslorna av att ”vara helt satans bra”, att uppleva att en har kontroll över sitt hantverk. Lika mycket som en utmanas i sitt arbete är det viktigt att kunna briljera för sig själv och andra. Den är också en otroligt drivande känsla då den slår rätt. Kanske virtuositet är den motsatsen till skam jag letar efter. Virtuositeten säger ofta ”jag kan” och ”jag kommer göra det, jag kommer klara av dethär” medan skammen skulle käftas emot och tala ner en själv. Därav kommer njutningen. Från upplevelsen att känna sig kapabel. Det knyter i och för sig också an till flow. Tanken att ha ett avstånd från den existerande kunskapen till den nya och främmande som inte känns för lång.

Bassist och jazzkompositör Adam Neely behandlar virtuositet i sin video *What is the most difficult piece of music?*. Han citerar Andy Hamilton (2007, 105) som i sin tur menar att *devilry, risk, excitement and relief* (djävulskap, risk, spänning och lättnad) är faktorer som musiklyssnare upplever då de hör ett stycke som är väldigt tekniskt fysiskt krävande. Ett bra exempel är Rimsky-Korsakovs Humlans flykt<sup>1</sup>. Ett stycke där lyssnaren kan höra hur ”musikern svettas”. Denna kvalitet innebär alltså fysisk eller teknisk virtuositet, en förmåga att spela ett snabbt och för muskelfinkänsligheten krävande stycke på ett sätt där lyssnaren förstår att detta spelas live, och att musikern utmanas i denna situation. Neely för denna tanke vidare med konceptuell virtuositet och nämner kompositör Ben Johnstons String Quartet nr 7<sup>2</sup>. Ett stycke som utmanar spelaren genom att vara otroligt precis (på ett annat sätt) i hur den spelas. Om musikern som spelar Humlans flykt missar en eller två noter, eller spelar en halvnot fel, kan vi acceptera det som en del av risken i performansen. Om något så görs ju ögonblickskonst intressant av möjligheten för misslyckande. Men i till exempel Ben Johnstons stycke innebär förarbetet för att spela stycket först att dela upp den traditionella tolvtonade skalan i hundratals små nyansskillnader, vars harmoni en kan höra då en lyssnar på stycket. Här handlar inte virtuositeten om hur snabb en är eller hur hårt en svettas då stycket spelas, utan snarare om möjligheten att det hela tiden kan gå fel på en mikroskopisk nivå, och att de felen kan höras. Ben Johnstons stycke har inte ett ”snabbt” tempo, virtuositeten hänger på att musikerna skall tillsammans ”klara av” ett otroligt konceptuellt krävande spelande.

I arbetsprocessen Gertrude-material (ensembleproduktionen vi gjorde med klassen under våren 2023) drog jag för mig själv denna liknelse om hur jag kunde jobba inom den arbetsprocessens ramar. Vår utmaning som skådespelare var inte ett särskilt hantverk med text eller uttryck i sig, utan snarare hur vi behandlade varandra och utrymmet vi befann oss i. Ett poröst arbete som inte kunde liknas med till exempel en Shakespeareföreställning i dess teknik, utan ett eget språk som krävde sina egna regler för att kunna lyckas.

---

<sup>1</sup> [https://www.youtube.com/watch?v=8alxBofd\\_eQ](https://www.youtube.com/watch?v=8alxBofd_eQ)

<sup>2</sup> <https://www.youtube.com/watch?v=Wp7VjBtOJ74>



I mitt pågående arbete som skådespelare har just risken varit extremt påtaglig. Den tangerar skammen, och har ofta fungerat som en inhiberande faktor. Jag stannar hellre i det säkra än ger ut mig i det osäkra, trots att det intressanta oftast händer just i det osäkra. I kandidatessän beskrev jag skammen som en form av död:

I en skamfylld situation dör det man håller på med, i värsta fall. Ingen människa dör av skam, bokstavligen, men skam kan döda det som har hänt, eller skulle hända. Skam kan få en att stanna upp, sluta lyssna till sin omgivning, och få en att tänka med huvudet snarare än med kroppen. Skam kan blockera sinnen för det väsentliga i en uppgift, och då ligger skådespelarens fokus inte i situationen eller i att vara närvarande, utan i oro och rädslor. (Kumpulainen 2021, 5.)

Numera kan uppträdandet kännas tillfredsställande just på grund av risken. Ingen ”dör” som tidigare. Inom mig har det skett en förändring i förhållandet till publiken och numera en går inte tankarna automatiskt till att publiken skulle vilja se att någon misslyckas. Oftast är just risken och misslyckandet möjligheten att se något mänskligt. Och att det hela, allt det, kan vara njutningsfullt, om en vågar se och bli sedd inför publiken.

### 2.3. Gränser och frihet

Under kursen Icarus workshop vid Näty tampades jag med frihet kontra gränser. Vi arbetade med dessa ämnen utgående från Raymond Queneaus *The flight of Icarus*. En pjäs där Icarus från den grekiska myten gör inhopp i författaren Hubert Luberts berättelse. Icarus har ”försvunnit” ur Luberts berättelse och han försöker febrilt få reda på vart Icarus tagit vägen. Vi arbetade med olika scener ur pjäsen och använde stilar som riktlinjer för vårt arbete. En stil kunde vara så enkelt definierad som ”pinsam” eller ”agentfilmklichéer”. Med några undantag fungerade dessa stilar otroligt effektivt som inkörsportar för att påbörja ett arbete. Stilarterna tolkades relativt fritt och ofta blev själva stilen blivit innehållet i scenarbetet.

Jag tar upp just denna kurs i och med att vi ofta i skolan har pratat om den s.k. ”verktygsbacken” som vi skådespelare kommer att utveckla under studierna och det fortsatta arbetslivet. Tidigare under studiernas gång har jag reflekterat över denna verktygsback som en eklektisk samling av konstformer som vi doppar våra fötter i och *möjligtvis* tar med i vår konstnärliga praxis. Numera funderar jag om denna

verktygsback snarare innehåller vår uppfattning om alla kurser, stilar, känslor, sinnesförmåelser, praktiska råd, och erfarenhet med att jobba på scenen/golvet. Det handlar inte bara om att möjligtvis ha en 4 veckors intensivperiod med Chekov eller Stanislavskij, utan hur den upplevelsen förhåller sig till alla de andra upplevelser vi samlar på oss under skolans gång, Vissa kurser eller moment kommer onekligen att "inte fungera" men då vet en åtminstone det. Med tanke på njutningsprincipen är det ändå vettigt (för mig) att utforska hur en kan omforma allt det en får på ett sätt som passar ens egen arbetsprocess. Kanske kan jag finna njutning i en form eller ett regelverk som stöder arbetet, såsom clown. Kanske kan det vara njutningsfullt att känna hur texten drar mig med i ett görande. Njutningen kan vara så pass simpel att jag hittar drivkraft i enstaka rörelser med kroppen, som att föra ut handen till en motspelare på ett väldigt specifikt sätt som känns vettigt/roligt/viktigt för mig, skådespelaren, i det ögonblicket. Bara jag hittar något konkret, en uppgift till exempel, som kan vara bra eller dålig, men som för mig framåt, animerar mig. Då njuter jag av ett arbete som jag transformerat för mig själv. Om jag har med mig nyfikenhet och en tanke om njutning i varje ny kurs eller arbetssätt tvingar jag mig att bearbeta det som kommer emot mig på ett sätt så att jag kan förstå *något* av det. Det handlar mera om att bearbeta de saker jag upplever på ett för mig begripligt sätt, än att försöka tvinga mig att förstå de sakerna såsom de förklaras för mig. Mer än något annat, har detta varit essentiellt för att förstå mitt eget arbete och min metod.

## 2.4. Ord som fungerar och den proximala utvecklingszonen

Ett fenomen som jag upplever att hjälpt mig under min skolgång är vad jag kallar "ord som fungerar". Så kallade heurekaupplevelser uppstår kanske inte så ofta som vi skulle vilja, men när de uppstår känns det som om ens arbete genast tar flera steg framåt. Återigen kan de flesta säkert känna igen sig i situationen där de kämpar med en metod eller en scen, hur arbetet känns som att det står stilla, och hur bara några få utvalda ord får en att förstå vad som behövs för att arbetet skall kunna fortsätta. De stunderna för mig fungerar som syskon till upplevelsen av flow.

Ord som fungerar kommer ofta då en har prövat en hel del olika infallsvinklar, och en känner sig fast i arbetet. Det intressanta här är hur alla i processen tycks finna sig i

samma problematik. De flesta antingen skrapar sig i huvudet, eller tittar på klockan för att se om lilla visaren makat sig närmare siffran fem. Det finns ett problem. Något fungerar inte. Arbetet går inte åt det håll som det borde

Jag har svårt att beskriva ”ord som fungerar”. Det är inte en metod, snarare ofta ett resultat av arbete. Jag väljer att ta upp det eftersom det funnits närvarande i så gott som varje arbetsprocess som jag upplevt fruktbarande. Det känns konstigt att framhäva vikten av att få rätt ord, eller rätt regi, tanke, sinnebild, som hjälper just *dig* att hitta det du behöver för att få arbetet att nå nya höjder. Det är sällan samma ord, de kommer ytterst sporadiskt, och de är extremt personbetingade. Vad jag menar är att de orden som i en specifik situation fungerar för just dig kommer att fungera för just dig i den situationen, och *enbart* för just dig i den situationen.

Jag upplever att det är viktigt att särskilja på åtminstone två olika typer av arbetssituationer här. Från mitt perspektiv kan jag ha tekniska svårigheter med ett arbete, eller personliga svårigheter med ett arbete. Om jag jobbar med en form som Shakespeare, som kräver en särskild teknik och jag inte upplever mig manad att stå på scenen på grund av känslor av skam eller dylikt kan jag uppleva enorma personliga svårigheter med arbetet. Här finns en blockering inom mig, personen som skall jobba på golvet. Något hindrar mig från att närma mig jobbet på ett personligt plan. Om jag å andra sidan inte upplever problem med mig själv utan med att utmaningarna i själva tekniken, eller med kontakten till de jag jobbar med (medspelare eller publiken till exempel) finns problemet på just en teknisk nivå. En inre ångest talar inte illa om arbetet eller en själv, utan de svårigheter som registreras finns på en nivå som inte är beroende av ens egna tankar om till exempel oförmåga.

Vissa kanske tar en mer holistisk infallsvinkel till denna situation genom att tänka att dessa två problematiker är sidor av samma mynt. Jag väljer ändå att särskilja dem för att bättre kunna utvärdera vad som pågår i min kropp och sinne medan jag arbetar, att känna igen var knutar finns helt enkelt.

Det blir ofta så att de som delar ut orden som magiskt luckrar upp alla lås är antingen regissören eller pedagogen. Skådespelaren kan omöjligen se vad eller hur hen faktiskt

gör, eller snarare, se hur eller vad det som hen gör ser ut för åskådaren. Då stiger arbetsledaren in med hjälp, eller åtminstone en synvinkel på vad som kunde behövas, eller vart arbetet behöver gå helt enkelt. Då behöver också skådespelaren kunna omvandla det som sägs till något för hen fungerande, något handlingsbart, relevant, viktigt, ord är ju ytterst personliga. Skådespelaren behöver något för att få arbetet att fungera, något att hålla fast vid, som hen kan lita på. Detta kan vara så enkelt som en kvalitet i rösten som föder ett görande, ett varande, eller något annat som kittlar nyfikenheten och håller arbetet i ständig utveckling.

Vi kan inte observera vårt eget arbete och därför är det åtminstone för mig lönsamt att ha med en jämlik, om inte en pedagog eller regissör, som observerar arbetet och fungerar som bollplank för vad som händer. Ögonblickskonstens kontext gör vårt arbete unikt. Vi kan inte gissa oss fram till ett resultat, vi kan bara pröva. Heller kan vi inte tillförlita oss till en inspelning för att bedöma ett ögonblick vars kvalitet föds i kontakt med det som kameran försöker simulera, det vill säga en annan människa.

Leo Vygostky framlade ett ramverk inom barnpsykologi för hur unga barn i samverkan med en lärare kan klara av uppgifter som är menade för äldre barn, och hur dessa barns utveckling framskrider och breddas med hjälp av en mentor. Den proximala utvecklingszonen föreslår att hos den som lär sig finns det en kapacitet för inläring som är begränsad, medan den utvidgas drastiskt då det finns en pedagog eller lärare med i inläringen och växelverkar med den som lär sig. (Vygotsky 1978, 86.)

The zone of proximal development. It is the distance between the actual developmental level as determined by independent problem solving and the level of potential development as determined through problem solving under adult guidance or in collaboration with more capable peers (Vygotsky 1978, 86).

Jag föreslår att den proximala utvecklingszonen också har en plats inom scenkonstskapande eller åtminstone i att analysera en givande process. Jag tänker mig att varje människa har ett fält med kunskap, förslag och intressen som blomstrar upp, ens personliga utvecklingszon, som sedan sammanförs och vidgas med en annan scenkonstnär, och också den som fungerar som det yttre ögat i processen. I alla dessa utvidgade fält finns det en mångfald av olika punkter att fästa sig vid eller att plocka upp och föreslå till varandra. Som bäst är det en kollaborativ process där det finns ett

konstant utbyte av impulser och stimuli från var och ens enskilda fält som sammanslagits. Hur dessa impulser och stimuli reagerar med varandra möjliggör sedan ett utvidgat spektrum för vad en gör till exempel på scenen/golvet. I min kandidatuppsats beskrev jag en liknande företeelse där tre zoner smälte samman och skapade ett otroligt flöde.

Från min inlärningsdagbok 8.4.2021. *“Man tappar tiden och den tappar sin mening då man äntligen hittar på vad man håller på med. När vi löste upp Kolibri (arbetsnamnet på scenen) blev det plötsligt ett ständigt flöde av idéer, förändringar, förbättringar.”* Efter mycket trevande tycktes vi äntligen hitta ett flow där vi i fred hela tiden kunde bygga på det som just hände, ändra, förbättra och hjälpa varandra framskrida i processen i en hårdare takt än förut. Det fanns utmaningar, men i gruppen kändes det som saker som kunde tas hand om tillsammans. (Kumpulainen 2021, 9-10.)

Just i denna process (Fritt Arbete 3) kände vi alla hur vi omedelbart och ohämmat kunde föreslå för varandra och hjälpa varandra, då vi hade ett gemensamt språk för det vi gjorde, och för hur vi arbetade just då. Också för att vi hade en väldigt gemensam spelplan där vi kunde leka och ta vara på det vi såg.

En utmaning som jag upplever viktig för mig själv är hur jag skall uppehålla denna praxis efter att utbildningen tagit slut. Hur jag själv skall uppehålla en lyhördhet för egen fortbildning och fortsatt inläring då jag inte har en läsordning som bestämmer var jag skall vara och på vem jag skall lyssna. Jag har inget konkret svar på det just nu, men det jag skriver om i denna avhandling ter sig som en riktgivande linje för mig själv.

## 2.5. Alexa och femininiteten

”Alexa” är den konstnärliga delen av mitt slutarbete, och mitt verk i kursen Fritt Arbete 4. I arbetet ville jag utforska en annan aspekt av mig själv och mitt konstnärskap. Arbetet fick sitt ursprung ur både musikteaterkursen under hösten 2020 och Fritt Arbete 3 som ägde rum våren därefter. I *Private Dancer* (namnet för produktionen i musikteaterkursen) upplevde jag en enorm frihet i att helhjärtat ta åt mig ett arbetssätt som på någon femma kunde beskrivas som burlesque. Vi övade mycket på publikkontakt (i och med att publiken hela tiden stod i fokus). Vi övade på hur vi kunde tillbringa en närvaro i arbetet där vi närapå hela tiden på ett sätt eller annat flörtade med

publiken. Vi övade också på att titta på människor, på varandra i klassen, på publiken osv. Här i blicken med någon annan föddes något intressant för mig.

En övning under kursens gång gick ut på att sitta på en stol och lyssna på musik i hörlurar medan klasskamraterna fungerade som det yttre ögat. Efter ett tag skulle vi låta musiken färga vårt kroppsspråk, vi skulle ta oss upp ur stolen och forma en särskild kontakt med publiken. Efter ett tag fick publiken också höra på samma musik som hade funnits i våra hörlurar genom högtalare och vi fick, i kontakt med publiken, rocka loss helt enkelt. I den stunden föddes ett lugn, en närvaro och en kontakt med publiken som var obeskrivbar för mig. Jag skall trots det göra mitt bästa för att öppna den situationen. För den stunden kändes det som att jag för första gången hade total kontroll över förhållandet mellan mig och publiken, och att publiken existerade där på mina villkor. Det alltför ofta förlamande yttre ögat hade inget som helst grepp över mitt arbete, och jag kunde närapå andas synkroniserat med publiken. I den situationen hittade jag ett arbete och varande som kändes kraftfullt, nyfiket, drivande, mäktigt. Det ville jag jobba med.

En andra fokuspunkt blev alter egon, som vi på sitt sätt redan utforskade smått i Private Dancer, men också senare med min grupp i kursen Fritt Arbete 3 under våren 2021. Alter egona vi jobbade med samt texten jag skrev under Fritt Arbete kursen blev en essentiell del av kommande föreställningen Alexa. Såväl i Private Dancer som i Fritt Arbete 3 började jag formulera ett kroppsspråk som närmade sig ett mer traditionellt feminint uttryck. I dess centrum fanns något jag förstod först två år senare då jag påbörjade arbetet med Alexa.

I mitt konstnärliga slutarbete stod jag för första gången helt ensam på scenen och gjorde alla val mer eller mindre på egen hand. Föreställningen gick i all sin enkelhet ut på att försöka ge uttryck åt det alter egot jag formulerat för mig själv, som heter Alexa. Jag ville kombinera den otroliga frihet jag upplevt i Private Dancer med den drivkraften som kom från att leva in mig i en annan persons habitus som kom med FA3. Jag ville dansa hejdlöst, så som en kunde tänka sig göra då ingen annan ser en. Jag ville utforska hur det var att stå som en så drastiskt annorlunda person, men ändå på något sätt otroligt nära en själv, inför en publik. Jag ville sjunga, i falsett. Efter en lång period av att

skriva, fundera, och pröva på olika saker med min handledare Lidia Bäck hittade vi oss fram till en föreställning där jag hoppade emellan Patrik och Alexa, där jag dansade min egen version av balett i mörkret, där jag stirrade på publiken i tio minuter medan jag försökte vara så uppriktig med de känslorna jag hade inom mig och sätta ord på dem, samt slutligen sjöng Wuthering Heights av Kate Bush.

Det som förvånade mig mest under hela arbetsprocessen var hur otroligt obekvämt det kändes att jobba ensam. Plötsligt måste jag stå bakom alla valen som gjordes. Plötsligt fanns det ingen regissör (trots att några par yttre ögon ofta hjälpte till) som gav svaret på mina frågor. Det var en ny sensation för mig. Under alla de fem åren jag studerat så kände jag mig blottad och frustrerad över arbetsprocessen på ett helt nytt sätt, och jag undrar hur det kommer sig att denna MA-studerande inte utsatts för det tidigare? Jag kunde trotsa egna val som under andra omständigheter vore självklarheter. Många stycken ”kommer det här faktiskt att fungera?” som oftast möttes av ett bestämt ”jo” från de som hjälpte till med arbetet. Med all stress och självtvivel i arbetsprocessen upplevde jag sällan att jag faktiskt kunde njuta av det jag gjorde. Tillfälliga ”vinster” då arbetet kunde luckras upp och fortsätta dök definitivt upp, men den konstanta pressen på deadlines och att prestera självständigt, fick hela processen att lida. För att applicera mina egna förutsättningar för ett arbete med riklig flow kan jag konstatera att fyra punkter inte uppnås:

- Att jag vet vad jag kan och inte kan göra i en given performativ kontext
- Att jag upplever att utmaningarna är viktiga och överkomliga
- Att inga distraktioner finns närvarande
- Att allt jag/vi gör tillbringar njutning

I efterhand vet jag att jag inte hade definierat tillräckliga regler eller gränser för hur arbetet skulle se ut, vilket ledde till ett relativt rörigt och ofokuserat sökande över vad själva innehållet eller formen skulle eller kunde vara. Det fanns en hel del rent skådespelartekniska utmaningar (sång till exempel) som var oöverkomliga inom den utsatta tiden. Utöver själva arbetet på scenen fanns det också alltför många saker som drog min uppmärksamhet från det arbetet och in i något annat arbete. Slutligen fanns

det också problem med att försöka hitta till njutningsfulla processer hela tiden eftersom de tidigare nämnda ramarna/reglerna var för luddigt definierade för mig själv.

### 2.5.1. Om själva femininiteten

En av de första uppgifterna min handledare gav mig när vi började arbeta på golvet var att utforska hur stereotyp maskulina och feminina kroppar rör sig. Å ena sidan väldigt raka, rigida, bredaxlade, oböjliga manliga kroppar som går i raka linjer och observerar sin omgivning. Å andra sidan flexibla, mjuka, nästan slingrande i sina rörelser kroppar som alltid gick med ena foten framför den andra och med ena axeln framåt och andra bakåt. Dessa kroppar blev observerade av sin omgivning. Det är relativt banalt att attribuera dessa habitus till kön per se, men det är ändå könsstrukturer som flera aktivt upprätthåller och performerar, allt som oftast. Just här upplevde jag en enorm frihet och bejakande kraft och njutning i tanken på att bli observerad. Det ständigt närvarande yttre ögat blev mindre och mindre hotande då jag bestämde (eller snarare då formen bestämde för mig) att det faktiskt är ändamålsenligt och bra att bli sedd. Det öppnade upp en värld av möjligheter. Jag börjar med en grov karikatyr av ett könsuttryck, men det görandet i förhållandet till uppgiften och förhållningssättet med publiken gör allting okej. Inget kan gå fel. En version av det jag kände med *Private Dancer*. Den lustfyllda femininiteten gav utrymme att leka med uttryck och text, i och med att det alltid fanns ett väldigt konkret förhållande till arbetet och publiken.

En stor fråga jag tampats med är varför jag njuter av framträdandet i ett alter ego som bär klänning och smink? Ett begrepp jag finner hjälpsamt här är det som Stenberg (2021) beskriver som ”sensivering”.

En tanke om att sensivering också innefattar ett arbete med att känna av förmimmelser av njutning, kroppsliga reaktioner och bildvärldar som aktiveras i njutning. Att bli bekant med och verbalisera hur njutning känns i mig. (Stenberg 2021, 12.)

Sensivering för mig kommer från klänningen, sminket och ett habitus som vänder om flera av de saker jag är van vid i mitt skådespelararbete. Det tillåter mig att utforska nya sidor av mig själv och det jag jobbar med. Tidvis kan det vara lätt för mig att hoppa in i ett väldigt ”flickigt” varande med Alexa, men det finns också enorm styrka i henne. Ett sorts distanserande från vanliga normer om hur kroppar rör sig, hur de kan röra sig eller



hur de borde röra sig. Via alter egot Alexa kommer jag i kontakt med mycket mer än ett stereotypiskt kvinnligt uttryck. Det kan vara vackert, groteskt, stort, litet, varje punkt på ett oändligt spektrum av möjligheter som jag bestämmer och uppmanar på just det sättet jag vill och upplever ändamålsenligt. Att söka efter och vara sensitiv inför dessa skeenden i sig tillför njutning till arbetet.

### 2.5.2. Ett metaperspektiv

Uppdelningen mellan de ”maskulina” och ”feminina” kropparna är å ena sidan behändiga för att karikerat och snabbt få en massa impulser om det en jobbar med, och å andra sidan ytterst banala. Kanske just därför dras jag till att utforska den sidan av myntet som jag vanligtvis inte identifierar mig med. Den sidan, som egentligen bara är en sida på grund av tillskrivna genusroller vi följer, blir en mjukare och mer inbjudande port till arbetet än den jag vanligtvis upprätthåller.

Teater Viirus konstnärliga ledare Jussi Sorjanen sade i förbifarten under en träff mellan utbildningsprogrammet i skådespelarkonst på svenska (”S” i folkmun) och Viirus att de två mest framstående tematikerna i konstskapandet under de senaste åren har varit klimatet och kön. Jag minns hur mina tankar gick till mitt gångna arbete med Alexa, och hur det plötsligt kändes som att mitt arbete formats i samma anda som flera andra S-studerandes tidigare föreställningar, och hur det i mitt sinnes öga blev mer eller mindre samma materia. Ett uttryck för vad som är trendigt att visa upp på en scen i just detta ögonblick. En meditation över könets performativitet på scenen (och utanför), något som ändå tycks vara relevant för både mig och flera andra som gått igenom dessa dörrar. En meditation som tycks vara befogad eftersom allt fler ifrågasätter könsroller och existerande strukturer kring dem.

Under repetitionsperioden för Alexa stötte jag på en underlighet. Ju närmare jag kom till premiären, och ju oftare jag började gå omkring med först en klänning och senare också smink, desto mer uppmärksamhet började jag dra till mig. Den första gången hade jag en snabb sminkprovning, rött läppstift, mascara och grundsmink samt klänningen på mig, och jag fick den första ordentliga ”upp till ner” blickningen som så många känner igen, från en studerande i en skola där detta borde, enligt alla konstens regler, vara ytterst vardagligt. An efter att föreställningen tog form började jag gå omkring i

klänning och smink oftare, och mer och mer blickar läggde jag märke till. Utöver det fick jag också enorma mängder stöd och vackra ord från klasskamrater, på ett sätt jag inte upplevt förut. En av mina klasskamrater frågade efter min sista föreställning huruvida jag njöt av att ha sminket på. Jag svarade att jag ofta väntade tills jag gick och lade mig innan jag tog bort det.

### 3. METODEN SOM INTE FINNS (ELLER I ALLA FALL INGEN KOMMER ÖVERRENS OM)

31.10.2022 ordnade utbildningsprogrammet (S) en alumträff och bjöd in före detta studerande för att diskutera om utbildningen, hantverk och framtiden. I inbjudan beskrevs tematiken för diskussionen som ”det samtida och framtida hantverket”<sup>3</sup>.

Ett fyrtiotal skådespelare dök upp, satt i en cirkel och reflekterade över både sina upplevelser i skolan och hur deras hantverk hade utvecklats under och efter utbildningen. De tre alumner som presenterade sina provokationer läste jag som studerande mera som belysningar av hur de själva arbetade. Efter det öppnades diskussionen upp till alla i cirkeln. Det som slog mig var hur snabbt yrkesidkande skådespelare kunde tappa bort sig i semantik och definitioner kring metoder. Det uppstod prat om boll, käpp, slöja (en teaterlek som försöker, enligt min uppfattning, skapa varierande kroppsuttryck genom att föreslå en kropp att den bör vara som om den var just en boll, käpp, eller slöja) som vissa kunde hitta gemensam grund i, men så fort människor började gräva i vad den leken betydde för var och en började vilt olika svar uppstå. En kunde tycka att boll betydde ”x” medan någon annan hade gett betydelsen ”x” åt käppen. Intressant nog hade alla ändå ett (åtminstone till synes) fungerande resonemang för varför de tänkte som de tänkte.

I en intervju med utbildningsprogrammets professor Aune Kallinen reflekterade jag över denna dissonans bland professionella skådespelare:

KU: Det kändes som att de människorna som pratade och som hade som uppgift att prata om sin metod, om det nu var under den rubriken som det möte gick, att de kunde på något sätt kanske nudda samma ämnen, men vad de än pratade om för metod så pratade de om helt olika saker. De hade helt egna infallsvinklar och de kunde prata kors och tvärs och ändå på något sätt tycka att de pratade om samma sak. Reagerade du på något sätt på det?

KA: Jag reagerade på det viset att jag försökte som pedagog hjälpa dem att hitta mera exakta ord eller förstå mera i detalj hur de ser på hur de jobbar, eftersom det blir så lätt att man säger att jag gör Stanislavskij eller jag gör Chekov eller jag gör det ena eller det andra, och sen har någon kanske just läst

---

<sup>3</sup> E-post från Tom Rejström, lektor vid S (mottaget 25.10.2022.)

en bok, eller varit med på någon kurs en vecka, och sen har de gjort sina egna tolkningar, och sen har det börjat ha ett eget liv inne i dem när de fortsätter att jobba, och sen tänker man att man gör det samma utan att faktiskt stanna och tänka vad jag håller på med här. (A. Kallinen, personlig kommunikation, 21.02.2023.)

I ett tidigare stycke beskrev jag tanken om ord som fungerar. I det kapitlet behandlas signifikanta ord närmast med tanke på regi eller feedback som fungerar i just det ögonblicket för en specifik utmaning. Ord och betydelser vi fäster oss vid har inte bara en omedelbar effekt utan också en bestående och konstant utvecklande sådan.

Sociologen Herbert Blumer (1986, 2) skriver om ett fenomen som kallas för symbolisk interaktionism och hur ord blir symboler och fästpunkter för hur vi bearbetar sinnesförnimmelser och information i våra liv. Hans tre förutsättningar fungerar som följande:

Den första förutsättningen är att människor agerar gentemot saker på basis av de betydelser som sakerna har för dem. Dessa saker inkluderar allt som människan kan uppfatta i sin värld. Fysiska objekt, såsom träd eller byggnader, andra människor som ett syskon eller lärare, människokategorier som vänner eller fiender, institutioner som en skola eller en regering, drivande ideal som individuell självständighet eller ärlighet, andras aktiviteter som deras önsknings eller begäranden och sådana situationer som en individ stöter på i sitt dagliga liv. Den andra förutsättningen är att sådana sakers betydelse härleds från, eller uppstår ur, den sociala interaktion som en har med sina medmänniskor. Den tredje förutsättningen är att dessa betydelser hanteras i, och modifieras genom, en tolkningsprocess som används av personen vid hanteringen av de saker hen stöter på. (Blumer 1986, 2.)

I boken *Actors on acting: The theories, techniques and practices of the great actors of all times as told in their own words* presenterar Cole och Chinoy (1970, 590) Alla Nazimovas syn på karaktärsbygge och rolltolkning.

[Once you know] what she is thinking, what her inner response is, her feeling, when some other character is holding the stage...once you know what she *is*, what she *does* becomes easy to interpret... You see that she could not possibly wear red, could not tie a pink bow in her hair, that she must wear gray, that she must be a blonde, that she must move in a given way, speak with a certain inflection. Sometimes, even,

you may conceive a character as a blonde and play her as a blonde, though you do not wear a blonde wig. Nora in *A Doll's House* will always be a blonde to me, though I have always acted her with brown hair.

Här ser jag en parallell till symbolisk interaktionism. Ordet blondin har blivit en markör inom rollarbetet för en samling antaganden och tolkningar, tydningar om en viss typs person, som manifesteras i arbetet då Nazimova beskriver Nora som en blondin med brunt hår. Det handlar inte bara om att hon förknippar ordet med ett antagande eller en attityd, utan att det är en attityd som högst antagligen passar hennes infallsvinkel till arbetet.

Jag kopplar Blumers tankar om sociala interaktionismen till hur vi lär oss i detta yrke och denna skola. Så mycket av lärandet sker i växelverkan med en pedagog eller regissör som försöker med ord förmedla deras tankar om antingen vad de ser eller vad de vill se på golvet. Dessa ord har onekligen en laddning för var och en av oss som högst antagligen skiljer sig antingen hårfint eller massivt. Sedan är det upp till var och en av oss att försöka hitta en gemensam grund för vad vi de facto menar med de ord/symboler vi ger de saker vi försöker utforska. I utbildningen har vi sällan diskussioner om vad orden vi använder de facto betyder, vilken färg de ger diskursen vi har och hur vi faktiskt hittar oss till en gemensam kärna av förståelse. Vi tentas heller inte på hur de för oss viktiga orden fungerar inom oss eller hur de borde fungera inom oss, eller hur de har presenterats från lärare.

Kanske är det just det som händer i skådespelare, det egna livet som lärdomar får i en kropp som jobbar med detta yrke. Varje människa som jobbar har sina unika förutsättningar och historiker som jobbar på sina egna sätt. Alla bearbetar information olika, och alla har unika behov i sin praxis. Detta hävdar jag, enligt mina egna levda erfarenheter inom detta yrke och denna forskning. Alla bearbetar lärdomar olika, och alla tvingas av sin personliga yrkesroll att bearbeta informationen de får på ett sätt som passar dem. Att antingen förkasta det, eller omforma det till något som fungerar, något som aktiverar, gnistrar och tänder ens sinnen, och animerar en i arbetet.

Just därför hävdar jag att det kunde kännas som att alla pratade förbi varandra, de hade blivit erbjudna ett smörgåsbord av metoder och arbetssätt, tagit en tugga från olika

platser och format en egen, för dem fungerande och ändlöst komplex sammanslagning av insikter, förnimmelser, erfarenheter och kunskaper.

David Mamet behandlar flera tillkortakommanden av det som han kallar metoden i sin bok *Sant och falskt – Kätteri och sunt förnuft för skådespelaren*. Trots en del mindre lyckade tanke-experiment om skådespelarkonsten, som att hävda att de enda som är berättigade åsikter om arbetet är publiken och manusförfattaren (s. 15, 22) kommer Mamet ändå med en hel del befogad kritik om allmängiltiga metoder angående skådespelares färdigheter. Märk väl att Mamet främst refererar till den nordamerikanska metoden som genomsyrat skådespelarkonstens tradition under hans arbetsliv.

Stanislavskij sa att den man är är tusen gånger intressantare än den bästa skådespelare man skulle kunna bli. Och när skådespelaren öppnar munnen på sitt stick och talar trots sin osäkerhet, ser publiken denna intressanta person. De ser verkligt mod, inte en imitation av mod, utan äkta mod. Individerna på scenen som talar för att hon uppmanas att tala – när hon inte har något annat än sin självrespekt att luta sig mot. (Mamet 2010, 24–25.)

Mamet förnekar kraftigt tanken om en universell metod och för talan för en annan, icke-metod:

Metoden hade fel. Visst, skådespelaren genomgår något på scenen men det har ingenting med saken att göra att låta honom eller henne ”utstå” scenkaraktärens antagna provningar. Skådespelaren har sina egna provningar att utstå, och de finns mitt framför näsan på honom. De behöver inte läggas till, de finns. Hans utmaning är inte att upprepa, att *låtsas* den skrivna karaktärens problem, utan att öppna munnen, stå rak och modigt leverera orden – inte lägga till något, inte förneka något, och inte försöka manipulera någon, varken sig själv, sina kamrater eller sin publik. Att lära sig att göra detta är att lära sig att agera på scenen. Skådespelaren skapar – genom att lära sig att vara enkel och sann, genom att lära sig att tala till punkt trots att han är rädd och utan att vara säker på att bli förstörd – *sin egen* karaktär: han formar karaktären inom sig själv. På scenen. Och det är denna karaktär som han överlämnar åt publiken, och genom vilken publiken blir verkligt gripen. (Mamet 2010, 25.)

Kallinen reflekterar också i liknande banor:

KA: ... Om det handlar om ett narrativ där vi har roller, faktiskt, så där tänker jag att de här rollerna kommer till liv i åskådarnas liksom huvud. Jag menar att jag som åskådare gör den där rollkaraktären i mitt huvud till en helhet, att skådespelarens arbete kanske inte alls är att försöka en sådär hel rund boll av en roll som inte skulle ha ett enda hål eller en springa alls, utan att man föreställer sig en roll eller en

människa som man berättar om, så den processen händer inne i åskådarens inre landskap. [...] Och det är en del i varför jag har varit så fascinerad om det här arbetet med Seppo (Seppo Kumpulainen, som fungerade som regissör i Gertrude-material) att han tänker liksom så mycket i samma spår faktiskt. Skådespelarens arbete för det mesta, för honom, är att ha någon fysisk handling eller fysisk strävan där man har några baskvaliteter man bygger upp och vilar i då man har lärt att vara i dem. Berättande händer sedan faktiskt i åskådarnas huvud. [...] Och [jag] sade att om ni bara kunde se vad som har hänt i er under de två åren jag har sett er [...] liksom att hur det här att man har jobbat med en själv hur det börjar synas, att det är delvis det uppbyggandet, att man bygger upp något under studietiden men sen även mera än det tänker jag är att dra bort. Allt onödigt börjar falla bort på något sätt, och det som stannar är någonting som faktiskt är ekonomiskt på ett sätt att man kan vila i det. Det börjar finnas där, av sig själv. Det är inte något att "nu måste jag stå på scen och \*gestikulerar stort\* göra mycket och hålla någonting här", och liksom sätta mycket energi dit utan att jag går på scenen och jag faktiskt arbetar med mig själv och med scenen för en så pass lång tid redan, den möjligheten och kapaciteten att vara där jätte lyssnande åt många olika håll, mot en själv, mot den som man spelar med, mot publiken och att man inte ens behöver tänka på det där "öppnandet" eftersom det kräver en viss nivå av öppenhet redan och det kanske varierar självklart sedan i olika estetiker, men efter att man hittat den [öppenheten] så kan man börja vila i den.

Min kritik för en allmängiltig metod börjar skärpas här, och jag upplever ännu starkare att det faktiskt inte finns en metod eller sätt som en skådespelare borde vara på eller jobba med. Det kanske känns självklart för vissa, men som en väldigt laglydig skådespelare känns detta som en viktig inre revolt gentemot mina egna vanor.

I en intervju med skådespelare och teaterhögskolans vice-dekan Ville Sandqvist reflekterade jag över den tidigare nämnda dubbelmedvetenheten jag upplevde vid Galeasen, eftersom Sandqvist tidigare berättat om en liknande upplevelse i en produktion av Onkel Vanja där han spelade titelrollen.

SA: Det låter lite precis liknande. Samtidigt som alla processer alla roller, för mig åtminstone, så är det det som är det intressanta att det skapar lite olika sorts förutsättningar och olika sorts modeller där man liksom gör det här skapandet eller kreativa processen som konstnär, den som gör rollen. [...] En fransk skådis, 1800-tals skådis som hette Benoît-Constant Coquelin, han hade en ganska rolig teori om hur han jobbar sina roller. Han beskriver det så att han liksom lite som om han skulle rita den här rollen, han liksom gör den. Han skapar någonting som han ser, i detalj, och sen när den är färdig så stiger han in i den och så spelar han den.

KU: Han målar den i sitt sinnes öga?

SA: Ja han målar, och det gav åt mig, inte för att jag nu skulle tänka att jag gör just så, men det gav mig en infallsvinkel då som ung, och det här var då när jag höll på med mitt skriftliga slutarbete för jag gick igenom en massa, hela från antiken till liksom början av 1900-talet ända fram till typ Grotowski, och sånahär olika tekniker och metoder som har använts inom den västerländska liksom skådespelarkonsten gav det plötsligt en "ahh jaja, såhär kan man också göra förstås". Att man har den här dubbla närvaron liksom så konkret, att man bara ser det, att det inte är något som är intra-psykiskt och någonstans där borta, lite mystiskt, utan man kan försöka göra det väldigt påtagligt. (V. Sandqvist, personlig kommunikation, 20.02.2023.)

Jag förstår inte hur Coquelin jobbar med sitt rollskapande, men jag plockar upp i Sandqvist ord en förståelse för själva jobbet i rollskapandet. Den dubbla närvaron som görs ytterst påtaglig för en kan betyda något helt annat för en annan, men det finns ett enormt arbete i att omforma någon annans arbete och göra en egen tolkning av det. Det om något är en metod för mig. Ett aktivt arbete där en försöker hitta inspiration och olika infallsvinklar, för att sedan transformera dem till något eget. En viss nyfikenhet för att lära sig och för att försöka luska ut andra människors arbetssätt och i de bästa fallen stjäla det bästa, det som fungerar.

I boken *Actors on acting* presenterar Cole och Chinoy (1970, 533) en intervju med Jerzy Grotowski, där han frågas om skådespelarens teknik (märk väl att det inte nämns vem initialerna D.B. i texten syftar till, men en kan rimligt anta att det är intervjuaren):

D.B.: But what do you mean by "the total act" of the actor?

J.G.: It is not only the mobilization of all the resources of which I have spoken. It is also something far more difficult to define, even if very tangible from the point of view of work. It is the act of laying oneself bare, of tearing off the mask of daily life, of exteriorizing oneself. Not in order to "show oneself off", for that would be exhibitionism. It is a serious and solemn act of revelation. The actor must be ready to be absolutely sincere. It is like a step toward the summit of the actor's organism in which are united consciousness and instinct.

D.B.: In practice the formation of the actor must then be adapted to each case?

J.G.: Yes, I don't believe in recipes.

D.B.: There, there is no such thing as the formation of actors, but the formation of each individual actor. How do you go about this? You observe them? You question them? And then?...

Jag reflekterade också med Sandqvist över huruvida alla bör skapa sin egen metod (med tanke på alumträffen som nämndes tidigare).



V: Det är speciellt att man måste skapa en egen metod på något sätt därför att när vi jobbar med vår egen kropp, och den är speciell och med vårt eget medvetande, samtidigt som det där medvetandet eller kroppsliga närvarandet och medvetande är också uttrycket, att de är också verktyg. [...] Jag kan inte tro att det finns någon generell metod.

Både i denna intervju med Sandqvist och den med Grotowski poängteras faktumet att var och en bör skapa sin egen individuella stil eller metod och att det inte går att forma en allmängiltig metod som skulle fungera i varje skådespelare eller situation.

## 4. ÄR DENNA ANALYS NYTTIG?

Jag skrev tidigare att jag hade en viss skepsis gentemot absoluta sanningar. Om jag är helt ärlig med mig själv skulle jag älska att bara hänge mig åt absoluta sanningar hela tiden. Tänk vilken frihet kunde uppstå från att ha de mest konkreta och strikta tänkbara regelverken! En enda form som bestämmer helt och hållet på vilka sätt du bör och kan vara på scenen. Ett enkelt mätbart sätt att säga ”ja, det du gör just nu är bra” eller ”nej, det du håller på med just nu är inte bra alls”?

Detta är högst antagligen inte ett särskilt hållbart förhållningssätt för att uppnå ett lustfyllt kreativt uttryck. För någon som älskar regelverk är tanken på att bli regisserad in på varje minsta blick kanske lockande, men sist och slutligen skulle det för mig innebära en viss passivitet inför min yrkesroll. Kanske är det slapphet eller en rädsla att hävda något som jag själv måste stå för och inte kunna gömma mig bakom som med en regissörs arbete. Hur som haver kan jag konstatera, för min egen del, att det är en drift gentemot ett arbetssätt som inte är hållbart eller särskilt stimulerande.

Men här dyker en annan fråga upp. Var exakt finns det ”passliga” läget för en skådespelare att uttrycka sin autonomi, sin egen ”vision” om man så vill? Flera av mina klasskamrater och yrkeskolleger kan högst antagligen gräva upp minnen av sceniska arbetsprocesser där båda extremerna av detta regelverk tar sitt uttryck. Antingen yrar en runt om kring på scenen utan någon som helst uppfattning om vad som händer, och figuren i läktaren sitter med händerna i kors och grymtar fram tills premiärveckan då hela föreställningen plötsligt skall skapas från början. Eller så har arbetsgruppen glädjen att infinna sig med en Ingmar Bergman-karaktär som beskriver varje steg, andetag och blinkning du bör ta för att förmedla det som manuset säger men du uttalar fel.

Kanske finns dessa på en glidande skala, ett spektrum. Jag kväljer också av narrativ som bygger på att vidareföra ett budskap genom att ”bara ställa frågor” eftersom de så ofta kan vara vilseledande och till synes påstå mycket utan att de facto säga ett dugg, men frestelsen är för stor, tills vidare.

Jag försöker leta efter en metod. En metod som skulle fungera som en universell sanning för mitt yrke. En grundplan eller ett system som jag kunde klistra på varje roll jag gör eller arbetsprocess jag åtar mig för att göra arbetet så lätt som möjligt. Kanske är det slapphet eller en rädsla att hävda något som jag själv måste stå för.

Är njutning som en metod nyttig? Är det nyttigt att försöka sätta njutning i ett system, att försöka klämma ut en metod om njutning? Är det viktigare att ta vara på de exstatiska stunder jag upplevt då de kommer, på så sätt som jag hittills upplevt dem, genom en rad ytterst varierande metoder. Är det mer värdefullt att ta vara på de stunderna, och försöka hitta dem pånytt genom att utveckla mina färdigheter som en skådespelare, eller att skapa ett system där jag försöker konsekvent uppnå samma lustfyllda arbete gång på gång? Förstör jag arbetet på så vis, då jag äntligen skulle bygga klart ett sådant luftslopp för min egen process? Skulle det då vara en eller flera? Jag beskriver processen svartvitt och ganska banalt. Valet är ju ganska självklart då jag presenterar det såsom jag gör ovan.

Jag tror jag beundrar ett sökande mera. Den lata, slappa sidan av mig beundrar inte det överhuvudtaget, men på samma sätt som jag vet att det gör mig gott att äta grönsaker med lunchen så vet jag att jag gör mig en tjänst då jag tar den svårare, mer arbetskrävande vägen för att komma till en slutsats jag förstår.

Och ändå finner jag lättja i tanken att om jag bara hade en process som skulle fungera på allt, alla skådespelarens arbetsprocesser, men den kommer inte att komma, tror jag. Varför har jag det här behovet? Det är ju enkelt att tänka att jag vill bli ”färdig” i min yrkesroll, men då följer nästa fråga: Varför vill jag bli ”färdig”?

## 5. SAMMANFATTNING OCH DISKUSSION

Syftet med denna essä har varit att utforska mitt eget förhållande till begreppet njutning som en drivande kraft och metod för mitt skådespelararbete. Njutning är ett mångfacetterat och ytterst personligt begrepp och vad det betyder för mitt arbete kommer onekligen att skilja sig från vad det betyder för någon annans arbete.

I texten har jag belyst olika anspråkssätt på njutning, och nämnt specifikt Astrid-Ulrika Stenbergs fyra njutningskroppar som ett bollplank för hur en kan se på njutning och var till exempel min syn på njutning skiljer sig från hennes, särskilt i förhållande till det hon kallar njutningen utan kropp och hur jag ofta kan uppleva samma fokus i arbetet utan att kroppen inte skulle vara närvarande eller lika i fokus som sinnet är i arbetet.

Vidare har jag behandlat min egen njutning och forskat i hur den tar sig uttryck i mitt arbete. De stunderna då kroppen och sinnet har fungerat i harmoni, och jag upplevt att jag *kan* det jag jobbar med, eller åtminstone haft förutsättningar för att jobba på ett engagerande sätt. Detta kopplar jag direkt till olika processer under skolans gång, till exempel musikteaterkursen och produktionen Private Dancer samt min arbetspraktik vid Teater Galeasen. Specifikt med produktionen vid Galeasen fick jag en tydlig uppenbarelse i form av en inre röst som drev mig till att jobba på ett för mig nytt sätt, där jag konstant försökte leta efter nya möjligheter och strategier för att hålla arbetet levande och intressant för mig själv och de andra.

Härefter har jag utforskat vidare på konceptet flow, som var ytterst närvarande i min kandidatuppsats. Som en övning har jag uppdaterat Owen Schaffers sju flow förutsättningar till något som jag numera vet att jag behöver i mitt arbete för att kunna jobba ostört och med flöde. Skam finns också här som en tangerande effekt på arbetet men ett ganska markant skifte inom mitt tänkande om skam och sceniskt arbete möjliggör mig numera (förhoppningsvis) jobba *med* dessa saker snarare än att kämpa mot dem. I detta hjälper tanken om virtuositet samt hur banal den rädslan om misslyckandet och ”döden” jag presenterar är, så oändligt närvarande som de ändå är.

Tanken om att aktivt jobba med de lärdomar och material som presenteras har tagit fokus i stycket om gränser och frihet. Här har jag närmat mig en bättre uppfattning om vad ett aktivt tankearbete innebär när det kommer till att anpassa arbetet till sitt eget sinne och sin egen kropp, och hur viktigt detta arbete är för att kunna självständigt jobba.

Jag har beskrivit ett udda fenomen som verkar finnas närvarande i flera av mina arbetsprocesser. Här har jag kallat det för ord som fungerar, men det jag beskrivit är hur jag dras till aha-upplevelser inom arbetet, och hur de plötsliga upplevelserna får arbetet att sprudla och gnistra för mig. Jag har också behandlat Leo Vygotskys proximala utvecklingszon som ett ramverk för hur jag som konstnär kunde fungera i en arbetssituation med andra.

Jag har granskat mitt alter ego Alexas närvaro i min konstnärliga praxis och hur det feminina får plats i en vanligtvis maskulin existens, och hur ett alter ego kan bjuda in andra arbetsmetoder, förutsättningar, regler och ramverk för ens eget arbete. Utöver det har jag berört hur obekvämt det kan vara att bolla med så många olika och främmande ting samtidigt som en är i en process där en borde producera ett någorlunda färdigt material.

I samband med en alumnträff som ägde rum i teaterhögskolan har jag börjat ifrågasätta hur skådespelare egentligen formar sin metod, om det finns något som helst vettigt och uniformt resonemang kring det hela, eller hur utövar yrkesidkande skådespelare sitt yrke? Via många svängar, intervjuer och bokcitat har jag kommit fram till att det inte finns en allmängiltig metod, eller ett ramverk som jag bara kunde följa för att enkelt skapa ett skådespelarjag som fungerar av sig självt.

Den där verktygsbacken. Den finns. I den har jag omedvetet lagt ett och annat, och nästan per automatik börjar jag sträcka efter verktyg som jag ibland till och med glömt att jag har. Njutning är kanske inte ”the” metod, men det är ett verktyg bland flera andra som jag samlat på mig, och som jag fortsätter att utforska i mitt arbete.

## Källor

[Adam Neely]. (2017, December 11). *What is the most difficult piece of music?* [Video]. Youtube.com. <https://www.youtube.com/watch?v=IaLwrLRpZ1w> Hämtad 10.3.2023.

Blumer, H. *Symbolic Interactionism : Perspective and Method*. Berkeley, CA: University of California Press, 1986. Print.

Cole, T., & Chinoy, H. K. (1970). *Actors on acting: The theories, techniques and practices of the great actors of all times as told in their own words* (2nd ed.). Crown.

Hamilton, A. (2007). *Aesthetics and music*. Continuum.

Kleon, A. (2012) *Steal Like an Artist – 10 Things Nobody Told You About Being Creative*. Workman. New York.

Kumpulainen, P., kandidatavhandling (2021). *Skam, rädsla, cringe, flow*. Taideyliopiston Teatterikorkeakoulu. Helsinki.

Mamet, D., & Hoberstorfer, G. (2010). *Sant och falskt: Kättereri och sunt förnuft för skådespelaren*. Gidlunds.

Stenberg, A., näyttelijäntaide, T. T. R., svenska, K. T. S. p., & Swedish, U. H. T. A. A. i. (2021). *PLEASURE PLAcEYS: Om njutning i en konstnärlig praktik*. Taideyliopiston Teatterikorkeakoulu.

Svenska Akademien. (2017). Virtuositet. I *Svenska Akademiens ordbok* <https://svenska.se/saob/?sok=virtuositet&pz=4> Hämtad 23.3.2023.

Svenska Akademien. (2021). Lust. I *Svensk ordbok* <https://svenska.se/so/?sok=lust&pz=4> Hämtad 25.3.2023.

Svenska Akademien. (2021). Njutning. I *Svensk ordbok* <https://svenska.se/so/?id=155687&pz=7> Hämtad 25.3.2023.

Svenska Akademien. (2021). Nöje. I *Svensk ordbok* <https://svenska.se/so/?sok=nöje&pz=1> Hämtad 25.3.2023.

Svenska Akademien. (2021). Tillfredsställelse. I *Svensk ordbok* <https://svenska.se/so/?sok=tillfredsställelse&pz=1> Hämtad 25.3.2023.

Svenska Akademien. (2021). Välbehag. I *Svensk ordbok*  
<https://svenska.se/so/?id=194415&pz=7> Hämtad 25.3.2023.

Vygotsky, L. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.