

# ÖVNINGSREGISTER

---

## Rubrik

Den här övningen kräver en del förarbete av dig som ledare. Innan du ska genomföra övningen med deltagare ska du klippa ur rubriker ur olika tidningar och klistra upp dem på varsina papper.

Låt deltagarna dra en varsin rubrik. De ska sedan hitta på en händelse som de tycker kan ligga som grund för rubriken. Var och en berättar sin historia för gruppen. När alla har presenterat sina rubriker och historierna bakom dem är det dags att börja gestalta. Låt deltagarna gå ihop i par eller grupper, beroende på vad som är lämpligast. De ska nu gestalta historien bakom rubriken.

## Tips!

Välj vilka rubriker som ska gestaltas genom att lotta eller genom att deltagarna själva väljer vilken de vill gestalta.

Det går att variera övningen genom att gestalta det som händer *efter* rubriken.

---

## Berättande

Att berätta för varandra och lyssna på andras berättelser är en stor del av teaterkonstens historia. Det är ett sätt att samlas och dela varandras minnen, drömmar och fantasier.

När man arbetar med berättande kan man göra det sittande i ring och fokusera på själva historierna. Man kan också göra det fysiskt och fokusera på handling och skådespelarens fysiska berättande.

## Tips!

Som ledare för en grupp som ska arbeta med berättande kan det vara bra att tänka på några saker.

- Hjälpt deltagarna att släppa på censuren. Det kan du göra genom att arbeta med övningar som stimulerar flödet och är bejakande, t.ex. olika improvisationsövningar.
  - Fantasi är en god grund för berättandet. Deltagarna kan öva sin fantasi genom improvisationer o.likn.
  - Sätt upp ramar för berättandet. På så sätt blir övningarna tydliga och alla vet vad som förväntas av dem och alla kan lyckas med uppgiften.
- 

[www.teatermila.se](http://www.teatermila.se)

[info@teatermila.se](mailto:info@teatermila.se)



Teater Mila