

ÖVNINGSREGISTER

Beteendeforskaren

Alla bestämmer gemensamt vilken miljö som ska gestaltas. Därefter skapar alla en varsin karaktär som kan finnas i den miljön.

Nu får en av deltagarna gå ut ur rummet. Övriga bestämmer ett beteende som de alla ska ha gemensamt.

Deltagaren som väntat utanför får nu komma in. Improvisationen kan börja. Alla agerar utifrån sina karaktärer, även den som nyss stod utanför rummet, i den förutbestämda miljön. Nu ska alla ha det bestämda beteendet som en del av sitt agerande. Den som inte vet vilket beteende de andra har gemensamt ska under improvisationen försöka lista ut det genom att agera med de övriga karaktärerna. När beteendet är avslöjat så visar även den ovetande upp samma beteende som alla andra.

Tips!

Det går att be två stycken lämna rummet och sedan komma in och arbeta tillsammans med att försöka hitta beteendet.

Beteendet kan vara väldigt lite framträdande i början för att sedan successivt öka under övningens gång.

Kom i gång att gestalta

Den amerikanske kommunikationsforskaren Albert Mehrabian upptäckte att kommunikation innehåller flera delar. Vi sänder och tolkar budskap genom de ord vi säger, de tonfall vi har och de fysiska uttryck vi använder. När vi tolkar en annan människa så gör vi det utifrån;

- 7 % av budskapet består av själva orden personen säger
- 38 % är tonfall, betoningar och andra ljud
- 55 % är det icke-verbala, dvs. kroppsspråk

Ordet är alltså inte det viktigaste i en kommunikation! Kroppens språk däremot är oerhört centralt. Vi tolkar inte budskapet utefter orden utan utifrån hur de framförs.

www.teatermila.se

info@teatermila.se



Teater Mila

ÖVNINGSREGISTER

Kroppsspråket delas in i 5 huvudrubriker:

- hållning
- rörelser
- gester
- mimik
- röst

Genom att deltagarna får träning i att gestalta med kroppsspråk så blir de tydligare i vilket budskap de sänder till mottagarna. De blir också mer tränade i, och duktigare på, att tolka andras kommunikation!

www.teatermila.se

info@teatermila.se

