

NM Teatersport™

Lillehammer 2005

ØVINGSTEKNIKKER

Grunnleggende forutsetninger og øvingsteknikker

Noen grunnleggende forutsetninger i Teatersport

Her følger noen hovedregler i impro/teatersport som er gode å huske på mens man trener. Har man en bevissthet på disse tingene mens man er i en scene – er man en svært god teatersporter. Disse grunnreglene er gode å huske på, selv for dem som har trent mye:

Aksept

Hovedoppgaven for en improvisator er å lytte til de tilbudene som medspillerne kommer med, og å bruke dem til å gi et konstruktivt mottilbud. Det er dette som kalles å *akseptere* et tilbud i motsetning til å *blokkere*. Ved å akseptere drives historien fremover.

Ikke planlegg

For å kunne lytte til medspillerne og deres tilbud er det nødvendig å unngå å planlegge det som skal skje i improvisasjonen. Det er vanskelig for oss å la være å planlegge. Det kan virke skremmende å gi fra seg kontrollen og bare se hva som oppstår i samspillet. Men det er nødvendig for å bli en produktiv improvisator. Når vi planlegger, blir vi opptatt av å gjennomføre planen vår, en plan som de andre ikke vet om, og derfor ikke kan forholde seg til. Da glemmer vi å lytte til tilbudene. (*Moral*) Så regn med at medspillernes tilbud er mer interessante enn dine egne planer. Historien ligger ikke hos noen av dere, MEN mellom dere.

Vent på napp

Kunsten å la noe oppstå i situasjonen kaller vi "å vente på napp". Å gå inn på scenen som et blankt ark og se hva som skjer. Dette må ikke forveksles med passivitet. Spillere som våger å vente på napp kan få vidunderlige øyeblikk til å oppstå, men de tar også sjansen på å gi fra seg kontrollen med muligheten for å feile. Dette er to grunnleggende forutsetninger for å kunne improvisere.

Grøting

Keith Johnstone (KJ) bruker begrepet *Wimping*. I Norge er dette oversatt med *grøting*. For eksempel: "Oj! Hva var det?" Grøtete svar: "Jeg vet ikke." Å grøte vil si at man ikke tar stilling til det tilbudet man får, ikke vil definere klart hva man holder på med, eller forfaller til konversasjon – med andre ord: "å gå rundt grøten". Det er et krav at spillerne raskt definerer hva situasjonen går ut på. Grøting kan observeres lett i "et ord av gangen" –øvelser, der folk nekter å ta ansvaret:

Vi...møtte...en...skummel... SVÆR... stor... DIGER...grønn...sinna... osv. osv Historien stopper opp.

Utsettelse

Keith Johnstone bruker begrepet *hedging*. Vi har oversatt det med *utsettelse*. Å utsette betyr at man ikke vil komme til poenget, selv om man vet hva poenget er. Eksempel: En sjef har som mål å si opp en ansatt. I stedet for å gå rett på sak, sier man:

"Kom inn, Hansen... De vet vel hvorfor jeg har bedt dem komme?"

"Nei"

"Åh..."

På dette tidspunkt føler man seg ganske trygg, ettersom det fins et punkt i fremtiden som man alltid kan falle tilbake på hvis fantasien forlater en. I mellomtiden har handlingen lett for å forfalle til konversasjon, og historien/situasjonen blir ikke utviklet.

Annullering

KJ bruker ordet *cancelling*. Man nekter å ta alvorlig de problemene som oppstår i en øvelse, eks.: A sier uventet: "Så synd at du har fått syfilis!". B svarer "Det bryr jeg meg ikke om, man har funnet en kur mot syff!". Her aksepterer B i og for seg As tilbud, men nekter å komme i vanskeligheter. Tilbudet blir nøytralisert og publikum blir snytt for en historie.

Møt monsteret

Å møte monsteret er å komme seg ut i vanskeligheter, og å definere hva vanskelighetene består i. Publikum liker å se at vi er ute på dypt vann - både ved at vi gir fra oss kontrollen - og at vi i improvisasjonen kommer i store vanskeligheter, og gjør det verre for oss selv. Publikum er ikke interessert i å se på spillere som fikser alt uten at det koster dem noe.

Produsèr!

Når man får et tilbud, må ballen sendes tilbake, ikke legges død. Dette er en form for blokkering. Sammenlikner vi en improvisasjon med fotball, er det lett å se at publikum ikke blir begeistret hvis spillerne legger ballen død hver gang de får den, og så begynner på noe nytt helt for seg selv. Samspillet derimot, det fascinerer og imponerer!

Unngå originalitet

I Teatersport merker vi ofte at publikum, når det blir bedt om å gi forutsetninger, anstrenger seg for å finne på noe "originalt" eller "festlig". Spørsmålet "Hvor er vi?" for eksempel, utløser ofte svar som "På toppen av Galdhøpiggen", "På månen" eller "I en iskrembar midt i Sahara". Imidlertid viser det seg at dette slett ikke frigjør kreativitet og spontanitet på scenen - tvert i mot: Jo alminneligere og kjedeligere utgangspunktet er, jo større assosiasjonsrikdom oppstår. I en improvisasjon skal det uventede skje, (og) også fantastiske ting. Vi kan begynne på kjøkkenet og ende på månen. Men det kan lønne seg å la en improvisasjon starte innenfor det gjenkjennelige, gjerne det hverdagslige. Det gir rikest assosiasjoner, både for spillerne og for publikum. En spiller som forsøker å demonstrere sin originalitet og intelligens, vil sjelden lykkes med annet enn å legge ballen og historien død.

Fortell historier! (narrativ teknikk)

Et av de viktigste elementene i IMPRO er historiefortelling. Dette vil si at *deltakerne i en improvisasjon sammen spiller fram en klar historie, med begynnelse, midtparti og slutt*. (Det betyr altså vanligvis ikke at man verbalt snakker seg gjennom en anekdote.)

Det viser seg at i lengden er historiefortelling det vanskeligste ved Teatersporten. Hvis spillerne ikke kan fortelle historier, blir Teatersporten redusert til oppvisning av gags, teknikker og punch-lines. Dette gjennomskuer publikum fort, og lar seg ikke lenger imponere. Det personlige utbyttet for spillerne blir øket hvis de lærer seg å fortelle historier.

Litt om komikk og Teatersport

Komikken i Teatereport ligger ofte i avstanden mellom de forskjellige forutsetningene for det som skal skje på scenen. To eller flere former for virkelighetselementer settes opp mot hverandre, elementer som ikke logisk hører sammen i vår hverdag. I logiske brudd og overraskende løsninger ligger det fort mye komikk... I tillegg kommer publikums glede over å se noe oppstå der og da, og å se spillerne takle uventede vanskeligheter. Jakt derfor ikke på komikken først og fremst, la den oppstå av seg selv.

TRENINGSØVELSER

Synkronsnakk / en stemme

En gruppe spillere utgjør til sammen et "jeg", og snakker i kor. Trener evnen til å lytte til hverandre og ikke planlegge. Brukes i konkurranser i flere variasjoner (gjerne som oppvarmingsøvelse).

Ja-øvelse

Deltakerne aksepterer alt de andre sier. Trener evnen til å ta imot tilbud og ikke blokkere.

Gi gaver

A gir B en gave. B bestemmer hva gaven er definerer det for tilskuerne, og takker begeistret. Deretter gir B en gave til A osv. Trener evnen til å ta imot tilbud og definere dem..

Ja, og ...

A gir B et tilbud. B aksepterer, og gjør tilbudet større. B sender et nytt, tilbud til A, som gjør dette større, osv. Trener akseptering og øking av tilbud.

Det er tirsdag

A gir B et kjedelig, alminnelig tilbud. B overaksepterer og reagerer så stort som mulig på tilbudet. Gir så raskt en grunn til kjempereaksjonen (NB: Først reaksjon, deretter begrunnelse). B gir så A et kjedelig tilbud osv. Trener evnen til å ta raskt stilling til et tilbud, gi tydelige signaler og å handle først og tenke seinere.

Ja, men ...

A gir B et tilbud. B tar imot med begeistring, og føyer til en hindring. Trener evnen til å ta imot tilbud og lage hindringer for både seg selv og partner.

Ja-stafett

2 lag. I fra hvert lag starter en handling. Den som blokkerer først, må ut. Erstattes av nestemann på laget. Kan brukes som konkurranseøvelse.

Benken

A sitter på benk i parken. B kommer. Det er "hans" benk. A's mål er å beholde benken. B's mål er å få A til å forlate benken. Her gjelder det å ikke blokkere, samtidig som man arbeider henimot sitt mål. (Unngå terror!) Det er ikke tillatt å fjerne den andre fra benken med fysisk makt.

To steder

2 spillere på scenen. A er hjemme hos seg selv. B kommer til bussholdeplassen og venter på bussen. Her gjelder det å ikke blokkere, samtidig som man holder på "sitt" territorium.

Tre på en benk

Tre spillere på benken. Det skal ikke brukes ord. De tre skal forlate benken av én felles grunn. Denne skal oppstå mellom dem og være forståelig for tilskuerne. Trener evnen til å lytte og å vente på napp.

I midten

Tre sitter på en benk. B sitter i midten og skal føre en samtale med A og C samtidig. Trener evnen til å gi fra seg kontrollen og å forholde seg til flere handlinger samtidig.

Status

Begrepet status er viktig i impro. Les om dette i Keith Johnstones bok.

Høy og lav status

Herre-og-tjener-situasjon. Herrens oppgave er å beholde sin høye status. Tjenerens oppgave er å beholde sin lave status. Prøv ut forskjellige måter å skaffe seg høy/lav status på.

Begge spillerne tar høy status.

Her gjelder det å hele tiden få høyere status enn partneren.

Begge spillerne tar lav status.

Ditto, bare at det gjelder å legge seg under. Begge disse øvelsene er altså statuskonkurranser.

Statusskift I

A og B spiller en situasjon. A starter med høy, B med lav status. På tegn fra lærer/kampleder skifter de status, men holder handlingen gående.

Statusskift II

Spillerne skifter status på eget initiativ. Enten ved et stort, brått vendepunkt, eller en langsom, glidende vending.

Å balansere status

Spillerne legger seg så tett opp til hverandre statusmessig som mulig. Endrer den ene status, følger den andre etter.

Cocktailselskap I

Kan ha 4-10 deltakere. Alle får utdelt en lapp med tall som angir deres status (på en skala fra f.eks. 1-10). Spillerne holder lappen mot pannen uten å ha sett på tallet. De møtes så i et cocktailselskap der de hilser på hverandre med holdningen til den status lappen gir den andre. Står det "4", lar du dette farge din oppfatning som vedkommende. Når øvelsen er over, undersøker vi om hver enkelt spiller har oppfattet sin egen status ut fra de andres reaksjoner.

Cocktailselskap II

Spillerne velger sin egen status uten å fortelle det til de andre. De sirkulerer rundt i cocktailselskapet og hilser på hverandre. Når øvelsen er slutt, sjekker vi om spillerne har oppfattet hverandres status ut fra hver enkelts atferd.

Fødselsdagsselskapet

A har bursdagsselskap. B, C og D kommer på besøk. Hver spiller har på forhånd bestemt seg for en egenskap ved hver enkelt av de andre tre. Eks: Lukter vondt, er morsom, er sexy osv. Øvelsen skal foregå innenfor reglene for akseptabel sosial atferd.

Én fryses ut

Bursdagsselskap. 4 spillere. I løpet av selskapet skal tre av spillerne alliere seg mot den fjerde, som fryses ut.

Utro tjener

A har høy status, B har lav status. B tar lav status overfor A, men viser publikum at A egentlig har lavere status enn B. B har altså *dobbelt* status. Kan også gjøres med flere spillere i en situasjon, ved at B viser C og D hva han/hun egentlig synes om A.

Ett ord av gangen I

Deltakerne sitter sammen i grupper på 4-5 stykker, og skriver ned en historie der hver enkelt bidrar med ett ord av gangen etter tur. Øver evnen til å slippe kontrollen.

Ett ord av gangen II

Deltakerne sitter sammen i en ring, forteller historie (med bare ord) sammen ett ord av gangen (som over). Etter hvert flyter historien fort og fritt. Trener lytting og "slippe kontrollen".

Hva hender så? ("og så da?/Hva skjer?")

A utfører fysisk en handling/historie som f.eks. B, C og D forteller med ord. B, C og D veksler fritt mellom å fortelle. Hver gang A har utført en handling (Bare 1 av gangen) spør han: "Hva hender så?", og BCD legger til en ny handling. Dette er en øvelse i å fortelle historier. HUSK: Vær hverdagslig og kjedelig, ikke original. Historien skal ha en begynnelse, hindringer og en slutt.

En-narrativ treningsøvelse

2 deltakere. 20 sekunder hver til disposisjon. A legger fram noen enkle elementer til en historie, f.eks.: "En liten gutt står ved stranda og ser utover sjøen. der ute går en båt..." B skal nå utvikle og avslutte historien ved hjelp av de elementene A har gitt ham.

Feil rom

1 spiller. Øvelsen består av en rekke entreer/sortier, hele tiden i og fra "feil rom". Trener evnen til å produsere raskt og "uten å tenke".

Lister

Lag raskt en liste over assosiasjoner ved atferdstrekk/handlinger/følelser. Eks.: Handlingen "A forføre noen" kunne gi følgende liste: Smil. Snakk med myk stemme. Skryte. Rose den andre. Tenne stearinlys osv. Så spilles en situasjon, der man bruker den ferdiglagde lista ved å utføre handling etter handling.

Mantra

Deltakerne finner seg et *mantra* - her: et ord eller en setning man gjentar for seg selv inni seg hele tiden mens øvelsen utføres, f.eks. "Jeg elsker deg" eller "Gid han var død."

Flere øvelser å bryne seg på (vil ikke brukes i NM på Lillehammer)

Statustablå

To spillere setter opp et tablå, starter scenen ut fra dette tablået. Den ene har høy status i tablået, den andre lav. I løpet av scenen endrer man status og ender i det samme tablået, men med motsatt posisjon. (Her kan publikum delta ved & lage åpningstablået.)

Levende rekvisitter

En scene spilles der man bruker spillere, f.eks. fra det andre laget, som rekvisitter.

Sidelengs

Bakveggen er taket, scenegulvet er bakveggen. Spillerne opptrer etter beste evne helt normalt mens de spiller scenen liggende på gulvet. De utfører alle handlinger, omgås rekvisitter etc. som de ellers ville ha gjort.

Ekspert med plansje

Publikum oppgir emne. Eksperten skal kåsere over dette emnet, og har til disposisjon en plansje (type skoleplansje e.l.) som har detaljer godt synlige for publikum. Denne plansjen bruker så eksperten til å illustrere sitt foredrag. NB! Det er viktig a) at spillerne ikke har sett plansjen på forhånd, b) at plansjen har så lite med ekspertens område/tema å gjøre som mulig.

Morderleken II

Denne varianten spilles ikke på gibberish. Man velger ut et mordoffer og se sender det ut av scenen. Publikum bestemmer hvem som er morderen, mordvåpenet, offerets yrke, og et personlighetstrekk

ved offeret. Offeret hentes så inn. Man spiller så situasjonen som ender i drapet. Nå scenen er slutt, skal mordofferet kunne gjøre rede for sitt yrke, sitt personlighetstrekk og mordvåpenet.

Røde neser

Man finner fram til en passende seriøs scene som skal spilles. Deretter kunngjøres det at scenen skal spilles med røde klovneneser.

Beste pause

I løpet av scenen som spilles skal det oppstå en lang pause som er scenens vendepunkt.

Hemmelige lyster

En scene spilles. I løpet av den oppstår en felles, hemmelig lyst blant spillerne ("Det viser seg hva deres hemmelige lyst består i"). Den må altså springe ut av, og motiveres gjennom, den situasjonen som utvikles i løpet av scenen. Denne lysten har nok oftest en erotisk karakter, men bør ikke ha noe med det vi vanligvis forbinder med erotikk å gjøre.

Publikum som lydkulisse

Publikum bes om å bidra med lydkulisser til scenen som spilles.

Følelseslyder

4 spillere. To spiller situasjonen, to er skygger bak som høyt og tydelig benevner *følelselyder*, ("fortvilet stønning", "optimistisk latter", "bekymret smatting", osv) som de to "i" situasjonen skal legge på spillet sitt. Følelseslydene ledsager spillet kontinuerlig helt til ledsagerne gir dem en ny. Ellers spilles situasjonen som normalt.

Den usynlige mannen

To spillere. Starter med dialog i "hvert sitt rom" *utenfor* scenen (f.eks. badet og kjøkkenet). Så kommer de inne på scenen/"i stua". Når de kommer inn, er de usynlige for hverandre. De kan høre alle lyder, også hverandre, og se alt unntatt hverandre.

Skuespillet (The Play)

3-5 spillere er på biltur. De får motorstopp, og går til nærmeste hus, et gammelt kråkeslott. Scenen begynner i det de kommer inn i huset, som etter hvert viser seg å være forlatt. De bestemmer seg for å overnatte i huset. Hver gang en person har gått ut av rommet. kan han/hun ikke se de andre lenger når han/hun kommer tilbake igjen. Han/hun kan høre alt og se alt, bortsett fra de andre personene. Det er en fordel at bare 1 person forlater rommet og kommer tilbake av gangen.

Maskeøvelse

Spillerne finner hver sin maske (et ekstremt ansiktsuttrykk med tilhørende lyd). En normal situasjon spilles, men på signal "tar de på seg" masken (m/lyd).

Boris

En spiller forhøres under tortur av en forhørsleder vi ikke ser, bare hører. Spilleren tilstår etter hvert det han/hun har vært med på/opplevd. Keith Johnstone er nøye med å advare mot overdreven gymnastisk utfoldelse. Det er en øvelse i fortellerteknikk.

Musikalsk mime

Øvelse for i spiller (vanligvis). Pianisten/orkesteret spiller et musikkstykke. Etter en lytteperiode (opptil 30 sek) gir en spiller tegn til at han/hun er klar. Går så på scenen og begynner en scene som har klar sammenheng med musikken. Ord er forbudt! Poenget her blir gi-og-ta-samarbeidet mellom spiller og musiker(e). Denne øvelsen fungerer nok bare med levende musikere.

Fifvof (Sisyfos)

Tre deltakere. A er restaurantgjest. Betjenes av B: kelner med en eller annen påtagelig lyte. Nå kommer C og spør A om han/hun kan få sitte ved A's bord. Det viser seg at C har samme lyte som B. Hva skjer? A sier ingen ting i løpet av scenen - hans oppgave er å være den normale, kjedelige, nøytrale iaktaker. I denne øvelsen passer det godt å invitere en representant fra publikum til å spille A.