

En forestilling om kærlighed

Skuespil i et teaterprojekt blev kilde til gåpåmod og fællesskab blandt ældre på et aktivitetscenter i København

Aktivitetshuset Randersgade i Københavns Kommune har igennem en periode på fire måneder summet af drama, sang og dans fra kælder til loft og ud i alle afkroge. Medlemmer og medarbejdere har arbejdet med at sætte en teaterforestilling op. Målet var at tilbyde medlemmerne en platform for styrkelse af gåpåmod, stolthed og lyst til at skabe sammen med andre

Indre liv får nye blomster

Det er ingen hemmelighed, at når man bliver ældre og bevæger sig længere og længere væk fra arbejdsmarkedet, og når ens krop ikke helt vil mække ret længere, så sker der en naturlig udfasning af det sociale fællesskab med andre. Verdenen, som vi lever i i dag, er ikke lagt an på langsomme hjerner eller skrøbelige ben. Det kan medføre isolering, og det kan give et menneske oplevelsen af, at man ikke har værdi mere i relation til andre mennesker.

Aktivitetshuset Randersgade havde igennem længere tid tilbudt medlemmerne kurser i personlig udvikling, bl.a. i håndtering af hverdagens små konflikter. Det var helt tydeligt, at deltagerne på kurset blev mere tydelige i deres kommunikation, og at de rankede sig som mennesker. Medarbejderne i Aktivitetshuset ville gerne have mere af en sådan effekt, og de ønskede, at medlemmerne skulle føle eventyrlyst og inspiration igen, at de kunne komme oplevelsen af ensomhed og overflødighed til livs, samt at de kunne få styrket deres selvværd, ansvar og glæde ved at bidrage i et fællesskab.

Et menneske har i følge psykolog William C. Schutz tre grundlæggende interpersonelle behov. For det første har et menneske brug for et fællesskab sammen med andre. Mennesket er af

natur et flokdyr. For det andet har et menneske brug for at have indflydelse på sit liv og at kunne vælge til og fra over for de forhold, som påvirker en. Dernæst har et menneske behov for at dele oplevelser og tanker med andre. Alle mennesker har alle tre behov - hele livet (Schutz 1966). Hvis vi ikke skaber noget sammen med andre, ikke har indflydelse på vores liv, eller ikke har nogen at dele tanker og holdninger med, har vi ikke nogen at spejle os i, eller nogen at spille bold med. Så forsvinder vi som mennesker. Blomsterne i vores indre landskab visner hen. Hvordan giver man et indre liv førstehjælp? Redskaber inden for skuespil kan være med til at vække det indre liv - og de kan være en vej til at ranke sig, få pondus og en stolt fremtoning. Ideen til et teaterprojekt var født.

Aktivitetshuset Randersgade ønskede med projektet, at medlemmerne:

- opdagede nye sider af sig selv
- brugte glemte og gemte sider
- fik styrket selvtillid og tro på sig selv
- opnåede et skabende fællesskab

Samarbejde og fælles ansvar

Aktivitetshuset Randersgade har løbet mange aktiviteter i gang. Motorcykelhold, madgrupper, dansehold, litteraturgrupper, oplæsning, cafe, værksted og meget mere. Men en teaterforestilling havde centret aldrig sat op før. Måden at arbejde på var derfor ikke kun ny for borgerne, men også for de ansatte. I det daglige har hver medarbejder sit ansvarsområde, men i forbindelse med opsætningen af teaterforestillingen, blev medarbejderne afhængige af hinandens arbejde på en ny måde. For at skabe overblik over de enkelte dele i arbejdet med opsætningen, blev der nedsat en koordinerings-

gruppe med en projektleder og en projektsekretær. De to personer stod bl.a. for at få løse ender til at hænge sammen og for at informere på kryds og tværs i huset. Hver medarbejder blev tovholder og ansvarlig for en til to specialtgrupper. Undervejs i forløbet blev der holdt koordineringsmøder med alle tovholdere, projektleder og projektsekretær.

Medlemmer til grupperne blev rekrutteret ved opslag i huset samt tilmelding, ved orientering på morgensamlinger for medlemmerne i huset, og ved at de ansatte direkte opfordrede medlemmer til at deltage i specifikke grupper. Der blev nedsat et teaterhold, en gruppe på 14 personer. Desuden blev der også nedsat en dansegruppe på fire personer samt et kor med 10 personer. Hertil var der en række andre specialtgrupper og enkeltpersoner, som hjalp til, så forestillingen kunne blive gennemført: En forsyningsgruppe, som sørgede for vand og glas til de øvende grupper. Et scenehold, som byggede en scene, samt et malerhold, der malede tre bagtæpper til forestillingens tre scener. En makeupgruppe. Til en teaterforestilling skal man også bruge kostymer og rekvisitter. I værkstedet kom der løbende nye personer ind for at hjælpe med at lave udstyr. En af scenerne foregår i en bridgeklub, og et medlem byggede fx et korthus på en meter ud af store spillekort. Desuden blev der syet skorter til danserne, lavet hårbøjler til skuespillerne og sorte mapper til koret.

Alle grupper var afhængige af hinanden. Den ene gruppe kunne ikke udføre deres opgaver uden de andre, fordi beslutninger og ændringer i de enkelte grupper affødte ændringer i andre grup-



per. På den måde blev der opbygget et fællesskab og et ansvar på tværs af grupper og medlemmer i huset. Alle deltagere arbejdede koncentreret og vedholdende med deres opgaver. Når tingene brændte på, blev man der længere eller tog arbejdet med hjem. En syerske tog fx danseskørter med hjem for at få dem syet færdige til premieren. Malerne blev længere for at få bagtæpperne klar.

En forestilling om kærlighed

Forestillingen kom til at hedde: *Har I hørt? En forestilling om kærlighed*. Titlen går både på handlingen i teaterstykket og på hele tilgangen og ideen til selve projektet. De første ideer til indhold og handling i stykket blev formet i samarbejde med teaterholdet. Ud fra anekdoter og fortællinger om deres eget liv udarbejdede instruktøren det endelige manuskript. På den måde kom dele af stykket til at indeholde bidder af skuespillernes egne formuleringer og oplevelser.

Ældre mennesker bliver ofte usynlige for andre. Som ældre har man ikke stor betydning og indflydelse på unge og voksne menneskers liv. Titlen: *Har I hørt?* Er et udtryk for, at man gerne vil høres, og at man stadig har noget på hjertet. Samtidig er der ofte en del forestillinger om, hvad man kan og ikke kan som ældre. Projektet søger at gøre op med forestillingen om, at når man er

gammel og har nået en vis alder, så er det slut med udvikling. Slut med at lære nyt, slut med eventyr og slut med at overraske andre.

Alle mennesker rummer fantasi, drømme og ønsker. Livet omkring os er måske bare ikke gearret til at få det frem, men det findes og kan blomstre under de rette forhold.

Teaterstykket handler om Ella. Hun fylder 85 år og har inviteret til fest. I stedet for gaver har hun ønsket sig underholdning af sine gæster. Hun glæder sig til at se, hvad de har med af underholdning til hende, og så glæder hun sig til selv at overraske sine gæster. I stykket møder vi Ellas familie på en cafe. Familien kan ikke forstå, hvad der går af Ella. Hun plejer ellers at være så traditionel. Og så er der også et rygte om, at Ella har mødt en filejs. I stykket møder vi også Ellas veninder fra bridgeklubben. De er lige så forundrede som familien. Hvad er der nu galt med en natkjole eller en plade chokolade som gave? Og hvad er det med den der mand? I sidste scene er alle med til Ellas fest, og Ella får gaver. Familien har lavet en sang, og veninderne har hyret en dansetrup til at komme og danse. Til slut afslører Ella sin overraskelse. Hun har mødt en mand: Karl. Sammen med ham skal hun ud at rejse på Karls motorcykel. Turen går over Finland, gennem Rusland og ender i Kina.

Aktivitetshuset Randersgade, Københavns Kommune. Stedet har 220 – 240 medlemmer. Der kommer i snit 60 medlemmer i huset på en dag.

Teamleder: Jessie Nøhr. Teaterprojektet blev støttet af Socialministeriets innovationspulje og løb fra juli til december 2010.

Projektleder og instruktør Rikke Alexandra, rar kommunikation.

Rikke Alexandra, cand.comm., kommunikationsrådgiver og fortæller. Indehaver af rar kommunikation.

www.rar-kommunikation.dk/
rar@rar-kommunikation.dk



Det har givet mig så meget. Da jeg kom, var jeg lidt tilbageholdende. Nu er jeg blevet mere fri. Jeg er ikke altid kommet frem. Har haft svært ved at lære folk at kende. Nu er jeg mere åben. Nu kan jeg falde i snak med en person ved busstoppestedet. Det gjorde jeg ikke før. Tidligere tænkte jeg: hvad tænker de nu om mig

Det har ændret mit liv, det her. Det har givet mig sådan en glæde i min alderdom. Jeg har ikke langt igen og har tidligere ikke ville tænke på det. Det kan jeg nu. Der er kommet balance i mit liv



En trup med mange talenter

Arbejdsformen i projektet var præget af stor rummelighed for de kompetencer og ønsker, som deltagerne måtte have. Alle kan noget særligt, som andre kan få glæde af. Det handler om at se muligheder frem for begrænsninger. Arbejdsformen var inkluderende, og aktiviteter blev skræddersyet, så medlemmerne kunne være med på egne præmisser. Der var derfor heller ikke noget krav om, at man fx skulle have arbejdet med teater tidligere for at blive en del af teatergruppen, eller at man skulle være en sanglærke for at kunne deltage i koret. Lysten og interessen skulle være vejen frem. Med de mange forskellige typer af specialistgrupper fik alle medlemmer mulighed for at deltage i projektet.

Hver gruppe fik en beskrivelse af deres opgave og rammerne for den, og herefter var det de pågældende medlemmer, som sammen skulle løse gruppens opgaver. Ansvar og udførelsen for selve løsningen blev lagt hos den enkelte gruppe.

Medarbejderen, der havde ansvaret for danseholdet, foreslog, at de skulle danse en cancan. Det var ikke noget, deltagerne bare lige godtog fra start. Faktisk var de meget oprørte. En sagde:

Vi kan ikke gå i spagat, og en anden: Du får mig ikke til at tage strømpebånd på. Dansen blev koreograferet, så skrøbe-

lige og usikre ben kunne være med, og efterhånden som dansen tog form, voksede også lysten til at klæde sig ud og føre sig feminint frem - med strømpebånd.

En del af projektets formål var at få gemte og glemte sider frem hos deltagerne. Det krævede, at medarbejderne var både åbne og lydhøre, insisterende og vedholdende over for medlemmernes talenter. På sangholdet deltog fx en herre, der ser meget dårligt. Han kunne ikke forstå, hvad koret kunne bruge ham til, og ofte var han ved at give op. Korlederen vidste, at han havde en særlig flot tenorklang, og løsningen blev at udvælge særlige passager af teksten, som han skulle synge, samt at forstørre teksten til ham.

Livsgnist og skaberværk

Med tiden blev det tydeligt, at teaterprojektet voksede, ikke kun i omfang med de praktiske opgaver, såsom rekvisitter til scenerne og ekstra kørsel til deltagerne, men også på det indre plan. For har man først sagt a, så kommer b som regel også bagefter, og så er det bare om at hænge fast - og lade sig føre og se, hvad der sker.

Hele centeret summede af liv, nerver og spænding, mens projektet stod på. En helt særlig stemning bredte sig i huset.

Når holdene mødtes og bagefter kom ud på gangen og ind i spisestuen, så stod der en særlig magi omkring dem. Fyldt med et skud adrenalin var gangen lidt raskere, gløden i kinderne mere kraftig og vejen til smil og latter kort. Det forpligtende fællesskab, som en teaterforestilling kræver, kom tydeligere og tydeligere frem, efterhånden som projektet skred frem, og generalprøven nærmede sig. Det blev tydeligt, at deltagerne tog det seriøst og alvorligt. Det kom bl.a. til udtryk i mødefrekvensen. Havde man andre aftaler, blev de ændret. Det kunne fx være hjemmehjælperen, som kom en fast dag om ugen, der blev ændret, fordi der var øvedag eller fælles informationsmøder på den pågældende dag. Det kunne også være en operation, som blev udskudt, for at vedkommende kunne deltage i projektet frem til premieredagene. Desuden mødte flere af deltagerne op med småskavanker, hvor de tidligere ville have valgt at blive hjemme. Det var tydeligt, at alle oplevede, at der var brug for deres indsats, samt at de ikke havde lyst til at gå glip af noget og være uden for fællesskabet i huset.

Vovemodet steg også i takt med, at teaterforestillingen tog form.

Hovedpersonerne skulle fx have taget et foto til en teaterplakat. De to hovedpersoner skulle sidde på en motorcykel, og fotooptagelsen skulle ske i aktivitets-



Fotos fra forskellige workshops for ældre på 'Aktivitetshuset Randersgade' - med artiklens forfatter som underviser

husets værkstedskælder. Den kvindelige hovedrolleindehaver kom ned med sit skiftetøj og spurgte højt: *Hvor skal jeg klæde om?* Der var ikke et rum til at klæde om i, men det tog hun i stiv arm, fandt en krog og klædte om. Ved en fremvisning i Axelborg for 200 mennesker i forbindelse med en konference tog hele holdet det også oppe fra og ned. Rummet var enormt, og da deltagerne kom, var konferencen allerede i gang. Der var ikke et rum, hvor deltagerne kunne klæde om. Men sammen fandt de en løsning. De klædte da bare om på toilettet eller bag en bardisk.

En stor oplevelse og kilde til stolthed for deltagerne var selve visningerne for familie og venner. Billetterne til den dato blev revet væk. Det var tydeligt, at teaterprojektet og den enkeltes oplevelser var blevet delt undervejs med familie og venner. Deltagerne så frem til også at vise over for deres nærmeste, hvad de kunne. Denne dag var speciel. Salen var stuvende fuld, og der var mennesker i alle aldre.

Nervøsitet og uro – to medspillere

En stor del af arbejdet med teaterforestillingen har været at skabe tryghed for deltagerne. Det kræver sin mand og sin kvinde at springe ud i nye eventyr. Nye eventyr er nyt land – og det kan give nervøsitet og uro. I projektet blev tryghed skabt ved at

- italesætte uro og nervøsitet; give det plads, tid og rum
- bruge eksempler fra andre teateropsætninger
- hele tiden fortælle: Vi skaber det, vi kan – og det bliver godt
- se hinanden arbejde; se at andre kan og være vidner til hinandens indsats
- give slip på forestillingen om, hvad der er rigtigt, og hvad der er forkert, men fokusere på, hvad virker godt for os – og for mig
- bruge hinanden: Vi er fælles om forestillingen - det er en oplevelse, vi skaber sammen

Blod på tanden efter mere

Teaterprojektet sluttede december 2010, og det blev en rejse for alle involverede. En rejse, som ingen kunne have forestillet sig fra start. Teaterånden lever videre i aktivitetshuset. En gruppe har efterfølgende sat en danseteaterforestilling op, som blev opført på dansens dag d. 29. april 2011. Desuden er en gruppe medlemmer begyndt at planlægge en revy, og i efteråret 2011 sætter aktivitetscentret endnu en teaterforestilling op. Denne gang en varieté med en række afsluttede indslag, såsom dans, sang, digtoplæsning og sketches.

Referencer

Schutz, William C. (1966). *The Interpersonal Underworld. FIRO: A Three-Dimensional Theory of Interpersonal Behavior*, Science & Behavior Books, Palo Alto, California.