

Nordic Journal of Dance

– practice, education and research



Volume 13(2) 2022

Contents

Editorial	3
-----------------	---

Research Article 1

<i>Ninnie Andersson and Pernilla Ahlstrand: Variationsmönster i dansundervisning – lektionsdesign med learning study som forskningsansats</i>	4
---	---

Practice Oriented Article 1

<i>Even Emaus: Tango i kroppen; Hvordan danse- og bevegelsesterapeutiske metoder kan styrke selvfølelsen til tangodansere</i>	20
---	----

Bok

<i>Anette Sture Iversen: Samtidsdans – a way of life</i>	30
--	----

Issue editor

Elizabeth Svarstad (N)

Editorial board:

Franziska Bork Petersen, Denmark

Laura Navndrup Black, Denmark

Raisa Foster, Finland

Leena Roubiainen, Finland

Sesselja G. Magnúsdóttir, Iceland

Anette Sture Iversen, Norway

Hilde Rustad, Norway

Elizabeth Svarstad, Norway

Andreas Berchtold, Sweden

Katarina Lion, Sweden

Cover photo: Dag von Boor

Original design: Bente Halvorsen

Revised design: Arild Eugen Johansen

Publisher: Senter for dansepraksis (SANS) on behalf of Dance Education Nordic Network (DENN),

www.dansepraksis.no sans@dansepraksis.no

Printing: IT Grafisk AS

ISSN 1891-6708



Editorial

t is a pleasure to present this volume of the *Nordic Journal of Dance*, containing two articles that each in their own way present studies of methods for teaching dance.

In the research article «Variationsmönster i dansundervisning – lektionsdesign med learning study som forskningsansats», Ninnie Andersson and Pernilla Ahlstrand present some results from a nationally funded practical research project. The project took place from 2019 to 2021 and looked at lesson designs with learning study as a starting point. By studying variations in content in the project's dance parts, the researchers had the opportunity to show the knowledge the teachers focus on in the lessons, which in turn became the focus for their assessment. Recognising knowledge in dance can be challenging, and articulating it is often done verbally or in writing. In this article, the authors describe a lesson design that could give students an opportunity to express their knowledge more through bodily actions.

In the practice-oriented article «Tango i kroppen; Hvordan danse- og bevegelsesterapeutiske metoder kan styrke selvfølelsen til tangodansere», Even Emaus presents a project he initiated and conducted during lockdown. When Covid-19 restrictions prevented tango dancers from dancing together, Emaus offered accommodated dance practices to a group of dancers using methods from dance and movement therapy. Through various individual and group exercises, Emaus attempted to recreate positive feelings from a regular tango practice and to enhance the participants' self-esteem. Such methods were welcomed by the dancers and substituted for the lack of training and the social aspect of a tango dancer's practice.

With their insights into dance teaching challenges, both texts shed light on the importance of research and discussions around how dance practices can be articulated more directly and closer to the very dance.

Anette Sture Iversen has written *Samtidsdans – a way of life*. We include a brief presentation of the book in which she thoroughly discusses the concept of contemporary dance. By looking at methods and expressions within contemporary dance as a genre, she aims to reveal potential ethical principles as well as philosophical and existential topics and give the reader insight into the origin and relevance of contemporary dance.

Have a good read!

Elizabeth Svarstad
Issue Editor

Variationsmönster i dansundervisning – lektionsdesign med *learning study* som forskningsansats

Ninnie Andersson och Pernilla Ahlstrand

ABSTRAKT

Artikeln presenterar delresultat från ett nationellt finansierat praktisknära forskningsprojekt där syftet är att analysera och beskriva hur lektionsdesign kan konstitueras med fokus på att arbeta med parallell pirouette. Detta med hjälp av följande forskningsfråga, hur kan olika variationsmönster erbjuda möjligheter för lärande där undervisningsinnehållet behandlar parallell pirouette inom ramen för genren jazzdans? Studien använder *learning study* som forskningsansats där fenomenografisk analys använts för att bearbeta insamlat material. Studien genomförs av två forskare och ett lärarlag i dans. Utfallsrummet innehåller tre kategorier av kunnande, flängande, vobblande och snurrande samt kritiska aspekter av vad som skiljer kunnande på de tre nivåerna. Utifrån de kritiska aspekterna har forskarteamet planerat, genomfört och analyserat tre olika forskningslektioners lektionsdesign rörande lärandeobjektet parallell pirouette. Artikeln presenterar lektionsdesignen med fokus på två situationer samt hur olika variationsmönster använts. Artikeln avslutas med att möjligheter och utmaningar av lektionsdesignen diskuteras utifrån olika variationsmönster.

ABSTRACT

The article presents partial results from a nationally funded practical research project where the aim is to analyze and describe how lesson design can be constituted with a focus on working with parallel pirouette. The following research question was formulated, how can different patterns of variation offer opportunities for learning where the teaching content deals with parallel pirouette within the framework of the Jazz dance genre? The study uses Learning study as a research approach where phenomenographic analysis was used to process the collected material. The study is carried out by two researchers and a team of dance teachers. The outcome space contains three categories of knowing, Flinging, Wobbling and Spinning as well as critical aspects of what distinguishes knowing at the three levels. Based on the critical aspects, the research team planned, implemented and analyzed the lesson design of three different research lessons regarding the learning object parallel pirouette. The article presents the lesson design with a focus on two specific situations and how different patterns of variation were used. The article ends with a discussed about opportunities and challenges of lesson design based on various patterns of variation.

Variationsmönster i dansundervisning – lektionsdesign med *learning study* som forskningsansats

Ninnie Andersson och Pernilla Ahlstrand

Inledning

Artikeln presenterar delresultat från ett nationellt finansierat praktikinlärande forskningsprojekt (ULF-projekt som står för Utveckling, Lärande och Forskning) som bedrivits under perioden 2019–2021. ULF-projektets övergripande syfte är att gemensamt i lärarlag formulera kvaliteter av kunnande i relation till ett gestaltande arbete som kan fungera som undervisningsstöd i planeringen av undervisning, vilken i sin tur påverkar bedömningspraktiken. I två avgränsande studier används *learning study* som forskningsansats för att studera det ämnesspecifika *kunnandet i gestaltande uttryck* i skolämnena dans respektive teater. Det går i linje med tidigare studier där undersökningar av specifika kunnanden varit i fokus (jfr. Ahlstrand 2014; Frohagen 2016; Nyberg 2014). Andra genomförda och beskrivna *learning study* har ofta fokuserat på utveckling av elevens lärande vilket är en skillnad som det är viktigt att vara medveten om (se t.ex. Kullberg 2010).

Avgränsning

I den här artikeln har vi valt att fokusera oss på att beskriva och diskutera tre olika forskningslektioner lektionsdesign utifrån variationsmönster i projektets dansdel. Det möjliggör att visa vilket ämnesspecifikt kunnande läraren låter ta plats i undervisningen och därmed värderas. I en annan artikel beskrivs resultatet av den fenomenografiska analysen i dansdelstudien utförligt (Ahlstrand & Andersson, kommande). Beskrivning av projektet samt resultat från teaterstudien går att ta del av i Ahlstrand och Andersson (2021, 2022). Vi kommer i den här

artikeln ge en bakgrund till metod och teori som används i projektet men fokuserar på att skriva fram tre lektionsupplägg som därefter diskuteras. Syftet med den här artikeln är att analysera och beskriva hur lektionsdesign kan konstitueras med fokus på att arbeta med parallell pirouette. Detta görs med hjälp av följande forskningsfråga:

– Hur kan olika variationsmönster erbjuda möjligheter för utveckling av elevens kunnande där undervisningsinnehållet behandlar parallell pirouette inom ramen för genren jazzdans?

Kvalitativa aspekter av kunnande

Kunnande i dans som tar sig gestaltande uttryck kan vara utmanande att artikulera på grund av tysta dimensioner och på grund av att delar av kunskaperna tas för givna (Andersson 2016). Tidigare forskning har visat att lärare möter utmaningar i dansundervisning gällande att explicit artikulera kvalitativa aspekter av kunnande (Andersson 2016; Englund & Sandström 2015). När kunnande inte artikuleras kan det finnas en risk att undervisning i dans traderas från kropp till kropp som en kanon utan att VAD som undervisas om problematiseras och analyseras samt att återkoppling och bedömning blir bristfällig gällande likvärdighet. För att lärare ska kunna artikulera vilket kunnande som avses kan kollegialt arbete i lärarlag vara ett fruktbart arbetssätt (Andersson 2016; Ahlstrand 2014, 2020, 2021; Sadler 2013; Zandén 2010). Genom att lärare tillsammans i lärarlag diskuterar och analyserar kvalitativa aspekter av kunnande är det möjligt att få syn på sina egna erfarenheter av kunnandet vilket

påverkar hur lärare tolkar och värderar kvaliteter, lära-
rnas kvalitetsuppfattningar. I den svenska skolan
finns det en stark muntlig och skriftlig tradition
gällande vilka möjligheter eleverna erbjuds för att
uttrycka sitt kunnande på. Artikeln är ett bidrag
till att visa på lektionsdesign där eleverna redogör
för sitt kunnande genom kroppsliga handlingar.
Samtidigt som lärarna verbalt artikulerar kunnandet
som elever uttrycker kroppsligen. Forskarna i
denna studie betonar vikten av att verbalt artikulera
kunnande som tar sig gestaltande uttryck och att
elevernas kroppsliga gestaltning av kunnande även
kan värderas.

Som tidigare nämnt, av utrymmesskäl hänvisar
vi till Ahlstrand & Andersson (manuskript under
arbete) gällande utförlig beskrivning av analyser samt
resultat. I den här artikeln avgränsar vi oss till och
diskuterar designen för de tre forskningslektionerna.
Däremot ger vi en bakgrund till studien som helhet
nedan. Vi lyfter fram del av resultatet (utfallsrum,
Figur 3) som varit utgångspunkt för designen av
forskningslektionerna.

Bakgrund – *learning study* som forskningsansats

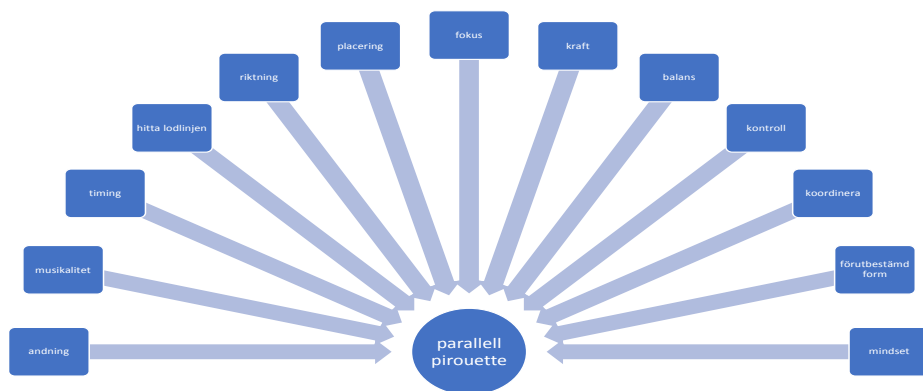
Inom *learning study* väljer ett lärarlag ut en specifik
insikt, färdighet eller förmåga som eleverna förväntas
utveckla, ett så kallat *lärandeobjekt*. Det indirekta
lärandeobjektet handlar om en förmåga eller färdighet
som eleven utvecklar i förhållande till ett visst innehåll,
såsom att kunna urskilja, tolka eller analysera
(Marton & Pang 2006). Det direkta lärandeobjektet
är kopplat till innehållet i undervisningen. I den här
studien är parallell pirouette det direkta objektet som
undervisningen fokuserar på.

Lärandeobjektet – parallell pirouette

Tillsammans med forskarna identifierade ett
danslärarlag på Hulebäcksgymnasiet i Göteborg

ett avgränsat innehåll av danskunnande som
lärarna upplevde som utmanande att behandla i
sin undervisning, nämligen 'parallell pirouette'
vilket utgör studiens lärandeobjekt. Lärarna
som deltog i projektet heter Karin Rickardsson,
Nina Thomas och Lisa Kleberg, vilka har arbetat
tillsammans i sju år. Forskarna är anställda som
lektorer i pedagogiskt arbete (Göteborgs universitet)
respektive danspedagogik (Stockholms konstnärliga
högskola). Baserat på forskarnas avhandlingsarbeten
betonar denna artikel vikten av att värna dans- och
teaterkunnandets specifika särart, att kunnande
kommer till uttryck i kroppen (Ahlstrand 2014;
Andersson, 2016). Lärarlaget kopplar det valda
lärandeobjektet till en förmåga i gällande kursplan i
ämnet dansteknik. I gymnasieskolans styrdokument
för dansämnet skrivs det fram att eleverna ska ges
förutsättningar att utveckla «Förmåga att använda
begrepp och vokabulär inom olika dansgenrer och
träningssatser» (Skolverket 2011). Det framgår
inte i styrdokumentet om ordet «använda» enbart
kan ses som en förmåga som kommer till uttryck i
skriftlig eller muntlig form. Vi argumenterar för vikten
av att värna dans- och teaterkunnandets specifika
särart, att kunnande kommer till uttryck i kroppen.
Det är även möjligt att muntligt och skriftligt visa sitt
kunnande genom att använda begrepp och vokabulär.
Här vill vi vidga förmågans innebörd till att även
innefatta ett kroppsligt kunnande (jfr. Ahlstrand
2018). Forskarteamet, bestående av lärarlaget och de
två forskarna, tolkar detta som en förmåga som kan
visa sig i hur eleven använder begrepp och vokabulär
i kroppen. Forskarna betonar betydelsen av att erbjuda
eleverna olika möjligheter till uttryck för kunskap, där
det kroppsliga uttrycket för kunskap är ett av flera i
ämnet dans.

Med utgångspunkt i tidigare erfarenheter av
att behandla lärandeobjektet *parallell pirouette* i
undervisning och styrdokumentens formuleringar
resonerade lärarna om vad eleven kan när hen kan



Figur 1: Bild som visar lärarnas förståelse om vad en elev kan när hen kan genomföra en parallell pirouette.

gestalta en parallell pirouette. Vad lärarna lyfte fram som viktiga aspekter av kunnande visar sig utan inbördes hierarki i bilden ovan och visar aspekter eleverna behöver utveckla genom undervisning (se Figur 1).

Bilden visar hur komplext kunnande det är att genomföra en parallell pirouette och lärarna betonar att en av utmaningarna är att synkronisera alla dessa aspekter av kunnande.

Arbetet med *learning study* har skett kollaborativt där lärare och forskare har bedrivit forskning tillsammans (Marton & Lo 2007; Pang & Lo 2012; Runesson 2011). Forskarteamet har tillsammans tittat på och analyserat materialet samt utformat och reviderat utfallsrummet (Figur 3).

Variationsteori som redskap för planering av undervisning

Det är vanligt att variationsteori används inom *learning study* (Carlgren 2019) som utgångspunkt för att planera undervisning och lärande (Carlgren & Nyberg, 2015). Variationsteorin är ett kraftfullt verktyg för att synliggöra hur variation av ett lektionsinnehåll kan gynna ett ökat lärande gällande ett specifikt lärandeobjekt. Olika aspekter av lärandeobjektet kan ligga i förgrund eller bakgrund

och blir därför mer eller mindre i fokus. När en elev ser, uppfattar eller erfår ett fenomen på ett nytt sätt kan det finnas möjligheter för lärande (Carlgren 2009; Rosenbaum, Runesson Kempe och Svensson 2021; Runesson 2017). Ett nytt sätt att erfara ett fenomen innebär att nya aspekter uppmärksammas och urskiljs samt relateras till varandra eller redan urskilda aspekter, vilket kan erbjuda möjligheter för lärande. En viktig utgångspunkt i variationsteorin är att undervisningen behöver erbjuda möjligheter att erfara skillnader och likheter av olika aspekter av lärandeobjektet. Aspekterna kan ses som möjliga dimensioner av variation där olika värden synliggörs. Skillnaderna provas genom exempelvis kontraster innan det görs en generalisering (Carlgren 2019). I en undervisningssituation är det inte tillräckligt att samtala om dimensioner av variation utan eleverna behöver *erfara* skillnaderna (Rosenbaum, Runesson Kempe och Svensson 2021). I den här studien är fokus på att *kroppsligt* erfara och pröva ett specifikt kunnande (Ahlstrand & Andersson 2022; Carlgren & Nyberg 2015; Nyberg 2014; Nyberg & Carlgren 2014). Det finns tre variationsmönster som använts inom variationsteori; *kontrast*, *generalisering* och *fusion*. Ahlstrand (2014, 109) beskriver dessa i sin avhandling:

Kontrast – användningen av motexempel (vad det inte är) för att få syn på vad något är.

Generalisering – införa ett nytt sammanhang utan att lärandeobjektet förändras.

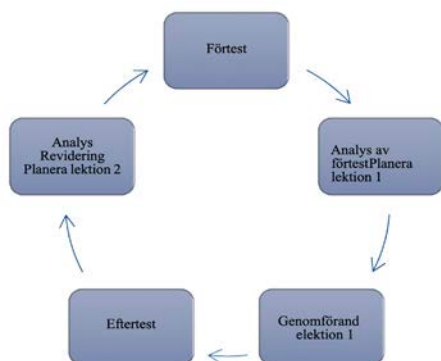
Fusion – olika kritiska aspekter varierar samtidigt i syfte att kunna urskilja flera aspekter på en gång.

Även separation kan vara användbart i syfte att separera aspekter av lärandeobjektet och hålla de andra aspekterna konstanta. Kontrast är det variationsmönster som visat sig mest användbart i det här projektet när gemensamt planerade forskningslektioner har genomförts.

Cykliskt förlopp inom *learning study*

Forskningsansatsen inbegriper en intervention utifrån en variationsteoretisk grund (Runesson 2017). *Learning study* används i den här studien i syfte att utveckla kunskap om kunnandet som lärandeobjektet består av. Forskningsprojektet har inkluderat ett förtest och tre forskningslektioner. Genom en cyklisk process (se Figur 2) produceras kunskap om lärandeobjektet vilket är föremål för projektet. Innebörden av lärandeobjektet specificeras under den beskrivna processen (Carlgen 2012).

Figur 2: Cykliskt förlopp efter val av lärandeobjekt (Ahlstrand 2014).



Fenomenografisk analys och utfallsrum

Traditionellt hanterar fenomenografiska analyser skriftligt material. I den här studien analyseras gestaltningar av lärandeobjektet utifrån ett antagande om att elevers kunnande kommer till uttryck i gestaltande form (jfr. Ahlstrand 2014). Ett centralt begrepp inom fenomenografin är *erfarande*. Elevers olika erfarande av lärandeobjektet är centralt för analysen och tar sig uttryck i gestaltningen där upplevelsen (erfarandet) men även reflektion som kroppsligt uttryck visar sig och är analyserbart (jfr. Ahlstrand & Andersson 2022). Det innebär att utifrån en reflektion kan ett kroppsligt uttryck förändras på något sätt, vilket i den här studien beskrivs som en reflektion som tar sig kroppsligt uttryck. Reflektion har av tradition i första hand förknippats med med det talade och skrivna ordet (jfr. Ahlstrand 2021). Vi argumenterar för att en reflektion dessutom sker som en fysisk handling, ett uttryck för kunnande i kroppen.

Det cykliska förloppet som beskrivs i Figur 2 började med att audiomaterial producerades av lärarnas beskrivningar av lärandeobjektet parallell pirouette. Via frågan: «Vad kan den som kan genomföra en parallell pirouette?» kan lärarnas förståelse och kunnande gällande lärandeobjektet beskrivas (se Figur 1). Utifrån detta material designades ett förtest som genererade filmat material där kroppsliga uttryck transkriberades. Forskarna markerade det som var centralt för kunnandet, parallell pirouette, genom att färga relevant text grön. Forskarna kommenterade i texten där materialet visade på en kritisk aspekt i relation till kunnandet (se beskrivning av kritiska aspekter nedan). Utifrån kodningen som markerats grönt och kommentarer utkristalliserades kategorier av kunnande. Detta resulterade i ett utfallsrum vilket beskrivs nedan.

De fenomenografiska analyserna har varit utgångspunkten för de gemensamma diskussionerna och analyserna i forskarteamet.

Diskussionerna spelades in och transkriberades. Utifrån transkriptionerna reviderades utfallsrummet. Med utgångspunkt i de kritiska aspekterna har forskningslektioner planerats och analyserats med hjälp av variationsteori (Marton & Pang 2006; Runesson 2017). Utfallsrummet har reviderats och utvecklats gemensamt i forskningsteamet.

Analyserna resulterar i ett utfallsrum (se figur 3) där tre beskrivningskategorier innefattar aspekter av kunnande gällande det specifika lärandeobjektet. De kritiska aspekterna visar skillnaderna mellan de olika beskrivningskategorierna (jfr. Ahlstrand 2021). Det vill säga vad av lärandeobjektet eleverna erfar (beskrivningskategorier) och vad som gör det utmanande för eleverna att erfa (kritiska aspekter) gällande det specifika lärandeobjektet eller utmanande för lärarna att behandla i en undervisningssituation. Utifrån vilka kritiska aspekter som framkommit designades forskningslektion ett. Analysen upprepas för resterande forskningslektioner och avslutas med ett eftertest. Med samma upplägg genomfördes alla tre forskningslektioner.

I utfallsrummet (se Figur 3) synliggörs det kunnande som definierades inledningsvis av lärarnas förståelse av lärandeobjektet (se Figur 1). Exempelvis tydliggörs det som lärarna inledningsvis formulerar som riktning i utfallsrummet genom dubbelriktad energi, fokuserad blick och riktning samt den kritiska aspekten spiken i golvet. Utfallsrummet visar kategorier i en stegrande hierarki, där den nedersta kategorin «flängande» är den minst avancerade av de tre. Det vill säga den nedersta kategorin beskriver en lägre nivå av kunnande.

När eleven behärskar en parallell pirouette som ett flängande gestaltar eleven armarnas form, böjer benen och hittar fart. Skillnaden mellan kategori ett och två är placeringen som inkluderar att kunna hitta två fyrkanter i sin kropp, en i torso där båda axlarna och höftbenen utgör en fyrkant vertikalt och en där armarnas 90° vinkel i preparationen utgör en osynlig

Utfallsrum; Parallell pirouett som...



Figur 3: Bild på slutgiltigt utfallsrum som utkristalliserats utifrån en fenomenografisk analys.

fyrkant horisontellt (se Figur 4 och 5). Placering inkluderar även spotta och riktad fot ner i golvet som en «spik i golvet». Den mellersta kategorin «vobblande» karaktäriseras av gestaltning av armarnas form och placering, djup plié i preparationen, fokuserad blick, riktning samt balans. Skillnaden mellan kategori två och tre är elevens användning av energi som innefattar att hålla ihop paketet (arbete med center), hur mycket fart eleven använder för att rotera samt att använda preparationen för att reglera fart. I den översta kategorin «snurrande» kan eleverna behärska att hitta dubbelriktad energi, anpassa sin energi, vara placerad i sin lodlinje, placera foten invid knät och att använda preparationen dynamiskt.

I den här studien analyserades kroppsliga uttryck i filmat material utifrån klassrumssituationer där alla elever utför de kontrasterande sätten i olika gruppkonstellationer. Forskningsteamet har analyserat det som gjordes, handlingen, och det som utgjorde ett uttryck för kvaliteter av danskunnande. Genom att i



Figur 4 och 5: Bilden till vänster visar den vertikala fyrkanten och den böjda den horisontella fyrkanten. I preparationen är benen böjda, bakre bälten är lyft från golvet, benen är parallella från höften, motsatt arm som ben fram och den andra ut till sidan så att armarna bildar en 90° vinkel och ryggraden har sina naturliga kurvor.

analyserna komma åt skillnaderna, beskrivna som kritiska aspekter, används detta sedan för att skapa lektionsdesign där vissa erfarenanden förstärks. Att få syn på de kritiska aspekterna är avgörande för att planera undervisning som ger möjlighet för att utveckla kunnandet. Både språkliga och icke-språkliga uttryck tas med i analysen.

Tidigare forskning

Dans som skolämne finns inte inom den svenska grundskolan, utan blir ett skolämne först inom gymnasieskolan (Andersson, 2016). Forskning som undersöker kunnande som tar sig gestaltande uttryck är sällsynt inom dansämnet i en svensk skolkontext (jmf. Ahlstrand 2015; Andersson 2016; Mattsson 2016; Styrke 2015). Skolämnen är generellt och av tradition språkburna i text eller symboler. Dans hör däremot till en praktisk kunskapstradition där kunnande traderats exempelvis i en mästare-lärling tradition och genom deltagande i en praktik (Andersson 2016; Hooshidar 2015). Det är viktigt att problematisera denna tradition för att utmana och utveckla hur dansundervisning bedrivs. Delar av det innehåll som en elev behöver kunna hanteras oartikulerat i återkopplingen, det vill säga via ljud eller kropp (Andersson 2016; Englund &

Sandström 2015; Hooshidar 2014). Andersson (2016) betonar vikten av gemensam förståelse av den återkoppling som ges mellan lärare och elev för att den ska bli meningsfull. Vist språkliggörande i återkopplingen uttrycks som metaforer i klassrummet (Sandström 2016). Dansämnet kännetecknas därtill av att elevernas centrala kunnande uttrycks i kroppen (Ahlstrand 2021). En danslektions innehåll och struktur kan skilja sig något åt i olika genrer. Ett lektionsupplägg inkluderar explicit artikulerade rörelser. Ett annat sätt att designa lektionen kan vara att explicit artikulerade rörelser finns representerat i mindre grad men även att rörelser gestaltas utifrån vissa förutbestämda ramar. Det är vanligt att rörelser skapade av läraren utgör undervisningsinnehållet och är beroende av lärarens individuella erfarenheter och kvalitetsuppfattningar (Andersson 2016).

Grundskoleelevers dansgestaltning undersöktes i en studie där eleverna fick i uppgift att skapa dans utifrån text (Carlgren & Nyberg 2015). Den fenomenografiska analysen synliggjorde tre kategorier: *rörelserna som sådana*, *relationen ord-rörelse* samt *hur rörelserna fogas samman*. Eleverna var indelade i tre grupper där det blev en tydlig skillnad i hur eleverna satte samman rörelser. Analysen visar att det är en grupp som binder samman rörelserna medan de andra två separerar rörelserna vilket liknar positioner. Forskarna diskuterar hur variationsteorin skulle kunna användas för att låta eleverna uppleva dimensioner av variation kring att binda samman

eller inte binda samman rörelser för att kunna urskilja aspekter av kunnande.

Ahlstrand (2015) har genomfört en *learning study* i dans där ett gymnasielärlärlag tillsammans bestämt att undersöka lärandeobjektet pas de bourrée. Utifrån en fenomenografisk analys av ett förtest synliggjordes en kritisk aspekt kring steget pas de bourrée, nämligen att ha bredd mellan steget i en pas de bourrée. Utifrån denna kritiska aspekt planerades en lektion där eleverna fick arbeta med variationsmönstret kontrast. Eleverna fick utföra steget genom att vara strama och arbeta med lite mellanrum mellan stegen men även med att genomföra stegen med mycket rymd och bredd mellan sig. Eleverna fick en kroppslig erfarenhet av att utföra steget med kontrasterna strama/trånga steg – djupa/breda steg. På det viset utvecklades förmågan att erfara tyngd i kroppen, vilket var ett syfte med studien.

Resultat – tre exempel på lektionsdesign

I avsnittet nedan beskrivs tre lektionsupplägg som beskriver hur olika variationsmönster kan erbjuda möjligheter för lärande där undervisningsinnehållet behandlar parallell pirouette inom ramen för genren jazzdans. I forskningslektionerna erbjuds eleverna möjlighet att i kroppen uppleva och erfara dimensioner av variation. Eleverna ges möjligheter att via ett kroppsligt uttryck reflektera hur dimensioner

av variation förändrar genomförandet av en parallell pirouette.

I förtestet fick eleverna gestalta en dansfras i genren jazzdans som innehöll två parallella pirouetter. Båda pirouetterna genomfördes med rakt ståben och rundade armar i första position. Utifrån detta förtest utristalliserades utfallsrummet och analysen låg till grund för lektionsdesignen för forskningslektion ett. Lektionsdesignen utgår från vilka kritiska aspekter som eleverna behöver öva och erfara för att utveckla sitt kunnande gällande lärandeobjektet.

Forskningslektion ett inkluderade övningar som rörde sig från en sida av rummet till den andra där eleverna genomförde övningen i grupper om tre elever åt gången (se Figur 6).

Eleverna fick i uppgift att göra en preparation i plié för att sedan genomföra en balans/rotation i plié med en fot klistrad till knät i passé och armarna i första position. Därefter fick eleverna genomföra övningen men med generalisering av att använda ett genomsträckt ståben. Eleverna flyttade sig därefter till ett av rummets hörn för att göra chainer på raka ben över rummets diagonal utan att spotta. Läraren satte händerna vid höfterna och visade först övningen mot spegeln, därefter genomförde eleverna övningen två och två över diagonalen. Därefter fick eleverna i uppgift att genomföra samma övning fast använda spott för att få en kroppslig erfarenhet av kontrasterna. Följande kommunikation mellan lärare och elever kunde observeras (L står för lärare):



Figur 6: Bild över danssalen och hur eleverna är placerade i rummet.

L: Det är ok, alright, då tar vi en diagonal nu (visar med arm) Eh, vi jobbar med chainer kom ut lite (visar) bara och testa framför spegeln. Så att jag tänker att vi sätter armarna utmed sidan (visualiserar genom att sätta händerna i sidorna) och så börjar vi med preppar bara, och så kliver vi ut och ett varv, ut och ett varv, ni vet chainer när vi gör ett halv varv i taget. Det som vi ska göra nu, lite annorlunda mot vad vi brukar att göra, det är att vi ska göra det utan att spotta första gången, mm. Så vi sätter huvudet rakt fram nu (visar på tå) och så försöker vi hålla fast (snurrar samtidigt)

Skratt i rummet, småprat

L: Ja, så prova en gång (mycket «stim» i gruppen) tänk på spänn fast nacken i mellanläget... och så håller ni kvar där?) (visar «tråd upp»? /huvudet) Så testar vi, så ser ni vad som händer

L: (visar några snurrar) Ok? Ja? (gör tumme upp) Två första, (vinkar att eleverna ska börja) Kom, ja kom då! Fem, sex, sju, ått

(mycket skratt och småprat bland eleverna)

L: (gör «tyst» signal – pekfinger mot mun)

L: Ja, visst, igen! (räknar in)

L: Håll tempo! (räknar) Håll tempot!

L: Nu blev det lite Liseberg erkänn?! (skrattar) Ja det är bra hörni! Alright! Nu gör vi dem då som vi brukar göra dem med spotten. Så nu hittar ni eran spott, gardinen eller kameran eller någonting annat praktiskt här. Så samma tempo, armarna i men håll fast huvudet där då och så titta – håll fast – vänd (visar) håll fast – vänd – håll fast vänd (snurrar samtidigt) Ja, så vi får den där snärten. Ok.

Som framgår i utdraget får eleverna utföra en rörelse på ett nytt sätt för att eleverna ska få gestalta kontraster i utförande och få en kroppslig erfarenhet av de olika förhållningssätten. Eleverna skrattade vilket tolkas som att snurra utan att spotta var en ny och annorlunda upplevelse. Läraren kommunicerade att hon kunde utläsa att eleverna blev yra genom att hänvisa till en känsla av att vara i åkattraktioner på tivolit Liseberg. I lektionens sista övning får eleverna genomföra en kort dansfras innehållande en parallell pirouette i små grupper riktat mot spegeln. Ambitionen var att arbeta med variationsmönstret fusion där flera kritiska aspekter behandlas samtidigt. Lektionen avslutas med en reflektionsstund, vilket synliggörs i citatet nedan:

Elev: det känns ju inte som vi har övat piruetter särskilt mycket och när vi har gjort det så har det varit: «och så prep, och så gör en piruett», istället för eh, att bryta ned det i beståndsdelar som vi har gjort nu, jag tycker att, i alla fall jag behöver det för jag tappar mycket

L: Mm

Dold elev: Ja, men grejen är att man slarvar mycket med vissa saker när man bara gör det på en lektion typ. Eh, så jag tyckte det var väldigt skönt att få göra det lite mer djupgående men så fattar jag att man inte har tid och lägga... och lägga... och lägga så här mycket tid varje gång heller, men kanske någon gång ibland

L: Mmm

Dold elev: Det var väldigt bra att vi fick göra det lite mer alltså....

(elever runt omkring nickar)

I citatet ger eleverna uttryck för att de ser positivt på att fördjupa sig i en aspekt av ett kunnande.

Forskningslektion två började även den med att eleverna rörde sig över golvet från en sida till den andra. Eleverna börjar med att gå tre steg för att sedan



Figur 7 och 8: Första bilden visar armar i ut och benet bak och bild två hur eleven drar ihop armar och ben i passé.

genomföra en parallell preparation med armarna i 90° in i en snurr där armarna hålls ut med ett ben bak i ungefär 45° till att dra ihop benet i passé och armarna tajt intill kroppen (se Figur 7 och 8).

Därefter spred eleverna ut sig på golvet med fokus mot spegeln för att fokusera på andning i pirouetten. Eleverna får i uppgift att först andas in under pirouetten och sedan andas ut för att få en kroppslig erfarenhet av kontrasten. Eleverna fortsätter att genomföra utandning vid balans eller rotation i kvarts varv,

halvt varv och helvarv. Efter samtal kommer gruppen fram till att det är enklare att genomföra pirouetten vid utandning. Därefter går eleverna från ena sidan av rummet till den andra igen. De gör pirouetter där torson är framåtlutad, bakåtlutad och centrerad för att få en kroppslig erfarenhet av hur de inte ska göra för att sedan avsluta med att vara centrerad, som är det eftersträfvärdaste. I nästa övning gör eleverna preparationen med en spiral i torson och öppnar armarna så de är i en 180° vinkel (se Figur 9) in i

en pirouette. Syftet var att få kroppsligt erfara kontrasten i att hålla torson rak med armar i 90° och att vrida och öppna armarna.

Därefter upprepade eleverna den avslutande frasen från forskningslektionen ett mot spegeln. Lektionen avslutas med en muntlig reflektion om hur de olika övningarna upplevts, se utdrag från samtalet nedan:



Figur 9: Bild när eleverna gör en spiral i preparationen innan pirouetten.

L: Mmm (nickar) bra reflektion...och det kan ju va så...varför tar man den armen lite längre bak?

Elev 3: Jag tycker det hjälper när man ska samla ihop

L: Mmm, för man tar lite mer fart med...

Elev: Ja,

L: (namn på elev)

E 12: Jag tyckte vridningen typ, alltså man kände att man gjorde fel, det kunde göra ont på vissa ställen så...eller alltså...nån gång kände jag i knät typ, att jag använde kroppen fel

L: Ja...just det...mmm...(namn på elev)

Elev 1: Två saker. Det här med vridningen, det tyckte jag typ var enkelt, eller så här det var typ skönt att göra det alltså att vara lite bak typ...

L: Mm

I utdraget ovan tar eleverna upp olika upplevelser av att vrida torson där det inte framgår vad som läraren anser vara det eftersträvsvärda kunnandet.

Forskningslektion tre behandlade dynamisk preparation och 'volymen' av fart som hör till den kritiska aspekten energi. Eleverna fick arbeta med att göra statiska preparationer genom att «parkera» sig för att sedan i kontrast komma ner i och upp ur preparationen succesivt och mjukt. För att eleverna skulle få uppleva hur pirouetten påverkas av hur mycket fart de tar för att komma runt fick eleverna succesivt öka farten. Eleverna rörde sig från ena sidan av rummet till den andra genom att göra preparation och pirouette där den första pirouetten hade så lite fart som möjligt för att sedan höja 'volymen' som på en ljudanläggning. 'Volymen' användes som en metafor för den fart eleverna tog. Efteråt fick eleverna reflektera över om de hittade ett sätt att använda fart som de upplevde gav bäst resultat i rotationen.

Diskussion

Att arbeta med *learning study* och lektionsdesign på detta sätt kan bidra till att arbeta med olika aspekter av ett kunnande vilket kräver att lärarna definierat och analyserat vad en elev kan när den kan gestalta ett visst lärandeobjekt. Detta synliggörs i figur 1 där lärarna identifierat innebörden av att kunna genomföra en parallell pirouette. Utifrån styrdokumentet kan vi utläsa att eleverna ska kunna använda begrepp och vokabulär, men det framgår inte vad detta kunnande innefattar och vilka förmågor eleverna behöver utveckla. Det är en tolkning som professionen behöver göra och i detta fall inkluderar lärarna kroppslig gestaltning i användningen av begrepp och vokabulär (Andersson 2016). Det kollegiala arbetet med att artikulera kunnande som finns i den här studien kan ses som ett bidrag till det danspedagogiska forskningsfältet. De kollegiala samtalen kan tydliggöra hur ett kunnande kan brytas ner i mindre beståndsdelar och att eleverna får undervisning kring de olika aspekterna, som tillsammans skapar en helhet av lärandeobjektet. För att komma fram till dessa beståndsdelar och reflektera över sina kvalitetsuppfattningar lägger *learning study* tillräta strukturer för medforskande lärare för kollegiala samtal och analyser. Lärarna är medforskare vilket kan bidra till utveckland ämnesdidaktik. Det kollaborativa arbetet med analys och revidering av lektionsupplägg lyfts fram som en betydelsefull del i att utveckla undervisningspraktiken (Ahlstrand 2014; Andersson 2016; Zandén 2010). Lärarna artikulerar och urskiljer aspekter av kunnande vilket är något som danspedagogisk forskning lyfter fram som en viktig kvalitetsaspekt i dansundervisning och ett sätt att synliggöra vad som värderas och bedöms i dans (Andersson 2016; Gibbons 2004; Sandström 2016; Styrke 2015). Ahlstrands (2015) studie där lärandeobjektet var en pas de bourrée är ett annat exempel på *learning study* i dans.

Två av de nämnda studierna ovan (Ahlstrand

2015; Andersson 2016) bidrar till att artikulera kunnande i dans men utifrån olika förmågor. Här är det viktigt att betona att kunnande i förhållande till lärandeobjektet parallell pirouette inkluderar hela kroppen där det inte görs en dualistisk uppdelning mellan den fysiska kroppen och tanke (Nyberg 2014 och Ryle 1949/2009). Denna studie bidrar specifikt kring aspekter av kunnande gällande den parallella pirouetten vilket är ett bidrag till det danspedagogiska fältet. Likt kunnande i många ämnen visar båda dessa lärandeobjekt på en holistisk väv av aspekter som tillsammans definierar vad eleven kan när hen kan genomföra lärandeobjekten parallell pirouette och pas de bourrée. Flera av aspekterna kan förekomma för olika lärandeobjekt i dans men det är hur de tillsammans används som gör det möjligt att behärska kunnandet. Vi ser ett behov av att göra en studie där olika lärandeobjekt i dans respektive teater jämförs för att belysa likheter och olikheter. *Learning study* gör det möjligt att fokusera på ett avgränsat lärandeobjekt och vi ser en vinst i att denna typ av studier kompletteras med studier om kunnande gällande fler förmågor (Ahlstrand & Andersson, manuskript under arbete).

I denna *learning study* ingår det att eleverna får en kroppslig erfarenhet av aspekter av ett kunnande utifrån olika variationsmönster. I denna studie är det tydligt att lektionsdesignen framförallt använde variationsmönstret kontrast, exempelvis syns detta i studien när eleverna uppmanas att spotta respektive att inte spotta. I diskussionerna i lärarlaget framkommer att det är ovanligt att låta eleverna gestalta något i sin kropp som är kontrast till det som eftersträvas. Genom lektionsdesignen får eleverna gestalta aspekter av kunnande gällande parallell pirouette både så som lärarna vill att det ska utföras och på ett kontrasterande sätt för att kunna erfara och urskilja skillnader i kroppen. Till exempel gällande att inte använda spott synliggjordes det att eleverna upplevde en skillnad i utförandet när de medvetet fick arbeta med kontrasten att inte spotta. Viktigt att poängtera

är att arbeta med kontrasterande sätt att utföra en rörelse gestaltas i helgrupp och inte för att peka ut enskilda elevers gestaltningar som bra eller mindre bra. Vi poängterar att även om lektionsdesignen hanterar kontraster i utförande behöver det inte alltid handla om ett fast koreografiskt material som bestämts av läraren. Kontrasterande arbetssätt kan även användas inom mer improvisatoriska moment för att t.ex. arbeta med specifika teman. Vi vill betona att vi inte är ute efter att konservera en mästare-lärling tradition där läraren står för det ultimata kroppsliga utförandet utan att variationsmönster även kan översättas till lektionsdesign där läraren har en roll som facilitator. Alla elever gestaltar alltså både det som är eftersträvänsvärt och det som är mindre önskvärt för att alla ska få en kroppslig erfarenhet av kontraster. Eleverna upprepade inte en rörelse på samma sätt så som de brukar utföra den, utan fick uppleva kontraster i utförande och därmed vad spotta INTE är. Det vill säga att eleverna inte gör mer av «detsamma» utan erfar skillnader. I analyserna har vi dock sett att eleverna har utmaningar kring att spotta, så frågan är om de tror att de spottar men inte gör det fullt ut. Att förtydliga de förkroppsligade skillnaderna i utförande skulle kunna medvetandegöra denna aspekt av kunnande. Att arbeta med variationsmönster kan vara en metod för lärare att utmana sig i att variera sin undervisning och inte göra mer av «samma» övning. I analyserna framkommer det att lärares upplevelse kan vara att de har pratat om en kritisk aspekt under lång tid och en förvåning över att eleverna fortfarande inte utvecklar denna aspekt (jfr. Ahlstrand 2014, 2015). I denna studie blev modellen *learning study* hjälpsam för lärarna för att mejsla fram och designa undervisningen utifrån olika ingångar till att utveckla elevernas kunnande. Det synliggörs även att det i vissa situationer inte framgår vilken kontrast som är det eftersträvänsvärda. I utdraget på 14 framkommer att det inte tydligt för alla elever vilken av de genomförda kontrasterna som är eftersträvänsvärd. För att arbeta

med variationsmönstret kontrast ska artikulera och tydliggöra målet med ett visst lärandeobjekt är det avgörande att läraren är tydlig med vad som är eftersträfvansvärt.

För att inte riskera att felaktigt mönster sätter sig i muskelminnet är det viktigt att inte förkroppsliga det mindre önskvärda sättet att arbeta för många gånger utan upprepa den gestaltning som är eftersträfvansvärd. Det skulle kunna vara relevant att undersöka denna aspekt av kunnande utifrån flera variationsmönster samt olika dimensioner av variation. Det hade även varit intressant att behålla vissa aspekter konstant och variera andra aspekter. Exempelvis spotta i pirouetter där spotta hålls konstant och varven varieras med från ett varv till flera varv. I lärarnas första beskrivningar gällande lärandeobjektet (se Figur 1) synliggörs spotten i beskrivningarna riktning och fokus. Även detta kunde vara föremål för variation utifrån variationsmönstret generalisering. Dessutom i relation till de aspekter som underlättas av att eleven spottar, så som timing, balans och kontroll.

I dansundervisning lyfter Sandström (2015) upp hur metaforer används av danspedagoger. Studien visar att orienterande metaforer förekommer gällande hur kroppar förhåller sig och rör sig spatialt. Det gäller hur dansarnas kroppar positionerar sig i rummet, riktningar och förflyttningar. Exempel på orienterande metaforer kan enligt Sandström vara 'diagonal' och 'parallell position'. Strukturer i danslärnas språkhandlingar synliggörs däremot till exempel genom undervisningens utformning och hur kropparna riktas mot en tänkt publik. Sandströms studie lyfter upp utmaningar med att använda metaforer och liknelser där lärarna visar på en medvetenhet om att det är svårt att veta om det finns en ömsesidig förståelse för vad den bild som används innebär. I denna studie använder lärarna uttryck som kan liknas metaforer, exempelvis Liseberg från citaten från forskningslektion ett. Läraren syftar till att du kan bli snurrig av åkattraktioner på Liseberg och att upplevelsen att snurra utan att spotta liknar

den eleverna kan uppleva efter en karusell på Liseberg. Rummets riktningar används inte som metaforer utan som beskrivningar av sträckor i rummet. För att metaforer ska fylla en funktion vid återkoppling behöver det finnas en gemensam förståelse för innebörden av metaforen (Andersson, 2016). Det är därför av stor betydelse att lärare reflekterar över och problematiserar hur återkoppling artikuleras på olika sätt.

Att använda variationsteori som utgångspunkt i lektionsdesignen erbjuder en möjlighet att avgränsa lektionsarbetet till aspekter av ett visst kunnande. Lärare och elever får möjligheten att gå djupare i vad det är eleven kan när de kan gestalta lärandeobjektet. Ofta fylls danslektionerna med mycket dansmaterial och fokus på många olika lärandeobjekt. I samtalen med lärarlaget finns en utmaning i att avgränsa och att inte fokusera på för många aspekter samtidigt. Flertalet gånger behöver forskarteamet påminnas om att inte ta in för många aspekter och övningar i lektionsdesignen. Eleverna uttrycker positiva reflektioner över att få fokusera på en sak i taget, som visar på att detta är ett nytt sätt för eleverna att arbeta på (se citat i resultatet när forskningslektion ett beskrivs). Även om det ingår i metoden att avgränsa ett lärandeobjekt och låta eleverna fokusera på en sak i taget blev det tydligt i studien att det hade kunnat vara gynnsamt att ha avgränsat lärandeobjektet ytterligare. En reflektion som hela tiden följde med studien var hur många olika delar vi ser att eleverna behöver behärska för att kunna utföra en parallell pirouette, vilket gjorde att lektionerna också innehöll många olika moment. En slutsats är att det eventuellt hade kunnat vara en idé att avgränsa lärandeobjektet så det inte inkluderar både preparationen och rotationen. Det hade kunnat göra att lektionsdesignen blev mindre omfattande och att eleverna hade fått ännu snävare lektionsinnehåll att fokusera på. Studien visar på hur lektionsdesign kan utvecklas med hjälp av variationsteorin där det blir tydligt att avgränsning och lärares kommunikation har en avgörande roll i hur lektionen läggs till rätta för att ge eleven möjlighet att utveckla sitt kunnande kring det specifika lärandeobjektet.

Valet av teori och metod är dels ett avgränsat, dels begränsat sätt att se på danskunnande. Avgränsande i den bemärkelsen att studien erbjuder att undersöka innebörden av ett specifikt kunnande när undervisningen är tydligt riktade mot avgränsade lärandeobjekt. Detta erbjuder möjlighet till att fördjupat artikulera samt utveckla kunskap om det valda lärandeobjektet och dess olika förmågor. Danskunnande är komplext där olika aspekter är sammanflätade med varandra. Det är därför en utmaning att urskilja och undersöka ett avgränsat lärandeobjekt isolerat från andra lärandeobjekt. Det kan bidra till ett begränsande sätt att se på danskunnande vilket riskerar att förlora den holistiska sammanflätningen av olika förmågor och hur de relaterar till varandra. Avslutningsvis påminner vi om att den här studien har undersökt ett av flera möjliga lärandeobjekt inom dans som skollärare på gymnasiet.

Referenser

- Ahlstrand, Pernilla. 2021. «Förmågan att kunna samspela – en studie gällande teaterkunnande på gymnasiet». *Forskning om undervisning och lärande* 9, no. 1: 50–69.
- 2020. «Kvalitativa aspekter av gestaltande redovisning – exemplet teater.» *EDUCARE*, no. 1 (March): Aesthetics, Learning and Education, Part II, 4–33. <https://doi.org/10.24834/educare.2020.1.2>.
- 2018. «Varning för björntjänster! Eller hur värderas praktisk kunskap». I *De estetiska ämnenas didaktik: Utmaningar, processer och protes(er)*, redigerat av Ulrika von Schantz, Ketil Thorgersen och Anne Lidén. Stockholm: Stockholm University Press. DOI: <https://doi.org/10.16993/bap>.
- 2015. «Learning study i dans». *Venue* 4, no. 1: 1–5. <https://doi.org/10.3384/venue.2001-788X.1545>.
- 2014. «Att kunna lyssna med kroppen: En studie av gestaltande förmåga inom gymnasieskolans estetiska program, inriktning teater.» Doktorsavhandling. Stockholm: Stockholms Universitet.
- Ahlstrand, Pernilla och Ninnie Andersson. Manuskript under arbete. «Flinging, Wobbling and Spinning – a study investigating qualitative aspects of how to perform a parallel pirouette.»
- 2022. «Kroppsligt erfärande av att kunna driva sin vilja i teater-undervisning på gymnasiet.» I *Örörelse: estetiska erfarenheter i pedagogiska sammanhang*, redigerat av Anders Burman och Petra Lundberg Bouquelson. Huddinge: Södertörns högskola.
- 2021. «Learning study—a model for practice-based research in a Swedish theatre classroom». *Youth Theatre Journal*, 1–14.
- Andersson, Ninnie. 2016. «Communication and shared understanding of assessment: a phenomenological study of assessment in Swedish upper secondary dance education.» Doktorsavhandling. Luleå tekniska universitet: Luleå.
- Carlgrén, Ingrid. 2019. «The knowledge machine— and claims in learning study as paeducal research.» *International Journal for Lesson and Learning Studies* 9, no. 1: 18–30. <https://doi.org/10.1108/IJLLS-02-2019-0010>.
- 2015. *Kunskapskulturer och undervisningspraktiker*. Göteborg: Daidalos.
- 2012. «The learning study as an approach for ‘clinical’ subject matter didactic research.» *International Journal for Lesson and Learning Studies* 1, no. 2, 126–139.
- 2009. «Ca-studies of learning – from an educational perspective.» *Scandinavian Journal of Educational Research* 53, no. 2: 203–209.
- Carlgrén, Ingrid och Gunn Nyberg. 2015. «Från ord till rörelser och dans – en analys av rörelsekunskandet i en dansuppgift.» *Forskning om undervisning och lärande* 3, no. 14: 24–40.
- Englund, Boel och Birgitta Sandström. 2015. «‘Expression’ and verbal expression: On communication in an upper secondary dance class.» *Research in Dance Education* 16, no. 3: 213–229.

- Frohagen, Jenny. 2016. «Såga rakt och tillverka uttryck: en studie av hantverkskunnandet i slöjdamnet.» Licentiatavhandling. Stockholms universitet: Stockholm.
- Gibbons, Elizabeth. 2004. «Feedback in the dance studio.» *Journal of Physical Education, Recreation and Dance* 75, no. 7: 38–43.
- Kullberg, Angelika. 2010. *What is taught and what is learned: Professional insights gained and shared by teachers of mathematics*. Göteborg: Acta Universitatis Gothoburgensis.
- Marton, Ference och Ming Fai Pang. 2006. «On some necessary conditions of learning.» *The Journal of the Learning Sciences* 15, no. 2: 193–220.
- Marton, Ference och Mun Ling Lo. 2007. «Learning from the 'Learning Study'.» *Journal of Research in Teacher Education* 14, no. 1: 31–46.
- Mattsson, Torun. 2016. *Expressiva dansuppsdrag: Utmanande läruppgifter i ämnet idrott och hälsa*. Doktorsavhandling. Malmö högskola.
- Hooshidar, Annika Notér. 2014. «Dansundervisning som förkroppsligad multimodal praktik: En studie om kommunikation och interaktion i dansundervisning.» Licentiatuppsats. Stockholm: Stockholms universitet.
- Nyberg, Gunn. 2014. «Ways of knowing in ways of moving: A study of the meaning of capability to move.» Doktorsavhandling (sammanfattning). Stockholm: Stockholms universitet.
- Nyberg, Gunn Birgitta och Ingrid Maria Carlgren. 2015. «Exploring capability to move – somatic grasping of house-hopping.» *Physical Education and Sport Pedagogy* 20, no. 6: 612–628. DOI: <https://doi.org/10.1080/17408989.2014.882893>.
- Pang, Ming Fai och Mun Ling Lo. 2012. «Learning study: Helping teachers to use theory, develop professionally, and produce new knowledge to be shared.» *Instructional Science* 40, no. 3: 589–606.
- Rosenbaum Cecilia, Ulla Runesson Kempe och Anette Svensson. 2021. «Rikta blicken mot texten.» *Forskning om undervisning och lärande* 9, no. 1: 31–49.
- Runesson, Ulla. 2017. «Variationsteori som redskap för att analysera lärande och designa undervisning.» I *Undervisningsutvecklande forskning: Exempelt learning study* redigerat av Ingrid Carlgren. Malmö: Gleerups Utbildning AB, 45–60.
- 2011. «Lärares kunskapsarbete – exemplet learning study.» I *Lärare som praktiker och forskare: Om praxisnära forskning* redigerat av Solweig Eklund. Stockholm: Stiftelsen SAF i samverkan med Lärarförbundet, 7–17.
- Ryle, Gilbert. 1949/2009. *The Concept of Mind*. Oxon: Routledge.
- Sadler, D. Royce. 2013. «Opening up feedback.» I *Re-conceptualising feedback in higher education: Developing dialogue with students* redigerat av Stephen Merry, Margaret Price, David Carless och Maddalena Taras. Oxon: Routledge, 54–63.
- Sandström, Birgitta. 2016. «Danspedagogers yrkespråk.» *Forskning om undervisning och lärande* 4, no. 1: 73–92.
- Skolverket. 2011. *Läroplan, examensmål och gymnasiegemensamma ämnen för gymnasieskola 2011*. Stockholm: Skolverket.
- «Muskelmanne – från djurförsök till människa.» *UR Samtiden – hälsa och träning i framtiden*. Sveriges Utbildningsradio, 2017. 10 december 2022. <https://urplay.se/program/203706-ur-samtiden-halsa-och-traning-i-framtiden-muskelmanne-fran-djurforsok-till-manniska>.
- Styrke, Britt-Marie. 2015. «Didactics, dance and teacher knowing in an upper secondary school context.» *Research in Dance Education* 16, no. 3: 201–212.
- Zandén, Olle. 2010. «Samtal om samspel. Kvalitetsuppfattningar i musiklärarens dialoger om ensemblespel på gymnasiet.» Doktorsavhandling. Göteborg: Art Monitor.

Sluttnoter

- 1 ULF står för Utveckling lärande och forskning. Regeringen delar ut finansiering till utvalda universitet för att utveckla och genomföra praktisknära forskning.
- 2 Kropp inbegriper hela kroppen och tar avstånd från en dualistisk uppdelning av kroppen (Nyberg 2014; Ryle 1949/2009).
- 3 Erfarande inom fenomenografi inkluderar hela kroppen. Erfarande inbegriper både tanke och/eller en fysisk upplevelse/erfarande av någonting. Begreppet erfarande används i detta sammanhang i relation till lärandeobjektet som kroppsligt fenomen (Ahlstrand & Andersson 2022).
- 4 Muskelminne innebär en process i det neuromuskulära systemet där motorik lagras (Sveriges Utbildningsradio).
- 5 Förkroppsliga syftar till att ett kunnande inkorporeras och gestaltas kroppsligt (Ahlstrand 2014; Andersson 2016; Nyberg 2014).

BIOGRAPHIES

Ninnie Andersson, Senior Lecturer in Dance education, Department of Dance Pedagogy, Stockholm University of the Arts, Sweden

Andersson received her PhD within Education in 2016. The research interest relates to assessment and subject didactic challenges and possibilities. Andersson and Ahlstrand are currently working on a practice-based research project regarding feedback in theater and dance as school subjects in the upper secondary school. ninnie.andersson@uniarts.se

Pernilla Ahlstrand, Senior Lecturer Department of Pedagogical, Curricular and Professional Studies, University of Gothenburg, Sweden

The research interest relates to subject didactic problems and teaching development research. Ahlstrand has conducted several school development- and research projects in the school subjects dance, music and theatre. Ahlstrand and Andersson are currently working on the research project *On BOUNCE! Practice-based feedback – A study of Theatre, Teaching and Dance Situations*: <https://www.skolfi.se/forskningsfinansiering/finansierade-forskningsprojekt-2021/pa-studs-praktiknara-aterkoppling-studie-av-teater-undervisning-och-dans-situationer/> pernilla.ahlstrand@gu.se

Tango i kroppen; Hvordan danse- og bevegelsesterapeutiske metoder kan styrke selvfølelsen til tangodansere

Even Emaus

SAMMENDRAG

Under Corona-pandemien begrenset smittevern hensyn sosial omgang generelt, og vi som danset argentinsk tango fikk heller ikke anledning til å danse sammen.

I en enquete blant medlemmene i en tangoklubb i Oslo, Oslo Tango Queer (OTQ), kom det fram savn av tango; en opplevelse av at tangoen «dovnet» i kroppen og at tangoferdigheter ville forsvinne, oppgitthet og lav selvfølelse.

Selv erfarte jeg at praktiske øvelser med danse- og bevegelsesterapi (DBT) ga meg en opplevelse av tangoen i min egen kropp, utvidet forståelse av meg selv som tangodanser og styrket selvfølelse. I et håp om at også andre tangodansere i samme situasjon kunne ha nytte av DBT, satte jeg sammen øvelser for en pilotgruppe, og inviterte medlemmene i OTQ til å delta. I tillegg til å gjenskape samfølelsen i et dansefellesskap, var hensikten å prøve ut øvelser som kunne bedre den enkeltes positive opplevelse av seg selv som tangodanser og styrke selvfølelsen.

Ni deltakere meldte seg, og vi gjennomførte fire samlinger, hver på en og en halv time, med øvelser i gruppe, individuelt og i par. Øvelsene ble gjennomført innenfor gjeldende smittevernregler uten fysisk direkte kontakt og med munnbind når det ble nødvendig.

Effekt av øvelsene er den enkelte gruppedeltakers subjektive opplevelse. Men særlig meldte deltakere tilbake at øvelser med jording, kroppens bevegelsemuligheter, speiling og framkalling av minner om omfavnelsen i dansen, styrket opplevelse av tango i kroppen.

ABSTRACT

During the height of the COVID-19 pandemic, social mixing was generally restricted based on the Corona Pandemic Infection Control Provisions. As a result, those of us who dance Argentinian tango were not allowed to practise together.

A survey carried out among members of the Oslo Tango Queer (OTQ) club in Oslo found that people missed tango, felt tango withering in their bodies, and believed that their dancing skills were about to disappear.

The survey also documented a sense of despair and loss of self-esteem. Practising dance movement therapy (DMT) recalled the feeling of tango in my body, thus strengthening my self-understanding as a tango dancer and my self-esteem. Therefore, I put together a collection of practical DMT exercises and invited the members of OTQ to participate in a pilot group. In addition to recreating a sense of (tango) community, the purpose was to support individuals' positive feelings of themselves as tango dancers and strengthen their self-esteem.

Nine dancers participated. Four DMT sessions lasting one and a half hours were carried out; these included exercises performed individually, in couples and in groups. All the exercises were conducted following anti-COVID-19 regulations, that is, without physical contact and using face masks when necessary.

The DMT exercises had an effect on the individuals' subjective experiences. Feedback from the participants highlighted that exercises involving grounding, training of body movements and possibilities, mirroring, and playing out an imaginary dance embrace recreated the feeling of tango in their bodies.

Tango i kroppen; Hvordan danse- og bevegelsesterapeutiske metoder kan styrke selvfølelsen til tangodansere

Even Emaus

Eg kan godt vise deg korleis vi dansar, om du vil, seier Vidar då dei er ferdige med bollane. No er det Birk som nøler, men så seier han: Ok, men eg har aldri dansa før.

Vidar stiller seg framfor Birk. Han tek tak og løftar opp banda til Birk og held ho i si eiga. Så stryke Vidar den andre banda si til ro bakom aksla til Birk og legg ho inntil så Birk berre så vidt kan kjenne at banda er der.

Slik, ja! seier han og nikkar litt med hovudet for at Birk skal leggje den lause banda mot overarma si. Så går dei saman.

Birk følgjer Vidar utan å sjå verken til sides eller bakover eller noko. Likevel flyttar føtene og heile kroppen hans seg bakover utan at han trakkur Vidar på beina. Han flytter så lett på seg som om han ikkje skulle vege noko som helst, medan Vidar fører han rundt i ein sirkel over det grise plankegolvet. Så godt går dei to kroppane i bop i ein flyt som dei var eitt.

Ein ordlaus tanke før gjennom kroppen til Birk, og i det same vender han kroppskrafta si den motsette vegen. Noko umerkeleg hender mellom dei to gutekroppane. Utan ord endrar dei retning slik at Birk no går fram, og Vidar følgjer han bakover i den same flyten.

Som om det umerkelege retningsskiftet brått gjekk opp for dei to gutane, snublar Vidar. Han fell bakover, trekkjer Birk med seg, og dei to blir liggjande langflate på golvet. Først seier ingen av dei noko. Så begynner Birk å remje, mjuki og forsiktig som ei katte: Mja-oo-oo, mja-oo-oo! Og han set i å le: Du kan liksom lære meg å danse, ertar han.

Aoo-oo! Mjaoo-oo! remjar Vidar tilbake, og viftar med dei såre hendene sine opp i lufta. Så ler dei, begge to.

(Upublisert tekst i en bok for barn, 2021)

Argentinisk tango er improvisert samspill med en dansepartner som krever tilstedeværelse og engasjement og dreier seg mye om å uttrykke egne, og ta imot den andres, kroppslige uttrykk for følelser i dansen med musikken. På samme tid som jeg som danser er meg selv med mine egne intensjoner, skal jeg være med den andre i noe som oppleves felles. Jeg tror at dette tilsynelatende paradoksale bidrar til mye av fascinasjonen og lidenskapen for å danse tango. Og at nettopp denne utfordringen også skiller tango fra andre pardanser.



Illustrasjon: Mariano Pignatello

Da Corona-viruset slo til vinteren 2020 satte smittevern hensyn sterke begrensninger for generell sosial omgang. Konsekvensen ble at heller ikke vi som danser argentinsk tango kunne danse sammen. For meg meldte et savn av tango seg ganske fort. Jeg kjente på uro i kroppen; en følelse av rastløshet og frykt for at tangoen kom til å «dovne i kroppen» og danseferdigheter forsvinne. Etter hvert meldte også ideen seg om at jeg kanskje bare skulle gi opp hele tangoen. Også andre tangodansere jeg kjente snakket om tilsvarende opplevelser og dårlig selvfølelse.

Under studiet av danse- og bevegelsesterapi (DBT) ved Universitetet i Sørøst-Norge var min dansereferanse argentinsk tango. I løpet av studiet erfarte jeg praktiske øvelser som ga meg opplevelse av tangoen i min egen kropp, og å få styrket selvfølelse og en utvidet forståelse av meg selv som tangodanser. Dette inspirerte meg til å ville danne en DBT-gruppe der andre tangodansere kunne få oppleve det samme.

Gjennom samtaler og en enkel skriftlig enquete blant medlemmer i Oslo Tango Queer (OTQ), en tangoklubb øst i Oslo, dannet jeg meg et bilde av deres opplevelse av tango og å ikke kunne få danse. På bakgrunn av enqueten og danseterapeutiske metoder og teori, satt jeg sammen øvelser for DBT-gruppen med tangodansere. I tillegg til å styrke fellesskapet og samfølelsen i et dansefellesskap, var hensikten å benytte øvelser som kunne bedre den enkeltes positive opplevelse av seg selv som tangodanser og styrke selvfølelsen.

Ord som ble brukt og gjentatt under samtaler for å beskrive følelsene danserne hadde var: «å kjenne seg isolert», «mismodig», «være lei seg» og «en følelse av at kroppen dovrer». Fra den skriftlige enqueten samlet jeg ord i bolker og en bolk omfattet ordene *følelse, hengiven, pasjon, sensualitet, glede, lykke, mestring, frihet*. Ordene ga meg et bilde på hvilke følelser danserne knyttet til det å danse tango mentalt, kroppslig og sosialt, mens samtalene utdypet følelser og opplevde konsekvenser knyttet til det å ikke få danse.



Illustrasjon: Mariano Pignatiello

Dette materialet ble et grunnlag for å søke etter teorier til støtte for metoder og DBT-øvelser som kunne bidra til å styrke selvfølelse.

Gruppen

Jeg inviterte medlemmene i OTQ til å delta i en pilot-gruppe der vi ved hjelp av metoder og verktøy fra DBT ville gjenskape en følelse av tango uten å danse sammen. Jeg ønsket at deltakerne gjennom praktiske DBT-øvelser vekselvis individuelt, i par og i gruppen, kunne få hente fram sine egne ressurser og gjenfinne og styrke trygghet i seg selv og ferdighetene sine til å kommunisere i dansen. Jeg skisserte et program for gruppen med fire halvannen timers samlinger som ble gjennomført i november 2020 og oktober 2021.

Ni dansere meldte seg på, men ikke alle hadde anledning til å delta på samtlige samlinger. Jeg kjente alle, og deltakerne kjente hverandre fra før og var åpne og positive til å delta. Ingen kjente til DBT fra før, men ønsket å være med så sant aktivitetene ble holdt innenfor smittevernreglene og kunne minne dem om nettopp tangoen i kroppen.

Danse- og bevegelsesterapi

DBT er en form for psykoterapi og omfatter kreativitet, forbindelse mellom kroppen og sinnet, nonverbal kommunikasjon, mellommenneskelige relasjoner og endring (Meekums 2002, 13). Hensikten med å samle tangodanserne i en slik gruppe var ikke terapi, men at de gjennom DBT-øvelser skulle oppleve og bevisstgjøre seg hvordan kroppen kan påvirke og påvirkes av følelser og kommunikasjon i dansen. Jeg har selv erfart under studiet at DBT har fått meg til å hente fram kroppslige minner og bearbeide mitt eget savn av tango både kroppslig og psykososialt.

Improvisert dans som jo den argentinske tangoen er, utløser gjennom sensitivitet, aktiveringen av kroppslig kontroll og tett intimt nærvær mellom dansepartnerne et spekter av følelser. I tillegg til gode følelser er verken sårbarhet, usikkerhet og frykt fremmede. Amerikansk psykologisk forskning hevder at selvfølelse knyttes til trygghet for å ha de nødvendige sosio-kommunikative ferdighetene (Behrends et al. 2012, 107). Hos tangodanserne som opplevde seg

isolert, mismodig med svekkede tangoferdigheter og laber selvfølelse, ville også lett sårbarhet og vanskelige følelser dukke opp. Den svenske danseterapeuten Erna Grönlund sier at DBT-metoder evner å forene kaos, følelser og frie improvisasjoner med en form for orden som strukturerer det sårbare som dukker opp under øvelsene (Grönlund 1996, 15).

Det kroppslige

DBT har en teoretisk fenomenologisk forståelse av at kropp, sinn og følelser er forbundet med hverandre. Professor Gunn Engelsrud (2015, 20) sier at kroppen er vår måte å være i verden på, og som vi aldri kan flytte ut av. Uansett hvor vi beveger oss eller er, så er vi det med kroppen vår. Kroppen er også sett på som en organisme der alle organene henger sammen. De metodene som omtales bidrar til å fremme individet som helhet, og hver enkelt DBT-øvelse påvirker hele systemet selv om oppmerksomheten blir rettet mot et spesielt område eller et fenomen.

Sentralt i mange DTB-øvelser, er Rudolf Labans



Foto: Fjose C. Mjøllem

bevegelsesanalyse og kategoriene kropp, innsats, rom og form. Laban hevder at trening av disse kategoriene kan påvirke selvfølelsen, og bidra til vekst både personlig og av kroppslig uttrykk (Bradley 2019, 43). Bevegelsesanalysen er også et redskap til å kunne lese og bedre forstå andres bevegelser og kroppslige uttrykk. Individuelle og gruppeøvelser med Labans kategorier vil derfor kunne øke innsikt i både egne og en dansepartners bevegelses- muligheter og -innsats.

Som mennesker er vi fysisk, emosjonelt og energetisk knyttet til jorden, og i prinsipiell forstand trekkes all energi mot jorden sier deTord et al. (2015, 16). Som terapeutisk og kreativt verktøy styrker det å være jordet forbindelsen mellom kroppen og sinnet, og selv om det finnes lite litteratur om DBT og jording, hevder deTord (ibid.) at verktøyet jording er nyttig og brukes av DBT-terapeuter til å vurdere hvordan klienter beveger seg. Tango er en såkalt gå-dans der kontakten med gulvet og stabilitet er avgjørende, noe som fordrer at hvert steg er tydelig og at hele foten brukes. For meg gjensker jordingsøvelser, for eksempel ved å la bena «synke» ned i gulvet eller at en imaginær tung kule henger om livet og ned mellom bena, en opplevelse av tango i kroppen.

Det kroppslige samspillet i tango

Gjennom DBT-studiet har særlig tre begreper som alle henger sammen: kinestetisk empati, inntoning og speiling, blitt sentrale i min forståelse av hvordan kropp påvirker og påvirkes av hverandre, og hvordan følelser og signaler «går» mellom dansepartnere i tango. Begrepet *kinestetisk empati* forstås ifølge Behrends et al. (2012, 108) som en kroppslig følelse som respons på en annens bevegelse eller holdning og skaper en forståelse av den andres indre tilstand. Kinestetisk empati er et kjernebegrep innen DBT og et av de mest sentrale DBT-bidragene til psykoterapien (ibid.). *Inntoning* er et aspekt ved empati som ifølge Jerak et al. (2018, 55) bidrar til å skape en harmonisk

og åpen relasjon. Den innledende tekstillustrasjonen med de to guttene som danser, er et bilde på kinestetisk empati i en relasjon der de to er tonet inn på hverandre. *Speiling* er også knyttet til kinestetisk empati og benyttes innen DBT-praksis til å styrke følelsesmessig forståelse. Speiling innbefatter imitasjon av bevegelser, følelser og intensjon (McGarry 2011, 178). Gjennom empati-øvelser med inntoning og speiling har jeg selv fått erfare at både egne følelser, og impulser utenfra har ført til bevegelser i kroppen min. Men også at andres følelser har påvirket meg og kommet til uttrykk av min kropp. Jeg har også erfart at kroppen min kan agere *før* jeg har tenkt, altså at kroppen reagerer og handler *før* jeg er bevisst impulsen og at tanken om impulsen når meg.

Uten at begrepet kinestetisk empati er spesielt kjent blant gjengse tangodansere, er opplevelsen av at kroppen beveger seg uten eller før de merker fysiske signaler fra dansepartneren, noe de aller fleste kan kjenne igjen. Og øvelser, for eksempel ved at to som står overfor hverandre toner seg inn på hverandre og etter hvert beveger seg, med små eller større bevegelser, og veksler på å «føre» og la seg «føre», kan gi opplevelse både av den andre og hens bevegelser og fellesskapet mellom de to, slik det jo er i tango. Øvelser med inntoning og speiling kan gjennomføres uten fysisk kontakt og bidra til å få kjenne samspillet, kommunikasjonen og framkalle kroppslige minner om å danse.

Øvelser som styrker den positive opplevelsen av tango i kroppen

Når en danser opplever at kroppen «dovner» og tangoferdigheter «svinner» påvirkes selvfølelsen, og tankene og følelsene blir reflektert i kroppen. Ifølge Payne et al. (2016, 147) blir enhver bevegelse eller aktivering styrt av det autonome nervesystemet og påvirker både velvære, humør og sanse- og oppfatningsevnen. En tangodanser er i konstant



Foto: Fjose C. Mjellem

bevegelse og i kontinuerlig utveksling og kontakt med gulvet ved å «gi og ta» fra gulvet, og Payne (2017, 71–72) sier at for å kunne inn ta en god holdning, tåle konfrontasjoner og ta ansvar, trengs en godt utviklet kontakt med gulvet. Hun sier videre at følelsen av ansvarlighet henger nøye sammen med opplevelse av styrke, og at stabilitetstrening, utforskning av kontakten med gulvet, støttepunkt og tyngdekraft vil derfor være nyttige øvelser (ibid.).

Jordingsøvelser knytter holdning og tilstedeværelse sammen, kobler kroppen til sinnet og kan gi en følelse av letthet (Shim et al. 2019, s. 97; deTord et al. 2015, 16). Holdningsøvelser som involverer vekt, særlig i vertikalplanet, kan hente fram minner om tango i kroppen. Bruk av tangomusikk kan også bidra til å forsterke virkningen. Øvelser som utfordrer danserens bevegelsesgrenser, for eksempel å danse alene eller to og to innenfor en tenkt trang boble eller i et større rom, aktiverer og skaper forståelse for det fysiske handlingsrommet og styrker samtidig kroppsbevisstheten. Mens avspennings-, pusteøvelser og

trening av kroppsflexibilitet som strekk og dynamiske øvelser, reduserer stivhet, utvider bevegelsesfeltet og gir også en opplevelse av letthet (Shim et al. 2019, 93).

Oppvarmingsøvelser før dans eller i starten av en gruppesamling er vesentlig både sosialt og kroppslig. En oppvarmet kropp blir mer tydelig i sin uttrykksmåte (Meekums 2002, 17). Gjennom å erfare og observere hva, hvor og hvordan vi beveger oss, styrker vi bevisstheten om våre egne kvaliteter og preferanser, og kan også gjøre oss i stand til bedre å møte andre gjennom dansen og bevegelse (Bradley 2019, 43).

Øvelser som styrker forståelsen av seg selv som tangodanser

Kroppslig bevissthet og en tett, intim forbindelse mellom partene er en forutsetning for det intense samspillet med improvisasjon og tolkning når vi danser tango, sier den norske psykologen og musikeren Miriam Skotland (2013, 5). Omfavnelsen, intensjonen og all bevegelse utgår fra kjernemuskulatur i kroppens senter. Omfavnelsen i tango er hele tiden aktiv,

men en avspent og stabil ramme, og forbindelsen og kommunikasjonen mellom de to dansende kroppene skjer ved aktivering av senteret. Imaginære forestillinger om omfavnelse (ghost-dansing): å «kjenne» kontakten med partnerens håndflate eller hans hånd på ryggen, kan hente frem et minne om den vare omfavnelsen fra dansen. Ved å oppleve støtte til forestillingen om en omfavnelse, integreres også forbindelsen mellom kroppen og sinnet, og gir et handlingsrom til å spille ut oppfatningen av omfavnelsen (Shim 2019, 97). Slik støtte kan være både verbal og kroppslig.

Tro, tanker og følelser reflekteres i kroppen og påvirker bevegelser, holdninger og pust, sier Payne et al. (2016, 147). Metaforer kan klare å adskille smerte fra kroppen, og forskeren Shim et al. (2019, 96) hevder at ved å visualisere og spille ut, for eksempel smerter – mest sannsynlig da også savn –, gis det abstrakte en form som kan håndteres. Konkretisering og å spille ut «savn» kan gi følelsen av å ha ressurser og

motstandskraft (ibid.). Det styrker selvfølelsen.

Den relasjonelle kontakten mellom to dansepartnere i tango starter med å søke en aktiv, intensjonell tilstedeværelse, og kontakten kan oppnås uten at partene berører hverandre (Skotland 2013, 15). Ved å tone seg inn på hverandre, skapes en gjensidig følelse av forståelse og trygghet mellom partene (Jerak et al. 2018, 55), noe som er velkjent for tangodansere. Engelsrud (2015, 107) sier at i møtet og kontakten med en dansepartner vil den andres kinestetiske og energetiske tilstand merkes og tas opp i egen kropp, og gi energi som igjen gir inspirasjon i dansen. Øvelser med impulser, intensjon og speling vil kunne gi erfaring med inntonning uten at deltakerne må være i direkte nærkontakt med hverandre.

Øvelser som styrker samfølelsen med andre

Tango er samhandling. Argentinsk tango involverer partene fysisk, mentalt og sjelig, og er en portal til kroppslige erfaringer, sier den amerikanske forskeren og tangodanseren Balconi (2020, 5). Ett er overføring og mottak av kroppslige signaler mellom dansepartnere der kroppen gjerne handler før tanken oppfatter det (Gallese 2005, 23). Et annet er sammenhengen mellom empati, kinestetisk empati og persepsjon. Sansing av en bevegelse skaper en psykisk resonans som framkaller et indre bilde. Bildet gir mulighet til å forutse både den andres handling, og konsekvenser av ens egen bevegelse (Jerak et al. 2018, 56).

Tango krever altså at danserne utvikler en dypere intim forbindelse, også selv om de i utgangspunktet er helt ukjente for hverandre. Å kjenne seg «på bølgelengde» med dansepartneren gir en følelse av å være sett, trygg og fri. Partneren har dannet seg en form for forståelse av min indre tilstand sier Behrends et al. (2012, 107), noe som gir en følelse av helhet med partneren. Deling av følelser er sentralt både for å gjenkjenne kroppsuttrykk hos andre, men også for



Foto: Dag von Boor

å oppleve kvaliteten av ens egne kroppslige responser (ibid., 109). Rytmisk koordinering foregår uavbrutt mellom partene i tango og skaper opplevelsen av samtidighet og synkronisering. Og ifølge Skotland (2013, 20) skaper rytmikken trygghet og selvsikkerhet under dansen. En slik opplevelse av å dele følelser i synkroni og felles rytme, med eller uten musikk, kan oppnås både i par- og gruppeøvelser. I tango improviserer og uttrykker dansepartnerne seg selv, men har samtidig noe som er felles: et slags rom av enighet og bekreftelse mellom seg som tar opp det danserne kommuniserer og formidler seg imellom. Den amerikanske psykologen Jessica Benjamin (2005, 455) sier at når dette rommet er til stede vil relasjonen mellom partene være åpen for utvikling. Tekstillustrasjonen med Birk og Vidar som danser sammen gir eksempel på en utvikling mellom de to idet de bytter «roller» og fortsetter sammen, bare motsatt vei nesten uten at de merket det selv.

Det sosiale ved tango er skapt gjennom å danse i par. Derfor er øvelser i par, også uten fysisk kontakt, velegnet til å gjenskape kraften pardansen har i seg ved å aktivere ubevisste ressurser (Balconi 2020, 5). Øvelsene kan hente fram minner fra kroppen (Behrends et al. 2012, 109), og gi opplevelse av å forutse den andres bevegelser, men også å se konsekvenser av sine egne (Jerak et al. 2018, 56). Men også at danserne føler seg sett, trygg, hel, fri og selvbekreftet (Skotland 2013, 20). I sannhet næring for selvfølelsen.

Sirkeløvelser med synkrone- og kanskje felles symbolske bevegelser, rytme og speiling, skaper samfølelse (Payne et al. 2016, 154). Bruk av sirkel er en utbredt metode innen DBT, og den beste måten å skape enhet og samhold på. Sirkelen skaper tilhørighet og danner grensen mot det som befinner seg utenfor (Payne 2017, 70), noe som jevnlig ble anvendt i sesjonene med DBT-gruppen av OTQ-dansere.

Oppsummering

Teorier og egne erfaringer støtter at DBT-øvelser i en gruppe kan styrke OTQ-dansernes selvfølelse, også i en tid preget av Corona-pandemien.

Hensikten med øvelsene var å gjenskape og bevisstgjøre dansernes følelser for tango, også kroppslig, gjennom samspill, egne ressurser og bevegelsesmuligheter innenfor gjeldende smittevernregler.

I rekken av DBT-metoder som virker særlig positivt på tangodanseres selvfølelse er styrke- og stabilitetsøvelser, og øvelser som framkaller kroppslige tangominner og samspill. Hver øvelse påvirker i ulik grad hele systemet fordi kroppen, sinnet og følelsene er forbundet med hverandre. Effekt av øvelsene er den enkelte gruppedeltakers subjektive opplevelse.

I en tid da OTQ-danserne savnet samvær og samspill, glede og å føle tangomestring og hengivenhet, og opplevde å være adskilt, mismodig og at tangoen dovnnet i kroppen, var ghost-dance-øvelser og forestillinger om omfavnelsen og samspillet med en dansepartner eksempler på øvelser som deltakere trakk fram som spesielt interessante for å få fram minner om tango i kroppen og styrke selvfølelsen.

Takk til min gode venn og tangoelsker Karin Osbakk for samtaler og praktisk hjelp til å gjennomføre DBT-pilotprosjektet.

Litteratur

- Balconi, Wendy. 2020. «Solvitur ambulando: An embodied experience of Argentine Tango.» Doktoravhandling. Pacifica Graduate Institute.
- Behrends, Andrea, Sybille Müller og Isabel Dziobek. 2012. «Moving in and out of synchrony: A concept for a new intervention fostering empathy through interactional movement and dance.» *The Arts in Psychotherapy* 39, 2: 107–116.
- Benjamin, Jessica. 2005. «Creating an Intersubjective Reality: Commentary on Paper by Arnold Rothstein.» *Psychoanalytic Dialogues* 15, 3: 447–457. <https://doi.org/10.1080/10481881509348842>
- Bradley, Karen K. 2019. *Rudolf Laban*. New York: Routledge.
- de Tord, Patricia og Iris Bräuninger. 2015. «Grounding: Theoretical application and practice in dance movement therapy.» *The Arts in Psychotherapy*, 43: 16–22.
- Engelsrud, Gunn. 2015. *Hva er kropp*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Gallese, Vittorio. 2005. «Embodied simulation: From neurons to phenomenal experience.» *Phenomenology and the Cognitive Sciences* 4: 23–48.
- Grönlund, Erna. 1996. *Dansterapi. Introduktion till en expressiv terapiform*. Stockholm: Bokförlaget Natur och Kultur.
- Jerak, Tjaša, Alenka Vidrih og Gregor Žvelc. 2018. «The experience of attunement and misattunement in dance movement therapy workshops.» *The Arts in Psychotherapy*, 60: 55–62.
- McGarry, Lucy M. og Frank A. Russo. 2011. «Mirroring in Dance/Movement Therapy: Potential mechanisms behind empathy enhancement.» *The Arts in Psychotherapy*, 38: 178–184.
- Meekums, Bonnie. 2002. *Dance Movement Therapy: A Creative Psychotherapeutic Approach*. London: Sage Publications.
- NODAK. 2020. <http://www.nodak.no/om-danseterapi>.
- Payne, Helen, Tom Warnecke, Vicky Karkou og Gill Westland. 2016. «A comparative analysis of body psychotherapy and dance movement psychotherapy from a European perspective.» *Body, Movement and Dance in Psychotherapy* 11, (2–3): 144–166. <https://doi.org/10.1080/17432979.2016.1165291>.
- Payne, Helen, red. 2017. *Essentials of Dance Movement Psychotherapy. International perspectives on theory, research and practise*. New York: Routledge.
- Shim, Minjung, Sherry Goodill og Joke Bradt. 2019. «Mechanisms of Dance/Movement Therapy for Building Resilience in People Experiencing Chronic Pain.» *American Journal of Dance Therapy* 41: 87–112. <https://doi.org/10.1007/s10465-019-09294-7>.
- Skotland, Miriam Heen. 2013. *Tango som terapi? En undersøkelse av tangoens terapeutiske potensial*. Masteroppgave. Universitetet i Bergen. <http://hdl.handle.net/1956/7788>.

Skisseprogram og øvelser for Tango i kroppen – gruppen;
fire samlinger hver av 1 ½ times varighet

	Faste programposter til hver samling	Øvelseskategorier; variable
Fri dans		
	Velkomst i sirkel	
	Oppvarming	
	Forankring	
		Kinesfære
		Impulser
		Egen styrke
		Imaginering
		Lek med rekvisitter
		Speiling
		Intensjoner
Fri dans		
	Avslutning i sirkel	

BIOGRAPHY

Even Emaus is a registered nurse and holds a cand. polit. (master's degree) in epidemiology and advanced education in DMT.

Even Emaus er utdannet sykepleier og cand.polit. med mastergrad i sykepleievitenskap. Han har videreutdanning i danse- og bevegelsesterapi.

Bok

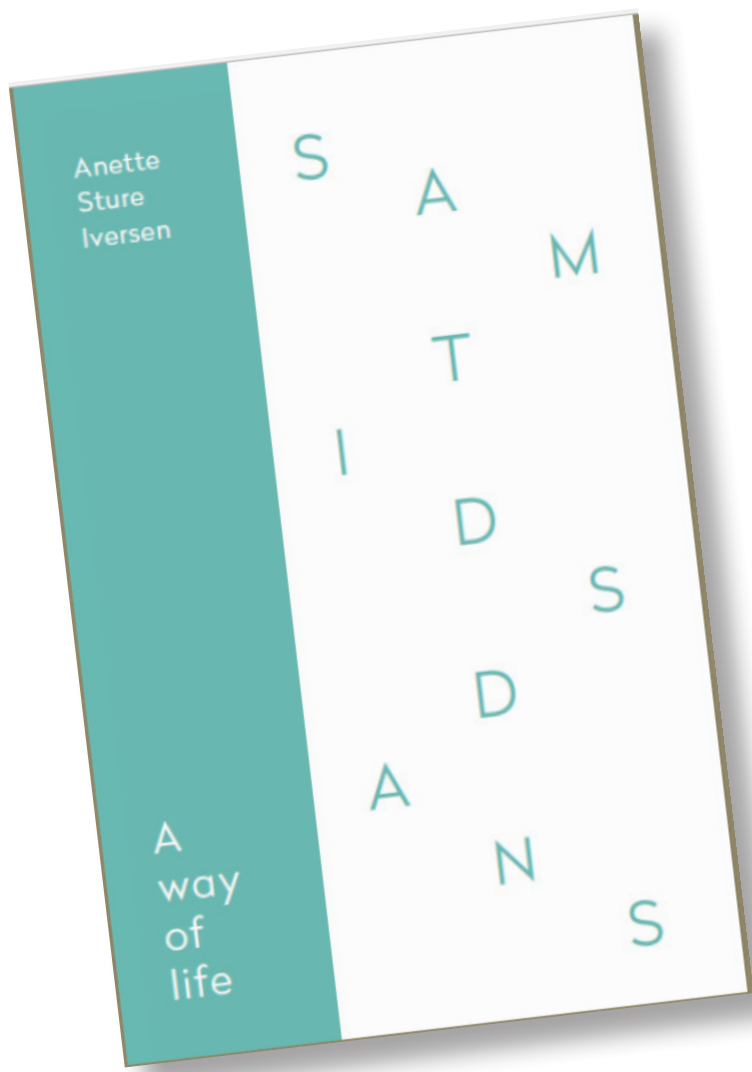
Anette Sture Iversen: Samtidsdans – a way of life

amtidsdans er en sjanger det kan være vanskelig å definere. Begrepet har vært brukt i Norge siden 1990-årene til å beskrive visse sceniske uttrykk og koreografiske og pedagogiske praksiser, som ved første øyekast kan fremstå svært forskjellig fra hverandre. Derfor kan det noen ganger være enklere å si hva samtidsdans ikke er, enn hva det er. Allikevel finnes det flere fellesnevner innen sjangerens mange former og uttrykk. Å sette begrepet inn i, og knytte det til, en historisk utviklingslinje, kan hjelpe oss å avgrense det. Men mest av alt handler det kanskje om et spesifikt syn på dansens og kunstens funksjon, et *Mindset, A Way of Life?*

Med Samtidsdans – A Way of Life gjør Anette Sture Iversen forsøk på å ramme inn begrepet samtidsdans, gjennom å se det fra ulike perspektiv og

i ulike sammenhenger, først og fremst i undervisning og som scenekunst, men også relatert til livet generelt. Gjennom beskrivelse av sjangerens mange metoder, verktøy og uttrykk prøver hun å avdekke et potensielt verdisyn, og filosofiske så vel som eksistensielle tema. Iversen ser på elevrollen og lærerrollen og dansens potensial relatert til LK20 Fagfornyelsen og de overordnede temaene Livsmestring og folkehelse, Demokrati og medborgerskap og Bærekraftig utvikling. Boken er ikke en ren lærebok, men en fagbok skrevet fra et personlig perspektiv, og kan være en fin inngang til å forstå noe av dansesjangerens opphav og relevans i vid forstand.

For mer info: Bok | anettestureiversen.com



PRESS RELEASE

Experience, observe, understand and create movement...

A further education for all those working with movement

After 30 years of successful Certificate Programs, we would like to announce that the next **Program in Laban/Bartenieff Movement Studies Basic Level** in English will start on July 24, 2023. The two times 4-week summer intensive format runs over 2 years in Berlin. It will be directed by the senior teacher Antja Kennedy, with her long-standing team Christel Büche and Eva Blaschke. The application deadline is February 24, 2023.

The program goal is to acquire the foundations of a comprehensive study as well as holistic understanding of movement and dance. Students will improve their observation skills and get more clarity, coordination and expression in their movement. This program is on a masters level and open for people with all types of dance/movement experiences.



The *Basic Level* includes the practical and theoretical study of

- the Bartenieff Fundamentals Bodywork (basic six sequences, body connectivity, and whole-body organizational patterns) - focus of the 1st year
- the Laban Movement Studies (Space Harmony, Effort and Shape theory) - focus of the 2nd year
- movement observation and notation (including methods of observation, observation exercises, and motif writing)
- as well as seminars on the history and application of LBMS.

Pre-requisites include: A Bachelors degree, vocational training or a similar qualification, as well as proof of participation in introductory courses in Laban Movement Studies and Bartenieff Fundamentals. A wide range of experience in various types of movement, dance styles or sports is beneficial.

The certificate for the *Basic Level* is awarded by the European Association for Laban/Bartenieff Movement Studies – EUROLAB. With the Basic Level Certificate the acquired knowledge can be applied in a professional field. After another two years of study in the Advanced Level, the certificate *Certified Laban Movement Analyst (CLMA)* will be awarded.

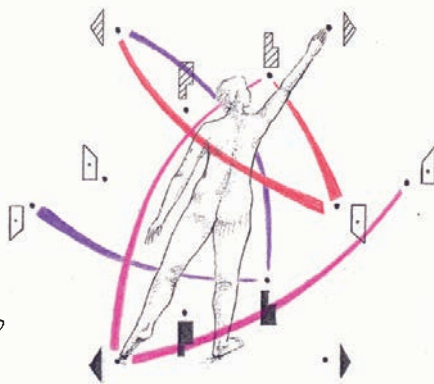
For more information:

www.eurolab-programs.com info@eurolab-programs.com

Phone: 0049 (0)30 5228 2446

CERTIFICATE PROGRAM IN LABAN/BARTENIEFF MOVEMENT STUDIES

Summer Intensive
in English in Berlin, Germany
Application Deadline: Feb. 24, 2023



EUROLAB
EUROPEAN ASSOCIATION FOR
LABAN/BARTENIEFF MOVEMENT STUDIES

Director: Antja Kennedy info@eurolab-programs.com
Phone: +49 30 52282446 www.eurolab-programs.com

Memberships

SANS – Senter for dansepraksis is a Norwegian association that works to support the subject of dance in elementary, secondary and upper secondary schools, as well as culture schools and teacher education.

A membership in **SANS** offers you 1–2 issues per year of the Nordic Journal of Dance, electronic newsletters, reduction rates for courses and conferences arranged by SANS and more. For further information and membership fees, see <http://www.dansepraksis.no>.



Nordic Forum for Dance Research (NOFOD) is a non-profit organization that promotes diverse forms of dance research and practice in the Nordic region by organizing a biannual international conference and local events. A membership in **NOFOD** offers you one yearly issue of the Nordic Journal of Dance, newsletters and reduction rates for international **NOFOD** conferences.

For further information and membership fees, see <http://www.nofod.org>.



Subscription

For an invoice of NOK 100 + postage fees a subscriber will be sent the newest volume of NJD on publication. To subscribe to the Nordic Journal of Dance, send an email to sans@dansepraksis.no.

Advertisements

For details about advertising rates and opportunities, please send us an email: sans@dansepraksis.no.

Nordic Journal of Dance

Call for contributions—Nordic Journal of Dance

Present your work in *Nordic Journal of Dance—practice, education and research*.

We have two annual deadlines: June 1 for publication in December, and December 1 for publication in June the following year.

Nordic Journal of Dance invites practitioners and researchers to submit a variety of texts in one of these categories:

Research Articles:

Research articles are expected to present theoretical and conceptual frameworks, discussion on methodology, data gathering, analysis and findings related to diverse dance practices and artistic processes as well as learning and teaching dance/movement in the Nordic context. The manuscripts will undergo a blind peer review process. Artistic Research is welcome. The maximum length of the submitted article is 6 000 words including references and possible endnotes.

Practice Oriented Articles:

The purpose of practice-oriented articles is to document and reflect upon the practical work being done within dance in different artistic and educational settings as well as with different age groups/populations. Artistic Development work is included in this category. Articles need to be relevant in the Nordic context. Articles will be peer reviewed by the board. The maximum length of a submitted article is 3000 words or less including references and possible endnotes.

Emerging Scholars:

The purpose of the category Emerging Scholars is to offer mentoring to emerging researchers, typically MA students who would like to turn their MA thesis into a research article. Articles need to be relevant in the Nordic context. Articles will be peer reviewed by the board. The maximum length of a submitted article is 3000 words or less including references and possible endnotes.

General Guidelines:

Articles can be written in English or one of the Nordic languages. They can include alternative textual formats (for example illustrations, poems, dialogue). Type text and headings use 12 point font size and line-spacing 1,5. Mark references using Chicago Manual of Style. Please include two abstracts of a maximum length of 200 words: one written in the language used for the article and the other in a Nordic language (for articles in English) or in English (for articles written in native language), and a 100 word biography of the author(s).

Please indicate clearly in what category you are submitting your article. For research articles, include a separate page with the name(s) of the author(s), and title of the manuscript.

Send submission to sans@dansepraksis.no with subject heading «Contribution to Nordic Journal of Dance».

Volume 13(2) 2022

Research Oriented Article

Variationsmönster i dansundervisning – lektionsdesign
med *learning study* som forskningsansats *Ninnie Andersson and Pernilla Ablstrand*

Practice Oriented Article

Tango i kroppen; Hvordan danse- og bevægelsesterapeutiske metoder kan styrke
selvfølelsen til tangodansere *Even Emaus*

Bok

Samtidsdans – a way of life *Anette Sture Iversen*

Nordic Journal of Dance–practice, education and research

ISSN 1891–6708

<http://www.nordicjournalofdance.com/>

Supported by: Senter for dansepraksis (SANS) and Norges Forskningsråd (The Research Council of Norway).

Member of Norsk Tidsskriftforening.

