

# Emotional landscapes

Nina Hansen



Foto: Barbara Bernardi

Nina Hansen er forsøgsansvarlig,  
Tlf. +45 2682 4462  
E-mail: [contact.outlawfields@gmail.com](mailto:contact.outlawfields@gmail.com)

Navne og faglig baggrund på de medvirkende i forsøget.

**Nina Hansen** er skuespiller, performer og underviser. Hun er leder af teaterforeningen Outlawfields. Hun har arbejdet med laboratorieteater i en lang årrække og har de sidste 20 år haft et samarbejde med det svenske researchteater *Institutet för Scenkonst*, hvor hun har været med i adskillige produktioner og projekter. Nina har gennem disse år udvidet sit netværk af samarbejdspartner inden for feltet af research, især i Italien. Hun har siden 2022 været en del af researchprojektet *Constellazioni e Mutamento*, med *Teatri del Vento*, hvor de undersøger forholdet mellem spiller, publikum, omgivelser og filmoptagelse. De inviterende scenekunstnere mødes 3-4 gange om året. Hun har også et igangværende samarbejde med Barbara Bernardi, en visuel kunstner fra Berlin. Nina har optrådt med soloforestillinger og forskellige Site Specific-performances i adskillige lande i Europa.

**Barbara Bernardi**, født i Padua, Italien. Hun har studeret film i Milano og har en Master i Fine Arts fra London. Hun har i flere år været instruktør på en italiensk musik-tv-kanal. Barbara har produceret videoer til teater og kunstudstillinger.

I 2008 dedikerede hun sit arbejde til video- og lydkunst i Berlin, hvor Barbara fortæller visuelle historier og skaber poetiske landskaber. Barbaras arbejde har været præsenteret og udstillet mange steder i Europa. Hun har vundet flere prestigefyldte priser i Italien.

Forsøgets hovedspørgsmål

***Hvordan kan jeg være konkret og gribe arbejdet an uden at fortabe mig i det foranderlige? Kunne fastholde følelsen, gøre det tydeligt, men stadigvæk levende i øjeblikket?***

Hvordan kan jeg som spiller navigere i mine følelser i en improvisation? Følelser er abstrakte, i konstant bevægelse og svære at fastholde. Hvordan kan jeg være konkret og gribe arbejdet an uden at fortabe mig i det foranderlige? Kunne fastholde følelsen, gøre det tydeligt, men stadigvæk levende i øjeblikket? Forhåbentlig vil arbejdet give mig et indblik i et landskab af følelser og i det abstrakte udtryk og i det genkendelige. Følelser i bevægelse, men også i stilhed. Jeg vil tage udgangspunkt i fire grundfølelser: vrede, glæde, sorg og frygt baseret på et tidligere researcharbejde i samarbejde med *Institutet för Scenkonst* (S).

Mine forventninger til forsøget, er at få tid til at lave et mere dybdegående arbejde og udfordre min egen praksis. Jeg ønsker at lave et videodigt sammen med Barbara Bernardi og at præsentere forsøget på Forsøgsstationens platform den 9. december 2023.

Hvilke arbejdsmetoder har I tænkt at anvende?

Jeg tager udgangspunkt i tidligere praksis og researcharbejde i mit laboratoriarbejde med *Institutet för Scenkonst*.

Tidsplan for forsøget:

Fra d. 21. aug. – 4. dec. En forsøgsdag om ugen, 3 timer per gang på FS + en uges arbejde med Barbara Bernardi i december.

## Processen

Opstart på første fase:

Alene i studiet. Kun mig og mit arbejde, genkendeligt, men anderledes. Jeg er vant til at arbejde alene, at forberede et arbejde til en kommende forestilling eller et researcharbejde. Denne gang startede jeg op helt selv, uden nogle konkrete opgaver at læne mig op ad. Jeg skulle selv konkretisere opgaven, finde struktur, retning og mening.

Jeg har deltaget i adskillige researchprojekter gennem årene. Det længste havde en varighed af syv år. *Imagine* var en international sammenslutning af forskellige scenekunstnere og blev ledet af *Institutet för Scenkonst*. Der har været forskellige konstellationer og størrelser, men altid sammen med andre kunstnere, og i en konstant dialog mellem mennesker, for at finde frem til nye spørgsmål samt metoder til at definere det arbejde vi var i gang med.

Denne gang skulle jeg udføre forsøget alene. Det gik op for mig, hvor anderledes det er, og at det kræver enormt meget struktur, hvilket er en udfordring i sig selv, da jeg godt kan lide lidt mere åbne rammer. Min opstartsfasen åbnede op for nogle elementære spørgsmål.

Er det overhovedet muligt at udføre et forsøg selv uden at have en dialog med en observerende part?

Kan jeg som skuespiller observere mig selv?

Kræver arbejdet ikke en ekstern person til observation, for at jeg som skuespiller kan arbejde i koncentration og være nærværende i det, der sker lige her og nu? At kunne være fritstillet og give mig hen til et mere dybgående arbejde? Hvordan kan jeg både være objektiv og subjektiv?

Ingemar Lindh var teaterinstruktør og grundlægger af researchteatret, *Institutet för Scenkonst* og en pioner for sin tid indenfor scenekunst. Han sagde, at man som skuespiller skulle efterstræbe at være bevidst spontan, og konkrete redskaber, rammer og specifikke træningsformer ville hjælpe skuespilleren med at opnå dette.

Det er ikke en nem opgave jeg har givet mig selv, men det er vigtig for at få en dybere forståelse af mit eget arbejde uafhængigt af andre.

Skulle jeg bruge tekniske virkemidler? Filme mig selv? Et redskab jeg er vant til at bruge, dog ikke i en researchkontekst.

Mit arbejde startede op med mange spørgsmål, som kom til at fylde en del, hvilket gjorde det lidt svært at komme i gang. Jeg har en masse erfaring og redskaber jeg kan bruge, så måske skulle jeg bare kaste mig ud i det.

Jeg prøvede mig frem med forskellige træningsmomenter og fokus, dvs. træning for at aktivere kroppen. Jeg dekomponerede kroppen med forskellige fokus og dynamik.

At definere hver fysisk gestus, kort handling (act). At give en ny værdi til hver act, men at hver act har sin helt egen værdi og er uafhængige af den næste, og at de ikke er forbundet. At arbejde med autonome udtryk, for at bryde mine vaner, mønstre og forhåbentlig også at kunne overraske mig selv en smule. At skabe et umiddelbart fokus, og uden forberedelser og være til stede i dette lille moment.

Det var en start. Det prøvede jeg så, og det virkede, men det var svært at holde kørende i længere tid, for der opstod et behov for at udvikle noget over længere tid, så træningen i sig selv har en kortere tidsramme. Flere deltagere på gulvet skaber både et rytmisk og dynamisk samspil og modspil, der støtter og giver min egen bevægelse og væren i rummet en større tydelighed, men nu er jeg alene og skal opretholde tydeligheden selv.

Jeg observerede også, at jeg i denne træning, hvis mål er at bryde mønstre og vaner,

nogle gange blev fanget i at visse udtryk kom igen og også visse bevægelsesmønstre og rytme. Er det ok, spurgte jeg mig selv. Det er utroligt svært at være "ny" og ekspressiv i hvert øjeblik. Er det i orden, at der dukker velkendte momenter op? Hvis det ikke er noget, jeg bevidst vælger, men at det bare opstår? Jeg erfarede, at når jeg blev for bevidst, gik jeg i stå. Rollen som udøver og observatør er en svær balancegang.

Jeg bliver nødt til at kunne give slip og ikke lade observatøren være på gulvet. Jeg begyndte at bruge min telefon til at optage mindre forløb i arbejdet. Og at tage korte noter af det, jeg kunne huske skete og nogle refleksioner undervejs.

### Arbejde med rummet.

Jeg vekslede også med at lægge fokus på kun fødder og ben på en mere legende måde og med en rytmisk-dynamisk tilgang, da jeg ved, at jeg har en tendens til at gå lidt i stå i kroppen. Hvis jeg får gang i mine fødder og ben, har jeg etableret en god base og fået mig selv aktiveret. Det virkede bedre. Denne form for træning eller igangsætning med en mere åben ramme, og det, at der rent teknisk ikke havde været en for strikt struktur, var en god måde at få mig i gang på. Derfra kunne jeg springe til klare tydelige acts (gestus/kort fysisk handling).

Det var vigtigt for mig at etablere kontakten med rummet på en mere dynamisk måde, men også gennem et mere betragtningsperspektiv. Hvor jeg holdt fokus på en særlig genstand eller sted på gulv og vægge. Arbejde med fokus, øjne, hvordan og hvad "jeg ser" og fine fornemmelser af det fokus, det sensoriske. Hvordan jeg lægger min opmærksomhed i rummet, på bestemte ting og den indre lytten og bevægelsen. At skabe forbindelse med mig og rummet, gøre mig selv mindre vigtig, være en del af det der er, og hvilken resonans det giver i mig rent kropsligt.

Jeg påbegyndte arbejdet med følelser i en fysisk stilhed og med et bestemt fokus i rummet.

De fire grundfølelser og deres retning og dynamik:

*Vrede er en ekstrovert følelse, retning ud og med en hård dynamik*

*Glæde er også en ekstrovert følelse, retning ud, men med en let dynamik.*

*Sorg er en introvert følelse, retning ind og med en tung dynamik.*

*Frygt er introvert følelse, retning ind, men med en let dynamik.*

Disse fire forskellige retninger gav mig en mulighed for konkret at arbejde med følelser.

Jeg brugte denne følelspalet som en base for mit arbejde. Ud fra det betragtningsperspektiv arbejde på gulvet og måder at "se på", valgte jeg i øjeblikket en af de fire følelser og lod den forplante sig i min krop, mens jeg var i stilheden, den fysiske stilhed. Jeg lyttede til den indre dynamik og retning af følelsen, og jeg lod den resonans, der manifesterede sig i kroppen få en retning ud i rummet.

Jeg aktiverede også min stemme, lod den være en forlængelse, en fortsættelse af det, der opstod fra hvor jeg var. Improviserede frem tekst. Jeg vekslede mellem et mere fysisk arbejde med flere sekvenser af forskellige acts, følelser og denne stilhed, der ikke var stilhed, men et komprimeret øjeblik i tid og rum, hvor der skete noget. Følelser var i spil, men med en klar retning og med en klar intention.

Jeg undersøgte også følelser i åndedrættet. Måden vi trækker vejret på, rytme, styrke og svaghed. Det var spændende, men intet nyt. Det bekræftede bare vigtigheden af det rytmiske og dynamiske arbejde. Jeg har altid været fascineret af åndedrættet i det kreative arbejde og har også brugt det en del som en indgang til et nyt materiale, eller som et materiale i sig selv. Der er så mange lag, og det er et meget subtilt arbejde. At give sig tid

til at undersøge disse lag og skabe en bevidsthed rundt åndedræt og des muligheder var en lille luksus jeg tillod mig i min forsøgstid.

Jeg begyndte at finde en struktur for mit forsøg. En måde at starte på, udfordre mig selv og også give plads til frihed indenfor den struktur. Det var vigtigt, at jeg havde taget en beslutning, inden jeg gik i gang, for hvilke elementer, der skulle være på gulvet. Hvad var mine fokuspunkter, der kunne hjælpe mig med at fastholde min improvisation?

Jeg ville vise en arbejdskurve, med en klar start og retning om hvorhen. Først arbejde med fokus på ben og fødder og derefter autonome acts. Følelesesarbejdet begyndte ud fra den mere betragtede fase, hvor jeg indtog nogle positioner i rummet. Gerne med nogle modsætninger i kroppen. Rent fysisk i form af mindre forskellige vridninger, f.eks. i hoved, bryst, hofte, ben og arme. Og så ud fra stilhed "se" og arbejde med en følelse. Derefter improviserede jeg sekvenser med lidt tekst og til sidst valgte materialer fra min soloforestilling *Paradisfugl*. Det kunne give et samlet indtryk af, hvordan mit arbejde kunne se ud, når et materiale var bearbejdet.



Foto Barbara Bernardi

### Afsluttende del af processen.

Den afsluttende del, den sidste uge op til præsentationen på platformen, arbejdede jeg sammen med Barbara Bernardi. Vi havde tidligere talt om at lave et "videodigt", men det passede ikke helt.

Jeg havde delt nogle af mine optagelser af mit arbejde under processen med Barbara. Da hun så kom til Danmark, kunne vi have en dialog uden at bruge alt for meget forberedende tid. Vi havde kun 6 arbejdsdage til at finde ud af, hvordan vi kunne mødes i mit forsøg og lave en video af en eller anden art. Videoen skulle på en måde forstærke eller have en dialog med det jeg fokuserede på i mit forsøg.

Barbara observerede et par gange mit arbejde, og vi fandt ud af, at det ville være spændende, hvis videomaterialet kunne indgå samtidigt med det jeg lavede på scenen.

Dog uden at det blev for dominerende, men at det skulle spille sammen. Vi besluttede, at

hovedfokus skulle være på mig, og at videomaterialet skulle give et andet perspektiv. Være betragteren. Hvad skulle vi filme? Barbara foreslog et åbent landskab med nogle visuelle strukturer for at skabe en ramme. Vi tog til Amagerstrand og Barbara fandt et spændende sted, som vi kunne bruge i videoen.

Jeg var aktør i videoen, og vi havde besluttet hvilket kostume og hvilke farver, der ville passe. Intentionen var, at jeg skulle have en betragtningsrolle, og tempoet skulle være meget langsomt, så man som tilskuer næsten ikke kunne se personen bevæge sig, men give et indtryk af, at pludselig var der sket noget med billedet. Personen havde forflyttet sig. Det skulle give et tredje perspektiv til det, der skete på gulvet, mens jeg improviserede. Betragteren på filmen var ufokuseret, dvs. at personen var mere abstrakt, men stadigvæk genkendelig som et menneske.

### Forsøgsplatformen

Jag valgte at holde fast i at lave en arbejdskurve til forsøgsplatformen og ikke præsentere en arbejdsdemonstration. En arbejdskurve ville give et mere organisk forløb og være mere troværdigt for min proces. Det var den form jeg havde arbejdet med.

### Konklusion.

Der er ikke en bestemt formular for, hvordan jeg kan gribe tingene an. En træning, der virkede hensigtsmæssigt en dag, virkede måske ikke næste dag. Hver dag var en ny dag, men det drejede sig også om at kunne fastholde et arbejde trods modstand eller udfordringer. At være åben for at modulere på opgaven, at vride perspektivet lidt. Træningen var vigtig, kort som lang, ligesom det var vigtigt at have en klar base med værktøjer at navigere ud fra. At være alene krævede for mit vedkommende mere struktur end forventet.

Styrken i den betragtningsmetode som en indgang til arbejdet gav også ro og fokus og slækkede lidt på forventningspresset og fokus på mig selv. Det gav et helhedsforhold til rummet, og de ting, der var der og rummet udenfor.

Arbejdet med følelser var meget givende. Det at give sig selv lov til at laborere med disse følelser og mærke en større klarhed omkring, hvad jeg arbejdede med og hvordan. På den måde fik jeg en oplevelse af, at arbejdet blev mere konkret og tydeligt at navigere i, men samtidigt fik arbejdet lov til at være åbent og frit. Levende i øjeblikket.

### Efter forsøget

Det var vigtigt for mig at præsentere mit forsøg og mit arbejde. Det var spændende, at jeg denne gang skulle stå alene med min proces og tydeliggøre mit arbejde og dele den med andre. Den efterfølgende dialog med andre kunstnere på platformen var også meget givende.

Dette forsøg har haft en indflydelse på, hvordan jeg kan arbejde selv. Jeg kunne godt tænke mig at fordybe mig og undersøge den mere betragtnings tilgang, som et værktøj i mit undersøgende arbejde. Fortsat ønsker jeg at skabe en større kontinuitet i min fremtidige research og finde forskellige måder at arbejde med det på i Danmark. Jeg ønsker at åbne op for nye samarbejds muligheder.

### Tak til

Helle Thun, sanger og performer. For dine inspirerede samtaler, dialog og støtte under processen.

Forsøgsstationen for at give mig mulighed for at lave et forsøg og præsentere det på en platform. Forsøgsstationen er et unikt og vigtigt sted for at holde den undersøgende scenekunst levende.