

# SÅNGLÖSA

– Läromaterial –



Foto: Robert Eklund

## Förslag till frågeställningar

### Vad vi sett

Vad handlade Sånglösa om? Vad såg ni? Vad kände ni? Vad hörde ni?  
Hur var det att de sjöng i stället för att prata? Hur var musiken?  
Hur såg det ut i foajén? Hur såg det ut på scenen?

### Att vara ledsen

Vem var Sånglösa? Hur var hon som person? Varför var hon så ledsen?  
Hur märker man om någon är ledsen? Vad kan man göra om någon är ledsen?  
Får man visa när man är ledsen? För vem kan man visa?  
Kan man vara ledsen utan att visa det? Vad kan vuxna göra när ett barn är ledset?

*Har du någon gång varit lika ledsen som Sånglösa? Berätta varför, och vad du gjorde då.  
Finns det någonting som hade kunnat få dig att må bättre när du var ledsen? Hur mår du nu?*

### Att vara elak

Får man vara elak ibland? Varför är man elak?  
Kan man vara elak utan att mena det? Kan snälla människor också vara elaka?  
Vad kan man tänka på för att inte vara elak? Vad kan man göra om någon är elak mot någon annan eller dig?

*Har du någon gång varit elak mot någon annan? Berätta om vad du gjorde och varför du gjorde så.  
Berätta också om hur du kände dig och hur du tror att den eller de du var elak mot kände sig.*

### Att inte klara något

Hur är det att inte klara av något? Och hur är det när man klarat saker?  
Vad kan det bero på att man inte klarar något? Vad är viktigt att klara av? Varför då?

*Har du klarat av något svårt? Hur kändes det? Finns det något du inte klarar? Hur känns det?  
Vad kan man göra när man inte klarar något?*

### Den inre rösten – om självbild och självförtroende

Vem var Pronto? Hurdan var Pronto?  
Först sa Pronto elak saker till Sånglösa, sedan sa Pronto snälla saker. Varför var det så?  
Kan man vara elak mot sig själv? Hur kan man göra för att inte vara det?  
Om man har en inre röst som säger elaka saker – hur kan man ändra på den så att den blir mer positiv?

*Har du en inre röst? Hur låter den? Hur pratar du med dig själv?  
Vad påverkar hur du ser på dig själv? Vad får dig att säga elaka respektive snälla saker till dig själv?  
Vad behöver du för att känna dig värdefull?*

### Sorg och förlust

Vad hände med Sånglösa när hennes syster dog? Vad är sorg? Hur hanterar man sorg?  
Vad innebär det att någon dör? Vad kan man göra för att minnas någon som dött?

*Har du upplevt sorg? Berätta vad som hände? Hur kändes det? Vad gjorde du?*

# Arbeta med olika uttryck

Förslag till olika uttryck man kan använda för att arbeta med frågeställningarna.

## Röst / Instrument / Ljud

Rösten – sjunga, ljuda, toner, prata, skrika, starka, svaga...

Kroppen – klia, gnugga, dutta, klappa, stampa...

Instrument – spela, låta, improvisera, musik, toner, ljud, oljud...

*Hur låter det när jag är elak, ledsen, arg, glad... Hur låter vind, gräs, rök, skog, min inre röst?*

*Hitta nya ljud. För Sånglösa, Pronto, Hobox...*

*Hur känns det att använda rösten? Vågar man allt man vill? Prova!*

## Rita / Måla

Rita – figurer, former, rörelser, på eget papper, på stort papper tillsammans

Färger – känslor, humör, måla med olika kroppsdelar, kriter, akvarell

Material – papper, duk, papper med olika strukturer, papper med hål i, tyg, plast.

*Måla Sånglösa. Hur såg de som var med ut? Hur ser den inre rösten ut. System som drunknade?*

*Måla med färger som är Sånglösa, Hoxbo, Pronto eller som beskriver vad som hände.*

*Hur ser det ut när jag är elak, ledsen, arg, glad... Färger, former, material...*

## Dansa / Gestalta / Rörelse

Dansa – göra rörelser, bilder, högt, lågt, stort, litet, nära, långt borta....

I rummet – i ring tillsammans, en i taget leder, två och två, spegla, följa John, gå sina egna vägar, hitta en plats....

Rörelseskrift – i luften med kroppen i bokstäver, skriva med kroppsdelar osynligt i luften,

skriva på kroppen med osynlig penna.

*Sånglösa – danssaga, bilder, skogen, vinden... Sånglösa. Hur är hon? Hobox? Pronto?*

*Former och tid – kantigt, vågigt, långsamt, snabbt, sekunder, minuter, trianglar, cirklar, streck....*

*Känslor – arg, ledsen, glad, kär.... Dansa min egna saga, något jag sett, varit med om...*

## Skriva

Skriva – själv, två och två, i grupp, visa för de andra, prata om vad man skrivit....

Skriva – berättelse, dikt, sång, påhittad, något men varit med om på riktigt, ord man kommer på...

Skriva – rakt, längst kanten, inuti, i trianglar, fyrkanter, cirklar, slingor...

*Skriva ner sina egna svar på det kursiva frågeställningarna på sida 1.*

*Skriva en egen berättelse om vad som hände sen.*

*Hur det känns att vara elak, ledsen, arg eller hur min inre röst pratar med mig....*

*Skriv och berätta om något jobbigt som hänt dig.*

Välkommen att höra av er till oss om ni har frågor eller vill dela med er av hur ni använt materialet.

Niklas Rydén, Jannine Rivel och Susanne Martelin

Niklas Rydén, [niklas@atalante.org](mailto:niklas@atalante.org)

Jannine Rivel, [jannine@atalante.org](mailto:jannine@atalante.org)

[www.newopera.se](http://www.newopera.se), [www.atalante.org](http://www.atalante.org)



Foto: Robert Eklund