

# HELE SANDHEDEN

## UNDERVISNINGSMATERIALE

- udviklet af C:A dans i samarbejde med dramaturg Sara Hamming og forfatter Michael Højlund Larsen.

### Indholdsfortegnelse

- s. 2 Introduktion
- s. 3 Underliggende vision & ambition
- s. 3 Fag & læringsmål
- s. 4 Filosofiske samtaler med børn
- s. 6 Det kan du gøre: før forestillingen
- s. 7 Det kan du gøre: under forestillingen
- s. 8 Det kan du gøre: efter forestillingen
- s. 9 Syv konkrete øvelser
- s. 13 Materiale til fordybelse
- s. 14-15 Bonusmateriale



## Kære lærere og pædagoger,

C:A dans byder jer velkommen ind i universet tilhørende danseforestillingen *Hele Sandheden*.

Undervisningsmaterialet er udviklet med henblik på at fungere som en guide før, under og efter forestillingen. Guiden kan være med til at åbne op for flere fortolkninger og refleksioner omkring forestillingens tematik - *sandhed*. Materialet inkluderer konkrete spørgsmål og øvelser, der kan bruges til inspiration.

Workshoppen *Hele Sandheden* bygger på erfaringer fra danseforestillingen, hvor sandhed udfoldes i al sin subjektivitet og kompleksitet. For HVEM kender egentlig sandheden? Og i så fald HVORDAN?

I form af et sandheds-laboratorium, udforsker to dansere forskellige perspektiver på sandhed. Gennem dans og praktisk filosofi inddrages børnene i laboratoriet, og inviteres til at sammen med danserne undersøge "hele sandheden", guidet af en række hovedspørgsmål: *Sidder sandheden i kroppen? Er sandheden det som andre ser? Hvad er forskellen på et eventyr og en løgnehistorie?*

Ambitionen er at anvende børnenes naturlige nysgerrighed og refleksionsevne til at udvikle et sprog og en fysisk intuition for bedre at kunne navigere i hverdagens små og store spørgsmål om sandhed. Både hjemme og i skolen, i selskab med familie eller venner, såvel som i det komplekse informationssamfund, hvor utydelige afsendere og "fake news" er blevet en del af dagligdagen.

Vi glæder os til at møde jer i *Hele Sandheden*!

Med venlig hilsen,

C:A dans

## Medvirkende

Koreografi og dans: C:A dans - Carolina Bäckman og Andrea Deres

Voice over: Miranda Grundemar

Dramaturgi: Sara Hamming

Musik og lydbillede: Mikkel Gemzø

Scenografi- og kostumedesign: KasperSophie - Kasper Hansen og Sophie Bellin-Hansen

Lysdesign: C:A dans i samarbejde med scenograf og teknisk projektleder

Teknisk projektleder: Filip Vilhelmsson

Produktion: C:A dans i samarbejde med prfrm

Foto/form: C:A dans / Anna Paulnitz

## Kontakt

cirkadans@gmail.com

## Kort om koreograferne

C:A dans er et samarbejde mellem de to koreografer/dansere Carolina Bäckman og Andrea Deres. Sammen interesserer de sig for hvordan dans, koreografi og filosofiske metoder kan sættes i spil for at udforske samfundsaktuelle tematikker i tæt samspil med et ungt publikum.

Forestillingen er støttet af Statens Kunstfond og Dansk Skuespillerforbund og er en samproduktion med Dansstationens Turnékompani i Malmö, Sverige.



## UNDERLIGGENDE VISION & AMBITION

Det at begynde i skole er en milepæl i livet, hvor vi mennesker for alvor bliver faset ind i samfundets strukturer og skal til at finde vores egen identitet i en større sammenhæng. Samtidig forventes børn i dag allerede i en tidlig alder at være i stand til at navigere i en verden, der til stadighed bliver mere fragmenteret og uigennemskuelig. Begreber som "fake news" og "alternative fakta" kombineret med en hverdag, hvor børn bliver præget af målstyring og tests, giver ikke meget plads til selv at mærke efter og opdage sandhedens mange nuancer.

Med *Hele Sandheden* ønsker vi at møde det unge publikum i øjenhøjde i en fælles refleksion over sandhedens kompleksitet, hvor vi med lige dele alvor og humor behandler grundlæggende begreber som identitet, tro, fakta og etik.

Dansekunst har en unik evne til at skabe et frirum for kritisk og nysgerrig tænkning for både børn og voksne. Den giver plads til at forstå og (om)danne egne opfattelser af tilværelsen. En slags *fysisk filosofien* gennem krop og bevægelse. Denne æstetiske tilgang er i sammenhængen vigtig, da det er en markant anderledes tilgang til fakta og viden end børn generelt præsenteres for i dag.

Gennem at koble kunstneriske og fysiske oplevelser sammen med et fokus på dannelse og praktisk filosofi, vil vi understøtte børnenes iboende nysgerrighed for livets små, store spørgsmål og give værktøj til selv at undersøge, reflektere og blive ved med at udvikles og vokse som mennesker.

## FAG & LÆRINGSMÅL

Forestillingen og undervisningsmaterialet understøtter læringsmål for indskolingen på følgende måder:

### Dansk

Forestillingen indbyder til *selvrefleksion* og giver *værktøjer til at formulere og samtale ud fra forskellige perspektiver*.

Undervisningsmaterialet indeholder opgaver, der tager disse perspektiver videre, hvor eleverne – alene og i grupper – inviteres til at arbejde videre med og udtrykke egne fortolkninger og refleksioner.

Materialet rummer konkrete øvelser i *forestillings-analyse*, hvor eleverne bedes reflektere over hvilke værktøj og virkemidler, der bruges i teatret, samt hvordan disse kan være med til at konstruere illusioner såvel som sandheder.

Materialet er rettet mod *sproglig udvikling*, og inkluderer opgaver, som udfordrer den enkelte elevs undersøgelse og artikulering af sit eget sproglige udtryk.

### Kristendomskundskab

Materialet inkluderer en guide til *filosofiske samtaler* med børn, og er oplagt at bruge i religionsfaget, da det berører grundlæggende *etiske og moralske perspektiver*. Blandt andet hvordan man som menneske forholder sig sandhed(er), og at andre kan have en anden sandhed end en selv.

### Idræt

Materialet kan inspirere til forskellige idrætsøvelser og indeholder forslag til *bevægelseslege og koreografiske øvelser*, hvor eleverne selv får mulighed for at undersøge egne bevægelser – alene og i samspil med andre.

## FILOSOFISKE SAMTALER MED BØRN - INTRODUKTION

af Michael Højlund Larsen, forfatter til bl.a. 'Når de voksne er nysgerrige - en guide til filosofiske samtaler i børnehøjde' (2016)

Her har du en lille og praktisk guide til, hvordan du som voksen kan spørge lidt mere, lytte lidt mere, undre dig lidt mere - ja filosofere lidt mere i dit samvær med børn. Du behøver ikke at vide meget om filosofi for at lykkes, for det handler dybest set om, at du som voksen hjælper børnene til grundigt at undersøge livets store spørgsmål - og det gør du bedst ved at være oprigtigt nysgerrig på det, børnene oplever, tænker og siger.

*"Børn er nysgerrige. Det lader ganske enkelt til at være en del af vores natur som mennesker... Men hvordan møder vi som voksne vores egne eller andres børn i deres undersøgelse af verden? Hvornår stiller vi spørgsmål? Hvornår giver vi svar? Hvornår er vi stille? Hvornår fortæller vi, hvad vi selv tænker? Og hvornår fortæller vi om vores egne oplevelser? Det er ikke let at svare på..."*

Citat fra bogen 'Når de voksne er nysgerrige' (2016)

### De første gode råd - når børn skal tænke selv

Pointen i at filosofere er, at vi nysgerrigt undersøger væsentlige spørgsmål i livet for at blive klogere frem for at finde endelige svar. Vi er så vant til, at der hører et svar til et spørgsmål, men at få et svar er kun én måde at blive klogere på. At få nye tanker, nye perspektiver og at komme i tvivl er andre måder at blive klogere på.

Noget af det, der kendetegner et filosofisk spørgsmål, som f.eks. "Hvad er sandhed?" er jo netop, at det ikke kan besvares endeligt. Vi kan blive ved med at undersøge et sådant spørgsmål på mange forskellige måder, og vi kan blive klogere på f.eks. sandheden hele livet igennem. Derfor skal vi også passe på med at tro, at vi som

voksne nødvendigvis er klogere på livets store spørgsmål end børnene.

Herunder er de første gode råd til dig som voksen:

- Vær opmærksom på at spørge frem for at svare og foreslå løsninger. Hjælp børnene til at finde deres egne svar.
- Lad børnene få tid til at lede efter og argumentere for deres svar.
- Bedøm kvaliteten af et svar alene ud fra, hvor velgennemtænkt det er.
- Del kun dine egne tanker og holdninger m.v., når det fremmer børnenes undren.
- Brug pauser og stilhed konstruktivt.
- Hellere lidt men godt - forvent ikke lange filosofiske samtaler i begyndelsen.

### Vær opmærksom på at udfordre børnenes tanker og svar

Som voksen kan du f.eks. udfordre børnenes egne tanker og idéer ved at stille spørgsmål af denne type:

- Du sagde at ..., hvad betyder det egentlig?
- Hvad er det vigtigste i det, du lige har sagt?
- Du brugte ordet "altid", er det virkelig altid sådan, at ...?
- Kan du give et eksempel på det, du lige har sagt? / Kan du give et eksempel på det modsatte?
- Betyder det, du siger nu, at du er enig/uenig med ...?
- Betyder det, du siger nu, at du har ændret mening?
- Hvilke grunde kan der være til at mene det samme/det modsatte som dig?

Tilrettet efter Heltskog og Ribe 2009: 70-71

## **Feedback er vigtigt.**

Det er helt naturligt, at vi giver børnene en positiv feedback, når de gør noget, vi synes er godt. Men hvad er egentlig godt, når det handler om at blive klogere på livets store spørgsmål?

Måske giver vi som voksne mest positiv feedback ift. de synlige resultater børnene når frem til, frem for at rose dem for deres indsats og evner til at undre sig og tænke grundigt over tingene.

I de nysgerrige samtaler kan det være en god idé at give mere feedback af denne slags:

- "Hvor er det godt tænkt!"
- "Det er godt nok et interessant spørgsmål, det vil jeg også gerne vide mere om!"
- "Nej, hvor er det interessant, det du siger, det har jeg slet ikke selv tænkt på."
- "Hvor er du egentlig god til at tænke grundigt over tingene."
- "Hvor er det dejligt at være sammen med sådan en som dig, der er så nysgerrig."

Det er ofte en god idé at give positiv feedback, når du oplever at:

- Børnene tænker anderledes end voksne.
- Børnene stiller nysgerrige spørgsmål.
- Børnene tænker selv.

## **Litteratur til videre inspiration:**

Helskog, G.H. og Ribe, A. (2009): Dialogos. Fagbokforlaget, Bergen.

Larsen, M.H. (2013): Praktisk filosofi med børn. Akademisk Forlag.

Larsen, M.H. (2016): Når de voksne er nysgerrige - En guide til filosofiske samtaler i børnehøjde. Forlaget Højlund.

Larsen, M.H. (2018): Mine efterskoletanker - En bog om mig og livet. Forlaget Højlund.

Pihlgreen, A.S. (2011): Sokratiske samtaler i undervisningen. Frydelund.

## DET KAN DU GØRE:

### ... FØR WORKSHOPPEN

For at få det bedste ud af oplevelsen anbefaler vi, at I forbereder jer inden I kommer til workshoppen, f.eks. gennem at indlede en samtale omkring tematikken eller omkring hvad dans og scenekunst er og kan. På denne måde skaber I et godt grundlag for en spændende oplevelse, som også kan nå i dybden.

Her følger nogle formuleringer og konkrete informationer, som kan fungere som inspiration til en samtale med eleverne.

### Dans - hvad er det?

Dans findes overalt, og alle kan danse - i hvert fald sin egen dans. Dans foregår spontant på gaden, på fodboldbanen efter en scoring, foran spejlet eller hjemme i stuen til yndlingssangen. Dyr danser for at imponere hinanden, bladene danser i blæsten, støvet laver hvirveldanse, når solen strejfer dem... Man kunne sige at hele universet danser.

*Har du flere forslag til, hvor dans findes?  
Hvor/hvornår danser du?*

Der findes mange forskellige typer af danse, f.eks.:

- Social dans/selskabsdans (discodans, vals, flossing, folkedans)
- Dans som motion (aerobics, zumba)
- Rituel dans (dervish dance, trans dans)
- Scenedans (klassisk ballet, musical dans, moderne dans, hiphop)

C:A dans arbejde passer ind i kategorien "scenedans". Vi laver danseforestillinger, hvor samtidsdans og koreografi bruges til at udforske forskellige emner og tematikker.

**Samtidsdans** er et kunstnerisk udtryk: et begreb der samler forskellige nutidige stilarter, og hvor bevægelse bruges på meget forskellige måder. Ved at bruge kroppen *i tid og rum* skabes situationer, relationer, følelser og billeder, som kan berøre og sætte gang i forskellige refleksioner hos publikum. En slags "fysisk filosofien" gennem krop og bevægelse.

Ordet **koreografi** betyder "at skrive dans", og er den skabende proces, hvor bevægelser, trin og positioner i rummet komponeres til en helhed. Koreografi kan du se i danseforestillinger, men kan faktisk også ses lidt overalt, f.eks. i byrummet, hvor arkitektur (gangbaner, gader og huse) er med til at forme menneskers bevægelser. Eller det kan ses på himlen, når en flok fugle flyver sammen i forskellige formationer.

*Kig ud af vinduet og se hvis du lægger mærke til nogle påfaldende bevægelser derude. Hvad ser du? Kan du sætte ord på de bevægelser du ser?*

Til forskel fra teater, så arbejdes der ikke nødvendigvis med et tydeligt narrativ - en historie - i en danseforestilling. Til gengæld skabes der plads til, at publikum selv får lov til at danne sig sine egne fortællinger og fortolkninger, hvor de personlige erfaringer spiller ind og farver den individuelle oplevelse af det der sker på scenen.

## **Scenekunstneriske virkemidler - hvordan bruges de?**

I forestillingen *Hele Sandheden* arbejder vi aktivt og tydeligt med at inkludere virkemidler så som lys, lyd og scenografi i de forskellige scener. På denne måde iscenesætter vi situationer, med ambition om at illustrere hvor hurtigt og med hvor enkle midler en situation kan ændre betydning. I workshoppen arbejder vi med enklere midler, men leger stadigvæk med komposition, illusioner og (tanke)forestillinger for at påvise, at sandhed ikke er en statisk størrelse, men afhænger af afsender, sammenhæng og personlige erfaringer.

Børn leger jo også med iscenesættelser, og bruger sin fantasi for at bearbejde og forstå situationer i sin hverdag. Gennem lege og rollespil og ved brug af de 'rekvisitter', de har adgang til (f.eks. legetøj, udklædningstøj, stuemøbler, naturen) "koreograferer" og agerer børnene et væld af forskellige situationer og dramaer.

## **Fælles refleksion over tematikken - findes der en hel sandhed?**

Forbered dine elever gennem en åben samtale om sandhed inden forestillingen. Herunder har vi listet forslag til spørgsmål, der kan vække elevernes nysgerrighed i forhold til sandhed:

- Kan du fortælle om noget, der er sandt?
- Hvordan ved du, om noget er sandt eller falsk?
- Er sandhed noget, du kan føle eller mærke? Og i så fald, hvordan?
- Har du nogensinde troet, at noget var sandt, men som senere viste sig at ikke være det?
- Siger din lærer altid sandheden? / Siger du altid sandheden?
- Er sandhed altid noget godt?
- Hvem stoler du mest på i hele verden?

- Hvad er sandhed for dig?

*For inspiration - se afsnittet 'Filosofiske samtaler med børn' (s. 4).*

## **... UNDER WORKSHOPPEN**

*I salen:* Vi opfordrer alle voksne til at aktivt være med i workshoppen, og på denne måde fungere som positive rollemodeller. Danserne/ underviserne fungerer som guider under workshoppen, men opstår der uventede situationer, f.eks. at nogen elever har brug for ekstra opmærksomhed, må I gerne tage jer af det. Sådan sikrer vi at gruppen får en positiv helhedsoplevelse. Det er dog helt ok at lade eleverne opleve på deres egne præmisser - børn reagerer intuitivt, og det er helt okay!

*Lige efter workshoppen:* I må gerne blive lidt og snakke med danserne. Det kan give oplevelsen ekstra dybde, og er en god måde at give plads til de mere nysgerrige elever. På vej "hjem" kan I tale om, hvordan oplevelsen var i forhold til jeres forventninger. Hvordan blev dans og bevægelse brugt? Hvordan blev tematikken behandlet? Oplevede I noget nyt?

## **... EFTER WORKSHOPPEN**

For at I sammen med eleverne kan følge op på og gå dybere ind i tematikken, har vi udarbejdet syv konkrete øvelser - både fysiske og sproglige - som relaterer til selve forestillingen og de spørgsmål, som bliver præsenteret der. Vi håber, at disse kan inspirere og skabe grundlag for en konstruktiv udveksling mellem elever og lærere.

Vi har vedhæftet en skabelon, som med fordel kan printes i forvejen og deles ud til børnene direkte efter forestillingen. *Hvad er sandhed for dig?* Giv dem tid til selv at reflektere over deres oplevelse af *Hele Sandheden* gennem personlige tegninger og tekst (se s. 15).

## **Nøglespørgsmål til Hele Sandheden**

I løbet af forestillingen bliver en række spørgsmål gentaget. Vi kalder dem for "nøglespørgsmål", da de har fungeret som udgangspunkt for det koreografiske arbejde. Nu vil de også kunne ligge til grund for jeres efterfølgende refleksionsarbejde.

Herunder har vi listet disse nøglespørgsmål og suppleret dem med en række filosofisk formulerede underspørgsmål, der udfolder og eksemplificerer nøglespørgsmålene:

*Hvem kender sandheden?*

- Hvem kender du, der kender sandheden?
- Er der nogen, der kender hele sandheden?
- Hvis man kender sandheden, ved man så også, hvad der ikke er sandt?

*Er sandhed det du kan se?*

- Hvad har I set i dag, der er sandt?
- Har I set noget i dag, der ikke er sandt?
- Hvor meget kan man stole på det man ser?
- Hvordan kan man vide, at det man ser er sandt?
- Hvilke dele af sandheden ser du, hvis du lukker øjnene?

*Sidder sandheden i kroppen?*

- Hvordan fortæller din krop dig, hvad der er sandt?
- Hvordan kan du se på andres kroppe, hvad der er sandt?
- Hvor er det mest sande sted i kroppen?
- Hvis sandheden bor i kroppen, hvor bor den så?
- Hvor meget kan du stole på det kroppen fortæller dig?

*Er sandhed det, som andre gør?*

- Hvad har du gjort, der er sandt?
- Hvad har andre gjort, der er sandt?
- Er der noget, der er sandt, uden at nogen gør noget?
- Hvad kan man gøre, der er både sandt og falsk?

*Er sandhed det som andre siger?*

- Hvad har du sagt (i dag), der er sandt?
- Hvad har andre sagt (i dag), der er sandt?
- Kan man lyve og sige sandheden samtidig?

*Hvad er forskellen på et eventyr og en løgnehistorie?*

- Hvad er lighederne mellem et eventyr og en løgnehistorie?
- Hvad kan man lære af et eventyr?
- Hvad kan man lære af en løgnehistorie?
- Hvilke typer af historier kan du bedst lide - og hvorfor?
- Har du oplevet nogen, der lyver i et eventyr?
- Har du oplevet nogen, der taler sandt i en løgnehistorie?

*Hvad er sandhed?*

- Hvordan kan vi vide, at noget er sandt?
- Hvad er forskellen på tro og viden?
- Hvad er forskellen på, hvad jeg føler og hvad jeg tænker (i forhold til sandhed)?
- Hvor vigtigt er det at kende sandheden?
- Hvor vigtigt er det at vide, hvad sandhed er?
- Hvor vigtigt er det at fortælle sandheden?



## **SYV KONKRETE ØVELSER**

### **1. Hvad er sandhed?**

- *en indledende filosofisk samtale*

Start med i fællesskab at genkalde jer og gennemgå workshopen:

- Hvad blev behandlet i laboratoriet?
- Er det noget, du husker ekstra tydeligt? Var det noget, der var sjovt, underligt, smukt, grimt..?
- Var der noget, du ikke forstod? Hvorfor?
- Kan du huske nogle af spørgsmålene, som blev stillet i løbet af forestillingen?

Nedskriv børnenes umiddelbare svar, og brug disse som udgangspunkt for en diskussion. Brug eventuelt guiden på s. 4 for at indlede en god filosofisk samtale, hvor børnene reflekterer og muligvis selv svarer på deres egne overvejelser. For at lede samtalen videre kan du inkludere og inspireres af de forskellige spørgsmål, der er listede i forrige afsnit (s. 8).

### **2. Hvem kender sandheden?**

- *en leg med at "vælge side", som forholder sig til holdninger, beslutninger og gruppepres*

Legen forberedes ved, at alle skriver ned en eller to påstande - en "sandhed" (eller en løgn) efter eget valg - på et lille stykke papir.

Start hver formulering med "Det er sandt at....".

Saml alle papirer i en bunke.

Legen fortsætter i et stort rum, som inddeles i tre områder: et Ja-, et Nej- og et Måske-område. Læreren trækker papir fra bunken - påstand efter påstand - og læser dem højt op. For hvert et påstand

skal børnene "vælge side" gennem at stille sig i et af de tre områder. Er de enige, uenige eller i tvivl?

Bagefter kan I tale om, hvorfor børnene valgte som de gjorde, hvordan det følte at stå alene på den ene side eller hvis de måske fortrød deres valg, osv.

### **3. Er sandhed det du kan se?**

- *en bevægelsesleg med det "usynlige"*

Saml børnene i en rundkreds og start en refleksion over, hvad der findes i rummet, men som ikke kan ses med det blotte øje (luft, støv, insekter, venskab, tanker etc.).

Prøv nu at danse som noget af det, der findes i rummet, men som ikke kan ses. *Hvordan føles det? Hvordan ved man, at det findes der, selvom vi ikke kan se det?*

Del eventuelt gruppen i to og gentag øvelsen for hinanden - *kan I gætte, hvad de andre danser?* Lad børnene reflektere frit. Det gør ikke noget, hvis de taler lidt i munden på hinanden. Saml derefter børnene i den store gruppe igen, og lav en fælles refleksion med udgangspunkt i deres oplevelser og erfaringer.

### **4. Sidder sandheden i kroppen?**

- *en guidet meditation med fokus på følelser og fornemmelser i kroppen*

*Forberedelser: Billeder af kroppen (ex. en anatomibog), tomme kropsskabeloner (se s. 14), farvekridt og eventuelt puder eller yogamåtter.*

Saml børnene i et lokale, hvor der er plads og ro til at ligge ned i et stykke tid. Begynd med at samles for at kigge på billeder af menneskekroppen. Dette for at skabe en større forståelse af, hvad kroppen rent faktisk består af – øjne, hænder, lår, lilletå – og måske også af den "indre" krop – skelet, hjerte, mave, hjerne, lever etc.

Hvis muligt så dæmp belysningen og afspil lidt rolig baggrundsmusik. Lad børnene lægge sig ned og falde til ro. Efter et lille stykke tid begynder du med rolig stemme at guide dem igennem en enkel meditation med kroppen i fokus (se eksempel her nedenfor). Tag gerne pauser, sådan at børnene får tid til at mærke efter og lade dine ord synke ind.

Efter meditationen gives børnene mulighed for at lokalisere sandheden i deres egen krop – *hvor sidder den, hvordan føles den?* – og markere/tegne dette på en krops-skabelon (én hver). Derefter lokaliseres forskellige følelser og tilstande (f.eks. glæde, sorg, vrede, ivrighed), som også tegnes og tilføjes kropsskabelonen. Til sidst kigger I på de forskellige kropstegninger, og lader børnene dele ud af sine refleksioner. Hjælp dem gennem at stille nysgerrige spørgsmål, f.eks.: *Kan du mærke i kroppen, når noget er helt sandt? Hvordan føles det? Hvor føles det? Hvis du lyver, hvordan mærkes det så i din krop? Det virker til, at mange af jer har tegnet på (maven/hovedet/hænderne) – hvorfor blev det sådan tror I?*

#### Eksempel på en guidet meditation:

*Lig på ryg med lukkede øjne. Mærk hvordan kroppen ligger helt stille og tung mod gulvet... Bemærk hvordan du trækker vejret... Hvordan du ånder ind og ud... ind og ud.*

*Spænd så op i hele kroppen, alt hvad du kan, sådan at musklerne blir helt hårde... Og nu – slap helt af i hele kroppen. Mærk hvordan du blir tung og synker ned... Dit hoved og dine skuldre... synker ned...*

*armene... hænderne... fingrene... Din mave og din ryg – synker... Lad dine hofter... lår... knæ... fødder blive tunge og slappe helt af.*

*Træk vejret stille ind gennem næsen og ud gennem munden. Ind gennem næsen ... og ud gennem munden ... ind gennem næsen ... og ud gennem munden.*

*Bliv liggende og slap af. Mærk efter hvordan det føles i de forskellige steder i kroppen. Hvor føles det rart, hvor føles det mindre rart? Hvor er kroppen varm ... hvor er den kold. Hvilke kropsdele berører gulvet?*

*Mærk nu efter, hvor din egen sandhed sidder i kroppen ... Måske sidder den i maven ... i knæet ... i kinderne ... i hjernen ... eller måske på et helt andet sted? Tag din tid og mærk efter, hvordan sandheden føles i din krop...*

*Lige så stille, bevæg dine fingrer og tæer ... Stræk kroppen, ligesom når du vågner om morgenen ... Blink forsigtigt dine øjne åbne ... Rul over på siden, og kom langsomt op at sidde.*

### **5. Er sandheden det som andre gør?**

*– en spejløvelse med hele kroppen*

Start med at sætte børnene sammen to og to. Eventuelt kan du afspille lidt rolig baggrundsmusik.

Opgaven går ud på at være hinandens spejl. Den ene person spejler sig, imens den anden prøver på at spejle/efterligne bevægelserne. Prøv først frit og bed den der "spejler sig" at afprøve: *Hvor langsomt eller hurtigt kan du bevæge dig, sådan at "spejlet" stadigvæk kan følge dine bevægelser? Hvad sker der, hvis du vender hovedet og kigger væk fra din kammerat? Prøv at finde en måde, hvor at spejlet*

*kan følge med og spejle hver eneste lille bevægelse du laver. Hvor detaljerede kan I blive?*

Fokuser først på de store kropsdele (arme, hænder, ben, hoved). Når børnene ser ud til at have fundet et godt tempo, hvor de begge kan følge med, kan I gå videre med at prøve forskellige positioner og karaktertræk, som tager sig forskellige kropslige udtryk. Begynd herefter med at mime forskellige udtryk, eksempelvis selvsikkerhed, skønhed, nervøsitet, kongelighed, en der taler sandt, en der lyver – for siden at slippe øvelsen mere fri. Det hele foregår i stilhed – lad kroppene tale og prøv at minimere kommentarer undervejs.

Hvis det fungerer godt, kan I til sidst prøve at gå mere i detaljer og spille på ansigtsmimik med forskellige karakterer og udtryk.

Skift spejl-roller og gentag øvelsen. Alternativt kan I skifte roller mellem hvert trin i øvelsen.

Giv børnene lidt tid til at snakke med sin makker om deres oplevelse, før I åbner op og diskuterer i klassen: *Hvad var nemt / svært? Hvordan var det at spejle en anden – hvornår følte det godt og hvornår følte det mindre godt? Opdagede I nogle positioner eller karakterer, som var mere "sande" end andre – og i så fald, hvordan og hvorfor?*

## **6. Er sandhed det som andre siger?**

*- en leg om det andre siger og hvordan "sandheder" bliver til*

Den klassiske 'hviske-leg' viser på en enkel og sjov måde, hvordan "sandheder" ændres og forvrænges – fra mund til mund, fra begivenhed til nyhed, fra et medie til et andet – og hvor hurtigt et indhold eller et udsagn kan skifte betydning. For hvordan ved vi

egentlig, at det vi hører andre sige er sandt, og hvornår bliver andres sandheder ens egen virkelighed?

Begynd med at samles i en stor rundkreds – ikke for tæt, da I ikke skal kunne høre, hvad de ved siden af hvisker til hinanden. Du/læreren begynder legen gennem at hviske en sætning til den, der sidder ved siden af dig (f.eks. til højre). Denne person hvisker så videre, det du sagde, til den næste person (til højre), og så videre indtil hviskningen havner hos den sidste i rundkredsen, som så siger højt, hvad denne har hørt, sådan at alle kan høre. Hjælp børnene med at reflektere over øvelsen i fælleskab: *Var det samme sætning, som du sagde? Hvis ikke, hvor forandredes det? Hvorfor? Hvordan kan vi stole på, at det nogen siger er sandt?*

For at tilføje øvelsen endnu et lag kan du forberede et par påstande, som er generelt accepterede "sandheder" – f.eks. "Drenge er bedre til fodbold end piger" eller "Alle elsker kage" – og brug disse som start-sætning i legen. Disse "sandheder" kan ligge til grund for videre refleksioner over emner, der vedrører børnene, f.eks. (net)mobbing, fake news og alternative fakta. *Hvor mange gange skal noget gentages, for at det skal blive "en sandhed"? Hvordan taler vi med hinanden? Hvornår bliver andres ord om dig til en sandhed? Hvordan kan du møde en "sandhed", som du er uenig med?*

Gentag eventuelt øvelsen, hvor en anden får lov at starte legen. I kan også skrive nogle påstande ned sammen med børnene, og diskutere hvad de egentlig indebærer. Dette ville kunne fungere som en indledning til øvelse 2: "Hvem kender sandheden?".

## 7. Hvad er forskellen på et eventyr og en løgnehistorie?

- en øvelse der kigger på hvor subjektivt vi alle kan opleve den samme begivenhed/fortælling

I forestillingen *Hele Sandheden* bruges forskellige sceniske virkemidler, der stimulerer fantasien og fortolkningsevnen, og hvor publikum selv må associere videre over den information, de oplever. Det samme sker, når vi f.eks. hører en historie eller læser en bog, og ser det hele udspille sig i vores fantasi.

Prøv at opbygge denne situation med eleverne:

Læs (en del af) et kort eventyr højt for eleverne. Du kan bruge eksemplet herunder, eller selv finde et. Bed dem efterfølgende om at lave en tegning ud fra denne fortælling.

Kig på tegningerne i små eller større grupper. Hvad ser I?

Diskuter hvor tegningerne ligner hinanden og hvor de adskiller sig. *Hvilke individuelle valg har børnene foretaget sig? Er det muligt at sige, hvem der har lavet den "mest sande" tegning?*

## Eksempel på eventyr:

**Snehvide** (første del, hentet fra [grimmstories.com](http://grimmstories.com))

*Det var midt om vinteren, og sneflokkene faldt som dun ned fra himlen. Dronningen sad ved vinduet og syede i en ramme af sort ibentræ, og mens hun syede og syede og kiggede ud på den hvide sne, kom hun til at stikke sig i fingeren, og der faldt tre bloddråber i sneen. Og da hun så, hvor smukt den røde farve strålede i den hvide sne, tænkte hun:*

*"Gid jeg dog havde et barn, der var så hvidt som sne, så rødt som blod og så sort som ibentræ."*

*Kort derefter fødte hun en datter, som var hvid og rød med hår så sort som ibentræ. Den lille pige blev kaldt Snehvide, og da hun var født, døde dronningen.*

*Et år efter tog kongen sig en anden hustru. Hun var smuk, men stolt og hovmodig, og kunne ikke tåle, at nogen var smukkere end hun. Hun havde et spejl, og når hun så sig deri og spurgte:*

*"Lille spejl på væggen der,  
hvem er skønnest i landet her?"*  
svarede spejlet:

*"Ingen i verden er dejlig som du."  
Så var hun tilfreds, for hun vidste, at spejlet talte sandhed.*

*Snehvide voksede imidlertid til og blev smukkere og smukkere, og da hun blev sytten år, var hun så skøn som den lyse dag, og langt skønnere end dronningen. Og da denne en dag spurgte spejlet:*

*"Lille spejl på væggen der,  
hvem er skønnest i landet her?"*  
svarede det:

*"Dronning, stor er din skønheds glans,  
men Snehvide er skønnest med ungdommens krans."*

...

## MATERIALE TIL FORDYBELSE

Hvis du er nysgerrig på dans og koreografi, og på hvordan denne kunstform behandler filosofiske spørgsmål, har vi her listet nogle forslag til fordybelse:

### Litteratur og tekst

- Hvis du vil lære mere om dans og koreografi, anbefaler vi denne artikel fra Faktalink, der kortfattet gennemgår dansens historie, dens rolle i samfundet, samt forskellige danseformer: <https://faktalink.dk/titelliste/dans-1>
- Bogen "Dans i Världen", red. Madeleine Hjort, giver et historisk, kulturelt og kunstnerisk overblik over dans fra hele verden (NB. på svensk): <http://libris.kb.se/bib/7666148>
- Den amerikanske koreograf Merce Cunningham har skrevet et essay om rum, tid og dans, der knytter kunstformen sammen med grundlæggende filosofiske spørgsmål (NB. Teksten er på engelsk): <https://www.mercecunningham.org/the-work/writings/space-time-and-dance/>

### Forestillinger og videoklip

- 'The Artificial Nature Project' af den danske koreograf Mette Ingvarthsen er et eksempel på, hvordan koreografi og bevægelse kan bruges til at undersøge filosofiske temaer. I 'The Artificial Nature Project' aktiverer danserne flere ton konfetti, og får det til at danse. Med andre ord så koreograferer danserne konfetti på scenen, og således fremstår konfetti som forestillingens hovedaktører. Gennem disse aktioner bryder hun med illusionen om at mennesket kan kontrollere naturen på en smuk og poetisk måde: <https://vimeo.com/164558381>
- Et af de mere alment kendte eksempler på at dans findes overalt - hvis bare vi er opmærksomme - er en scene med en dansende

plastikpose i filmen American Beauty af instruktør Sam Mendes: <https://youtu.be/gHxi-HSgNPc>

- Selv dyrene danser, her en paradisfugl i fuld sving i programmet Our Planet: <https://youtu.be/BnLE-G1hVAE>
- Kunstneren Tino Sehgal bruger koreografi til at skabe situationer, som forestiller "virkeligheden", her med 'These Associations' på Tate Modern i London: <https://www.youtube.com/watch?v=Pk7FKMEwMRg>

### Citater

*"Kroppen lyver aldrig"* - Martha Graham

*"Man burde sige sandheden, men alle sandheder burde ikke siges."* - Dronning Kristina af Sverige

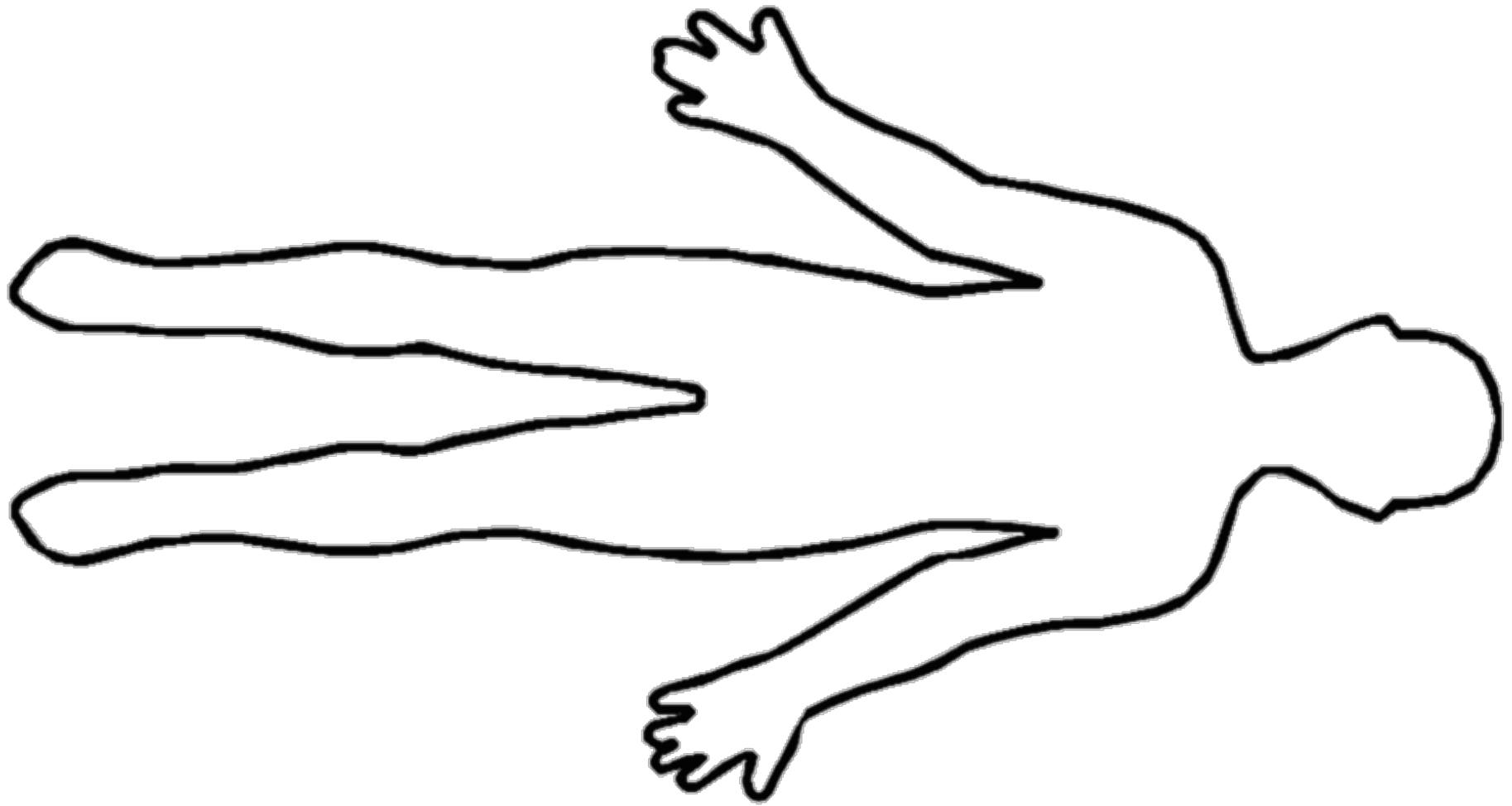
*"Mange sandheder er sprunget ud fra en fejl."*  
- Marie von Ebner-Eschenbach

*"Ingen løgne kan leve evigt."* - Martin Luther King, Jr

*"For at gøre sandheden mere sandsynlig, bør man absolut iblande en smule løgn."* - Fjodor Dostojevskij

*"Fortæller du ikke sandheden om dig selv, kan du ikke fortælle den om andre."* - Virginia Woolf

*"Overbevisninger er farligere fjender af sandheden end løgne."* - Friedrich Nietzsche



Hvad er forskellen på et eventyr og en løgnehistorie?

Hvem kender sandheden?

**HELE sandheden**

Hvor i kroppen sidder sandheden?

**HELE sandheden**

Hvad er sandhed for dig?