

GÖTEBORGS UNIVERSITET
PSYKOLOGISKA INSTITUTIONEN

**”Att leka. Som om det var så, i verkligheten” - skådespelares
upplevelser av skådespeleri och karaktärsarbete**

Alva Kättström

Examensarbete 30 poäng
Examensarbete
PM2542
Vårtermin 2022
Handledare: Johanna Carlsson

”Att leka. Som om det var så, i verkligheten”- skådespelares upplevelser av skådespeleri och karaktärsarbete

Alva Kättström

Studien undersökte skådespelares upplevelser av skådespeleri och karaktärsarbete, hur skådespelare använder sig av aspekter av sig själva och påverkas personligen. För studien genomfördes tio semistrukturerade intervjuer med yrkesverksamma skådespelare. Intervjuerna analyserades med tematisk analys, vilket resulterade i tre huvudteman med tillhörande underteman. I det första huvudtemat syntes att skådespelarna upplevde skådespeleriet med verkliga kvalitéer, på så vis att de upplevde sig som sårbara samt möten med andra som äkta. Studiens andra huvudtema utgjordes av hur skådespelarna talade om gränser för att skilja på skådespeleri och verklighet. Utifrån att skådespeleri kan upplevas äkta och sårbart beskrevs gränser möjliggöra ett friare skådespeleri på ett tryggt sätt. Det tredje huvudtemat handlade om hur skådespelarna upplevde sig kunna expandera genom att möta sig själv och andra. Ett friare skådespeleri beskrevs som relaterat till att uppleva sig utvecklas i sin acceptans, förståelse och empati för sig själv, andra samt människan i stort. Sammantaget indikerade studien att skådespelare både använder sig själva och påverkas personligen, vilket är i linje med tidigare forskning, samt att det verkar finnas en relation mellan att använda sig själv och att påverkas personligen. Resultaten diskuteras med tankar om lek av Winnicott och Piaget samt tankar om skådespeleri av Capucci och Silva.

”On the stage, like in real life, we constantly deal with the drama of the human condition, full of contradictions and conflicts, at each new scene in which we incarnate the various roles that constitute our personality” (Capucci & Silva, 2017, s. 418). Teatern, med dess avgränsade rum, är en källa med många överskridande möjligheter, så som känslomässiga upplevelser (Gullestad et al., 2011) och lärdomar som kan ge ökad förståelse om mänskliga villkor och beteenden (Brecht et al., 1975). Vidare kan konst i interpersonella möten aktivera tidigare erfarenheter och därmed skapa en förändringspotential av psykiska processer (Foster, 1996). Upplevelser skapas genom att skådespelaren gestaltar karaktärer och iscensätter scener som skildrar verkliga personer och situationer. På så sätt, skapar skådespelaren genom sin skildring av verkligheten en version av den (Oppenheim, 2008). Enligt Capucci och Silva (2017) spelar alla olika roller i sina liv, genom att leva ut konflikter mellan sin inre och yttre verklighet och skapa dramatan. Skådespeleri kan således ses som att kombinera och förtäta sin och karaktärens inre och yttre verkligheter samt som att skådespelaren upplever och agerar enligt bådadas respektive konflikter. På så vis kan skådespeleri medföra psykologiska upplevelser. Upplevelser som vi utifrån befintlig psykologisk forskning vet relativt lite om.

Syftet med detta arbete var således att undersöka skådespelares upplevelser av skådespeleri och att gestalta karaktärer. Dels hur skådespelare använder aspekter av sig själva i processen av att gestalta karaktärer, och dels hur skådespelaren påverkas personligen av detta.

Psykologi, skådespeleri och karaktärsarbete

Skådespeleri och att gestalta karaktärer återfinns i riter, myter, religiösa ritualer och teatraliska framträdanden finns i dem flesta kulturer (Goldstein & Bloom, 2011). Goldstein

(2009) föreslår således att skådespeleri är en universell mänsklig aktivitet, vilket kan tolkas som att något med människans psykologi verkar grundlägga förmågan till skådespeleri. Vidare menar Marcus och Marcus (2010) att teater och skådespeleri funnits med oss så länge att det format våra värderingar, som vad som motiverar oss beteendemässigt och socialt, och därför kan användas för att förstå inre psykologiska och socialpsykologiska processer.

Utvecklingen mot dagens skådespeleri sägs ha startat i Grekland 600 f. kr. då en körmedlem avvek från kören och i stället för att recitera började skådespela en karaktär (Goldstein & Bloom, 2011). Det var dock först i 1600-talets England som skådespelaren började gestalta karaktärens inre på scen, genom att rikta monologer mot publiken. Inte förrän på 1900-talet närmade sig skådespeleri mer realistiska porträtt av karaktärer, vilket var början på det skådespeleri som idag dominerar västerländsk teater, psykologisk realism (Merlin, 2007). Psykologisk realism har definierats som konsten att uttrycka känslor på ett realistiskt sätt under fiktiva omständigheter (Goldstein & Bloom, 2011; Noice & Noice, 2016). Detta kan förstås som att skådespelarens mål är att bemästra ett mänskligt beteende som annars sker ofreflekterat och naturligt. Publiken kan i sin tur uppleva ett sådant beteende som psykologiskt meningsfullt för att de kan känna igen och relatera dess till bakomliggande motiv, som intentioner, viljor och behov, vilka antas prägla eller styra beteendet. Det finns många metoder för att närma sig ett realistiskt skådespeleri, vilka i regel inkluderar arbetet med karaktären som skådespelaren ska komma att gestalta. Detta arbete kallas karaktärsarbetet och definieras som att utforska och skapa en karaktär eller roll och dennes inre, för att sedan träda in i och gestalta den (Berry & Brown, 2019, Goldstein, 2009; Verducci, 2000).

Utifrån ovanstående genomgång om hur skådespeleri på olika sätt har en relation till psykologi är det relevant att psykologiskt undersöka skådespelares upplevelser av skådespeleri och karaktärsarbete. Som hur skådespelaren använder aspekter av sig själv samt påverkas personligen.

Metoder för karaktärsarbete

I karaktärsarbetet utforskar och skapar skådespelaren den karaktär som den ska gestalta, genom att börja inifrån med karaktärens psykologi eller utifrån med karaktärens fysiska beteende och handlingar, alternativt bägge parallellt (Panero, 2019). Vidare handlar karaktärsarbetet inifrån om att utforska och skapa karaktärens inre, så som känslor, vilja, intention och mål, för att sedan gestalta karaktären. Karaktärens inre ger mening åt karaktärens handlingar, och handlingarna visar karaktärens resa genom pjäsen (Hart, 2008).

Enligt mina efterforskningar ses Stanislavskij (Stanislavskij & Popper, 1975) som grundaren till dagens realistiska skådespeleri, psykologisk realism (Se till exempel Bartow, 2008; Merlin, 2007). Senare metoder relaterar i regel till Stanislavskijs metod, genom att betona, utveckla eller ta avstånd från någon aspekt (Merlin, 2007). Specifikt för Stanislavskijs metod är att den inbegriper fysiskt arbete med röstträning och fysiska övningar, som främst handlar om hur karaktären upplevs utifrån, samt arbetet inifrån, vilket handlar om att skapa en inre upplevelse av att vara karaktären. Det senare gör skådespelaren exempelvis genom att använda sina minnen för att framkalla känslor i samklang med karaktärens (Stanislavskij et al., 2014) och därigenom skådespela realistiskt (Bartow, 2008). Sammanfattningsvis anses karaktären komma ur och bli realistisk genom skådespelarens känslor, tankar och upplevelser (Stanislavskij & Popper, 1975).

Senare metoder som relaterar till Stanislavskij (Stanislavskij & Popper, 1975) förespråkar olika sätt för skådespelaren att ta sig an karaktärsarbetet. Skådespelaren kan ta sig an arbetet inifrån genom att använda sina minnen och erfarenheter för att framkalla känslor, rädslor, tvivel och drömmar att använda för karaktärens inre (Scheeder, 2008). Andra metoder

med fokus på arbete inifrån förespråkar att skådespelaren använder sin fantasi och föreställningsförmåga för att utforska karaktärens vilja och sedan följa viljan för att på så vis låta karaktärens känslor uppstå av sig själv (Oppenheim, 2008). Metoder som förespråkar en fysisk ingång i karaktärsarbetet utgår från en ömsesidig påverkan mellan fysik och psykologi (Mirodan, 2015). Fysiska övningar kan hjälpa skådespelaren att ta vara på sin spontanitet, impulsivitet samt känslomässiga reaktioner och responser (Rosenfeld, 2008). Med detta menas att skådespelaren genom att fokusera på kroppen kan ta sig förbi sina psykologiska spärrar, hinder och självmedvetenhet, samt att hon antas aktivera kroppsminnen och känslor knutna till dessa minnen. Detta kan förstås som att skådespelaren använder en fysisk ingång för att komma i kontakt med och gestalta karaktärens inre tillstånd, så som känslor, vilja och behov (Rosenfeld, 2008) men detta antas även påverka skådespelarens inre upplevelse (Laban et al., 2008).

Inom metoderna för karaktärsarbete har jag noterat olika strömningar för att kunna skådespela olika karaktärer, vilka på olika sätt använder aspekter av skådespelaren som källa till karaktären. Inom vissa metoder anses att de finns oändliga möjligheter att gestalta olika karaktärer inom skådespelaren själv (Oppenheim, 2008). Detta betyder att skådespelaren ska utforska karaktärer och söka efter deras komponenter inom sig själv (Rosenfeld, 2008). Detta går hand i hand med idén om att skådespeleri innebär att utforska sig själv, sina sårbara sidor (Rosenfeld, 2008) och sitt känsloliv (Hart, 2008). Det antas även innebära att utforska vad det är att vara människa, samt att detta kan leda till ökad självkänedom och att man växer som person (Oppenheim, 2008; Rosenfeld, 2008). Andra metoder förespråkar i stället skådespelarens förmåga att fantisera och föreställa sig, för att kunna skådespela många olika karaktärer (Brahe, 2008). Med detta menas att skådespelaren genom att utveckla denna förmåga kan förhålla sig till fiktion som om det är verklighet (Scheeder, 2008). Denna förmåga möjliggör i sin tur att skådespelaren kan använda sig av sina känslomässiga reaktioner och responser som uppstår i stunden, vilket skapar karaktärens vilja och behov samt motiverar karaktärens beteende. Så som detta beskrivs går det även att förstå som att skådespelaren använder sig av sig själv, inte genom direkt koppling till personliga erfarenheter, men utifrån egna impulser och känslor.

Utifrån detta är det rimligt att undersöka skådespelares upplevelser av skådespeleri och karaktärsarbete. Som hur skådespelaren upplever sig använda aspekter av sig själv. Likaså hur skådespelaren upplever sig påverkas personligen av det.

Tidigare forskning på skådespeleri och karaktärsarbete

Utifrån mina efterforskningar är den befintliga psykologiska forskningen om skådespelares upplevelser av skådespeleri och karaktärsarbete begränsad, vilket bekräftas av exempelvis Panero (2019) och Goldstein (2009). I litteratursökning finner jag sammantaget två intervjustudier och två studier med självskattningformulär. Den ena studien med självskattning visade att skådespelarens personlighet kan påverkas temporärt av karaktärens personlighet, under repetitionsprocessen och föreställningsperioden (Hannah et al., 1994). Den andra studien med självskattning undersökte om en specifik metod för karaktärsarbete påverkade personer psykologiskt (Olenina et al., 2019). Huvudresultatet gav en viss indikation på att en fysisk ingång i karaktärsarbete påverkade personer känslomässigt. I den ena intervjustudien intervjuades tre skådespelare om kreativa processer, vilket bland annat inbegrep karaktärsarbete (Nemiro, 1997). I den andra intervjuades tolv skådespelare om skådespeleri och karaktärsarbete i relation till personlig utveckling (Meade-Higgins, 2016). Båda intervjustudierna visade att skådespelare påverkades personligen av karaktärer de skådespelat. Vidare visades att skådespelare arbetat sig igenom eller hanterat personliga kriser,

utmaningar och livshändelser, genom skådespeleri och sina karaktärer (Meade-Higgins, 2016; Nemiro, 1997) och ibland undviker att skådespela för känslomässigt krävande karaktärer (Nemiro, 1997). Intervjustudien av Meade-Higgins (2016) visade att skådespelarna upplevde att de lärde sig mer om sig själva och utvecklades personligen av att skådespela karaktärer som de upplevde både lika och olika sig själva. Skådespelare upplevde att karaktärer lika dem gjorde att de fick kontakt med delar av sin personlighet som de inte var i kontakt med i sitt vardagsliv, som de därigenom kunde integrera i sin person, vilket hade en positiv inverkan på deras självförtroende. Att skådespela karaktärer de inte kände igen sig i gjorde å sin sida att de kände en större empati för personer olika dem själva. För att förstå såväl karaktärer som var lika respektive olika dem själva upplevde skådespelarna att det krävdes tålamod, öppenhet, sårbarhet samt att reflektera och söka inåt.

Sammantaget finns endast två studier där skådespelare intervjuas om sina upplevelser av skådespeleri och karaktärsarbete, och då skådespelare intervjuas är detta främst i relation till personlig utveckling (Meade-Higgins, 2016) och kreativa processer (Nemiro, 1997). Jag finner ingen tidigare empirisk studie som med en mer öppen ingång undersökt skådespelares upplevelser av skådespeleri och karaktärsarbete, hur skådespelaren använder sig av aspekter av sig själv och påverkas personligen.

Syfte och frågeställning

Med utgångspunkt i ovanstående litteraturgenomgång är syftet med studien att undersöka skådespelares upplevelser av skådespeleri och karaktärsarbete. Följande specifika frågeställningar guidade arbetet: hur upplever skådespelare karaktärsarbete? Använder de sig av aspekter av sig själva och påverkas de personligen? I så fall hur?

Metod

Studiens forskningsfrågor undersöktes kvalitativt i form av en intervjustudie och materialet analyserades med tematisk analys. Nedan följer en redogörelse för deltagare, tillvägagångsätt, dataanalys, reflexivitet och etik.

Deltagare

I denna studie intervjuades tio skådespelare. Av dessa var sju män och tre kvinnor. Åldersspannet var mellan 26–61 år, medelåldern var 43 och medianåldern var 41,5. Alla deltagare hade någon form av skådespelarutbildning, som högst hade nio gått på teaterhögskola och en på folkhögskola. De flesta som gått teaterhögskola hade även andra utbildningar, som folkhögskola eller yrkesutbildning. Åtta skådespelare arbetade på institutionsteatrar i Sverige och två frilansade. En skådespelare hade ett annat arbete vid sidan om. Flera av skådespelarna var även verksamma inom film, radio, regi eller musik. Den skådespelare med mest erfarenhet hade varit yrkesverksam i 35 år och minst yrkeserfarenhet var sex år, medelvärde var 18 år och medianen var 16,5 år.

Intervjuguide

För denna studie utformades en intervjuguide (se bilaga). Enligt denna inleddes intervjuerna med en bakgrundsfråga, där intervjudeltagaren kort fick berätta om sin bakgrund inom skådespeleri, som arbete och utbildning, samt hur de arbetade idag och om den använde någon specifik skådespelerimetod. Efter bakgrundsfrågan ställdes en primerfråga: ”Vad tänker du på när jag säger karaktärsarbete?” Därefter ställdes frågor utifrån studiens syfte; hur skådespelaren använder aspekter av sig själv och påverkas personligen. Följdfrågor ställdes spontant, som ”vill du berätta mer”, för att få deltagaren att beskriva sina upplevelser mer ingående, antal följdfrågor varierande.

Intervjuguiden testades i en pilotstudie, med en semistrukturerad intervju av en yrkesverksam skådespelare som varade i cirka 30 minuter. Därefter gjordes mindre justeringar av intervjuguiden, exempelvis ändrades primerfrågan från: ”Vad tänker du på när jag säger kreativa gestaltande processer och karaktärsarbete?” till ovanstående.

Tillvägagångssätt

Urvalskriterium för deltagare var att de skulle vara yrkesverksamma skådespelare samt, relaterat till mitt eget engagemang inom teater, att de inte fick vara mer än ytligt bekanta med mig. Rekrytering skedde på två vis, dels genom att kontakta teatrar, dels genom att jag publicerade ett offentligt inlägg på min privata Facebook. Inlägget på Facebook delades vidare av tio personer. Teatrar kontaktades i två omgångar, jag mejlade då antingen producent, teaterchef eller ensemblechef, som sedan vidarebefordrade mejlet till skådespelare anställda på teatern. Mejlet och Facebookinlägget bestod av information om studien, så som dess syfte, att jag sökte skådespelare att intervjua, tid som intervjuerna tog i anspråk och att det var ett examensarbete inom psykologprogrammet vid Göteborgs Universitet. Jag bad även om spridning av mejlet bland teaterns skådespelare samt ombad intresserade skådespelare att kontakta mig per mejl. På en teater skrevs mejlet ut och sattes upp vid teaterns personalingång, vilket var ett initiativ från teaterns sida. Initialt kontaktades teatrar i Göteborg och Stockholm, då ansatsen var att genomföra intervjuer på plats. Den första rekryteringsomgången inklusive Facebookinlägget resulterade i sex intervjudeltagare. I och med Covid-19 pandemins tredje våg ändrade Folkhälsomyndigheten restriktionerna i samhället, vilket inbegrep uppmaningar att minimera sociala kontakter för att hålla nere smittspridningen. På grund av detta erbjöds deltagare att intervjuas på Zoom, vilket är en digital plattform för videosamtal. Denna omställning möjliggjorde att rekrytera deltagare även i andra städer runtom i Sverige. Kontakt togs då med teatrar belägna i bland annat Malmö, Borås, Helsingborg och Luleå. I denna rekryteringsomgång anmälde 12 skådespelare intresse och intervjuer bokades med de fyra första. Sammantaget har kontakt tagits med 19 svenska teatrar med och utan fast ensemble, som nationella teatrar, stadsteatrar, läns och regionteatrar samt fria scener. Totalt anmälde 18 skådespelare intresse att delta och av dessa exkluderades åtta, tre på grund av tidsbrist eller sjukdom vid bokning av intervju, två bedömdes känna mig för väl, och tre antogs inte då maxantal intervjudeltagare rekryterats. I bortfallet var fyra kvinnor och fyra män. Antal deltagare valdes utifrån Smiths (2015) rekommendationer för en medelstor studie med tematisk analys, inom ramen för en uppsats på mastersnivå, med ett homogent urval.

Tio semistrukturerade individuella intervjuer genomfördes mellan 17/1–2022 och 28/1–2022. Två intervjuer genomfördes på psykologiska institutionen, Göteborgs universitet, och en på den teater där en skådespelare arbetade. Resterande sju genomfördes digitalt på Zoom. Intervjuer på Zoom genomförde jag hemifrån och skådespelarna satt antingen hemma hos sig

eller på sin arbetsplats. Inför intervjuer på Zoom bad jag skådespelaren sitta bekvämt på en plats där det gick att tala ostört.

Vid intervjutillfällena gavs först information om studiens syfte och information enligt de fyra forskningskraven och de forskningsetiska riktlinjerna (Vetenskapsrådet, 2017). Efter detta inhämtades deltagarens muntliga samtycke till att delta samt samtycke till att använda citat i den skriftliga rapporten. Alla intervjuer varade i cirka 60 minuter och spelades in med ljud. I Zoom spelades automatiskt ljud och video in, videoinspelningen raderas direkt efter avslutat videosamtal och användes inte i studien. Ljudinspelningar transkriberas sedan till text. Ljudinspelningar och transkriberade texter har förvarats lokalt på min privata dator med lösenordsskydd och en säkerhetskopia av ljudinspelningar och transkriberade texter har även förvarats på en extern hårddisk. När den skriftliga rapporten har godkänts kommer ljudinspelningar och transkriberade texter att raderas. Detta fick deltagarna information om vid intervjun. Vidare erbjöds de även att ta del av den skriftliga rapporten när den färdigställts och samtliga önskade detta.

Dataanalys

Intervjuerna har analyserats med tematisk analys, enligt Braun och Clarke (2006) och hur de beskriver metodens steg. Metoden syftar till att identifiera, analysera och skapa teman, för att sedan rapportera och beskriva materialet på både en detaljerad samt övergripande nivå (Braun & Clarke, 2006). Då tematisk analys är en flexibel analysmetod gjordes teoretiska avvägningar inför analysen. Data analyserades med en induktiv datadriven ansats, vilket innebär att jag inte prövade någon hypotes eller tematiserade enligt ett redan existerande teoretiskt ramverk. Analysen genomfördes huvudsakligen på en semantisk nivå, med en betoning på deltagarnas egna utsagor och beskrivningar, med en relativt låg grad av tolkning (Braun & Clarke, 2006). Analysens epistemologi var i huvudsak essentialistisk och realistisk då jag antog att deltagarnas språkliga utsagor artikulerade och speglade individuella psykologiska aspekter, som motivation, erfarenhet och mening (Braun & Clarke, 2006). Dock var det ofrånkomligt att en viss subjektivitet präglade analysen. Exempelvis då tematisering av deltagares utsagor bygger på min tolkning av det centrala och meningsbärande i materialet.

Det första steget var att transkribera intervjuerna ordagrant, vilket gjordes i Word. Vid transkribering skedde en viss anonymisering så till vida att namn på deltagare samt andra personer togs bort. I detta skede bekantade jag mig med materialet, genom att läsa transkripten och lyssna på ljudinspelningarna. I samband med detta antecknade jag initiala tankar och idéer, exempelvis om liknande beskrivningar återkom i intervjuer. Analysens andra steg var att koda transkripten, utifrån meningsbärande element i deltagarnas utsagor. Kodningen genomfördes på en semantisk nivå. Jag kodade med en öppen ansats och inkluderade allt som kunde vara relevant för forskningsfrågan. Kodningen gjordes i Word i tabeller. Där ordnades transskript, tillhörande koder och mina tankar tillsammans. Efter detta ordnade jag koderna i kodgrupper, utifrån om de var semantiskt lika. I detta steg exkluderades några koder som jag inte ansågs beröra forskningsfrågan. Mindre revideringar gjordes även av några koder, för att de inte upplevdes tydliga eller meningsbärande. I de fall flera koder från samma utsaga ensamma inte var meningsbärande, kombinerades dessa. Vid alla revideringar av koder utgick jag från transkripten, för att hålla revideringen semantiskt förankrad i transkriptet. Analysens tredje steg var att ta fram förslag på teman. Jag antecknade koder och kodgrupper på post-it lappar och skapade olika temastrukturer genom att sortera dem på olika vis. Jag ritade även mindmaps och skrev sammanfattningar, för att få en översikt över temaförslagens essens, dess likheter och skillnader samt huruvida de speglade materialet i sin helhet. Vidare togs stöd i anteckningar med tankar, som jag fört parallellt under analysens tidigare faser. Tre förslag på temastrukturer

togs fram och teman samt tillhörande underteman definierades. Underteman skapades i de fall det fanns aspekter av teman att skilja på, betona och beskriva. För alla teman togs namnförslag fram och jag författade även en kort text för att ringa in temat essens. Utifrån att jag jämförde hur temaförslagen speglade materialet och diskuterade temaförslagen i handledning, valde jag en temastruktur med tre huvudteman. Därefter började jag att skriva resultatet. För att beakta deltagarnas anonymitet och samtidigt göra det överskådligt att skilja på deltagarna använde jag pseudonymer i resultatdelen. Under skrivarbetet var analys och tematisering en fortsatt process. Ett exempel är att två teman upplevdes ha en relation och därmed behandlades som underteman till ett nytt mer övergripande tema. Analysens nästa steg var att granska de teman jag tagit fram mot materialet och för att göra detta läste jag alla koder samt transskript igen. I samband med detta kontaktade jag även deltagare som önskat granska direktcitat för samtycke. De fick läsa citat jag önskade använda i den skriftliga rapporten och ge sitt samtycke. Därefter specificerade jag temastrukturen genom att skapa slutgiltiga definitioner för teman och underteman, samt bestämde namn på dessa. Genom analysen har jag eftersträvat intern homogenitet, att ett tema skulle vara enhetligt, och extern heterogenitet, att olika teman skulle vara unika och skilda från varandra. Slutligen landade analysen i tre teman med två underteman vardera.

Reflexivitet och etik

Studien har följt Vetenskapsrådets forskningsetiska riktlinjer (2017), det vill säga att jag vid intervjuer följde informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet. Dessa krav inbegrep bland annat att jag informerade deltagaren om studien, studiens syfte, deltagarens frivillighet och anonymitet samt hur jag i min studie ämnade uppnå dessa krav, vid informationsinhämtning, analys, lagring av material samt i den skriftliga rapporten. Vid intervjun inhämtades deltagarens informerade samtycke, de erbjöds även att godkänna sina citat.

Trots att beslut om teoretiska och epistemologiska antaganden togs inför analys, är det oundvikligt att en kvalitativ analys färgades av min subjektivitet (Braun & Clarke, 2006). Här har mitt personliga intresse och engagemang inom teater och skådespeleri påverkat hur studien utformats, så som dess syfte och forskningsfrågor, likväl som insamling av data samt kodning, analys och skrivprocessen. Jag besitter en förförståelse som varit utmanande att få syn på i studiens olika faser. Genom arbetet har jag eftersträvat att synliggöra den och vara medveten om hur den påverkat mig och därmed studien. Ett exempel är hur min förförståelse färgat intervjuer jag genomfört med skådespelare, där jag ibland missat att ställa relevanta följdfrågor om en deltagares beskrivning av skådespeleri för att det för mig verkat intuitivt och uppenbart vad deltagaren menade. I andra fall har jag kunnat använda min förförståelse för att ställa relevanta följdfrågor. En utmaning har med andra ord varit att inte låta mina personliga erfarenheter av skådespeleri styra och prägla informationsinhämtning, för detta har jag tagit stöd i intervjuguiden, som har bidragit med metodik och struktur. Intervjuguiden möjliggjorde att vara följsam under intervjun, ställa fördjupande frågor och samtidigt ha en översikt samt struktur att återgå till. I analys och skrivande av resultat har jag eftersträvat att synliggöra och vara tydlig med att skilja på deltagarens beskrivningar och mina tolkningar av dessa.

Resultat

Syftet med denna studie var att undersöka skådespelares upplevelser av skådespeleri och specifikt karaktärsarbete. Följande forskningsfrågor guidade arbetet: hur upplever skådespelare karaktärsarbete? Använder de sig av aspekter av sig själva och påverkas de

personligen? I så fall hur? Resultatet presenteras med tre huvudteman och tillhörande underteman (se Tabell 1). Det första huvudtemat "Skådespeleriets verkliga kvalitéer" berör kvalitéer som skådespelarna i studien beskrev som autentiska och som en del av skådespeleri och karaktärsarbete. Detta inbegriper både skådespelarens upplevelser av sin egen sårbarhet och av äkta möten med andra. Det andra huvudtemat "Gränser som möjliggör frihet" rör gränser som talades om som nödvändiga i karaktärsarbetet, för att skilja skådespeleri från verklighet och karaktären från sig själv. Temat involverar både gränser som skådespelaren sätter, och som omgivningen sätter. Det tredje huvudtemat "Expandera genom att möta sig själv och andra" handlar om skådespelarnas upplevelser av att genom skådespeleri och karaktärsarbete utvecklas, i sin acceptans, förståelse och empati för sig själva och andra samt människan i stort.

Tabell 1.

Teman: Skådespelares upplevelser av karaktärsarbete, att använda aspekter av sig själv och att påverkas personligen.

Teman	Underteman
1. Skådespeleriets verkliga kvalitéer	1.1. Den autentiska sårbarheten 1.2. Det äkta mötet
2. Gränser som möjliggör frihet	2.1. Egna gränser med metod och teknik 2.2. Att hållas av andras gränser
3. Expandera genom att möta sig själv och andra	3.1. Att utforska, upptäcka och uttrycka 3.2. Att möta, acceptera och förstå

1. Skådespeleriets verkliga kvalitéer

Det första temat ämnar fånga hur skådespelarna återkommande berättade om hur de är närvarande i en karaktär och de autentiska kvalitéer som då uppstår under skådespeleriets förutsättningar. Med autentiska kvalitéer menas vad skådespelarna beskrivit som verkliga upplevelser, med egen sårbarhet och äkta möten med andra. Relationen mellan skådespelarens sårbarhet och äkta möten beskrevs som samverkande på så vis att skådespelaren som är i kontakt med sin sårbarhet både skapar äkta möten och upplever möten med andra som äkta. I ett äkta möte beskrevs autentiska kvalitéer uppstå, exempelvis att genuina känslor väcks hos skådespelaren i mötet med andra. För att vara närvarande beskrevs det som nödvändigt att släppa kontrollen om vad som uppstår, vilket kan upplevas som att blotta sig själv och sitt inre, det vill säga som sårbart. Thomas talade om att skådespeleri innebär att utforska både karaktärens och sin egen sårbarhet, vilket kan upplevas som att vara utsatt. Thomas sa: "Jag tror inte man kan inte jobba som skådespelare om man inte klarar av att vara i utsatta situationer".

Huvudtemat har delats upp i två underteman. Det första undertemat ämnar visa hur skådespelarna talade om sin sårbarhet som ofrånkomlig, med potential att vara både blottande och berikande i skådespeleriet. Det andra undertemat handlar om hur skådespelarna beskrev möten med medspelare och publik, som äkta. I dessa möten kunde skådespelarna, genom att vara närvarande, uppleva kvalitéer som autentiska samt sin sårbarhet som påtagligt verklig.

1.1. Den autentiska sårbarheten

Detta undertema handlar om sårbarhetens roll i karaktärsarbete, och hur den beskrevs som oundviklig, riskabel och med potential att berika. Skådespelarna beskrev sig själva som sitt eget instrument, vilket bland annat innefattade att använda sina känslor, reaktioner, impulser och sin kropp. Skådespelarna talade även om att de i karaktärsarbetet utgår från sig själva och lånar ut sig till karaktären. Detta beskrevs i sin tur leda till att skådespelaren alltid i någon mån är närvarande i karaktären, vilket i förlängningen oundvikligen medför en sårbarhet. Karaktären beskrevs ofta hamna nära skådespelaren, även när skådespelaren inte avsiktligt använde sig själv. Anders uttryckte: ”Jag kan inte säga att jag medvetet tog från mina egna erfarenheter, men man använder ju alltid sina egna erfarenheter någonstans, även om det är omedvetet”. Detta beskrevs kunna medföra en närhet till karaktären, men också risker. En risk som lyftes var sammanblandning mellan skådespelare och karaktär, på så vis att skådespelaren kunde uppleva det som svårt att veta eller kontrollera hur publiken upplevde skådespelaren, och om publiken upplevde skådespelaren som sig själv eller som karaktären. Thomas sa följande om upplevelsen av karaktären som både nära och skild från sig själv: ”När jag själv skådespelar kan jag uppleva att jag på ett sätt verkligen känns annorlunda, och på ett annat sätt är det ju alltid jag”.

I och med att skådespelarna beskrev sårbarheten som oundviklig beskrevs det som nödvändigt att anamma den, för att dra nytta av de berikande aspekter den beskrevs relaterad till. Sårbarheten relaterades här till att vara närvarande och lyhörd på scen, att vara i kontakt med och bejaka sina känslor och fysiska impulser samt sin intuition, lekfullhet och lust. Att använda sårbarheten beskrevs som önskvärt, tack vare dessa berikande aspekter. Samtidigt beskrev skådespelarna att de för att få tillgång till dessa aspekter behövde släppa en viss kontroll, självmedvetenhet och en yttre värderande blick på sitt eget agerande. Adam beskrev det som blottande och ”naket” att visa de känslor som uppstår: ”Då är det jag som står och känner där på riktigt [/]. Jag använder mig utav mitt skådespelar-jag på scenen som får känna och vara sårbar, på så sätt använder jag mig i allra högsta grad av mig själv”.

Att släppa kontrollen och själv uppleva och känna på scenen beskrevs, som ovan nämnt, som att låna ut sig och sin sårbarhet till karaktären. På så sätt kunde skådespelaren förstå att den skådespelar, och trots detta uppleva samt påverkas på riktigt, under repetitioner och föreställningar. Skådespelarna talade i synnerhet om att påverkas av fysiska upplevelser och av interaktionen med medspelare, då detta kunde väcka smärtsamma känsloreaktioner, minnen och erfarenheter från den egna livshistorien. Skådespelarna beskrev det som svårt att använda sårbarheten när de inte förstod känsloreaktionen eller vad den grundades i. Samtidigt förmedlade flera av skådespelarna att de kunde använda egen känslomässig smärta, om erfarenheterna bakom den var bearbetade. Detta utifrån att smärtan då beskrevs som möjlig att ha en viss distans till. Eva sa att: ”Jag kan inte använda obearbetade grejer, eftersom de är obearbetade tycker jag att det är obehagligt att tänka på dem och vara i dem och då kan jag inte använda dem”. En annan skådespelare, Per, berättade i citatet nedan, dock att hans relation till och förståelse för egen känslomässiga smärta kunde utvecklas i karaktärsarbetet. Genom en ökad förståelse för känsloreaktionen och smärtans ursprung, som minnen och erfarenheter, blev smärtan möjlig att anamma och använda. Sammantaget kan skådespelarnas berättelser tolkas som att personlig smärta som inte upplevdes farlig inte heller var känslomässigt överväldigande. I och med detta kunde skådespelarna känna smärtan och samtidigt behålla en viss distans och observera den. Detta gjorde det i sin tur möjligt använda sig av känsloreaktionen i karaktären.

Jag upplever nog att den blir lite mindre varje gång, att du avdramatiserar den lite grann. Men samtidigt tror jag att den aldrig försvinner, utan möjligtvis att

du förstår den mer som människa. Och som skådespelare måste man förstå den på något vis, för att kunna anamma den. (Per)

Skådespelarna talade återkommande om att ha en egen förståelse för att skådespeleri kan väcka verkliga och ibland smärtsamma känslor, och att denna förståelse gör det enklare att hantera och anamma sin egen sårbarhet. Exempelvis kunde skådespelarna genom denna förståelse skapa en distans till vad som utspelat sig på scenen, trots att det där och då upplevts verkligt och nära. Skådespelarna beskrev att detta påverkade upplevelsen av sårbarheten, till att bli tryggare och mer lustfylld. Detta beskrevs i sin tur underlätta för skådespelaren att anamma sårbarheten, för att våga och vilja använda den som något berikande i karaktären. Adam talade om att våga vara sårbar som att öppna för en tillgång.

Du kan förstå att det här är teater men du ser blicken, du känner spottet i ansiktet, du hör orden, du känner slaget, allt är så fysiskt. Det spelar ingen roll hur intellektuell du är, du påverkas av det. Och att som skådespelare våga öppna upp för det, och vilja, det är en present till sina medspelare, till regissören, men framför allt till publiken. (Adam)

I kontrast beskrev några av skådespelarna erfarenheter av att vara sårbart närvarande i karaktären, utan en upplevd distans till att det är skådespeleri. Detta beskrevs gå hand i hand med att sakna en förståelse för sina reaktioner, upplevelser och erfarenheter på scenen. Det kunde upplevas som att det hänt på riktigt, som att skådespelare upplevt händelsen och blottat sig själv. Emir berättade om en erfarenhet som flera år efter händelsen var svår att förstå: ”Jag upplever väldigt mycket att jag blottade mina känslor [//]. I efterhand har jag haft problem med just den uppsättningen, den har funnits kvar. Ja den bråkar med mig [//]. Jag kan inte riktigt förstå det fortfarande”.

Sammantaget visar detta undertema hur skådespelarna talade om sårbarheten som oundviklig i skådespeleri och karaktärsarbete. Vidare beskrevs hur sårbarheten upplevs äkta, vilket gör att skådespeleri upplevs verkligt och att skådespelaren kan känna på riktigt. Sårbarheten beskrevs kunna berika karaktärsarbetet och skådespeleriet, men den beskrevs också medföra risker för att skådespelaren som är sårbar kan påverkas negativt. Det talades om en utsatthet, främst vid en avsaknad av förståelse för sin sårbarhet och sätt att hantera den.

1.2. Det äkta mötet

Detta undertema ämnar fånga hur skådespelarna beskrev möten med medspelare och publik som äkta, trots att de skapades under fiktiva omständigheter. Ett äkta möte beskrevs som eftersträvansvärt för att det medför autentiska kvalitéer för skådespeleri och karaktärsarbete som inte kan framställas på andra vis. Med autentiska kvalitéer menas exempelvis känslomässiga reaktioner, som väcks hos skådespelaren i mötet med andra. Dessa kvalitéer beskrevs också kunna påverka skådespelaren personligen. Adam sa: ”Det uppstår ju någonting, som är ett möte, som inte går att fejka”.

En central aspekt av det äkta mötet som samtliga skådespelare i denna studie återkom till var betydelsen av medspelaren. Skådespelarna talade om hur deras karaktär skapas och iscensätts i mötet med medspelaren, i relation till medspelarnas karaktärer. Detta beskrevs som del av både repetitionsprocessen, då karaktären hittas och skapas, och föreställningar, då karaktären skådespelas. Per uttryckte följande om att karaktären skapas i mötet med medspelaren: ”Om jag bara hela tiden påstår saker och ting, då blir det inget möte på scen. Jag måste lyssna [//] jag skapar dig och du skapar mig”. För att kunna använda mötets autentiska kvalitéer beskrevs vikten av skådespelarens närvaro. Först och främst framställdes skådespelarens närvaro med medspelaren som en förutsättning för att ett äkta möte skulle

uppstå. Vidare beskrevs att en skådespelare som är närvarande i mötet är lyhörd, både på medspelaren och på sig själv, och därigenom kan använda de känslomässiga kvalitéer som uppstår. Detta beskrevs skapa ett mindre forcerat skådespeleri. Mikael uttryckte följande om att använda det som uppstår i mötet med medspelare: ”Det är jag som står där, i det här rummet, och jag tror det är viktigt att vara sann och uppmärksam mot på vad som faktiskt sker i mig och vilka impulser som jag får [//] och vilka eventuella känslor som uppstår”. Ytterligare en aspekt som beskrevs, om skådespelarens närvaro i det äkta mötet, var att skådespelaren i förlängningen kunde påverkas personligen. Exempelvis beskrev en skådespelare, Anders, att karaktärernas möte och relation på scenen kan påverka skådespelarnas relation till varandra, även privat. Anders sa: ”Det är mycket kopplat till vilka man är på scenen, om man spelar ett älskande par på scenen så är det svårt att undvika att det smyger sig in”.

Ytterligare en aspekt av det äkta mötet var att skådespelarna i denna studie talade om mötet med publiken och dess autentiska kvalitéer. Mötet med publiken beskrevs kunna påverka och berika både mötena mellan skådespelarna på scenen och skådespelaren själv. Skådespelarna framhävde dock att de i mötet med publiken även upplevde förväntningar, förhoppningar och att de bedömdes. Detta beskrevs som potentiella hinder för att våga vara närvarande i mötet med publiken och använda de autentiska kvalitéer och känslor som uppstår. Vidare beskrev skådespelarna sin närvaro i mötet med publiken som riskfylld, i och med riskerna att personligen påverkas och såras av publikens förväntningar och bedömning. Skådespelarna talade om att de då kunde hamna i att fokusera på att prestera och kontrollera vad som uppstår snarare än att vara närvarande på scen. Skådespelarna beskrev dock att trots riskerna att påverkas personligen övervägde fördelarna med att vara närvarande och använda det äkta mötets kvalitéer i karaktären. En skådespelare, Anna, talade om att vara närvarande och använda sig själv i det äkta mötet med publiken.

Man kan hitta mycket sårbarhet i den faktiska situationen, som man befinner sig i av att stå på en scen inför många människor som bedömer en på något sätt [//]. Att bara stå i den situationen och på något sätt bli personlig [//]. Och att inte sätta upp en massa sköldar [//]. Att på något sätt bli närvarande i den faktiska situationen, och inte fly in i någon fiktion. Och det är väl att använda sig själv tänker jag. (Anna)

En central aspekt som framhävdes för att kunna vara närvarande och använda det äkta mötet, med medspelaren och med publiken, var vikten av att acceptera att vad som uppstår räcker samt att varken scennärvaro eller känslor kan kontrolleras eller presteras. Känslor som uppstår organiskt upplevdes ibland starkare och i synnerhet mer äkta. Adam beskrev hur närvaron kan pendla och påverka vilka känslor som uppstår. Han sa: ”Det bara händer eller så händer det inte. Ibland så betyder det ingenting och ibland så betyder det allt, beroende på hur mycket man klarar att vara i det, i situationen, och det kan också komma och gå”.

Sammantaget har jag med detta undertema redogjort för hur skådespelarna berättat om äkta möten. Dessa möten och dess autentiska kvalitéer har talats om som möjliga att använda i karaktären, förutsatt att skådespelaren är närvarande i mötet. Skådespelaren som är närvarande med sina känslor i mötet blir mer närvarande i karaktären, vilket i sin tur möjliggör ett mindre forcerat skådespeleri.

2. Gränser som möjliggör frihet

Detta tema ämnar fånga hur skådespelarna talade om gränser, för att skilja på skådespeleri och verklighet, karaktär och skådespelare. Samtliga skådespelare talade om

behovet av gränser. Detta beskrevs som viktigt för hur skådespelaren ska ta sig an karaktärsarbetet, till exempel i vilken omfattning skådespelaren ska använda sig av sig själv och därmed påverkas personligen. Skådespelarna berättade om erfarenheter av att ha överskridit sina gränser, på eget initiativ eller på grund av andra i omgivningen. Som exempel beskrev skådespelarna erfarenheter av att ha skapat karaktären med för mycket egna erfarenheter och känslor, för att på så vis eftersträva ett nära och ”äkta” skådespeleri. Detta sätt att ta sig an karaktärsarbetet präglades av bristande eller otydliga gränser och medförde i och med detta en negativ påverkan, på upplevelsen av karaktärsarbetet samt skådespelaren personligen.

Med skådespelarerfarenhet framhövdes det bli enklare att känna till sina gränser samt tillgodose behovet av dem. Skådespelarna beskrev att gränser kan sättas av dem själva eller av omgivningen. Oavsett avsändare beskrevs gränserna fylla liknande funktioner, att skilja på och skapa distans mellan karaktären och skådespelaren samt skådespeleri och verklighet. Däremot beskrevs gränserna ha olika påverkan på skådespelarens upplevelse av karaktärsarbetet och skådespelaren personligen, beroende på vem som satt dem. Därav har detta tema delats in i två underteman. Det första undertemat inbegriper hur skådespelarna beskrivit att de själv sätter gränser genom att ta sig an karaktärsarbetet som ett hantverk, med metod och teknik, samt med förhållningssätt. Detta beskrevs främst begränsa i vilken omfattning skådespelaren använder sig själv i karaktärsarbetet samt påverkas personligen av att skådespela, men även för att våga utmana sig själv personligen i karaktärsarbetet. Det andra undertemat handlar om skådespelarnas upplevelser av hur omgivande personer, som regissör och medspelare, sätter gränser för skådespelaren. Dessa gränser beskrevs möjliggöra för skådespelaren att släppa en egen kontroll, vilket hade en positiv påverkan på skådespelaren personligen samt på upplevelsen av karaktärsarbetet. Karaktärsarbetet beskrevs då oftast som tryggare, med större möjlighet till utforskande och mer lustfyllt.

2.1. Egna gränser med metod och teknik

Kärnan i detta undertema handlar om hur skådespelarna talade om att de försökt hantera och förhålla sig till att skådespeleri kan upplevas verkligt och därmed att de kan uppleva, såras och påverkas på riktigt. För att kunna vara närvarande i karaktären har skådespelarna beskrivit ett behov av gränser mellan skådespeleri och verklighet, karaktären och sig själv. Dessa gränser försökte de i regel skapa med metod, teknik och förhållningssätt. Detta beskrevs skydda skådespelaren genom att skapa en viss distans, dels till vad som utspelar sig under repetition och föreställningar, dels till den personliga påverkan detta medför. Skådespelarna talade om erfarenheter av att inte sätta gränser och att de därigenom lärt sig att sätta gränser i förebyggande syfte, för att skydda sig från en negativ påverkan. Lucas berättade om en erfarenhet av att gränserna suddades ut mellan honom och karaktären.

”Att försöka suddas ut gränserna mellan vem jag är och vem jag spelar och resultatet blev att jag var närvarande [//] och mådde som karaktären hade mått. Kanske inte fullt så, men mycket närmre än om jag hade bara amen okej nu är vi på scen och då spelar vi teater och sen så går vi av”. (Lucas)

Skådespelarna beskrev hur de för att skydda sig själva tog sig an karaktärsarbetet som ett praktiskt hantverk, ett exempel på detta var att tekniskt väcka känslореaktioner. Här beskrevs en långsammare uppbyggnad av känslореaktioner som mer kontrollerad och trygg i jämförelse med att använda triggande erfarenheter som aktiverar smärtsamma minnen. Thomas beskrev användandet av triggande erfarenheter som att kastas in i känslotillståndet, och en långsammare väg som mer kontrollerad och tryggare. Thomas sa: ”Det går att arbeta sig fram till ett sådant state of mind på en långsammare väg. Och det har för mig känts mer tryggt, för

då är jag med på hela vägen, det är inte från noll till hundra”. Skådespelarna beskrev även att de kunde använda personliga känsloreaktioner de haft, genom att försöka minnas och observera reaktionen och bryta isär den i dess beståndsdelar. På så vis skapades en teknisk koreografi för hur de använt röst och kropp, som kunde inkludera exempelvis tonläge, ljudvolym och betoning. Detta gjorde att skådespelarna kunde efterlikna reaktionen tekniskt, utan att gå via orsaken till reaktionen eller den inre upplevelsen av reaktionen. Eva uttryckte det som: ”Jag analyserar vad de består av, är det rörelse, är det rytm, är det volym, är det mer bundet eller är det fritt [//]. Och så kan jag använda mig utav det och applicera det på texten och min karaktär”.

Ett annat sätt att sätta gränser med metod och teknik i karaktärsarbetet var att söka information om karaktären i manus. För karaktärens inre sökte skådespelaren efter vilja, behov och hinder. För karaktärens yttre sökte skådespelaren sätt att tala, fysiska beteenden och tempo. Detta beskrevs frigöra skådespelaren från att ta av sig själv för att skapa karaktären. Eva berättade följande: ”Jag gick tillbaka och läste texten [//]. Då kunde jag frikoppla mig från min persons sätt att umgås med andra människor”. En annan skådespelare, Anders, beskrev dock att även om han började med att söka information om karaktären i manus hamnade han ändå nära sig som person när han började arbeta och improvisera utifrån manus. Anders uttryckte det som att: ”Då är det som att man alltid utgår från sig själv [//]. Och utifrån vem jag är, så blir det ju ofta färgat de första gångerna”. Flera av skådespelarna uttryckte att de vid improvisation var nära och utgick från sig själv, genom att använda sina impulser och sin intuition. Skådespelarna framhävde dock att denna närvaro ibland kunde komma i vägen in i karaktärsarbetet. För att komma vidare beskrevs förhållningssättet att påminna sig om att det är skådespeleri. Genom denna påminnelse gick det att skilja skådespeleri från verklighet samt karaktären från sig själv och ta sig vidare i karaktärsarbetet. Thomas sa: ”Ibland behöver man få en påminnelse. Av att liksom äh det är bara teater, det går att prova”

Skådespelarna talade även om behovet av att själva sätta gränser mellan sina privata relationer, professionella relationer och karaktärens relationer. Detta beskrevs både skydda skådespelaren, i de fall samarbetet eller relationen var problematisk, och hjälpa skådespelaren ifrågasätta sig själv, för att inte bara reproducera sitt sätt att förhålla sig, sina föreställningar och fördomar. Eva uttryckte följande om detta: ”Jag behöver både ifrågasätta och skydda mitt jag”. Relationella gränser kunde exempelvis sättas genom gemensamma avslut i ensemblen, efter föreställningar och repetitioner, för att gå ur karaktärerna och relationerna som varit på scenen. Maria berättade om att känna till samt initiera och tillgodose sitt behov av avslut, samt relaterade detta till yrkeserfarenhet.

Jag är numera väldigt mån om att när vi har spelat en föreställning tillsammans, att vi samlas efteråt [//]. Jag har ett stort behov av att få ett avslut, och det tror jag har liksom vuxit fram med tiden, med min skådespelarerfarenhet. (Maria)

Övergripande har detta undertema behandlat hur skådespelarna talade om att de behöver och sätter gränser. Med metod, teknik och förhållningssätt kan skådespelarna skilja sig själva från karaktären och skådespeleri från verklighet. Genom detta begränsade skådespelarna i vilken mån de använder sig själva samt påverkas personligen.

2.2. Att hållas av andras gränser

Detta undertema avser redogöra för hur skådespelarna talade om vikten av att omgivningen sätter gränser för hur och i vilken omfattning skådespelaren använder sig av sig själv och påverkades personligen i karaktärsarbetet och av skådespeleri. Omgivningen involverar främst regissör och medspelare, men i viss mån även publik. Skådespelarna beskrev även riskerna med att använda mycket av sig själv i en karaktär, i en omgivning som inte sätter gränser och i vissa fall uppmuntrar gränsöverträdelser.

Skådespelarna berättade att då omgivningens satte gränser för hur skådespelaren skulle använda av sig själv i karaktären medförde detta en positiv påverkan på hur skådespelarna upplevde karaktärsarbetet samt påverkades personligen. Det beskrevs som att omgivningens gränser gav en tillit till regissören och medspelarna samt en upplevelse av rummet de arbetade i som tryggt. I ett tryggt rum med gränser beskrevs det som mindre riskabelt att släppa på sin egen kontroll för att i stället vara närvarande och använda sig själv samt sina känslor i karaktärsarbetet. Adam uttryckte följande om att lita på regissören och ett tryggt rum: ”Då vågar du ju visa dig sårbar och stå där och bara gråta [//] Om det är en regissör jag litar på, jamen då vågar jag blotta mig själv på det sättet”. Omgivningen gränser kan därmed tolkas som att de avlastar skådespelaren från att själv sätta gränser för att skilja skådespeleri från verklighet. I linje med detta berättade skådespelarna att de när omgivningen satte gränser kunde vara nära karaktären och ta sig an den ”som om” detta var ”jag och min verklighet”. Sådant karaktärsarbete beskrevs som utforskande, lekfullt och lustfyllt, där kunde skådespelarna improvisera och använda sig av sin egen intuition och sina egna känslor. Anders sa följande om detta: ”Att spela teater, att leka (...). Som om det var så, i verkligheten, och då hamnar man ju väldigt nära sig själv”. Skådespelarna talade även om att de i ett tryggt rum med gränser kan låta sig beröras och påverkas, av sitt och andras skådespeleri, på ett sätt som både är möjligt att använda i karaktären och som medför en positiv personlig påverkan. Eva uttryckte: ”När jag är fri och trygg i min yrkesroll så kan jag släppa in [//]. För det är ju är mina känslor, värderingar och erfarenheter som är där uppe på scenen”.

Skådespelarna betonade omgivningens gränser som särskilt viktiga när de repeterade eller skådespelade scener som påminde om personliga erfarenheter, eftersom dessa scener kunde upplevas nära och verkliga, och på så vis väcka svåra känslomässiga reaktioner. I dessa fall beskrevs omgivningens gränser både skyddande av skådespelaren personligen, samt som avlastande för att skådespelaren slapp försöka kontrollera sina känslor. Med vetskapen om att omgivningen satte gränser och därmed hjälpte skådespelaren sortera i vad som ska hållas privat och vad som ska användas i karaktärsarbetet beskrevs det som tryggare att låta även svåra känslomässiga reaktioner väckas. På så vis kunde skådespelaren fortsätta vara i kontakt med sina känslor och samtidigt skapades karaktären som skild från skådespelaren. Detta framhövdes i sin tur underlätta att avsluta efter föreställningar och gå ur karaktären. Adam talade om när en scen upplevts personligt nära och på riktigt, men i ett tryggt rum. Adam sa: ”Jag har blivit mobbad som barn, jag kastades tillbaka till det. Och det slutade med att jag grät på den repetitionen. Men det var okej, för att jag litar på dem och jag kände mig trygg”.

Den andra sidan av detta undertema handlar om skådespelarnas erfarenheter av när omgivningen brustit i sin gränssättning. Detta beskrevs som ”okontrollerat” och som att det skapade ett otryggt rum, vilket medförde en upplevelse av utsatthet. Skådespelarna upplevde att de då fick vakta sina egna gränser, på bekostnad av sin närvaro, lekfullhet, lust och intuition. Alternativet var att fortsätta vara närvarande och använda sig själv, med närhet till sina känslor, men med stora risker att påverkas negativt på ett personligt plan. Emir berättade om att ha varit sårbar i en omgivning som brustit i sina gränser. Emir sa: ”Jag fick erfarenheter som liksom silades genom mina egna erfarenheter [//]. Så att det blev uppblandat, vilket kan göra att jag i efterhand har problem att hålla isär”.

Flera av skådespelarna berättade att när de använt mycket av sig själva i karaktärer ofta fått bekräftelse och beröm av regissör, medspelare och publik. Detta beskrevs uppmuntra att fortsätta använda sig själv, även i en gränslös omgivning och på bekostnad av sig själv. En skådespelare, Maria, berättade exempelvis om ett karaktärsarbete där hon varit i en sorgprocess. Det karaktären gick igenom påminde om den privata sorgen och väckte därmed den privata känslorna, vilket användes i karaktären. Detta uppmuntrades och bekräftades som äkta, främst av regissör, men även medspelare och sedan publik.

”Jag använde mig av det som jag upplevde just då, det var inte bra. Det var osunt och det var, jag skulle vilja säga kladdigt. Men det som var det dåliga i detta, det var att jag fick väldigt mycket bekräftelse utifrån, av regissörer och publik, som sa: åh det var så äkta”. (Maria)

Flera av skådespelarna berättade även om erfarenheter av att omgivningen inte bara brustit i gränssättning utan också överskridit gränser. I dessa fall inbegrip omgivningen främst regissör, men även medspelare. Gränsöverskridandet handlar om att omgivningen antingen aktivt uppmuntrade skådespelaren att använda sig själv, eller helt enkelt tog beslut om att använda skådespelarens känslor, minnen och erfarenheter i karaktären. Båda sätt beskrevs påverka skådespelaren negativt. En skådespelare, Emir, berättade om att en regissör använt hans känslor och erfarenheter för att skapa en karaktär. Följden blev att gränsen mellan skådespeleri och verklighet luckrades upp och vad som utspelades på scenen upplevdes på riktigt.

Den pjäsen var lika mycket verklighet som det var teater. Det var extremt låg tröskel mellan scen och salong [//]. I processen blev vi alltmer så här hudlösa och hen använde det till teatern. Hen använde våra erfarenheter till att putta in det i pjäsen. (Emir)

Med detta undertema har jag ämnat ringa in hur skådespelarna beskrivit då omgivningen sätter eller inte sätter gränser. Omgivningens hållande gränser framhövs medföra positiva upplevelser av karaktärsarbetet samt en positiv personlig påverkan. När skådespelaren använde sig gränslöst i en omgivning utan gränser associerades detta till negativa upplevelser av karaktärsarbetet samt en negativ personlig påverkan.

3. Expandera genom att möta sig själv och andra

Detta tema handlar om hur skådespelarna talade om att de påverkas, utvecklas och lär sig genom skådespeleri och karaktärsarbete. Skådespelarna beskrev att de genom att utforska karaktärer, även utforskade sig själva, andra människor och relationer, och genom detta utvecklade sin förståelse, acceptans och empati för sig själva och av andra. Detta beskrevs i förlängningen även skapa möjlighet att utvecklas i sin förståelse av människan varande och villkor i stort. Detta tema ordnades enligt två underteman. Det första undertemat ämnar fånga skådespelarnas beskrivningar av att utforska, upptäcka och uttrycka sig själva, så som sina känslor och sidor av sig som person. Detta undertema fokuserar främst på skådespelarnas upplevelser av sig själv och sin egen utveckling. Det andra undertemat handlar om att möta, acceptera och förstå. Undertemat fokuserar på skådespelarnas upplevelse av att acceptera och förstå andra, och skådespelaren i relation till andra.

3.1. Att utforska, upptäcka och uttrycka

Skådespelarna beskrev hur de i en process av att utforska och skapa karaktärer även utforskade, upptäckte och expanderade sig själva. Genom att försöka komma nära karaktären, kom de i kontakt med ovana, nya och okända sidor av sig själva. Skådespelarna berättade hur de på så sätt genom karaktärsarbete både odlade befintliga och utforskade nya sidor av sig själva. Detta beskrevs som lustfyllt. Skådespelarna talade om hur de genom att relatera till karaktärer de upplevt långt ifrån sig själva, upplevde karaktären och dennes sidor som närmare. Vad som upplevts olik, blev på så sätt en potentiell del av skådespelarna, vilket i sin tur underlättade att använda sig själv i olika karaktärer.

Som instrument tänja sin förmåga att hitta i hela det psykologiska spektrat. För vi har mycket bredare spektrum än vad vi tror [/]. Om den här karaktären är här borta, hur kan jag hitta det i mig själv och har det något med mig att göra eller kan jag känna igen det i mig själv. Ibland gör man det, fast man inte tror det först. (Anders)

En annan aspekt av detta undertema var att skådespelarna berättade att de genom skådespeleri och karaktärer fick uttrycka sidor av sig själv, som de hade svårt för personligen. Skådespelarna berättade exempelvis hur relationen till deras brister kunde förändras genom karaktärsarbetet, när de insåg att bristerna kunde användas i karaktären. Detta gjorde i sin tur att bristerna inte längre upplevdes som hinder utan som tillgångar, vilket dels gjorde karaktärsarbetet mer lustfyllt och dels påverkade skådespelarens personliga upplevelse av sina brister. Skådespelarna berättade att de utvecklade ett intresse för sina brister och med en nyfiken blick noterade dem, för att kunna använda dem i karaktärsarbetet. Anna uttryckte följande om sina brister: ”Jag har nått en punkt där jag kan använda mig av det i stället, som ett personligt uttryck”. I samma anda beskrev skådespelarna hur de genom skådespeleri fick utlopp för känslor som privat upplevdes påfrestande, skrämmande eller ångestfyllda och därmed hölls inne. Detta kunde leda till en öppenhet, nyfikenhet och acceptans av känslorna och sidorna som varit svåra, vilket i sin tur påverkade upplevelsen av dem.

Jag får och jag uppmuntras till att visa känslor jag personligen har väldigt svårt för. Jag blir liksom inte så arg, jag går mer in i ångest eller är liksom nedstämd. Och att få gå in i en roll där man får visa mycket ilska liksom, kan vara skönt på ett sätt, för att få ut det. (Lucas)

Skådespelarna beskrev även hur skådespeleriet skapade möjligheter att bearbeta känslor och händelser som inte rymdes i skådespelarens privata liv, som att uttrycka sorg, saknad och smärta. Vissa av skådespelarna beskrev att de bearbetade och uttryckte sina känslor genom karaktären. Andra beskrev att känslorna väcktes och fick vara med i karaktärsarbete, men inte användes i karaktären. Emir berättade hur han genom karaktären kunde uppleva och uttrycka sina egna känslor och därigenom privat gå vidare: ”Man känner någon typ av rening och acceptans eller lättnad [/]. Även om jag använde Tjechovs ord eller någon annans ord, så sa jag allt som hade varit omöjligt i verkligheten”.

Detta undertema har huvudsakligen berört hur skådespelarna talade om hur skådespeleriets förutsättningar både skapar möjligheter och kräver att möta och uttrycka känslor och sidor av sig själv som skådespelaren inte velat, kunnat eller känt till. Detta kan ge en ökad kännedom, förståelse och acceptans för sig själv, samt i förlängningen leda till att skådespelaren relaterar till och känner sig närmare andra.

3.2. Att möta, acceptera och förstå

Med detta undertema avser jag redogöra för hur skådespelarna talade om att genom skådespeleri och karaktärsarbete möta karaktärer och andra människor, och i förlängningen utforska vad det är att vara människa. Att möta och skapa med andra beskrevs av skådespelarna i studien medföra utmaningar och därigenom lärdomar och utveckling. Skådespeleri beskrevs ge möjligheter att leka med verkligheten, som relationer och situationer på så sätt att då skådespeleriet upplevdes som skilt från verkligheten skapades möjligheter att närma sig vad som annars kan vara skrämmande eller överväldigande, på ett nyfiskt och lekfullt sätt. Detta relaterades till att utforska olika tankesätt, perspektiv och upplevelser och därigenom närma sig en expanderad acceptans samt förståelse av sig själv och andra. Acceptansen och förståelsen av sig och andra beskrevs som samverkande, och i sin tur påverka skådespelarnas förståelse av människan i stort. Anders sa: ”Att leka på riktigt, om liv och död, att undersöka [/]. Vad är

det att vara människa [//]. Jag kan få en fördjupad och mer tolerant och vidsynt bild av hur människor fungerar”.

En aspekt av detta undertema, ”Att möta, acceptera och förstå”, var hur skådespelarna talade om att sätta sig in i karaktärer de upplevde olika sig själva och initialt inte förstod eller kände empati med. Genom att sätta sig in i karaktärens perspektiv och erfarenheter, upplevdes en ökad acceptans och förståelse för de brister och egenheter som karaktären besitter. Vidare beskrevs detta medföra en acceptans av och förståelse för andra människors brister och därigenom det mänskliga i ofullständighet. Adam uttryckte det som: ”Det ger oss en större förståelse för vem, andra människors val och vägar i livet. För att vi tvingas eller ska gestalta dem och göra dem mänskliga”. Skådespelarna talade om att den ökade acceptansen och förståelsen av människor, medförde en mer empatisk förståelse av människan i stort. Detta beskrevs som relaterat till insikten att människors erfarenheter påverkar hur dem är och upplever världen, samt hur dem upplevs av andra. Jag tolkade detta som att skådespelarna får en upplevelsemässig förståelse inifrån karaktärer, vilket i sin tur möjliggör en mer empatisk tolkning, upplevelse samt förståelse av människor. Thomas beskrev hur karaktärsarbetet påverkar sin upplevda medmänsklighet och empati.

Man får en chans att verkligen gå in i andra människor, i andra människors tankesätt, eller att förstå hur andra människor tänker som inte tänker som jag. Jag tycker verkligen jag har lärt mig jättemycket om medmänsklighet eller om empati, eller det har lärt mig att se på andra människor och förstå andra människor på ett mer humant och ödmjukt sätt. Även människor som står väldigt långt ifrån mig. Att förstå att vi bara är människor [//]. Vi skapar inte oss själva medvetet, utan vi blir dom vi är på grund av vad vi är med om. (Thomas)

Ytterligare en aspekt som beskrevs som relaterat till att lära sig om mänskligt varande och villkor genom skådespeleri, var att genom karaktärer lära sig om sin egen kapacitet. En ökad insikt om den beskrevs bidra till en ökad förståelse om andra människors kapacitet och potential, och i och med detta även om den mänskliga naturen. Eva berättade om att genom skådespeleri förvånas av och lära sig om sig själv, och därigenom om andra och den mänskliga naturen. Hon sa: ”Jag lär mig mer om den mänskliga naturen och min egen natur. Jasså, var jag kapabel till det här? Vad intressant”.

Detta undertema har visat hur skådespelarna talade om att de i karaktärsarbetet och genom skådespeleri lär sig acceptera och förstå karaktärer likväl som andra människor. Detta beskrevs även medföra en upplevd ökad förståelse av människan i stort, vilket kan bidra till både en ökad förståelse för mänsklighet samt en ökad upplevelse av medmänsklighet.

Diskussion

Syftet med detta arbete var att undersöka skådespelares upplevelser av skådespeleri och karaktärsarbete. Följande frågeställningar guidade arbetet: hur upplever skådespelare karaktärsarbete? Använder de sig av aspekter av sig själva och påverkas de personligen? I så fall hur?

Sammantaget indikerade denna studie att skådespelare både använder sig själva och kan påverkas personligen i skådespeleri och karaktärsarbete. Studien visade på en relation mellan hur skådespelarna i studien upplevde sig närvarande och använde sig av sig själva i skådespeleri och karaktärsarbetet, och därigenom påverkades personligen. Som synes i huvudtemat ”Skådespeleriets verkliga kvalitéer” beskrev skådespelarna i studien personlig närvaro som relaterad till att uppleva skådespeleriet som verkligt och nära, och därigenom sig

själv som sårbar samt mötena med andra som äkta. I relation till detta beskrevs i andra huvudtemat "Gränser som möjliggör frihet" ett behov av gränser. Gränser beskrevs skilja skådespeleri och verklighet åt samt begränsa hur skådespelaren använder sig av sig själv i karaktären. Gränser beskrevs även som associerat till hur skådespelaren påverkas personligen av att skådespela. Vidare beskrevs att både skådespelarna själv och att skådespelarens omgivande miljö kan sätta gränser. I de fall omgivningen satte gränser berättade skådespelarna i studien att de kände sig trygga och kunde vara sårbara på ett sätt som berikade skådespeleriet. I skärningspunkten mellan studiens två första huvudteman: "Skådespeleriets verkliga kvalitéer" och "Gränser som möjliggör frihet" beskrevs en berikande sårbarhet. Den beskrevs som associerad till att vara närvarande och använda sina känslor, impulser och fysiska reaktioner i karaktären och mötet med andra. Ett sådant skådespeleri beskrevs som mindre forcerat och mer utforskande, lustfyllt och lekfullt. I sista huvudtemat "Expandera genom att möta sig själv och andra" beskrevs ett sådant skådespeleri i förlängningen som utvecklande, på så vis att skådespelaren kunde uppleva en ökad acceptans, empati och förståelse av sig själv, andra och människan i stort.

Resultatdiskussion

Ett övergripande resultat i föreliggande studie var att skådespelaren kan påverkas känslomässigt av att skådespela och i karaktärsarbetet. En central aspekt av denna känslomässiga påverkan beskrevs vara fysiska upplevelser. I undertemat "Den autentiska sårbarheten" talade skådespelarna exempelvis om sin kropp som sitt instrument och att de genom fysiska upplevelser kan väcka känslreaktioner. Detta är i linje med tidigare forskning som indikerat att en fysisk ingång i karaktärsarbete kan påverka skådespelaren känslomässigt (Olenina et al., 2019). Föreliggande studie tillför dock ytterligare aspekter avseende relationen mellan fysiska och känslomässiga upplevelser. Exempelvis beskrevs i undertemat "Den autentiska sårbarheten" att känslomässig smärta oavsiktligt kan väckas på fysisk väg. Detta i synnerhet i scener eller karaktärer som skådespelarna kände igen sig i och därigenom upplevde sig personligen närvarande i. I dessa fall beskrevs känslreaktionerna som obehagliga och överväldigande och att det var svårt att hålla en distans för att observera och förstå dem. Vidare beskrevs dessa känslreaktioner som svåra att medvetet använda i skådespeleriet, utan att utsätta skådespelaren för risken att påverkas negativt känslomässigt. Dessa resultat är delvis i linje med tidigare forskning (Meade-Higgins, 2016; Nemiro, 1997) som visat att skådespelare påverkades personligen av karaktärer de skådespelade. Föreliggande studie utvecklar dessa resultat genom att visa aspekter relaterade till hur och i vilken omfattning skådespelarna kunde påverkas personligen av karaktärer. Exempelvis beskrevs den personliga påverkan som relaterad till om skådespelaren är närvarande i karaktären med sina känslor och erfarenheter, samt om det finns gränser för att skapa distans mellan skådespelare och karaktär, som synes i huvudtemat "Gränser som möjliggör frihet". Skådespelarna beskrev att utan gränser var det svårt att välja i vilken omfattning de använde sina känslor och erfarenheter i karaktären och att dessa då oavsiktligt präglade karaktären. I dessa fall beskrevs en större risk att skådespelaren påverkas negativt. I de fall omgivningen erbjöd gränser beskrevs det som mer sannolikt att skådespelaren kunde vara närvarande i karaktären, för att med hjälp av gränserna få distans, observera och förstå vad som utspelat sig. Här beskrevs även en potential att skådespelaren påverkades positivt personligen, som synes i det tredje huvudtemat "Expandera genom att möta sig själv och andra"

I föreliggande studie beskrev skådespelarna ytterligare ett sätt som de genom skådespeleri kunde påverkas känslomässigt, vilket var genom att komma i kontakt med sin smärta. I linje med tidigare forskning (Hannah et al., 1994; Meade-Higgins, 2016; Nemiro,

1997) beskrevs exempelvis inom undertemat ”Att upptäcka, utforska och uttrycka” av några av skådespelarna att de bearbetat smärtsamma känslor samt erfarenheter genom skådespeleri. Föreliggande studie tillför dock ytterligare aspekter och därmed en komplexitet i relation till tidigare forskning. Exempelvis beskrevs i undertemat ”Den autentiska sårbarheten” exempel på vad att bearbeta genom skådespeleri kan medföra. Här beskrev några av skådespelarna att egen smärta som de bearbetat genom skådespeleri blev möjligt att använda i skådespeleriet. Samtidigt beskrevs en kontrast till detta inom undertemat ”Att hållas av andras gränser”, då det här talades om riskerna att bearbeta och använda egen smärta i skådespeleri, i synnerhet i en gränslös miljö. Riskerna beskrevs som att när skådespelaren använder egen smärta i karaktären kan gränsen suddas ut mellan dem. Karaktären skapas således för nära den egna smärtan, och skådespelaren kan i sin tur påverkas negativt av att skådespela nära smärtan. Ytterligare ett perspektiv på den egna smärtan inom skådespeleri var att skådespelarna talade om mindre riskabla sätt att förhålla sig till egen smärta. Exempelvis beskrevs det i ”Gränser som möjliggör frihet” som mindre riskabelt att använda smärta som redan bearbetats privat och som skådespelaren redan hade en distans till. Ytterligare sätt att förhålla sig var att komma i kontakt med egen smärta utan att använda den i skådespeleriet. Detta beskrevs som att begränsa hur smärtan används samt att skapa och skådespela karaktären med en distans till smärtan. På så vis begränsades även hur skådespelaren påverkades personligen. Dessa fynd tillför perspektiv till Nemiro (1997) som fann att skådespelare i stället för att hitta förhållningssätt till smärta undvek karaktärer som upplevdes för känslomässigt smärtsamma. Således tillför föreliggande studie aspekter avseende relationen mellan att genom skådespeleri komma i kontakt med egen smärta samt att uppleva karaktärer känslomässigt smärtsamma, och i sin tur att påverkas känslomässigt. Sammantaget kan föreliggande studie tolkas som att det finns olika sätt för skådespelare att förhålla sig till och använda egen smärta i skådespeleri och karaktärsarbete, samt att detta verkar variera mellan skådespelare och situationer. Det går det inte att uttala sig om orsakssamband mellan hur skådespelaren använder egen smärta samt påverkas personligen, men utifrån studiens resultat verkar dessa aspekter ändå vara relaterade. Det kan därmed vara viktigt för framtida forskning att vidare undersöka denna relation närmare.

I huvudtemat ”Skådespeleriets verkliga kvalitéer” beskrev skådespelarna på olika sätt att vara närvarande, i karaktärer och i möten med andra, och därigenom att vara i sin egen sårbarhet. Vissa av skådespelarna beskrev till och med att de genom att använda sin egen sårbarhet kunde komma nära karaktären och dennes sårbarhet, vilket är i samklang med Meade-Higgins (2016) som fann att skådespelarens sårbarhet krävdes för att utforska och komma nära karaktären. Föreliggande studie tillför dock aspekter avseende hur skådespelaren kan använda sin sårbarhet och närvaro i karaktärsarbete och skådespeleri. Ett sätt att tolka hur sårbarheten och närvaron kan användas är om vi förstår föreliggande studies första huvudtema ”Skådespeleriets autentiska kvalitéer” i relation till det andra huvudtemat ”Gränser som möjliggör frihet”. I dessa huvudteman talade skådespelarna på olika vis om sårbarhet i relation till gränser och på så vis även om kontroll. Vidare beskrevs i föreliggande studie å ena sidan att släppa en kontroll av vilka egna känslor och impulser som uppstår i mötet med andra, vilket i sin tur beskrevs som relaterat till att vara närvarande och sårbar. Å andra sidan beskrevs också att behålla en kontroll, över vilka av de egna känslorna och impulserna som skådespelaren väljer att använda till karaktären. Detta beskrevs som att använda sin sårbarhet på ett kontrollerat sätt och även begränsa en negativ personlig påverkan. Ett sätt att tolka kontroll i relation till skådespelarens närvaro och sårbarhet är med hjälp av Capuccis och Silvas (2017) tankar. Enligt dem kan skådespelaren pendla i sin närhet och distans till karaktären och på så vis göra medvetna val för sitt agerande som karaktären, utifrån både karaktären och sig själv. I ljuset av dessa tankar tolkar jag att släppa och att ha kontroll som relaterat till att pendla i sin närhet och distans till karaktären. Med detta menas att släppa kontroll kan tolkas som relaterat till att vara nära karaktären, med sina känslor och impulser. Samt att behålla en kontroll kan

tolkas som relaterat till att skapa en distans till karaktären, för att välja vilka egna känslor och impulser som används till karaktären. Sammantaget tillför föreliggande studie aspekter av hur skådespelares sårbarhet och närvaro kan användas på olika sätt i skådespeleri och karaktärsarbetet. Vidare visar inte föreliggande studie på något orsakssamband, men aspekter av att släppa och ha kontroll tolkas som att de verkar ha en relation till hur skådespelaren kan använda sin närvaro och sårbarhet samt påverkas personligen.

Ytterligare en central aspekt som beskrevs återkommande i föreliggande studie var lekfullhet och dess relation till ett friare skådespeleri. Exempelvis beskrevs inom huvudtemat ”Gränser som möjliggör frihet” att omgivningens gränser kan skapa ett tryggt rum och med detta förutsättningar att närma sig skådespeleriet på ett lekfullt och utforskande sätt. På så vis kan skådespelarna släppa en viss kontroll och prestation för att våga utmana sig själva och improvisera. Detta beskrevs som att hamna nära sig själv, sina känslor och impulser, samt som friare och mer lustfyllt. Ett sätt att se på detta är med hjälp av både Piagets (2013) och Winnicotts (2003) tankar om lek. Enligt Piaget kommer leken ur att släppa kontroll och prestation och i och med detta kan leken i sig bli lustfylld. Vidare menar Winnicott att lek förutsätter en kontakt med egna känslor och samtidigt både kan väcka ångest och blockeras av överväldigande ångest. Detta relaterar Winnicott till att lek kräver trygghet och tillit, vilket omgivningen kan inverka på genom att ta ansvar och organisera leken. I ljuset av dessa tankar tolkar jag det som att omgivningens gränser kan skapa förutsättningar för ett friare skådespeleri på så vis att de avgränsar skådespeleriet från verkligheten, och i och med detta både inger trygghet och skyddar skådespelaren personligen samt ändrar fokus från kontroll och prestation till lekfullt utforskande.

Avseende lekfullhet visade föreliggande studie på fler aspekter. Exempelvis berättade skådespelarna inom huvudtemat ”Expandera genom att möta sig själv och andra” om att de genom ett lekfullt utforskande även närmade sig känslor och sidor som i verkligheten upplevdes ovana eller skrämmande. Det lekfulla utforskandet beskrevs i undertemat ”Att utforska, uttrycka och upptäcka” som relaterat till att finna karaktärer som upplevs lika och olika sig själv, inom sig själv. Detta beskrevs i sin tur som kopplat till att utvecklas personligen, som att få en ökad tillgång till samt förståelse av sig själv, samt att utvecklas i sin empati för andra. Dessa fynd är i linje med tidigare studier (Hannah et al., 1994; Meade-Higgins, 2016; Nemiro, 1997). Som en vidareutveckling tillför föreliggande studie i undertemat ”Att möta, acceptera och förstå” hur detta även kan upplevas utvecklande i sin förståelse, acceptans samt empati för andra människor samt människan i stort. Sammantaget kan detta tolkas som att föreliggande studie bidrar med aspekter avseende lekfullhetens roll i att utforska olika karaktärer och att detta i sin tur kan medföra både en utveckling i skådespelarens upplevelse av sig själv, andra och människan i stort.

För en ökad förståelse av vad föreliggande studie visat om lekfullhetens roll inom karaktärsarbete och skådespeleri kan detta diskuteras med hjälp av Winnicotts (2003) tankar om lek och Capuccis och Silvas (2017) tankar om utforskande skådespeleri. Båda talar om att lek respektive utforskande sker mellan inre och yttre verkligheter. Winnicott (2003) talar om att leken sker i potentiellt område mellan en inre verklighet och en yttre gemensam verklighet medan Capucci och Silva (2017) beskriver att skådespelaren utforskar både sin och karaktärens inre och yttre verkligheter. Winnicott (2003) menar att leken uppstår genom en kontakt med sina känslor och impulser samt lust och improvisation. Vidare beskrivs att bara i leken kan kreativitet och tillgång till hela den egna personligheten uppstå. Capucci och Silva (2017) beskriver hur skådespelaren utforskar sina och karaktärens konflikter mellan deras respektive inre och yttre verkligheter. Vidare menas att detta kan medföra en medvetenhet om sitt agerande och därigenom nya perspektiv på människors olika konflikter samt i förlängningen mänskliga villkor. Slutligen beskriver både Winnicott (2003) samt Capucci och Silva (2017) att en sådan lek respektive ett sådant utforskande kan medföra en upplevelse av frihet. I ljuset

av dessa tankar tolkar jag vad föreliggande studie visat om lekfullt utforskande som att det kan skapa förutsättningar för skådespelaren att vid sidan av karaktären även utforska sig själv och sitt inre. Om vi förutsätter att det lekfulla utforskandet inom skådespeleri sker mellan inre och yttre verkligheter så kan detta skapa möjligheter att utforska sig själv, på ett sätt som skiljer sig från skådespelarens egen verklighet. Detta tolkar jag i sin tur som relaterat till att uppleva en frihet och att utvecklas och expandera i upplevelsen av sig själv, andra människor samt människan i stort.

Studiens begränsningar och framtida forskning

I denna studie noterades vissa övergripande begränsningar i datainsamlingen. Exempelvis kan rekryteringen ha begränsats av att jag inte erbjöd digitala intervjuer från början. Hade jag gjort detta hade jag troligen kunnat rekrytera fler deltagare direkt och undvikit rekrytering via sociala medier. Den potentiella påverkan av mitt personliga engagemang inom teater hade då kunnat minska. Jag noterade även vid intervjuerna att flera av skådespelarna talade om karaktärsarbete som ett omdiskuterat begrepp, förknippat med vissa synsätt och metoder inom skådespeleri. Begreppets laddning kan således ha påverkat datainsamlingen. Flera av skådespelarna frågade även om min bakgrund inom skådespeleri, vilket var utmanande att bemöta utan att ge för mycket personlig information och riskera att påverka deltagarnas relation till mig i studiesammanhanget. Ytterligare en aspekt var att intervjuerna fick olika förutsättningar, då sju genomfördes som digitala möten och resterande tre som fysiska möten. Vid de digitala intervjuerna upplevde jag det som svårare att påverka den sociala miljön och fördröjning av ljud och bild kunde förekomma i videosamtalen. Jag upplever även att viss icke verbal kommunikation gick förlorad, till exempel att det blev svårare att avgöra när det var lämpligt att avvakta eller ställa följdfrågor i tysta pauser. Jag hade inte heller möjlighet att kontrollera om deltagaren satt bekvämt och kunde tala ostört. Ytterligare en aspekt som kan ha påverkat denna studie i sin helhet var min förförståelse samt mitt privata engagemang inom teater, vilket kan innebära både brister och styrkor. Exempelvis kan jag ha missat att ställa vissa följdfrågor, för att jag upplevt att jag förstod vad deltagaren ville förmedla. Här gick jag eventuellt miste om deltagarens förståelse, nyanser och djup, utifrån att jag redan vid intervjuerna fyllde i med min förståelse och tolkning. Samtidigt upplevde jag främst min förförståelse som en styrka, som gav mig bättre förutsättningar att både utforma intervjuguiden och spontant formulera följdfrågor. Sammantaget upplevs att begränsningar i datainsamlingen inte präglade intervjuerna i någon större omfattning och intervjuguiden fungerade väl, då samtliga intervjuer gav relevant information i relation till forskningsfrågorna. Vidare upplevde jag att när jag genomfört några intervjuer hanterade jag intervjuguiden mer flexibelt, vilket gjorde att jag kunde vara mer följsam mot intervjudeltagaren och fånga nyanser i dennes beskrivningar. Vidare har jag eftersträvat Yardleys (2000) kvalitetskriterier för kvalitativ metod. Exempelvis genom engagemang i ämnet, på så vis att jag satt mig in relevant teori och forskning, samt metodologisk kompetens, genom att ta stöd i litteratur och handledning. Vidare har jag transparent redogjort för tillvägagångsätt, metod samt urval av deltagare. Avseende studiens resultat har inte anspråk tagits på att generalisera och tolkningar har huvudsakligen varit en utveckling av tidigare psykologisk forskning av skådespeleri samt relaterats till teori.

För framtida forskning om skådespeleri hade det varit intressant att explicit använda mig av förförståelse samt att sätta mig in ytterligare i skådespeleriets metoder samt diskurs, genom att ta del av teori, forskning och konstnärlig praktik. Detta för att använda aktuell och relevant förståelse i utformandet av forskningsfrågor och intervjuguide samt i analys och tolkning. Det hade även varit intressant att forska vidare utifrån studiens resultat om skådespelarens sårbarhet i relation till andra samt vikten av mötet och därigenom behovet av

gränser. Detta hade varit värdefullt att undersöka i relation till potentiella kliniska implikationer, i och med potentialen att påverkas personligen i positiv och negativ bemärkelse. Jag hade även önskat vidare psykologisk forskning om lekfullhet inom skådespeleri, samt dess relation till upplevelser av att skådespela samt att påverkas positivt på ett personligt plan. I relation till detta hade jag önskat ta hjälp av ytterligare teorier om lekfullt utforskande och konstnärligt skapande, bland annat psykologiska sådana. Vidare hade jag gärna sett ett tvärvetenskapligt samarbete, med en förankring inom andra discipliner som både är teoretiska, konstnärliga och praktiska i sin forskningsmetodik. Exempelvis teatervetenskap, scenkonst, skådespeleri och performativ konst. En sådan ansats tror jag hade erbjudit kompletterande perspektiv för fördjupning och bredd i förståelsen av skådespeleriet komplexa fenomen.

Slutsatser

Sammantaget indikerade föreliggande studie att skådespelare både använder sig själva samt kan påverkas personligen av skådespeleri och karaktärsarbete. Studien indikerade även en relation mellan att använda sig själv och att påverkas, samt en komplexitet avseende den relationen. Skådespelarna i studien beskrev sig på olika sätt som närvarande och sårbara i skådespeleri och karaktärsarbete, vilket beskrevs med möjligheter att använda i skådespeleriet på ett berikande sätt men också med risker att påverkas personligen på ett negativt sätt. Dessa risker beskrevs som möjliga att hantera med gränser och i dessa fall beskrevs att skådespeleriet kunde vara utforskande, lekfullt och lustfyllt. Vidare beskrevs ett sådant skådespeleri som relaterat till att skådespelaren påverkas positivt och utvecklas i sin acceptans, förståelse och empati, för sig själv, andra samt människan i stort.

Referenser

- Bartow, A. (2008). *Handbook of acting techniques*. Nick Hern Books.
- Berry, M., & Brown, S. (2019). Acting in action: Prosodic analysis of character portrayal during acting. *Journal of Experimental Psychology: General*, 148(8), 1407-1425. <http://dx.doi.org/10.1037/xge0000624>
- Brahe, P. (2008). Beyond Michael Chekhov's technique: Continuing the exploration through the mask. I Bartow, A. (Ed.), *Handbook of acting techniques*. (pp. 97-126). Nick Hern Books.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Brecht, B., Zern, L., Edfelt, B., & Olsson, M. (1975). *Om teater*. PAN/Norstedt.
- Capucci, R., & Silva, D. (2017). When life and art meet: A dialogue between Vygotsky and Stanislavsky. *Psicologia Em Estudo*, 22(3), 409-420. <https://doi.org/10.4025/psicoestud.v22i3.35869>
- Foster, H. (1996). *The return of the real: The Avant-garde at the end of the century*. MIT Press.
- Goldstein, T. R. (2009). Psychological perspectives on acting. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, 3(1), 6-9. <http://dx.doi.org/10.1037/a0014644>
- Goldstein, T. R., & Bloom, P. (2011). The mind on stage: Why cognitive scientists should study acting. *Trends in Cognitive Sciences*, 15(4), 141-142. <http://dx.doi.org/10.1016/j.tics.2011.02.003>

- Gullestad, S., Killingmo, B., & Zetterström, G. (2011). *Undertexten: Psykoanalytisk terapi i praktiken* (1. uppl. ed.). Liber.
- Hannah, M. T., Domino, G., Hanson, R., & Hannah, W. (1994). Acting and personality change: The measurement of change in self-perceived personality characteristics during the actor's character development process. *Journal of Research in Personality, 28*(3), 277-286. <http://dx.doi.org/10.1006/jrpe.1994.1020>
- Hart, V. (2008). Meisner technique: Teaching the work of Sanford Meisner. I Bartow, A. (Ed.), *Handbook of acting techniques*. (pp. 51-96). Nick Hern Books.
- Laban Adrian, B., & Clarke, C. (2008). *Actor training the Laban way: An integrated approach to voice, speech and movement*. Allworth Press.
- Marcus, P., & Marcus, G. (2010). Psychoanalysis as theater: The practical application of acting theory to psychotherapy and real life. *Psychoanalytic Review, 97*(5), 757-787. <http://dx.doi.org/10.1521/prev.2010.97.5.757>
- Meade-Higgins, M. (2016). *Personal growth through acting: What is the lived experience of an actor's personal growth through the process of role immersion in live theatre? An heuristic study*. (Michigan School of Professional Psychology). [Doktorsavhandling]. The Michigan School of Psychology. <https://www.proquest.com/dissertations-theses/personal-growth-through-acting-what-is-lived/docview/1810435020/se-2?accountid=11162>
- Merlin, B. (2007). *The complete Stanislavsky toolkit*. Drama Publishers.
- Mirodan, V. (2015). Acting the metaphor: The Laban-Malmgren system of movement psychology and character analysis. *Theatre, Dance and Performance Training, 6*(1), 30-45. <https://doi-org.ezproxy.ub.gu.se/10.1080/19443927.2014.999109>
- Nemiro, J. (1997). Interpretive artists: A qualitative exploration of the creative process of actors. *Creativity Research Journal, 10*, 229-239. http://dx.doi.org/10.1207/s15326934crj1002&3_12
- Noice, H., & Noice, T. (2006). What studies of actors and acting can tell us about memory and Cognitive Functioning. *Current Directions in Psychological Science, 15*(1), 14-18. <http://www.jstor.org/stable/20183065>
- Olenina, A., Amazeen, E., Eckard, B., & Papenfuss, J. (2019). Embodied cognition in performance: The impact of Michael Chekhov's acting exercises on affect and height perception. *Frontiers in Psychology, 10*, 2277. <http://dx.doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02277>
- Oppenheim, T. (2008). Stella Adler technique. I Bartow, A. (Ed.), *Handbook of acting techniques*. (pp. 29-50). Nick Hern Books.
- Panero, M. E. (2019). A psychological exploration of the experience of acting. *Creativity Research Journal, 31*(4), 428-442. <http://dx.doi.org/10.1080/10400419.2019.1667944>
- Piaget, J. (2013). *Play, dreams and imitation in childhood*. Taylor and Francis.
- Rosenfeld, C. (2008). Acting with the wisdom of our bodies: a physical approach to acting inspired by Jerzy Grotowski. I Bartow, A. (Ed.), *Handbook of acting techniques*. (pp. 168-186). Nick Hern Books.
- Rosenfeld, C. (2008). Uta Hagen's Technique. I Bartow, A. (Ed.), *Handbook of acting techniques*. (pp. 127-168). Nick Hern Books.
- Scheeder, L. (2008). Strasberg's method and the ascendancy of American acting. I Bartow, A. (Ed.), *Handbook of acting techniques*. (pp. 3-16). Nick Hern Books.
- Smith, J. (2015). *Qualitative psychology a practical guide to research methods* (3. uppl. ed.). Sage Publications Ltd.
- Stanislavskij, K., Benkow, M., & Wollter, S. (2014). *En skådespelares arbete med sig själv: I inlevelsens skapande process* (2 uppl. ed.). Holmberg.
- Stanislavskij, K., & Popper, H. (1975). *Creating a role* (5 uppl. ed.). New York.

- Verducci, S. (2000). A moral method? Thoughts on cultivating empathy through method acting. *Journal of Moral Education*, 29(1), 75–86.
<http://dx.doi.org/10.1080/030572400102952>
- Vetenskapsrådet. (2017). *God forskningssed*.
https://www.vr.se/download/18.2412c5311624176023d25b05/1555332112063/God-forskningssed_VR_2017.pdf
- Winnicott, D., & Löfgren, I. (2003). *Lek och verklighet* (3. uppl. ed.). Natur och kultur.
- Yardley, L. (2000). Dilemmas in qualitative health research. *Psychology & Health*, 15(2), 215–228. <https://doi-org.ezproxy.ub.gu.se/10.1080/08870440008400302>

Bilaga Intervjuguide

Inledning till intervjun

- Presentation - vem är jag och vad skall vi göra?

Psykologstudent på termin 10 på Göteborgs universitet. Detta är en del av mitt examensarbete om skådespelarens upplevelser av karaktärsarbete. Vi ska tala om att påverkas av och påverka sitt karaktärsarbete.

Forskningsetik

- Informationskravet

En del av mitt examensarbete. En intervju om dina upplevelser som skådespelare av att gestalta. Vi kommer tala i cirka 60 minuter. Utifrån intervjuer jag genomför kommer jag skriva ett examensarbete. Men dina svar och information du ger kommer inte kopplas till dig personligen (andra kommer inte kunna känna igen dig personligen). Har jag din tillåtelse att använda citat från denna intervju? Eller vill du godkänna citat?

- Nyttjandekrav

Intervjun, analys och resultat skall bara användas i rapporten för mitt examensarbete.

- Samtyckeskravet

Det är helt frivilligt, du får avsluta när du vill utan att uppge anledning. Du behöver bara svara på de frågor du vill.

- Konfidentialitetskravet

Datan från denna intervju, ljudinspelningen och mina analyser, kommer behandlas förvaras så att inte obehöriga har tillgång till det. Efter jag skrivit rapporten kommer ljudfilen och transkriberingen förstöras.

Har du några frågor på det vi just gick igenom?

Samtycker du till detta? (med ord, få med på inspelning)

Då kommer jag sätta på inspelningen och återigen fråga om ditt samtycke att delta och till att spelas in, sedan börjar vi intervjun.

Bakgrundsfråga/grundfråga

- Hur gammal är du? Vad har du för utbildningsbakgrund i skådespeleri? Hur länge har du arbetat som skådespelare? Vad arbetar du med idag? Arbetar du med film eller på teater? Vad är du skolad i för metod och vad använder du för metod?

Huvudtema: *karaktärsarbete:* att skapa en karaktär och dennes inre, att föreställa sig och träda in i karaktären, målet att skapa och skildra någon annan eller något annat än dem själva,

Tema 1: att påverka karaktärsarbete, använda aspekter av sig själv

Tema 2: att påverkas personligen av karaktärsarbete

Primerfråga: Vad tänker du på när jag säger karaktärsarbete?

Huvudfråga tema 1: att påverka karaktärsarbetet (använda aspekter av sig själv)

- Kan du beskriva hur tar du dig an processen? Hur går du till väga?
- Har du varit mer närvarande i något karaktärsarbete, om du ex. använt mer av dig själv?

Underfrågor

- Använder du av dig själv? Iså fall hur?
- Vad använder du av dig själv som person?
- Vad av dig själv är användbart?
 - erfarenheter, minnen, inre bilder, egna känslor, tankar, föreställningar

Huvudfrågor tema 2: att påverkas personligen av karaktärsarbete

- Upplever du att du själv/personligen påverkas?
- Kan du beskriva hur du påverkas?
- Förändras du? Har du förändrats?
- Upplever du att någon specifik karaktär, roll eller gestaltning har påverkat och förändrat dig? Kan du berätta om det?

Underfrågor...

- I karaktärsarbete
- Gå in i roll, vara i roll/skådespela och gå ur roll
 - Hur är det att gå in i rollen?
 - Hur är det att gå ur rollen? Kan du känna dig påverkad efter du varit i en roll?
 - Skiljer det sig mellan olika roller, iså fall hur? (ex. hur nära de är dig eller hur tunga de är).
- Upplever du att du som skådespelare påverkas av din karaktär?
 - Hur karaktären är, dvs. av din rolltolkning.
 - Vad karaktären gått igenom tidigare/bär på
 - Vad karaktären upplever på scen
 - Hur nära karaktären/rollen är dig personligen (hur mycket du använt i en dig själv i karaktärsarbetet)

Exempel på frågor för förtydligande. (ev. med en produktion i åtanke)

- Vad utgör en kreativ gestaltande process? Hur upplever du den?
- Berätta hur karaktärsarbete under en repetitionsprocess ser ut för dig? Hur upplever du det?
 - Hur du brukar gå till väga? Din metod.
- Berätta hur en spelperiod, med en karaktär, kan se ut?
- Har du specifika upplevelser eller erfarenheter du vill berätta om?
- Kan du beskriva hur du upplever att karaktärsarbetet skiljer sig från skådespeleri?
- Skiljer sig reprocessen och föreställningsperiod? Iså fall, hur, kan du beskriva

