



LISTAHÁSKÓLI ÍSLANDS
Iceland University of the Arts

Krufning á Sjálfsmorði

1+1=327

Urður Bergsdóttir

Lokaverkefni til BA-prófs

Listaháskóli Íslands

Sviðslistadeild

Vorönn 2021

Krufning á Sjálfsmorði

1+1=327

Urður Bergsdóttir

Lokaverkefni til BA-prófs á Leikarabrot

Leiðbeinandi: Ásgerður G. Gunnarsdóttir

Leikarabrot

Sviðslistadeild

Vorönn 2021

Greinargerð þessi er partur af 16 ECTS eininga lokaverkefni til BA-prófs frá Leikarabrot við Listaháskóla Íslands. Óheimilt að afrita ritgerðina á nokkurn hátt nema með leyfi höfundar.

Útdráttur

Í þessari rannsóknargreinargerð fer Urður Bergsdóttir yfir helstu aðferðir sem hún nýtti sér við uppsetningu lokaverkefni leikara við Listaháskóla Íslands 2021. Nemendahópurinn setti upp verkið *Krufning á Sjálfsmorði* eftir Alice Birch, leikstýrðu af Mörtu Nordal og Önnu Maríu Tómasdóttur. Greinargerðin skiptist upp í fimm meginkafla og í þeim er fjallað um persónuna Önnu, leikritið sjálft, höfund og hennar sýn og svo aðferðum sem Urður beitti til að túlka Önnu á lifandi hátt. Þær aðferðir sem Urður byggði á eru kerfi Stanislavsíjs, aðferðir Tsjekovs, method acting Strasbergs og svo heimildaleikhús Maríu Reyndal. Hún nýtti sér bókmenntir sem til eru um þessar aðferðir og leitaði einnig til annarra nemenda og rannsakaði svo út fyrir skólann. Einnig nýtti Urður sér eigin reynslu af áföllum, tilfinningalífi og sjálfsvinnu. Urður náði í gegnum ferlið að flétta saman þær aðferðir sem hún sótti í og þróa þannig sína eigin sem skilaði sér í góðri túlkun á bæði því sem hennar persóna upplifði. Þannig tókst henni að læra inn á hvernig það er að samsama sig við sögu og aðstæður sem hún þekkir ekki persónulega. Leiðinni að þessari niðurstöðu verður lýst skilmerkilega í þessari greinargerð.

Efnisyfirlit /

1. Inngangur.....	5
2. Krufning á sjálfsmorði.....	6
3. Höfundur og stóra samhengið.....	7
4. Aðferðir	8
5. Mín nýting á aðferðum	11
5.1 Leiktæknaaðferðir	11
5.2 Rannsóknarvinna.....	12
5.3 Mín reynsla	13
Lokaorð.....	15
Heimildaskrá.....	16

1. Inngangur

Á lokaönn minni í leiklistarnámi við Listaháskóla Íslands tókst ég á við uppsetningu verksins *Krufning á Sjálfsmorði* í leikstjórn Mörtu Nordal og Önnu Maríu Tómasdóttur. Í lokaverkefni leikara eiga nemendur að vera búnir að afla sér þekkingar til að takast á við stórt verkefni sjálfstætt og út frá þeim verkfærum sem við höfum aflað okkur í gegnum skólagöngu okkar. Í fyrsta skipti á okkar skólagöngu unnum við sýningu sem bekkur utan veggja skólans í samstarfi við Þjóðleikhúsið og Leikfélag Akureyrar.

Ég fékk í hendurnar mjög brothætta sögu um konu sem heitir Anna. Hún missir mömmu sína sextán ára gömul, verður heróíníkill, fer í meðferð, nær sér á strik, verður ástfangin, ólétt, fær fæðingarsturlun og fremur sjálfsmorð í enda verksins. Anna lifir hratt en stutt og var því áhugavert að takast á við þessa harmsögu. Anna er aðeins 29 ára þegar hún fremur sjálfsmorð. Það er lán í óláni hvað ég sjálf hef þurft að ganga í gegnum á minni ævi. Ég lifði mjög hratt og fór í meðferð átján ára gömul. Ég hef unnið mikið í sjálfri mér síðan þá og hef nýtt mér þá reynslu í starfi mínu og námi sem leikkona. Til þess að passa upp á sjálfa mig og eigið sálarlíf vildi ég samt sem áður vinna rannsóknarvinnu utan minnar persónulegu reynslu og nýta mér þau verkfæri sem ég hef lært í Listaháskólanum. Anna er mjög realísk persóna og allar senur hennar í verkinu framan af mjög realískar en þegar líður á leikritið fer hlutverk hennar að taka á sig ljóðrænni blæ: „línan er farin, öngullinn er farinn, mjólkinn er farin, vatnið er farið, ljósin eru farin“.¹ Ég rannsakaði í þessu ferli hvernig ég gæti nýtt mér leiktúlkunaraðferðir við að skapa persónu sem upplifir hluti sem ég hef ekki upplifað sjálf.

¹ Birch, Alice, „Krufning á sjálfsmorði,“ 201.

2. Krufning á sjálfsmorði

Leikritið *Krufning á Sjálfsmorði (Anatomy of a Suicide)* eftir Alice Birch er samtímaverk sem var fyrst sett upp í Royal Court leikhúsinu í London árið 2017. Verkið er um þrjár kynslóðir kvenna sem kljást við áföll formæðra sinna og afleiðingar þess að erfa áföll. Í gegnum verkið horfum við á þrjár sögur á sama tíma og er verkið þar af leiðandi mjög óhefbundið þrátt fyrir að hver og ein saga út af fyrir sig sé mjög hefðbundin. Sagan fjallar um þrjár konur sem er fjallað um í þremur hlutum: A, B og C. Hluti A fjallar um Carol. Hún er elsti ættliðurinn í verkinu og þjáist hún af miklu þunglyndi. Hennar saga á sér stað árið 1950 þar sem læknavísindin eru ekki komin nógu langt í hvað varðar við geðsjúkdóma og -raskanir. Fagfólk hlustar ekki á hana þegar hún sækir sér aðstoð við sínu þunglyndi og það endar með að hún fremur sjálfsmorð þegar Anna, dóttir hennar er orðin nógu gömul til að sjá um sig sjálfa. Í hluta B fylgjumst við með ferðalagi Önnu. Hennar saga gerist í kringum 1990. Hún fer í heróínneyslu eftir sjálfsmorð móður sinnar en nær með viðeigandi aðstoð að koma sér á strik. Hún verður ástfangin af manni og eignast dóttur, Bonie. Eftir fæðinguna veikist hún af fæðingarsturlun og fær alla þá hjálp sem þótti viðeigandi á þessum tíma. T.a.m. fer hún í raflostmeðferð sem þó dugar ekki til og verður til þess að hún fremur sjálfsmorð. Í hluta C fylgjumst við með yngsta ættliðnum, Bonnie. Hennar saga gerist í kringum 2025. Hún er læknir og hefur tileinkað lífi sínu læknavísindum. Hún á erfitt með að horfast í augu við fortíðina og er hennar barátta í gegnum verkið að rjúfa keðjuna sem formæður hennar voru hluti af og endar hún á því að biðja um að fara í ófrjósemisaðgerð sem tilraun til þess að stoppa af veikindin og áföllin sem fylgja í kjölfar þeirra.

3. Höfundur og stóra samhengið

Alice Birch er þrjátíu og fimm ára gamalt leikskáld frá Bretlandi. Hún byrjaði að vinna í leikhúsi á tvítugsaldri en hefur í seinni tíð tekið að sér að skrifa handrit fyrir sjónvarpsefni. Handrit hennar eru feminísk og út frá sjónarhorni kvenmannsins í nútímasamfélagi. Hún skrifaði meðal annars *Revolt. She said. Revolt again* sem vann Devine Awards árið 2014, *Lady Macbeth*, bíómynd frá 2016, Sjónvarpsseríuna *Normal People*, og *Krufning á sjálfsmorði (Anatomy of a Suicide)*.²

Krufning á Sjálfsmorði er sterkt feminískt verk sem sýnir stöðu konunnar á mismunandi tímabilum innan heilbrigðiskerfisins og stöðu kvenna gagnvart barneignum. Sem konu þykir mér alltaf þakklátt að fá að fylgjast með sögu breyskrar konu á sviði, hvað þá sögu þriggja breyskra kvenna á sama tíma. Birch talar um í hlaðvarpinu „Royal Court Playwright’s Podcast“ að hún hafi viljað skrifa sögu kvenna sem lifa við þunglyndi, sjálfsmorð og rannsaka í gegnum listina hvort áföll erfast í gegnum erfðir eða uppeldi. Hún vildi setja þá sögu á svið á nýjan hátt með nýju formi innan leikhúsmiðilsins og skrifaði verkið þess vegna eins og tónverk. Sömu setningarnar óma í gegnum söguna eins og bergmál og textinn er skrifaður eins og símfónuverk.³

Mér fannst eiga vel við að setja upp þetta verk í dag í íslensku leikhúsi þar sem réttindi kvenna eru mikið í umfjöllun. Konur eru að skapa sér pláss í karllægu samfélagi og við viljum láta í okkur heyra. Frásagnarstíll karlmannsins hefur verið ráðandi í leikhúsinu og finnst mér tími til kominn að konur fái að segja frá á sinn hátt. Aðferð Birch við að hafa þrjár sögur á sama tíma gerir það að verkum að sagan verður að einhverskonar hringrás sem er ný frásagnarleið innan veggja íslensks leikhúss. Vegna þessa þótti mér sérstaklega áhugavert að hlusta á skoðun karlmanna sem komu að sjá uppsetningu okkar. Einn þeirra sagði að honum hafi fundist þetta leiðinlegt og þreytandi og að mikil hlutverkaskekkja hafi átt sér stað í útskriftarverki okkar. Mín skoðun er ekki sú sama. Söguframvindan snerist um tilfinningalíf kvenna sem sjálfkrafa afmiðjar karlinn og getur það þótt óskiljanlegt og jafnvel pirrandi fyrir þann sem vanur er að vera miðjusetur.

² Jones, „Alice Birch on her impossible new play, *Succession* and adapting Sally Rooney for TV: ‚I feel sick‘“

³ Birch, Alice. „Alice Birch talks to Simon Stephens“, *Royal Court Playwright’s Podcast*. Ágúst 2017.

4. Aðferðir

Eftir að hafa verið í leiklistarnámi í þrjú ár hef ég öðlast færni í að velja og hafna þegar kemur að aðferðum til að greina texta, kynnast persónunni og vera lifandi á sviði. Það er mismunandi hvaða aðferðum ég beiti hverju sinni því allar uppsetningar eru ólíkar og hvert leikrit er einstakt. Í þessu ferli notaðist ég við nokkrar aðferðir sem mér fannst henta þessu sinni.

Það fyrsta sem ég gerði þegar ég fékk handritið í hendurnar var að rýna í textann. Ég las mínar senur nokkrum sinnum og notaðist við Kerfi Stanislavsj. Kerfið var sett saman af hugmyndum Konstantín Stanislavsj, Maríu Knebel, Mikhael Tsjekov og Georgij Tostonogov. Kerfið er flókið við fyrstu sýn en það að notast við kerfið er góð leið til að öðlast sameiginlegt tungumál í leikhúsinu og hjálpar leikurum að vera lifandi, hugmyndarík og fagleg á sama tíma. Kerfið er tæknileg aðferð sem hjálpar leikaranum að skilja heiminn og kringumstæðuna í hverju verki fyrir sig. Í þessu verkefni notaðist ég við hugtökin: ásetningur, herbrögð, innsti hringur og miðju hringur.⁴ Það er mikilvægt að finna ásetning fyrir karakterinn, í hverri kringumstæðu, stóra samhenginu og jafnvel í hverri einustu setningu. Ásetningur hjálpar leikaranum að vera með vilja á sviðinu. Það þarf að vera einhver ástæða fyrir því að persónan er á sviðinu. Enn fremur verður að vera ástæða fyrir því sem hún segir og gerir á sviðinu svo leikarinn geti verið lifandi og í hlustun. Til að ná fram ásetningi persónunnar þá notast ég við herbrögð. Herbrögð koma fram í hegðun persónu, hreyfingum eða orðum. Sem dæmi má nefna að ef persónu minni langar að kyssa aðra persónu gæti hún prófað að segja að henni þyki viðkomandi aðlaðandi eða opnað á kynorku sína til þess að byggja upp löngun eða ástæðu þess að kyssa. Innsti og miðju hringur eru notaðir til að skilja hvað er að gerast innan senunar, innan verksins og svo í stóra samhenginu. Það er gott að skoða þessa hringi fyrst þegar maður fær handrit til þess að gera sér grein fyrir því afhverju er verið að segja þessa sögu og hvaða hlutverki mín persóna spilar í þessari sögu.

Þegar ég var búin að skoða handritið út frá kerfinu fór ég út á gólf og fann að ég þurfti að tengja persónuna betur við líkamann. Þá nýtti ég mér leiktækni Mikhael Tsjekov. Sú aðferð er meira abstrakt og fer meira inn í ímyndaða heiminn. Það sem ég tengi mest við úr hans

⁴ Egill Pálsson, „Samantekt um Kerfi Líkamlegra gerða,“ 5-7.

aðferðum er ímyndaða miðjan. Tsjekov vinnur mikið með ímyndaða líkamsparta og er hugmyndafræði hans mikið um nýtingu og fókus á líkamann. Mín mest nýttta aðferð Tsjekovs er æfing sem felst í því að ímynda sér að líkaminn umbreytist með orðum eða karaktereinkennum og ná þannig að líkamna það sem persónan gerir. Þessa æfingu kenndi Þorsteinn Bachmann mér og bekkjarfélögum mínum í skólanum í Tsjekov-tækni. Sem dæmi þá prófuðum við að ímynda okkur heilann okkar fljóta úr höfðinu og hann sveif þannig yfir okkur allan þann tíma sem við fórum með texta. Þetta gerir það að verkum að það hægist á öllu hugsanaferli sem líkist því ástandi að vera drukkinn.

Til þess að kynnast persónunni minni betur þá fór ég í rannsóknarvinnu. Mér finnst mikilvægt að skilja hvaðan hún er að koma og að setja mig í spor hennar. Ég nýtti mér þá aðferð að leita uppi frásagnir einstaklinga sem höfðu svipaðar reynslur og persónan mín. Þessa aðferð lærði ég hjá vinkonu minni sem er á sviðshöfundabraut við Listaháskóla Íslands og var í áfanga um heimildarleikhús hjá Maríu Reyndal. Sú aðferð finnst mér heillandi því ég hef áhuga á upplifunum manneskja og þeirra sögum. Ég notaði þessa aðferð því ég var að takast á við persónu sem hafði glímt við t.d. fæðingarsturlun sem ég þekki ekki persónulega. Þar sem þetta var realískt verk þá fannst mér mikilvægt að skilja í raun og veru hvað hún var að ganga í gegnum til þess að leika ekki yfirborðskenndar staðalímyndir af geðveikri konu. Ég nýti oft mína eigin reynslu svo ég skilji betur hvað hún er að ganga í gegnum. Á þennan hátt mætti kalla mína aðferðarfræði method acting. Method acting þróaðist út frá stefnum úr nokkrum áttum og meðal þeirra voru aðferðir Stanislavskijs og Vakhtangovs gagnvart innra lífi leikara. Aðal áhersla method acting aðferðarinnar er að vera trúr aðstæðum á sviði og upplifa bæði sem leikari og persóna í fyrsta skipti þær kringumstæður sem persónan gengur í gegnum í verkinu.⁵ Það helsta sem ég tek út úr hugmyndafræði method acting aðferðarinnar er þessi samsömun við persónuna sem ég leik hverju sinni. Ég nýti mína eigin reynslu og upplifanir til að gera persónuna sanna. Ég veit ég mun ekki alltaf fá hlutverk sem persóna sem á sömu sögu og ég en ég trúi því að ég sem manneskja get alltaf sett einhvern hluta af sjálfri mér í persónu sem ég skapa á sviði þrátt fyrir að eiga ekkert sameiginlegt með henni. Eins gæti ég þurft að leika einstakling sem gerist meðlimur í sértrúarsöfnuði. Ég sjálf hef ekki gert slíkt en hef fundið fyrir lönguninni til að tilheyra. Ég gæti þannig sótt þá tilfinningu og þannig samsamað mig þeim sem líklegur er til að skrá sig í sértrúarsöfnuð. Method acting aðferðin hefur oft talist

⁵ Krasner, „Strasberg, Adler and Meisner: Method acting,“ 129.

hættuleg vegna þess að hún er oft nýtt í verkum þar sem um ræðir áföll og erfiðleika og brothætta einstaklinga. Ég veit að ég þarf því að vera varkár hvað varðar að nota eigið tilfinningalíf og þá sérstaklega ef ég er að leika atvik sem ég þekki vel sjálf. Sem dæmi má nefna að ef ég hef misst einhvern nákominn og ekki unnið úr því þá gæti verið hættulegt og jafnvel skaðlegt að nota þá upplifun úr mínu persónulega lífi á sviðinu. Þannig gæti ég þurft að ganga í gegnum áfall sem er óuppgert.⁶ Ég nýti mér hluta af method aðferðinni og vegna minnar reynslu af sjálfsvinnu finn ég að ég get treyst mér í að nota hana á uppbyggilegan máta sem er ekki skaðlegur. Ég nota reynslu mína til að lyfta persónunni upp og sem leið til að samsama mig betur en ekki til þess að endurlifa slæma atburði í lífi mínu sem ég hef ekki tekist á við.

⁶ Adriance, „The Emotional Dangers Of Method Acting“.

5. Mín nýting á aðferðum

Eins og hefur komið fram þá var mín persóna í *Krufningu á sjálfsmorði* erfið og flókin persóna til að takast á við sem leikkona. Í fyrsta skipti sem ég las sögu hennar sór ég þess eið að hafa Önnu sanna og heila persónu og ég lagði ég kapp á að þekkja sögu hennar vel og trúna hverju einasta orði sem ég sagði. Ég nýtti þær aðferðir sem ég hef lært í skólanum eins og kerfið, Tsjekov og fleiri og tileinkaði mér það sem mér finnst hjálpa mér við persónusköpun. Ég nota þó ekki bara það sem ég hef lært í skólanum því ég nota mína eigin reynslu og þekkingu á lífinu til þess að vera sönn leikkona. Ég hlusta líka á vini mína og vandamenn og þá listamenn sem ég lít upp til. Þannig læri ég þær aðferðir sem mér finnst áhugaverðar og er markmið mitt er að vera forvitin og fróðleiksfús í gegnum allan minn komandi feril sem leikkona.

5.1 Leiktækni aðferðir

Ég byrjaði á því að skoða handritið út frá kerfinu. Ég rýndi í textann, skoðaði baksögu sem var auðvelt því að allt líf Önnu er skrifað í þetta verk. Í verkinu eru nokkur ár sem ég þurfti að þúsla saman en við sjáum Önnu á sviðinu frá því að hún fæðist, hvernig uppeldið hennar er og alveg þangað til hún deyr. Það eru forréttindi sem leikkona að fá heilt líf skrifað á svörtu og hvítu. Ég byrjaði á því skoða hverja kringumstæðu fyrir sig innan heims B hluta verksins. Ég gat þá skoðað tengslin milli hennar og pabba hennar og hennar og Jamie og þróun hennar eins og hún upplifði þessa atburði. Ég átti auðvelt með að greina fyrri hluta verksins með þessari aðferð vegna þess að sagan hennar er mjög realísk til að byrja með en þegar líður á söguna hennar fara heimarnir að renna saman í eitt og þá þurfti ég að skoða allar þrjár sögurnar saman til þess að skilja hvað Anna var að upplifa. Hún missir tókin á raunveruleikanum og ég þurfti að leita að rökréttri leið fyrir mig til að segja þá sögu. Þegar við lásум allar sögurnar samhliða sá ég að Anna var ekki að missa tókin á raunveruleikanum heldur var hún að sjá það sem var að gerast í fortíð og framtíð. Hún finnur fyrir því og því verður $1+1=327$.

Ég notaði Tsjekov þegar ég átti erfitt með að halda tilfinningunni sem ég var að reyna að sækja. Í byrjun verksins þegar ég er að leika Önnu undir áhrifum vímuefna undirbý ég mig baksviðs með því að hugsa um eld í bringunni, kviku eins og er í miðju jarðar og hugsa svo heilann minn upp úr líkamanum. Þá byrjar þessi innri tilfinningabarátta fíkils að koma í

ljós og ég þarf ekki að hugsa endalaust um sársaukann sem Anna ber innra með sér heldur er þetta bara líkamlegt og það gefur mér meira frelsi inn í senunni. Ég átti erfitt með að muna textann minn til að byrja með því krafturinn í þessum Tsjekov æfingum er svo sterkur að mér líður eins og ég sé í alvörunni í vímu. Það er því mikilvægt að búa til sterkan grunn í textavinnu svo það sé hægt að vera frjáls úti á gólfi.

5.2 Rannsóknarvinna

Þar sem ég hef ekki persónulega reynslu af fæðingarsturlun eða heróín neyslu þá vildi ég rannsaka það enn frekar. Ég átti erfitt með að líkamna hegðun heróínfíkils því ég hef ekki persónulega reynslu af því. Ég hafði samband við fólk sem hafði verið í sprautuneyslu og náð bata. Ég tók viðtal við mann sem hefur mikla reynslu af þessum efnum og hann sagði mér hvernig það er að finna æðarnar, hvernig maður undirbýr efnið, hvernig tilfinningin er þegar efnið kemur fyrst inn í líkamann og hversu lengi víman endist. Ég bað hann um að reyna að setja tilfinninguna í samhengi fyrir manneskju sem hefur aldrei tekið heróín og hann sagði mér að utan frá lítur þetta út eins og ungabarn sem er á milli svefns og vöku, að öll vandamál heimsins hverfi um leið og efnið komi inn í líkamann því þetta sé eins og alsæluástand. Ég horfði líka á *Lof mér að lifa*⁷ sem er heimildamynd í leikstjórn Sævars Guðmundssonar um sprautufíkla sem hjálpuðu við uppsetningu bíómyndarinnar *Lof mér að falla* í leikstjórn Baldvins Z. Í heimildarmyndinni fylgjumst við með Sigurbjörgu Jónsdóttur og Þóru Björg Sigríðardóttur sem eru íslenskar konur að berjast við sína sprautufíkn. Sigurbjörg sem er kölluð Sibba var klippari myndarinnar *Vonarstræti* í leikstjórn Baldvins Z. Sibba var edrú þá og er óaðfinnanleg í sínu starfi en því miður féll hún í miðju þess ferlis og hefur ekki komið sér á strik síðan. Hún var innblástur minn fyrir Önnu þegar hún var fíkill því Sibba er svo klár, skemmtileg og sjarmerandi en þegar hún var í neyslu þá skipti ekkert máli nema næsti skammtur og ég túlkaði Önnu sem þannig fíkil. Mér fannst enn þá erfiðara að skilja fæðingarsturlun því umræðan er lítil sem engin á Íslandi. Ég byrjaði á því að rannsaka það á netinu og las mér til um sjúkdóminn. Inni á heimasíðu Royal College of Psychiatrists er fæðingarsturlun lýst sem alvarlegum geðsjúkdómi. Hann kemur skyndilega með engum fyrirvara og birtist einhverja daga eða vikur eftir fæðingu. Einkennin geta breyst og magnast upp hratt. Einkenni geta verið m.a. manía, þunglyndi, ofskynjanir og óráð. Fæðingarsturlun getur varað í nokkrar vikur og jafnvel mánuði en gengur yfirleitt til baka. Sjúkdómurinn er óalgengur en 1 af hverri 1000

⁷ Sigurbjörg Jónsdóttir og Þóra Björg Sigríðardóttir. *Lof mér að lifa*, 2018

konum sem fæðir barn greinist með fæðingarsturlun. Helmingur þeirra kvenna sem hafa verið greindar með geðhvarfasýki I eða geðklofa fá fæðingarsturlun. Það er mikilvægt að fá faglega aðstoð ef einkenni sjúkdómsins koma í ljós eftir fæðingu. Meðferð við fæðingarsturlun er innlögn á sængurdeild eða geðspítala og viðeigandi geðlyf til að hjálpa við geðsveiflur.⁸ Ef öllum bjargráðum hefur verið beitt eða ef sjúkdómurinn er orðinn skaðlegur þér eða öðrum þá er raflostmeðferð notuð enn þann dag í dag.⁹ Mér fannst flókið að setja mig í spor konu sem upplifir svona mikla geðveiki og það tók mig langan tíma að vera sátt með útkomuna á minni túlkun á birtingarmynd fæðingarsturlunar. Ég vildi gera þetta raunverulegt og mig langaði ekki að sýna bara staðalímynd geðveiki. Ég talaði við konu sem átti vinkonu sem fékk fæðingarsturlun fyrir ekki svo löngu hér á Íslandi. Konan sagði mér hvernig vinkonan lýsti ástandinu sem hún var í. Hún var með ranghugmyndir, hún var hrædd um að unnusti hennar myndi meiða barnið og í hennar haus var 1+1=327. Ég var engu nær eftir að heyra þessa frásögn og á endanum þurfti ég að treysta því að leikstjórnarnir myndu segja mér ef ég væri ekki að vera sönn. Á generalprufu, daginn fyrir frumsýningu áttaði ég mig á því að ég þurfti ekki að ímynda mér neitt. Anna var byrjuð að sjá á milli heima, hún gat gengið yfir í A hluta og C vegna þess að hún var horfin frá raunveruleika verksins og komin inn í sinn eiginn. Á þessari stundu áttaði ég mig á því að það er mikilvægt að sleppa tókunum á einhverju sem maður á í erfiðleikum með og treysta textanum og höfundinum. Þegar ég var búin að tengja þessa þrjá heima saman þá leið mér eins og ég væri á réttri braut og tók þá ákvörðun að fæðingarsturlun Önnu væri hennar raunveruleiki og þannig náði ég einhvers konar tengingu við hennar geðröskun.

5.3 Mín reynsla

Sem leikkona hef ég oft nýtt mína eigin reynslu á uppbyggjandi hátt. Til þess að samsama mig kringumstæðu í verki sem einhver önnur persóna þá set ég mína reynslu inn í verkið án þess að fara inn í eigin reynslu. Ég var mjög hrifin af Method acting þegar ég byrjaði fyrst í náminu. Ég uppgötvaði fljótt að sú aðferð getur verið meiðandi og haft alvarlegar afleiðingar svo ég reyni að nota þessa aðferð af mjög skornum skammti. Ég nota mína eigin reynslu þegar á við. Til þess að leika fíkilinn Önnu byrjaði ég á því að sækja tilfinninguna sem ég upplifði þegar ég var búin að brenna allar brýr að baki mér í lok minnar neyslu. Ég gat ekki horft í augun á foreldrum mínum og ólgan í maganum var svo

⁸ „Postpartum psychosis“, RCpsych

⁹ “Postpartum psychosis”, NHS

mikil að ég tók næstum hvað sem er til að seðja þá tilfinningu. Í verkinu fremur Anna sjálfsmorð í lokin. Ég hef sjálf upplifað sjálfsmorðshugleiðingar en ég vissi strax að ég ætti ekki að sækja í þá tilfinningu á sviðinu því það myndi bara vera meiðandi og það væri auðvelt fyrir mig að sökkva inn í þá angist því ég þurfti að leika þetta oft í gegnum ferlið. Í gegnum námið hef ég oft velt því fyrir mér hvernig maður aðgreinir persónusköpun og eigið líf. Ég er mjög áhrifagjörn manneskja og á mjög auðvelt með að verða ástfangin. Ferli eins og þetta eru löng og fyrir mig þá er leiklist lífstíll. Ég kafa djúpt ofan í líf annara manneskja og upplifi hlutina sem þær upplifir í hvert skipti sem ég stíg á svið eða á æfingu. Fyrst í náminu þá ruglaði þetta mig, sérstaklega þegar ég lék ástarsenur. Ég fór að finna fyrir hrifningu gagnvart mótleikurum mínum ef við áttum að vera ástfangin á sviði. Þetta olli mér miklum áhyggjum og ég var viss um að þessi vöðvi myndi aldrei þjálfast hjá mér en í þessari uppsetningu komst ég að vöðvinn hefur fengið að þroskast og stækka. Anna var ástfangin af Jamie sem var leikinn af Níelsi bekkjarbróður mínum en um leið og hann varð Níels aftur þá hvarf hrifningin. Ég vildi óska að ég vissi hvað gerðist eða hvernig ég lærði að aðskilja þessa tvo hluti en ég get ekki útskýrt það. Ef ég ætti að koma með tilgátu þá held ég að til þess að greina mig frá persónu þurfi ég að vera búin að vinna djúpa persónusköpun og vera viss um að tilfinningalegt ferðalag persónu minnar sé í fararbroddi en ekki mín. Í þessu ferli vann ég mikla undirbúningsvinnu og fór í gegnum þessa djúpu persónusköpun og -greiningu.

Lokaorð

Í lokaverkefni mínu við Listaháskóla Íslands uppgötvaði ég að ég er komin langt sem sjálfstæð listakona og ég treysti þeim aðferðum sem ég hef þróað með mér í gegnum námið. Ég lék persónuna Önnu í *Krufningu á sjálfsmorði* og saga hennar er margslungin og atburðarík. Ég notaðist við aðferðir Stanislavsijs og Mikhael Tsjekov sem ég lærði í náminu en ég ákvað líka að treysta þeim aðferðum sem komu til mín á meðan ferlinu stóð. Ég sóttist mikið í mína eigin persónulegu reynslu og þegar mín reynsla var ekki nóg notaðist ég við rannsóknarvinnu. Ég rannsakaði hvenær ég ætti að nýta mína persónulegu reynslu og hvenær ég notaði leiktúlkunaraðferðir. Ég komst að því að þrátt fyrir að vera með mikla samsömunarhæfileika og svipaða reynslu og Anna að einhverju leiti þá skipti rannsóknarvinna miklu máli þegar það kom að því sem ég þekkti ekki persónulega eins og heróínneyslu og fæðingarsturlun. Anna fremur sjálfsmorð í lok verksins og þar þurfti ég að vera varkár gagnvart eigin sálarlífi því ef ég hefði leyft mér að upplifa raunverulega þá tilfinningu á hverju kvöldi myndi það mögulega hafa í för með sér afleiðingar fyrir mig persónulega. Í ferlinu gekk ég á þunnri línu milli method acting og aðferða sem ég hef lært innan veggja skólans og komst að því að mér líður vel á þessu grúa svæði. Ef ég nýti mér method aðferðina á heiðarlegan, siðferðilegan og heilbrigðan hátt veit ég að ég get verið örugg um að meiða mig ekki á henni eða fara út í öfgar.

Mér líður vel með að nota mína eigin reynslu í persónusköpun því mér finnst ég þroskast sem manneskja þegar ég næ að koma frá mér sársauka og hamingju persónu sem ég leik á sviði. Helsta hindrun mín í þessu verkefni var að segja sögu konu sem missir tökin á raunveruleikanum þar sem ég get ekki sagt að ég hafi komist nálægt því hugarástandi í mínu persónulega lífi. Ég sótti því í aðrar aðferðir og bjó til minn raunveruleika og túlkun á því hvernig það er að vera búin að missa tökin á raunveruleikanum. Minn helsti ótti var að vera yfirborðskennnd í leik mínum og vildi ég ekki leika staðalímynd geðveikrar konu á sviði heldur vildi ég leyfa áhorfendum að finna fyrir sársauka og upplifun konu sem sér meira en við.

Ég lærði mikið á þessu ferli og ég mun halda áfram að þróa mínar aðferðir út í lífinu og í komandi sviðslistaferli.

Heimildaskrá

Prentaðar heimildir:

Krasner, David. „Strasberg, Adler and Meisner: Method acting.“ Í *Twentieth Century Actor Training*, ritstýrt af Hodge, Alison, 129. London og New York: Routledge, 2000.

Vefheimildir:

Adriance, Sarah, „The Emotional Dangers Of Method Acting“, *Odyssey* (blogg), 9. júní 2021.

<https://www.theodysseyonline.com/the-danger-of-emotional-method-acting>

Jones, Alice. „Alice Birch on her impossible new play, Succession and adapting Sally Rooney for TV: ‚I feel sick‘“, *Inews* (blogg), 9. júní 2021. <https://inews.co.uk/culture/arts/alice-birch-blank-donmar-warehouse-succession-story-editor-normal-people-351442>

„Postpartum psychosis“ NHS. 9. júní 2021. <https://www.nhs.uk/mental-health/conditions/post-partum-psychosis/>

„Postpartum psychosis“ Royal College of Psychiatrists. 9. júní 2021. <https://www.rcpsych.ac.uk/mental-health/problems-disorders/postpartum-psychosis>

Annað:

Birch, Alice. „Alice Birch talks to Simon Stephens“, *Royal Court Playwright's Podcast*. Hlaðvarp. Þáttarstjórnandi: Stephens, Simon. London, Bretland, Ágúst 2017.

Birch, Alice. „Krufning á Sjálfsmorði.“ Óútgefið handrit, Desember 2020, Þýðandi: Salka Guðmundsdóttir. Útprentað handrit

Egill Pálsson. „Samantekt um Kerfi Líkamlegra gerða.“ Óútgefið kennsluefni, Dagsetning ekki skráð, Pdf skjal.

Sigurbjörg Jónsdóttir og Þóra Björg Sigríðardóttir. *Lof mér að lifa*. Sjónvarp. Leikstýrt af Sævari Guðmundssyni. Ísland, Rúv, 2018.