

Kroppen kan och vill

En studie om ålderismens inverkan på dansaren

av

Madeleine Karlsson



Agens, ur föreställningen The World falls Silent mars 2023©Tanne Willow

Institutionen för danspedagogik

Masterexamen 30 hp

Samtida dansdidaktik

VT 2025

Handledare: Cecilia Malmström Olsson

Examinator: Lena Hammargren, Katarina Lundmark

STOCKHOLM UNIVERSITY OF THE ARTS | STOCKHOLMS KONSTNÄRLIGA HÖGSKOLA

 DOCH
Dans och Cirkuspedagogiken
School of Dance and Circus

 University College of
OPERAHÖGSKOLAN
STOCKHOLM

STOC
KHÖL
MS
DR HÖGS
AMAT KOLA
ISKA

ABSTRACT

Title: The body is able and willing - A study in ageism and its effects on the dancer

Author: Madeleine Karlsson

University: Stockholm University of The Arts

Language: Swedish

Key words: Dance, ageing, ageism, age criticism, autobiography, improvisation, form and expression, artistic experience, technique, somatic practice, embodiment, mature mover

The objective of this study is to examine the impact of norms and values within dance culture on professional contemporary dancers. It explores themes such as body and ageing, the significance of experience and its influence on form and expression. Through the utilisation of autobiographies and improvisation, narratives of ageing dancers are recounted. The study also examines ageism and age criticism, highlighting their role in marginalizing dancers and discussing their impact on dancers' decision-making. The study is performed and expressed through artistic practice, with collaborative performative processes critically reflecting on and discussing the research questions. The result of the study is choreographically expressed through the performance *The World falls Silent*. The findings demonstrate that strong norms around the dancing body and performance ability are perpetuated from generation to generation, contributing to ageism and discrimination. The study also reveals that ageism has a significant impact on identity and self-judgement, highlighting that stereotypical perceptions of older dancers are deeply entrenched in dance education. The study's findings underscore the importance of lived experience in shaping perceptions of ageing, and it is evident that improvisation and somatic approaches can serve as effective tools for fostering a connection between the self, the body, and the ageing process. These approaches can lead to self-acceptance and the development of agency.

The study posits that the form and expression of dance become more intricate with age, stemming from a foundation of experience, profound insight and self-acceptance. The personal narratives elucidate the significance of feeling valued for the knowledge aged dancers embody, underscoring the necessity for dancers to rearticulate dance and be regarded as a creative force with agency, as pivotal factors for maintaining their desire to continue dancing. It is argued that improvisation and performing as practices are of great importance in changing stereotypical and discriminating norms regarding ageing in dance. It is further argued that continuing dancing should not only be something to wish for, but a continuation of a profession that uses the ageing body as a resource.

Tack

Varmt tack till mina medforskare **Peter, Pipsa, Ulrika, Yvette, Åsa** för er villighet, öppenhet och engagemang i deltagandet av min forskningsstudie. Tack för att ni tog er tid i vardagen där tiden är knapp, vågade gå in i er själva och undersöka ämnet - en process som kan väcka komplexa känslor, skapa förvirring och ibland även motstånd. Era tankar, minnen och dans är det som arbetet bygger på.

Stort tack till mitt konstnärliga team i skapandet av forskningsföreställningen *The World falls Silent*; **Peter, Sigal, Erik och Kid** för er hängivenhet, stöd och generositet genom processen. Era konstnärliga bidrag var ovärderliga för arbetet och slutresultatet.

Föreställningen hade inte nått sitt konstnärliga uttryck och sin fulla blom utan er medverkan.

Stort tack till **Aleksandra Stratimirovic** för arbetet med videoprojektionen som förhöjde slutet av föreställningen med dess poetiska långsamma skuggkoreografi.

Ett varmt tack till **Tanne Willow** som fotograferade, filmade och klippte föreställningen och fixade en trailer på nolltid för att föreställningen skulle hinna nå ut till så många som möjligt. Så tacksam att du "dök upp" när jag som mest behövde dig.

Stort tack till **Christine Keffel** för hjälp med ansökningar och för viktiga samtal om konst och konstens villkor i relation till att åldras som kvinna.

Varmt tack till **Anna Pettersson**, konstnärlig chef på Strindbergs Intima Teater (SIT) för inbjudan och stöd inför arbetet med föreställningen och för att du tog dig tid att bolla mina konstnärliga idéer när jag så behövde. Vårt delade intresse för utbildning och forskning som lyfter angelägna frågor gav extra skjuts i arbetet.

Tack till **Gustave Lund** (SIT) för scenteknik, det vackra analoga ljuset i föreställningen och för att du inte ger upp på utmaningar.

Varmt tack till min handledare **Cecilia Malmström Olsson** för ditt stöd och förmedlandet av vad forskningsprocess och formulerandet kring den handlar om. Din skarpa blick har varit en ovärderlig hjälp för mig. Tack för ditt tålamod och förtroende för mitt sökande genom forskningsdjungeln gällande mitt ämne och för att du hjälpte mig att se när jag famlade i mängden empiri. Du har bidragit till den insikt och kunskap jag fått genom processen och de lärdomar jag dragit.

Stort tack till **Ami Skånberg Dahlstedt**, utbildningsledare för MADE på Stockholms Konstnärlig Högskola (SKH), för ditt stöd och konstnärliga blick på hur teori och performativ praktik kan samspela. Du bidrog till att jag orkade driva mina idéer genom ditt sätt att framhäva och stötta mig i att konst och didaktik hänger samman.

Ett särskilt tack till min son **Ludwig** för att du stöttat mig genom min resa i detta arbete. I stunder av tröghet och trötthet har du visat mig en lättare väg fram som har hjälpt mig att släppa lite på mina höga ambitionskrav.



Konflikt, ur föreställningen *The World falls Silent* mars 2023©Tanne Willow

Innehåll

Inledning	1-3
Syfte & Frågeställningar.....	3
<i>Inspirationskällor</i>	4-5
Teori & Metod.....	5-6
Studien.....	6
<i>Autobiografi</i>	6-7
<i>Improvisation</i>	7-8
Genomförande.....	8
Etiska ställningstaganden.....	8-9
Medverkande i undersökningen.....	9
Empiri.....	9-10
<i>Minnesberättelser</i>	10
<i>Improvisation</i>	10
<i>Reflektion</i>	10
<i>Samtal</i>	10
<i>Föreställningen The World falls Silent och avslutande samtal</i>	10
Improvisation som empiri.....	11
<i>Improvisation som ålderspraktik</i>	11-12
<i>Självkännedom genom improvisation</i>	12-13
Forskningsöversikt	14
Blicken på åldrande	14-15
Ålder inom dans sett ur en sociokulturell kontext.....	15-16
Ålderism.....	17-19
<i>Självstereotypers påverkan på danskarriär</i>	18-19
Ålderskritik som teori och praktik.....	19-20
Maktperspektiv i relation till agens.....	21-22
Mognad genom åldrande.....	22-23
Åldrande i dans <i>My body, the buddhist</i>	23
Åldrande i relation till koreografi.....	24-25
Åldrande i relation till kliché.....	25-26
Åldrande i relation till stigma.....	26-27
<i>Kropp och själv</i>	27-28

Att <i>dansa</i> åldrande.....	28-30
Att representera åldrande i dans.....	30-31
Fördelar med att fortsätta dansa som äldre dansare.....	31-32
Reflektioner på vald forskning om åldrande som dansare.....	33-34
Sammanfattning och diskussion.....	34-37
Analys av forskningsfrågor.....	38
Forskningsfråga 1.....	38
Vad kan kroppen.....	38-39
Analys och diskussion.....	39-42
Vad vill kroppen.....	43-44
Analys och Diskussion.....	44-46
Förväntningar.....	46-47
Forskningsfråga 2.....	48
Vad kan kroppen.....	48-49
Analys och Diskussion.....	49-52
Vad vill kroppen.....	52
Analys och Diskussion.....	52-53
Förväntningar.....	53-54
Forskningsfråga 3.....	54
Vad kan kroppen.....	54-56
Analys och Diskussion.....	57-58
Vad vill kroppen.....	58-59
Analys och Diskussion.....	59-61
Förväntningar.....	61
Sammanfattning	62-63
<i>The World falls Silent</i>	64
Föreställning.....	64
Tillvägagångssätt.....	64-66
Reartikulerande av <i>The World falls Silent</i>	66-67
Avslutande samtal.....	67
<i>Den konstnärliga processen och föreställningens påverkan på mitt och Peters synsätt på normer om åldrande som dansare</i>	67
Vad kan kroppen.....	68
<i>Åldrandet, kroppen och dansaren</i>	68

Vad vill kroppen.....	70-71
Analys och diskussion.....	71
<i>Uttryck och form gestaltat genom äldre dansare och erfarenhetens betydelse i relation till forskningsföreställningen.....</i>	<i>71</i>
Vad kan kroppen.....	72
<i>Självacceptans ger agens.....</i>	<i>72-73</i>
Vad vill kroppen.....	74-75
<i>Värdet av erfarenhet.....</i>	<i>75-76</i>
Analys och diskussion.....	77-78
<i>Form och uttryck genom åldrandet.....</i>	<i>78</i>
<i>Olika danstraditioners påverkan.....</i>	<i>79-80</i>
Mötet mellan olika delar.....	80-81
Konklusion.....	82-85
Tilltänkta insikter.....	85-86
Förslag till framtida forskning.....	86
Slutord.....	87-88
Länk till forskningsföreställningen <i>The World falls Silent</i>	89
Källförteckning	89-91
Bilaga 1 Forskningens delar.....	92
Bilaga 2 Forskningens teman.....	93
Bilaga 3 Samtyckesblankett.....	94

Dans har funnits som en självklar del av mitt liv sedan jag var barn. Som liten var jag väldigt blyg och hade ett stort rörelsebehov. Att dansa och var det sätt jag föredrog att uttrycka mig genom. Min mormor såg mitt behov och tog mig till danslektioner på lördagar för barndanspedagogen Birgit Boman. Min identitet var således tidigt sammankopplad med dans. När jag senare utbildades till professionell dansare var det en självklarhet att dans skulle få fortsätta vara en viktig del av mitt liv. Och det är den fortfarande.



*Dansarens arkiv, ur föreställningen *The World falls Silent*, SIT mars 2023©Tanne Willow*

Inledning

Jag kommer ur en europeisk bakgrund i fridans och improvisation vars utgångspunkt var tillåtande till olika uttryck. Från det att jag var barn var jag van vid att danslektioner började med en modern stång som följdes av övningar över diagonal och därefter vävdes improvisation in på olika sätt som en del av klassen. Det handlade om ett utforskande och gestaltande. Då improvisation fanns med från början i min dansutbildning har undersökandet av mitt eget rörelsespråk alltid varit en del av mitt dansande och uttryck och därmed en del av min identitet.

Ju äldre jag blivit desto oftare har jag ifrågasatt min roll som just äldre danskonstnär. Varför saknar dans som scenkonst – med få undantag – så påfallande den äldre generationen dansare från 50 år och uppåt? Hur ser vi som verkar inom dans på åldrandet och hur påverkas vi av sociala och kulturella kontexter som omger oss? De flesta av oss dansare som tillhör

samma generation har slutat i yrket. Bland de som stannat kvar inom fältet arbetar några som repetitörer, andra undervisar dans på heltid eller delar sin tid mellan undervisning, uppdrag som koreograf, egna projekt och konstnärlig högre utbildning. Varför väljer vi att sluta? Är det för att vi vill eller för att vi tror att vi måste? Skälen till att sluta dansa verkar vara många.

Jag upplever att det är problematiskt att åldras med dansen och känner stundtals en känsla av förlust. När funderingar över vilka synsätt på ålder, kropp och kön som påverkar och styr vår blick och smak när det gäller den äldre dansaren infann sig dök frågor upp. Är vi som verkar inom konstformen självdiskriminerande och utesluter oss själva från yrket när vi når en viss ålder? I så fall, vad får det för konsekvenser?

Många frågor har fortsatt cirkulera i mina tankar. Jag tänker tillbaka. Minnen dyker upp. Skador som uppstått under repetitionsarbete, som jag försökte dölja och i stället ansträngde mig för att arbeta runt av rädsla att förlora jobbet. Omsorgen om dansaren kändes avlägsen. Var det normativa synsättet jag befann mig i att jag dög och var attraktiv så länge jag var funktionell och anpassningsbar? Traderas normer i dans vidare från generation till generation? Jag upplever att det är så.

Genom mitt arbete som dansare, koreograf och pedagog har synen på kropp och åldrande i relation till att vara dansare påverkats av den danskontext jag har befunnit mig i. Redan under min utbildning fick jag höra att det var i senaste laget och att det var bråttom om jag skulle kunna bli en professionell dansare. Kroppen och dess utseende hade också stor betydelse. Att vara smal, muskulös, anpassningsbar och befinna sig i åldern mellan 20–35 år var idealet för en dansare på den tiden.

På senare år har mitt synsätt förändrats och påverkat hur jag ser på de maktstrukturer som finns inom de arbetskontexter jag ingår i. Jag upplever att jag inte längre är lika överseende och anpassningsbar. Jag vill kunna påverka min arbetsmiljö, fortsätta arbeta med dans i alla dess former och ha möjlighet att utveckla mitt konstnärskap. Genom att ta del av hur den äldre dansaren har påverkats av normer och värderingar inom dansfältet kan vi få större kunskap om vad som kan bidra till nya synsätt och förutsättningar för att kunna verka som danskonstnär genom hela livet. För utbildning i dans är det av stor vikt att ge elever insikter och kunskap i hur rådande synsätt kan förändras och därmed bana väg för ett förändrat förhållande till ålder och åldrande och en större agens hos dansaren som gör att synsätt på sikt kan förändras.

Ett mastersarbete som gjorts i Sverige kring åldrande och dans är Anna-Karin Simonssons “Att synliggöra marginaliteten äldre kvinnor i dekonstruktion av samtida dansdiskurser med dekoloniserande metodologi – ett konstnärligt, didaktiskt och koreografiskt projekt” (2021).

Simonssons studie riktar sig mot demografin kvinnor 55 plus som vill pröva att utforska dans. Min studie är riktad mot utövande äldre professionella danskonstnärer och deras behov av att få känna ett värde och har utgångspunkt i den professionella samtida dansarens perspektiv. Simonsson argumenterar för att normer kring ålder och kroppsideal inom samtida dans kan utmanas om man ger äldre kvinnor tillgång till dans. Jag tar frågor om åldrande och dans vidare och lägger fokuset på att dans som scenkonst genom ålderskritiska praktiker kan förändra normer och synsätt på åldrande som dansare och ge äldre dansare plats och handlingsutrymme att få verka inom dans som scenkonst.

Syfte och frågeställningar

Studiens syfte är att belysa hur danspraktiker kritiskt kan bidra till diskussionen kring ålder och upplevelsen av att vara dansare och åldras. Hur form och uttryck påverkas och vad erfarenheten har för betydelse under åldrandet synliggörs.

- Hur påverkar normer och värderingar dansarens tankar kring kropp och åldrande?
- Hur påverkas form och uttryck hos dansaren genom åldrandet och vad betyder erfarenheten?
- Vad innebär ett medvetandegörande för dansaren om ålderismens inverkan på medvetna/omedvetna val?

Undersökningen är avgränsad till en svensk kontext, och ur mitt och medforskarens perspektiv.



Kroppen som landskap, ur föreställningen *The World falls Silent*, SIT mars 2023©Tanne Willow

Inspirationskällor

Jag minns ett solo av Deborah Hay på Dansens Hus lilla scen i Stockholm 2013 där hon dansade naken. Hay var då i 70-års åldern. För mig var det en ny upplevelse och jag minns att jag kände mig obekvämt. Inte för att jag har svårt för att se en åldrad naken kropp utan för att det kändes för privat. Att röra mig naken är naturligt för mig i hemmet, i logen och ute i naturen. I andra sammanhang är jag obekvämt. Varför känner jag så?

I samtalet efteråt berättade Hay om processen kring valet av kostym för solot och hur hon prövade olika när hon dansade föreställningen innan hon kom fram till att den rätta "kostymen" var att vara naken. Det var inget lätt beslut menade hon, att 72 år gammal visa upp sin kropp utan kläder, men något hon ansåg nödvändigt.

Att vara obekvämt att se nakna äldre kroppar på scen säger inte bara något om mig, utan också om vikten av att använda äldre kroppar och nakenhet inom scenkonst. Hur vi än gör kan vi inte värja oss från de känslor som väcks i oss. Det gör att vi börjar fundera och reflektera över vad det är för normer och synsätt som styr dessa känslor. Varför känner vissa avsmak inför åsynen av en åldrad kropp som förlorat spänst och är rynkig? Är det påminnelsen om att vi ska bli gamla och dö vilket gör många av oss livrädda? Dansens normering kring ungdom påverkar också våra synsätt och skapar ett främlingskap till åldrande och ett underliggande budskap att vi borde motarbeta åldrande eller dölja det.

Den andra inspirationskällan är Susanne Martins avhandling *Dancing Age[ing]: rethinking age(ing) in and through improvisation practice and performance* (2017). Hennes tankar och forskning för att påvisa agens genom improvisation och strategier för föreställningspraktik som en möjlig väg att främja mindre diskriminerande åldersnarrativ har påverkat hur jag har valt att bedriva min studie. Vissa av hennes metoder har inspirerat och stärkt mig i mina metodval, och som jag sen har låtit applicera på ett svenskt material.

Jag hade förmånen att få ett möte med Martin i Berlin hösten 2022 för att prata om hennes avhandling. Samtalet gav mig bland annat förståelse för den tidskrävande aspekten av en studie likt denna och hon stärkte mig i mitt sätt att gå tillväga med analysen av empirin och mitt sätt att ta mig an arbetet med forskningsföreställningen.

Martin (2017) har synliggjort för mig hur mina val av tillvägagångssätt också är påverkade av hur dansfältet bedriver ett konstnärligt undersökande arbete. Precis som Martin (2017) som belyser åldrande genom den professionella utövarens perspektiv, dess konstnärliga processer och kunskaper, är det också mitt val av perspektiv.

Den tredje inspirationskällan är Elisabeth Schwaigers avhandling *Ageing, Gender, Embodiment and Dance – Finding a Balance* (2012) som har utgångspunkt i intervjuer med australiensiska dansare från olika dansgenrer där deras personliga berättelser får komma till tals. Likt Schwaiger (2012), vars arbete fokuserar på erfarenheten genom åldrande med dans och utforskar hur kulturella normer om kropp förs vidare och påverkar hur vi erfar och lever våra liv, har också jag valt att syna normer och synsätt som traderas inom dansfältet och i samhället i stort. Hon argumenterar för att åldrande inbegriper könsskillnader och visar på hur dansarens kropp är konstruerad och erfaren utifrån sociokulturell kontext och erbjuder nya ickedualistiska alternativ att se och möta den äldre dansaren utifrån dansarens sätt att bedriva sitt arbete i relation till agens.

Teori och metod

Den teoretiska inramningen utgår från *ålderskritisk forskning* och *autobiografi*. Den ålderkritiska forskningen och tillika ålderkritisk praktik som den kommer till uttryck inom konstnärliga praktiker. Autobiografi är även den metod som tillämpas genom konstnärlig praktik och utgör det empiriska underlaget. Personliga minnesberättelser kommer till uttryck genom skrivande, improvisation, filmande, reflektion och samtal i fyra steg som bygger på varandra. I steg fem fortsätter metodskapandet genom föreställningspraktik och samtal. Metoderna har inbyggt ett medvetandehöjande och kunskapsbildande som uppmuntrar till förändring. Att *tänka om* och att *om-tänka* (re-think) leder till nya insikter och förståelser om individen i relation till sociala och politiska strukturer i samhället (Leather 2020).

Improvisation är den konstnärliga praktik jag tar min utgångspunkt i. Detta då det är basen i min rörelsepraktik och utgör en ram av referenser till olika sätt att närma sig improvisation och som teknisk bas. Vidare innefattar en stor del av den forskning som gjorts inom dans och åldrande just improvisation. Improvisation är för mig och mina medforskare en utgångspunkt till hur vi närmar oss vårt respektive arbete.

Ålderism som teori används för att belysa normerande vanor och ålderstigma i samhället och dess påverkan på dansarens hela liv. Dans som yrke är särskilt drabbat vilket synliggörs genom min text. Ålderism utgör en viktig del av det teoretiska ramverket och redogörs för i forskningsöversikten tillsammans med ålderkritiska teorier då de tätt hänger samman, och står i relation till det övriga innehållet i forskningsöversikten.

Studien

Undersökningen lyfter fram några aspekter av hur professionella samtida dansare erfar och möter åldrande i och genom improvisation som praktik där forskningsprocessen har fokuserat på att låta kollaborativa konstnärliga processer kritiskt reflektera och diskutera forskningsfrågorna. Forskare som Estelle Barrett & Barbara Bolt (2007), Jane Bacon & Vida Midgelow (2010), John Freeman (2010), Baz Kershaw & Helen Nicholson (2011) och Robin Nelson (2013) visar på vikten av att ha som mål att aktivera och dela konstnärliga processer som kritiskt reflekteras och diskuteras. I dessa processer tenderar relationen mellan forskaren och medforskare att vara flytande Relationerna dem emellan byggs utifrån improvisation och hur man tolkar och svarar på information genom improvisation (Kershaw och Nicholson 2011).

Annan forskning som visar på och hävdar att utövare av improvisation inom samtida dans är och gör åldrande annorlunda i förhållande till det stereotypa synsättet, på ett sätt som skapar agens och mindre självdiskriminering, är bland andra Schwaiger (2012) och Martin (2017) och deras respektive arbeten.

Autobiografi

Autobiografi faller in i båda ramarna teori och metod. Inom autobiografi undersöks levd erfarenhet representerad i en narrativ form med syfte att ge en nyanserad bild av personens upplevelse genom det sätt den berättar om sina erfarenheter. Det autobiografiska minnet bär på personens olika erfarenheter, kunskaper, förmågor och händelser som personen har upplevt (Cohen 1996). Autobiografi är en process där 'något blir till' i berättandet. I tolkningsprocessen har det betydelse vilka teman mottagaren av berättelsen hittar i berättandet och hur temana länkas ihop med varandra för att skapa mening (Bakhurst och Sypnowich 1995).

Mitt val att använda autobiografi som metod genom minnesberättelser lutar sig mot forskare som Van Manen (1997), Cosslet et al (2000), Sparkes och Smith (2014) och Leather (2020). Dessa forskare belyser värdet av personliga och kollektiva minnen då de kan lyfta fram känslor och stämningar ur en persons livsberättelse som möjliggör för mottagaren av berättelsen att öppna upp för att bli känslomässigt och fantasifullt engagerad. Leather skriver att "A critical scrutiny of the self, using autobiography, is about 'consciousness-raising' and encapsulates a way of conceptualising as well as encouraging social change, as the product of re-thinking the relationship between social and political structure, and human agency" (2020, s. 4). Det görs genom att koppla ihop privata subjektiva perspektiv med synsätt, koncept och

praktiker i samhället (Leather 2020). Forskaren behöver placera de personliga berättelserna historiskt och politiskt så att en dialektal process mellan individens agens och de begränsningar som den sociala kontexten innebär kan bli synlig (Sparkes och Smith 2014).

Improvisation

"Where you are when you don't know where you are is one of the most precious spots offered by improvisation. It is a place where more directions are possible than anywhere else" (Stark Smith 1987, s.3).



Konflikt, ur föreställningen The World falls Silent, SIT mars 2023@Tanne Willow

"Det är inte alltid lätt i kroppen. Det är ett hav, och det finns stormar, det finns stiltje, det finns småkrus, och det finns allt däremellan" (Åsa, reflektion 2022).

Improvisation med dess utgångspunkt i kroppen är en självutforskande undersökning. I improvisation sker ett förhandlande möte mellan kropp, rum, tid och energi via externa eller interna impulser. Olika former av materialiteter och andra dansare påverkar och är en del av *leken* (Martin 2017). Dansaren behöver förhålla sig öppen och responderande samt utforskande utan ett specifikt slutmål. Fokuset ligger på processen, inte på formen (Martin 2017).

Då dansaren processar den kropp den har i nuet innebär det att dansaren i relation till åldrande behöver förhålla sig till sin åldrande kropp och eventuella fysiska förändringar. Det ger dansaren en viss agens att styra och påverka sitt praktiska arbete och tillåter form och uttryck att förändras.

Improvisation som praktikbaserad förkroppsligad kunskap är idag den metod som många samtida dansutövare använder sig av både som konstnärlig metod och som koreografisk form.

Improvisation som kritisk praktik är en framväxande diskurs som sträcker sig utanför konstområdet till andra interdisciplinära områden (Middelw 2019). Det är också en självreflekterande reflexiv praktik där dansaren har möjlighet att reartikulera sitt arbete med rörelse (Martin 2017). Forskaren Ann Cooper Albright (2019) menar att det har ett pedagogiskt värde i att förstå värdet av improvisation som praktik i den oförutsägbara värld vi lever i idag. Martin (2017) och Albright (2019) lyfter båda den form av expertis som uppstår hos dansaren genom improvisation, nämligen förmågan att processa och förhålla sig till *instabila tillstånd och situationer*, vilket är viktig information för dansutbildningar att ta med i diskussioner kring uppbyggnad och innehåll i undervisning för att utbilda en dansare som har förmåga att navigera sig fram i en osäker framtid.

Genomförande

Denna undersökning har en praktikinära ansats och kan skrivas in i ett postkvalitativt tänkande/metodologi. Det empiriska materialet består av konstnärlig praktik och samtal i vilka förutom jag själv fem medforskare deltar, samt föreställningen *The World falls Silent* som spelades tre gånger på Strindbergs Intima Teater i Stockholm 2023-03-06 till 2023-03-12. Tillsammans består vi i gruppen av fem kvinnor och en man och vi var mellan 50 - 62 år då studien bedrevs. Vår yrkeshistoria är delvis delad vilket innebär gemensamma referenser i relation till vissa sätt att utöva konstnärliga praktiker med utgångspunkt i improvisation.

Vidare är vi alla verksamma i flera roller inom dansen. Vid sidan om eget utövande som dansare har undervisning för samtliga varit en del av att arbeta med dans och bidragit med mycket kunskap kring vad dans innebär gällande form och uttryck, exempelvis kvalitét i rörelse, gestaltning kopplat till teknik, kreativitet som kraft, improvisation som praktik och vad dans som scenkonst kan göra och bidra med.

Etiska ställningstaganden

Medforskarna blev i förväg informerade om hur studien skulle gå till, vad den innebar och deras rätt att dra sig ur om de så skulle önska. De blev också informerade om rätten att vara anonyma. En samtyckesblankett skickades ut för godkännande av deltagande i forskningsstudien. Alla medforskare har fått läsa vad jag har citerat och har godkänt citaten som jag refererar till i texten. Allt har skett enligt Vetenskapsrådets forskningsetiska principer (2024).

Medverkande i undersökningen

Ulrika Liljedahl - Verksam som dansare, koreograf, lärare, repetitör inom det samtida dansfältet sedan slutet på 1980-talet. Certifierad Dance for PD pedagog (Dans för Parkinson - DfP) och Dans för hälsa. Anställd vid Regionteater Väst som Scenkonstpedagog.

Pipsa Puokka - Verksam som dansare, koreograf, lärare, repetitör och forskare inom det samtida dansfältet sedan tidigt 1990-tal. Certifierad Dance for PD pedagog (Dans för Parkinson-DfP). Anställd vid Fryshuset inom teatersektionen.

Peter Lagergren - Verksam som dansare, koreograf, lärare, musiker, konstnärlig ledare, regissör inom det samtida dansfältet sedan slutet på 1980-talet. Frilans.

Åsa N. Åström - Verksam som dansare, koreograf, lärare inom det samtida dansfältet sedan tidigt 1990-tal. Certifierad Dance for PD pedagog (Dans för Parkinson - DfP). Anställd vid Balettakademin i Stockholm som verksamhetutvecklare av Danshälsa.

Yvette van der Slik - Verksam som dansare, koreograf, lärare, repetitör inom det samtida dansfältet sedan tidigt 1990-tal. Anställd vid Teaterhögskolan i Maastricht, Holland och verksam som frilans. Certifierad lärare i Contakids (kontaktimprovisation med barn) och certifierad lärare i Mindfulness.

Madeleine Karlsson - Verksam som dansare, koreograf, lärare, repetitör inom det samtida dansfältet sedan tidigt 1990-tal. Anställd vid Kungliga Svenska balettskolan (KSB), frilans, konstnärlig ledare för Maka Dans Produktion.

Empiri

Det empiriska materialet består av fem delar. För att besvara forskningsfrågorna valde jag följande metoder i nämnd ordning:

Del 1. Personliga minnesberättelser (autobiografi) – flödesskrivning

Del 2. Improvisation – filmad rörelserespons på personliga minnesberättelser

Del 3. Reflektion – skriven text som respons på filmad improvisation

Del 4. Avslutande samtal – frågor mellan forskare och medforskare i form av tvåpartssamtal.

Del 5. Föreställningen *The World falls Silent* - som artikulerar undersökningens frågor koreografiskt.

Därtill genomfördes samtal mellan mig och Peter Lagergren efter arbetet med och framförandet av föreställningen.

Minnesberättelser

Med utgångspunkt från två frågor skrev vi ner två minnesberättelser om tankar kring ålder och åldrande i relation till det samtida dansfält vi ingår eller har ingått i. Minnena skulle vara personliga och formen var fri, en form av flödesskrivning.

- Minne 1: *Välj ett minne du har där du påverkades eller influerades av ålder/åldrande i relation till ditt dansutövande. Beskriv vad som händer/hände i situationen. Hur känner/kände du?*

- Minne 2: *Välj ett minne i relation till normativt synsätt på ålder och åldrande som utövande dansare. Beskriv vad som händer/hände i situationen. Hur känner/kände du?*

Improvisation

I steg två var uppgiften att använda sin egen improvisationspraktik på sina minnesberättelser. Responserna i form av improvisationer sammanflätar personliga berättelser och improvisationspraktiker. Dessa improvisationer filmades.

Reflektion

Steg tre bestod av att skriva en reflektion över filmade improvisationer som reartikulerar rörelsegestaltningen.

Samtal

Det avslutande samtalet mellan oss utgick från följande frågor:

- *Vad har projektet inneburit för ditt tänkande och förståelse om åldrande som dansare?*

- *Hur tycker du att din syn på ämnet har förändrats genom att delta i forskningen?*

- *Hur tror du deltagandet kommer att påverka ditt fortsatta arbete med dans (undervisning, forskning, konstnärlig projektledning, koreograferande, repetitör, dansare etcetera)?*

- *Har du något du vill tillägga?*

Samtalen skedde mellan mig och varje medforskare i ett personligt möte eller digitalt rum och var ca 1–1,5 h långa. Samtalen dokumenterades via inspelning och anteckningar.

Föreställningen *The World falls Silent* och avslutande samtal

Längre fram i texten kopplas analysen av den ovan beskrivna empirin till analysen av föreställningen *The World falls Silent* och till mitt och Peters avslutande samtal.



Omtag, ur föreställningen *The World falls Silent* SIT mars 2023@Tanne Willow

”There’s a feeling of getting lost in there” (Yvette, reflektion 2022).

Improvisation som empiri

Dansforskaren Susanne Martins (2017) beskriver i sin doktorsavhandling *Dancing Age[ing]* hur hon skapar vägar för metodiserande, inspirerade av Jennifer Parker-Starbuck och Roberta Mock’s (2011) sätt att forska i och genom Performance Research, där insamlandet av data till stor del sker genom improvisation. Martin (2017) lyfter att improvisation inte bygger på ett synsätt där utveckling har en topp och sedan dalar. Istället framhäver improvisation kreativa processer utan slut som är i ständig förändring. Hennes grundtes, att improvisation har förmågan att möjliggöra och attrahera dansare att fortsätta arbeta som dansare genom livet, gör att improvisation också kan verka som en ålderskritisk praktik. Den konstnärliga praktiken och konsten som skapas är bunden till den individuella kroppen och skapar en form av agens hos dansaren. Improvisation är därför utgångspunkten i min forskning då ålder och åldrande finns invävt i improvisation som praktik.

Improvisation som ålderspraktik

Som äldre dansare upplever jag kroppen som ett arkiv eller bibliotek som rymmer en rörelsehistoria. Jack Lansley och Fergus Early i ”*The wise body*” (2011) beskriver det som *spår av erfarenhet* som uttrycks genom kroppen som livsinformation. Koreografen Evfa Lilja, i artikeln ”Hi, who are you? On choreography and the aged dancer” (2018), ser på rörelsen

som *kroppens minne*. Att improvisera med utgångspunkt i det *kroppsliga arkivet* ser jag som en möjlighet att komma åt kroppsliga minnen och därigenom få fatt i den levda erfarenheten.

Många dansare som var med om att utveckla improvisation som en källa till dans, som en metod för undersökning in i koreografi och som scenkonstpraktik på 1960-talet, står fortfarande på scen och är nu i 80-års åldern. Simone Forti, Deborah Hay, Lisa Nelson, Steve Paxton (död 2024) och Yvonne Rainer verksamma i USA är några exempel på sådana utövare. Jag lyfter fram dessa personer då jag mött dem i workshops och samtal. Deras sätt att använda improvisation är exempel på att improvisation innehåller en plats där åldrande ryms och att en mer tillåtande syn på kropp och dans växer fram ur improvisation som praktik (Martin 2017).

Lansley och Early (2011) lyfter exempel på hur äldre dansare som inkluderar improvisation, experimenterande och som fortsätter att stå på scen, genom sitt utövande utvecklar konstnärliga praktiker som genererar alternativa synsätt på virtuositet och estetik i dans. Andra exempel på detta är Rosalind Crisp och Andrew Morrish med flera verksamma i Australien; Julyen Hamilton, Eva Karczag och David Zambrano med flera verksamma i Europa, och Linda Forsman, Lisa Larsdotter med flera verksamma i Sverige. Jag nämner dessa danskonstnärer från USA, Europa, Australien och Sverige då jag mött dem (förutom Larsdotter) i workshops ett flertal gånger eller arbetat med dem, (Forsman arbetade jag med som dansare under 10 år), och är bekant med deras sätt att närma sig improvisation.

Självkänedom genom improvisation

Form och uttryck hos dansaren mejslas fram genom ett undersökande som kräver tid och är sammankopplat med dansarens innersta väsen. Didaktiska tillvägagångssätt som är tillåtande till olika former av uttryck där danseleven i hög grad får tid till ett undersökande av sitt personliga rörelsespråk gynnar elevens förmåga att integrera sig själv med sin dans. Genom arbete med improvisation lär eleven både känna sitt eget rörelsespråk och kan utveckla det vilket gör att eleven kan få ihop sitt personliga uttryck med ett strikt formspråk utan att tappa förankringen i sig själv. Form och uttryck sammanvävs. Det innebär att eleven kommer bäst till sin rätt i ett klimat där undersökning av rörelsens personliga uttryck premieras framför tankesättet att det finns *ett rätt* som inte lämnar utrymme för fler tolkningar.

Improvisation har genom användandet som praktik, konstnärlig metod och koreografisk form fått större plats inom utbildning i dans genom åren och har idag inom vissa utbildningar fått en mer självklar plats i diskussioner om didaktik och utbildningsinnehåll. Inom samtida dans vävs improvisation ofta in som delmoment i bl. a teknik och repertoarkurser men

fortfarande har många dansutbildningar lång väg kvar till att våga lita på den vinst som kommer genom användandet av improvisation i form av större självkänedom genom upptäckandet av ett eget rörelsespråk och förmåga att omformulera sitt dansande utefter behov i en kropp som är i ständig förändring.

Jag argumenterar för att improvisation är ett viktigt verktyg att utveckla redan som ung danselev och borde vara en självklar del, inte bara som enskilt ämne utan som en del av all teknikträning inom dansutbildning då det är ett sätt att kontinuerligt reartikulera sin rörelse. Min egen erfarenhet av mångårigt undervisande inom yrkesdansutbildning är att improvisation har varken mer eller mindre tid i schemat idag än för 20 år sen, det vill säga cirka ett tillfälle i veckan. Jag kommer genom min text belysa hur viktigt detta också är i att skapa en känsla av agens, att utveckla och ha ett integrerat varande med *självet* (Schwaiger 2012) och för att kunna ha en hållbarhet som dansare genom livet. Arbetet behöver också vara befriat från stress och inte sammankopplat med att *det är bråttom*. Ålder hör till den kategorin och behöver vara fränkopplat dansutbildning.



Omtag, ur föreställningen *The World falls Silent* SIT mars 2023©Tanne Willow

”Min kropp gör sig redo för att öppna upp för en impuls till rörelse, och plötsligt sätter jag igång” (Madeleine, reflektion 2022).

Forskningsöversikt

“What kind of assumptions about the abilities of dancers form the baseline expectations of researchers?”
(Rustad & Engelsrud 2022, s.1).

Mitt forskningsperspektiv utgår från ett västerländskt synsätt och kontext på samtida dans och refererar till en generalisering av vad begreppet europeisk innebär och belyser därmed inte mångfald eller det faktum att Europa har ett konstruerat synsätt gällande normer och som innehåller dolda hierarkier, i synnerhet mot andra samhällen än den europeiska (Hall 1996).

Forskare som Kathleen Woodward 1999, Margaret Morganroth Gullette 2004, Valerie Lipscomb och Leni Marshall 2010 belyser hur västerländsk syn på dans och dansare har präglats av ungdomlig fysisk förmåga och därmed varit i delaktig i marginaliseringen av äldre kroppar inom dans som scenkonst. Andra studier visar hur majoriteten av professionella dansare byter yrkeskarriär väldigt tidigt i jämförelse med andra yrken vilket gör att dans som scenkonst får betraktas som en ung konstform jämfört med andra konstformer (Levine 2005, Dickinson 2010, Schwaiger 2012). Jag kommer längre fram i min text lyfta fram några av de faktorer som påverkar dansarens byte av karriär.

Blicken på åldrande

”Den konstnärliga medvetenheten byggs ju upp under karriärens resa. Det sorgliga för danskonstens del är att dansare ofta avslutar sin karriär så tidigt i livet. Långt innan det konstnärliga får blomma ut. Faktum är att danskonsten lider av detta och går miste om massor av kompetens” (Peter, minne 2022).

Olika konstnärliga praktiker vittnar om en mångfald av synsätt på ålder och åldrande. Gabrielle Brandstetters och Nanako Nakajimas antologi som kom ut 2017, *The aging body in dance, a cross-cultural perspective*, innehåller samlade texter kring kulturella idéer som behandlar rörelse, förmåga till rörlighet, skönhet och uttryck. Viktiga frågor belyses utifrån agens i relation till rörelse och kropp. Vem bestämmer vilken kropp som får dansa? Hur kategoriseras kroppars förmåga respektive oförmåga i relation till inkludering och exkludering? (Brandstetter & Nakajima 2017, s. 2). Författarna utgår i sin diskussion från globalt ökande befolkningssiffror och dess betydelse för kropp i relation till dans. Åldrande sker i och genom människans identitet och upplevs som en subjektiv känsla som gradvis skiftar (Ibid, s. 10). Föreställningar om dansande kroppar i förhållande till normer och synsätt diskuteras. Jämförelser mellan syn på kvinnokroppen i euro-amerikansk och japansk dans debatteras utifrån kulturella, estetiska, politiska och sociala perspektiv (Ibid 2017). Med

utgångspunkt i dans tar de avstamp i forskning om kroppspolitik och genusteori (Butler 1988, Beauvoir 1996, Basting 1998, Hartung 2005). Skillnader i synsätt mellan euro-amerikanskt och japanskt synsätt i relation till åldrande och mognad som danskonstnär lyfts fram. Det västerländska synsättet präglas av ungdomskultur och står i motsats till det österländska synsättet som högaktar åldrande och mognad. I Japan anses de äldre danskonstnärerna vara ett levande kulturarv till skillnad från västvärldens syn där den åldrade danskonstnären istället har marginaliserats (Nakajima 2017). Brandstetters och Nakajimas (2017) tvärkulturella perspektiv vill belysa komplexiteten i hur vi ser, värderar och utför åldrande. Jag frågar mig om kulturella synsätt som är inbyggda i tradition (som det japanska) kan överskrida skillnaderna mellan olika kulturers sätt att se på till exempel ålder och åldrande?

Ålder inom dans sett ur en sociokulturell kontext



Peters minne, ur föreställningen *The World falls Silent* mars 2023©Tanne Willow

“Men att vara för gammal för att dansa är bara en mental spärr, dels skapat kring samhällets syn på ålder men även synen på vad dans är” (Peter, reflektion 2022).

Synen på ålder och åldrande är i västvärldens präglad av idén att förmåga och kunskap avtar, förminskas och faller bort vilket i sin tur påverkar vår blick på åldrande (Woodward 1999, Gulette 2004). Dansfältets makrostrukturer styr på vilket sätt ålder och åldrande får synas på

dansscenen och begränsar hur äldre danskonstnärer kan få fortsätta att vara verksamma. Det görs genom en komplex blandning av faktorer som styr institutionaliserade bidrag och andra bidragsformer samt programmering av dans som till exempel tenderar att premiera ungdom genom att stereotypiskt likställa ung med nyskapande, framåtsträvande och innovativ (Martin 2017). Detta leder till att den äldre dansaren fortsätter att vara underrepresenterad inom scenkonst.

För dansaren skiljer sig synsättet på åldrande beroende på var dansaren verkar. Inom den frilansande sektorn för samtida dans är klimatet kring ålder och åldrande öppnare än på institutioner för dans men inte oproblematiserad. Frilansande samtida danskonstnärer behöver individuellt möta och hantera sin pågående åldrande dansarkropp dagligen i och genom sitt konstnärliga skapande. De tar sig också an rollen som entreprenörer i relation till sina konstnärliga produktioner och är även sina egna marknadsförare (Kunst 2009).

[...] for the division of funds most of the attention is given to the young and up and coming. They don't have a way to deal with older independent people. I'm maybe the only one of the older people still performing and also independent. It seems that everyone else is either half a generation younger or is associated with some institution or theatre. (Pauline de Groot i Lansley & Early 2011, s. 150)

Själv har jag mött kommentarer både från personer utanför dansyrket som inom yrket som bottnar i synsätt jag tidigare beskrivit. ”Dansar du fortfarande? Är inte du för gammal? Kan din kropp verkligen utföra dans nu?” Jag trodde att man pensionerades när man blev 40!” ”Kan man verkligen dansa efter 50?” ”Själv är jag glad över att inte stå på scen längre, tycker inte längre att jag kan dansa som det krävs för att det ska vara på toppnivå”.

Förutom att dansaren förlorar förutsättningarna för en framtid i yrket, förlorar publiken chansen att följa dansare vidare i sina karriärer och se åldrande uttryckt genom en äldre dansares kropp. Hur form och uttryck formats av erfarenheten går förlorat (Rustad och Engelsrud 2022).

Ålderism



*Peters minne, ur föreställningen *The World falls Silent* SIT mars 2023©Tanne Willow*

“Det finns ett kollektivt medvetande som mobbar äldre människor och som visar att vi i vår kultur inte riktigt har lyckats med att hedra och respektera våra gamla. Det är ju ett märkligt fenomen att vi ska behöva skämmas för vår ålder, det kunde ju vara tvärtom” (Peter, minne 2022).

Ålderism är ett begrepp som diskuterar och lyfter fram stereotypa och diskriminerande strömningar. Dessa används främst för att beskriva diskriminering och stereotypa föreställningar inom arbetslivet som bottnar i djupt rotade attityder inom olika sociokulturella miljöer (Andersson 2008). Ålderism inbegriper också processer där underförstådda självstereotyper gällande åldrande synliggörs (Levy och Banaji 2002).

De tre centrala kategorierna inom ålderism är *fördomar*, *diskriminerade praxis* och *vedertagna vanor* (Andersson (2008). *Fördomar* syftar här på nedlåtande och avvisande bilder av åldrande. Ett exempel på detta är att äldre är 'mindre kompetenta och därmed förbrukade'. En fördom som denna följer sen ofta med individen genom livet och blir självuppfyllande. Yngre tar lätt in dessa fördomar tidigt i livet och det skapar distans mellan yngre och äldre då det påminner de yngre om deras framtida öde (Andersson 2008).

Diskriminerande praxis innebär att äldre personer ofta blir annorlunda behandlade jämfört med yngre vilket resulterar i kategoriseringar. Ett sådant exempel är lagen om att gå i pension vid en viss uppnådd ålder. För dansare på institution har pensionsåldern varit mellan 42–44 år. År 2022 ändrades pensionsåldern i Sverige till 68 år vilket är samma ålder som för övriga yrkeskategorier i samhället. Vilka konsekvenser det kommer att få får framtiden utvisa. Andersson (2008) anser att faktorer som dessa bidrar till en samhällssyn att åldrande medför en minskning i värde.

Vedertagna vanor syftar på nedlåtande föreställningar som upprätthålls när samhället inte värdesätter äldres kunskap lika högt som yngres. En anledning till det är att samhället ser yrkesverksamma människor som de mest värdefulla då de gynnar samhället ekonomiskt. Ålderism drabbar alla åldrar men äldre anses vara den mest utsatta gruppen (Andersson 2008).

Barbro Westerholm och Ingrid Kinne Lindgren beskriver i *Bort med ålderismen - så får vi ett Sverige för alla åldrar* (2021) ålderismens utbredning i Sverige. De lyfter fram hur ålderismen finns inom ett flertal områden såsom media, vården, politiken, forskning och lagstiftning. Vidare lyfts att diskriminering på grund av ålder har en stor påverkan på hälsan. Ålderism sker både medvetet och omedvetet och diskussionen om den är idag lågprioriterad trots att vi alla någon gång kommer att bli utsatta för den (Attitydplus 2024).

Självstereotypers påverkan på danskarriär

Ålderism är relevant för min forskning då självstereotyper gällande åldrande påverkar många dansares fortsatta karriärer. De normativa synsätten inom dans har tidigt satt stark prägel på dansarens synsätt på sig själv i relation till åldrande. Synen på dem själva i relation till

åldrande inom yrket blir hindrande. Ett minne jag har är när jag kontaktade en chef för en fri scen för samtida dans i Sverige och hörde mig för om möjligheterna att sätta upp ett koreografiskt verk. Jag var då i ett läge när jag ville satsa fullt på mitt koreograferande och förklarade att jag var “ny” som koreograf på heltid. Chefen menade att “ny” inte var ett problem. Däremot visade sig ålder vara ett. Jag ansågs inte längre ung, vilket förstärkte min egen självstereotypiska blick på ålder.

Dansaren möter ålderism redan under utbildning. Danseleven får ofta möta synsätt om ålder som påverkar deras handlingsmöjligheter negativt (Schwaiger 2012). Det är inte ovanligt att en danselev redan i 12-års åldern känner stress vid uttalanden som ”en till som har börjat för sent” (Pipsa Minne 2022). Många unga nyutexaminerade dansare möter ålderism i form av diskriminering pga. ålder vid ansökan till danskompanier. Flera danskompanier kräver tre års erfarenhet och unga dansare hamnar i kläm mellan behovet av att få ett arbete för att få yrkeserfarenhet och dansinstitutionernas krav på arbetslivserfarenhet. Här synliggörs en ytterligare problematik, Sverige och många andra länder saknar ungdomskompanier som skulle fylla en viktig plats för unga dansare.

Ålderskritik som teori och praktik

“Vad som gör ålder till en komplex process är de normer och föreställningar om förmågor och egenskaper som förknippas med särskilda åldrar” (Krekula & Johansson 2017 i Davet 2020, s. 39).



Konflikt, ur föreställningen The World falls Silent SIT mars 2023©Tanne Willow

“Jag hade förändrats i kroppen och kände inte igen mig. Det var svårt och ledsamt” (Åsa, minne 2022).

I ålderskritisk teori ligger fokus på att ifrågasätta ålder, vuxen och barn som socialt konstruerade kategorier. Kritiska ålderstudier sammankopplar åldersforskning med teorier om makt och med ett fokus på åldersbegreppets relationella karaktär (Krekula & Johansson 2017). Tvärvetenskapliga perspektiv på ålder och åldrande har varit eftersatt i Sverige och internationellt. Under 2000-talet väcktes ett nytt tvärvetenskapligt intresse för ålder som fenomen där forskare från skilda discipliner insåg behovet av systematiserade problematiseringar av ålder för att kunna utveckla teorier med tvärvetenskaplig bredd inom åldersforskningen (Ronström 1999, Krekula & Heikkinen 2014, Krekula & Johansson 2017). 2012 gjordes en stor satsning att samla ihop information om ålder från olika forskningsområden utifrån ett i huvudsak normkritiskt perspektiv och forskningsnätverket *Swedish Research Network on Age (AgeS)* startades vid Karlstads universitet (Davet 2020).

Som forskningsinriktning utmanar kritiska ålderstudier den befintliga åldersforskningen genom att ifrågasätta ålder som neutral position, genom att studera hur ålder görs inom kategorier och deras respektive norm- och värdesystem, men också genom att undersöka komplexa samspel mellan kategorier och maktordningar utifrån intersektionella perspektiv. (Davet 2020, s. 20)

Inom ålderskritisk forskning kategoriseras ålder i grupper om barn, ung, vuxen, äldre, gammal etcetera. Genom användandet av ålderskategoriseringar sorteras människor i åldersgrupper utifrån normativa föreställningar om egenskaper kopplade till specifika åldrar som är föregivnatagna. “[...] uppdelningen i en rad sektorer efter åldrar har också försvårat och förhindrat framväxten av en mer generell åldersforskning som siktar mot en samlad förståelse av helheten, åldrande som process, ålder som en aspekt av livet” Ronström (1999).

Martin (2017) ser ålderskritik som en praktik sprungen ur behovet av att inte bli styrd utifrån vissa synsätt och till vilket pris som helst.

Maktperspektiv i relation till agens



Agens, ur föreställningen The World falls Silent SIT mars 2023©Tanne Willow

“Jag har alltid upplevt dansens yttre villkor som krångliga. Var får dansen finnas? Vilka får dansa och vilka får inte dansa? Vem bestämmer?” (Pipsa, reflektion 2022).

Hur makt distribueras inom de områden som dansare verkar är en av de främsta anledningarna till att dansare byter karriär och visar att äldre dansare har vuxit ifrån de hierarkiska strukturer som många danskompanier fortfarande styrs av idag (Schwaiger 2012). Andra faktorer som påverkar är dålig ekonomi, brist på utmaningar, brist på jämlika kollegor och familjerelaterade aspekter som brist på tid med sina barn (Schwaiger 2005). Många dansare upplever bristen på agens i yrket som en brist på kontroll över hur de önskar leva sina liv (Ibid 2005). Äldre dansare som jag har pratat med lyfter fram att det inte finns så många koreografer de kan tänka sig att arbeta med då de vill slippa bli styrda och istället önskar mer konstnärlig frihet och att kunna påverka. Deras önskan om agens handlar också om att få känna ett värde och respekt för den ålder och erfarenhet den har. Då många konstnärliga ledare har en bakgrund i hierarkiskt styrda danskompanier lever sig gamla synsätt om makt lätt kvar. Ofta letar sig dessa synsätt även in i dansutbildningar och blir rådande eller krockar med mer jämlika synsätt på utövande av makt.

Att dans som scenkonst är en ung kulturyttring jämfört med andra konstformer synliggör ett behov att tänka om gällande makrostrukturerna som rör dans som scenkonstform och inspirera till ett större socialt och politiskt intresse för danskonst där den har med sig sina äldre danskonstnärer och därmed täcker hela spektrumet av ålder (Martin 2017). Nya sätt att ålderskritiskt diskutera dans performativt anser jag är nödvändigt då vi lever i ett samhälle som är i ständig utveckling. Grupper som marginaliseras behöver få höras och synas. Förändring pågår, ålderskritiska diskurser växer och många fler dansare fortsätter vara verksamma efter 50 år. I Sverige har bl. a. Charlotta Öfverholm sen 2015 drivit projekt för äldre dansare och bidragit till att synliggöra avsaknaden av äldre dansare inom dans som scenkonst.

Att ha agens är både begränsande och en möjlighet. Föreställningen *The World falls Silent* reflekterar över medforskarnas upplevelser och önskan om att ha haft möjlighet att bestämma mer själva. Samtidigt har hindren gjort att de skapat egna vägar som gett känslan av viss agens trots allt. Att agens skapas ur synsätt och aktioner som både individ och samhälle samverkar i är tydligt. För den äldre dansaren är den generella avsaknaden av uppmärksamhet och uppmuntran att fortsätta skapa danskonst ofta avgörande.

Mognad genom åldrande

Inom ålderskritisk forskning kopplas ålder ofta till något som är upphöjt, förfinat och fyllt av visdom (Nakajima 2011, Ross 2017). Teaterkritikern Tamotsu Watanabe menar att den äldre dansarens rörelser reflekterar ett moget, djupare och på det sättet sannare jag än vad den yngre dansarens rörelser gör. Att en förhöjning träder in som gör att vi som åskådare kan se förbi ålder och uppskatta erfarenheten och mognaden som lyser igenom den äldre dansarens dans. Det skulle innebära att det mest sannolika är att dansaren mot slutet av livet är som mest sublim och att dansare i hög ålder därför anses vara de som är representativa för att synliggöra *åldrande* på scen. (Brandstetter & Nakajima 2017). För mig är det inte självklart att en äldre dansare har ett likhetstecken med mognad och fördjupning i hantverket som dansare. Förfining kräver tid och noggrannhet. Åldrande som en självklar källa till visdom är avhängigt ett personligt intresse för utveckling och lärande men ligger inte i alla dansares intresse. Det gör att det blir problematiskt att likställa åldrande med grace och visdom. Det blir lätt en försköning av mogenhet sett utifrån ålder. Martin (2017) är kritisk till att dra sådana likhetstecken och argumenterar istället för att åldrande kan synliggöras och diskuteras sceniskt av dansare oavsett ålder. Jag tror därför att ålderskritisk konstnärlig forskning gynnas

av att undvika att jämföra mognhet med ålder och undviker därför att prata om mognad av det skälet. Istället belyser jag i analysen ålder och åldrande i dans utifrån aspekterna vad *kroppen kan* och vad *kroppen vill* samt vad erfarenheten har för betydelse.

Åldrande i dans *My body, the buddhist*

“I love to stay in movement, to let movement flow through my joints. To soften and oil my body. Especially since it’s ageing and the fluids get less. The body becomes drier. But there is also the feeling of getting lost in there” (Yvette, reflektion 2022).

Boken *my body, the buddhist* av Deborah Hay (2000) beskriver hennes konstnärliga praktik och åldrande som danskonstnär. Hay tar läsaren med på en personlig undersökning genom reflektioner kring den svårfångade upplevelsen av självet och kroppen sett som platsen för den konstnärliga medvetenheten. Genom att beskriva hur (dans)konst kan skapas och vad konst kan förmedla lyfter hon fram kroppen som vår viktigaste lärare och hur hon via kroppen hittar *dansen* i sitt dansande. Den dagliga uppmärksamheten på kroppens förmåga att artikulera beskriver hon på följande sätt: *“my body, the buddhist documents the generative play between corporeality and consciousness and between the dance of everyday life and dance as a theatrical practice performing”* (Hay 2000, s. 9).

Hay har utvecklat en kroppslig praktik där frågan *What if...?* är utgångspunkten i hennes arbete. Förutbestämda betingelser som exemplet ovan är för Hay en förutsättning för att börja dansa. Det gör att hon kan vara uppmärksam mot kroppens feedback. Hays arbete sker i studion i och genom kroppen i rörelse. Hon använder samma tillvägagångssätt i sin lärarroll. Eleven är sin egen lärare genom att vara uppmärksam på kroppens impulser. Kroppen är en plats för undersökning, och ingen bekräftelse eller kritik ges utan eleven” [...] orient toward body as generative source of ideas, reward comes less from mastering specific skills and more from the sense of body unfolding as a site of infinite possibilities” (Ibid, s. xv).

Hays konstnärliga och pedagogiska praktik och föreställningar utmanar generella antaganden om vad dans är men kanske framför allt vad dans gör. Hon menar att kunna överleva som dansare med färre och färre fysiska attribut att förlita sig på kräver ett förändrat synsätt under själva dansandet. [...] *“I experiment by applying different lenses to how I see while dancing. This supports my body’s potential to engage dynamically with resources outside myself for inspiration and authorship. How I may see our universe, acknowledging its infinitude as I dance, is my survival”* (Hay 2024).

Åldrande i relation till koreografi



Omtag, ur föreställningen *The World falls Silent* SIT mars 2023©Tanne Willow

"För mig har en starkare lust trätt in om att vara ärlig och sann på scen" (Peter, minne 2022).

I artikeln "Hi, who are you? On choreography and the aged dancer" (2018) undersöker koreografen Evfa Lilja åldrande i förhållande till utvecklandet av performativa koreografiska verktyg för och med äldre dansare. I sitt arbete utgår hon från kroppen som rörelsens och minnets boning och använder koreografi som ett sätt att utveckla och expandera vår förståelse för skeenden i den samtida världen. Arbetet grundar sig i ett multidisciplinärt ramverk bestående av aktörer från olika områden såsom filosofi, sociologi, socialgerontologi och ekonomi tillsammans med personer från olika konstområden som innefattar musik, visuell design, i ett samarbete med sångare, äldre professionella dansare och amatörer. Syftet med

undersökningen var att motarbeta ålderism genom ett medvetandegörande om dess inverkan på synsätt vi bär på. Frågor studien ställer är: Hur synliggörs den levda erfarenheten? Vem definierar att vi är gamla? Varför ska man arbeta med koreografi för äldre?” (Lilja 2018).

Artikeln lyfter utmaningar hon upplever med att åldras inom dans men visar även på positiva aspekter som att det har skett förändringar efter millenniumskiftet då det har blivit lättare att kunna fortsätta vara verksam som äldre inom dans som scenkonst och att fler idag vill stanna i yrket när de åldras.

Åldrande i relation till kliché



Peters minne, ur föreställningen The World falls Silent SIT mars 2023©Tanne Willow

”Jag har ständigt matats av mantrat – En dansares karriär är kort! - sen går det brant utför” (Peter, minne 2022).

I essäsamlingen *Choreography and Corporeality, Relay in Motion* (2016) samlas texter om dansteori och danspraktik. Forskaren Cristel Staelparts artikel ”Dancing and thinking politics with Deleuze and Rancière: performing hesitant gestures of the unknown in Katarzyna Kozyra’s ‘Rite of spring’” finner jag särskilt intressant då den lyfter fram hur kritik via verk inom scenkonst tvingar åskådaren att synliggöra sina förgivandetaganden, här i relation till

ålder, kön och nakenhet kopplat till dans (Staelpart 2016). Hon menar att konsten har en potentiell förmåga att beröra åskådaren förbi omedvetna normativa sätt att tänka.

Genom att använda äldre dansare utmanar Kozyras *Våroffer* den normativa och narrativa ingången till verket jämfört med originalet av koreografen Vaclav Nijinsky (1913). Här syns kroppar som är gamla, förlorat kraft och spänst och som dessutom är nakna. Effekten på publiken av att se en äldre kropp betraktat som materialitet beskriver hon i termer av känslor av obehag. "The performance leaves us at times lost for words, as we have to let go of dominant societal meanings and preconceived notions of age (and gender)." (Staelpart 2016, s. 180). Dessa kroppar är motsatsen till det klassiska idealet, ung och vältränad med stark teknik, istället får åskådaren konfronteras med den motsatta synen på kropp i dans (Staelpart 2016). Det klassiska idealet skapar en illusion av upphöjd skönhet eller en sexualiserad bild för åskådaren att drömma om. Av rädsla skyr vi konkreta bilder av åldrandet då de påminner oss om att vi ska dö i tron om att vi kan undslippa den. Att som koreograf välja motsatta bilder ger åskådaren ett perspektiv på hens egna synsätt på kropp, ålder och död.

Nijinskijs *Våroffer* (rekonstruerad av Millicent Hodson) som var banbrytande på sin tid, då den bröt helt från den klassiska balettens idiom och istället använde sig av jordnära rörelser som tog dansarna ner på golvet, är ett intressant val av Kozyra att välja att bryta mot. Genom att lägga de äldre dansarna på golvet klarar de av att utföra delar av Nijinskijs originalrörelser. Med en slags fototeknik skapas ett animerat förlopp som påminner om stumfilmsepokens hackiga rörelser. Det blir både komiskt och obehagligt på samma gång. Narrativet som uppstår går inte att fly undan. Att vara banbrytande mot det som en gång i tiden var banbrytande tror jag kan vara ett effektivt sätt att påverka en publik.

Åldrande i relation till stigma

To reject the aging 'other' is to deny the possibilities of one's own becoming, by rejecting one's future aged self – a projected self-refusal, and thus limiting the possibilities for identities that are dynamic and evolving" (Schwaiger 2012, s. 176).

Elisabet Schwaigers *Ageing, Gender, Embodiment and Dance – Finding a Balance* (2012) undersöker hur kulturella normer kring kropp uppfattas och visar sig i samhället samt hur de upprätthålls. Stigmatiseringen av ålder, vikt, funktionsvariation, skörhet och sjukdom i relation till dans som scenkonst leder till antaganden om att den kropp som värderas och får synas inom dans som scenkonst är ung och funktionell. Detta är något som har förändrats under det senaste decenniet - bl a med kompanier vars dansare har "mångfunktionalitet".

Frågor hon söker svar på är: På vilket sätt är en dansares kropp stämplad som gammal? Hur är den upplevd och förkroppsligad som gammal? Hur speglas det i synsätt och attityder hos institutioner för dans? Vad har det för innebörd för vår uppfattning och vår förväntning på äldre dansares fysiska och estetiska förmågor? (Schwaiger 2012). Dansare möter åldrande och dess påverkan mycket tidigare än de flesta andra yrkesgrupper. Schwaiger (2012) lyfter fram den tvetydighet som finns i den äldre dansarens försök att upprätthålla det normativa synsättet som lagts på dansaren samtidigt som dansaren ifrågasätter och utmanar. Det öppnar upp för en kritisk diskussion av den rådande diskursen och bereder väg för en mängd variabler kring vad det kan innebära att dansa som äldre dansare (Ibid 2012).

I sin forskning tydliggör Schwaiger (2012) flera av de hinder en äldre dansare möter i sitt yrke. Dels synen på funktion som jag tidigare belyst, som ses som oundviklig och negativ i relation till åldrande. Men också synen på sexualitet sammankopplad med ungdom och skönhet i motsats till åldrande, blir problematisk i västvärlden när den äldre dansaren visar sig på scen. Hon lyfter fram diskussionen kring vilka möjligheter som finns för att med kroppslig agens undergräva och transformera dessa normer.

Genom att använda ett interdisciplinärt ramverk bestående av sociologi, poststrukturalistisk feminism, fenomenologi, performativa studier och socialkonstruktivism fokuserar Schwaiger på upplevelsen av att åldras som dansare, meningen med att dansa och att praktisera dans samt på pensionerade dansare som grupp (Schwaiger 2012). Forskningen bygger på intervjuer med dansare från olika dansfält i en ålder mellan 27 och 76 år under åren 2000 - 2003. Synsättet att dansare förväntas ge upp sin karriär innan de fyllt 40 år vill Schwaiger (2012) utmana och konfrontera och intervjuerna visar på en rad andra faktorer än den normativa, att dansare slutar stå scen för att de fysiskt inte längre är kapabla.

Kropp och själ

En intressant aspekt Schwaiger (2012) upptäckte var att mogna dansare kunde delas in i två huvudgrupper i relation till *kropp och själ*. Den ena gruppen hade valt en genre av dans där *kropp och själ* är sammanlänkade i ett förkroppsligande och den andra gruppen hade valt en dansgenre med ett dualistiskt synsätt på kropp och själ. Schwaiger (2012) argumenterar för att ett dualistiskt synsätt på *kropp och själ* verkar vara hindrande i processen att förstå och integrera med kroppsligt åldrande men att ett sammanvävt integrerat synsätt på *kropp och själ* verkar vara mer gynnsamt i omformulerandet av det förkroppsligade självet hos den äldre dansaren. Hon gick vidare och undersökte förhållandena hos äldre dansare som verkat eller verkar i både österländska och västerländska kulturer och på vilket sätt de har blivit

sedda av kulturen de befunnit sig i och hur de påverkat dem i relation till självet. I korthet belyser hon att dansare som också verkat i österländska danskontexter har blivit medvetna om de normer som det västerländska samhället stereotypiskt styrs av och har därefter förändrat sin inställning till sitt dansande till ett mer holistiskt perspektiv på åldrande. Dansandet utgår från andra premisser som somatiska principer, ett integrerat själv och förändrat synsätt på teknik.

Schwaiger (2012) menar att stigmatiseringen i relation till ålder skapar möjligheter att överge daterade sätt att förhålla sig till dans och till *självet* och *varande*, som på ett mer flexibelt sätt kan utveckla motstånd till de diskurser som råder i relation till den åldrande dansarens *själv*, dess praktiker och performativitet (Schwaiger 2012). [...] dancing can be a way of incorporating past into present, of maintaining continuity of self” (Schwaiger 2012, s. 184). Det stärker antagandet att få möjligheter att verka som äldre dansare har gynnsamma effekter på dansarens uppfattning om självet och varandet i världen.

Att dansa *åldrande*



Dansarens arkiv, ur föreställningen The World falls Silent SIT mars 2023©Tanne Willow

”Dans är kropp. Jag åldras och dansen finns i mig, finns med mig, i min kropp. Rytmen förändras, eftertänksamheten i rörelsen, ett lyssnande” (Åsa, reflektion 2022).

I sin avhandling *Dancing Age[ing]: rethinking age(ing) in and through improvisation practice and performance* (2017), dekonstruerar Martin ålder och åldrande för att synliggöra, diskutera och skapa förståelse för stereotyper om ålder och åldrande. Hon använder sig av improvisation och föreställning som metoder för att ålderskritiskt diskutera ålder och åldrande som dansare. Martins (2017) teoretiska perspektiv tar avstamp i ålderstudier grundade i feministiska och poststrukturalistiska teorier där hon lutar sig mot forskaren Miriam Hallers (2009) syn på åldrande som ett flytande kontinuerligt skeende inte begränsat till det vi vanligtvis anser *gammal* innebär. Martin (2017) vill därigenom synliggöra hur vi kan omvärdera det underförstått invävda i vår gemensamma syn på dans som ungdomlig och utövande av unga.

Martins (2017) mål, att skapa en ålderskritisk danspraktik, uppstår enligt henne i mötet med andra ålderskritiska diskurser. Dessa involverar förutom föreställningspraktik och improvisationspraktik, intervjuer av äldre dansare. Hon hävdar att alla tre kan fungera som en ålderskritisk praktik då dessa praktiker ges möjlighet att gå i dialog med varandra. Förutom den skrivna avhandlingen innehåller *Dancing Age[ing]* två soloverk - *The Fountain of Youth*, 2013 och *The Fountain of Age*, 2015. I dessa dansverk tillåts den äldre dansaren artikulera olika perspektiv och erfarenheter som skapar ett mångtydigt berättande om åldrande och bildar viktigt bidrag till den kritiska diskursen kring ålder och åldrande. I *The Fountain of youth* förlöjligar hon sig själv som medelålders kvinna och gör narr av hennes yrkesroll som dansare och forskare för att visa på tvetydigheten i vad som anses korrekt, anständigt och god smak utifrån kulturella synsätt. Hon använder sig av begreppet ”undoing age appropriateness” det vill säga en kropp som överskrider normerna på vad vi får göra, bör och ska göra och i vilket sammanhang det får ske.

Hennes forskning bidrar även till ett omformulerande av kvalitativa intervjumetoder orienterat mot performativ praktik där den intervjuade med tillgång till sin improvisationspraktik tar sig an ämnet *åldrande*. Det innebar att medforskarna förutom att bli intervjuade fick dansa responser på frågorna vilket gav dem utrymme att använda sin improvisationsförmåga som uttrycksmedel istället för endast ord. Inspirerad av Martin (2017) använder jag metoder där medforskarna fick arbeta med performativa responser genom text och improviserad rörelse.

Likt Martin (2017), som gör intervjuer med sina medforskare ett par år senare, har jag och Peter ett avslutande samtal ett år efter arbetet med forskningsföreställningen *The World falls Silent*. Vi diskuterar hur vi ser på arbetet i retrospektiv och om något har förändrats i våra upplevelser och synsätt genom vårt undersökande tillsammans som en del av en pågående

ålderskritisk praktik. Resultatet av Martins (2017) forskning argumenterar för att en kontinuerlig pågående danspraktik parallellt med föreställningspraktik som kritiskt tar sig an ämnet tillåter dans att utvecklas som en ålderskritisk konstnärlig praktik (Martin 2017).

Att (re)presentera åldrande i dans



Agens, ur föreställningen The World falls Silent SIT mars 2023©Tanne Willow

"I would love to not feel the pressure from outside to step down to give place for younger dancers" (Yvette, avslutande samtal 2022).

Martin (2017) belyser att hon redan som väldigt ung var upptagen med att hantera åsikter om "att anses vara gammal" som dansare och hur det har påverkat henne. Hon ser det som en av anledningarna till att hon blev intresserad av att använda ålder och åldrande i sin egen konstnärliga praktik. Jag tror att det är naturligt att vilja titta på ålder om du som äldre dansare fortfarande finns kvar inom yrket. Om du som äldre danskonstnär väljer att fortsätta har du större spelutrymme om du skapar dina egna föreställningar. Ett exempel i Sverige är Helena Franzen som konsekvent bedriver ett konstnärligt utforskande av rörelsen utifrån *kropp*. Åldrandet sker parallellt med utforskandet i hennes kropp och får påverka den konst som

skapas. Genom ett flertal solon förkroppsligar hennes arbete en slags självrepresentation. Som publik får vi följa hur erfarenheten påverkar arbetet med rörelsen. Nakajima (2011) menar att:

[...] when dancers become old and lose control over their bodies, their bodies lead and their minds follow. This again relates to Nietzsche's ideas about the kinaesthetic and experienced—and points further to the intercorporeal dimension, through which audience members experience dance and dancers not only with their eyes and ears, but through their entire body as an integrated part of the performance. When intercorporeality occurs, the audience become social participants, instead of distant observers. (s. 102)

Längre fram i min text belyser jag detta ytterligare i relation till forskningsföreläsningens möte med en publik.

Fördelar med att fortsätta dansa som äldre dansare

Dansdramaturgen Pil Hansen och dansforskaren Sarah J. Kenny undersöker i artikeln ”Physical and Mental Demands Experienced by Ageing Dancers: Strategies and values” (2019) hur dansare som fortsätter att dansa in i 60 års-åldern möter kraven från den professionella dansvärlden. Genom en kvalitativ pilotstudie av tre samtida kanadensiska dansare identifieras faktorer och strategier som dessa dansare utvecklat för att kunna fortsätta vara verksamma.

Studien bygger på tre observationer: a) Community dans och dess mycket positiva resultat gällande hälsa hos amatörer. b) Medvetenhet om den förhöjda risken för skada kopplat till de höga kraven inom klassisk balett och samtida dans. Att långverkande skador ofta leder till en kortare danskarriär men att det fortfarande är oklart om dansare som fortsätter att dansa i en högre ålder möter och erfar fysiska krav annorlunda. c) Forskning och artiklar i ämnet som visar att många dansare i västvärlden ser negativt på åldrandet. Exempel på detta är förlust av rörelseförmåga, professionella möjligheter i arbetslivet och den bristande representationen av äldre dansare på scen (Hay 1994, Schwaiger 2005, Schwaiger 2012, Rainer 2014 och Lilja 2018). Hansen & Kennys studie visar på det motsatta.

Dansarna som Hansen och Kenny (2019) intervjuade valde tidigt i karriären att parallellt med dansandet börja undervisa och inta positioner som konstnärliga ledare. Som lärare utvecklade de specifika rörelsepraktiker och som konstnärliga chefer gavs dem möjlighet att skapa verk som passade deras konstnärliga intressen och fysiska och mentala styrkor. I

intervjuerna framkom att deras val var drivna av självförtroende, passion och styrka som uttrycktes via starka åsikter, responser och agendor från deras sida. De ansåg alla ha agens utifrån sin valda position och de val de gjort. Ingen av dem nämnde förlust av arbetsmöjligheter på grund av fysiska begränsningar som orsak till deras val. Hansen och Kenny (2019) menar att det är möjligt att deras personlighetsdrag både är förutsättningen för de val de gjort men också att personlighetsdragen har förstärkts av samma val.

De tre dansarna har fortsatt vara nyfikna och söka efter nya metoder för konstnärligt utforskande i samarbete med andra konstnärer som lett till en bred repertoar av ingångar till det kreativa arbetet. I grunden ligger ett stort intresse för undersökning av rörelsen. Deras intresse av ickevetande, av upptäckt och lärande är en hållbar kraft som underbyggs av ett gott självförtroende och känslan av agens som kommer ur deras kunskaper i kinetik och koreografi. Hansen och Kenny (2019) menar att det är möjligt att dessa förmågor att anpassa sina kroppsliga kunskaper “through cognitive flexibility and fluid intelligence” i interaktion med omgivningen skapar möjligheter att fortsätta dansa under den senare delen i livet (s. 15). Att anpassa sin praxis utifrån kunskaper i kinestetik och koreografi som äldre dansare verkar vara essentiellt för att kunna möta de fysiska krav som finns inom dansfältet.

Artistry continues to be advanced by ageing dancers through the pursuit of complex tasks and learning opportunities. In cognitive terms, artistry can be understood as equal parts accumulated and cognitively efficient skills that foster confidence and agency, mental approaches that motivate movement and strategies that strengthen fluid intelligence and keep the work alive in the present. (Hansen & Kenny 2019, s. 15)

Vad Hansen och Kenny (2019) lyfter är att flexibel kognition, förstärkt genom ett artisteri, ökar dansarens lärandeförmåga och därmed förmågan att anpassa rörelse till sin äldre kropp.

Studien belyser viktiga insikter att många äldre dansare tidigt gör val som skapar större agens och möjligheter till att kreativt utvecklas. Det stämmer med mig och mina medforskare som alla tidigt började införliva undervisning och egna konstnärliga projekt till sitt arbetsliv som dansare. Tydligt är att de olika rollerna tillför kunskaper till varandra och inte alls handlar om att det är något som gått förlorat. Istället har det öppnat upp för fler möjligheter.

Jag tror inte att jag hade kunnat utvecklas på det sätt jag har gjort om jag inte tidigt hade införlivat undervisning, drivit koreografiska projekt, samverkat med andra konstnärer och fortsatt utbilda mig inom högre konstnärlig utbildning. Längre fram i min text redogör jag

närmare för hur jag och medforskare har gått tillväga och hur de har upplevt sitt åldrande inom dansen.



Konflikt, ur föreställningen *The World falls Silent* SIT mars 2023©Tanne Willow

”Man vill inte behöva förkasta det man har utan istället slippa generationsdiskriminering och stå upp för sig själv” (Ulrika, avslutande samtal 2022).

Reflektioner över vald forskning om åldrande som dansare

Forskning inom ålder och åldrande har vuxit på senare år. Forskare har analyserat hur sociokulturella synsätt på ålder/åldrande påverkas av ekonomi, sociologi, politik, ideologi och media (Gulette 2014, Rustad 2017, Hansen och Kenny 2019). Har danskonsten påverkat normer och synsätt kring åldrande och dans positivt? Tidigare i texten belyser jag att dans som är sprungen ur den postmoderna eran anses ge kroppen ett eget värde oavsett fysisk förmåga (Schwaiger 2005). Martin (2017) lyfter fram att många av de danskonstnärer som var aktiva under den postmoderna eran fortfarande är aktiva idag. Hon föreslår att deras praktiker tillåtit dem att fortsätta testa och undersöka dans utifrån deras åldrande kroppar och att de därför är mer befriade från ett statiskt synsätt kring dansarkropp i relation till åldrande och professionellt utövande av dans. Min upplevelse är att det stämmer till viss del när jag tänker på äldre aktiva danskonstnärer som Deborah Hay och Simone Forti (verksamma i USA) och

Linda Forsman i (verksam i Sverige) och deras arbete. I studioarbetet med Hay och Forsman har jag dock funnit att förmåga kopplat till skolad dansteknik har kommit att spela en viktig roll i deras koreografiska arbeten. Hay (2000) skriver också om beslutet att sluta arbeta med amatörer och fortsättningsvis endast arbeta med professionella dansare. Jag minns hur hon berättar om det 2001 när jag arbetar med henne i Stockholm. Ett beslut som jag uppfattade kom ur vad hon såg under ett samarbete med en kvinnlig dansare skolad i klassisk balett. Forsman kunde i repetitionsarbete ge plats både för ett reartikulerande av rörelse samtidigt som hon önskade höga hopp och avancerat tekniskt utförande. Det visar på att det är problematiskt med vår syn på hur dans ska se ut och utföras i relation till åldrande. Jag upplever själv att jag vill att dans får fortsätta att vara fysisk som äldre dansare men att reartikulerandet har en viktig roll. Min erfarenhet är också att kroppen till slut svarar bra på att få möta en kontinuerlig mängd av träning och föreställning.

Sammanfattning och diskussion

Den forskning som jag valt om åldrande i och genom dans som professionell samtida dansare kan sammanfattas via olika perspektiv som rör identitet, agens, kroppslig praktik och kritisk performativ praktik. Martin (2017) synliggör sitt kritiska performativa perspektiv genom användandet av klichéer kring ålder där det vedertagna ålderssymbolerna som grått hår och glömska förstärks och används för att driva med klichéerna. Genom att kritiskt titta på och analysera faktorer inom de diskurser som råder kring åldrande för dansaren och åldrande generellt vill Martin (2017) ifrågasätta på vilka grunder normerandet av synsätt som hindrar dansaren att fortsätta dansa fortsätter traderas och vad det får för konsekvenser.

De valda studierna överlappar varandra genom undersökande kroppslig praktik i relation till improvisation, scenisk praktik och kritisk diskurs kring åldrande. I de texter jag valt lyser det igenom att den samtida äldre dansaren är i debatt med den kulturella och sociopolitiska diskursen rörande åldrande. Det sker genom integritet, problematiserande och en oförtruten kampanj att synliggöra marginaliteten äldre dansare och att de tillhör samhället antingen via sin scenkonst eller i vardagen genom sin praktik.

Brandstetters och Nakajimas (2017) utmanande fråga ”Vem bestämmer vem som får dansa?” genomsyrar många av texterna. Martin (2017), Schwaiger (2012) och Lilja (2018) undersöker frågan via västeuropeiska kulturella sociopolitiska klimat och är överens om att de diskurser som styr vem som får dansa utövar diskriminering, exkludering och ålderism. Alla tre beskriver den tvetydiga position den äldre dansaren befinner sig i då hen förkroppsligar den samhälleliga diskursen ”gammal” med allt vad det innebär normativt men samtidigt visar

genom sitt varande och uttryck i dansen, sin praktik och forskning, sitt sceniska arbete, på det motsatta. Deras förmåga till att skapa agens sker trots att de forum där beslut tas som blir styrande inte skapar särskilt många förutsättningar för agens.

Agens i relation till ålder och åldrande som dansare borde vara ett relevant begrepp i samtal på dansinstitutioner och dansutbildningar för att skapa ett förändrat sätt på utövarnas möjligheter till att ha mer rimliga arbetsförhållanden i framtiden. Det faktum att de klarar av att skapa högkvalitativ danskonst trots små ekonomiska medel och liten produktionstid borde inte vara det som blir gällande och därför tas för självklart. Även Hay (2000) i linje med Martin (2017), Schwaiger (2012) och Lilja (2018), lyfter fram tider av svårigheter ekonomiskt, brist på stabilitet, och synsätt som inte värderar den äldre dansaren. Men till skillnad från Martin (2017), Schwaiger (2012) och Lilja (2018) verkar Hay (2000) konsekvent fortsatt sitt konstnärliga arbete oavsett rådande klimat utan att ha engagerat sig särskilt mycket i ett kritiskt problematiserande kring ålder.

Watanabe (2017) visar på en annan diskurs sprungen ur den österländska kulturen där åldrande och mognad är det som värderas högst. Som dansare innebär det att utgångspunkten är värdighet för den ålder man är. I likhet med Hay (2000) och Watanabe (2017) tror jag att det kan finnas en självklar integritet i en äldre dansares sätt att ta sig an arbetet utifrån erfarenhet men att det inte alls är självklart. Arbetet som dansare är både beroende och inte beroende av ålder. Förhoppningsvis får den äldre dansaren möjlighet, om den vill, att fördjupa sitt arbete med rörelse. Det finns äldre dansare som fortsätter arbeta utifrån de förutsättningar som finns och känner en tillfredställelse med det (Martin 2017, Lansley & Early 2011, Hansen & Kenny 2019). Jag tolkar det som att behovet att hävda eller kritiskt belysa någonting inte infinner sig hos varje äldre dansare. Vissa fortsätter att vara verksamma utanför den ålderskritiska diskursen.

I relation till identitet, kropp och *själv* som fenomen och varande visar Hay (2000) Schwaiger (2012), Martin (2017) och Watanabe (2017) genom sin forskning att äldre dansare som har en integrerad sammanvävd bild av kropp och själv har lättare att verka i och genom sitt åldrande. Det skapar bättre förutsättningar för att finna sin väg fram till ett livslångt dansande. Schwaiger (2012) lyfter fram ett söndrande dualistiskt synsätt som sätter ungdom och åldrande i motsatsförhållande till varandra. I det synsättet likställs ungdom med skönhet och vigör och åldrande med förlust och förfall. Genom att Schwaiger (2012) också speglar det via Bourdieus teorier kring skönhet i relation till sociokulturella fenomen synliggörs den habitus som finns kring tycke och smak i en samhällelig kontext. En integrerad syn på kropp och *själv* verkar ha en motverkande kraft till detta.

I förhållande till konstnärlig praktik och scenverksamhet visar Staelpart (2016), Martin (2017) och Lilja (2018) på dans som en konstform med stor potential att via problematiserande och skapandet av nya bilder rucka på stereotypa föreställningar relaterat till åldrande och dans. De har alla använt olika strategier för att kringgå den värderande och stigmatiserande blicken hos en publik och jag uppfattar det som att de faktiskt lyckats påverka. Det tyder på att det finns starka argument för att det går att ändra på kulturella synsätt via danskonst. De exempel jag lyft fram visar på den samtida dansens kraft som kultur och normförändrare.

I texterna av Hay (2000), Martin (2017) har skrivandet en viktig roll och funktion för utvecklandet av förståelsen i praktiker som behandlar rörelse. Jag lutar mig mot dessa i mina val av metoder för utvecklande av empiri. Att varva skriva med att improvisera är praktiker som hjälper forskningen att *öppna sig*. Sett ur ett metodologiskt perspektiv skapar den kreativa processen vägar genom vilka nya insikter och förståelser blir till. Dessa försöker förmedla och kommunicera innehåll som finns inuti den estetiska erfarenheten och som möjliggörs genom konstnärliga praktiker och finns förkroppsligat i det konstnärliga slutresultatet (Borgdorff 2011).

Flera av texterna belyser hur dansare tidigt i livet konfronteras med sitt åldrande. Metoder för att träna dans har enligt tradition varit utifrån förutbestämda danstekniker som kräver en ung vältränad kropp. I det ligger en kontroll över kroppen enligt normer och värderingar på teknik som fortfarande är rådande inom många dansutbildningar (Brandstetter och Nakajima 2017). Här sker förändringar successivt. Exempel inom dansdidaktik och utbildning är att många utbildningar inte längre kommenterar kropp och att funktionsvariationer har fått en mer rättmätig plats i vissa dansutbildningar. Dock skiljer sig fortfarande många värderingar åt i relation till dansdidaktiska bedömningar mellan olika genrer inom dans. Synsätt som att eleven behöver kunna vissa tekniska moment vid en viss nivå och tidpunkt och på ett *rätt* sätt är ett exempel på detta. I Sverige går bedömning nu åt ett mer formativt håll inom utbildning vilket innebär att synsätt som exemplet ovan kommer att behöva förändras.



*Dansarens arkiv, ur föreställningen *The World falls Silent*, SIT mars 2023@Tanne Willow*

”Det finns många blandade känslor av att gå in i dessa minnen. Men jag ser att kroppen vill berätta, att den har något att berätta” (Madeleines, reflektion, 2022).

Analys av forskningsfrågor

I följande del kommer jag att redogöra för min analys av empirin. Den diskuteras med vald teori och litteratur.



Det mörknar, ur föreställningen *The World falls Silent* SIT mars 2023©Tanne Willow

“-Vi har gjort oss själva illa, varför? - Det vet vi inte, vi kunde väl inte annat. - Vi har börjat se illa också. - Det mörknar. - Ja, det mörknar (ur Ett Drömspel av Strindberg)

Forskningsfråga 1

-Hur påverkas kropp och tankar kring åldrande hos den samtida dansaren av normativa synsätt och värderingar inom fältet?

Vad kan kroppen

Ulrika - upplever att samhället och dansvärldens normer delvis har styrt hennes val att sluta dansa på heltid trots att hon kände att hon inte var klar. ”Dansvärlden säger kanske ett tydligare uttalande att *nu är du klar* även om den inte säger så men undermeningen är så”. Vid denna tidpunkt upplevde hon att kroppen fungerade bra och att hon hade fått den erfarenhet och förmåga som krävdes för att kunna arbeta ännu djupare med rörelsen. ”Vi vill inte bara förkasta det vi har och samtidigt är vi väldigt öppna för det som händer, det behöver inte betyda att vi inte har något värde längre”. “Jag hade egentligen önskat att jag hade fått dansa ännu längre än vad jag gjorde. Man säger det till sig själv och kanske lite för tidigt också, nu får yngre ta över”.

Pipsa - har "alltid upplevt dansens yttre villkor som krångliga". Vilka yrkesmässiga rum får hon vistas i? "Vilka får dansa, vilka får inte dansa?" De starka normerna och koderna som styr maktstrukturerna inom fältet "har gjort yrket ointressant" för henne. Hon "vill få äga sin dans, sitt sätt att uttrycka sig".

Peter - upplever inte riktigt att han har påverkats av normer och värderingar i samhället. Han "mår alltid bättre i kroppen när han arbetar som dansare som äldre". Han menar att anpassning av det fysiska är viktigt.

Åsa - beskriver att hon som äldre har känt behovet av att leva upp till en koreografs bild av henne som yngre dansare. "Jag var orolig för att känna mig klumpig och stel...att den koreografen hade gillat att arbeta med mig mycket utifrån min fysiska förmåga". Hon upplevde att hon som äldre fick prestationsångest av att känna pressen över att kunna utföra dans utifrån "samma fysiska förmågor".

Yvette - har insett hur mycket dömande det finns i dansvärlden kring åldrande som dansare och att hon gör det mot sig själv. "A fear of not being good enough". Hon inser att hon var dömande mot äldre dansare som ung. "I feel some pressure from the younger generation to let them in to teach, to give up some of my classes or spaces within these academies for them and through this I realize how much I do it towards myself".

Madeleine - "Jag upplevde en topp mellan 40–50 år, jag hade fått en annan förståelse och djup för arbetet med rörelse och samtidigt kände jag mig bra fysiskt". Under den perioden skapade jag "nya vägar att fortsätta med sceniskt arbete, som dansare, som koreograf med ibland inga eller väldigt små ekonomiska medel". Som ung ansågs jag ha börjat dansa professionellt sent i livet. "Känslan av att det var bråttom jagade mig ständigt. Jag hade också delvis anammat ett synsätt som inbegrep att du som äldre dansare var tvungen att klara av vissa saker tekniskt för att kunna fortsätta dansa".

Analys och diskussion

Alla har vi mött maktstrukturer och normer i dansfältet som bestämmer vem som får dansa (Schwaiger 2012, Brandstetter & Nakajima 2017, Martin 2017 och Lilja 2018) och är överens om att de diskurser som styr vem som får dansa utövar diskriminering, exkludering och ålderism. Vi har upplevt att vi anammat normerandet kring ålder genom ett accepterande av dem. Som *Ulrika* uttrycker det: "Det var bara så det var".

De kvinnliga medforskarna har brottats med stunder av självkritik som har påverkat beslut i åldrandeprocessen. Alla har i perioder flytt från att titta på att vad det innebär att åldras med

dansen. Fem av sex i studien har upplevt diskriminering på olika sätt kopplat till ålder. Det verkar ha varit lättare för Peter att inte låta sig styras av det normerande synsättet kring åldrande inom dans men det är svårt att veta om det är på grund av kön eller om han har haft förmågan att se förbi och inte låta sig hindras av normerande synsätt på ålder pga den person han är. Tydligt är att han efter en paus på 10 år från dans åter har kunnat se möjligheterna och fördelarna med att fortsätta dansa. Som kvinnlig dansare upplever jag att det är mer vanligt att det är mer accepterat för män att fortsätta dansa. Deras åldrande skärskådas inte lika hårt som kvinnors.

Pipsa, likt Schwaiger (2012), ställer frågan vem får dansa? Avsaknad av agens gör att yrket blir ointressant för henne. Likt vissa dansare (Lansley & Early 2011) har Pipsa sökt sig till teaterområdet för att få kraft och lust. Många dansare vill få fortsätta vara verksamma men inte till vilket pris som helst. Schwaiger (2012) och Martin (2017) belyser hur dansare känner behov av att få arbeta under villkor som bättre passar en äldre dansare. De söker efter vägar där större autonomitet och valfrihet finns och som skapar en annan form av agens (York-Pryce 2014, Hansen & Kenny 2019, Rustad & Engelsrud 2022).

Ulrika började fundera över vem som bestämmer när man "är klar" (att man ska sluta dansa) trots att man själv känner att kroppen *kan* och då upplevde hon att det fanns en skarv. Att hon befann sig i ett slags mellanrum men samtidigt var tacksam att hon inte haft en tydlig skarv eftersom hon haft flera roller inom dansen och hela tiden kunnat använda dansen i någon form. Det ser jag som en slags agens, dansen har funnits med genom och att de olika rollerna har underlättat åldrandet (Rustad & Engelsrud 2022).

Många dansare har som *Peter* gått utanför de konventionella vägarna för att kunna fortsätta dansa. Schwaiger (2012) lyfter fram att de som fortsätter dansa genom åldrandet är de som driver förändring och visar vägen för andra. Att fortsätta blir det sätt som för vissa dansare gör att de kan överkomma skarven som infinner sig under åldrandet. Schwaiger (2012), Hay (2000), Martin (2017) och Lilja (2018) belyser hur dansare genom sitt åldrande väljer en lågbudgetlivstil och skapar rum där de kan fortsätta undersöka och skapa dans. Valet att använda naturen, sitt vardagsrum, hyra en billig studio, låna studio genom att erbjuda undervisning i gengäld är bara några exempel på sätt att kunna fortsätta. Det stämmer väl in på Peter som också kombinerat sitt dansande med att musicera och under många år fokuserade på att använda sitt rytmiska kunnande in i undervisning och i skapande av föreställningar under namnet *Rytm'ba*. Under dessa förhållanden har han alltid kunnat anpassa vad han gör fysiskt. Det går i linje med Martin (2018), Lansley & Early (2011), Hay (2000) och Schwaiger (2012) som beskriver hur oberoende danskonstnärer som utgår från

improvisation kan anpassa dansandet efter fysisk förmåga. Känslan av att *kroppen kan och klarar av* infinner sig under sådana premisser. Genom ett fortsatt undersökande av rörelsen och hur rörelsens kodade uttryck performativt kan få förändras driver de ett långsamt förändringsarbete. Ulrika som lyfter fram att man vill slippa förkasta det man har, (likt Lilja 2018) och att man kan se värdet och vikten av rörelsens uttryck och mening i och genom en åldrad dansares kropp. Att uttrycket av rörelsen är det som står i fokus, inte presterandet av uttrycket. "[...] expressing something instead of achieving something" (Steve Paxton i Lansley & Early 2011, s. 92).

Åsas stress över att behöva leva upp till en koreografs bild av henne som ung, *Yvettes* rädsla av att inte duga, min egen press att prestera som jag kunde när jag var yngre ser jag som en internaliserad ålderism som skapar orimliga krav på oss att kunna prestera på samma sätt som när vi var unga. Synen på funktion ses som negativ i relation till åldrande och detta synsätt anammar dansaren ofta på sig själv (Schwaiger (2012). Det självstereotypiska tänkandet befäster ytterligare normerna dansaren vill få slippa (Andersson 2009). Många dansare orkar dock inte gå emot ålderismens starka förväntningar på dem (Martin 2017).

Pipsas upplevelse av dansens villkor som krångliga, som t. ex de maktstrukturer som delar ut bidrag som starkt påverkar den äldre danskonstnärens vilja att representera det som bidragsgivarna vill ge stöd till – nyskapande lovande konst (Martin 2017) – har gjort yrket ointressant för henne. Det är i linje med Martin (2017) som lyfter att möjligheterna att ha agens som ger handlingsutrymme är en väsentlig del i dansaren vilja att fortsätta i yrket. I linje med Rustad & Engelsrud (2022) har jag och mina medforskare för att skapa agens under många år delat upp vårt dansande mellan undervisning, egna projekt och arbete med koreografer. Vi ville alla få slippa kravet på att visa varför vi behövs när vi inte längre anses vara unga.

Jag och medforskare upptäckte att vi delvis hade anammat dansvärldens normer kring åldrande på oss själva och att flera av medforskarna använt sig av en internaliserad ålderism. Självkritik som blir styrande och påverkar val kopplade till skarven i danskarriären när dansaren börjar känna sig gammal men fortfarande vill fortsätta utöva dans. Dessvärre har denna form av självkritik en tendens att fortsätta påverka dansaren även efter att dansaren har medvetandegjort det för sig själv (Andersson 2008).

Genom studien kommer det fram att det verkar vara svårare för kvinnor generellt att fortsätta en karriär som dansare då det finns ett stigma kring åldrande som kvinna som lyser igenom ens egna självvärderingar. Det stämmer väl med Schwaigers (2012) resultat. Tre av oss kvinnor i studien nämner hur komplext det är att kunna hitta en acceptans. Men också att

det förändras och känns lättare bara av att vi tar upp ämnet och samtalar om det. Det stämmer med den tvetydiga position som den äldre dansaren befinner sig i som Brandstetter och Nakajima (2017), Schwaiger (2012), Martin (2017) och Lilja (2018) lyfter fram. Dansaren förkroppsligar både den samhälleliga diskursen ”gammal” men påvisar samtidigt genom sitt varande och uttryck i dansen det motsatta.

Många både uttalade och outtalade normer sätter en stor press både på den unga och den äldre dansaren. Känslan av att *kroppen kan* är baserad på en ung kropp. Flertalet dansare slutar att verka inom branschen, de orkar inte brottas mot ålderistiska uttalanden, motstånd från bidragsgivare och konstnärliga chefer som inte längre vill använda dem. Dansarens egen självstereotypiska blick adderar till beslutet att antingen sluta eller kliva ut i marginalen och verka utifrån egna premisser. Att jag kunde vara självkritisk som äldre dansare, känslan som kunde dyka upp att jag måste klara av allt som en yngre dansare klarar, är bara ett exempel. Samtidigt ville jag revoltera emot normer om åldrande som dansare. Det var en konflikt som pågick i mig. Schwaiger (2012) och Martin (2017) tar båda upp problematiken dansaren upplever i förhållande till hur kulturella normer kring kropp uppfattas och visar sig i samhället samt hur de upprätthålls (Andersson 2009, York-Pryce 2014, Hansen & Kenny 2019, Rustad & Engelsrud 2022).

Synsättet att jag som äldre måste prestera som en ung dansare har förändrats genom min studie men också för att jag kommit till insikten att det inte behövs. Idag upplever jag att det handlar om uttrycket och människan. Att min *kropp kan*.



Peters minne, ur föreställningen *The World falls Silent* SIT mars 2023©Tanne Willow

”Om någon hade sagt till mig då, när jag var 19 år, att jag skulle vara en aktiv dansare när jag är 61 år, så skulle varken jag eller någon annan ha trott på det. Det var helt enkelt en omöjlig tanke för oss”
(Peter, minne 2022).

Vad vill kroppen

Ulrika - hade en stark känsla av att det fanns så mycket mer inom henne att få uttrycka som dansare och att hon hade velat få fortsätta utforska. "Man har inte kommit dit, man är i något slags mellanrum. Man känner sig bra i kroppen, har fått erfarenhet och kan börja jobba ännu djupare med rörelser men utifrån är det tydligt att man inte ska dansa längre. Man säger det också till sig själv". Hon skulle vilja "ha lite tid nu att utforska var jag befinner mig och hur jag skulle kunna arbeta vidare med min kropp och de idéer jag har". Ulrika nämner också att ibland har dansen fått stå tillbaka på grund av familjeskäl.

Pipsa - har redan innan hon medverkade i min studie satt igång dialogen med sig själv kring kropp och dansande utifrån att ha åldrats. Hon beskriver det som en kraft som har betydelse och är välgörande. Att det är en process som är "beroende av att ingen styr den" och att den är "befriad från andras blickar". Hon upplever att kroppen hon har idag "pratar tillbaka" och kan uttrycka nyanserat något som hon uppfattar som en livsberättelse. Hon berättar att det är som "att man återtar sin rörelse...det är ingen annan i rummet, du får göra precis som du vill, din rörelse får ta den väg den vill".

Peter - känsla är att han nu kan ha "ett ärligare förhållningssätt till dansen, bara vara den han är". Peter beskriver hur hans syn på åldrande som dansare förändrades under arbetet med koreografen Evfa Lilja. Åldersspridning och inkludering av olikhet i förhållande till kropp möttes i arbetet hos E.L.D (Evfa Lilja Dans) vilket han menar skapade förebilder att fortsätta dansa genom ett åldrande. Peter studerade även hur de äldre dansarna mötte det dagliga arbetet och inspirerades av dem. "Jag minns att jag överraskades av deras tänkande i stort. Vi yngre dansare var mer fixerade vid oss själva, att hålla kroppen i bästa trim och prestera. Idag som äldre dansare förstår jag deras inställning, framför allt till dans som konstform, att den konstnärliga medvetenheten byggs upp under karriärens gång [...] att man går från omedvetet verktyg till medveten skapare".

Åsa - beskriver det som att "först är man bara dansare, ett verktyg, men sen blir man mer och mer sitt eget verktyg". Att hon tvingades till den processen då hon upplever att det inte längre finns så många koreografer som hon vill arbeta med. Hon menar att det går en skiljelinje där dansaren har ett val mellan att fortsätta utveckla sitt arbete och gå mot att bli sin egen danskonstnär eller att kliva av. "Jag tänker att vi blir mer och mer allkonstnärer än dansare".

Yvette - vill hitta tid att röra sig (utöva sin praktik) i studio tillräckligt mycket. Hon vill "keep connecting to the body". Hon uttrycker att hon skulle vilja ha möjlighet att få bli använd som ett instrument som dansare men frågar sig: "Can I go on despite my age?".

Madeleine - "Kroppen vill och har något att berätta" är känslan som har genomsyrat åren efter 45 år. Det är en skarv jag fortfarande till viss del befinner mig i. Under många år fortsatte jag att hitta tid och sätt att utöva ett konstnärskap och accepterade inte att min karriär skulle vara över. "Att gå till kroppen i det dagliga arbetet ser jag som ett inlyssnande till mig själv, ett slags pågående upptäckande och ihopkopplande. Jag tror att det är kopplat till identitet, en uppfattning om vem jag är i mitt varande i mig själv. Jag vill få möta mig själv via rörelse i studio varje dag".



Konflikt, ur föreställningen *The World falls Silent* SIT mars 2023 ©Tanne Willow

"Even though I try to have a day in the week to go to our space to have some free time and space to prepare class and to move for myself. I just don't manage to do that because of good and bad reasons which create some underlying frustration" (Yvette, minne 2022).

Analys och diskussion

Alla medverkande har flera roller inom dansen. De utövar ett eget konstnärskap och växlar mellan rollerna dansare, koreograf, repetitör, konstnärlig ledare och lärare. Jag uppfattar det som att jag och medforskare har pendlat mellan ett dualistiskt förhållningssätt och ett mer

integrerat varande med självet i förhållande till dans. Schwaiger (2012) lyfter fram hur avgörande det är hur dansaren har valt i förhållande till genre i dans. Är *kropp och själv* sammanlänkade i ett förkroppsligande eller har den valda dansgenren ett dualistiskt synsätt på kropp och själv? Ett exempel Schwaiger lyfter fram är skillnaden mellan genrerna klassisk balett och samtida dans. Tre av medforskarna började dansa inom genren klassisk balett för att sedan övergå till samtida dans till skillnad från de tre resterande medforskarna där en har haft en jazzingång till samtida dans och två har haft en kombinerad jazz och modern nutida dansingång till samtida dans.

Ulrika och Yvette uppfattar jag har en internaliserad ålderism som har sin rot i ålderistiska synsätt och normer redan från unga år och som delvis blivit hindrande. Som Andersson (2008) beskriver följer en fördom ofta med individen genom livet och blir självuppfyllande. Schwaiger (2012) lyfter fram flera olika faktorer som gör att dansare tappar motivation och får svårt att fortsätta i yrket. Familjerelaterade skäl är en av de tyngre vägande faktorerna vilket också Ulrika nämner.

Precis som Ulrika drabbas många äldre dansare av konflikten mellan att vilja fortsätta dansa och att tro på att det kan fungera och känslan av att man "måste" kliva tillbaka. Stigma kring ålder både från samhälle och individen själv kan likställas med ett successivt frångående av agens under individens åldrande (Andersson 2008). Detta belyses av Andersson (2008), Schwaiger (2012) och Martin (2017) som lyfter faran i hur normer styr både på makronivå och på mikronivå i samhället.

Pipsas, Ulrikas och Yvettes behov av att få tid till egen utforskning i studio utan värderande är likt Hays (2000) arbete där allt utforskande utgår ifrån att kroppen är läraren. Värderande hör inte hemma i den kontexten. Pipsa upplever att det alltid finns ett självvärderande hos henne som är ständigt pågående. Jag kopplar det till kravet att ständigt prestera som dansare. Schwaiger (2012) lyfter fram att många dansare brottas med självkritik. Känslan av att man aldrig är tillräckligt bra. Det påverkar enligt Schwaiger (2012) dansarens möjligheter att åldras med dansen och reartikulerandet av rörelsen som behöver vara närvarande i arbetet.

Peter mötte i Liljas arbete synliggörandet och vikten av att ge äldre kroppar plats på scen. Då var det ett nytt sätt att ta sig an ålderismen och marginaliseringen av vissa grupper i samhället. Jag argumenterar för att det fick honom att tänka annorlunda gällande det normativa stereotypiska förhållningssättet kring ålder och dans och därför gjorde det lättare för honom att integrera dansen i sitt eget åldrande.

Genom att gå mot koreografi och regi, menar Åsa, utvecklas ett annat konstnärskap. Schwaiger (2012), Hansen & Kenny (2019) och Martin (2017) beskriver hur införlivandet av flera roller inom dansen (lärare, koreograf, repetitör, konstnärlig ledare, forskare) utökar dansarens bredd och möjligheter till att fortsätta arbeta med dans. De ger exempel på hur många danskonstnärer hittar mer agens och frihet genom att ha fler plattformar att arbeta ifrån.

Som jag beskriver min relation till identitet, kropp och *själv* som fenomen och varande är i linje med Hay (2000) Schwaiger (2012), Martin (2017) och Watanabe (2017) som genom sin forskning visar att äldre dansare som har en integrerad sammanvävd bild av kropp och själv har lättare att verka i och genom sitt åldrande. Det skapar bättre förutsättningar för att finna sin väg fram till ett livslångt dansande.

Alla involverade i studien har improvisation som egen praktik. Då improvisation öppnar för möjligheter till ett integrerat sammanvävt förkroppsligt själv drar jag slutsatsen att mina medforskare och jag har ett sammanvävt förkroppsligt själv men att vi har stunder under vårt åldrande som dansare där vi pendlar mellan självkritik och självacceptans och då anammar ett mer dualistiskt förhållningssätt. Likt Hay (2000) som beskriver att hon hittar dansen via sitt dansande uppfattar jag att alla medforskare har en pågående undersökning genom kroppen för att fortsätta att hitta sin dans genom ett dansande i sin nuvarande kropp.

[...] you have experiences that you draw from and that makes it that much richer. That's one reason why, as an older dancer, you have something you can contribute, just because of your long experience and the things that you know, that you've been through. And mostly we're denied that experience, because so few people get to be older dancers. (Jane Dudley i Lansley & Early 2011, s. 135)

Förväntningar

Jag hade nog förväntat mig att medforskare och jag själv hade tänkt mer kring vad åldrandet som dansare innebär när vi var runt 40 år än vi hade gjort. Vi har alla överraskats av att omvärlden plötsligt anser oss gamla. Samtidigt förstår jag varför det inte är självklart. Att börja nysta i varför man valde att göra som man gjorde i sitt åldrande som dansare kan väcka många tankar som kan vara jobbiga och obekväma. Det kräver att du är öppen och intresserad av att gå till den platsen i dig själv. Dessutom är det en *skarv* runt 45–50 år (som Ulrika beskriver fasen) då man fortfarande är dansare men inte längre är attraktiv för dansfältet då många väljer att sluta eller införlivar fler roller som har med dansen att göra.

Det handlar också om att orka titta på sina egna föregivandetaganden kring vad en dansare *står för* och *borde* kunna göra. Många äldre dansare har förutfattade värderingar gällande vad de anser ”duger” för att fortfarande vilja kalla sig själv *dansare*. Deras internaliserade ålderism skapar orimliga krav på dem själva som äldre dansare och blir hindrande i att få syn på och värdesätta den kunskap och erfarenhet de besitter.

Det inplanteras tidigt i dansaren att hen har ett bäst före datum. Dansfältet talar tydligt om det för dig och samhället visar också på många exempel på marginaliserande och diskriminerande av äldre. När jag frågar unga danstuderande som är mellan 14–19 år på Kungliga Svenska balettskolan (KSB) om de har tänkt på att de en dag ska sluta dansa pga. ålder svarar alla förvånat nej. När jag påpekar att de kanske inte kommer att ha någon rätt att påverka det beslutet ser de väldigt överraskade ut. Det är ett exempel på hur dansutbildning har en viktig roll att fylla i att ta ansvar och förbereda och föra diskussioner om åldrande som dansare. Som lärare i improvisation på KSB ser jag behovet och vikten av att driva sådana samtal med elever och kollegium för att långsiktigt arbeta mot förändrade synsätt där inkludering och hållbarhet som dansare ses ur ett livslångt perspektiv.



Omtag, ur föreställningen *The World falls Silent* SIT mars 2023©Tanne Willow

”- Ska vi ta om det igen? - Då måste vi återvända till våra gamla spår, o gå samma väg tillbaka. - Omtagningar? - Ja, omskrivningar. – Hela livet är bara omtagningar. - Ska vi ta om det igen?” (ur *Ett Drömspel* av Strindberg).

Forskningsfråga 2

-Hur påverkas form och uttryck hos dansaren genom åldrandet och vad betyder erfarenheten?

Vad kan kroppen

Ulrika - lyfter att vi äldre dansare bär på en rörelse- och danshistoria. Att det har ett värde. Hon vill inte "försöka vara yngre fysiskt eller i skalet", att det är "rörelsen som är det viktiga". Att hon vill att man ser "att det är en äldre kvinna men att man ser bort från det på samma gång". En insikt hon beskriver är att hennes bild av sig själv i dansen behöver utforskas utifrån den kropp och erfarenhet hon har idag. "Jag kan se bilder framför mig men när jag ser mig göra det ser jag en annan Ulrika som kanske är 26 år. Men om jag tänker bort det och börjar omvandla och tänka här och nu i dem bilder jag har, vad händer då? [...] Det handlar inte om att "jag ska klara det här" som jag gjorde en gång, det är ju inte det som är det intressanta". Ulrika belyser här behovet att få reartikulera rörelse och form för "att kunna se bort från idealet jag har kvar någonstans".

Pipsa - upplever att hon tror att hon kan göra mindre fysiskt i dansen än vad hon faktiskt kan. Hon betonar vikten av att hitta en skonsamhet i arbetet med kroppen. Hon upplever att kroppen har ett "fält som kanske är ett kroppsminne, ett minne av ett tillstånd som kan stödja en konstnärlig process".

Peter - upplever att han som äldre har ett ärligare förhållningssätt till sig själv som dansare. Att erfarenheten gör att han är tryggare som scenkonstnär. "Att man besitter någonting mer än att man bara är en dansare, att man också är en äldre dansare. Att det inte någon nackdel utan en fördel" och att dansa som äldre "har ett värde i sig som byggts upp under karriären". Alla år i branschen har gjort att han har gått från "omedvetet verktyg till en medveten skapare".

Åsa - har överraskats av vad som händer i henne när hon började gå in i frågeställningarna kring åldrande som dansare. "Oj, är min kropp i åldrande och vad är det för någonting? Jag kan inte göra det här, men det här är mina styrkor som jag kan använda. Att våga titta på det lite tydligare". "Jag finns i dansen men har inte har självförtroende nog att säga att jag är dansare. För hennes "bild av hur hon var dansare var en annan än den hon upplever nu". Hon är "jätteglad att hon får vara kvar i dansen på något sätt" och känner att hon har "all erfarenhet från sitt dansarliv och kan få vara precis den hon är och ändå få vara danskonstnär".

Yvette - "When I look at my dancing there is the double or trippel gaze, *the choreographer* (the feeling from inside) and *the doer* and also *the teacher*, to not look at it as a sketch in order to produce something. There is a work happening between the memory of the young body versus being and having an older body. The daily practice is part of your identity".

Madeleine - upplever trots fysiska begränsningar att kroppen som äldre "svarar på de impulser jag ger den". Att erfarenheten skapar en trygg plats att utgå från. Att arbeta med den åldrande kroppen "i en känsla av acceptans ger kroppen rätt signaler". Kroppen kommunicerar i samklang med självet och dansen formulerar något som jag kopplar till ett mer medvetet lyssnande till rörelse än det jag hade som ung.

Analys och diskussion

Ålderskritisk diskurs belyser fenomen som blir hindrande för den äldre dansaren. Ett sådant hinder är det normativa ideal som tidigt läggs på den unga dansaren. Likt *Ulrika* inser många dansare så småningom behovet av att frigöra sig från dem. Det är viktigt ur flera perspektiv. Jag uppfattar också att det skapar distans mellan dansarens yngre och äldre identitet i yrket. "Just as older and younger people coexist in life, so they should be able to coexist on stage [...] dancing can communicate on many levels in many ways [...]. If dancers can rid themselves of their illusions of youthfulness...then the dance may at least be an art for all ages." (Schwaiger 2012, s. 151).

Att *Pipsa* upplever att *kroppen kan* mer än hon trodde den skulle kunna tolkar jag som att hennes uppfattning som äldre dansare har påverkats av normer kring begränsningar som finns i en äldre kropp vilket också är kopplat till att hon mer sällan prövar kroppens kunskap i dans. Det skiljer sig delvis från de andra medforskarna. Hon menar också att i arbetet i studion finns möjligheten att gå in i ett kroppsminne som understödjer processen att *kroppen kan*. I likhet med *Pipsa* lyfter jag och Peter fram erfarenheten som en del i känslan att *kroppen kan*, att medvetenheten om vad yrket innebär har ökat genom danskarriären och ger ett annat värde till vad *kroppen kan*. Peter ser det som ett ärligare förhållningssätt till vad *kroppen kan* och jag uppfattar det som acceptans till att *kroppen kan*. Bådas uppfattning ser jag som ett inlyssnande som ger kroppen rätt signaler. Jag likställer det med en form av agens likt Hansen & Kenny (2019) som lyfter fram att äldre dansare som känner en form av agens till lyssnandet och användandet av sin kropp i dans ser möjligheter och mår bra i kroppen på grund av det. Det stämmer med Hay (2000) som lyfter fram kroppen som läraren oavsett ålder. Att ta hand om *självet* och kroppen praktiseras av dansare genom livet men som äldre ser strategierna för

många dansare annorlunda ut. Vanligt är att använda sig av alternativa träningsformer som somatiska praktiker, taichi och yoga, introspektion och skrivande (Hay 2000, Schwaiger 2012, Lansley & Early (2011). Det stämmer med det Pipsa lyfter fram att kroppen som äldre behöver en skonsam träning.

Peter beskriver hur dansaren genom erfarenhet får en högre grad av medvetenhet som utvecklar dansarens konstnärskap och att det är en av fördelarna med att åldras som dansare för dem som väljer att stanna i yrket. Steve Paxton vid 55 års ålder beskriver den processen på följande sätt “[...] I feel like I’m still discovering systems in the body that I hadn’t noticed before, and new ideas to pursue.” (Brandstetter & Nakajima 2017, s. 36).

För *Åsa* skiljer sig dåtid och nutid. Jag uppfattar det som att hon inte kan jämföra det som är nu med den identitet hon upplevde sig vara när hon var yngre dansare. I det ligger en potentiell konflikt. Hon vill inte kalla sig dansare längre då hon jämför identiteten *att vara dansare* med en yngre version av sig själv. Schwaiger (2012) ser en sådan potentiell konflikt som något som kan möjliggöra ett inkorporerande av förfluten tid med nutid och ett bevarande av ett kontinuerligt själv. Det stämmer med både Ulrikas och Pipsas behov av att känna agens och verka utifrån jämlika och rimliga premisser i sitt åldrande som dansare. Hansen & Kenny (2019) lyfter fram vikten av att ha ett gott självförtroende för att känna agens i relation till att fortsätta identifiera sig som dansare som äldre. Genom att Åsa fortsätter verka inom dansen som lärare i *Dans för Parkinson* beskriver hon hur det har skapat ett rum för henne att vara precis den hon är. Jag ser det som en form av agensskapande.

Yvettes beskriver att arbetet pågår mellan minnet av den unga dansarkroppen och att vara och ha en äldre kropp i dansen, att den dagliga praktiken är en del av identiteten. Jag ser det som ett dagligt arbete som införlivar dåtid med nutid. Likt Hay (2000), Schwaiger (2012), som beskriver det som ett inlyssnande till kroppen och dess förmåga att ge oss information och koppla ihop oss med vår danshistoria. Jag pratar om att en acceptans till vad kroppen kan ger rätt signaler till kroppen. Det stämmer också med uppfattningen att ha ett integrerat själv är gynnsamt för den åldrande dansaren (Schwaiger 2012, Hansen & Kenny 2019).

Schwaiger (2012) belyser hur vissa dansare uppfattar åldrandet som kroppens förfall där kroppen *inte kan* längre vilket motsäger det som jag beskriver som en ökad kroppslig medvetenhet och därmed förmåga. Dock är det inte okomplicerat att fyra av medforskarna har undvikit att titta på vad åldrandet har inneburit i relation till de stereotypiska synsätten de har utsatts för och hur de har påverkats av dem. Samtidigt har medforskare och jag haft en mer flytande skarv då vi varit verksamma i fler roller som lärare, koreograf och repetitör vilket jag tror har gjort att behovet att titta på ämnet inte har känts nödvändigt.

Brandstetter & Nakajima (2012) lyfter det faktum att åldrande sker i och genom människans identitet och upplevs som en subjektiv känsla som gradvis skiftar. Forskare och medforskares känsla av att *kroppen kan* i förhållande till form och uttryck uppfattar jag som en del av den subjektiva känslan kring identitet. Under det gradvisa skiftandet genom åldrandet (Brandstetter & Nakajima 2012) har våra kroppar fortsatt att arbeta med rörelse och konstnärliga processer och dansaridentiteten har funnits med genom åldrandet. Ulrikas reflektion att hon har en bild i sitt huvud av hur hon ser ut när hon gör en rörelse men att den bilden kanske är hur hennes då 26-åriga kropp skulle utföra den uppfattar jag som en del i det gradvisa skiftandet. En tillgång både till ett då och ett nu. Att arbetet med rörelsen utgår från vad *kroppen kan* nu.

Ett av Schwaigers nyckelargument är att “[...] the extradiscursive dimension of the dancing body offers potential as a site of resistance to discursively mediated norms” (Ibid 2012, s.122). Jag menar också att genom ett reartikulerande av rörelse och form kan den äldre dansaren visa på ett motstånd till de normativa synsätten. Vad skulle hända om äldre dansare gick in i en öppen diskurs om reartikulerande av rörelse? Sådana samtal pågår till viss del och har ökat i omfattning under senare år men inte i den grad det skulle behövas. Jag hävdar att det är viktiga diskussioner som behöver ske både på institutioner för dans och i dansutbildningar för att skapa ett mer öppet förstående klimat för åldrande som dansare.



Omtag, ur föreställningen *The World falls Silent* SIT mars 2023©Tanne Willow

”Nyfikenheten, drivet att fortsätta utforska i dansen finns där, lever och vill vidare (Ulrika, minne 2022).

Vad vill kroppen

Ulrika - tror att improvisation kan vara en väg in i en åldrande danskropp, "till rörelser och uttryck som man tidigare i sin danskarriär inte hade tillgång till ännu". Men att "det kräver att man har villighet". Ulrika skulle vilja slippa den yttre blicken från dansvärlden då hon har den på sig själv. "Då skulle man lättare kunna släppa den på sig själv". Ulrika menar också att det handlar om att "orka föra en slags kamp".

Pipsa - upplever att det handlar om att få utforska sin rörelse utan något särskilt syfte. Låta rörelsen vara fri utan krav. "Vad säger kroppen, vad berättar den?"

Peter - vill få möjlighet att vara en "förebild inom dans" och uppleva "värdet som äldre" i dansen. Att han får "fortsätta dansa och vara i ett sammanhang".

Åsa - upplever att hon har förändrats, "jag måste stå på scen för min egen skull", att hon får arbeta i sammanhang där hon får uttrycka sig konstnärligt. "Bara göra det för mig själv utan att bli bekräftad. Varför inte bjuda på att så här ser jag ut nu och så här dansar jag och några tycker om det och några inte". Hon menar att hennes kropp får "synas lika mycket som alla andras kroppar och att det är viktigt att vi äldre dansare tar den platsen".

Yvette - är "thankful for feeling, living, dancing body". Hon vill kunna hitta tillräckligt med tid att arbeta med kroppen i studion. Att få vara ett instrument som dansare. Men ställer frågan om det är möjligt i hennes ålder.

Madeleine - upplever att erfarenheten av alla år med dans gör att "kroppen bär på en rörelsehistoria i form av minnen". Kroppen "vill få fortsätta utforska rörelsen". Det handlar om identifikation, att få fortsätta identifiera sig med dansen och "att få fortsätta undersöka och utveckla ett hantverk". "Vad berättar min rörelse idag?"

Analys och diskussion

Ulrika och Pipsa vill slippa den yttre blicken då de har den mot sig själva. I det rådande synsättet, att äldre dansare har förlorat sitt värde (Schwaiger 2012, Martin 2017, Lilja 2018) blir en avgörande faktor för de som vill fortsätta dansa att få slippa den kritiska blicken utifrån. Dessa individer vill få äga sin dans och känna ett värde som äldre dansare.

Åsa upplever att hennes självförtroende inte räcker till och blir hindrande för att kalla sig dansare idag. Jag uppfattar det som ett internaliserat självstereotypiskt synsätt som hon upplever som jobbigt att tänka på men som hon menar också för med sig något gott.

Woodward (1999), Andersson (2008) och Schwaiger (2012) lyfter problematiken med stigmatisering av ålder och hur synsätt blir självuppfyllande.

The meanings we give to these processes (of ageing) and the evaluations we make of people as they grow physically older are social constructions which reflect the beliefs and values found in a specific culture at a particular period in history. (Schwaiger 2012, s. 170)

Peter och Yvette uttrycker att de vill känna ett värde som äldre dansare och att de har en önskan om att få bli använda som dansare. Jag lyfter fram behovet av att få identifiera mig med dansen. Det visar att jag och medforskare har behov av att få känna tillhörighet till dansfältet vi ingått eller fortfarande ingår i (Schwaiger 2012, Nakajima 2017, Martin 2017, Lilja 2018, Hansen & Kenny 2019).

Medforskare och forskare har fortsatt vara i dansen på olika sätt genom åldrandet och har känt att *kroppen vill* men att det fanns en skarv då de upplevde att etablissemangen inte längre ansåg de vara dansare. Blicken på oss själva kommer från den yttre miljön likväl som från den inre blicken mot oss själva. Hay (2000), Schwaiger (2012), Martin (2017) och Lilja (2018) lyfter hur äldre dansare i perioder tampas med bristande ekonomi, låga eller inga bidrag, få arbetstillfällen och att många till slut vänder sig till andra yrken för att få stabilitet i tillvaron. Det kräver ork och villighet att hävda behovet av att få fortsätta utveckla sig som danskonstnär.

Då Hansen & Kennys (2019) studie lyfter fram att dansare som tidigt i karriären integrerar fler roller som alla är kopplade till dansen hanterar åldrandet som dansare med en känsla av tillhörighet och agens, visar att forskning inom ämnet behöver fler studier. Jag börjar genom Hansen & Kenny (2019) tydligare förstå mina egna val. Jag inser mer och mer att de roller jag klev in i medan jag fortfarande var aktiv dansare var ett sätt att få mer agens, ekonomiskt, konstnärligt och i relation till utveckling och utmaningar.

Förväntningar

Resultatet är som jag förväntade mig. Jag och mina medforskare vill få känna ett värde även som äldre dansare. Det är inget konstigt utan är ett existentiellt behov hos varje människa att få känna att erfarenhet och lång tid ägnad åt kunskapsutvecklande inom sitt yrke har ett stort värde och en viktig betydelse.

Forskare och medforskare har stundtals brottats med att acceptera ett reartikulerande av rörelse. Vi har alla varit delvis fastlåsta i att rörelsen ska se ut på ett visst sätt i relation till

t. ex repertoar. Det är givet med tanke på den danskultur vi präglats av. Blicken utifrån har alla dansare känt. Jag förväntade mig att jag och medforskare skulle ha vissa konflikter gällande kring vad kroppen kan och vad kroppen vill och det visade sig vara så för de flesta av oss.

Skillnaden mellan mig och medforskare är att jag fick möjligheten att börja titta på ämnet mer i detalj genom min masterutbildning. Jag visste inte när jag började studera att jag skulle forska i ålderismens påverkan på dansarens åldrande. Det är med motstridiga känslor de flesta dansare lämnar yrket vid en ålder som i inget annat yrke skulle vara rimligt eller försvarbart. Jag upplever också att det finns en gräns runt 50–55 år och om man då fortsätter dansa eller kommer tillbaka till dansen har man fått den nödvändiga distansen då man inte längre orkar bry sig om vad etablissemangen tycker.



Omtag, ur föreställningen *The World falls Silent* mars SIT 2023©Tanne Willow

”Det finns en oerhörd skärpa i blicken, att både kunna ha det inre och yttre ögat med i en improvisation” (Åsa, minne 2022).

Forskningsfråga 3

- Vilken form av kunskap genereras i mötet mellan medforskare, forskare och metoder?

Vad kan kroppen

Ulrika - upplever att hon fått syn på vem hon är i dansen. Självförtroendet har vuxit och hon känner att nu kan hon stå upp för sig själv på ett nytt sätt. ”Om jag vill det. Då ska jag ju göra

det”. Hon beskriver att hon “skulle vilja utforska var hon befinner sig i sitt konstnärliga arbete” kring de insikter hon fått av att medverka i projektet. Att “kunna få ta tid till det”. I nuläget handlar arbetet om att “guida och ge kunskap vidare till dansare” och andra kontexter inom dans och utbildning. Hur hennes medverkan kommer att påverka hennes fortsatta undervisande vet hon inte idag. ”Det är fortfarande ett stort arbete för dansen att titta på åldrande”.

Pipsa - inser att hon kan “lita på kroppen” i den ålder hon är nu. “Den orkar mer än man tror. Om jag låter kroppen leda så minns den... jag är på golvet och det går smidigt, knäet som låser sig lägger jag extra uppmärksamhet på och undviker vissa lägen. Kroppen svarar, det finns ett fält, kroppsminne eller muskelminne som kan stödja en process. Du har varit där - ”push your limits”. Men man stänger dem rummen, vet inte varför men det är jobbigt”. “Jag ser vikten av att vara i kontakt med min rörelse utan krav, att jag kanske bara ska dansa ut dagarna i form av en rörelsedagbok”. “Vad gör den här typen av träning som vi har ägnat så mycket tid åt med att förfina rörelsen och inkluderat riktningar... som har gett vokabulär verbalt och fysiskt? Hon påpekar att samtal om frågor som rör åldrandet och dansarens internaliserade ålderism är viktiga då det förändrar någonting inom individen. ”Vi kan kalla våra samtal för forskning”.

Peter - har insett att vara “äldre som dansare har ett värde i sig. Erfarenheten man besitter, att man är mer än bara en dansare –men också en äldre dansare”. “Att man blir gammal och seg i kroppen...det har jag inte riktigt upplevt, utan jag har upplevt att den ofta blir mer alert varje gång jag jobbar, man mår ju bättre”. Som yngre kände han en form av otillräcklighet. ”Man skulle ha allt!”. Han säger att min forskning har påverkat honom i en “våldigt positiv riktning” för att han “nu kan se mer i klartext” vad han håller på med. Erfarenheterna från studien har gjort att ”saker har öppnats upp” som gör att han kan känna sig ännu tryggare i sitt konstnärskap. ”I vem jag är som scenkonstnär [...] jag kan känna en större tro på mig själv, det man alltid kämpat med”. “Det är ett lärande i att få nya insikter, blicken på sig själv ändras genom att delta, och lärandet om vårt eget åldrande har inträtt via projektet. Det är vi själva som sätter stopp i våra egna huvuden”.

Åsa - upplever att deltagandet i forskningsprojektet har satt i gång ett medvetandegörande av vem hon är nu. “...jag jobbar med andra i deras åldrande kroppar, när man förlorar vissa kroppsliga förmågor, t. ex Parkinsons sjukdom eller stroke men det här blev personligt. Nu handlar det om mig, jag ska gå in min kropp och åldrande...vad är det för någonting? Det blir läskigt och skört, men också stärkande [...] Det här är jag nu och jag kan inte göra det här,

men det här är mina styrkor. Våga titta på det tydligare”. Studien har fått henne att inse att ”jag kan vara precis den jag är och ändå få vara danskonstnär”, och att hon “måste komma ihåg att dansa själv”. Hon inser att hon har fortsatt dansa de sista åren för att hon “är verktyget som hon visar dans genom” när hon undervisar Dans för Parkinson och inte dansat för sin egen skull. “Nu har det ändrats, jag måste stå på scen för min skull eller göra saker där jag får uttrycka mig konstnärligt”.

Yvette – upptäckte sitt omedvetna självdömande och dömande mot andra. “What came up in me is that I realize through talking to you how much judgement there is in me and also outside towards the subject. I realize it’s there constantly. I think it’s part of the profession and also with the general public. I have a feeling that there is a lot of judgement among teachers that work with movement. I do it myself too”. ”I think I will look at other dancers in a different way, the ones in my age... even though we don’t have so much chance because most people from my generation stopped already”. Hon känner tacksamhet när hon nu fått möjlighet att titta på sitt inre dömande. ”It’s just a start, it’s something that will go on longer”.

Madeleine - ”Det har förändrat min blick på den delen av åldrandet som dansare som innebär känslor av sorg och förlust. Den mognad jag har nått till idag känns viktig och då om kroppen kan orka förmedla via dans så är det väldigt berikande”. “Jag ser mig själv bättre i mitt dansande nu, jag har också fått en större acceptans till min dans och större förståelse för hur viktiga vi äldre danskonstnärer är för fältet och dansutbildning genom vad vi förkroppsligar och den historia vi bär på”.



Konflikt, ur föreställningen *The World falls Silent* SIT mars 2023©Tanne Willow

Analys och diskussion

Ulrika upplever att hon fått syn på vem hon är i sitt dansande idag och att hennes självförtroende har vuxit. Jag ser det som att *kroppen* och *självet* har en mer samskapande relation som leder till en ökad känsla av agens (Schwaiger 2012, Engelsrud & Rustad 2020). Likt *Ulrika* lyfter *Pipsa* fram tilltron till kroppens förmåga och att kunskaperna finns där om man tillåter kroppen att leda. Hon menar att pusha kroppen behöver belastas och att den då svarar an. Jag ser också det som en form av agens som bygger mer tillit till sig själv och till sin kropp (Lansley & Early 2011). Hon lyfter också fram vikten av att använda praktik som forskning för att undersöka och föra viktiga samtal som ökar medvetenhet hos sig själv och hos andra (Borgdorff 2011, Nelson 2013).

Peter och *Åsa* har genom forskningen insett att vara äldre som dansare har ett värde i sig. Jag tolkar det som att båda har förstått erfarenhetens betydelse för form och uttryck hos den äldre dansaren. Att just det uttrycket är beroende av den äldre dansarkroppen (Lansley & Early 2011, Schwaiger 2012, Martin 2017). Det gör också att de nu känner sig tryggare och säkrare i sitt konstnärskap. Det anser jag också kan ses som en form av utökad agens. Genom att känna sig uppskattad och bli sedd för den kunskap man besitter som äldre infinner sig känslor av inkludering och gemenskap som kan leda till ett åldrande som värnar om de kroppsliga kunskaper den äldre dansaren har (Ronström 1999, Andersson 2008, Davet 2020, Jönsson et al 2021). För *Åsa*, insikten att hon själv behöver dansa och att hon inte behöver gömma sig bakom DfP, ser jag som en upptäckt i hur hon diskriminerat sig själv. Internaliserade ålderistiska synsätt vill vi ofta inte kännas vid. Vi föredrar att betrakta dem som normala (Ibid).

Även *Yvette* upplever att hon fått insikt i sitt eget dömande i relation till att åldras som dansare. Hon är tacksam för att hon har blivit varse sin självkritik och att blicken på äldre dansare har förändrats. Att bli medveten om sin egen internaliserade ålderism kan medverka till ett förändrat synsätt (Ibid). Samtidigt lyfter hon faktumet att det blir svårt då de flesta dansare i samma generation har slutat. “[...] the taboo regarding ageing and retirement continues to this day, and the acceptance of dancers working past their ‘dance-by-date’ is slow to be acknowledged (Edward & Newell 2013, s. 15).

Jag har genom studien släppt taget om den sorg som kom över mig vid en viss tidpunkt i mitt åldrande som dansare. Arbetet har varit läkande då jag upplever, likt medforskarna att värdet som äldre dansare har uppgraderats i mig. Även om vi alla nu inser mer vårt värde som äldre inom dansen så råder fortfarande starka ålderistiska attityder mot äldre dansare (Andersson 2008, Schwaiger 2012, Early 2013, Lilja 2018, York-Pryce 2014). Edward &

Newell 2013 lyfter det på följande sätt [...] “you cannot be an older dancer without being acutely aware of the prejudice and oppressive attitudes that confront all older people, not just dancers” (s. 71).

Vad vill kroppen

Ulrika - beskriver att hon skulle vilja utforska var hon befinner sig i sitt konstnärliga arbete kring de insikter hon fått av att medverka i projektet. Att kunna få ta tid till det. I nuläget handlar arbetet om att guida och ge kunskap vidare till dansare och andra kontexter inom dans och utbildning. Hur hennes medverkan kommer att påverka hennes fortsatta undervisande vet hon inte idag. ”Det är fortfarande ett stort arbete för dansen att titta på åldrande”.

Pipsa - inser att hon inte ska försöka styra över kroppen utan istället gå med den. ”Det innebär att gå över trösklarna och fortsätta” vilket är mycket krävande. Hon pratar om hur viktig processen med sig själv i studion är, att den får vara befriad från en yttre blick. Hon vill möjliggöra dessa upplevelser för sina elever och locka dem till den typen av undersökning av sin egen kropp och rörelse. ”Få dem att gå in där och upptäcka saker”. Som lärare upplever hon sig själv hamna i rollen som effektiv, ”Vad är meningen med det här?” Känslan av att *behöva få mycket gjort* skiljer sig mot att gå in i en konstnärlig process. ”Det var nyttigt för mig att möta min otålighet. Med otåligheten förnekar jag konstens villkor för det är det som är villkoret. Hos mig finns värderandet som ett pågående hela tiden”.

Peter - menar att det är en gåva om man kan ge unga dansare en positiv medvetenhet kring ålder och kropp då frågan är aktuell hela livet oavsett om du är gammal eller ung. Han nämner en dansfilm, *Rise*, om en ung ballerina som skadade sig 26 år gammal och behövde ta paus i två år. ”Hon fick panik, *jag måste dansa nu för det finns ingen annan tid sen* var undertexten. Stressen över ålder gör mycket mer knas än man tror. I hur många yrken tänker man så egentligen?”

Åsa -börjar mer och mer titta på ”genom din forskning, vad är det jag säger att de (äldre i DfP) ska göra som inte jag gör, som att dansa inför publik”. Genom studien inser hon hur mycket hon vill dansa själv, och inte gömma sig bakom rollen hon har som lärare i DfP. Synliggörande kan ge kunskap som skapar förändring (Bolt & Barret 2010).

Yvette - vet ännu inte vilken typ av kunskap hon öppnat dörren till och vad den kommer att generera, att det är för tidigt att säga. I förhållande till självkritik och internaliserad ålderism är hon glad att diskutera ämnet med mig. “I want to thank you for looking at it. Normally I look away from it, so it’s interesting. It’s always there. It doesn’t mean I can’t experience joy,

and that I also can feel gratitude for what my body is still doing”. Stereotyper i samhället blir självstereotyper som i sin tur blir självuppfyllande och livslånga (Andersson 2008).

Madeleine –jag tycker att fler frågor har uppstått och under arbetets gång. ”Vad innebär det att omformulera sitt dansande som äldre dansare? Vad kan rörelse, uttryck och gestaltande vara?” Jag tycker att jag har blivit mer accepterande mot mitt eget åldrande och till min dans genom det arbete vi har gjort. ”Självaktning ökar och börjar man där sprids en självacceptans som ringar på vattnet”.



Peters minne, ur föreställningen *The World falls Silent*, SIT mars 2023@Tanne Willow

”Det är ett spännande fenomen att jag idag kan känna att jag är obegränsad och fri, men för 30 år sen kände jag mig väldigt begränsad” (Peter, reflektion 2022).

Analys och diskussion

Ulrika och *Pipsa* känner att deltagandet väckt behovet av att kunna få egen tid till att gå in i studio och undersöka sin rörelse. Arbetet att titta på detta pågår. *Ulrika* vill kunna fortsätta utforska det som har väckts i henne genom att delta i studien. Likt *Hay* (2000) är *Pipsa* medveten om att hon kan låta kroppen leda henne och att den kommer att visa vägen. Hon vill kunna ge samma kvalitativa processer till sina elever men att hon lätt fastnar i

effektivitetshjulet som råder inom skola. Makrostrukturer som besitter makt styr dansares framtid (Martin 2017). Som Lilja (2018) påvisar hotas idag konstens villkor och förutsättningar av effektiviseringskrav. Det gäller dansfältet likväl som dansutbildningar. Det skapar en inre konflikt då kvalitet skapas ur ett undersökande där mycket tid finns att tillgå (Hay 2000, Lansley & Early 2011, Schwaiger 2012, Martin 2017, Lilja 2018). Konsten behöver utrymme och tid för de processer som skapar konst. I det sammanhanget behövs äldre dansares medverkan. Generationsöverskridande arbete som syns även på scen skapar istället för distans mellan generationer, en gemensamhetskänsla. Det kan brygga broar att skapa mer inkludering i samhället och få marginaliserade grupper att bli synliggjorda (Andersson 2008).

Peter lyfter här en existentiell och filosofisk fråga kring kropp och ålder. Att det är viktigt att ge danselever en positiv känsla till åldrande och kropp i relation till yrket och till livet i stort. Normen inom dansutbildningar har varit att välmenande tala om för danseleven att det är bråttom då karriären är tidsbegränsad och kroppen slits samt att konkurrensen är stenhård. Som Martin (2017) påvisar kände hon sig redan gammal när hon var ung och upplevde det fortsättningsvis under sin karriär. Men gör dansutbildning eleven en tjänst genom att framhäva dessa synsätt? Kvalité kräver tid och formandet till en kompetent dansare kräver förståelse för hur självet behöver tid att integreras med dansaridentiteten.

Åsa har satt igång ett självreflekterande. Hon har börjat ifrågasätta vad hon säger till de äldre i arbetet med DfP, att hon ger dubbla budskap. Det har fått henne att inse att hon vill fortsätta att dansa själv. Jag tolkar det som att hennes behov att få finnas i sin yrkesroll som dansare har blivit synliggjort och därmed en internaliserad ålderism som varit styrande (Andersson 2008). Hon känner sig befriad och ser möjligheter som tidigare legat dolda för henne. Jag tolkar det som att hon har fått ett mer integrerat själv som Schwaiger (2012) beskriver det.

Yvette är i början av en förändring i sitt tänkande kring stigmat att åldras som dansare men att konflikten inombords fortfarande finns där. Normer får starka fotfästen i samhälle och i individ och kan ta tid att förändra. Ålderismen sker på många sätt omedvetet i samhället men påverkar möjligheterna att agera fritt (Andersson2008).

Jag upplever att forskningen har gett incitament till att orka driva och fortsätta hitta rum att verka i. Det finns en stark vilja i kroppen. *Den kan* och *den vill* när den får tid att utforska och återkoppla till sig själv. Här synliggörs igen betydelsen av acceptans och uppskattning till vad kroppen fortfarande kan. Behovet att få fortsätta undersöka konstnärliga processer i dans är av stor vikt. Det skapar förutsättningar för ett högt självvärde och ett välmående som människa

(Early & Lansley 2011, Martin 2017, Hansen & Kenny 2019). “It seems to me that part of being a mature dancer and carrying on is to find some sort of harmony between your training and your life” (Lansley & Early 2011, s. 149).



Konflikt, ur föreställningen The World falls Silent SIT mars 2023©Tanne Willow

”Jag hade passerat 50 år och kände starkt att mitt dansande behövde få förändras i takt med mitt åldrande”
(Madeleine, minne 2022).

Förväntningar

Medforskare och jag har fått mer insikt i synsätt på oss själva, synsätt från dansvärlden och hur de styr våra liv. Alla inblandade har blivit stärkta i sin självbild. Det har skapat inspiration och ett förändrat tänkande kring värdet i att vara en äldre dansare (Schwaiger 2012, Brandstetter & Nakajima 2017, Martin 2017). Jag hade nog förväntat mig att självreflekterandet skulle påverka oss som jag ovan beskriver. Däremot blev jag delvis överraskad av hur vi alla mer eller mindre omedvetet tar med oss våra synsätt in i nya sammanhang i dans. Schwaiger (2012) skriver “We are fluid selves constantly in process of becoming, yet we are subjected to static social categorization” (s. 176).

Sammanfattning

Behovet upp att få känna värdighet som äldre dansare belyser jag och mina medforskare. Att ha agens som åldrande danskonstnär är ett självklart synsätt inom österländsk kultur (Brandstetter & Nakajima 2017). Det är tydligt kopplat till identitet som dansare. Hansen & Kenny (2019) påvisar betydelsen av att känna självförtroende som äldre dansare. Det skapar agens som sin tur genererar drivkraft. Ökat självförtroende, ett medvetandegörande, känslan av förmåga och tillit till kroppen, en ökad förståelse för var man är i sin dans och en förändrad blick på åldrande som dansare är processer som jag och medforskare berättar om har inträtt under studien.

Mina medforskare upplever att studien och den konstnärliga processen med *The World falls Silent* har haft en tillåtande miljö vilket jag tror har varit en viktig aspekt av att våga gå in och titta i dessa rum i sig själv. Hansen & Kenny (2019) argumenterar för att självförtroende, agens och tillit skapar förutsättningar för att vilja fortsätta driva ett eget dansande som äldre. Tillåtelse att vara och utgå ifrån den kropp man är i kan ses som självklart men jag menar att det inte alls är självklart, känslomässigt eller praktiskt, för mig och medforskare. Konstnärlig forskning visar att synsätt, vedertagna sanningar och värderingssystem kan synliggöras och därmed förändras genom att de beforskas (Biggs & Karlsson 2011). Lärandet som skett i studien har gett nya insikter som öppnar för möjligheter att tänka och känna annorlunda om sitt eget dansande som äldre. Det blir tydligt hur metoderna faktiskt kan möjliggöra ett förändrat synsätt hos de involverade i forskningen. Jag tror ändå att det kräver mod och ork och äldre dansare som banar väg, även om självförtroende och ökad förståelse för sig själv bidrar (Schwaiger 2012).

Body memory of movement [...] fulfills a particularly important function for ageing, as it enables a `body history` to be held together through movement `tracks` which become habits and are stored in, and recollected through the body rather than the cerebral cortex alone. This unique body history in turn helps to generate a cohesive, coherent and meaningful body-self, which lies outside the discursive binaries of a culture that pejoratively age-grades its subject [...] it's a dancing body's unique accumulated history, a history enabled through ageing, and a `dancing of the self through ageing.
(Schwaiger 2012, s. 131)



Konflikt, ur föreställningen The World falls Silent SIT mars 2023©Tanne Willow

”Ibland känner jag en stor frustration över att inte få skapa, uttrycka mig, vara i en process. Då känner jag mig begränsad och får inte ut min kapacitet. Hur ska jag finna mitt dansande i min nuvarande kropp? Är det bara att hitta en egen acceptans, byta perspektiv, hitta dans med nya formuleringar? Jag vill vara min ålder men inte dansa min ålder. Det innebär en slags kamp. Vill jag, orkar jag?” (Ulrika, minne 2022).

The World falls Silent



Kroppen som landskap, ur föreställningen The World falls Silent SIT mars 2023©Tanne Willow

”Det finns en plats i min trädgård som jag oftast bara ser på avstånd. Här fanns möjlighet att ta sig igenom mellan träden och på så vis upptäcka nya vägar, lekfullt och nyfiket, som jag minns att mitt dansande har varit och som fortfarande inte känns främmande eller långt borta. Här finns också träd som stod så nära att det är omöjligt att ta sig igenom, fastän min dansande kropp ville fortsätta. Hur mycket tillåter kroppen att röra sig när allt blir trängre? Jag känner lukten, hör naturens ljud, förnimmer jordens dofter, lövens viskande, och förmultningens så kraftfull och levande” (Ulrika, reflektion 2022).

Föreställning

Forskningens resultat artikuleras koreografiskt genom föreställningen *The World falls Silent*. Med mig i arbetet hade jag medforskaren Peter Lagergren, dramaturgen Sigal Zouk, musikern Erik Häusler och kostymören Kid Falk. Föreställningen skedde i samarbete med Strindbergs Intima Teater.

Tillvägagångssätt

Den konstnärliga processen utgick från improvisatoriska metoder på valda delar ur mina och medforskarnas minnen, våra reflektioner på dessa minnen, text ur *Ett Drömspel* av August Strindberg och teman jag funnit i mitt empiriska material som sedan kopplades till vald text ur *Ett Drömspel*. Strindberg, vars text behandlar åldrande, livet och dess existentiella villkor, var viktigt i arbetet med att koppla det personliga till det allmänmänskliga och till redan befintlig konst som tillsammans skulle kunna formulera vad forskningen kommit fram till.

Föreställningens form är baserad på de teman jag fann i min empiri och på principerna från de metoder jag valde att arbeta med som redogjordes för under rubriken *Genomförande* och kan också ses som ett rörelseexperiment in i min och Peters respektive kroppsliga danshistoria. Det dramaturgiska förloppet skapades i nära samarbete med dramaturgen Sigal vars arbete hjälpte föreställningen att hitta sin rytmiska och dramaturgiska form och var avgörande för slutresultatet. Föreställningens blev ca 1h lång och dess form bestod av 10 delar:

Agens: Bygger på dansarens behov att kunna påverka och ha agens.

Paradis/Helvete: Belyser det dubbla perspektivet dansaren har - kärleken till danskonsten och känslan av mognad, erfarenhet och stor kunskap kontra känslan av att inte duga längre.

Maktstrukturer: Bygger på minnen av maktstrukturer vi mött.

Omtag: Belyser dansarens förmåga att hitta vägar fram för att fortsätta dansa. Med karaktären av postmodernistisk dans är denna del kopplad till delar av vår danshistoria.

Peters minne: Ett solo utifrån Peters tidiga minnen som danselev och dansare som performativt undersöker hans väg från klassisk balett till samtida dans genom ett arbete med *icke-representation* och ett undersökande av perspektivet *dansare - publik*.

Konflikt: Har som utgångspunkt dansarens inre konflikt och ständiga värdering av sig själv i relation till prestation - här kopplat till åldrande. Denna scen sker i tystnad och visar på dansarens arbetsvardag - repetitionsprocessen.

Det mörknar: Behandlar skarven som dansaren upplever vid en viss ålder då hen fortfarande känner sig kapabel att fortsätta dansa men ses av etablissemangen som passé.

Mognad: Belyser dilemmat dansaren upplever som äldre då hen fortfarande har lusten, nyfikenheten och drivet att fortsätta utforska men inte anses intressant längre.

Kroppen som landskap: Lyfter fram människan som en del av naturen och att åldrande och död är en del i ett naturligt kretslopp. Och därför en del av konsten. Denna scen belyser det somatiska arbetet som en del av den äldre dansarens sätt att fördjupa arbetet med rörelse.

Dansarens Arkiv: Denna del lyfter fram det personliga uttrycket genom form, uttryck och erfarenhetens betydelse av ett långt liv med dans.

Titeln *The World falls Silent* är hämtad ur boken *Åldrandet* (1970) av filosofen Simone de Beauvoir där åldrandet beskrivs som att *världen faller i tystnad*. Hon syftar här på att telefonen ringer mer sällan, att färre arbetstillfällen uppstår och att vänner dör bort. En form av långsamt osynlighetsgörande av den äldre människan. För dansaren sker en sådan förändring tidigt i livet. Peter menar att “trappar du ner på dansandet så förlorar man också kontakten med dansklubben, och till slut avslutar man det helt”. Pipsa benämner dansfältet “dansfamiljen” och upplever den som mycket komplicerad att ingå i. “En speciell familj där skrifterna skrivs med subtila handslag [...] och ibland med brutala och stridiga bokstäver”. Rädslan för att “världen tystnar” menar jag skapar en tystnadskultur både i dansaren själv och i den sociokulturella kontext dansaren ingår eller har ingått i. Dansaren själv och dansfältet tar för givet att dansaren är passé och allt som oftast väljer dansaren att stänga dörren till de tankar och känslor som finns förknippat med den upplevelsen och lämna det bakom sig.

Varje möte med publik gav nya upptäckter och insikter. Efter andra föreställningen mottog jag ett mejl från en äldre dam som under sitt liv ägnat sig åt dans i olika former, även former av terapeutisk karaktär såsom dansterapi och psykoanalys. Det som särskilt fångade hennes intresse och berörde henne mycket var våra gestaltningar av ämnet och det faktum att arbetet var baserat på minnen. Hon hade gärna sett föreställningen igen och velat få delta i det publiksamtal vi hade efter sista föreställningen där form och uttryck genom erfarenhetens betydelse diskuterades.

I analysen av det avslutande samtalet mellan mig och Peter kopplar jag fler aspekter av vad som hände i mötet med publiken.

Reartikulerande av *The World falls Silent*

I slutet av maj 2023 genomfördes en exposition som visades för publik vid två tillfällen på Stockholms Konstnärliga Högskola. Genom expositionen belystes forskningen på ett nytt sätt. Pipsa som såg både forskningsföreställningen och expositionen menade att forskningen i sin performativitet fick fler nyanser genom att den omarbetades till ett nytt kortare interaktivt format i ett nytt rum. Vissa delar togs bort och nya kom till i en pågående rörlighet och

föränderlighet där publiken fick vara flexibel och flytta sig för att kunna följa med i ett skeende som också motsvarar en dansares verklighet. Expositionens interaktiva format gjorde att hon upplevde sig befinna sig i forskningen på ett annat sätt då “vi delade samma rum och var delaktiga i det som skedde” (Pipsa maj 2023). Hon tyckte att det skulle vara intressant att fortsätta omarbeta formatet till olika rum och sammanhang. Jag ser det som ett fortsatt reartikulerande av forskningen.



Kroppen som landskap, ur föreställningen The World falls Silent SIT mars 2023©Tanne Willow

”Det sköna som är harmonin i universum. Det finns linjer i din gestalt som jag endast finner i solsystemets banor, i den skönt ljudande strängen, i ljusets vibrationer. Du är ett barn av himlen. Jag ser ljuset, jag ser mörkret, jag ser dag och natt. Jag ser lundar och vikar. Jag ser himmel och hav. Ett landskap i vinterdräkt. Snö som lägger sig på marken. Avlödade träd. Jag ser fjärdar o vikar, jag ser stränder o skogar. Jag ser fiskarna i vattnet. Jag ser fåglarna i luften. Jag ser djuren i skogen. Jag ser dig” (ur Ett Drömspel av Strindberg).

Avslutande samtal

Ett år efter att jag och Peter framförde föreställningen hade vi ett avslutande samtal där vi pratade om betydelsen av arbetet vi gjorde och vilken typ av lärande som uppstod i mötet med oss själva, varandra och ämnet på scen i mötet med en publik. Samtalet hade utgångspunkt i *vad kroppen kan* och *vad kroppen vill* och utgick från två samtalsteman.

- Den konstnärliga processen och föreställningens påverkan på mitt och Peters synsätt på normer om åldrande som dansare.

Vad kan kroppen

Peter lyfter fram hur det genom den konstnärliga processen blev påtagligt hur mycket han och jag formats av synen på dansaren som unga och det redan tidigt i livet. "Det var så man var formad i dansvärlden, det var bara självklart förr". Genom att vi tog del av och processade varandras och medforskarnas historier upplevde Peter att det skapades många "aha-upplevelser" som gav fler insikter i hur dansare internaliserar normer. Ett exempel jag lyfter fram är det självkritiska perspektivet vi båda haft genom livet som har varit baserat på "hur en dansare "ska dansa", hur en dansare "ska se ut", vad en dansare "ska klara av". Vi båda upplever att man som dansare ofta blev kategoriserad och ingen av oss var bekväm med det. Yrkesmiljön vi befann oss i som unga var inte särskilt tillåtande gällande bredd och uttryck. Peter beskriver det som att det var "vattentäta skott" mellan genrer och formspråk. "Idag har jag frigjort mig från hur andra ser på mig som dansare". Vi upplever att kroppen fortfarande kan och att erfarenheten är en viktig faktor i vårt arbete. "Vi gör det vi alltid har gjort". Det finns en internaliserad kunskap om arbetet med att stå på scen. "Den känns självklar och ingenting som man ens funderar över".

Vi pratar om att tillbakablickandet som skett genom den konstnärliga processen har öppnat upp för en mer "empatisk blick på sig själv". Som unga kände vi båda en stor otillräcklighet. Peter tror att "det är ett vanligt förfarande hos de flesta konstnärer." All oro och tveksamhet, menar han, var egentligen obefogad. Jag påpekar att den självkritiska blicken var väldigt styrande vilket gjorde att man hade svårt att njuta när man var ung i relation till prestation men att jag "idag ser på kvalité hos dansaren på ett annat sätt". Studien och skapandet av forskningsföreställningen har förändrat min blick på åldrande som dansare. "Den har blivit mjukare och mer tillåtande. Erfarenheten avspeglas genom form och uttryck i våra äldre danskroppar som vi nu har förmåga att uppskatta. Jag känner att jag accepterar åldrandet både hos mig själv och andra äldre dansare på ett mer omfattande sätt som jag tror i en förlängning kan inspirera andra att se snällare på sig själva i sitt åldrande i dansen".

Åldrandet, kroppen och dansaren

Vårt processande av våra och medforskarnas minnen i relation till åldrande öppnade upp för fler ingångar till hur dansare har upplevt värdering av kropp och ålder. Vi har alla upplevt den självkritiska blicken och hur den har varit styrande under vårt arbetsliv som dansare. Att

förändra synsätt som styr stora delar av ens yrkesliv och hur man ser på sig själv till någonting positivt och konstruktivt är en befrielse. Både Peter och jag har fått mycket större inblick i vad och hur vi påverkats i relation till normerande synsätt. Vissa äldre dansare hanterar åldrandet som ett privilegium (Hansen och Kenny 2019). Jag upplever att både jag och Peter är på en plats där vi gör det idag. Likt Hansen & Kenny (2019) som lyfter fram den äldre dansarens samspel med publiken som en faktor i detta skapade jag och Peter ett gemensamt sceniskt rum där vi delade kroppsliga erfarenheter med publiken som påverkade våra och publikens synsätt på ålder. Vi upplevde att publiken fick syn på sin egen internaliserade blick på ålder (Andersson 2008, Jönsson 2021). Medforskarna upplevde någonting liknande då de alla började få syn på vilken blick som styr deras syn på sig själva i relation till vissa val de gjort genom sina danskarriärer. Att utveckla empati för den äldre dansaren och se värdet i den äldre dansarens form och gestaltning av rörelse ser jag som en del i förändringsarbetet gällande stereotypiska synsätt på åldrande (Hay 2000).



Dansarens arkiv, ur föreställningen The World falls Silent SIT mars 2023©Tanne Willow

”Jag tror att dansen har alltid innerst inne betytt närvaro för mig. Att få vara i min kropp, i görandet, i stunden, i handens rörelse, i blicken, i andningen. Rörelsen har blivit en inre dialog. En kraft som skapar sig självt och är fri från existerande tid, rum och sammanhang” (Pipsa, reflektion 2022).

Vad vill kroppen

Peter upplever att han är indoktrinerad sedan tidigt att “man är för gammal för att hålla på med dans” även om han har fortsatt för att han har en så stark drivkraft. I bakhuvudet har han känt att “man är för gammal”. I samtal med andra när han berättar att han håller på med dansföreställningar tar alla för givet att han antingen är pedagogiskt involverad eller är koreograf. “Man är definitivt inte en dansare på scen”. Idag säger han med självklarhet att han är dansare. “Jag känner mig ännu tryggare i den rollen efter vårt samarbete med forskningsföreställningen”.

Jag drivs också av en stark inre kraft att fortsätta. “Det är ibland svårt att förstå var jag får kraften ifrån, särskilt när kroppen protesterar, men den är tydlig och enträgen”. Precis som Peter upplever jag att människor blir förvånade men också glada att höra att det fortfarande finns dansare som fortsätter att vara verksamma på scen efter att de fyllt 50 år. Vår vilja att synliggöra ämnet och dela med oss via dans till en publik kändes väldigt angelägen för oss båda. I samtalet lyfte vi fram “att det kändes viktigt att vi stod på scenen och representerade ämnet vi ville belysa”.

Analys och diskussion

Att föreställningen var uppskattad av publiken tror Peter och jag bland annat berodde på igenkänningsfaktorn gällande ålderism. Jag uppfattade i samtal med människor som hade sett föreställningen att det finns en känsla av skam förknippat med att bli åldersdiskriminerad. Några ur publiken beskrev det som att de känt sig mindre värda och att de inte längre duger när de blivit överflödiga på en arbetsplats, mötts av stängda dörrar vid ansökningar om karriärutvecklingsmöjligheter på befintliga arbetsplatser, eller när de har försökt byta karriär. De refererade till känslor av utanförskap, marginalisering och att inte längre bli sedd som en person som har ett värde och är av intresse för arbetsmarknaden (Andersson 2008, Schwaiger 2012, Lilja 2018, Jönsson 2021). Rädslan av att inte kunna få ett nytt arbete gjorde att de höll fast vid ett arbete de helst skulle vilja lämna.

Likt Martin (2017), som kände sig gammal medan hon fortfarande var ung, kände många unga i publiken igen sig och berättade att de upplevt stor stress över att känna sig “för unga” samtidigt som de kände att det var bråttom att etablera en karriär då de snart skulle vara ”för gamla”.

Då ålderismen genomsyrar samhället oavsett yrkeskategori och ålder blev det en gemensam igenkänningsfaktor för alla i publiken (Andersson 2008, Jönsson 2021). Jag och Peter upplevde det som stärkande och berikande och att vi gav någonting tillbaka till

människor som också upplevt diskriminering på grund av ålder. Publiken kände sig sedda då de kunde spegla sig i våra och medforskarens erfarenheter. Ulrika som kände pressen på sig att sluta fast hon inte kände sig färdig. Yvette som brottats med synen på sig själv som åldrad dansare och ifrågasatt om hon har rätten att vilja vara kvar i branschen. Åsa som är sin egen hårdaste kritiker och upplevt att hon som äldre inte kan leva upp till sin egen standard för vad en dansare är. Pipsa som tappat förtroendet för branschen i relation till synsätt och bemötande då exkludering eller inkludering sker på godtycklig basis. Ålderismen och den diskriminering som blir följderna påverkar oss vare sig vi vill det eller inte, det gäller den yngre såväl som den äldre dansaren (Andersson 2008, Schwaiger 2012, Martin 2017, Jönsson 2021).



Peters minne, ur föreställningen The World falls Silent, SIT mars 2023©Tanne Willow

"Någon skulle kunna säga till mig att jag är på tok för gammal för att dansa. Jag hoppar inte lika högt och ivrigt. Jag har ingen lust att springa rakt in i en vägg. Men att vara för gammal för att dansa är bara en mental spärr, dels skapat kring ur samhällets syn på ålder men också synen på vad dans är" (Peter, minne 2022).

- Uttryck och form gestaltat genom äldre dansare och erfarenhetens betydelse i relation till forskningsföreställningen.

Vad kan kroppen

Peter upplever att han är mer ärlig i sitt rörelsespråk som äldre. “Vi gör det vi gör på bästa sätt och försöker inte vara någonting annat eller en annan ålder än den vi är”. Vi upplever båda att vi idag sätter värde på oss själva, något som vi inte riktigt kunde när vi var yngre. Peter nämner att han kände sig klumpig i början av vår process, fast han egentligen visste att så inte var fallet, ser jag som en form av internaliserad självkritik. “Smidigheten och styrkan ökade allt eftersom. Knäna protesterade men det är ju som det är, man har ju sina begränsningar, även som ung”. För honom handlade det mycket om att komma in i ett releasearbete som han aldrig har tränat. Tillsammans på golvet lotsade jag Peter in i nya tankebanor i kroppen där arbetet med releaseteknik fick möta en äldre “balettkropp”. Peter tycker att det var en väldigt bra process överlag då den dagliga träningen och den fysiska processen aktiverade muskler och byggde styrka. “Kroppen behövde all den tid processen tog”.

Jag upptäckte att “kroppen svarade mer och mer allt eftersom tiden förflöt och blev bättre för att den belastades”. Jag syftar här på mindre smärta i fötterna och knät, att kroppen kändes mer funktionell, tillgänglig och artikulerad. Att det skapade en större expressiv fysisk förmåga. “Det var ett igenkännande av min kropp i dansen såsom den kändes förr. Jag inser att jag dansar för lite”. Jag och Peter hittade sätt att arbeta runt smärta och hade under hela processen ett öppet samtal kring möjliga vägar att vi kunde ta för att undvika smärta och samtidigt inte tumma på graden av kvalité.

I samtalet kom vi in på vad dans innebär, att det handlar om ett görande och vad erfarenheten gör med görandet. Peter börjar med att betona “*att göra* är den enda möjligheten för dans om dans ska göras på scen”. Jag lyfter fram att “uttrycket kommer ur intensionen och innehållet i *görandet*”. Peter upplever att “ett hantverk kliver in i rummet” när vi arbetar med att fastlägga framimproviserat rörelsematerial. Ett hantverk som sker utifrån erfarenhet och kunskap som kommer genom lång tid i yrket och som vi upplever gett oss en större medvetenhet att kunna läsa av vad som behövs.

Självacceptans ger agens

Peters känsla som äldre, att han upplever sig vara mer ärlig i sitt rörelsespråk, tolkar jag botten i ett själv som är integrerat med kroppen (Schwaiger 2012). Att vara precis den man är, varken mer eller mindre, vittnar om en självacceptans och om ett dansande som har lämnat ett värderande bakom sig och istället handlar om varandet och att man sätter värde på sig själv (Hay 2000, Early och Lansley 2011, Schwaiger 2012, Hansen & Kenny 2019). Det grundar sig i synsättet att *kroppen kan*. Jag ser det som att vi utgår från de kroppar vi har nu, och

processar det som är. Vad *kroppen kan* är invävt i den processen. “The quality of performance is something one has, unconsciously, inside [...] It’s a question of feeding it when you are on stage” (Early & Lansley 2011, s. 135). Det faktum att du som äldre dansare har levt mycket längre gör att du har fler källor att hämta ur och mer erfarenhet att bota i som har möjlighet att göra din dans mycket rikare i relation till att *kroppen kan* (Lansley & Early 2011).

Vi upptäckte båda att kroppen svarade på det fysiska arbetet och blev starkare och mer smidig ju längre in i den konstnärliga processen vi kom. Min upptäckt, efter att ha belastat kroppen riktigt hårt, att *kroppen kan* på ett sätt som liknade känslan av att vara yngre som dansare stämmer med dansaren och koreografen Lisa Nelsons upptäckt “[...] in order to keep dancing I had to find the way to dance more (Nelson i Early and Lansley 2011, s. 47). Jag drar slutsatsen att många äldre dansare har för få möjligheter att stå på scen och därmed får för lite tid i en kontext där kroppen utmanas på ett sätt som passar dem idag.

Att jag och Peter kunde styra graden av belastning på våra kroppar i relation till skador gav en känsla av agens som var befriande (Schwaiger 2012). Det i sin tur skapade lust i arbetet då känslan av tillkortakommande inte infann sig. Då dans har *görandet* i fokus behöver kroppen få göra anpassningar för den äldre dansarens kropp. Det är egentligen självklart men ofta skapar internaliserad ålderism hinder i vägen för att åstadkomma det (Andersson 2008, Jönsson 2021). I vårt fall är vi två äldre dansare som tar sig an *görandet* och det skapar ett uttryck där erfarenhet och åldrande är invävt. Att lång erfarenhet och kunskap kan skapa förmåga att kunna avläsa i stunden vad som behövs i mötet med en publik bidrar också till en känsla av agens till att *kroppen kan* (Early & Lansley 2011).

Medforskarna beskriver belastning och arbetet med åldrad kropp på olika sätt. *Ulrika* säger att “kroppen är mycket skörare, explosiviteten är betydligt mindre, men lusten och drivet att fortsätta utforska i dansen finns där”. *Pipsa* belyser en situation i en konstnärlig process som äldre. “Så härligt att dansa fullt ut igen men känner också hur kroppen nöts och lederna slits. Jag har inte underhållit kroppen under mina år då jag mest undervisat. Jag är en annan nu och rör mig annorlunda”. *Åsa* “märker mest en förändring i kroppen” när hon “ska krypa ihop”. “När jag ska böja leder in mot kroppen och det liksom känns tjockt i leden. Att jag inte ryms längre, märker det främst när det är tvärtom – när kroppen är varm och svarar an, då känner jag mig hemma”. *Yvette* lyfter fram perioden hon var i när hon klev in i min forskning. “I was so busy with teaching but hardly moving for myself this period. Even a sense of losing connection with my own body. Since it’s ageing the fluids get less and the body becomes dryer. I want to keep the liquids flowing”.



Konflikt, ur föreställningen The World falls Silent SIT mars 2023©Tanne Willow

”Jag vill dansa barfota, i vinterskor, i vattnet på gräset, under bar himmel och i snöstorm. Min dans äger ingen” (Pipsa, reflektion 2022).

Vad vill kroppen

Peter lyfter fram det som hände med det sceniska materialet i mötet med publik. “Det man gör blev mer påtagligt för en själv”. Materialet som stötts och blötts i den konstnärliga processen genomgår en omvandling och i mötet med publik manifesteras det. Han upplevde att betydelsen av ämnet förstärktes under mötet med en publik. “Det kändes roligt att gå ut på scen och leverera ett material som belyser ämnet samtidigt som vi gör det som är en naturlig del av vårt yrke, dansar inför en publik”.

Jag belyser också förändringen materialet vi skapat genomgår i mötet med publiken. “Det händer någonting avgörande när man som scenkonstnär känner av hur publiken involveras och reagerar. Det handlar om tid, tajming, blick, uttryck, energi och dynamik”. Ett relationellt samspel uppstår där ett levandegörande blir till rent fysiskt och som sker naturligt. “Materialet vi sätter på scen är skapat för att bli sett och upplevt av en publik. Det är först då man upplever om det man vill förmedla när fram. En form av ny kunskap som uppstår i speglingen med en publik”.

Peter tycker att “det häftiga är, ju äldre man blir, att man blir mer avslappnad. Man har inget behov av att visa upp sig”. Han menar att som yngre dansare var man fixerad vid att prestera, göra rätt. “Prestationen är närvarande även som äldre dansare men är idag mer odramatisk. Jag presterar det jag presterar utifrån en behaglig kraftkälla. Förmodligen är jag också mer behaglig att titta på i mitt dansande idag”. Att vara grundad i sig själv på scen anser vi båda kommer med erfarenheten som åldrandet innebär. Hanteringen av energin på scen blir också mer nyanserad. Peters ord “vi gör bara precis det vi ska” visar vad uttryck handlar om, ett hantverk byggt på erfarenhet “som är scenkonstens kärna. Om man när man betraktar dans fastnar på att det ska vara på ett visst sätt är man kanske ytlig i sitt sätt att betrakta”. Peter upplever att “alla år med dans finns i kroppen och jag är den jag är i dansen och det är gott nog”. Jag menar att det är självklart att det syns på något sätt. “Dansaren är alltid dansare”.

Vi upplevde båda att uppskattningen som kom från publiken kändes genuin och ärlig. Jag lyfter fram hur publiken reagerade. “Många blev väldigt berörda. Värme och delaktighet uppstod med publiken och vi kände att vi hade lyckats med att förmedla vårt budskap”. I vårt samtal nämner vi att den känslan gjorde att “det var värt allt arbete”. Jag lyfter fram att “synen på ålder i samhället blev en gemensam nämnare för publiken. Publikens reaktioner visar på att föreställningen belyste ålderismen på ett starkt och effektivt sätt. Det verkar som att föreställningen nådde fram till alla ålderskategorier då unga människor också kunde relatera till föreställningens tematik”. I samtalet nämner jag en före detta elev från Kungliga Svenska balettskolan (KSB) som var på genrepet och hur hen kände igen sig i relation till åldersstigmat dansaren upplever genom livet. Hen blev berörd av att se äldre dansare på scen och uttryckte att “istället för att se dansaren såg jag människan.” En annan (nu före detta elev) som såg en av föreställningarna uttryckte att “jag kan inte fatta att det är min lärare jag ser på scenen, som har gjort allt det här”. Insikten för unga dansare, att dans som scenyrke kan få fortsätta högre upp i ålder, att pedagogik och lärande hänger ihop för ett utövande av scenkonst genom hela livet kan förändra deras synsätt för all framtid och bana väg för helt nya sätt att möta sitt dansande.

Värdet av erfarenhet

Peter och jag upplever att erfarenheten vi har som äldre dansare är självklar och viktig i arbetet med att skapa kvalité och förhöjning i uttrycket. Jane Dudley beskriver det som “The quality of performance is something one has, unconsciously, inside” (Jane Dudley i Early & Lansley 2011, s. 135). För oss båda handlar det inte längre om prestation utan om ett ärligt uttryck och kontakt med vårt varande i dansen och med publiken. När dessa insikter har

landat i dansaren så syns det genom uttrycket och formen. Även medforskarna har olika sätt att beskriva detta. Pipsa säger att det har förändrats ”från att söka bekräftelse till att bekräfta dansen inom mig själv” och Åsa beskriver det med liknande ord ”att göra det för mig själv utan att bli bekräftad”. Det är i linje med Hansen & Kenny (2019) som belyser att det för den äldre dansaren handlar om att kunna hantera pressen utifrån samtidigt som den har förmågan att vara kopplad till sitt själv.

Ett sätt att involvera publiken mer, likt Martin (2017) och Hansen & Kenny (2019), sker också i moment där publiken bjuds in till det arbete som dansaren dagligen bedriver i repetitionssituation. Exempel på detta är del 4 i *The World falls Silent - Konflikt* - där dansandet sker under tystnad där andning och andra ljud tydliggörs och demonstrerar dansarens arbetsprocess, och i del 3, *Peters minne*, när jag övergår från att dansa till att sköta en rörlig lampa på scen som följer honom i hans solo. En flytande linje mellan repetitionsarbete, föreställningsarbete där också det scentekniska arbetet synliggörs.

Engelsrud & Rustad (2022) beskriver att en ömsesidig kroppslig resonans uppstår i interaktionen mellan dansaren och publiken. [...] “the interaffective aspect of performance operates independent of the performers’ or the audience member’s age” (s. 8). Den är grunden för en delad uppfattning och förståelse för varandra och för hur vi uppfattar världen (Ibid 2022). Ålderismen som tema blev en hopbindande komponent som förstärkte kopplingen till publiken oavsett ålder. Likt Staelpart (2016) argumenterar jag för att kritik via scenkonstverk tvingar åskådaren att synliggöra sina förgivandetaganden, här i relation till ålder. Jag och Peter trotsar vedertagna normer och synliggör marginaliseringen av äldre som grupp och hur hårt ålderismen slår för dansare.

Maturity for these dancers involved the acquisition of a deepening connection with their bodies capacities and limits [...] it also became their transgression, as they explored where movement can go, how a corporeal code can be performed differently, and how new connections can be forged between movement and the meanings it expresses. This element of transgression, of resistance to intersubjectively perpetuated normative perceptions and expectations of what constitutes an older dancer, is crucial [...] as he or she finds ways to keep dancing for longer in an ageist culture. (Schwaiger 2012, s. 138)



Konflikt, ur föreställningen *The World falls Silent* SIT mars 2023©Tanne Willow

”Kan jag lita på att det som jag gör med min dans och det jag väljer att dela med andra räcker för att skapa förståelse?” (Pipsa, reflektion 2022).

Analys och diskussion

För mig och Peter har arbetet med föreställningen känts meningsfullt och angeläget. Vi fick fördjupade insikter i vad som styr och påverkat oss på olika sätt genom livet.

Igenkänningsfaktorn från många i publiken bekräftade att arbetet vi gör är viktigt, inte bara för dansare utan också för en allmänhet. Att vi står på scen och förkroppsligar vad föreställningen handlar om tror jag är en avgörande faktor för att kunna påverka synsätt och normer som internaliserats i många människor. Det är i linje med Rustad & Engelsrud (2022) som beskriver vikten av detta på följande sätt: “The invisibility of older bodies on stage shapes the expectations of the audience as well as the dancers, and over time it limits the expressive power of the artform” (s. 8).

Alla medforskare upplever att de genom att vara delaktiga i studien fått kraft och incitament att fortsätta dansa själva. De upplever ett större värde i sitt åldrande och att den kunskap de vet att de har faktiskt är värdefull att få dela med sig av.

Ålderismen får inte pågå odiskuterad. Utan diskussion bidrar vi till ett segregerat samhälle där endast ett visst åldersspann anses dugligt och attraktivt. Ålderismen i Sverige är utbredd och har de senaste decennierna ökat och idag visas inga tecken på att den trenden är på väg att avta (Attityd 65 plus 2024). Att via scenkonst bidra till att synliggöra faran med ålderism anser jag att man bidrar till något som har avgörande betydelse för individers framtid och hur vi som samhälle samspelar över åldrar. Hur lång tid kommer det att ta innan dansfält, dansutbildningar och samhälle har förändrat och adapterat nya synsätt på åldrande där också dansarens åldrande kan ses på annorlunda? Det är fortfarande lång väg att gå trots att mycket har hänt sedan Peter och jag började dansa professionellt. Idag är det mer accepterat att fortsätta dansa efter att ha fyllt 50 år. Fler utövare av dans fortsätter att bedriva dans som scenkonst under sitt åldrande och insisterar genom sin närvaro på ett existensberättigande. Åldersdiskursen är också mer levande och mer forskning bedrivs inom ålderskritik som fält.

Form och uttryck genom åldrandet

Vad händer med form och uttryck genom åldrandet hos dansaren? I undersökningen framkommer att den äldre dansaren uttrycker levd erfarenhet där artikulation och specificitet är närvarande i rörelsen. Genom erfarenheten uttrycks kroppslig kunskap i dans där rörelsen genom uttrycket av form synliggör en acceptans av den dansaren är idag. Tekniken bor i kroppen, är självklar och visar sig genom ett mer sparsmakat uttryck i arbetet med detaljer. Erfarenheten skapar förmågan att kunna avläsa i stunden vad som behövs i mötet med en publik. Min forskning visar att kroppen både *kan* och *vill* men många dansare har genom samhällets stereotypa synsätt på ålder och sin egen internaliserade ålderism valt bort att fortsätta dansa. Dans som scenkonst behöver äldre dansare som genom att synas på scen kan personifiera och uttrycka sin levda erfarenhet genom ett hantverk de bedrivit hela livet. Mina medforskare beskriver detta genom sina personliga minnesberättelser, improvisationer och sina reflektioner.

Under vår repetitionsperiod på KSB upplevde vi att eleverna var ärligt intresserade och nyfikna på vad vi höll på med. De såg något positivt i att vi dansar trots att vi är "gamla" i deras ögon. De ger också dessa unga danselever förebilder och någonting som pekar mot en framtid som dansare som kan fortsätta, om de skulle vilja, långt efter fyllda 40 år. "Audiences over the age of 40 can hardly identify with the young bodies on stage, which in turn reinforces the cultural mismatch between older people and dance. It also means that younger dancers have few role models who can outline long career paths that point to the future (Rustad & Engelsrud 2022, s. 2).



Konflikt, ur föreställningen *The World falls Silent* SIT mars 2023©Tanne Willow

“[...] different dance genres produce different dancing subjects” (Sally Gardener i Schwaiger 2005, s. 110).

Olika danstraditioners påverkan

Jag och Peter kommer från olika bakgrunder i dans. I vårt samtal kommer vi in på vad det är för tradition vi fostrats in i och hur det har påverkat oss i relation till normer och synsätt på dansaren. Peter utbildades på Operans balettelevskola där det var regelstyrkt, disciplinerat och hierarkiskt där det fanns *ett rätt* vilket gav en tydlig mall att förhålla sig till. Jag, som utbildades inom fridans och improvisation, var van vid att en mångfald av uttryck var tillåtna och att det personliga skapandet genom improvisation var av signifikant betydelse. På balettelevskolan rådde disciplin men Peter såg att den gjorde gott för hela gruppen då vissa behövde det. “Du kunde bli tillsagd men ingen blev trakasserad”. Självt minns jag mötet med lekens kraft och friheten att kunna skapa egna rörelser.

Genusperspektivet var för Peter genomgående traditionellt med strikta riktlinjer gällande vem som gör vad. Tjejer och killar var uppdelade i separata grupper, vilket fortfarande är den rådande normen, och i pas de deux klasser lyfte killar alltid tjejer, det motsatta förekom inte då, och inte heller idag. I samtal med elever på KSB visar det sig att dessa normer mer eller mindre fortfarande lever kvar.

Oavsett våra olika bakgrunder har vi båda sökt oss till konstnärliga sammanhang där vi kan få vara kreativa och medskapande. Vi har under vårt åldrande som dansare blivit konstnärliga ledare i egna verksamheter där vi skapat olika projekt för scen. Vårt stora intresse för undervisning har följt med oss genom vårt arbetsliv och införlivats som en viktig praxis i

helheten av vad det innebär för oss att utöva dans som scenkonst. Det gäller också medforskare, som alla tagit an rollerna som lärare, koreograf, konstnärlig ledare, repetitör och fortsatt att dansa själva.

Mötet mellan olika delar



Konflikt, ur föreställningen The World falls Silent SIT mars 2023©Tanne Willow

”Jag har vistats i alla rum med rörelsen olika funktioner. Alla dessa definitioner och kategoriseringar har gjort dansarycket ointressant för mig” (Pipsa, reflektion 2022).

Att genomföra ett forskningsprojekt som detta har genererat nya insikter om hur ett inifrånperspektiv möjliggör utvecklingen av ett mer jämlikt förhållningssätt inom praktikerna som metoderna genererade. Genom utforskande i minnen där improvisation, skrivande, reflektion och samtal har vi samspelat i ett tillåtande klimat där empirin har fått fortsätta reartikuleras genom föreställningspraktik, exposition och detta mastersarbete. I mötet mellan empiri, föreställning och publik synliggörs att stereotyper om åldrande som dansare har stigmatiserats och normaliserats och att dansaren har anammat en internaliserad ålderism. Synsätt om ålder är någonting som dansaren möter genom hela livet (Martin 2017). Studien visar att ålderismen är påtaglig redan som ung danselev. Flera av medforskarna har upplevt liknande känslor. Det skapar ett klimat av internaliserad ålderism som sedan följer dansaren genom utbildning och arbetsliv.

I studien framkommer att jag och flera av mina medforskare ofta talar om vår nu äldre kropp som inte fullt kapabel, stel, svag och liknande. Jag tror att denna form av internaliserat synsätt är vanligt förekommande. Men som Peter lyfter, ”att kroppen hade ju sina begränsningar även när man var ung” visar på vikten av att förändra vårt sätt att prata om kroppen som äldre. Yngre dansare och danselever plockar upp informationen vilket innebär ett fortsatt normerande av den äldre dansaren som inte kapabel eftersom den fysiska förmågan har avtagit, vilket också Hansen & Kenny (2019) belyser. Min studie vill visa på motsatsen, att dansa genom den äldre delen av livet är och kan vara en naturlig fortsättning på dansaryrket.

Studien lyfter också fram att vissa äldre dansare hanterar åldrandet som ett privilegium. Utifrån ett fenomenologiskt perspektiv upplever de att samspelet med en publik skapar ett gemensamt rum där både dansare och åskådare kan dela kroppsliga erfarenheter. Det framkom tydligt i mötet mellan föreställningen *The World falls Silent* och publiken. De flesta äldre dansare är dock medvetna om sin kropp i relation till det rådande normativa synsättet på ålder och åldrande i det västerländska samhället och i synnerhet i relation till dansområdet. [...] a cultural gaze that seeks to define older bodies as out of place (Hansen & Kenny 2019, s. 24).

Den speciella kunskap som studien bidrar med ligger i hur ämnet artikuleras och uttrycks genom dans i en åldrad dansares kropp (Borgdorff 2011). Erfarenhetens betydelse för form och uttryck lyfts fram och diskuteras. Alla involverade lyfter arbetet med rörelse som något som mejslas fram utifrån alla år av erfarenhet och arbetet med att stå på scen. Att det finns en självklarhet i närvaron och hantverket som känns ärligare idag då man bara gör det som krävs.

Valet att bedriva studien genom ett performativt artikulerande både under empiriskapandet och genom föreställningen *The World falls Silent* är val som också bottnar i ett didaktiskt förhållningssätt, där ett lärande även finns invävt i mötet mellan föreställning och publik. Det är symptomatiskt med hur mitt och medforskarnas liv med dansen präglas av att samskapa konstnärligt och didaktiskt arbete och speglar också hur de flesta samtida danskonstnärer bedriver sina yrkesliv. Det didaktiska arbetet är lika närvarande i mötet med koreografen, dansaren som i mötet med den danstuderande. Resultatet av studien synliggör att det både i mötet med forskningens alla delar och i mötet med publik och i delandet med danselever genom samtal, uppstår reflexiva processer som innehåller ett lärande (Jamieson, Govaart och Pownall 2023). Det handlar om ett lärande om sig själv, om kulturella synsätt och värderingar, om vedertagna föregivandetaganden och om konstens förmåga att förändra.

Konklusion



Det mörknar, ur föreställningen The World falls Silent SIT mars 2023©Tanne Willow

”Vad är tid? Jag väntar. Sommaren är förbi och hösten är nära. -Det är synd om dansarna. -Det är synd om oss alla. -Denna underliga värld av motsägelser” (ur Ett Drömspel av Strindberg).

Att ålderism har en stark påverkan inom den samtida dansen framkommer tydligt i såväl tidigare forskning som i detta arbete. Traderade normer kring kropp, den dansande kroppen och dess prestationsförmåga har bidragit, och bidrar fortfarande, till ålderism eller med andra ord diskriminering på grund av ålder.

Genom medverkandes minnesberättelser synliggörs hur ålderismens mekanismer inverkat på val, på tankar om sin egen identitet, och hur idén om äldre dansare internaliserats redan under utbildningsåren. Tillsammans har vi genom samtal och praktiker skapat berättelser som gestaltar upplevelser och levda erfarenheter. Dessa berättelser har bidragit till meningsskapande, lärande och förändrade synsätt på vårt eget åldrande som dansare.

Improvisation är en form som öppnar upp för ett uttryck i nuet i tiden, oavsett vilken ålder en har. Improvisation lever med dansaren genom livet och kopplar ihop självet med kroppen och med dansen. Relationerna mellan vad kroppen kan och vad den vill är centrala. I improvisation kan erfarenheterna och kunskaperna formuleras eller med andra ord få förfinad

artikulation. Kunskaperna och erfarenheterna tillsammans med en konstnärlig känslighet ger ökad medvetenhet som genererar ett lärande som understödjer dansaren genom hela livet.

Studien påvisar att de normativa synsätten inom dans tidigt har satt stark prägel på mitt och medforskarens synsätt på oss själva i relation till åldrande. Våra minnesberättelser synliggör att många dansare har svårt att undersöka vad som internaliserats sedan tidigt i utbildning och fortsättningsvis genom yrkeslivet då det väcker jobbiga känslor som man helst lämnar bakom sig. Vi har omedvetet undvikit att ifrågasätta åldrandet som dansare då vi har inplanterat i oss redan tidigt att vi har ett bäst före datum. Dansfältet talar tydligt om det för dig och samhället visar också på många exempel på marginaliserande och diskriminerande av äldre. Den egna självkritiken likväl som dömandet från dansfältet på hur dans ska utföras och se ut lyser igenom våra minnesberättelser.

Studien lyfter fram hur form och uttryck hos dansaren mejslas fram genom tid där erfarenheten har en avgörande betydelse. Den visar att det handlar om en förfining som sker genom den äldre dansarens levda erfarenhet genom yrkeslivet. Det syns i blicken, i gesten, i medvetenheten om rummet och uttrycket i formen. *Människan framför dansaren* träder fram i arbetet med rörelsen samtidigt som erfarenheten synliggörs genom både det sparsmakade och den väl avvägda energin. Resultatet visar att kunskapen om hur form och uttryck förändras genom erfarenheten av att åldras som dansare behöver synliggöras genom äldre utövare av dans och deras artisteri, då den konstnärliga medvetenheten byggs upp under karriärens gång.

Mitt och medforskarens perspektiv visar på vikten av att få känna värdighet för den kunskap man som äldre dansare besitter och att reartikulerande av rörelse är essentiellt där synsätt gällande bredd och uttryck är tillåtande för att dansaren ska kunna se bort från idealet som präntades in som ung. Behovet av att kunna styra mer över val och ha större agens gällande om och hur man vill fortsätta eller inte inom yrket lyfts fram. Sammantaget visar studien att dessa faktorer i vårt fall varit avgörande för att vilja fortsätta dansa som äldre. Samtidigt har synliggörandet lett till ett förändrat synsätt på värdet av den kunskap vi besitter och ett mer holistiskt perspektiv på åldrande. Dansandet hos oss utgår idag från somatiska principer, ett integrerat själv, tillit till sin kropp och förändrat synsätt på teknik som lett till mer agens. Här fyller praktik som forskning en viktig funktion för att öka medvetenhet hos oss själva och andra.

Synsättet att vi som äldre måste prestera som en ung dansare har förändrats genom studien. Idag upplever vi att det handlar om uttrycket och människan. Att *kroppen kan*. Arbetet har för oss involverade har gett incitament till att orka driva och fortsätta hitta rum att verka i. Det finns en stark vilja i dansaren. Flera av medforskarna har hittat förnyad energi att fortsätta

fördjupa sig i sin egen rörelse. Kunskapen om att kroppen *kan* och *vill* när den får tid att utforska och återkoppla till sig själv har infunnits. Jag och medforskare har genom studien fått större känsla av värde och att kunskapen vi besitter har betydelse. Här synliggörs igen vikten av acceptans och uppskattning till vad kroppen fortfarande kan och att behovet att få fortsätta undersöka konstnärliga processer i dans är av stor vikt. Schwaiger (2012) menar att det är genom åldrandet som dansarkroppens kopplingar till *ett själv* i relation till *andra själv* och till världen skapas genom danspraktik. Mina och medforskarens minnesberättelser visar hur erfarenheten av att fortsätta arbeta med dans som äldre gynnar ett själv som uttrycks genom en acceptans av den dansaren är idag, och som kommer med erfarenheten som åldrandet innebär. Det visar också analysen av *The World falls Silent*, att ömsesidig kroppslig resonans mellan dansaren och publiken är grunden för en delad uppfattning och förståelse för varandra och för hur vi uppfattar världen (Hansen och Kenny 2022). Genom att problematisera frågorna har medvetenheten ökat hos medforskare, konstnärligt team och publik.

Vikten av att tidigt i utbildning för dans synliggöra normer och synsätt som traderas inom dans som blir både hindrande och styrande lyfts fram i studien. Som undervisande lärare på KSB har samtal med elever visat att stort intresse finns att få ta del av och diskutera normer och synsätt, såsom ålder. Internaliserade ålderistiska uttryck som elever möter under utbildning som lyfts fram i samtal kan få avgörande betydelse för elevens synsätt på sig själv i relation till agens och synen på dans som yrke. Studien visar tydligt att en internaliserad ålderism blir hindrande för dansaren att göra anpassningar i sitt dansande. Att medvetandegöra elever om att synen på åldrandet påverkar självbilden ger dem förutsättningar att vara bättre rustade att påverka den framtid de kliver in i. Som utbildare i dans är det av stor vikt att ge elever insikter och kunskap i hur rådande synsätt kan förändras och därmed bana väg för ett förändrat förhållande till ålder och åldrande och en större agens hos dansaren. Didaktiska tillvägagångssätt som är tillåtande till olika former av uttryck där danseleven i hög grad får tid till ett undersökande av sitt personliga rörelsespråk gynnar elevens förmåga att integrera sig själv med sin dans. Som lärare i improvisation på KBS har denna studie lett fram till att argumenten för dels undervisning i improvisation, dels samtal med eleverna stärkts för att ge unga blivande dansare en förändrad blick på sig själva liksom på äldre dansare.

Om utbildning i dans har som syfte att skapa en danskonstnär med ett starkt personligt uttryck, förmåga till agens och som kan förhålla sig till och hantera en framtid som kommer att kräva det, behöver metoder för improvisation vara självklara inom alla ämnen inom dans och ges tillräckligt med tid. En sådan dansare, som också fått med sig diskussioner och

insikter om kulturella normer och synsätt om ålder och dess påverkan, kommer att ha helt andra förutsättningar till agens och att parallellt kunna reartikulera sitt dansande utefter behov, vilket ger nya incitament för vad en hållbar karriär innebär.



Kroppen som landskap, ur föreställningen The World falls Silent SIT mars 2023©Tanne Willow

”När jag ser mig själv dansa nu tänker jag mig detta som en inre dialog. Men ändå riktad till en annan. Det kan vara jag, eller du eller någon annan som tittar. Vi ser olika. Jag vet var jag är i livet just nu och jag ser det i riktningarna, i handen och i blicken. Jag ser också att dansen tar mindre men en viktig plats i mig. Är närmare mig. Är mig” (Pipsa, reflektion 2022).

Tilltänkta insikter

Forskning om åldrande ifrågasätter vår uppfattning om åldrande och påvisar hur vi upplever att vi kan och bör agera i världen, och kan bidra till en omvärdering av synsätt kring åldrande i det västerländska samhället (Woodward 2006). Min önskan är att kunna bidra till diskursen om ålder och åldrande i dans genom nya narrativ och bilder som belyser ämnet. Frågorna jag ställde mig i början av mitt arbete - Hur kan dansfältet och dansaren bli mer medvetna om normativa förväntningar på ålder och åldrande? Hur kan dansfältet och dansaren undvika att reproducera normativa förväntningar på ålder och åldrande? Hur kan dansfältet med dess professionella utövare få synas och verka i att skapa alternativa bilder och föreställningar om den äldre dansaren? – svaras på genom min forskningsstudie och dess resultat. Genom att

fortsätta verka som dansare och visa på de narrativ den åldrade danskroppen besitter synliggörs hur åldrande är en naturlig del av dans som scenkonst och som kulturell yttring där ålder inte diskrimineras pga. ålder. Genom mitt arbete vill jag stödja en miljö där den äldre dansaren kan få vara synlig med sin personliga resa genom livet och värderas och bemötas för det den representerar idag.

Förslag till framtida forskning

Framtida forskning kan med fördel undersöka vad det är för faktorer som spelar in när dansare upplever agens i relation till åldrandet. Hansen & Kennys (2019) pilotstudie är en början men mer forskning behövs för att synliggöra de sätt och infrastrukturer som danskonstnärer skapar för sina verksamma liv. Det vore också intressant att studera hur deras sätt att utöva dans som konstform har förändrats genom åldrandet. Vi behöver få fler perspektiv på vad erfarenheten betyder och vad den synliggör.

I Norge är daglig träning för äldre dansare gratis. Det får också ekonomiskt stöd att kunna fortsätta verka som dansare. Exempel som dessa visar hur samhället kan skapa nya direktiv som i sina undertexter vittnar om hur äldre dansare värderas. Forskning kan bedrivas där studier görs på vad som händer när äldre dansare i andra länder får liknande ekonomiskt stöd.

Frågor som - På vilket sätt är dansarens kropp stämplad som gammal? Hur är den upplevd och förkroppsligad som gammal? Hur speglas det i synsätt och attityder hos institutioner för dans? Vad har det för innebörd för vår uppfattning och förväntan på äldre dansares fysiska förmågor? - kan fortsätta undersökas inom dans som forskningsområde för att ge fler mångfacetterade svar på de faktorer som styr vårt synsätt på åldrande inom dans.

Hur danseleven och den unga dansaren påverkas av synsätt på ålder är också ett viktigt område att forska på. Det kan ge större insikt i hur vi i framtiden kan förebygga ålderism och stigmatisering som blir hindrande.

Dance is not only a kinetic phenomenon which appears, which gives itself to consciousness; it is also a living, vital human experience as both a formed and performed art: the experience for both dancer and audience is a *lived* experience. Without returning again and again to this lived experience, one cannot hope to arrive at a valid and meaningful description of dance, the nature of, and structures inherent in its appearance, creation, and presentation. This emphasis upon the immediate unreflected-upon experience of dance is necessarily vital to all concerned with dance: critics, choreographers, dancers, audiences, teachers. (Sparkes & Smith 2014, s. 22-23)

Slutord



Maktstrukturer, ur föreställningen *The World falls Silent* SIT mars 2023 ©Tanne Willow

“Det fina med att bli äldre i livet, om man är en nyfiken och öppen människa, är att man har möjlighet att öppna upp för nya tankar” (Peter, avslutande samtal 2022).

I mötet med forskningen uppstod även möten mellan oss som inblandade och förde mig som forskare närmare var och en av medforskarna. Vi har alla mer eller mindre komplexa minnen i relation till åldrande inom dansen. De flesta av oss upplevde ett motstånd att titta på både vårt eget och på dansområdets normerande. Vi skyr dessa minnen då det är förenat med att inte känna ett värde som dansare längre. Men genom ett reartikulerande av rörelse och form och där erfarenhetens betydelse lyfts fram kan den äldre dansaren visa en alternativ väg till de normativa synsätten. Föreställningen *The World falls Silent* är ett exempel på detta. Vad skulle hända om äldre dansare gick in i en öppen diskurs om reartikulerande av rörelse? Sådana samtal pågår till viss del och har ökat i omfattning under senare år men inte i den grad det skulle behövas. Jag hävdar att det är viktiga diskussioner som behöver ske både på institutioner för dans och i dansutbildningar för att skapa ett mer öppet förstående klimat för åldrande som dansare.

Forskningen har väckt min lust att fortsätta orka och vara nyfiken till att använda min dans in i olika kontexter. Ämnets angelägenhetsgrad har bidragit till detta. För de elever jag möter betyder det mycket att jag fortfarande är aktiv i branschen. De upplever att yrkesliv och skola

hänger ihop. I arbetet möts vi genom våra kroppsliga interaktioner. Det är så vi upplever och lär känna varandra. Att vara äldre i det sammanhanget har fördelar. Broar byggs mellan generationer, yrkesroller, mellan lärare och elev och mellan arbetsfält och skola.

Min personliga resa genom åldrandet som dansare har haft stor betydelse för hur min forskning har bedrivits. Det kan inspirera andra att ge röst åt att fortsätta utforska sitt åldrande i dans. Att mitt arbete får vara delaktig i en diskussion inom dansutbildning och inom ett bredare dansfält kan uppmuntra unga dansare att fortsätta dansa genom hela livet. Studien visar att äldre dansare både *kan* och *vill*. Genom ett tillåtande generationsöverskridande synsätt inom dans som scenkonst och i utbildning för dans, där ålder inte ses som ett hinder utan som en självklar del av konsten, skapas ett tillåtande klimat där dansarens agens har en rättmätig plats. Erfarenhetens betydelse för form och uttryck visar oss på en resa genom ökad konstnärlig medvetenhet där uttrycket är sammanvävt med egen acceptans och bekräftelse av vår dans. Det handlar om ett varande och att man värdesätter sig själv.

”Jag ser mina händer som känner sig fram. Dansen har varit ett sökande för mig. Och är det fortfarande. Jag har funnit mig mest hemma i möten med andra konstområden. När jag var ung var det besvärligt att känna så, idag tycker jag det är en tillgång. Jag är min egen. Det är väl det som är att äga sin dans. Den får vara precis det den är.



Kroppen som arkiv, ur föreställningen The World falls Silent, SIT mars 2023@Tanne Willow

Länk

Forskningsföreläsningen *The World falls Silent*

<https://vimeo.com/1007463169>

Bilagor

1. Forskningens delar
2. Forskningens teman
3. Samtyckesblankett

Källförteckning

Andersson, L. (2008). *Ålderism*. Studentlitteratur.

Bacon, J., & Midgellow, V. (2010). Articulating Choreographic Practices Locating in the Field: An Introduction. *Choreographic Practices I*, s. 3-19.

Barett, E. & Bolt, B. (2010). *Practice as Research: Approach to Creative Arts Enquiry*. London: Bloomsbury Visual Arts.

Basting, A. D. (1998). *The Stages of Age: Performing Age in Contemporary American Culture*. University of Michigan Press.

Beauvoir, S. de (1996). *The Coming of Age*. O'Brian, P. trans. New York: Norton.

Biggs, M. & Karlsson, H. (eds.) (2011). *The Routledge companion to research in the arts*. New York: Routledge, 2011. DOI: <https://doi.org/10.1017/S0307472200017636>

Borgdorff, H. (2007). Artistic Research within the Fields of Science. [online]. http://www.gu.se/digitalAssets/1322/1322679_artistic-research-wtihin-the-fields-of-science.pdf.

Bruner, J. (1991). The narrative construction of reality. *Critical Inquiry*, 18(1), s. 1–21.

Buckwalter, M. (2010). *Composing While Dancing: An Improvisers Companion*. Wisconsin: University of Wisconsin Press.

Butler, J. (1988). Performance Acts and Gender Constitution: An Essay in Phenomenology and Feminist Theory. *Theatre Journal* 40 (4). s. 519-531.

Cooper Albright, A. (2019). How to Land: Finding Ground in an Unstable World. Oxford University Press. s. 55-56. <https://doi.org/10.1080/15290824.2019.1648123>

Cosslet, T., Lury, C., Summerfield, P. (eds.) (2000) *Feminism & Autobiography Texts, Theories, Methods*. Routledge. London & New York.

Davet, N. (2020). "Jag har alla åldrar i mig!" En studie om ålderns betydelser i kulturaktiviteter avsedda för barn, ungdomar och pensionärer.

https://gupea.ub.gu.se/bitstream/handle/2077/63226/gupea_2077_63226_1.pdf;jsessionid=F8702AF51B31BEB726F1DF5AB786B937?sequence=1

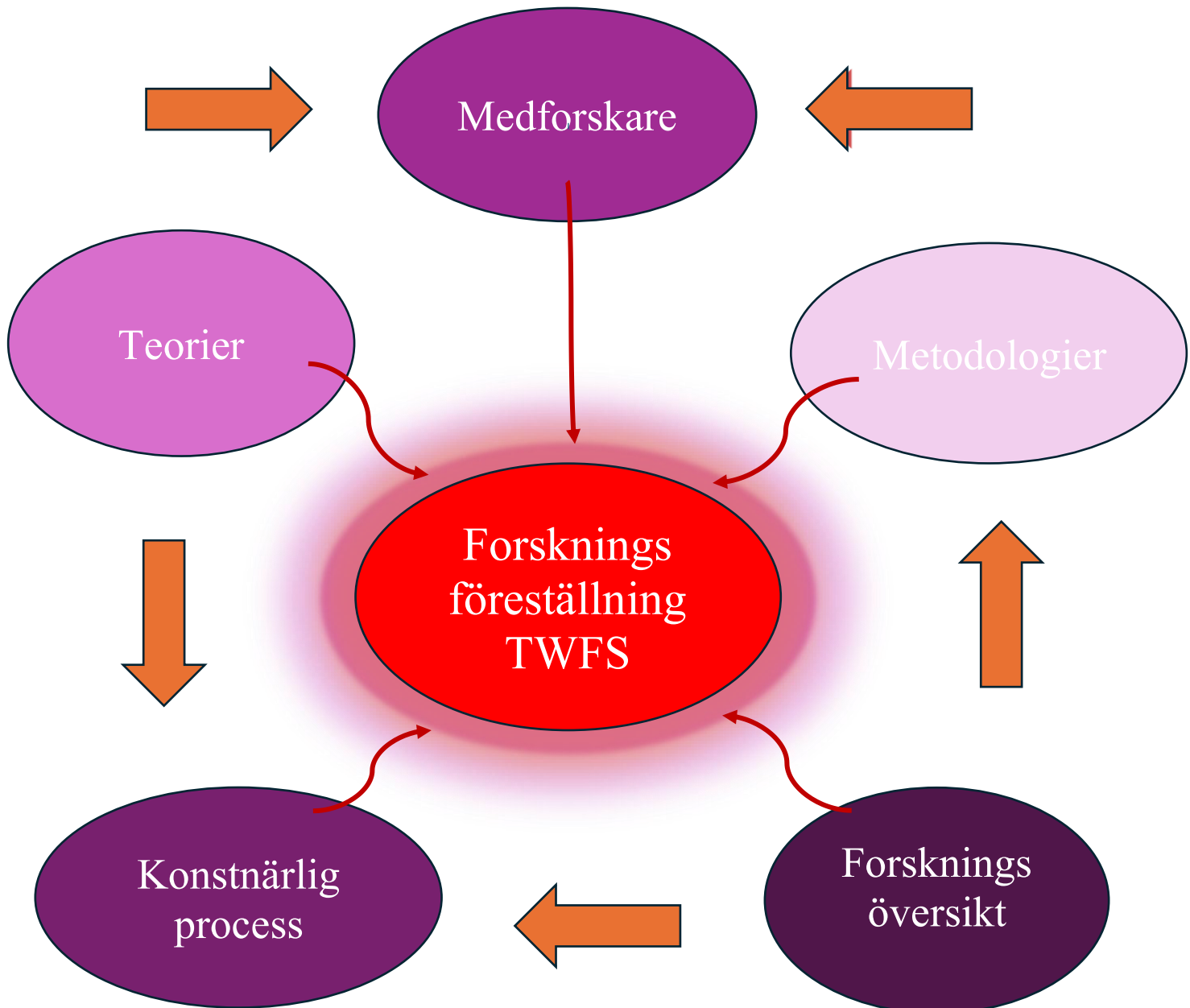
Edward, M., & Newall, H. (2020). Temporality of the Dancing Body: Tears, Fears and Ageing Dears. In A. Danczak, & N. Lazenby (Eds.), *Pain: Management, Expression, Interpretation*. s. 39-46. Brill.

- Freeman, J. (2010) *Blood Sweat and Theory research through Practice in Performance*. Oxford: Libri.
- Gulette, M. (2004). *Aged by Culture*. Chicago: University of Chicago Press.
- Hall, S. (1996). The West and the Rest: Discourse and Power. I: Hall, S., Held, D.; Hubert, D., Thompson, K. (eds). *Modernity*. Cambridge: Blackwell. S. 184-227.
- Hansen, P. & Kenny, S. (2019). Physical and Mental Demands Experienced by Ageing Dancers: Strategies and values. *Performance Research* 24(3). s. 24-31.
- Hartung, P. J., Porfeli, E. J., & Vondracek, F. W. (2005). Child vocational development: A review and reconsideration. *Journal of Vocational Behavior*, 66(3), s. 385–419.
- Hay, D. (2000). *My body, the Buddhist [Elektronisk resurs]*. Hanover, NH: University Press of New England.
- Hay, D. (2014). About my work.URL [2024-06-12]. <https://dhdcblog.blogspot.com/>.
- Jamieson, M. K., Goovart, G. H., & Pownall, M. (2023). Reflexivity in quantitative research. A rational and beginner's guide. *Social and Personality Psychology Compass*, 17(4), e12735. <https://doi.org/10.1111/spc3.12735>
- Jönson, H. (Red.), Alftberg, Å., Andersson, J., Bildtgård, T., Ekstam, L., Harnett, T., Heikkinen, S., Hydén, L-C., Jönson, H., Krekula, C., Möllergren, G., Nilsson, G., Nilsson, K., Nyman, R., Rahman, A., Seidl, C., Snellman, F., Storm, P., Torgé, C. J., & Öberg, P. (2021). *Perspektiv på ålderism*. Social Work Press.
- Kershaw, B. & Nicholson, H. (eds.) (2011) *Research Methods in Theatre and Performance*. Edinburgh: Edinburgh University Press.
- Krekula, C., & Heikkinen, S. (2014). Med fokus på ålder som organiserande princip, *Sociologisk Forskning*, 51(1), s. 5-13.
- Krekula, C., & Johansson, B. (2017). *Introduktion till kritiska åldersstudier*. Lund: Studentlitteratur.
- Kunst, B. (2009). The economy of Proximity. *Dramaturgical in Contemporary Dance*. *Performance Research* 14 (3), s.81-88.
- Lansley, J. & Early, F. (eds.) (2011). *The Wise Body: Conversations with Experienced Dancers*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Leather, M. (2020). Finding my professional voice: Autobiography as a research method for outdoor studies in B. Humberstone and H. Prince (Eds). *Research Methods in Outdoor Studies*. London: Routledge.
- Levy, B. R. & Banaji, M. R. (2002). Implicit Ageism, Nelson, T. D. (ed.) *Ageism: Stereotyping and Prejudice against Older Persons*. Cambridge: MIT Press. s. 49-75.
- Lilja, E. (2018). Hi, who are you? On choreography and the aged dancer, I Butterworth, J., & Wildshut, L. (red.) *Contemporary Choreography, A critical reader*. New York: Routledge. s. 431- 443.
- Martin, S. (2017). *Dancing Age(ing): Rethinking Age(ing) in and through Improvisation Practice and Performance*. Bielefeld: Transcript Verlag.
- Nakajima, N. (2011). De-ageing Dancerism: The Ageing Body in Contemporary and Community Dance. *Performance Research* 16 (3), s. 100-104.

- Nakajima, N. & Brandstetter, G. (eds.) (2017). *The Aging Body in Dance: A Cross-Cultural Perspective*. New York: Routledge.
- Nelson, R. (ed.) (2013). *Practice as Research in the Arts: Principles, Protocols, Pedagogies, Resistances*. Basingstoke: Palgrave MacMillan. Rainer, Y. (2014) The Aching Body in dance. *PAJ: A Journal of Performance and Art* 36 (1) s. 3-6.
- Parker-Starbuck, J. & Mock, R. (2011). Researching the body in/as Performance. i: Kershaw, B. & Nicholson, H. (eds) *Research Methods in Theatre and Performance*. Edinburgh: Edingburgh University Press. s. 201–235.
- Rainer, Y. (2014). The Aching Body in Dance. *PAJ: A journal of Performance and Art* 36 (1) s. 3-6.
- Ronström, O. (1999). Ålder som perspektiv. Vård. Nr 2. Stockholm: *Forskningsnämnd Vård Karolinska institutet*. s. 2–14.
- Rustad, H., & Engelsrud, G. H. (2022), *Front. Sports Act, Living*, 25 March 2022 Sec. *The History, Culture and Sociology of Sports* Volume 4 – 2022.
- Schwaiger, E. (2005). Performing One's Age: Cultural Constructions of Aging and Embodiment in Western Theatrical Dances. *Dance Research Journal*, 37 (1), s.107-120.
- Schwaiger, E. (2012). *Ageing, gender, Embodiment and Dance: Finding a Balance*. New York: Palgrave MacMillan.
- Simonsson, A. (2019). Att synliggöra marginaliteten äldre kvinnor i dekonstruktion av samtida dansdiskurser med dekoloniserande metodologi – ett konstnärligt, didaktiskt och koreografiskt projekt. Masteruppsats, Konstnärlig Master i Samtida Dansdidaktik med inriktning mot koreografi. Stockholms Konstnärliga Högskola.
- Sparkes, A. C., & Smith, B. (2014). *Qualitative research methods in sport, exercise and health: From process to product*. London: Routledge.
- Stalpaert, C. (2016) "Dancing and Thinking Politics with Deleuze and Rancière: Performing Hesitant Gestures of the Unknown in Katarzyna Kozyra's 'Rite of Spring.'" *Choreography and Corporeality : Relay in Motion*, edited by Thomas DeFrantz and Philipa Rothfield, Palgrave MacMillan, 2016, s. 173–91. <http://hdl.handle.net/1854/LU-4231553>
- van Manen, M. (1997). *Researching lived experiences: human science for an action sensitive pedagogy* (2nd Edition). London, Ontario, Canada: The Althouse Press.
- Westerholm, B. & Lindgren, I. K. (2023). *Bort med ålderismen - Så får vi ett bättre Sverige för alla åldrar*. 1: a uppl. SPF Seniorerna.
- Wildshut, L. (red.) *Contemporary Choreography, A Critical Reader*. New York: Routledge. s. 431-443.
- Woodward, K. (ed.) (1999). *Figuring Age: Women, Bodies, Generations*. Bloomington: Indiana, University Press.
- York-Pryce, S. (2014). "Ageism and the Mature Dancer" <https://doi.org/10.25904/1912/3928>
www.attitydplus65.se [2024-06-05]
<https://www.who.int/teams/social-determinants-of-health/demographic-change-and-healthy-ageing/combating-ageism/global-report-on-ageism> [2024-07-31]
<https://www.vr.se/uppdrag/etik/etik-i-forskningen.html> [2024-05-28].

Studiens olika delar

Bilaga 1



Tematiska Grupper Bilaga 2



Samtycke till deltagande i forskningsprojekt

Jag ger mitt samtycke till att delta i forskningsprojektet [projektets namn]

- Jag har tagit del av bilagd information om projektet [ange projektets/undersökningens/etc namn], och är därmed införstådd med hur arbetet går till och den tid det tar i anspråk.
- Jag har fått tillfälle att ställa de frågor jag har och fått dem besvarade. Jag vet också vem jag ska vända mig till med frågor.
- Jag deltar frivilligt och har blivit informerad om syftet med deltagandet.
- Jag är medveten om att jag när som helst under och efter projektarbetet kan avbryta mitt deltagande utan att jag behöver förklara varför. Det material som lämnats fram till och med datum för avbrytandet fortfarande ingår i forskningsprojektet.
- Jag ger mitt medgivande till [NN] att dokumentera, bearbeta och arkivera den information som samlas in i arbetet samt att publicera resultat som arbetet resulterar i inom ramen för projektet [Projektets namn].
- Min underskrift nedan betyder att jag väljer att delta i projektet (/undersökningen/studien) och godkänner att Stockholms konstnärliga högskola behandlar mina personuppgifter i enlighet med gällande dataskyddslagstiftning och lämnad information.

Ort, datum

Egenhändig namnteckning

Namnförtydligande

Kontaktperson för projektet på Stockholms konstnärliga högskola, dit du också kan vända dig för att återta samtycket: [Titel, namn, telefon och e-post.]

En kopia av undertecknad samtyckesblankett ska, tillsammans med informationsformulär och eventuella bilagor, behållas av forskningspersonen. Originalen arkiveras av forskaren/doktoranden tillsammans med övriga forskningshandlingar.