



Inbjudan till kursen
Embodied Imagination –
Drömarbete för konstnärer och andra som
arbetar med kreativitet.

Kursen, som omfattar 4 högskolepoäng, ges på grundnivå av Göteborgs universitet, Höskolan för scen och musik.

Huvuddelen av kursen äger rum mellan
7/8 – 13/8 2017 på Tjärnö i Bohuslän.

Lärare är Ingrid Blidberg och Per Nordin.

Båda är diplomerade utövare av metoden Embodied Imagination.

För 7 år sedan introducerades i Sverige ett sätt att använda riktade drömmar i skådespelarens arbete med karaktär och gestaltning. Sedan dess har arbetet utvecklats till att omfatta allt konstnärligt arbete. I år riktar vi oss även till andra än konstnärer, till alla som arbetar med skapande och kreativitet.

Metoden kallas Embodied Imagination och har utarbetats av **Robert Bosnak**, jungiansk drömterapeut och författare.

Hur kan våra drömmar om natten bidra till att öka vår kreativitet? Hur kan arbetet med riktade drömmar lösa upp skapandet när det knutit sig så att vi inte kan komma vidare? Kursen Drömarbete för konstnärer – Embodied Imagination vänder sig till dig som är konstnär eller håller på med annat kreativt arbete och är inne i, eller på väg in i, något som du vill utveckla, fördjupa eller förlösa. Du ska befinna dig i ett skapande arbete som du vill gå vidare med genom att använda metoden Embodied Imagination. Du ska vara öppen för att pröva ett kraftfullt och fascinerande sätt att berika skapandet och stärka det konstnärliga och kreativa självförtroendet.

Kursen har följande förkunskapskrav:

Förutom grundläggande behörighet krävs särskild behörighet i form av 15 högskolepoäng (hp) inom konstnärligt kandidatprogram eller 15 hp inom lärarprogram med inriktning musik, teater, dans eller bild alternativt motsvarande kunskaper och färdigheter. Motsvarandebedömning baseras på dokumenterade meriter som bifogas ansökan.

Som motsvarande kunskaper och färdigheter räknas t.ex. längre yrkeserfarenheter inom aktuellt område.

Se vidare kursplanen SG9150 Drömarbete för konstnärer – Embodied Imagination, 4 högskolepoäng.

Kursen är öppen för 15 deltagare.

Kursspråk är i år svenska.

Innan veckan på Tjärnö ska du ha läst viss litteratur och du ska ha ringat in det du vill fördjupa dig i under veckan. Du kommer att få möjlighet till handledning i det arbetet.

Under veckan på Tjärnö kommer vi att arbeta på dag- och kvällstid.

Vi kommer att vara på Tjärnö söder om Strömstad, på Lovécentret – en naturskön och avskild kursgård där vi bor, äter i matsalen och arbetar i vackra rum med utsikt mot havet.
Se: www.loven.gu.se

Du betalar själv för mat och boende och resan till Tjärnö. Själva kursen är kostnadsfri.

För mat och boende betalar du max 2.700:-

Till dig som gått motsvarande universitetskurs tidigare:

Observera att du kan *söka på nytt* till denna kurs, eftersom det nu är ny kurs med ny kurskod, nivå och antal poäng.

ANMÄLAN:

Du kan söka till **fram till den 15 mars på antagning.se.**

Gå in på antagning.se från den 22 feb.

Det finns instruktioner för hur man anmäler sig där.

Kurskod: SG9150

Kursnamn: Drömarbete för konstnärer – Embodied Imagination

För mer information om kursens innehåll och organisation kontakta kursledare Per Nordin på per.nordin@hsm.gu.se

Frågor om behörighet och antagning ställs till frikurs@hsm.gu.se

Metoden i korthet:



Robert Bosnak guidar Anna Söderling in i hennes dröm.

Du tar med dig något från ditt kreativa arbete som pochar på uppmärksamhet, något du önskar utveckla, fördjupa eller förlösa. Det kan handla om din rollkaraktär, regivision, bild, dans, film, performance, ditt musikstycke, ditt skrivande eller annat som du behöver få hjälp med att belysa och förstå på ett djupare plan. Du berättar om detta för en person som kommer att hjälpa till att guida dig så att det du söker efter får en förankring i konkreta inre bilder. Denna person kallas drömarbetare.

Drömarbetaren ser på din berättelse om ditt projekt *som om* det vore en dröm. Du försätts i ett hypnagogiskt tillstånd; alltså så nära drömvärlden man kan komma utan att sova.

Du får sedan hjälp att sakta ner och stanna upp vid några av dina inre bilder; att verkligen upptäcka dem genom att göra dem så specifika och verkliga som möjligt. Därefter undersöker du, tillsammans med drömarbetaren, de känslor som de inre bilderna väcker och får sedan hjälp att förankra dessa kroppsligt – Embodied Imagination.

Denna del av drömarbetet, som kallas inkubation, brukar ta omkring 30 minuter.

För att underlätta det fortsatta drömarbetet får du en minneskarta där de olika förankringspunkterna finns med.

Med minneskarta som hjälpmedel aktiverar du sedan minnet av förankringspunkterna precis innan det är dags att somna för natten.

Det koncentrerade arbetet tillsammans med drömarbetaren och aktiveringen inför natten lockar förhoppningsvis till sig en eller flera drömmar.

Det är viktigt att skriva ner drömmen/drömmarna så fort du vaknat, annars finns det stor risk att de glöms bort.

I nästa steg, som alltså äger rum efter det att du drömt, återberättar du drömmen och guidas in i den på samma sätt som under första fasen, inkubationen.

Precis som i inkubationsfasen har du, efter omkring en timmes intensivt arbete, hittat ett antal förkroppsligade förankringspunkter. Genom att fläta samman de inre bilderna, känslorna och förankringspunkterna, bildas något som skulle kunna kallas ett nätverk av förkroppsligade känslominnen.

Drömvärlden har öppnat sig och berikat den konstnärliga, kreativa processen på ett omedvetet plan. Tilltron till den egna kreativiteten och föreställningsförmågan har stärkts, liksom tilliten till kroppens signaler.

Den ”drömkropp” som på detta sätt fått liv blir en konkret hjälp i det fortsatta konstnärliga arbetet.

Vi har själva upplevt och sett hur metoden Embodied Imagination har stärkt självförtroendet och, i förlängningen, skapat fördjupade kreativa processer och mer närvarande konstnärliga och kreativa uttryck.

Mer information om Roberts Bosnaks metod, Embodied Imagination, finns på:

Facebooksidan: EMBODIED IMAGINATION SWEDEN

Youtube-klippen:

Embodied Imagination an Introduction

https://youtu.be/u1_se8xcJps

Alchemy as Embodied Imagination

<https://youtu.be/091ID0IC0qE>

DREAMS: <http://www.youtube.com/watch?v=WWO5cG7Xf1Q>

IDENTIFYING: <http://www.youtube.com/watch?v=rHGlgJpKHPo>

SLOW DOWN: <http://www.youtube.com/watch?v=k4RTFSSiVMM>

Ingrid Blidberg

Ingrid.film@gmail.com

Per Nordin

per.nordin@hsm.gu.se