

A KÉRDEZÉS MŰVÉSZETE – DRÁMAJÁTÉKOK

Ezt a gyakorlatot az In Touch fejlesztette ki
Augusto Boal Elnyomottak színháza és A vágyak szivárványa alapján



ÁTTEKINTÉS

Ennek a gyakorlatnak az a célja, hogy megtanuljunk kérdezni, elfogadni és kifejezni a vágyainkat verbális és nem verbális formában, valamint hogy megtanuljuk kezelni az elutasítást. Valós élethelyzetek színpadra állításán keresztül foglalkozunk azzal, hogy milyen érzés, amikor vállaljuk a visszautasítás kockázatát, valamint felmérjük a saját és mások határait.

IDŐ



Legalább 120 perc
(a résztvevők számától függ)

PARTICIPANTS



Alkalmazható 10–15 résztvevő
esetén (jobb, ha kevesebben
vannak)

KELLÉKEK



A gyakorlat végrehajtásához
nagy tér szükséges.

ELŐKÉSZÜLETEK

Írj össze néhány visszautasítással kapcsolatos helyzetet a drámajátékhoz. Gondolj valós élethelyzetekre, amelyek relevánsak lehetnek a célcsoportod számára. Ne felejt el olyan témákat is felírni, amelyekkel dolgozni szeretnél a tréning során (például a nemek közötti egyenlőség, diszkrimináció vagy kapcsolati dinamika). Írj konkrét és valóságos helyzeteket (inspirációként használhatod az igényfelmérést), de hagyd eléggé nyitva őket ahhoz, hogy szabadon játszhassanak. Például ne írd le a szereplők nemét – a résztvevők határozzák meg a karakterük jellemzőit.

CÉLOK



- Összekötni a szavakat és a gesztusokat az érzésekkel; megtanulni kifejezni az érzéseket verbális és nem verbális formában
- Jobban megérteni a kétértelmű kapcsolati dinamikát (beleértve a hatalmi dinamikákat), elsajátítani önvizsgálati készségeket
- Jobban megérteni, hogy mennyi kétértelmű vagy ellentmondásos érzés/érzelem lehet egyszerre jelen egy kapcsolatban egyetlen identitáspozíció mögött.

GYAKORLAT LÉPÉSEI



- Kérd meg a résztvevőket, hogy alkossanak 3–4 fős csoportokat. Kérd meg őket, hogy válasszák ki az előkészített élethelyzetek közül azt, amelyiket el fogják játszani.
- Kérd meg őket, hogy kövessék a történetet, és alkossák meg az egyes karaktereket (kor, nem, társadalmi helyzet stb.). A történet érjen el egy tetőpontot vagy krízist, de nem kell kitalálni a végét.
- Kérd meg a kis csoportokat, hogy adják elő a szituációikat, és álljanak meg, amikor elérik a tetőpontot.

A KÉRDEZÉS MŰVÉSZETE – DRÁMAJÁTÉKOK



- Ezen a ponton segítőként lépj oda egyenként a szereplőkhöz, és kérdezd meg: „Hogy érzed magad?” (A szereplőt nevezd meg, ne a személyt.) Beszéd közben ráteheted a kezéd a szereplő vállára, így kifejezve a támogatásod és a jelenléted. Fontos: a szereplőt kérdezed, a résztvevőt a szerepében, és ne a személyes érzései felől érdeklődj.
- Miután a színpadon mindenkit megkérdeztél az érzéseiről, kérd meg a közönségben ülőket, hogy mondják el, szerintük mit érezhetnek a szereplők ebben a helyzetben. Ha valaki szólásra jelentkezik, kérd meg, hogy jöjjön a „színpadra”, tegye a kezét a szereplő vállára, és mondja el hangosan, hogy érzi magát a szereplő.
- Miután mindenféle érzés előkerült, kérd meg a résztvevőket, hogy jöjjenek fel a színpadra, vegyenek át néhány szerepet, és próbálják ki ugyanennek a történetnek egy másik forgatókönyvét is, ha szeretnék.
- Többször is elismételhetitek a történetet (attól függően, hogy mennyi idő és javaslat áll rendelkezésedre). Segítőként röviden összefoglalhatod a színpadon látott változásokat.
- Befejezheted úgy, hogy elmondod, milyen utat jártatok be együtt, és megköszönheted a színészek és a közönség részvételét.



MEGBESZÉLÉS



Fontos a tapasztalatok megbeszélése: segíts a résztvevőknek megérteni, hogy mi történt. Hányféle érzelmet fedeztünk fel? Beszélhetsz az érzelmi kommunikációról. Reflektálhatsz a kapcsolatban betöltött szerepeinkre és a szerepeinkkel kapcsolatos társadalmi elvárásokra. Vitassátok meg a hatalmi dinamikát, különös tekintettel a különböző hatalmi pozíciókra (hatalom valaki fölött, belső hatalom, hatalom valakivel). Megbeszélhetitek, hogy milyen érzés az elutasítás, és mit tanultak ebből a gyakorlatból.

A KÉRDEZÉS MŰVÉSZETE – DRÁMAJÁTÉKOK



TIPPEK



Ehhez a gyakorlathoz bensőséges és biztonságos csoportra van szükség. A fizikai tér is fontos. Ha lehetséges, végezzük ezt a gyakorlatot ugyanabban a szobában, amelyben az előző napokban együtt dolgoztunk (a „biztonsági szabályokkal”, az „igen és nemmel” stb.). Ez nagyon érzékeny feladat lehet. Fontos, hogy érezzük a határokat – a segítőnek kell megteremtenie a megfelelő légkört –, hogy a résztvevők kifejezhessék az érzéseiket, de segítenie kell abban is, hogy ez megerősítő legyen a számukra. Folytathatod a feladatot addig, amíg azt nem érzed, hogy a helyzet fejlődött.

Az is segíthet, ha felkészíted a résztvevőket a színházra és a színészi játékra egyszerű színházi bevezető gyakorlatokkal.

Használd a képzeleted, és taníts a résztvevőknek olyan készségeket, amelyekkel metaforikus módon tudják eljátszani a szituációkat, ha akarják. Ez segít, hogy biztonságban érezzék magukat az előadás során.

Biztasd a résztvevőket, hogy használják a humort eszközként a színpadon.

ELMÉLET



Boal, A. (1992) *Games for Actors and Non-Actors*. Routledge: London.

Boal, A. (1995) *The Rainbow of Desire: The Boal Method of Theatre and Therapy*. Routledge: London.