

Αυτοσχεδιαστικό Βιωματικό Θέατρο: Ένα εργαλείο ανάπτυξης του εαυτού και της ομάδας – Ο ρόλος του καταξιοτικού συντονιστή.

Η μέθοδος του Αυτοσχεδιαστικού Βιωματικού Θεάτρου

Εισήγηση σε βιωματικό εργαστήριο στο Συμπόσιο Συστημικής Καταξιοτικής Προσέγγισης:

The Appreciative Way

Δημιουργώντας μαζί τον καταξιοτικό τρόπο ζωής και πρακτικής για το μέλλον

Αθήνα 8, 9 και 10 Δεκεμβρίου 2017

Παρουσιάστρια: *Ιουλία Μπαλάσκα – Κέντρο ΓΕΝΑΘΛΟΝ*

Το Αυτοσχεδιαστικό Βιωματικό Θέατρο πραγματώνεται με τη μέθοδο που ανέπτυξε η Ιουλία Μπαλάσκα και εφαρμόζεται από το 1995, με ομάδες παιδιών, εφήβων και ενηλίκων, σε ποικίλα πλαίσια. Γεννιέται μέσα από Εργαστήρια **Θεατρικών Αυτοσχεδιασμών, Αυθόρμητης Γραφής και Θεατρικής Παράστασης**. Το θέμα του είναι η αναπαράσταση της ζωής στο θέατρο από απλούς καθημερινούς ανθρώπους.

Βασίστηκε στη μέθοδο Θεατρικής Γραφής & Πράξης της Zarina Khan, άνθρωπο του θεάτρου και της φιλοσοφίας στο Παρίσι, η οποία στήριξε και τα πρώτα μας βήματα.

Από το 2001, που η Σμάρω Μάρκου έφερε τη Συστημική Καταξιοτική Προσέγγιση στην Ελλάδα και την εκπαίδευση από τους μεγάλους δασκάλους Peter Lang και Elspeth McAdam, τα Εργαστήρια εμπλουτίστηκαν και σταδιακά εμποτίστηκαν από αυτή τη φιλοσοφία, της Σ.Κ.Π. Με την εμπειρία των χρόνων, δουλεύοντας με πολύτιμους ανθρώπους που μας εμπιστεύτηκαν, διαμορφώσαμε τη δική μας μέθοδο Α.Β.Θ. και από το 2005 αρχίσαμε με τη σειρά μας να εκπαιδεύουμε επαγγελματίες, ψυχολόγους, εκπαιδευτικούς και γενικά συντονιστές ομάδων, που θέλουν να την εφαρμόσουν στη δουλειά τους.

Καθώς το έναυσμα είναι ένα θέμα που επιλέγουν τα μέλη, η μέθοδος μπορεί να – και έχει – εφαρμοστεί σε πολλά και διαφορετικά πλαίσια: πολιτιστικό, εκπαιδευτικό, θεραπευτικό, επαγγελματικό, με ομάδες όλων των ηλικιών και των επαγγελμάτων. **Ο επαγγελματίας έχει τη δυνατότητα να εφαρμόσει τη μέθοδο με οποιαδήποτε ομάδα, ολόκληρη ή τμηματικά, ανάλογα με τους στόχους και τις ανάγκες της ομάδας.**

Τα Εργαστήρια στο ΓΕΝΑΘΛΟΝ διαρκούν 9 μήνες, με τρεις 3ωρες συναντήσεις τον μήνα, που αυξάνονται σταδιακά στη διάρκεια των προβών. Πέραν αυτού, η μέθοδος έχει εφαρμοστεί σε σχολεία, Δήμους και επαγγελματικά πλαίσια, με διαφορετικό θέμα και στόχο κάθε φορά. Σε αυτές τις περιπτώσεις, η διάρκειά τους κυμαίνεται από 40 ώρες έως 20 μήνες, ανάλογα με τους στόχους και το χρονοδιάγραμμα του κάθε προγράμματος.

Με βάση αυτή τη μέθοδο, τα μέλη των Εργαστηρίων **επιλέγουν το θέμα** που επιθυμούν να προσεγγίσουν και μέσα από **θεατρικούς αυτοσχεδιασμούς και αυθόρμητη γραφή**, δημιουργούν **το δικό τους έργο**, το οποίο παρουσιάζουν σε

Θεατρική παράσταση ανοιχτή στο κοινό. Πρόκειται για ένα έργο που δημιουργείται εξ ολοκλήρου από τα μέλη της ομάδας και αντικατοπτρίζει τις απόψεις και τις θέσεις του κάθε μέλους ξεχωριστά, αλλά και της ομάδας ως σύνολο.

Στη διάρκεια των Εργαστηρίων, σκέψεις και συναισθήματα ξετυλίγονται και καταγράφονται, και ο λόγος του ενός προστίθεται στον λόγο του άλλου, ως νέο Άρμα Θέσπιδος, μέχρι την τελική σύνθεση ενός έργου – μιας νέας αφήγησης συλλογικής, πολυφωνικής γύρω από ένα θέμα.

Με αυτόν τον τρόπο, τα Εργαστήρια Α.Β.Θ. δεν είναι απλώς θέατρο, είναι στάση ζωής και το κάθε μέλος ανακαλύπτει έναν προσωπικό καταξιοτικό τρόπο ζωής, μαζί με τον άλλο κι έτσι κάνει την καθημερινότητά του Τέχνη.

Όπως λέει ο Πήτερ Μπρουκ, αναφερόμενος στο Φτωχό Θέατρο του Γ. Γκροτόφσκι *«Το θέατρο δεν είναι δραπέτευση, δεν είναι καταφυγή. Είναι τρόπος ζωής, είναι ένας δρόμος που οδηγεί στη ζωή.»*

Τι δουλεύουμε

Η φράση που χαρακτηρίζει τη δουλειά μας είναι:

Ο κόσμος ολόκληρος είναι ένα θέατρο

κι εγώ έχω μια θέση στη σκηνή, που μου ανήκει.

Τα Εργαστήρια λειτουργούν ως μικρογραφία της κοινωνίας: ο καθένας μόνος του και ταυτόχρονα σε αλληλεπίδραση με τους άλλους δημιουργεί ένα συλλογικό έργο, στο οποίο συμμετέχει στον βαθμό που επιθυμεί και για το οποίο έχει την προσωπική του ευθύνη.

Βασίζεται στις αρχές του Αρχαίου Ελληνικού Θεάτρου – ένα θέατρο παγκόσμιο, που με τον ψυχολογικό, κοινωνικό και πολιτιστικό του ρόλο, συνέδεε τον άνθρωπο με τον εαυτό του, με την κοινωνία και με το περιβάλλον.

Στα Εργαστήρια δουλεύονται ταυτόχρονα **το πνεύμα, η ψυχή και το σώμα.**

Έτσι, τα μέλη του Εργαστηρίου:

- **Προσεγγίζουν βιωματικά θέματα που τους απασχολούν** και μέσα από τον διάλογο και την αλληλεπίδραση με τους άλλους, ανακαλύπτουν τους δικούς τους προσωπικούς μηχανισμούς για να τα διαχειριστούν, σύμφωνα με τις ανάγκες και τις προτεραιότητές τους.
- **Ανακαλύπτουν προσωπικές ικανότητες, άγνωστες μέχρι τότε**, και μέσα από το μοίρασμα και την έκθεση, αποκτούν την αυτοπεποίθηση που είναι απαραίτητη για να κάνουν τα επόμενα βήματα στη ζωή τους.
- Πάνω απ' όλα **δουλεύουν τη σχέση**, ως πρωταγωνιστές και ως παρατηρητές αναγνωρίζουν τον τρόπο που σχετίζονται και επιλέγουν αν και τι θέλουν να αλλάξουν.

- **Καλλιεργούν μια άλλη σχέση με το σώμα τους**, αναπτύσσοντας ένα διάλογο μαζί του, που αποκαλύπτει δυνατότητες πέραν του μοντέλου κίνησης που γνώριζαν έως τότε κι έτσι κατακτούν μία κινητική απελευθέρωση.

Μ' αυτόν τον τρόπο στο Α.Β.Θ., ο άνθρωπος, δημιουργός και δημιούργημα μαζί, γίνεται πρωταγωνιστής της ζωής του, ξαναβρίσκοντας την ικανότητα να συνυπάρχει, χωρίς να χάνει την ατομικότητά του.

Και το θέατρο γίνεται ο χώρος στον οποίο ο άνθρωπος, μέσα από το προσωπικό του βίωμα και συναίσθημα, αναγνωρίζεται, μεταλλάσσεται και εξελίσσεται, οριοθετώντας τη θέση και το ρόλο που αυτός επιλέγει να παίξει στη ζωή του.

Κατά τον Εουτζένιο Μπάρμπα «Το θέατρο είναι ένα μέσο για να υφάνει κανείς σχέσεις, να ζήσει μια ζωή ανεξάρτητη από το βάρος των περιστάσεων, να διατηρήσει τον πόθο για ένα μέλλον που φαίνεται αδύνατο, να δημιουργήσει μια όαση «φυσιολογικής ζωής» στη μέση της ανηλεούς πορείας της Ιστορίας,

να φέρει το άρωμα της ελευθερίας και να θρέψει την προσωπική εξέγερση».

Πώς δουλεύουμε – Βασικές Αρχές

- **Θέση του μη γνωρίζειν**
- **Σεβασμός στον χώρο, τον χρόνο και τις επιλογές του κάθε μέλους**
- **Τα πάντα είναι αξιοποιήσιμα**
- **Ανοιχτότητα και αντοχή στην αβεβαιότητα**

Όλα τα στάδια αυτών των Εργαστηρίων, από την επιλογή του θέματος μέχρι τη θεατρική παράσταση, συντονίζονται **με βάση τη Συστημική Καταξιοτική Προσέγγιση.**

- **Θέση του μη γνωρίζειν**

Η συντονίστρια ακολουθεί τα μέλη από τη θέση του μη γνωρίζειν, δεν κατευθύνει, όντας και αυτή από τον ρόλο της μέλος της ομάδας. Δεν φαντάζεται το τέλος, τη στιγμή που ξεκινάει ένα εργαστήριο – για να μπορεί να είναι ανοιχτή να ακολουθήσει την κατεύθυνση που τα μέλη επιλέγουν να δώσουν στην πορεία, αλλά και να μπορεί να αξιοποιεί ό,τι εκφράζει το κάθε μέλος και η ομάδα ολόκληρη – νοητικά, συναισθηματικά, σωματικά – εστιάζοντας στις ικανότητές τους. Για να είναι αυτό εφικτό, είναι σημαντική η φιλοσοφία ζωής, η στάση ζωής του συντονιστή.

- **Σεβασμός στον χώρο, τον χρόνο και τις επιλογές του κάθε μέλους**

Συντονίζουμε ένα Εργαστήριο με απόλυτο σεβασμό στο τι μπορεί και τι δεν μπορεί να κάνει κάποιος, δίνοντάς του τον χρόνο που χρειάζεται για να εμπιστευτεί και να ανοιχτεί, αλλά και τη δυνατότητα της επιλογής να εκτεθεί όσο αυτός επιθυμεί. Ο καθένας χρειάζεται τον χρόνο του για να αντιληφθεί τι είναι αυτό που του ζητείται να κάνει, να εξοικειωθεί με τους ανθρώπους γύρω του και έτσι να εμπιστευτεί και να ανοιχτεί. Οι περισσότεροι άνθρωποι αισθάνονται άβολα με την παρουσία ενός ανθρώπου, που κάθεται στην άκρη και καταγράφει ό,τι λέει ο καθένας. Δείχνοντας ότι η δυσκολία του, οι επιφυλάξεις του είναι τελείως φυσιολογικές και ότι τις σεβόμαστε ειλικρινά, τον ενθαρρύνουμε να ανοιχτεί και να εκτεθεί. Να θυμόμαστε ότι κάθε μέλος του Εργαστηρίου δεν εκτίθεται μόνο λεκτικά, αλλά και σωματικά, με κίνηση. Αυτό είναι ιδιαίτερα δύσκολο για τους περισσότερους ανθρώπους. Και πρέπει να το σεβαστούμε: τον χρόνο του, αλλά και την επιλογή του, δηλαδή με ποιον τρόπο επιλέγει ο καθένας να ενταχθεί στην ομάδα και να εκφραστεί.

- **Τα πάντα είναι αξιοποιήσιμα**

Φαίνεται όμως ότι αυτό που μας δυσκολεύει όλους πάρα πολύ, είναι οι προσδοκίες του άλλου, σε αυτή την περίπτωση του συντονιστή – οι προσδοκίες που νομίζουμε ότι έχει. Μας εγκλωβίζει αυτό στο οποίο έχουμε όλοι εκπαιδευτεί: η έννοια του σωστού και του λάθους. Αυτό μας αγχώνει και μας δυσκολεύει να εκτεθούμε. Στο Εργαστήριο δεν υπάρχει σωστό και λάθος. Γι' αυτό και δεν υπάρχει κριτική. Ο καθένας εκφράζεται με ένα διαφορετικό τρόπο κι αυτός είναι σεβαστός και αξιοποιήσιμος. Ό,τι εκφράζει ο καθένας έχει μια αξία.

- **Ανοιχτότητα και αντοχή στην αβεβαιότητα**

Μία από τις μεγαλύτερες δυσκολίες της συντονίστριας είναι η ανοιχτότητα σε κάτι διαφορετικό, σε κάτι καινούριο που θα κάνουν ή θα εκφράσουν τα μέλη. Είμαστε διαφορετικοί άνθρωποι και κάποια πράγματα τα έχουμε διαφορετικά στο μυαλό μας. Βρισκόμαστε πολλές φορές έκπληκτοι σε αυτό που κάνουν τα μέλη και χρειαζόμαστε πολύ χώρο μέσα μας για να αντέξουμε πρώτα την αβεβαιότητα ως προς το τι θα κάνουν και μετά την ανοιχτότητα για να το αποδεχτούμε και να το σεβαστούμε. Και αυτό πρέπει να το αισθανόμαστε ειλικρινά, γιατί οι άνθρωποι αντιλαμβάνονται τα συναισθήματά μας.

Τα βήματα της μεθόδου Α.Β.Θ.

- Θεατρικός Αυτοσχεδιασμός
- Αυθόρμητη Γραφή
- Σύνθεση του έργου
- Σκηνοθεσία & Πρόβες
- Παράσταση

Η μαγεία του Θεατρικού Αυτοσχεδιασμού

Κεντρικό εργαλείο σε αυτή τη μέθοδο είναι ο Θεατρικός Αυτοσχεδιασμός. **Η μαγεία του αυτοσχεδιασμού βρίσκεται μέσα μας.** Είναι αυθορμητισμός, είναι η μη προσχεδιασμένη δημιουργία. Είναι ο τρόπος που ζούμε μια στιγμή της καθημερινότητας, με τη συμμετοχή σκέψης – συναισθήματος – κίνησης: από τη στιγμή που θα γεννηθούμε, δρούμε και αντιδρούμε αυτοσχεδιάζοντας.

Από την εμφάνιση του ανθρώπινου πνεύματος, **ο αυτοσχεδιασμός γέννησε δημιουργήματα Τέχνης.** Από τους Διθυράμβους προς τιμήν του Διονύσου στην Αρχαία Ελλάδα μέχρι τα τραγούδια, τα μοιρολόγια, τα νανουρίσματα κ.ά., που συναντάμε στην ελληνική λαογραφία. Και μέχρι τον Στανισλάφσκι, που χρησιμοποίησε τον αυτοσχεδιασμό με τους ηθοποιούς, με σκοπό να αναγνωρίζουν τα συναισθήματά τους, να ανακαλύπτουν δεξιότητες και ταλέντα, και να ζωντανεύουν αυθεντικά τον ρόλο τους.

Ο Θεατρικός Αυτοσχεδιασμός βοηθά τον άνθρωπο **να ανακαλύψει έναν εαυτό άγνωστο.** Τον βοηθά **να ανακαλύψει και τον Άλλο,** αυτόν που μαζί του **δημιουργεί την πραγματικότητα στην οποία ζει.** Είναι σχέση, είναι διάλογος και αλληλεπίδραση – ρητή ή άρρητη – κι έτσι ο άνθρωπος μαθαίνει να εκτιμά και να σέβεται τον εαυτό του, αλλά και τον Άλλο. Γιατί τα μάτια του καθενός γίνονται καθρέφτης και αναγνωρίζοντας τη δική του αξία, μα και τους φόβους του στα μάτια του άλλου, τα αναγνωρίζει και σ' εκείνον.

Ο καθένας είναι ελεύθερος να συμμετέχει στους Αυτοσχεδιασμούς με όποιο τρόπο θέλει, ενεργά ή ακόμη και με τη σιωπή. Ό,τι και αν επιλέξει, ο ρόλος του καθορίζει το συλλογικό έργο. Κι έτσι συνειδητοποιεί ότι **κάποιο ρόλο έχει σ' αυτή τη ζωή κι ότι αν δεν υπήρχε, ο κόσμος θα ήταν κατά τι διαφορετικός.**

Και ταυτόχρονα συνειδητοποιεί βιωματικά ότι όλα τον αφορούν και σε όλα συμμετέχει. **Κανείς δεν είναι άμοιρος της συνθήκης που ζει, την συγκατασκευάζει με τους άλλους,** ενεργά ή παθητικά.

Στους Αυτοσχεδιασμούς, με τον τρόπο που εμείς τους κάνουμε, ο ρόλος που δίνει η συντονίστρια στο κάθε μέλος είναι δυνατότητα και ταυτόχρονα πρόκληση. Είναι μια ευκαιρία να αναδυθεί ο πλούτος και η φαντασία του καθενός. Να ανακαλύψουν πλευρές του εαυτού και του άλλου, που δεν γνώριζαν, και μέσα από την ασφάλεια του ρόλου, να διευρύνουν το πνεύμα τους και να αρχίσουν **να «ερωτοτροπούν» με μια πολύπλευρη προσωπικότητα.**

Πραγματοποιούμε τους Θεατρικούς Αυτοσχεδιασμούς σύμφωνα με τις εξής αρχές:

- **Η έννοια του άδειου χώρου του Πήτερ Μπρουκ**
- **Κάνουμε θέατρο από τη ζωή**
- **Θέση του μη γνωρίζειν**

1. Η έννοια του άδειου χώρου του Πήτερ Μπρουκ = δεν υπάρχουν αντικείμενα. Σε έναν άδειο χώρο αξιοποιούνται στο μέγιστο όλες οι δυνατότητες του ανθρώπου και στα τρία επίπεδα, νοητικό, συναισθηματικό, σωματικό. Δεν χρειάζεται να ακουμπήσει κανείς κάπου. Ακουμπά στον εαυτό του και στους άλλους. «Ένας άδειος χώρος δίνει τη δυνατότητα σε ένα καινούργιο φαινόμενο να γεννηθεί», λέει ο Πήτερ Μπρουκ.
2. Κάνουμε θέατρο από τη ζωή: Ο Αυτοσχεδιασμός είναι μια σκηνή της καθημερινότητας, ρεαλιστική ή συμβολική. Οτιδήποτε υπάρχει γύρω μας, μπορεί να γίνει θεατρικός αυτοσχεδιασμός. Χρειάζεται μόνο να είναι στο μυαλό μας μια καθαρή εικόνα, για να μπορέσουμε να δώσουμε σαφείς οδηγίες. Δεν βοηθούν καθόλου οι περαιτέρω σκέψεις μας πάνω στην εικόνα που έχουμε, για να μπορέσουμε να είμαστε ανοιχτοί σε αυτό που θα βγάλει η ομάδα. «Η αναπαράσταση της ζωής έχει τη δική της αισθητική», λέει ο Πήτερ Μπρουκ.
3. Θέση του μη γνωρίζειν: Στον θεατρικό αυτοσχεδιασμό η συντονίστρια δίνει μία συνθήκη και τους ρόλους ενός Αυτοσχεδιασμού, χωρίς να έχει στο μυαλό της ούτε τι θα δουλέψουν μέσα από αυτόν, ούτε ποια κατεύθυνση θα του δώσουν. Τα μέλη που συμμετέχουν στον Αυτοσχεδιασμό ορίζουν την πορεία. **Δεν υπάρχει καλός και κακός Αυτοσχεδιασμός** – υπάρχει μόνο μια συγκεκριμένη δράση σε ένα συγκεκριμένο χώρο και χρόνο.

Αυτό είναι το βίωμα των ανθρώπων που συμμετέχουν σε ένα Θεατρικό Αυτοσχεδιασμό. Η συντονίστρια καταγράφει τον προφορικό λόγο των μελών, ακριβώς όπως τον ακούει. Παίρνει μια φωτογραφία με λέξεις.

Αυθόρμητη γραφή: Η ώρα του αναστοχασμού

Μετά από κάθε Αυτοσχεδιασμό, ακολουθεί η αυθόρμητη γραφή, ένας αναστοχασμός από τη θέση του παρατηρητή. Είναι μια αφήγηση μιας στιγμής της ζωής, από την οπτική γωνία που τη βλέπουμε τη συγκεκριμένη χρονική στιγμή. Είναι **αφήγηση μιας ιστορίας μέσα από τη σχέση και τον διάλογο**, έτσι όπως την έζησαν στον Αυτοσχεδιασμό.

«Αφηγούμενοι την καθημερινότητα, συνθέτουμε τα κομμάτια της ταυτότητάς μας και δημιουργούμε την ιστορία μας ως άτομα και κοινωνικές ομάδες», λέει η Σμάρω Μάρκου.

Ενώ ο Πήτερ Λανγκ λέει *«Με τις ιστορίες που λέμε, δημιουργούμε την πραγματικότητά μας και προσκαλούμε και τους άλλους σ' αυτή»*.

Η γραφή δίνει στον καθένα **τη δυνατότητα και τον χρόνο να αναλογιστεί** την πράξη του ίδιου και την αλληλεπίδραση με τους άλλους. Κι έτσι ρίχνει φως στους χαρακτήρες και φανερώνει τις εσωτερικές διεργασίες του καθενός.

Διαβάζοντας μετά ο καθένας το κείμενο που έγραψε, ανακαλύπτει ότι δεν υπάρχει μία προσωπική αλήθεια, αλλά πολλές που συνθέτουν τη στιγμή που ζούμε. Κι αυτό είναι εξαιρετικά ενδιαφέρον σε έναν Αυτοσχεδιασμό, αυτό δίνει πλούτο στην τέχνη, αλλά και στη ζωή.

Αυτή η διαδικασία – Θεατρικός Αυτοσχεδιασμός και αυθόρμητη γραφή – επαναλαμβάνεται για όσο χρονικό διάστημα θέλουμε ή έχουμε στη διάθεσή μας. Μπορούμε επίσης να την ολοκληρώσουμε, όταν θεωρήσουμε ότι έχει κλείσει ένας κύκλος. Μετά έρχεται η σύνθεση του έργου.

Σύνθεση του έργου: Συγκατασκευή και συλλογική ευθύνη

Η σύνθεση του έργου γίνεται από τον προφορικό λόγο των μελών, που έχει καταγράψει η συντονίστρια στη διάρκεια των Αυτοσχεδιασμών και από τα κείμενα της αυθόρμητης γραφής των μελών.

Τα πρώτα χρόνια, η σύνθεση του έργου γινόταν από τη συντονίστρια, χωρίς συνεννόηση με τα μέλη, εξού και δεν αποτελούσε ξεχωριστό βήμα της τεχνικής αυτής. Στην πορεία συνειδητοποιήσαμε ότι αυτός ο τρόπος είχε μια σχετική αυθαιρεσία, όσο κι αν η συντονίστρια έκανε τη σύνθεση με βάση αυτά που είχε αντιληφθεί ως θέματα και προτεραιότητες των μελών. Η συντονίστρια παρέμενε στη θέση της γνώστριας, έχοντας μια ανισότιμη σχέση με τα μέλη της ομάδας.

Επιπλέον, όταν τα μέλη έπαιρναν το έτοιμο έργο, υπήρχαν συχνά αντιδράσεις και ερωτήσεις για τον τρόπο και το σκεπτικό με τα οποία έκανε η συντονίστρια τη σύνθεση. Στη συνέχεια, η ομάδα χρειαζόταν αρκετό χρονικό διάστημα με πρόβες, έως ότου κατανοήσει και αποδεχτεί το έργο, έτσι όπως το είχε συνθέσει η συντονίστρια.

Τα τελευταία δώδεκα χρόνια, **το έργο είναι αποτέλεσμα συγκατασκευής και συλλογικής ευθύνης**. Με αυτό τον τρόπο, τα μέλη αισθάνονται το έργο δικό τους και το απολαμβάνουν περισσότερο, αλλά και νιώθουν πιο άνετα να πειραματιστούν και να εκτεθούν.

Η σύνθεση είναι απολαυστική, είναι μια πολύ δημιουργική και ταυτόχρονα δύσκολη διαδικασία, καθώς απαιτούνται συνεχείς επιλογές και μια θεμελιώδης απόφαση: τι είδους έργο θέλουμε να παρουσιάσουμε, ποιο μήνυμα θέλουμε να περάσουμε στο

κοινό. Μέσα από αυτή τη διαδικασία, ξαναζούμε όλη την πορεία και αυτό δίνει τη δυνατότητα επανατοποθέτησης. Έχουμε κείμενα στα χέρια μας, ατάκτως ερρειμένα, τα οποία πρέπει **να επιλέξουμε σε τι σειρά θα τα βάλουμε και αυτή η σειρά καθορίζει το είδος και την ποιότητα του έργου.**

Οι πρόβες και η σκηνοθεσία: Ένα βύθισμα ψυχής

Και μετά αρχίζουν οι πρόβες. Έχουμε στα χέρια μας ένα έργο, το οποίο σκηνοθετικά είναι λευκό χαρτί. Από την άλλη, δεν είναι καθόλου λευκό. Είναι από αυτά τα χαρτιά τα μαγικά, που πρέπει να τα βάλεις κάτω από ένα συγκεκριμένο φως για να σου δείξουν τι γράφουν. Τα μέλη της ομάδας, με το σώμα και το συναίσθημά τους, γνωρίζουν πολύ καλά πώς να αποδώσουν ένα κείμενο, ένα ρόλο, γιατί όλοι οι ρόλοι είναι μέσα τους. Απλώς δεν γνωρίζουν ότι γνωρίζουν.

Η δουλειά της συντονίστριας-σκηνοθέτιδας είναι **να βοηθήσει τον καθένα να ανακαλύψει αυτό που γνωρίζει** κι έτσι να αποκαλυφθεί, να αναδυθεί. Έχει όμως να αντιμετωπίσει μια πρόκληση: η εκπαίδευσή μας βασίζεται στο να μας μάθει ο δάσκαλος ποιο είναι το σωστό. Οπότε οι άνθρωποι ρωτούν διαρκώς «*πώς να το κάνω;*». Η συντονίστρια πρέπει να αντισταθεί και να περιμένει με υπομονή να βρει ο καθένας τον δικό του τρόπο να εκφραστεί. Και μετά να βάλει την τέχνη της και τη φαντασία της για να το θεατροποιήσει.

Η συντονίστρια ως σκηνοθέτιδα παραμένει στη θέση **του μη γνωρίζειν**. Δεν έχει καθόλου στο μυαλό της τι είδους παράσταση θα βγει. Παρατηρεί τα μέλη που περιφέρονται στη σκηνή, με το έργο στο χέρι, ζητώντας τους να «*ακούνε*» τι λένε, να αναγνωρίζουν το συναίσθημα που τους προκαλεί και να κάνουν όποια κίνηση ή να παίρνουν όποια στάση θεωρούν ότι τους εκφράζει. Η βασική αρχή που ακολουθεί, είναι ότι **τίποτε δεν είναι κακό ή άσχημο** και ότι όλα είναι αξιοποιήσιμα.

Σιγά-σιγά, η συντονίστρια αξιοποιεί και εμπλουτίζει τις εικόνες που παρουσίασαν τα μέλη, εστιάζοντας στις ικανότητες του καθενός, στα δυνατά του σημεία. Εδώ εφαρμόζεται **η αρχή του κινούμενου στόχου**: ο καθένας φτάνει ως εκεί που πιστεύει ότι μπορεί κάθε φορά. Όταν αυτό το κατακτήσει, τότε η συντονίστρια μπορεί να του ζητήσει κάτι παραπάνω και τότε κανείς αναγνωρίζει ότι μπορεί να κάνει και το κάτι παραπάνω. Και αυτό συνεχίζεται τόσο όσο το κάθε μέλος επιθυμεί να πειραματιστεί.

Φτάνει κάποια στιγμή που το έργο είναι έτοιμο σκηνοθετικά, οπότε μετά δουλεύονται οι λεπτομέρειες, τελειοποιώντας σκηνές, προσθέτοντας μικρές κινήσεις που θα προσθέσουν ομορφιά και συναίσθημα. Τότε μπαίνουν τα σκηνικά, η μουσική, ο θεατρικός φωτισμός και συναποφασίζονται τα κουστούμια. Αυτές οι πρόβες επαναλαμβάνονται μέχρις ότου τα μέλη, ως ηθοποιοί πια, κατακτήσουν όλο το σκηνοθετημένο έργο και αισθανθούν ασφάλεια για να εμφανιστούν στο κοινό.

Οι πρόβες είναι μια **ευκαιρία ανακάλυψης των δυνατοτήτων**, είναι βύθισμα ψυχής ξανά και ξανά. Είναι **αναμέτρηση με τα όρια του ανθρώπου**. Είναι η πλέον δημιουργική και πλούσια φάση, γεμάτη ενθουσιασμό, απογοητεύσεις, γέλια, κλάματα, πολύ συναίσθημα, εγγύτητα, αποδοχή, αλληλεγγύη και σεβασμό στις ικανότητες και στις δυσκολίες του εαυτού και του άλλου.

Το θέατρο ωθεί «το παιδί μέσα μας να στέκεται στις μύτες των ποδιών για να κοιτάξει πάνω απ' τον τοίχο. Μας ωθεί προς το σημείο εκείνο που δεν μπορούμε να φτάσουμε», λέει ο Εουτζένιο Μπάρμπα.

Σε όλη τη διάρκεια των προβών είναι καθοριστικός ο ρόλος της συντονίστριας. Η δουλειά της ως σκηνοθέτιδας είναι:

- Να αισθάνεται, να συναισθάνεται, να αποδέχεται, να στηρίζει, να δίνει χώρο και χρόνο στον καθένα προσωπικά και σε όλη την ομάδα.
- Να βοηθά τον καθένα να ανακαλύψει αυτό που γνωρίζει, εστιάζοντας στις δυνάμεις του.
- Να αξιοποιεί ό,τι εκφράζει ο καθένας.
- Να σέβεται ότι ο καθένας φτάνει ως εκεί που μπορεί και επιθυμεί να πειραματιστεί.
- Να συνθέτει το θετικό και το αρνητικό μέσα στον ίδιο πλούτο.
- Να είναι ανοιχτή στο διαφορετικό, στο καινούριο, σ' αυτό που δεν περιμένει.
- Να αντέχει και να προωθεί την αβεβαιότητα, τη διαρκή αναζήτηση.

Να μπορεί να αντέχει και να αξιοποιεί τόσο τις αγκαλιές, όσο και τις συγκρούσεις και τις «γκρίνιες», για να μπορέσει να το κάνει αυτό και η ομάδα.

Πρέπει να έχουμε πάντοτε στο νου μας, ως συντονιστές, ότι τα μέλη του εργαστηρίου δεν είναι επαγγελματίες ηθοποιοί κι ότι αυτό που κάνουν, είναι ήδη ένα άλμα. Και μπορούμε όλοι οι άνθρωποι να το καταφέρουμε, αρκεί να νιώσουμε ότι δεν είμαστε μόνοι, ότι είμαστε όλοι μαζί σ' αυτό το εγχείρημα. **Ότι μπορούμε να δουλέψουμε μαζί και να δημιουργήσουμε κάτι όμορφο.**

Παράσταση: Η ώρα της γέννας

Έτσι φτάνουμε στην παράσταση. Είναι η ώρα της γέννας. Μετά από μήνες εγκυμοσύνης, στη διάρκεια της οποίας το έμβρυο τρέφεται από το είναι μας και μεγαλώνει, είναι η ώρα να βγει στο φως, να το δούμε εμείς και να το δείξουμε στους άλλους. Στην παράσταση είναι όλοι οι «ηθοποιοί» στη σκηνή σε όλη τη διάρκεια, καθώς παίζουν είτε μιλούν είτε όχι. Βρίσκονται σε επαφή με τον εαυτό

τους, με το συναίσθημά τους και ταυτόχρονα με όλους τους άλλους στη σκηνή, αλλά και με το κοινό. Εάν αυτό το έχουν κατακτήσει, η παράσταση θα είναι καλή. Γιατί έτσι είναι και στη ζωή: ο εαυτός είναι πολύτιμος, άξιος προστασίας και σεβασμού – κι ο άλλος απαραίτητος σύντροφος, γιατί ο ρόλος του καθενός επηρεάζει τον ρόλο των άλλων, αλλά και το συλλογικό αποτέλεσμα.

Η παράσταση είναι μια στιγμή της ανθρώπινης ιστορίας, της καθημερινής ιστορίας απλών ανθρώπων, ένα κλικ της φωτογραφικής μηχανής τη στιγμή που εμείς επιλέγουμε.

Δουλεύοντας μέσω του θεάτρου: μια υπέροχη εμπειρία

Η δουλειά μέσω του θεάτρου σε αυτά τα εργαστήρια είναι μια συγκλονιστική εμπειρία. Οι άνθρωποι γεννούν συνεχώς ιδέες και διψούν για κάθε νέα πληροφορία και συζήτηση, με αποτέλεσμα οι συναντήσεις μας να διαρκούν συχνά πολύ περισσότερο από το τρίωρο που έχουμε ορίσει, λόγω του ότι η συζήτηση δεν σταματά. Τελικά αναρωτιόμαστε αν εμείς παίρνουμε περισσότερα απ' όσα τους δίνουμε.

Μέσα από όλα τα εργαστήρια Τέχνης που κάνουμε τόσα χρόνια, διδαχθήκαμε κάποιες αρχές, που καθορίζουν την επαφή μαζί τους και την αποτελεσματικότητα ενός εργαστηρίου:

- η αυθεντικότητα, η απόλυτη ειλικρίνεια του συντονιστή
- η δυνατότητα να τους ακούμε και να μην τους κρίνουμε
- η φιλοσοφία ζωής, η στάση ζωής του συντονιστή

Δουλεύουμε με αυτό που είμαστε κι όχι με αυτό που τους λέμε. Οι άνθρωποι καταλαβαίνουν αν αυτό που τους λέμε, είναι και δική μας αλήθεια. Τότε μόνο εμπιστεύονται, εκφράζονται ελεύθερα και εκδηλώνουν τη σοφία που έχουν.

«Η καρδιά της Σ.Κ.Π. είναι αυτό το ηθικό κομμάτι της ουδετερότητας, του μη γνωρίζοντος.

Δεν μπορείς να είσαι ουδέτερος, αλλά μπορείς να μπαινοβγαίνεις στην ουδετερότητα ώστε να είσαι ουδέτερος ως προς το αποτέλεσμα.»

Πήτερ Λανγκ

Αυτό προέκυψε με τα χρόνια, στη διάρκεια των οποίων κατακτήσαμε – μεταξύ πολλών άλλων – την ικανότητα να αφήνουμε περισσότερο χώρο δράσης και έκφρασης στα μέλη των εργαστηρίων, μειώνοντας αντίστοιχα τον δικό μας συντονιστικό ρόλο και δημιουργώντας έτσι μια ισότιμη σχέση. Ο μεγαλύτερος σκόπελος που έπρεπε να ξεπεράσουμε ήταν να μη φανταζόμαστε το τέλος τη στιγμή που ξεκινάει ένα εργαστήριο – για να μπορούμε να είμαστε ανοιχτοί να ακολουθούμε την κατεύθυνση που τα μέλη επιλέγουν να δώσουν στην πορεία. Και παρατηρήσαμε ότι όσο περισσότερο έχει η συντονίστρια τη θέση του μη γνωρίζει και τα μέλη τη δυνατότητα να ορίζουν την πορεία και την έκβαση του εργαστηρίου, τόσο περισσότερο αναδύεται ο προσωπικός τους πλούτος και τόσο περισσότερο αισθάνονται τη δύναμη να ορίσουν τα πράγματα που τους αφορούν.

Αυτό όμως που συνεχίζει να μας συναρπάζει, μετά από 22 χρόνια και πάνω από 50 Εργαστήρια και παραστάσεις σε ποικίλα πλαίσια, είναι ο πλούτος που κρύβει μέσα του ο άνθρωπος, ο κάθε άνθρωπος. Και πώς αυτός ο πλούτος αναδύεται και γίνεται δημιουργία και τέχνη – τέχνη της ζωής – όταν ο/η συντονιστής/τρια εστιάζει στις δυνάμεις του καθενός, όταν μπορεί να συνθέσει το θετικό και το αρνητικό μέσα στον ίδιο πλούτο, όταν μπορεί να χωρέσει το διαφορετικό και να το σεβαστεί, όταν εμπιστευτεί τον άνθρωπο.

Πώς από την αρχική ακαμψία και τον φόβο που έχει κάποιος/α να μπει σε μια διαδικασία, στην οποία είναι άγνωστο το επόμενο βήμα, αλλά και το τελικό αποτέλεσμα, όταν πρέπει αυτά να τα συνδιαμορφώσει με τον άλλο, που δεν γνωρίζει, πώς φτάνει να πιστέψει στον εαυτό του, να εμπιστευτεί τον άλλο, να απελευθερωθεί και να εκτεθεί, δημιουργώντας ένα συλλογικό αποτέλεσμα πάνω σε μια θεατρική σκηνή.

Τέλος, είναι συναρπαστικό το πώς άνθρωποι άγνωστοι και διαφορετικοί μεταξύ τους, στη διάρκεια των συναντήσεων με απόγειο τις πρόβες και την παράσταση, καταφέρνουν να αποδεχτούν και να «χωρέσουν» τον εαυτό και τον άλλο, να τον στηρίξουν και να στηριχτούν, με όραμα μια όμορφη παράσταση, μια όμορφη στιγμή ζωής.

Μπορούμε να οραματιστούμε άραγε μια τέτοια κοινωνία;

Κλείνουμε με μια φράση του Αντονέν Αρτώ, που εμπνέει όλη αυτή τη δουλειά:

«Πρέπει να πιστέψουμε σε μια αίσθηση ζωής ανανεούμενη από το θέατρο, μια αίσθηση ζωής μέσα στην οποία ο άνθρωπος γίνεται άφοβα κυρίαρχος πάνω σε κάθε πράγμα αδημιούργητο ακόμη, και προκαλεί τη γέννησή του».

Βιβλιογραφία

Anderson, H. (2014). *Σχετικά με την ακρόαση, την ακοή, την ομιλία και τη σχέση στο διάλογο. Μετάλογος*, τεύχος 24.

Arnkil T., E. and Seikkula, J. (2015). *Αναπτύσσοντας τη Διαλογικότητα στις Σχεσιακές Πρακτικές. Αναστοχασμός πάνω σε εμπειρίες ανοιχτών διαλόγων*. *Μετάλογος*, τεύχος 27.

Artaud, A. (1992). *Το θέατρο και το είδωλό του*. Αθήνα: εκδ. ΔΩΔΩΝΗ.

Bakhtin, M. (2000). *Ζητήματα της Ποιητικής του Ντοστογιέφσκι*. Αθήνα: εκδ. ΠΟΛΙΣ.

Barba, E. (2001). *Θέατρο: Μοναξιά, δεξιοτεχνία, εξέγερση*. Αθήνα: εκδ. ΚΟΑΝ.

Brook, P. (1998). *Η Ανοιχτή Πόρτα. Σκέψεις πάνω στην τέχνη και την πρακτική του θεάτρου*. Αθήνα: εκδ. ΚΟΑΝ.

Bruner, J. (1997). *Πράξεις νοήματος*. Αθήνα: εκδ. ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΓΡΑΜΜΑΤΑ

Grotowski, J. (1982). *Για ένα φτωχό θέατρο*. Αθήνα: εκδ. Θεωρία.

Μάρκου, Σ. (2016). *Συνέντευξη με τον Peter Lang (26 Ιανουαρίου 2007)*. *Μετάλογος*, τεύχος 30.

Μάρκου, Σ. (2003). *Η αφηγηματική προσέγγιση στη συμβουλευτική μεγάλων συστημάτων*. Ομιλία για την Ελληνική Εταιρία Ομαδικής Ανάλυσης και Οικογενειακής Θεραπείας. Αιγινήτειο Νοσοκομείο.