

MOC(NA) MOC

- gry Augusto Boala w pracy z młodzieżą niedostosowaną społecznie

Krótki opis scenariusza:

Scenariusz jest propozycją wykorzystania gier i ćwiczeń opisanych przez Augusto Boala w pracy z młodzieżą niedostosowaną społecznie, przebywającą pod opieką placówek o charakterze szkolno-wychowawczym.

Tematyka warsztatów dotyczy zagadnienia mocy i siły, a więc kwestii obecnych w życiu każdego młodego człowieka. Co to znaczy, że mam moc? Co to znaczy, że jestem silny? Skąd mogę czerpać moc a skąd siłę? – m.in. te pytania chciałybyśmy postawić przed młodzieżą wierząc, że udział

Augusto Boal - brazylijski pedagog, reżyser, twórca koncepcji teatralnej zwanej Teatrem Uciśnionych, stanowiącej zaplecze ideowe dla niniejszego scenariusza. W Polsce jak dotąd Augusto Boal nie doczekał się rzetelnego opracowania biograficznego¹.

w spotkaniach przybliży ją do odnalezienia indywidualnych źródeł mocy i osobistych refleksji na jej temat. Bezpośrednią inspiracją do wyboru tematyki zajęć było doświadczenie tworzenia i realizowania projektu ART– Generacje, łączącego we wspólnym działaniu wychowanków MOW-u i Seniorki, w tym podopieczne Domu Dziennego Pobytu. W trakcie prowadzonych warsztatów

¹ Krótki opis sylwetki Boala znajduje się m.in. w publikacji Drama Way Fundacji Edukacji i Kultury p.t. „Teatr Forum. 2015” (str. 15). Publikacja dostępna jest na: www.teatrzaangazowany.pl/sites/default/files/publikacja_tf_drama_way_2015.pdf Więcej na temat Teatru Uciśnionych można przeczytać w naszym artykule pt. „Teatr Forum- charakterystyka metody” zamieszczonym na stronie www.trudnytemat.ceo.org.pl/kategorie/teatr-forum

rozmów z uczestnikami przekonaliśmy się, jak różnie rozumieją moc i siłę, a jednocześnie jak znaczący jest to dla nich ten temat.²

Chciałybyśmy podkreślić, że podstawowym celem warsztatów jest otwarta rozmowa, rozumiana jako wspólne przyjrzenie się zagadnieniom mocy i siły – ich rozumieniu i przeżywaniu. Z naszych doświadczeń wynika, że aby było to możliwe niezbędna jest bezpieczna atmosfera zajęć, akceptacja prowadzącego³, ciekawy temat, zmieniające się tempo warsztatów i wyzwanie, które postawimy przed wychowankami.

Dlatego też każde zajęcia prowadzone są wg określonej struktury, która - mamy nadzieję - zagwarantuje:

- zaciekawienie, wyzwanie – pytanie rozpoczynające zajęcia,
- zmienność energetyczną, zaangażowanie fizyczne – gry,
- refleksję płynącą z doświadczenia – ćwiczenie główne i jego analiza.

Scenariusz może być realizowany zarówno w trakcie 4 sesji po 2 godziny jak i (po niewielkich zmianach) w jednym bloku warsztatowym. W drugim przypadku sugerujemy, by większość ćwiczeń rozgrzewkowych i wprowadzających

Warto wiedzieć, że Augusto Boal posługuje się słowem "aktor" w odniesieniu do uczestnika zajęć i terminem "dżoker" w odniesieniu do prowadzącego zajęcia.

przeprowadzić na początku zajęć, a przerwy dostosować do potrzeb grupy. Ze względu na specyfikę odbiorców scenariusz został stworzony z myślą o grupach, które już się znają (około 12 osobowych).

² Więcej na temat projektu Art-Generacje – jego założeń i przebiegu można przeczytać w artykule Adama Gąseckiego „Art-Generacje 2015-2016- międzypokoleniowy projekt edukacji kulturalnej jako przykład Teatru Zaangażowanego Społecznie” na stronie: www.teatrzaangazowany.pl/czytelnia/publikacje/art-generacje-2015-16-miedzypokoleniowy-projekt-edukacji-kulturalnej-jako.

³ O tym, jak ważna jest właściwa postawa prowadzącego zajęcia pisaliśmy w artykule pt. „Teatr Zaangażowany Społecznie: Prowadzący, Aktor, Widz”. Artykuł dostępny jest na stronie: www.teatrzaangazowany.pl/czytelnia/publikacje/teatr-zaangazowany-spolecznie-prowadzacy-aktor-widz-maria-depta-aldona-zejmo. Zachęcamy do przeczytania artykułu przed realizacją zajęć!

Ponieważ wszystkie proponowane w scenariuszu gry i ćwiczenia pochodzą z książki Augusto Boala pt. "Gry dla aktorów i nieaktorów" (Wydawnictwo Cyklady, Drama Way Fundacja Edukacji i Kultury, Warszawa, 2014) przy tytule każdego z nich podajemy numer strony, na której można znaleźć ich dokładny opis.

Czas trwania: 4 spotkania po 2 godziny zegarowe.

Pytanie kluczowe:

- Jak rozumiemy moc, a jak rozumiemy siłę?
- Czym jest moc wewnętrzna? Czym jest siła?
- Co to znaczy, że mam moc? Co znaczy, że mam siłę?
- Jak mogę wykorzystać swoją moc? Jak mogę wykorzystać swoją siłę?

Cele warsztatów:

- Rozpoznasz, czym moc różni się od siły, a w czym jest do niej podobna.
- Doświadczysz na czym polega okazywanie mocy, a na czym okazywanie siły.
- Dowiesz się, kiedy warto okazywać moc, a kiedy można z tego zrezygnować.
- Zrozumiesz konsekwencje posiadania i okazywania braku mocy.

Metody:

- Praca w grupach
- Pomnik
- Improwizacja

Środki dydaktyczne i materiały:

- Markery
- Kartki do flipcharta
- Flipchart
- 10 karteczek (np. post sitów) z napisanymi cyframi od 1 do 10
- Kartki A4
- Długopisy

Spotkanie I

1. Wprowadzenie – 20 min.

- **Powitanie.** Powitaj grupę i krótko omów proponowany cykl zajęć. Nie zapomnij wspomnieć o:
 - celu zajęć,
 - strukturze (pytanie rozpoczynające zajęcia, gry, ćwiczenie główne, odpowiedź na pytanie),
 - tematyce,
 - czasie trwania,
 - metodach pracy.
- **Rundka.** Spytaj uczestników jak się dziś czują, z jakimi myślami rozpoczynają zajęcia. Poproś, by wypowiedział się każdy, w żaden sposób nie oceniaj tego, co mówią uczestnicy.
- **Zasady.** Powiedz, że ćwiczenia, które będziemy wykonywać w trakcie zajęć należą do dziedziny teatru/są ćwiczeniami teatralnymi.

Dodaj, że zależy Ci, aby w trakcie wykonywania ćwiczeń wszyscy czuli się swobodnie, pomimo, że nie są zawodowymi aktorami. Aby to było możliwe chciałbyś na czas warsztatów wprowadzić zasady, które ułatwią zaangażowanie.

Na pewno pracując z młodzieżą odwołujesz się do pewnych zasad, nawet jeśli nie mówisz o nich otwarcie i nie ustalasz ich z uczestnikami. Zachęcamy, aby w trakcie pracy wg poniższych scenariuszy wprost zaproponować następujące normy:

- słuchamy siebie nawzajem,
- mówimy od „ja”,
- nie oceniamy poziomu aktorskiego (zarówno swojego jak i innych),
- mamy prawo odmówić udziału w ćwiczeniu, jednak nie nadużywamy tej możliwości,
- wyłączamy telefony komórkowe.

Otwarte wprowadzenie reguł pozytywnie wpłynie na poczucie bezpieczeństwa w grupie, niezbędne by uczestnicy otwarcie dzielili się swoimi przemyśleniami. Zasady te wypisz na flipcharcie i powieś w widocznym miejscu sali.

UWAGA! Jeśli zauważysz że uczestnicy nadużywają możliwości odmowy uczestnictwa w ćwiczeniach i stają się bierni, wprowadź dodatkowe ustalenia: np. można odmówić udziału tylko raz w trakcie trwania zajęć, odmowa ta dotyczyć może tylko jednego ćwiczenia.

2. Pytanie na dziś – 5 min.

Powiedz, że pytaniem na które dziś będziecie starali się znaleźć odpowiedź jest:

Czym różni się moc od siły?

Zapisz pytanie na flipcharcie. Powiedz, że celem warsztatów jest znalezienie odpowiedzi powyższe pytanie poprzez gry i doświadczenia. Poproś uczestników, by w trakcie wykonywania ćwiczeń pamiętali o celu zajęć i byli uważni na pojawiające się refleksje.

3. Gry i ćwiczenia Augusto Boala – 35 min.

● Krzyż i koło

Zaproponuj uczestnikom ćwiczenie „Krzyż i koło” (s. 92). Omów je pod kątem tzw. automatyzacji. Powiedz, że czasem w życiu działamy automatycznie, chociaż nie ma przeciwwskazań by zachowywać się inaczej.

Dodaj, że zależy Ci, aby w trakcie zajęć przełamywać automatyzmy: w myśleniu, reagowaniu i analizowaniu. Powiedz, że przykładem automatyzmu stosowanego w trakcie zajęć może być praca zawsze z tą samą osobą, tym kogo lubimy i z kim przyjaźnimy się na co dzień. Zaproponuj, by uczestnicy starali się przełamać ten automatyzm i pracowali z osobami, z którymi nie mają częstego kontaktu.

Automatyzacja to termin stosowany przez Augusto Boala do opisu wyuczonych, schematycznych ludzkich reakcji (także mięśniowych), zachowań pojawiających się niejako „automatycznie” w konkretnych warunkach i sytuacjach.

● Ślepy samochód

Zaproponuj uczestnikom ćwiczenie „Ślepy samochód” (s. 157). Nie omawiaj zabawy, zaproponuj dłuższe omówienie po całej sekwencji gier.

● Wyznaczony przywódca

Zaproponuj uczestnikom ćwiczenie „Wyznaczony przywódca”. Przeprowadź je wraz z WARIANTEM (s. 193)

● **Przepychanka**

Zaproponuj uczestnikom ćwiczenie „Przepychanka”. Przeprowadź je wraz z wybranymi WARIANTAMI (s. 97). WARIANTY dobierz do specyfiki grupy; możliwości fizycznych i relacji pomiędzy uczestnikami.

4. Pomniki mocy – 40 min.

Przypomnij, że na dzisiejszych zajęciach zajmujemy się kwestią mocy i siły. Podziel grupę na 3-4 osobowe podgrupy. Poproś, by w mniejszych zespołach porozmawiali ok. 5 minut na temat siły/mocy. Jakie skojarzenia się pojawiają? Jakie myśli? Jakie są podobieństwa, a jakie różnice?

Poproś uczestników by stworzyli w podgrupach dwa pomniki (nieruchome obrazy):

● **Mocy – pomnik nr. 1**

● **Siły – pomnik nr. 2**

Przeprowadź prezentację pomników: na Twoje klaśnięcie chętna podgrupa zastyga w pomniku nr 1. na drugie klaśnięcie – kończy prezentację. W trakcie prezentacji pozostali uczestnicy analizują obraz odpowiadając na pytania:

- Z czym Ci się to kojarzy? Z jakąś osobą, miejscem, sytuacją?
- Jakie słowa przychodzą Ci do głowy, gdy patrzysz na ten obraz?
- Gdybyś miał pomyśleć o konkretnej osobie, która ma taką moc – to kto by to był?

Gdy skojarzenia i pomysły się wyczerpią, klaśnij w ręce po raz drugi. Następnie poproś, aby ta sama podgrupa zaprezentowała pomnik nr 2 (dotyczący siły). Przeprowadź jego prezentację w taki sam sposób jak poprzednio.

Bądź uważny na to, co mówią uczestnicy; wyłapuj różnice pomiędzy rozumieniem pojęcia mocy i siły. Różnice te zapisuj je na flipcharcie. Na zakończenie ćwiczenia flipchart powieś w widocznym miejscu.

Według tego samego schematu przeprowadź prezentację pomników wszystkich podgrup.



PAMIĘTAJ, ŻEBY:

- Po zakończeniu każdej prezentacji nagrodzić podgrupę brawami.
- Nie oceniać wypowiedzi uczestników, dbać o możliwość pojawiania się różnorodnych skojarzeń.
- Dzielić się z uczestnikami własnymi pomysłami i refleksjami będąc uważnym na to, by nie zdominować grupy swoją aktywnością.

Po prezentacjach wszystkich grup zaprosz uczestników do wspólnego podsumowania.

5. Powrót do „Pytania na dziś” – 15 min.

Nawiązując do refleksji wypływających z doświadczenia gier i pracy z pomnikami, zachęć uczestników, by usiedli w kole i odpowiedzieli na pytanie rozpoczynające zajęcia:

- **Czym różni się moc od siły?**

Pytania pomocnicze:

- *Kto ma siłę a kto ma moc?*
- *Kiedy potrzebna jest nam siła, a kiedy moc?*

Pozwól, by uczestnicy spontanicznie dzielili się swoimi refleksjami i przemyśleniami. Zachęć, by zapoznali się z treściami z flipcharta (ćwiczenie Pomniki), krótko odczytaj hasła, które na nim się pojawiły.

6. Podsumowanie prowadzącego – 5 min.

Na zakończenie zajęć podziel się z uczestnikami swoimi własnymi przemyśleniami na temat różnic pomiędzy siłą a mocą. Możesz nawiązać do podziału na siłę fizyczną (związana ze sprawnością fizyczną często łączona z agresją/przemocą) i moc wewnętrzną (związana z potęgą ducha, światem wewnętrznym, jasnością celów).

Spotkanie II

1. Wprowadzenie – 10 min.

- **Powitanie.** Powitaj grupę. Powiedz, że na dzisiejszych zajęciach będziemy kontynuowali temat mocy, który rozpoczęliśmy na pierwszym spotkaniu. Krótko przypomnij zasady panujące na zajęciach. Powieś flipchart z wypisanymi zasadami w widocznym miejscu sali.
- **Rundka:** Spytaj uczestników jak się dziś czują, z jakimi myślami rozpoczynają zajęcia. Poproś, by wypowiedział się każdy, w żaden sposób nie oceniaj tego, co mówią uczestnicy.

1. Pytanie na dziś – 5 min.

Powiedz, że pytaniem na które dziś będziecie starali się znaleźć odpowiedź jest:

Co to jest moc wewnętrzna? Czym jest siła?

Zapisz pytanie na flipcharcie. Powiedz, że celem warsztatów jest znalezienie odpowiedzi na zadane pytanie poprzez gry i doświadczenia. Poproś uczestników, by w trakcie wykonywania ćwiczeń pamiętali o celu zajęć, byli uważni na pojawiające się refleksje i świadomie przeciwdziałali automatyzacji. Dodaj, że dłuższe omówienie odbędzie się po całej sekwencji gier.

2. Gry i ćwiczenia Augusto Boala – 20 min.

● **Futbol Amerykański (albo Brytyjski buldog)**

Zaproponuj uczestnikom ćwiczenie „Futbol Amerykański” (s. 120 proponujemy wariant nr 1), przeprowadź je zgodnie z instrukcją.

● **Trzy pojedynki irlandzkie**

Zaproponuj uczestnikom ćwiczenie „Trzy pojedynki irlandzkie” (s. 120), przeprowadź je zgodnie z instrukcją.

● **Zawody**

Zaproponuj uczestnikom ćwiczenie „Zawody” (s. 181). Zaczniij, że uczestnicy zaczynają po prostu chodzić jakby byli osobami, które wykonywają określone zawody, później dodawaj różne czynności.

3. Wprowadzenie do pracy ze statusami – 20 minut.

Powiedz grupie, że w tej części zajęć zajmiemy się pracą z mocą i tzw. statusami. W społeczeństwie ludzi pełnią różne role społeczne, które wiążą się z różnymi statusami, np. inny status społeczny ma lekarz, a inny sprzątaczką. My na zajęciach będziemy rozumieli status jako moc wewnętrzną, która może ale nie musi być zgodna ze statutem społecznym. Np. czasem się zdarza tak, że pani sprzątająca może mieć taką moc wewnętrzną; że pomimo dość niskiej roli „rządzi” instytucją, podobnie osobą bezdomna może mieć wielką moc wewnętrzną, a dyrektor pomimo wysokiej funkcji może mieć niską moc wewnętrzną.

● Chodzenie ze statusem

Poproś grupę, by wyobraziła sobie teraz skalę, gdzie 1 oznacza najniższy, a 10 najwyższy status. Powiedz, że za chwilę powiesz numer i poprosisz uczestników, by wcielili się w role osób zgodnie z zaproponowaną przez Ciebie cyfrą (to kim są będą mogli sobie wybrać, będą mogli także postać zmienić). Powiedz uczestnikom, by zwrócili uwagę na sygnały płynące z ciała - odgrywając osoby z niskim bądź wysokim statusem wzięli pod uwagę to jak chodzą, gdzie i jak patrzą, czy są spięci czy rozluźnieni. Poproś uczestników, by chodząc wyobrazili sobie dokładnie kim są, gdzie idą. Możesz także w trakcie ćwiczenia podawać instrukcje dodatkowe np.:

- *Masz status..... Wyobraź sobie, że jest poranek, wstajesz pokaż co robisz*
- *Kim jesteś? W jakiej jesteś sytuacji życiowej?*
- *Co myślisz w tej chwili?*
- *Co myślisz o sobie?*

Rozpocznij od skrajnych statusów wysokiego (9-10) i bardzo niskiego (1-2)

● Połowa chodzi z niskim połowa z wysokim statusem.

Podziel wszystkich uczestników na dwie mniejsze, mniej więcej liczące tyle samo osób grupy (A i B). Powiedz, że grupa A będzie chodzić z niskim statusem (1-3), natomiast B z wysokim (8-10). Po chwili, gdy uczestnicy wejdą już w swoje role, powiedz, żeby zaczęli wchodzić ze sobą w interakcje (zarówno niewerbalne jak i werbalne). Zobacz co się dzieje. Nie kończ ćwiczenia za szybko.

Gdy uznasz, że role się zarysowały poproś uczestników by ustawili się gdzieś w sali w pozycji zgodnej ze swoim statusem. Poproś by na chwilę „zastygli” w pomniku, nie ruszali się. Następnie powiedz uczestnikom, że mogą spojrzeć na innych, ale pozostając ciągle w swoim miejscu, w swojej pozycji i w swojej roli (inaczej będzie patrzyć osoba z wysokim a inaczej z niskim statusem).

Zrób zamianę. Teraz osoby, które były w roli osób z wysokim statusem wchodzi w role osób z niskim statusem, osoby które były słabe, są teraz w roli osób mocnych.

Omówienie:

- *Jak zachowywały się osoby mające wysoka/niską moc? Co dokładnie robiły, jak nawiązywały kontakt z innymi?*
- *Czy byłeś/byłaś w stanie rozpoznać osoby „ze swojej grupy”?*
- *Jak wyglądały interakcje? Czy było więcej interakcji z osobami ze swojej grupy czy z osobami z innych grup?*

4. Improwizacje ze statusami – 40 minut

● **Dworzec kolejowy**

Przygotowanie: Potrzebujesz 5-7 ochotników. Powiedz, że poprosisz ich o odegranie krótkiej, maksymalnie 5 minutowej improwizacji. Wejdą w role osób, które są na dworcu kolejowym. Ćwiczenie zaczynamy od ustalenia jakie miejsca są na dworcu (np. kasa, poczekalnia, palarnia, toaleta, bufet itd.). Ustal z uczestnikami w jakiej części sali będą tory, gdzie będą znajdować się pozostałe zaproponowane przez grupę miejsca. Prześaranżuj salę tak, by np. krzesło stało się peronową ławką, stół kasą.

Następnie rozdaj osobom, które będą odgrywały scenę na dworcu karteczki z cyframi od 1-10. Powiedz, że cyfry określają ich status (powiedz także, by nikomu ich na razie nie pokazywali). Ochotnicy, wybierają i mówią na głos jaką postacią będą (np. osobą pracującą w kasie, konduktorem, pasażerem etc.) i zajmują odpowiednie pozycje. Podkreśl, że ważne jest, żeby uczestnicy którzy są w rolach wchodzili ze sobą w jak najwięcej interakcji. Powiedz reszcie grupy, by oglądając improwizację zwrócili uwagę na to kto, ich zdaniem, ma jaki status (jakie postacie), kto jest wyżej a kto niżej bo po zakończeniu improwizacji będziemy o tym rozmawiać.

Improwizacja:

Rozpocznij improwizację od klaśnięcia w ręce. Udając peronowy megafon możesz także ogłosić: „UWAGA, UWAGA! Z POWODU NIEKORZYSTNEJ POGODY WSZYSTKIE POCIĄGI MAJĄ OPÓŹNIENIE. CZAS OPÓŹNIENIA NIEZNANY...”

Omówienie:

Spytaj osoby oglądające, który z bohaterów miał według nich jaki status; jaką cyfrę w skali od 1-10 by im przypisali. Poproś, by na razie ochotnicy nie mówili reszcie grupy jaki wylosowali status, a różne osoby oglądające ustawiły w linii peronowe postacie od najwyższego do najniższego statusu.

Pytanie pomocnicze:

- *Po czym poznawalesz kto jaki ma status?*
- *Dlaczego uważasz że dana osoba ma wyższy/ niższy status niż inna?*
- *Na czym polega moc osób, które Twoim zdaniem mają wysoki status?*
- *Kto myśli podobnie, kto uważa inaczej?*

Po wypowiedziach uczestników oglądających poproś, by osoby, które były w improwizacji powiedziały jaki według nich numerki miały inne odgrywające osoby.

Na koniec podziękuj ochotnikom i zachęć, by reszta nagrodziła ich brawami.

● **Winda się zacięła**

Improwizacja

Poproś, by zgłosili się inni czterej ochotnicy. Powiedz, że teraz zrobimy podobną improwizację, a tematem będzie „winda”. Zakreśl na ziemi prostokąt/kwadrat określający gdzie będzie odgrywana improwizacja (możesz użyć taśmy lub krzesła).

Opowiedz o windzie, która znajduje się w bardzo dużym warszawskim biurowcu. Spytaj uczestników kto może jechać taką windą? Kiedy uczestnicy wymienią już wiele takich osób np. kurier, dyrektor, osoba starająca się o pracę, sprzątaczką, pan z pizzą, poproś uczestników, by zdecydowali kim są (nie

znając swojego statusu), a następnie Ty „na ucho” powiedz im jaki mają status. Przynajmniej jedna rolę zróżnicuj pod względem mocy/siły i roli społecznej np. pani sprzątającej daj bardzo wysoki status a kierownikowi niski.

Omówienie

Omów według schematu opisanego wyżej.



PAMIĘTAJ, ŻEBY:

- Określić/ustalić z uczestnikami miejsce na „przestrzeń sceniczną” (zaznaczyć gdzie są tory, „zamknąć” przestrzeń windy).
- Rozpocząć i zakończyć improwizację klaśnięciem.
- Nie oceniać wypowiedzi uczestników, dbać o możliwość pojawiania się różnorodnych interpretacji, opinii.
- Dopytywać uczestników co myślą. Być zaciekawionym tym co mówią.

5. Powrót do „Pytania na dziś” – 15 min.

Poproś całą grupę o wspólne podsumowanie. Nawiązując do refleksji wpływających z ćwiczeń statusowych, zachęć uczestników, by usiedli w kole i odpowiedzieli na pytanie rozpoczynające zajęcia:

Czym jest moc wewnętrzna? Czym jest siła?

Pytania pomocnicze:

- *Jakie emocje związane są z posiadaniem mocy/siły?*
- *Po czym poznajemy jaki kto ma status, moc wewnętrzną?*
- *Jak ma się moc do władzę?*
- *Czy władzę jest siłą czy mocą?*
- *Czy moc ma wektor/kierunek jest dobra lub zła?*
- *Czym w kontekście dzisiejszych ćwiczeń różni się moc od siły?*



PAMIĘTAJ, ŻEBY:

- Przy podsumowaniu zachęcić uczestników do odpowiedzi na pytanie:
 - *Jak te ćwiczenia możemy przenieść na życie?*
- Pozwolić by uczestnicy spontanicznie dzielili się swoimi refleksjami i przemyśleniami.

6. Podsumowanie prowadzącego – 5 min.

Na zakończenie zajęć podziel się z uczestnikami swoimi własnymi przemyśleniami na temat mocy wewnętrznej. Możesz nawiązać do tego że w świecie moc mają/miały różne osoby, takie jak Hitler i takie jak matka Teresa czy Dalajlama; że posiadając moc można ją wykorzystać w różny sposób.

Spotkanie III

1. Wprowadzenie – 10 min.

- **Powitanie:** powitaj grupę, krótko przypomnij temat zajęć i zasady panujące na zajęciach. Ponownie powieś flipchart z wypisanymi zasadami w widocznym miejscu sali.
- **Rundka:** spytaj uczestników jak się dziś czują, z jakimi myślami rozpoczynają zajęcia. Poproś, by wypowiedział się każdy, w żaden sposób nie oceniaj tego, co mówią uczestnicy.

2. Pytanie na dziś – 5 min.

Powiedz, że pytaniem na które dziś będziecie starali się znaleźć odpowiedź jest:

Co to znaczy, że mam moc? Co znaczy, że mam siłę?

Zapisz pytanie na flipcharcie. Powiedz, że celem warsztatów jest znalezienie odpowiedzi na powyższe pytanie poprzez gry i doświadczenia. Poproś uczestników, by w trakcie wykonywania ćwiczeń pamiętali o celu zajęć, byli skupieni na pojawiających się refleksjach i świadomie przeciwdziałali automatyzacji. Dodaj, że dłuższe omówienie odbędzie się po całej sekwencji gier.

3. Gry i ćwiczenia Augusto Boala – 40 min.

- **Dźwięki**

Zaproponuj uczestnikom ćwiczenie „Dźwięki” (s. 152, bez wariantu Juliana), przeprowadź je zgodnie z instrukcją.

- **Ochroniarze prezydenta**

Zaproponuj uczestnikom ćwiczenie „Ochroniarze prezydenta” (s. 140), przeprowadź je zgodnie z instrukcją.

- **Eksplzja**

Zaproponuj uczestnikom ćwiczenie „Eksplzja” (s. 146), przeprowadź je zgodnie z instrukcją.

- **Boimy się jednej osoby, druga jest naszą obrońcą**

Zaproponuj uczestnikom ćwiczenie „Boimy się jednej osoby, druga jest naszą obrońcą” (s.177), przeprowadź je zgodnie z instrukcją.

- **Nie zostawiamy w sali wolnego miejsca**

Zaproponuj uczestnikom ćwiczenie „Nie zostawimy w Sali wolnego miejsca” (s.163), przeprowadź je zgodnie z instrukcją.

OPCJONALNIE:

Jeśli czujesz, że uczestnicy potrzebują jeszcze rozgrzewki lub został Ci dodatkowy czas, możesz zaproponować grę:

- **Karnawał w Rio**

Ćwiczenie „Karnawał w Rio” (s.140) przeprowadź zgodnie z instrukcją.

4. Kolumbijska hipnoza – 45 min.

Przypomnij, że na dzisiejszych zajęciach zajmujemy się dalej kwestią mocy i siły. Przeprowadź ćwiczenie „Kolumbijska hipnoza” zgodnie z instrukcją (s. 93), możesz pominąć warianty „Hipnoza przy użyciu rąk i nóg” oraz „Hipnoza przy użyciu dowolnej części ciała”.

Po zakończeniu ćwiczenia podziel grupę na 3 osobowe podgrupy, rozdaj kartony i markery. Poproś uczestników, by w zespołach wypisali wszystkie skojarzenia związane z ćwiczeniem. Poproś każdy zespół o odczytanie skojarzeń.



PAMIĘTAJ, ŻEBY:

- Po zakończeniu każdej prezentacji podziękować uczestnikom.
- Nie oceniać wypowiedzi uczestników, dbać o możliwość pojawiania się różnorodnych skojarzeń.

5. Powrót do „Pytania na dziś” – 15 min.

Nawiązując do skojarzeń, zachęć uczestników, by usiedli w kole i odpowiedzieli na pytanie rozpoczynające zajęcia:

Co to znaczy że mam moc, co to znaczy że mam siłę?

- **Pytania pomocnicze:**
 - *Jak okazuję swoją moc? Jak okazuję swoją siłę?*
 - *Czy okazywanie mocy/siły jest zawsze możliwe? Czy jest łatwe?*
 - *Z czym się łączy?*

Po kilku wypowiedziach podsumuj ćwiczenie ze swojej perspektywy nawiązując do zagadnienia systemu – w ćwiczeniu „Kolumbijski Hipnotyzer” uczestnicy stworzyli żywy system, w którym każdy z nich miał swoje miejsce. Siła i moc każdej z postaci z systemu polegała na czym innym. Zachęć uczestników do refleksji: na czym polegała moc i siła odgrywanej przez nich roli. Podziel

się z uczestnikami własną refleksją: na czym polegała w ćwiczeniu Twoja siła i moc – siła i moc obserwatora.

6. Podsumowanie prowadzącego – 5 min.

Na zakończenie zajęć podziel się z uczestnikami swoimi własnymi przemyśleniami na temat okazywania siły i mocy. Warto nawiązać do zagadnienia konsekwencji i skutków okazywania siły lub/i mocy, opowiedz o sytuacjach w których warto okazywać moc/siłę a kiedy lepiej z tego zrezygnować.

Spotkanie IV

1. Wprowadzenie – 10 min.

- **Powitanie.** Powitaj grupę, krótko przypomnij temat zajęć i zasady panujące na zajęciach. Ponownie powieś flipchart z wypisanymi zasadami w widocznym miejscu sali.
- **Rundka.** Spytaj uczestników jak się dziś czują, z jakimi myślami rozpoczynają zajęcia. Poproś, by wypowiedział się każdy, w żaden sposób nie oceniaj tego, co mówią uczestnicy.

2. Pytanie na dziś – 5 min.

Powiedz, że pytaniem na które dziś będziecie starali się znaleźć odpowiedź jest:

Jak mogę wykorzystać swoją moc? Jak mogę wykorzystać swoją siłę?

Zapisz pytanie na flipcharcie. Powiedz, że celem warsztatów jest znalezienie odpowiedzi na zadane pytanie poprzez gry i doświadczenia. Poproś uczestników, by w trakcie wykonywania ćwiczeń pamiętali o celu zajęć, byli uważni na pojawiające się refleksje i świadomie przeciwdziałali automatyzacji. Dodaj, że dłuższe omówienie odbędzie się po całej sekwencji gier.

3. Gry i ćwiczenia Augusto Boala – 35 min.

- **Krąg równowagi**

Zaproponuj uczestnikom ćwiczenie „Krąg równowagi” (s. 182), przeprowadź je zgodnie z instrukcją. Jeżeli pracujesz z nieparzystą liczbą uczestników, możesz:

- wziąć udział w ćwiczeniu,
- poprosić by jedna osób była obserwatorem,
- zaproponować wersję ćwiczenia, w której grupa ma zrównoważyć tylko jedną osobę.

● Wielka gra o władzę

Zaproponuj uczestnikom ćwiczenie „Wielka gra o władzę” (s. 197), przeprowadź je zgodnie z instrukcją. Butelkę możesz zastąpić np. kalendarzem

OPCJONALNIE:

Jeśli czujesz, że uczestnicy potrzebują jeszcze rozgrzewki lub masz więcej czasu, to przed ćwiczeniem Wielka gra mocy możesz zaproponować grę:

● Wielki szef

Ćwiczenie „Wielki Szef” (s.138) możesz przeprowadzić wg. instrukcji lub dodać, że szef może zaproponować po za rytmem /lub zamiast rytmu jakiś sposób poruszania się/robienia czegoś (np. machania w trakcie chodzenia, chodzenie wokół kręgu i drapania się po głowie, podskakiwania etc.)

● Krąg rytmów w Toronto

Ćwiczenie Krąg rytmów z Toronto (s. 143) przeprowadź zgodnie z instrukcją.

4. Improwizacje z różnym zakończeniem – 40 minut.

● Scenka w sklepie

Powiedz uczestnikom, że dalej będziemy kontynuować temat mocy i siły. Podziel uczestników na 3 osobowe zespoły (jeżeli pracujesz z 12 osobą grupa możesz poprosić, by odliczyli do 4, w tej sytuacji jedynki będą pracować z jedynkami, dwójki z dwójkami etc.). Jeżeli grupa nie dzieli się na 3, w jednej, maksymalnie 2 grupach może być po 4 osoby (w tej sytuacji będzie po 2 światków).

Powiedz by uczestnicy podzielili się na osobę A, B, C (i ewentualnie D).

Opowiedz, kim są poszczególne osoby lub daj im przygotowane wcześniej karty ról.

Osoba A

Robert/Kasia (protagonista) – robisz zakupy w małym osiedlowym sklepie. Sprzedawca/sprzedawczyni źle wydaje Ci resztę - 20 PLN mniej niż powinna.

Protagonista
– główny bohater

Osoba B

Michał/ Marta - pracujesz w małym sklepie. Ostatnio masz kłopoty w domu. Twoja matka bardzo zachorowała i trudno Ci się skoncentrować na pracy. Wydając resztę osobie która robi zakupy mylisz się na niekorzyść klienta. Wydajesz mu o 20 PLN mniej.

Osoba C/D

Jarek/ Ania (świadek) – stoisz w kolejce w małym osiedlowym sklepie. Przed tobą stoi jedna osoba i masz nadzieję, że nie będzie robiła dużych zakupów. Spieszysz się na spotkanie z kolegami.

Poproś by uczestnicy przygotowali 3 scenki (tej samej sytuacji), w których Robert/Ania będą zachowywali się w różny sposób i będą mieli inną moc. Zespół przygotowujący scenkę ma wymyśleć co dokładnie A robi/mówi i jak w związku z różnymi reakcjami osoby A zachowują się inne osoby w tej sytuacji.

Scenka nr 1:

Osoba A ma wysoką moc/siłę, ale zachowuje się niemiło, w sposób, który rani innych.

Scenka nr 2:

Osoba A ma wysoką moc/siłę, ale zachowuje się miło, w sposób który nie rani innych.

Scenka nr 3:

Osoba A nie ma mocy/siły, ale zachowuje się niemiło lub miło (do wyboru przez grupę).

Powiedz, że Roberta/ Anię i inne postaci za każdym razem grają te same osoby. Daj uczestnikom czas (10 - 15 minut), by w małych grupach przygotowali różne wersje scenek. Po ustalonym czasie pokazują je reszcie grupy - w dowolnej kolejności (nie mówią w jakiej).

Omówienie:

Osoby oglądające improwizacje po każdej scenie mówią o swoich refleksjach i o tym czy myślą, że w danych scenkach osoba A miała moc czy nie.

Pytania pomocnicze:

- *Kto w scenie miał moc a kto siłę?*
- *Jaka (w skali od 1-10) miał moc protagonista, jaka inne postacie?*
- *Jak ta moc się przejawiała?*
- *Jakie były konsekwencje zachowania protagonisty?*
- *Czy protagonista osiągnął to co chciał?*
- *Czy scenki były realistyczne?*

Po całej serii i refleksach osób oglądających. Grupa wyjawia kolejność i mówi dlaczego przygotowała scenki w określony sposób.

Pytania pomocnicze:

- *Jak się czułeś/łaś w danych scenkach?*
- *Na czym polegała twoja moc/brak mocy?*

OPCJONALNIE/JEŻELI MASZ WIĘCEJ CZASU:

● Improwizacje tematy wybrane przez uczestników.

Poproś uczestników, by pomyśleli teraz nad jakimś innym codziennym problemem i również przygotowali po 3 scenki wg powyższego wzoru.

Przykładowy temat:

- Kolega przychodzi do Protagonisty i przyznaje mu się, że dzień wcześniej ukradł mu papierosa.
- Ktoś kto ma władze nadużywa jej w jakiś sposób wobec protagonisty

Grupy pokazują scenki, które są omawiane w analogiczny sposób. Zachęć grupę, by myślała nad różnymi sposobami zachowania się z i bez mocy (np. panika, krzyk, podobnie jak użycie siły fizycznej może być oznaką braku mocy).



PAMIĘTAJ, ŻEBY:

- Zaznaczyć, że przemoc fizyczną pokazujemy w sposób symboliczny (bez kontaktu fizycznego).
- Poprosić uczestników, by każdą scenkę rozpoczynali i kończyli klaśnięciem.
- Przed rozpoczęciem improwizacji aktorzy powiedzieli reszcie grupy:
 - *Gdzie się dzieje improwizacja (np. w domu, w szkole na korytarzu etc.).*
 - *Kto jest kim (np. Adam odegra Krzyśka, który ma 16 lat i jest wychowankiem Ośrodka).*
 - *Zaznaczyli kto jest protagonistą.*

5. Powrót do „Pytania na dziś” – 10 min.

Nawiązując do skojarzeń, zachęć uczestników by wrócili do grup i odpowiedzieli na pytanie rozpoczynające zajęcia:

Jak mogę wykorzystać swoją moc? Jak mogę wykorzystać swoją siłę?

Daj chwilę na rozmowę w grupach. Następnie zbierz refleksje na forum.

Pytania pomocnicze:

- *Jak w różny sposób można wykorzystać swoją moc jak siłę?*
- *Jakie mogą być różne konsekwencje wykorzystania swojej mocy/ siły, dla nas ale także i innych ludzi?*
- *Czy inni mogą wzmacniać/osłabiać jakoś naszą moc/ siłę? Jak?*
- *Czy wykorzystanie siły fizycznej jest oznaką mocy? Jeżeli tak, to kiedy? Jeżeli nie, to kiedy?*
- *Czy „odpuszczenie”, nie wykorzystanie siły może być oznaką mocy?*

Prowadząc podsumowanie możesz zauważyć, że siłę buduje się zwykle na czymś (np. na sile fizycznej, na władzy, na pracy, na byciu ekspertem, byciu w jakiejś roli), a moc jest czymś wewnętrznym, co możemy budować poprzez pracę nad sobą. Moc wewnętrzną trudniej jest odebrać niż siłę (np. siłę zewnętrzną można odebrać poprzez związanie kogoś, kto buduje siłę/autorytet na władzy i można go tej władzy pozbawić). Często moc wewnętrzna wzmacnia siłę, a często kiedy nie mamy mocy odwołujemy się do siły.

6. Podsumowanie całego bloku zajęć o mocy i sile – 15 minut

„Człowieka z siłą”

Podziel uczestników na pary. Poproś, by uczestnicy ustalili, kto będzie rzeźbiarzem (A), a kto gliną (B). Wytłumacz na czym polega technika rzeźby. Powiedz, że tematem rzeźby jest „Człowieka z siłą”. Rzeźbiarz „rzeźbi” osobę, która jest tworzywem, a następnie ustawia się w wybranej pozycji tak, by stać się elementem rzeźby.

Gdy rzeźbiarze skończą już swoją pracę niech na Twoje klaśnicie wszystkie rzeźby zastygną bez ruchu. Następnie zwolnij połowę „rzeźb”, by osoby je tworzące mogły obejrzeć rzeźby przygotowane przez pozostałą część.

Technika rzeźby polega na tym, że uczestnicy indywidualnie lub w zespołach używając swoich ciał jako tworzywa/gliny tworzą nieruchome obrazy/pomniki. Zawsze jedna osoba jest rzeźbiarzem, a pozostałe tworzywem. Ważne jest, by w trakcie ćwiczenia rzeźbiarz „lepił” tworzywo i nie używał przy tym słów. Jeżeli dotykanie jest niekomfortowe dla uczestników można też zastosować technikę „lustra”, w której rzeźbiarz pokazuje (też bez słów) jak mają się ustawić inne osoby - poszczególne elementy rzeźby. Lustro często stosowane przy modelowaniu twarzy.

Analizując rzeźby możesz pytać osoby oglądające:

- *Z czym Wan się to kojarzy? Z jakąś osobą, miejscem, sytuacją?*
- *Jakie słowa przychodzą Wam do głowy, gdy patrzycie na ten obraz?*
- *Gdybyście mieli pomyśleć o konkretnej osobie, która ma taką moc – to kto by to był?*

Możesz przeprowadzić tzw. dynamizację, poprosić osoby stojące w rzeźbach by odpowiedziały na różne pytania lub poprosić, by wypowiedziały słowa/zdania w roli, wykonały po jednym rytmicznym geście/ ruchu.⁴ Po obejrzeniu pierwszej część pomników zrób zamianę - teraz pary które oglądały zastygają w rzeźbach.

„Człowiek z siłą”

Powiedz uczestnikom, że dalej będą pracować w tych samych grupach ale zamienią się rolami. Teraz B jest rzeźbiarzem a A tworzywem. Temat tym razem brzmi: „Człowieka z siłą”

Prezentację przeprowadź w ten sam sposób jak powyżej.

Na zakończenie:

Poproś każdego z uczestników, by zastanowił się z czym kończy (jaką myślą, odczuciem refleksją) cały blok zajęć o mocy i sile, a następnie na kartce zapisał jedno zdanie - refleksję które, będzie pewnego rodzaju podsumowaniem. Następnie poproś, by każdy w rundce końcowej odczytał to zdanie. Także Ty podziel się swoimi refleksjami

7. Podsumowanie prowadzącego – 5 min.

Na zakończenie podziękuj uczestnikom za aktywny udział w zajęciach. Docień ich pracę i zaangażowanie; powiedz także czym dla Ciebie było prowadzenie warsztatów o mocy i sile.

Bibliografia:

Boal A. (2013). *Gry dla aktorów i nieaktorów*. Warszawa: Wydawnictwo Drama Way Fundacja Edukacji i Kultury, Wydawnictwo Cyklady. (tłum. na polski M. Świerkocki).

⁴ Więcej na temat dynamizacji znajdziesz w książce Augusto Boala „Gry dla aktorów i nie aktorów się w rozdziale „Teatr Obrazu” (s. 233-261)