

# WSKAZÓWKI METODYCZNE



**STWÓRZ LALKĘ - STWÓRZ SIEBIE.  
TEATR DLA INTEGRACJI SPOŁECZNEJ**



# SPIS TREŚCI



## OPIS PROJEKTU

1. Zarys projektu	Strona 4
2. Partnerzy	Strona 5
3. Wprowadzenie do wskazówek metodycznych	Strona 6
4. Grupy docelowe	Strona 7
5. Edukatorzy (kto może skorzystać ze wskazówek?)	Strona 8

## WSKAZÓWKI METODYCZNE

6. Szkolenie w Glasgow	Strona 9
7. Przewodnik krok po kroku	Strona 10
8. Informacje zwrotne i zalecenia	Strona 42

## WARSZTATY PILOTAŻOWE

9. Zarys programu warsztatu pilotażowego	Strona 46
10. Informacje zwrotne po warsztatach pilotażowych	Strona 48
11. Rekomendacje	Strona 52

## WNIOSKI

12. Wnioski końcowe	Strona 55
13. Podziękowania	Strona 64



Projekt realizowany jest przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej.  
Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko autorów, a Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za umieszczoną w niej zawartość merytoryczną



# OPIS PROJEKTU

## 1. ZARYS PROJEKTU „STWÓRZ LALKĘ - STWÓRZ SIEBIE. TEATR DLA INTEGRACJI SPOŁECZNEJ (CC)”

Projekt CC ma na celu opracowanie, przetestowanie i popularyzację innowacyjnej, opartej na kreatywnym podejściu metodyki kształcenia osób dorosłych. Szczególnie koncentruje się na specyficznych potrzebach osób w trudnej sytuacji życiowej, aby stworzyć im perspektywę rozwijania kompetencji społecznych i obywatelskich.

Wybór teatru, a konkretnie sztuki lalkarskiej, wynika z wieloletniego doświadczenia Teatru Grodzkiego w wykorzystywaniu w edukacji i terapii tej specyficznej formy artystycznej. Poprzez teatr lalkowy - chociaż jest on zwykle postrzegany jako coś przeznaczonego dla dzieci - można bardzo skutecznie i w atrakcyjnej formie uczyć osoby dorosłe odkrywania w sobie adaptacyjnych zdolności i umiejętności niezbędnych w codziennym funkcjonowaniu.



## 2. PARTNERZY PROJEKTU

Pięć europejskich organizacji zaangażowało się w projekt CC jest. Są to:

### Bielskie Stowarzyszenie Artystyczne TEATR GRODZKI

Bielsko-Biała, Polska  
www.teatrgrodzki.pl  
jolanta@teatrgrodzki.pl



### CITIZENS THEATRE

Glasgow, Szkocja  
www.citz.co.uk  
learning@citz.co.uk



### YOUTH CENTRE BABILONAS

Wilno, Litwa  
www.centrasbabilonas.lt  
rolandasliaziene@gmail.com



### CSC DANILO DOLCI

Palermo, Włochy  
www.danilodolci.org  
presidente@danilodolci.org



### KNOW AND CAN ASSOCIATION

Sofia, Bułgaria  
www.knowandcan.com  
znamimoga@gmail.com





### 3. WPROWADZENIE

Poniższe wskazówki metodyczne stworzono, aby zachęcić i wspierać edukatorów w wykorzystywaniu sztuki lalkarskiej w pracy z osobami dorosłymi, ze szczególnym uwzględnieniem osób w trudnej sytuacji życiowej. Wskazówki te przedstawiają jasny, uporządkowany schemat planowania i realizacji warsztatów lalkarskich przeciwdziałających wykluczeniu społecznemu. Ponadto odpowiadają na pytania dotyczące opisanych technik oraz sposobów ich wdrażania zapewniając im maksymalne oddziaływanie.



### 4. GRUPY DOCELOWE

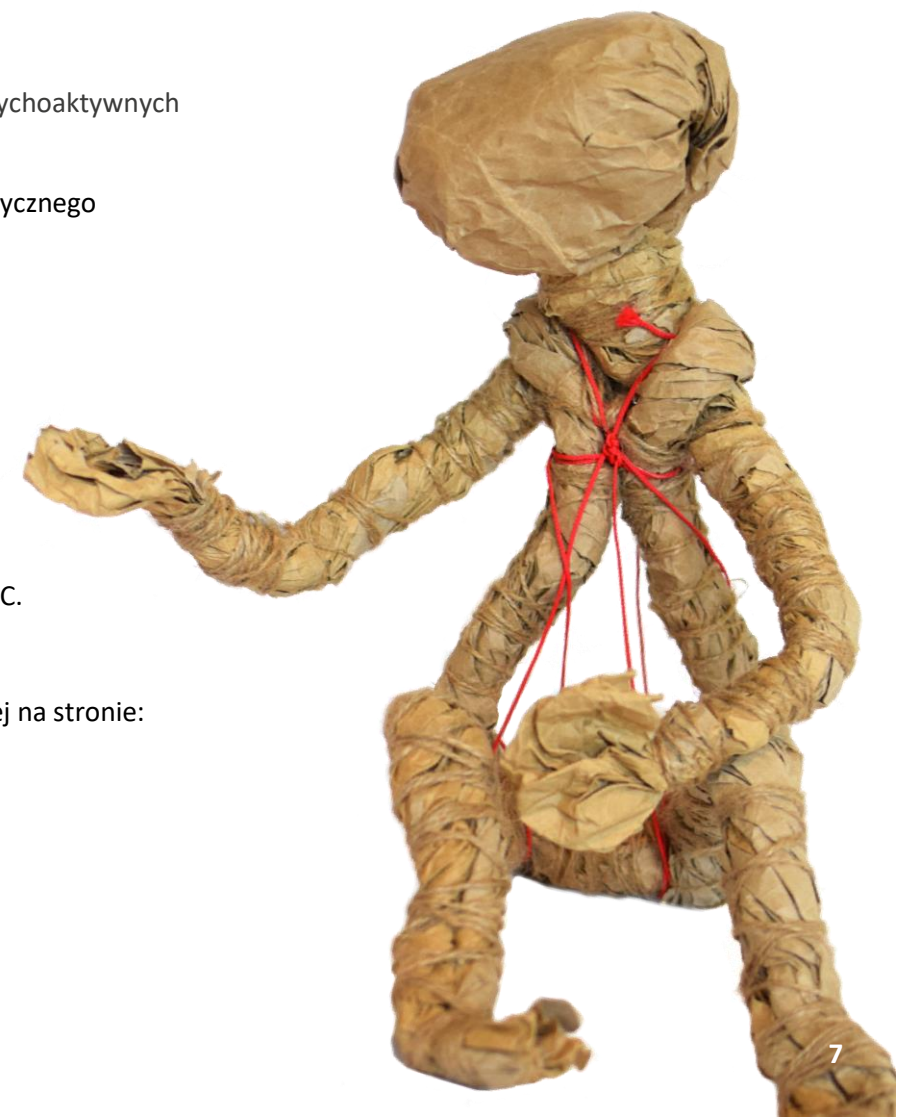
Grupy objęte wszystkimi działaniami opisanymi w tej publikacji to osoby dorosłe, uznawane za wykluczone lub zagrożone społecznym wykluczeniem. Pięć organizacji partnerskich przeprowadziło warsztaty pilotażowe, aby przetestować metodykę i sprawdzić, jakie zmiany i adaptacje są konieczne, aby zaspokoić specyficzne potrzeby różnorodnych grup docelowych. Do udziału w warsztatach pilotażowych zaangażowano grupy skupiające osoby, które zmagają się z różnorodnymi problemami. W poszczególnych grupach uczestniczyli:

- Osoby uzależnione od alkoholu i substancji psychoaktywnych
- Więźniowie w zakładach karnych
- Pacjenci dziennego oddziału szpitala psychiatrycznego
- Osoby długotrwale bezrobotne
- Uchodźcy i osoby ubiegające się o azyl
- Kobiety będące na bezrobociu lub emeryturze

Więcej grup opisanych jest w Kompendium, uzupełniającej publikacji projektu CC, w której znajdują się studia przypadków oraz informacje o sposobach wykorzystania i adaptacji metodyki CC.

Kompendium dostępne jest w wersji elektronicznej na stronie:

<http://ccproject.art/publications/>





## 5. EDUKATORZY (KTO MOŻE SKORZYTAĆ ZE WSKAZÓWEK?)

Z niniejszych wskazówek metodycznych mogą korzystać edukatorzy osób dorosłych, którzy pracują z jakąkolwiek grupą będącą w trudnej sytuacji życiowej, nie tylko podobną do tych, które były objęte warsztatami pilotażowymi w projekcie CC, ale też każdą inną.

Wskazówki celowo opracowano w formie użytecznego podręcznika, z wszechstronnym podziałem materiału na działania i techniki. Zawarto tu również sugestie dotyczące organizacji czasu i przestrzeni oraz materiałów niezbędnych do pomyślnego stosowania sztuki lalkarskiej w pracy edukatora osób dorosłych.



## METODYKA PROJEKTU CC

### 6. SZKOLENIE W GLASGOW

W grudniu 2017 r. odbyło się tygodniowe szkolenie dla pięciu organizacji uczestniczących w projekcie CC. Edukatorzy z Polski, Litwy, Włoch, Szkocji i Bułgarii uczestniczyli w Glasgow w intensywnym programie szkoleniowym prowadzonym przez Marię Schejbal z Teatru Grodzkiego.

Przed szkoleniem każda z organizacji wypełniła ankietę "Analiza potrzeb", obejmującą między innymi historię lalkarstwa w danym kraju.

We wszystkich pięciu krajach istnieje bogata tradycja teatru lalkowego, a obecnie działają tam liczne profesjonalne zespoły lalkarskie. Jest jednak oczywiste, że lalkarstwo wciąż uznaje się za coś skierowanego głównie do dzieci; w odróżnieniu od wielu innych rodzajów teatru, nie jest postrzegane jako "sztuka wysoka".

Pełny raport z analizy potrzeb można znaleźć na stronie internetowej projektu, w zakładce Publikacje:

<http://ccproject.art/publications/>

Tydzień szkoleniowy w Glasgow przygotował edukatorów do przeprowadzenia warsztatów pilotażowych z grupami dorosłych defaworyzowanych społecznie. Szkolenie było praktyczne, uczestnicy nie tylko opanowywali rozmaite techniki, zachęceni byli również do refleksji nad sobą, jako uczestnikami szkolenia.





## 7. PRZEWODNIK PO SZKOLENIU KROK PO KROKU

### DZIAŁANIE 1 - MATERIAŁY GOTOWE DO AKCJI (30 MINUT / PRACA W GRUPIE)

Wszyscy uczestnicy stoją w kręgu wokół zestawu rozmaitych materiałów uprzednio zaaranżowanych przez Instruktora. Są to na przykład: rulon arkuszy brązowego papieru pakowego i pojedynczy pognieciony arkusz, kilka par nożyczek, kilka szpul sznurka (w różnych kolorach), kilka starych gazet, kolorowa bibuła krepina.

Ułożenie tych przedmiotów powinno przedstawiać pewien porządek oraz wyrażać rozmaite powiązania i zależności między nimi. Na przykład rulon papieru leży centralnie, a z boku pojedynczy arkusz, z nożyczkami gotowymi do przecięcia go. Gazety to chaotyczna sterta, a szpule sznurka stoją jedna za drugą w dwuszeregu.



Trener prosi Uczestników aby podzielili się swoimi odczuciami związanymi z ułożeniem tych przedmiotów. Mogą się tu okazać bardzo przydatne pytania pomocnicze: Co tu się dzieje? Czy te z pozoru nieruchome obiekty jakoś oddziałują na siebie? Czy da się “przełożyć” tę martwą naturę na opowieść? Co ta kompozycja nam mówi? Jakie przekazy i odczucia z niej czerpiemy? Jak kolory i kształty oraz relacje pomiędzy poszczególnymi przedmiotami wpływają na znaczenia całej kompozycji?

### UWAGI

To ćwiczenie jest rozgrzewką przed pracą z przedmiotami oraz nauką podstawowych zasad narracji wizualnej. Sprzyja także procesowi budowania grupy oraz pomaga uczestnikom przyzwyczaić się do otwartego wyrażania siebie i do współpracy w grupie. Dla niektórych może to być trudne zadanie, jeśli są przywiązani do czysto werbalnej komunikacji i brakuje im umiejętności abstrakcyjnego myślenia. Jednakże warto podjąć trud uzmysłowienia uczestnikom, że rozmaite sposoby komunikowania się, także bez słów, są przydatne zarówno w teatrze, jak i w życiu codziennym.







## DZIAŁANIE 2 – PRZYGODA TWORZENIA LALEK (2 GODZINY / PRACA INDYWIDUALNA)

Materiały przedstawione w poprzednim ćwiczeniu zostaną obecnie użyte do tworzenia lalek. Instruktor prowadzi grupę przez poszczególne etapy procesu. Budując papierową postać, po kolei objaśnia, co i jak należy zrobić.

Każdy uczestnik potrzebuje dwóch arkuszy papieru (100 x 130 cm każdy), gazety i trochę sznurka, aby wykonać podstawową konstrukcję lalki.

Najpierw trzeba papier uelastyczyć i zmięczyć, mnąc go i zgniatając, aby stał się podobny do tkaniny – miękki i podatny na kształtowanie. Uczestnicy, naśladując instruktora, przygotowują w ten sposób pierwszy arkusz papieru i tną lub rozdzierają go wzdłuż na pół. Formują głowę (kulę) z połowy arkusza papieru (lub ze zmiętej gazety, którą owijają się połową zmiętego arkusza papieru). Następnie każdy zawiązuje sznurek dookoła „szyi” lalki. Kawałki papieru poniżej szyi trzeba oddzielnie skręcić, formując ramiona. Wszystkie części muszą być obwiązane sznurkiem.

To samo należy zrobić z dwoma innymi długimi kawałkami papieru, z których powstaną tułów (zatem teraz drugi arkusz papieru również trzeba zgnieść i zmiąć oraz przeciąć wzdłuż na pół). Obie połowy arkusza papieru skręcić jak powróż. Jedną część trzeba zgąć w połowie i owinąć wokół jednego z ramion lalki. Następnie procedurę należy powtórzyć na drugim ramieniu. Obie części powinny zostać połączone i związane sznurkiem u góry.

Następnie końcówki obu części zwisające w dół muszą zostać połączone w kolisty kształt i obwiązane sznurkiem.





Dwa inne długie kawałki papieru, które będą użyte do zrobienia nóg, trzeba tak samo skrócić. Podobnie tak jak komponenty tułowia, każdą z nóg trzeba zgiąć w połowie, przełożyć przez zaokrąglony dół tułowia, a następnie obie połowy każdej z nóg skrócić razem i obwiązać sznurkiem dookoła.

W efekcie powstaje podstawowa struktura lalki.

Przykłady tworzenia (i animowania) papierowych lalek są dostępne w formie ścieżki edukacyjnej na platformie dobrych praktyk ARTES:

<http://artescommunity.eu/paper-puppets-in-action/>

Materiał filmowy i aplikacja szkoleniowa, pokazujące jak zrobić lalkę, zostały również udostępnione jako część projektu WEŻ I MNIE POD UWAGĘ (CMI2):

[http://www.cmi2.eu/pl/app\\_generator/app/82/](http://www.cmi2.eu/pl/app_generator/app/82/)

<https://www.youtube.com/watch?v=DJ5-Tsf65CA&feature=youtu.be>



W kolejnym etapie stawiane jest lalce ważne pytanie:

## „KIM JESTEŚ?”

Pomaga to wydobyć prawdziwy charakter każdej postaci, zaznaczony kilkoma specyficznymi cechami, reprezentujący także twórcę i jego/jej wrażliwość, wewnętrzny świat i postrzeganie życia.

Uczestnikom trzeba dać sporo czasu (nawet pół godziny?) na zindywidualizowanie poszczególnych lalek poprzez dodatkowe elementy wyglądu (na przykład zabawne włosy lub strój). Potrzebują także swobody w procesie poszukiwań i tworzenia rzeczywistej osobowości.

Rysowanie elementów twarzy nie jest zalecane, ponieważ zwykle daje efekt karykaturalny.

### UWAGI

Często zdarza się, że uczestnicy warsztatów wyrażają opór wobec pracy manualnej (postawa: "Nie jestem dobry w robieniu przedmiotów własnoręcznie"). Jednak w przypadku tej metody zadanie jest w pewien sposób "ukryte". Uczestnicy po prostu naśladują instruktora, a proponowane czynności łatwo wykonać, więc naprawdę każdy może, samodzielnie lub z pomocą innych członków grupy, stworzyć postać – własną lalkę teatralną.

Podczas szkolenia uczestnicy rozważali, czy lepiej na początku przedstawić krok po kroku cały proces, aby wszyscy z góry zrozumieli, co należy zrobić. Wydaje się jednak, że takie podejście nie działa. Próby uchwycenia i zapamiętania wszystkich etapów procesu tworzenia raczej zniechęciłyby, a nawet odstraszyły, uczestników. Uczestnicy sprawiają wrażenie bardziej zrelaksowanych i swobodnych, gdy nie myślą o tym, co będzie dalej.

Ponieważ niektórzy ludzie działają wolniej, a praca manualna jest dla nich trudniejsza niż dla innych, warto zachęcać osoby szybsze i sprawniejsze, do wspierania swoich kolegów i pokazywania/wyjaśniania im w razie potrzeby, co powinni zrobić. Można stosować różne rodzaje papieru i sznurka. Najlepiej sprawdzają się: brązowy papier (pakowy) i konopny sznurek, ale niektórzy ludzie mogą być uczuleni na ten ostatni. Uczestników szkolenia trzeba ostrzec, że papierem łatwo się skaleczyć.

Cały proces tworzenia lalek ma istotne znaczenie dla metodologii CC. Szczególnym zjawiskiem jest to, że większość uczestników warsztatów czuje się głęboko związana ze swoimi lalkami, co stanowi potencjał procesów samorozwoju, stymulowanych przez twórczość artystyczną.



### DZIAŁANIE 3 - DZIELENIE SIĘ REFLEKSJĄ W KRĘGU (30 MINUT / PRACA W GRUPIE)

Uczestnicy siedzą w kręgu. Instruktor prosi o podzielenie się wrażeniami i refleksjami na temat procesu pracy, w którym wzięli udział. Taką wymianę myśli można wspierać w różny sposób. Kilka pomysłów na dzielenie się refleksją przedstawiono poniżej, ale w tym przypadku po prostu rozmawiano i wszyscy uczestnicy chętnie się wypowiadali. Ustalono zostało, że każdy może powiedzieć to, co uzna za ważne. Nie postawiono żadnego konkretnego pytania, na które należało odpowiedzieć, po prostu zachęcono grupę do dzielenia się doświadczeniami.

#### UWAGI

Sesja podsumowująca ma ogromne znaczenie dla uczestników i ich integracji. Czują się bezpiecznie i komfortowo w grupie, mając możliwość wyrażenia uczuć i wrażeń, obaw i zadowolenia, potrzeb i pomysłów na dalszą wspólną pracę.

Z drugiej strony niektórzy wolą unikać osobistej ekspresji, więc instruktor musi zdecydować, czy lepiej pozwolić im milczeć, czy raczej zmotywować ich do mówienia. W niektórych przypadkach pomocne bywają dodatkowe pytania,

**Czy czułeś się dobrze w tej konkretnej sytuacji?**

**Czy trudno było stworzyć lalkę?**

**Czy instrukcje były wystarczające do wykonania zadania?**

Odpowiedź, nawet bardzo zwięzła, na jedno z takich pytań może pomóc osobom emocjonalnie zablokowanym lub nieśmiałym w uzyskaniu większej otwartości na dzielenie się przemyśleniami podczas następných sesji poświęconych refleksji.





## DZIAŁANIE 4 – STOPNIE TRUDNOŚCI (15 MINUT / PRACA INDYWIDUALNA)

Uczestnicy stoją w szeregu. Po drugiej stronie pomieszczenia, naprzeciw uczestników jest rząd krzeseł - po jednym dla każdego. Trener opisuje zadania do wykonania, a także sam je demonstruje. Każdy powinien wykonywać zadania w swoim własnym tempie, ignorując innych.

**Etap 1** - Każdy podchodzi do swojego krzesła, pokonując wyimaginowaną przeszkodę w połowie drogi (na przykład omijając lub przeskakując kałużę). Siada na krześle, w myślach liczy do pięciu, wstaje, wraca do punktu wyjścia, pamiętając o przeszkodzie na środku

**Etap 2** - Uczestnik powtarza wszystkie poprzednie kroki - tym razem niosąc na głowie jakiś przedmiot, w rodzaju gazety lub kartki papieru - i stara się zachować równowagę. Jeśli przedmiot spada - podnosi go, odkłada na miejsce i idzie dalej.

**Etap 3** - Do powtórzenia poprzedniego zadania, dochodzi kolejne utrudnienie: Każdy uczestnik z przedmiotem na głowie pokonuje drogę do krzesła i z powrotem, dwukrotnie unikając przeszkody, i wyraźnie oznajmia, co zrobił tego dnia, od przebudzenia, do obecnej chwili.

Ćwiczenie może mieć bardziej złożoną strukturę, jeśli instruktor lub sami uczestnicy proponują dodatkowe wyzwania.



## UWAGI

To ćwiczenie uczy koncentracji i dyscypliny oraz pomaga przezwyciężyć zniechęcenie i radzenie sobie w trudnych sytuacjach.

W praktyce ćwiczenie pozwala uczestnikom doświadczyć nabywania nowych umiejętności i konsekwentnego dążenia do celu. To bezpośrednie doświadczenie wysiłku i powtarzania coraz trudniejszych kroków daje im (w małej skali) pewien wgląd na temat wyzwania związane z pracą nad spektaklem lub kontynuowaniem edukacji. Jednocześnie pomaga pokonać lęk przed porażką, a także daje poczucie sukcesu (uczestnicy zawsze są w stanie skutecznie wykonać co najmniej jedną małą część zadania).

To także dobra rozgrzewka, którą można zaproponować na początku sesji lub po przerwie obiadowej (tak jak było w tym przypadku).

Ważne, aby uczestnicy sami wybrali sobie najbardziej odpowiedni dla nich rodzaj ruchu. Co więcej, nie czują się przez cały czas obserwowani przez innych, ponieważ każdy jest zajęty własnymi działaniami.



## DZIAŁANIE 5 – UMIEJĘTNOŚCI ANIMACJI

### (1 GODZINA / PRACA W PODGRUPACH)

Uczestnicy dzielą się na 4-5 osobowe podgrupy. Kolejno każdy pełni funkcję reżysera, a lalkę, którą stworzył, animują trzej inni uczestnicy - lalkarze. Jeden z nich ożywia prawą dłoń/ramię i głowę lalki. Drugi trzyma tors i operuje lewą ręką, a trzeci (w środku, pochylony lub klęczący) odpowiada za nogi/stopy. Najwygodniej jest, gdy lalki grają na stole, wtedy nie trzeba zbytnio pochylać się nad planem gry.

Reżyser mówi lalkarzom, co papierowa postać powinna robić krok po kroku i co dzieje się na scenie, na przykład: *Postać leży i śpi, oddychając spokojnie. Nagle lalka wyskakuje z „łóżka” i rozgląda się. Zaczyna zbliżać się do publiczności, skradając się na palcach, itp.*

Obowiązuje zasada, że aktorzy nie wypowiadają żadnych słów. Można jednak wykorzystać inne dźwięki (na przykład *dźwięk budzika*).

Określenie motywu przewodniego dla wszystkich ćwiczeń animacyjnych może być pomocne. W przypadku szkolenia CC zaproponowano, aby ożywiając swoich papierowych bohaterów wszyscy skupili się na temacie: *„Początek dnia ...”*

Rola instruktora podczas tego ćwiczenia to „odwiedzanie” każdej grupy i udzielanie uczestnikom wskazówek i porad, bez zbytniego zakłócania ich pracy.



### UWAGI

Obserwowanie własnej lalki, ożywionej i grającej, jest zwykle dla uczestnika bardzo interesującym doświadczeniem. W praktyce uczy się zasad animacji i odkrywa możliwości motoryczne papierowych postaci.

Szczególnie ważny aspekt tej części procesu warsztatowego dotyczy współpracy i budowania zaufania, wzajemnego zrozumienia oraz chęci poszukiwania najlepszych rozwiązań i kompromisu. Aby uczynić lalkę „posłuszną” swojej woli aktorzy muszą po prostu ściśle i skutecznie współpracować ze sobą.



## DZIAŁANIE 6 - PREZENTACJE I INFORMACJA ZWROTNA (2 GODZINY / PRACA W GRUPIE)

Po pracy w podgrupach i eksperymentowaniu z lalkami nadchodzi czas dzielenia się wynikami i odkryciami.

Każdy „reżyser” przedstawia bez słów swoją historię, którą jego „lalkarze” odgrywają wobec grupy.

Po każdej prezentacji instruktor pyta widzów, co widzieli i jak zrozumieli prezentowaną fabułę. Następnie twórcy każdej lalkowej scenki wyjaśniają, jakie były ich zamierzenia i cele oraz czy widzowie prawidłowo odczytali znaczenie poszczególnych działań lalki. Widzowie mogą zaproponować pewne zmiany w tych działaniach, aby stały się one bardziej czytelne i zrozumiałe.

W tej części ważna jest rola instruktora jako moderatora dyskusji.

Analiza czytelności pokazanej historii, a także sugestie dotyczące jej udoskonalenia, ułatwiają uczestnikom lepsze zrozumienie złożonej natury komunikacji.

### UWAGI

Jest to czasochłonny proces (w przypadku szkolenia CC należało przedyskutować 16 prezentacji), ale naprawdę konieczny dla zamknięcia pierwszego etapu przygody lalkarskiej. Daje uczestnikom poczucie, że w krótkim czasie osiągnęli coś namacalnego i wymiernego.

Ta praktyka ma również wysoką wartość instruktazową i daje uczestnikom dobre doświadczenie uczenia się od siebie nawzajem.



## DZIAŁANIE 7 - KRĄG REFLEKSJI Z CHUSTAMI (15 MINUT / PRACA W GRUPIE)

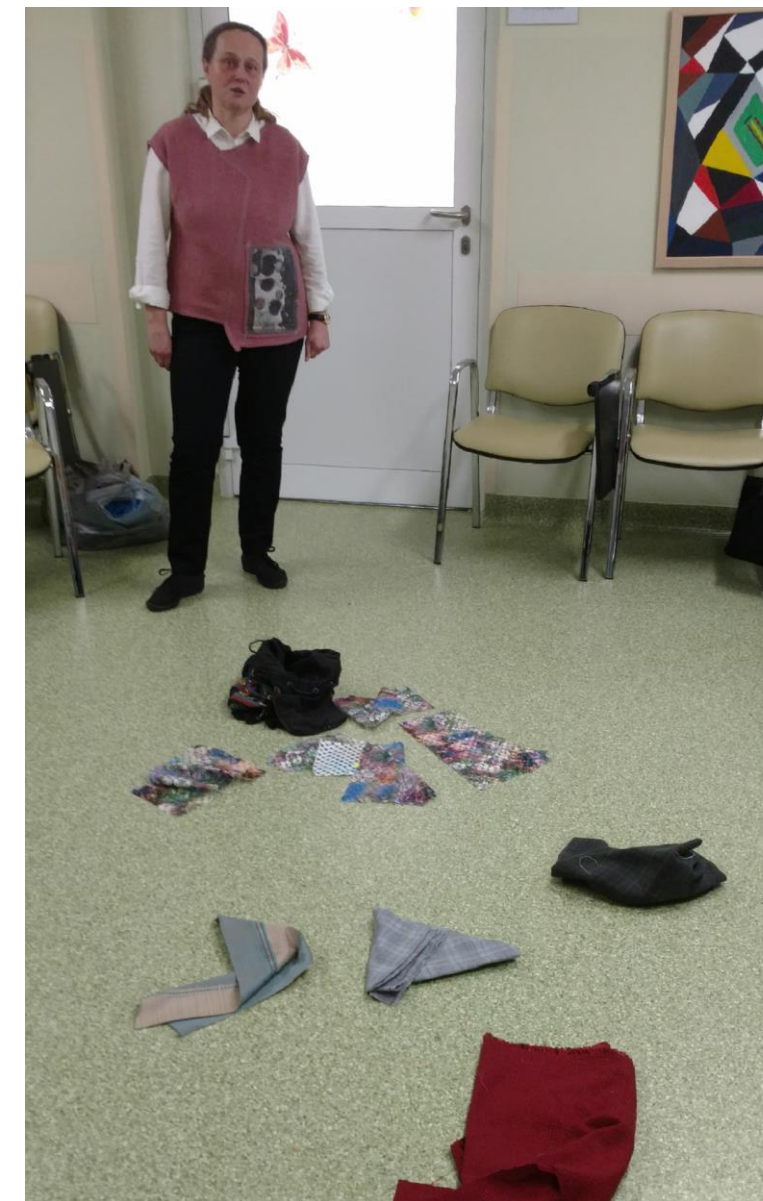
Wszyscy uczestnicy siedzą w kręgu. Instruktor używa wielu kolorowych chust (lub szali), aby oznaczyć każdy etap procesu. Umieszczając wybrany kawałek tkaniny na podłodze, określa rodzaj działania i przypomina uczestnikom o jego przebiegu. Grupę należy zachęcać do refleksji nad każdym ćwiczeniem na poziomie osobistym i zawodowym. Ponadto należy omówić wszelkie wątpliwości, pytania i zastrzeżenia.

### UWAGI

Kolorowe chusty stosuje się bardzo często w psychodramie, ponieważ łatwo poddają się animacji, a poprzez swoje różne parametry - rozmiar, kolor i fakturę, przekazują inną treść (delikatna tkanina w pastelowych kolorach wywołuje zupełnie inne wrażenie niż kawałek grubego, czarnego materiału).

Zamiast chust można stosować również inne przedmioty, takie jak kamyczki o różnych kształtach i rozmiarach, pluszowe zabawki, przedmioty codziennego użytku lub po prostu kawałki brązowego papieru ukształtowane w odpowiedni sposób.

Wykorzystanie prezentacji wizualnej wspiera komunikację werbalną i ułatwia refleksję grupową oraz wymianę opinii. Pod koniec dyskusji cały proces jest wyraźnie widoczny.





## DZIAŁANIE 8 – DWA KRZESŁA (50 MINUT / PRACA W GRUPIE)

Wszyscy uczestnicy siedzą w półkolu. Instruktor ustawia na scenie dwa krzesła. Jedno z nich, wygodne krzesło, to przestrzeń dobrych uczuć i pozytywnej refleksji. Drugie krzesło powinno być ustawione do góry nogami jako symbol wszystkiego, co było / jest niepokojące, niewygodne, problematyczne, trudne podczas dotychczasowych zajęć warsztatowych.

Instruktor jako pierwszy mówi o ważnych wydarzeniach i uczuciach, przesiadając się (tyle razy, ile to konieczne) z jednego krzesła na drugie. Dzięki temu uczestnicy mogą zrozumieć istotę tego działania i dostają zachętę do samodzielnego wypróbowania go. Następnie, naśladując trenera, kolejno wchodzi na scenę, aby używając obu krzeseł podzielić się swoimi przemyśleniami, odczuciami i refleksjami na temat wszystkiego, co uznają za ważne w procesie warsztatowym.



### UWAGI

To bardzo dobry sposób na rozpoczęcie dnia. Pomaga członkom grupy skupić się na sobie i na swoich aktualnych potrzebach. Jednocześnie służy również jako rozgrzewka - przygotowuje grupę do dalszej pracy.

W kontekście tematów związanych z samodoskonaleniem lider może skierować uwagę uczestników na problemy związane z różnymi osobistymi wyzwaniem.

To ćwiczenie ułatwia przede wszystkim wyrażanie siebie i samopoznanie. Dlatego warto poświęcić na nie tyle czasu, ile potrzeba.

## DZIAŁANIE 9 - DROGA (10 MINUT / INSTRUKTOR DAJE PRZYKŁAD)

Instruktor zapoznaje grupę z zasadami ćwiczenia, w którym wykorzystuje się kolorowe chusty lub inne przedmioty o różnych kształtach i kolorach. Najlepiej, aby tak jak poprzednio instruktor najpierw wykonał ćwiczenie - sam wyznaczył własną drogę. Chodzi o to, aby ułożyć chusty wzdłuż wyimaginowanej ścieżki prowadzącej do upragnionego celu.

Przykład opisany poniżej zaprezentowała Maria Schejbal (MS) podczas treningu CC. Cała grupa aktywnie współpracowała z MS podczas tego procesu, podsuwając wiele przydatnych i cennych sugestii.

MS podnosi jeden szal i wyjaśnia, jaki jest jej cel:

**„Chciałabym opublikować zbiór krótkich opowiadań, nad którymi pracuję od dłuższego czasu. Ale większość z nich jest zaledwie naszkicowana i trzeba je dokończyć.”**

MS rzuca szal, aby zaznaczyć punkt odpowiadający spełnieniu tego marzenia - daleko od siebie, na końcu długiej drogi. Nie bardzo wie, co dalej robić. Zadaje sobie i grupie pytanie, jak zabrać się do tego trudnego zadania.

**„Mam pomysły na osiem lub dziesięć bajek, ale trudno mi je zapisać. Jest zbyt wiele pilnych zadań do wykonania. Po prostu nigdy nie mam czasu pisać. Wszystko wydaje się po prostu głupie.”**

Grupa zaczyna zadawać pytania.

- Co dokładnie masz?



- Co udało Ci się napisać do tej pory?

MS umieszcza kilka szali na początku swojej ścieżki i wyjaśnia, co reprezentują.

**„W tej chwili teksty składają się z zaledwie kilku linijek, a tylko dwie historie są bardziej rozbudowane. Jedna jest gotowa. Jednak pomysł opublikowania całego zbioru opowiadań, jakoś, kiedyś w przyszłości, wydaje się nierealny. Jestem zbyt zajęta innymi sprawami”.**

Ktoś sugeruje praktyczne rozwiązanie:

**„Być może mogłabyś się zobowiązać, że w każdym tygodniu poświęcisz co najmniej kilka godzin na pracę nad swoimi opowieściami”.**

MS podoba się ten pomysł, więc kładzie kolejny szal trochę bliżej upragnionego celu.

**„To może zadziałać. Gdy stawiam sobie na mniej ambitne zadania, to ... sprawia, że staję się bardziej zdecydowana.”**



MS patrzy na dystans pomiędzy swoją obecną pozycją a końcem ścieżki i znów poddaje się zniechęceniu.

**„Nie, to się nie wydarzy. To nierealne. To mnie frustruje. Niemal widzę tę książkę z ładną okładką, ale to tylko marzenie. Nieosiągalne.”**

Grupa sugeruje kolejne rozwiązanie:

**„Może nie powinnaś myśleć o opublikowaniu całego zbioru. Może lepiej skupić się na czymś bardziej realnym i dostępnym dla ciebie. Na przykład możesz spróbować dokończyć jeszcze dwa opowiadania, powiedzmy, do końca przyszłego roku.”**

MS zgadza się na takie rozwiązanie, co w praktyce oznacza zmianę jej celu. Zabiera szal reprezentujący jej pierwotny cel i umieszcza inny bliżej siebie.

Dyskusja na temat przeszkód, ale też mocnych stron MS, toczyła się przez kilka minut przy wsparciu grupy i doprowadziła do kilku ważnych odkryć.

Pod koniec MS przeszła swoją ścieżkę, aby doświadczyć jej nie tylko psychicznie, ale także w fizycznie. Następnie chusty zostały usunięte, a grupa pokrótce podsumowała to ćwiczenie.

## UWAGI

„Droga” bywa szczególnie przydatna w motywowaniu do zmian w trudnej sytuacji życiowej, w przełamywaniu impasu i poczucia porażki, a także w kierowaniu uczestników w stronę konkretnych wyzwań edukacyjnych czy osobistego rozwoju. Ponadto może zwiększać pewność siebie i wiarę we własne możliwości. Pomaga uczestnikom określić, czego dokładnie potrzebują i czego oczekują, a także czego im brakuje, aby osiągnąć cel.

„Drogę” można stosować w różnych formach i na różnych etapach pracy grupowej. Może służyć do określania zadań i wyzwań stojących przed uczestnikami lub jako podsumowanie i analiza ich postępów.

Ćwiczenie przydaje się w kontekście zawodowym i edukacyjnym, a także przy ocenie stanu zdrowia i mierzeniu postępu terapii. Zaleca się, aby każdy uczestnik grupy spróbował wykonać swoją własną drogę, ponieważ bezpośrednio doświadczenie tego ćwiczenia daje poczucie siły i motywacji do podjęcia dalszych działań. Zaletą tego ćwiczenia to dogłębna analiza czynników, które determinują istniejącą sytuację i takich, które mogą przyczynić się do jej zmiany.

W przypadku szkolenia CC ta technika została zastosowana również po to, aby ułatwić opracowanie scenariuszy przeznaczonych do scenicznej realizacji przez wszystkie cztery podgrupy (opis poniżej).





## DZIAŁANIE 10 – W KIERUNKU SCENARIUSZA (1 GODZINA / W PODGRUPACH)

Uczestnicy wracają do swoich podgrup sformowanych poprzedniego dnia. Instruktor zaprasza ich do ćwiczenia techniki. Kolejno każdy ma stworzyć własną drogę. Podsumowujące zadanie dla grupy to zbudować fabułę ze wspólnych tematów i z rozmaitych problematycznych kwestii.

Najlepiej, aby każda grupa skomponowała i zapisała scenariusz prostego, ale mającego znaczenie działania scenicznego.

Należy się skoncentrować na szczegółowym opisie fabuły, scena po scenie, tak jak się to odbyło pierwszego dnia podczas ćwiczenia, które służyło trenowaniu umiejętności animacji. Taki scenariusz ma przede wszystkim odpowiedzieć na pytanie: Co dokładnie robi lalka i co dzieje się na scenie? Grupa wspólnie decyduje również o liczbie lalek, które mają zagrać (tylko jedna czy więcej?), o elementach scenografii i przestrzeni lalkowego przedstawienia.



### UWAGI

To ćwiczenie w znacznym stopniu przyczynia się do budowania zaufania i emocjonalnych więzi pomiędzy członkami grupy oraz pomaga im poczuć, że są doceniani, ponieważ daje wszystkim jednakowe możliwości wypowiedzi. Bywa to jednak bardzo trudne doświadczenie dla uczestników, ponieważ wymaga wspólnej decyzji o wyborze tylko niektórych pomysłów i rezygnacji z innych. Członkowie każdej małej grupy muszą być otwarci na kompromis i zdolni do osiągnięcia konsensusu. W niektórych przypadkach może się to okazać niemożliwe. Wtedy potrzebna jest interwencja instruktora.

## DZIAŁANIE 11 – REFLEKSJA W KRĘGU (30 MINUT / PRACA W GRUPIE)

Zgodnie z opisem w Działaniu 3., strona 16.

## DZIAŁANIE 12 – PRACA NAD ETIUDAMI TEATRALNYMI (1,5 GODZINY / PRACA W PODGRUPACH)

Uczestnicy kontynuują pracę w podgrupach. Mają za zadanie zrealizować działania zapisane w scenariuszu, odnajdując właściwy teatralny sposób przekazania widzom swojego komunikatu.

Warto przypomnieć uczestnikom o pierwszym ćwiczeniu, w którym analizowali język narracji wizualnej (Patrz: Działanie 1 „Materiały gotowe do akcji”).

Na tym etapie uczestnicy mają okazję swobodnego eksperymentowania z obrazami i działaniami w poszukiwaniu najbardziej nośnych i klarownych rozwiązań. Grupy pracują samodzielnie, niezależnie od siebie. Jednak instruktor cały czas jest dostępny i gotowy do udzielenia wsparcia.

### UWAGI

Ta część warsztatów może okazać się zarówno bardzo ekscytująca/satysfakcjonująca,

jak i frustrująca/zniechęcająca dla uczestników. W rzeczywistości to doskonały trening pracy zespołowej. Każda grupa musi podjąć wysiłek, by uzgodnić wspólne wybory i znaleźć formy efektywnej współpracy. Zwykle w każdej grupie jedna lub więcej osób o dominującym charakterze próbuje narzucić własny punkt widzenia innym uczestnikom. Wsparcie trenera może być konieczne dla ułatwienia negocjacji.





**DZIAŁANIE 13 – PREZENTACJE I INFORMACJA ZWROTNA**  
(1,5 GODZINY / PRACA W GRUPIE)

Zgodnie z opisem w Działaniu 6, strona 22.



**DZIAŁANIE 14 – KRĄG REFLEKSJI Z CHUSTAMI**  
(15 MINUT / PRACA W GRUPIE)

Zgodnie z opisem w Działaniu 3, strona 16.

**DZIAŁANIE 15 – PRACA NAD ETIUDAMI TEATRALNYMI (1**  
**GODZINA / PRACA W PODGRUPACH)**

Zgodnie z opisem w Działaniu 12, strona 29. Próby i doskonalenie etiud.





## DZIAŁANIE 16 – GRA ZESPOŁOWA "TEATR" (30 MINUT / PRACA W GRUPIE)

Przed tym ćwiczeniem instruktor zaznacza kształt dużego czworoboku na podłodze. Można to zrobić za pomocą chusty lub długich i wąskich kawałków papieru.

Uczestnicy pracują razem, aby stworzyć wyimaginowany TEATR w wyznaczonym czworoboku. Mają chwilę, by zastanowić się, jaką rolę w teatrze chcą odgrywać w tym momencie. Mogą stać się kimkolwiek lub czymkolwiek, na przykład reżyserem lub systemem oświetleniowym, scenarzystą, aktorką, pyłem, sceniczną tremą, itp.

Tworzenie teatru powinno rozpocząć się spontanicznie – ktoś na ochotnika przyjmuje pozę charakterystyczną dla wybranej przez siebie roli, a następnie wyjaśnia innym, co się dzieje. Na przykład:

**„Jestem scenarzystą, leżącym na podłodze, zapomnianym przez wszystkich, niepotrzebnym”.**

Następny uczestnik znajduje dla siebie miejsce w odpowiedniej pozycji względem scenarzysty i przedstawia się:

**„Jestem światłem reflektora, poruszam się, docieram tam, gdzie mnie potrzebują”.**

Wszyscy członkowie grupy kolejno zajmują miejsca według tej samej zasady. Gdy wszyscy znajdą się na swoich miejscach, trener prosi, aby każdy jednym zdaniem lub jednym słowem opisał, jak się czuje.

Następnie daje sygnał do rozpoczęcia działania. Każdy zachowuje się zgodnie z wybraną przez siebie rolą i reaguje na działania innych osób.

Podczas tej improwizowanej akcji instruktor kolejno zabiera jednego aktora po drugim, poza czworobok, aby mogli obejrzeć "teatr" z perspektywy widza. Po chwili obserwowania akcji scenicznej z zewnątrz każdy z aktorów wraca do odgrywania swojej roli.

W końcu lider zaczyna zabierać chusty - boki czworoboku, a gdy nie ma już żadnej z nich, zatrzymuje akcję.

### UWAGI

Działanie to uczy interakcji z innymi, a tym samym wzmacnia integrację grupy. Jednocześnie pozwala uczestnikom odkryć własną wyjątkowość i szczególne miejsce w grupie. Ćwiczenie ma cenny walor poznawczy - pomaga uczestnikom identyfikować, definiować i ujawniać emocje (pozytywne i negatywne) związane z przebywaniem w grupie. Dotyczy to również szerszego kontekstu społecznego funkcjonowania w różnych sytuacjach i kontekstach (takich jak środowisko rodzinne lub miejsce pracy).

Niektórym uczestnikom stwarza to wyjątkową okazję do podjęcia roli, która jest przeciwstawną wobec ich zwykłego zachowania (anty-rola).

Może to prowadzić do ważnych osobistych odkryć, a czasem nawet do pokonania barier i oporów. W psychodramie zjawisko to nazywa się "rzeczywistością poszerzoną".

Technikę tę można zastosować na wszystkich etapach procesu grupowego, jednak jej funkcja i znaczenie ulegają zmianie w zależności od tego, w jakiej fazie rozwoju znajduje się grupa w momencie jej wprowadzenia.

Grupę można zaprosić do stworzenia żywego organizmu lub miasta zamiast do odgrywania „teatru”.





## DZIAŁANIE 17 – KRĄG REFLEKSJI

(30 MINUT / PRACA W GRUPIE)

Zgodnie z opisem w Działaniu 3, strona 16.

## DZIAŁANIE 18 – PRACA NAD ETIUDAMI TEATRALNYMI

(1 GODZINA / PRACA W PODGRUPACH)

Zgodnie z opisem w Działaniu 12, strona 29. Próby i doskonalenie etiid.

## DZIAŁANIE 19 – PREZENTACJE I INFORMACJA ZWROTNA

(2 GODZINY / PRACA W GRUPIE)

Zgodnie z opisem w Działaniu 6, strona 22.



## DZIAŁANIE 20 – GRA ZESPOŁOWA „KRZESŁA-CHARAKTERY”

(1 GODZINA / PRACA INDYWIDUALNA I W GRUPIE)

Uczestnicy siedzą w półkolu. Prowadzący umieszcza przed sobą jedno krzesło i proponuje stworzenie osoby poprzez dokładanie do krzesła różnych materiałów i przedmiotów. Każdy, kto chce przyczynić się do tego wspólnego aktu tworzenia, może dodać powstającej postaci nowe atrybuty.

Każda rzecz da się wykorzystać - kawałki materiału, buty, torby, wszelkie znalezione przedmioty. Po chwili na scenie pojawia się kolejne krzesło, tym razem leżące do góry nogami na podłodze. Instruktor ponownie zaprasza grupę do przekształcenia krzesła w postać, w taki sam sposób jak poprzednio.

Wreszcie trzecie krzesło pojawia się na scenie, może być odwrócone od dwóch poprzednich „postaci-krzesel”. Po raz kolejny uczestnicy wspólnie tworzą osobę, używając różnych materiałów, które wyszukują w pomieszczeniu.

Po stworzeniu wszystkich trzech postaci, prowadzący zaprasza uczestników do analizy powstałej scenki. Najpierw grupa zastanawia się nad całością obrazu, mówiąc o związkach między poszczególnymi postaciami i o ogólnym charakterze sceny.

Następnie instruktor kieruje uwagę uczestników po kolei na każdej z postaci i pyta, jakie elementy wizualne są najistotniejsze, a które mniej ważne dla jej wyglądu i ekspresji. Następujące pytania mogą się okazać pomocne :

**Co sprawia, że „krzesło-postać” wygląda jak mężczyzna, kobieta lub zwierzę?**

**Które elementy można usunąć bez szkody dla czytelności obrazu?**

**Jakie szczegóły wyglądu postaci są kluczowe dla jej tożsamości?**

Takie dogłębne analizowanie każdej postaci pomaga uczestnikom lepiej zrozumieć język ekspresji wizualnej.

Następnie uczestnicy pracują w pojedynkę. W ciągu 10 minut zapisują historie, które przychodzą im na myśl w związku z trzema „postaciami” stworzonymi z krzesel. Mają całkowitą swobodę wyboru formy swojej opowieści i wykorzystania wszystkich skojarzeń, wizji, pomysłów do zbudowania własnej fabuły. Nie dostają żadnych sugestii co do formy i stylu. W rezultacie powstają historie o dużej różnorodności.



Po 10 minutach instruktor obok trzech „krzesel-postaci” stawia krzesło i zaprasza na nie uczestników, aby kolejno, ze sceny, przeczytali na głos swoje opowieści. Niekiedy historie mają bardzo osobisty charakter, więc niektórzy uczestnicy nie chcą dzielić się nimi z grupą. Należy uszanować ich prywatność.

Oto przykładowa opowieść napisana przez jednego z uczestników:

„Czy ostatni pociąg znowu jest spóźniony? Przyjedzie? Jestem zmęczona, ale szczęśliwa... tak miło było się spotkać ze starymi przyjaciółmi. Nadal się cieszę – tyle miłych wspomnień.

Oh...ta kobieta...tyle toreb...czy potrzebuje pomocy?? O....zbiera butelki... Jej twarz jest taka smutna...

- Czy ktoś coś wie o tym pociągu??

- Przepraszam, hej! Czy często odjeżdża pani z tej stacji??

Nieznamoma odwróciła się i popatrzyła na mnie naprawdę nieprzyjaźnie ....bez odpowiedzi...  
pewnie powinnam zadzwonić po taksówkę".

Uczestnicy ponownie gromadzą się w kręgu wokół trzech „krzesel-postaci” i omawiają cały proces pracy. Każdy może poddać refleksji swoje osobiste doświadczenie i nabyte podczas ćwiczenia umiejętności. To ważna faza ćwiczenia, ponieważ członkowie grupy, wymieniając się różnymi punktami widzenia i pomysłami, uczą się od siebie nawzajem.

Na koniec uczestnicy wspólnie rozbierają na części wszystkie trzy „krzesła-postaci”.

Nagrania tego ćwiczenia dokonano w ramach projektu ARTES podczas dwóch warsztatów zrealizowanych przez Teatr Grodzki w Irlandii w dniach 22-25 listopada 2014 r. na zaproszenie dwóch organizacji: ALâ - Adult Participatory Theatre, Arts and Education (Galway) oraz Clarecare (Ennis).

<http://artescommunity.eu/krzesla-charaktery/>



## UWAGI

Ta technika jest bardzo przydatna w stymulowaniu kreatywności i spontaniczności uczestników. Daje szybkie rezultaty i satysfakcję. Zazwyczaj uczestnicy są zaskoczeni, że stworzyli „coś z niczego”.

Jest to również dobry sposób na wymyślanie opowieści, które można dalej rozwijać i przełożyć na język teatralny.

W trakcie szkolenia CC ćwiczenie to zastosowano jako rodzaj techniki relaksacyjnej przed spotkaniem z publicznością. Uwagę uczestników skierowano na coś innego niż ich etudy teatralne, aby mogli „odpocząć” od prób do przedstawienia i nabrać dystansu do własnego występu na scenie.



## DZIAŁANIE 21 – PRACA NAD ETIUDAMI TEATRALNYMI (2 GODZINY / PRACA W PODGRUPACH)

Zgodnie z opisem w Działaniu 12, strona 29: Próby i doskonalenie etiud.

## DZIAŁANIE 22 – PREZENTACJE (PRÓBA KOSTIUMOWA) I INFORMACJA ZWROTNA (30 MINUT / PRACA W GRUPACH)

Zgodnie z opisem w Działaniu 6, strona 22. Aktorzy występują w czarnych ubraniach i rękawiczkach. Po komentarzach reszty grupy, wprowadzanie niezbędnych poprawek.



## DZIAŁANIE 23 – SPOTKANIE Z PUBLICZNOŚCIĄ

Publiczności zaprezentowano cztery etiudy teatralne.

*„Widzami przedstawienia byli członkowie Citizens Theatre Community Collective, którzy zwykle spotykają się w piątkowe popołudnia. Grupa to około 20 dorosłych; wielu z nich doświadcza społecznej izolacji z różnych powodów. Członkowie grupy albo mają chronicznie zły stan zdrowia, albo zaburzenia psychiczne, byli w więzieniu lub doświadczają bezdomności, długotrwałego bezrobocia albo wychodzą z uzależnienia. Widownia ta, reprezentatywna dla grup docelowych naszych pilotażowych warsztatów, idealnie nadawała się do obejrzenia i oceny tego przedstawienia”.*

*„Publiczność była bardzo skupiona i zaabsorbowana światem lalki. Przedstawienie najwyraźniej poruszyło widzów, ich opinie po spektaklu były bardzo wnikliwe. Nie tylko komentowali to, co zobaczyli, ale przekonali się także, jak potężnym narzędziem może być lalka w pracy z ludźmi zmagającymi się z problemami, które mogą doprowadzić do izolacji społecznej.” (Neil, Citizens Theatre)*





## UWAGI

Przedstawianie rezultatów wspólnej pracy odbiorcom ma ogromne znaczenie dla całego procesu. Jest to ważna część procesu, a nie coś dodatkowego lub oddzielnego. To rodzaj końcowego "egzaminu" potwierdzającego wiedzę i umiejętności nabyte przez uczestników.

Kilka uwag od uczestników:

**„Bardzo użyteczne okazało się zaprezentowanie publiczności na samym początku wszystkich materiałów, z których korzystaliśmy przy tworzeniu naszych lalek. Można było zapytać widzów: Co tu widzisz? Czy można stworzyć jakąś historię z tych materiałów? Czy dostrzegasz jakiś związek między tymi rzeczami”**

**„To była dobra rozgrzewka dla publiczności i przygotowanie do przedstawienia. Po takim wprowadzeniu widzowie byli bardzo aktywni, dzielili się swoimi opiniami i przemyśleniami”.**

Kilka uwag od publiczności:

**„Lalki były bez twarzy, ale mogliśmy rozpoznać ich emocje.”**

**„Zrobiło na mnie wielkie wrażenie to, jak lalki mogły się poruszać ... jakby były żywe.”**

**„To był taki prawdziwy teatr ... lalki potrafią «rozmawiać».”**

---

Strukturę szkolenia opisanego powyżej dostosowano do ograniczonego czasu, jaki był dostępny na zebranie wszystkich kluczowych pracowników szkoleniowych z organizacji partnerskich. Tylko dwa pierwsze dni były pełnymi dniami pracy, trzeciego dnia popołudnie było wolne, a czwartego (ostatniego) dnia spotkanie z publicznością odbyło się po południu. Jednak proponowane moduły można z łatwością dostosować do różnych warunków i limitów czasowych.





## 8. INFORMACJE ZWROTNE ZE SZKOLENIA GLASGOW I ZALECENIA

Opinie uzyskane od uczestników szkolenia w Glasgow były zdecydowanie pozytywne. 100% uczestników uznało szkolenie za przydatne.

**„Podobała mi się forma kształcenia i doceniam fachowość prowadzenia kursu przez Marię i Jolę (instruktorzy). Wszystko zostało starannie przygotowane, odbywało się we właściwym tempie, zapewniało dogłębny wgląd i dużo informacji, a przy tym było zabawne dla uczestników.”**

Trzy główne atuty szkolenia (według zebranych ocen) to:

- sposób prowadzenie szkolenia
- profesjonalizm trenerów
- dobra organizacja

**„Wspaniali i zaangażowani trenerzy, konstrukcja procesu, organizacja gospodarzy.”**

Podejście trenerów do szkolenia uznano za „fantastyczne” i „niesamowite”. Wiele osób doceniło „silne przywództwo trenerów”. Grupa dużym uznaniem nagrodziła profesjonalizm trenerów w prowadzeniu tego szkolenia, a także uwagę, jaką okazywali poszczególnym uczestnikom.

Prawie wszyscy uczestnicy byli „bardzo zadowoleni” z praktycznych rozwiązań organizacyjnych i z programu zajęć.

Podczas szkolenia w Glasgow edukatorzy poświęcili czas na przemyślenia dotyczące własnych grup pilotażowych, z którymi będą w nieodległej przyszłości pracować



oraz spodziewanej reakcji grup docelowych na tworzenie i animowanie lalek.

Podczas szkolenia w Glasgow przeprowadzono różne działania związane z psychodramą. Ponad 90% edukatorów czuło się komfortowo, uczestnicząc w tych zajęciach. Wielu doceniło przydatność tych działań w swojej przyszłej pracy:

**„Te zajęcia były interesujące i twórcze, prowadzone w abstrakcyjnej formie. Myślę, że grupy uznają je za fascynujące.”**

**„Są świetnym sposobem wizualnego wyrażania pomysłów. Były przystępne i nie wywierały zbytnej presji na poszczególnych uczestników. Nie stawiają nikogo w sytuacji, w której może poczuć, że poniósł porażkę. Czujesz, że jesteś kreatywny, i nie podlegasz ocenie.”**

Projekt CC ma odpowiedzieć na dwa kluczowe pytania:

**Które aspekty teatru lalek można z powodzeniem przenieść z czysto artystycznego kontekstu do szeroko pojętej edukacji?**

**W jaki sposób osoby dorosłe, mogą wykorzystać zdobyte umiejętności teatralno-lalkarskie w codziennej egzystencji, aby w życiu społecznym osiągać własne cele?**

63,6% edukatorów uczestniczących w projekcie uznało, że przekazane podczas szkolenia informacje dotyczące tych zagadnień są wystarczające. Jednak 36,4% respondentów nie miało pewności, czy te kwestie zostały odpowiednio potraktowane.



## ZALECENIA / PODPOWIEDZI:

- W przypadku nowo utworzonej grupy należy przeznaczyć dużo czasu na działania typu „przełamywanie lodów” i „poznajmy się”. To ważne, aby uczestnicy czuli się dobrze ze sobą, ponieważ będą musieli współpracować, aby osiągnąć wspólny cel.
- Zajęcia powinny odbywać się w przestronnym, jasnym pomieszczeniu. Przydają się stoły i krzesła, które wykorzystuje się w razie potrzeby.
- Przed zajęciami warsztatowymi warto z wyprzedzeniem przygotować materiały, aby uczestnicy mogli szybko osiągnąć zamierzony rezultat.
- Instruktor powinien zbudować przykładową lalkę w obecności grupy, krok po kroku objaśniając wykonywane czynności tak, aby uczestnicy mogli go naśladować prezentowane przez trenera. Praktyczna prezentacja jest bardziej przystępna i skuteczniejsza, dodaje uczestnikom pewności siebie.
- Należy przeznaczyć dużo czasu na działania. Proces tworzenia lalek nie powinien przebiegać w pośpiechu. Prototypowe szkolenie zajęło trzy i pół dnia.
- Najlepiej aby uczestnicy pracowali we własnym tempie i na swój sposób; potrzebują przy tym wsparcia i subtelnych wskazówek.





# WARSZTATY PILOTAŻOWE

## 9. ZARYS PROGRAMU WARSZTATÓW PILOTAŻOWYCH

Organizacje partnerskie pracowały w ramach tego projektu z grupami doświadczającymi różnorodnych trudności. Przed rozpoczęciem projektu każda organizacja określiła specyfikę swoich grup docelowych; są one wymienione poniżej, według krajów. Na platformie internetowej projektu CC znajdują się linki do strony każdej grupy (przełączając to jako interaktywny plik pdf, można kliknąć nazwę danej grupy, aby aktywować link do niej).

Więcej informacji o grupach pilotażowych znajduje się pod adresem:  
<http://ccproject.art/pilot-workshop/>

Blogi na temat każdej z grup pilotażowych można znaleźć na podstronie projektu: <http://ccproject.art/news/>

### POLSKA

**Nazwa grupy:** Osoby z zaburzeniami psychicznymi  
**Liczba uczestników:** 30  
**Prowadzący:** Maria Schejbal, Małgorzata Starzyńska-Majsak

**Nazwa grupy:** Osoby długotrwale bezrobotne  
**Liczba uczestników:** 10  
**Prowadzący:** Iwona Kusak, Jolanta Kajmowicz-Sopicka

### LITWA

**Nazwa grupy:** Kobiety na emeryturze lub bezrobociu  
**Liczba uczestników:** 9  
**Prowadzący:** Rolanda Sliaziene, Arune Taunyte

**Nazwa grupy:** Kobiety przechodzące kryzys zawodowy i społeczny  
**Liczba uczestników:** 11  
**Prowadzący:** Rolanda Sliaziene, Arune Taunyte

### WŁOCHY

**Nazwa grupy:** Emigranci i osoby ubiegające się o azyl  
**Liczba uczestników:** 10  
**Prowadzący:** Lorella Libeccio, Dario Ferrante

**Nazwa grupy:** Osoby z trudnych środowisk  
**Liczba uczestników:** 10  
**Prowadzący:** Emiliano Mungiovino, Dario Ferrante, Grace Sciarrino

### BUŁGARIA

**Nazwa grupy:** Kobiety narażone na społeczną izolację  
**Liczba uczestników:** 12  
**Prowadzący:** Lora Yoncheva, Romyana Shalamanova

**Nazwa grupy:** Osoby poszukujące pracy  
**Liczba uczestników:** 16  
**Prowadzący:** Lora Yoncheva, Natalia Shalamanova

### SZKOCJA

**Nazwa grupy:** Społeczność osób wychodzących z uzależnienia  
**Liczba uczestników:** 10  
**Prowadzący:** Elly Goodman, Neil Packham, Angela

**Nazwa grupy:** Kobiety przebywające w domu pobytu dziennego  
**Liczba uczestników:** 14  
**Prowadzący:** Elly Goodman, Carly McCaig

**Nazwa grupy:** Społeczność lokalna  
**Liczba uczestników:** 25  
**Prowadzący:** Neil Packham, Louise Brown

**Nazwa grupy:** Osoby z uzależnieniem  
**Liczba uczestników:** 10  
**Prowadzący:** Elly Goodman, Neil Packham

**Nazwa grupy:** Więźniowie  
**Liczba uczestników:** 7  
**Prowadzący:** Neil Packham, Elly Goodman



## 10. INFORMACJE ZWROTNE Z WARSZTATÓW

Warsztaty pilotażowe, zrealizowane w pierwszej połowie 2018 r., poddano ocenie, aby określić ich oddziaływanie oraz mocne i słabe strony. Więcej o programie warsztatów pilotażowych i studiach przypadków można dowiedzieć się czytając eKompendium (więcej informacji w p. 6 Szkolenie w Glasgow oraz na blogach grup pilotażowych pod adresem: <http://ccproject.art/news/>)

Poniżej znajduje się podsumowanie opinii, zebranych przez trenerów i uczestników podczas warsztatów pilotażowych.

### Mocne strony metodyki CC (z punktu widzenia edukatorów):

- **Tworzenie lalek jest łatwe i przyjemne.**
- **W procesie tworzenia lalek krok po kroku instruktorzy mogą zapewnić grupom wsparcie i porady na wszystkich etapach warsztatu.**
- **Powtarzanie procesu tworzenia sprawia, że uczestnicy budując własne lalki, zyskują wiarę w swoje umiejętności.**
- **Działania grupowe zachęcają do współpracy z innymi członkami grupy. Instruktorzy mają okazję wspierać uczestników w osiągnięciu kompromisu, w konstruktywnej wymianie poglądów i dążeniu do wspólnego celu.**
- **Skupienie uwagi uczestników na lalce jest bardzo korzystne. Sprawia, że dzieląc się osobistymi i emocjonalnymi opiniami, pomysłami i historiami czują się bezpiecznie.**

### Pozytywne informacje zwrotne od edukatorów na temat metodyki:

„Umożliwia osobie prowadzącej zajęcia zapoznanie się z uczestnikami, ich mocnymi stronami i deficytami, ujawnia ich potrzeby w zakresie rozwoju osobistego i umiejętności komunikacyjnych.”

„Umożliwia uczestnikom współpracę, a tym samym zwiększa ich umiejętności interpersonalne.”

„To metoda, która rozwija kreatywność i wyobraźnię.”

„Proces "wytwarzania" scalił grupę i rozmowy toczyły się swobodnie, ludzie pomagali sobie nawzajem zaim ich o to poproszono - poczucie jedności grupy było wyraźnie odczuwalne.”

„W pracy z lalką zwykle stosuje się metafory, poprzez które uczestnicy wyrażają siebie i podejmują kwestie związane z postawami i wartościami. Jest to bezpieczny sposób, który ułatwia uczestnikom mówienie o własnych potrzebach, osvajanie swoich obaw i wyrażanie pragnień.”

„Prosta technologia tworzenia lalek, emocjonalna relacja między lalką a jej twórcą, możliwość mówienia o sobie i innych nie bezpośrednio, ale za pośrednictwem lalki, przestrzeń dla refleksji i informacji zwrotnych.”

„Tworzenie lalek to z pewnością najatrakcyjniejsza część warsztatu, pozwalająca przykuć uwagę uczestników i zagwarantować ich nieustające

„Z pewnością proces tworzenia lalki był najbardziej udany. Namacalność procesu, przyjemność bycia świadkiem jego tworzenia. Możliwość całkowitego zanurzenia się w tym procesie. Materiały są całkowicie przyjazne dla użytkownika, zawsze można poprawić i dostosować swoją lalkę.”

„Wprowadzenie do posługiwania się papierem i możliwość zrobienia czegoś, co nie mogło wyjść źle, było pozytywne. Dysponowanie przestrzenią i czasem, czerpanie radości z tego, co się robiło i obserwowanie procesu od robienia lalki do rozwijania opowieści, dawało satysfakcję. Szybkie rezultaty były efektowne,

dzięki temu uczestnicy mogli zobaczyć postać lalek w krótkim czasie.”

„Możliwość decydowania o poszczególnych elementach - począwszy od tworzenia indywidualności lalki do wyboru muzyki była szczególnie ważna, zważywszy że grupa boryka się z podejmowaniem decyzji, zwłaszcza w kontekście artystycznym. Poczucie spełnienia i osiągnięcia sukcesu stanowiło kluczowy komponent metody, jak również to, że praca miała konkretny rezultat końcowy.”





## Słabe strony metodyki CC (wskazane przez edukatorów):

- Warsztaty były mniej udane w przypadku braku lub niewystarczającego zaangażowania członka personelu przypisanego grupie pilotażowej (takiego jak pracownik służby zdrowia).
- Uczestnicy, którzy nie zetknęli się z konwencjami teatralnymi potrzebują wcześniejszego przygotowania do udziału w niektórych zajęciach. Wykonanie takiej pracy nie zawsze było możliwe w ograniczonym czasie, jakim dysponowały niektóre grupy.
- Pewne czynności były zbyt skomplikowane lub wprawiały w zakłopotanie uczestników, którzy zmagali się z barierą językową.
- Uczestnictwo (w niektórych grupach) w warsztatach pilotażowych nie było regularne; prowadzący musieli sobie poradzić z różnymi osobami na poszczególnych etapach procesu warsztatowego.
- W pewnych przypadkach uzyskanie dostępu do grup pilotażowych na czas niezbędny do ukończenia procesu okazało się trudne. W instytucjach takich jak więzienia panuje surowy rygor dyscyplinarny. Dlatego niektóre z planowanych działań musiały zostać pominięte.



## Negatywne opinie edukatorów na temat metodyki:

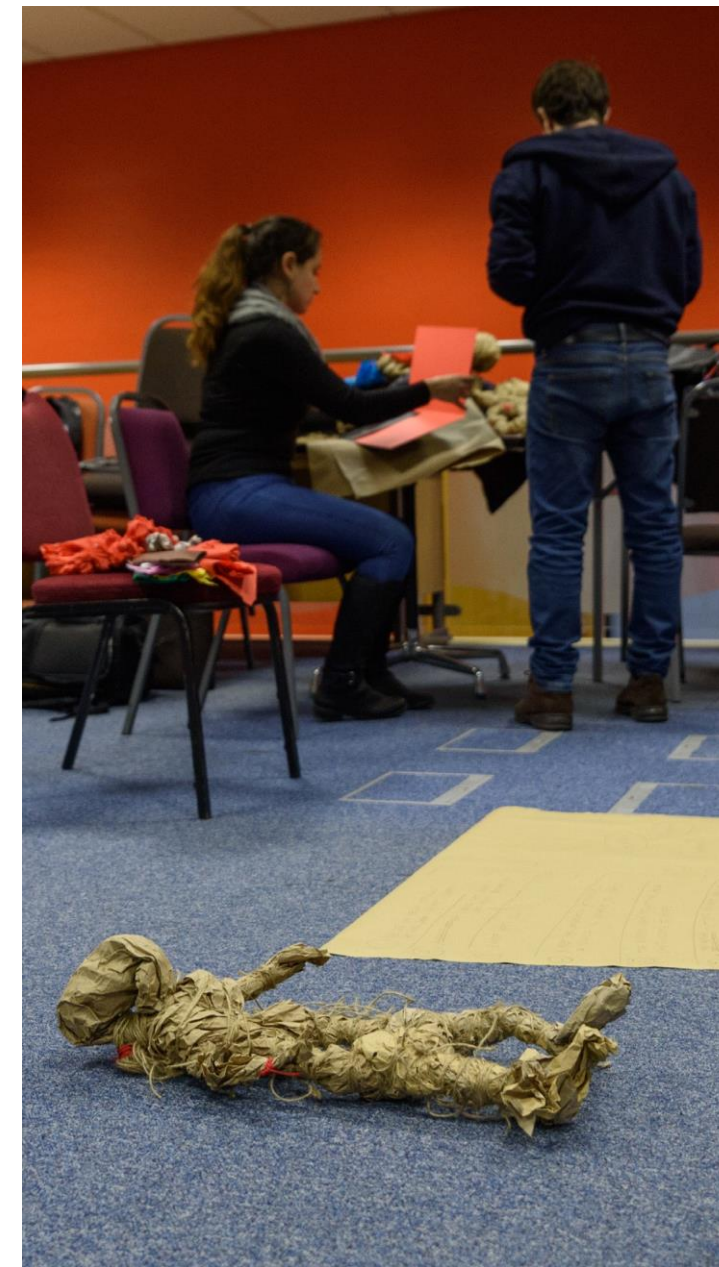
„W specyficznym kontekście leczenia psychiatrycznego przydałby się udział we wszystkich zajęciach warsztatowych kogoś z personelu medycznego, kto oferowałby uczestnikom-pacjentom pomoc w radzeniu sobie z procesami emocjonalnymi i trudnościami wywołanymi przez działania teatralne.”

„W grupach, które nigdy nie miały kontaktu z teatrem, praca z lalkami powinna być poprzedzona ćwiczeniami, grami i zabawami, które budują zaufanie, zwiększają otwartość i poczucie własnej wartości uczestników. Zwiększyłyby ich gotowość do działań teatralnych. Czas trwania procesu "oswajania uczestników" musi być dostosowany do potrzeb grupy i poszczególnych uczestników.”

„Zdarza się, że dla określonych grup niektóre ćwiczenia są zbyt skomplikowane, a bariery językowe za trudne do przezwyciężenia. Na przykład technika pracy z chustami, służąca uzyskiwaniu oceny i informacji zwrotnej, nie nadaje się dla emigrantów czy uchodźców.”

„Trudności pojawiają się, gdy do grupy, która zbliża się do zakończenia pracy, wchodzi nowe osoby i chcą się przyłączyć. Instruktor musi ciągle wprowadzać nowych uczestników do procesu. Dotyczy to wielu grup, które nie opierają się na niezmiennym zespole stałych uczestników.”

„Niektóre gry lub czynności związane z psychodramą mogą być nieodpowiednie dla określonych grup docelowych.”





## 11. ZALECENIA NA PRZYSZŁOŚĆ

- Grupa nie większa niż 20 osób sprzyja osiągnięciu najlepszych rezultatów.
- Prowadzenie warsztatów przez co najmniej dwóch instruktorów jest korzystne. Jedna osoba może być liderem grupy, a druga stanowi dodatkowe wsparcie w obszarze pracy.
- Przestronne pomieszczenie wyposażone w stoły i krzesła, ale zapewniające także wolną przestrzeń jest optymalne.
- Trzeba przeznaczyć co najmniej 2 godziny na jedno zajęcia warsztatowe aby wykonać rozsądny zakres pracy. Realizacja minimalnej liczby działań wymaga co najmniej 10 pełnych godzin warsztatowych na grupę. Najlepiej przeznaczyć 20 godzin na cykl warsztatowy – można wtedy zrealizować wszystkie działania opisane we Wskazówkach Metodycznych.
- Podejmując jakąkolwiek aktywność psychodramatyczną należy zawczasu upewnić się, że uczestnicy ufają trenerowi i zareagują pozytywnie na sugerowane działania. Zaleca się obecność pracownika, który regularnie pracuje z grupą, np. psycholog, pracownik socjalny lub pracownik służby zdrowia.
- W grupie osób nie znających dobrze języka, w którym prowadzony jest warsztat, może zaistnieć konieczność dostosowania formuły zajęć i intensywniejszego wykorzystania działań niewerbalnych albo pomocy tłumacza.
- Warto zaprezentować widzom finalne przedstawienie. Najlepiej oddziałuje wspierająca publiczność, która zapewnia grupie emocjonalne wsparcie i pozytywne informacje zwrotne.







# ZAKOŃCZENIE

## 12. WNIOSKI KOŃCOWE

Warto odwołać się do pierwotnych założeń projektu, aby stwierdzić, czy udało się osiągnąć zamierzone rezultaty. Głównym celem projektu była przede wszystkim INTEGRACJA SPOŁECZNA, a przedstawione działania zostały opracowane z myślą o niej. Podróż osób z trudnościami do pełni życia społecznego często bywa długa i trudna; należy uwzględnić wiele jej etapów i czynników.

Projekt CC miał na celu:

### Opracowanie zestawu praktycznych narzędzi dydaktycznych

Podczas tego projektu powstały dwie publikacje: Wskazówki metodyczne oraz eKompendium, które można znaleźć na stronie: <http://ccproject.art/pl/publications/>. Obie publikacje opracowano w 8 językach, aby były możliwie szeroko dostępne.

### Wspieranie innowacji i kreatywności w kształceniu osób dorosłych

Współpraca pięciu organizacji partnerskich z całej Europy, z których każda ma różnorodny dorobek i twórcze podejście do kształcenia, jest niezwykle korzystne dla tego projektu. Każda z tych organizacji dysponuje również rozwiniętą siecią edukatorów i trenerów, umożliwiającą szerokie udostępnianie zasobów i kreatywnych rozwiązań.

### Wkład we wzmocnienie integracji społecznej w Europie

Rdzeniem tej nowej metodyki jest poszukiwanie skutecznych mechanizmów motywacyjnych dla osób z różnymi barierami. W przeciwieństwie do tradycyjnych metod nauczania, zajęcia artystyczne umożliwiają nie tylko przyswajanie wiedzy, ale także nabywanie praktycznych umiejętności społecznych, takich jak samodyscyplina, wytrwałość w dążeniu do nowych celów, poczucie obowiązku i odpowiedzialności oraz zdolność opanowania frustracji i lęków. Dzięki temu ta metodyka jest skutecznym sposobem ułatwiającym integrację społeczną osób i grup zmagających się z trudnościami.

### Rozwój organizacji partnerskich

Opracowanie programu szkoleniowego zwiększyło możliwości operacyjne i wzbogaciło wiedzę specjalistyczną każdej organizacji partnerskiej, zapewniając kluczowym pracownikom program rozwoju umiejętności zawodowych. Ponadto powstały nowe partnerstwa i relacje robocze, prowadzące do poszerzenia zakresu działań każdego z partnerów.



## Komunikacja międzysektorowa i współpraca między edukatorami/trenerami osób dorosłych i artystami w całej Europie

W 2019 r. odbyła się seria wydarzeń upowszechniających rezultaty projektu (Multiplier Events). Te imprezy sprzyjają wymianie doświadczeń między europejskimi edukatorami i trenerami osób dorosłych. Wszyscy partnerzy na bieżąco promują informacje związane z projektem CC. Utworzono także platformę internetową (<http://ccproject.art/>), która oferuje wszechstronne informacje na temat projektu i jego efektów, grup pilotażowych, metodyki.



## DWA KLUCZOWE PYTANIA

Na początkowym etapie planowania projektu, postawiono dwa kluczowe pytania:

### 1. JAKIE ASPEKTY TEATRU LALKI DA SIĘ PRZENIEŚĆ Z KONTEKSTU WYŁĄCZNIE ARTYSTYCZNEGO DO SZERSZEJ DZIEDZINY EDUKACYJNEJ?

### 2. W JAKI SPOSÓB GRUPA DOROSŁYCH, KTÓRZY ZDOBYLI UMIEJĘTNOŚCI TEATRALNE W ZAKRESIE LALKARSTWA, MOŻE W CODZIENNYM ŻYCIU WYKORZYSTAĆ TE UMIEJĘTNOŚCI DO OSIĄGANIA OSOBISTYCH CELÓW W INTERAKCJACH SPOŁECZNYCH?

Wstępne szkolenie w grudniu 2017 r. informacje zwrotne, zebrane później podczas warsztatów pilotażowych, które odbyły się w 2018 r. odpowiadają na te dwa pytania.

Wypowiedź członka grupy pilotażowej South Community Recovery Network (SCRN) w Szkocji daje wgląd w doświadczenia uczestników:

*„Na początku myślałem: "O nie! Jak zrobić lalkę?" Ale potem zobaczyłem, jak powstaje i sprawiło mi to dużo radości. Próbowałem stworzyć swoje alter ego i starałem się nadać mu nieco charakteru; ożywić je. Moja lalka ma być super bohaterem. Ma dużo pasji i empatii i chętnie pomaga. Teraz jestem bardzo przywiązany do mojej lalki. Jest dobrym wzorem do naśladowania. Projekt ma wartość terapeutyczną. Sprawia, że myślisz o własnym życiu, swoim charakterze i próbujesz zawrzeć to w lalce. To pomaga znaleźć rozwiązania problemów lalki. Próbujesz zgadnąć zakończenie. Czy to szczęśliwe zakończenie? Mam nadzieję.”*

*(Uczestnik grupy pilotażowej, Szkocja)*

Podobnie było w innych grupach pilotażowych:

*„Zajęcia warsztatowe to była przestrzeń do pokazania emocji i uczuć. Pomogły mi lepiej zrozumieć, jak radzić sobie z niekorzystnymi warunkami.”*

*(Uczestnik grupy pilotażowej, Litwa)*



**„Uczestnictwo w warsztatach sprawiło, że uświadomiłam sobie doświadczenia zepchnięte w podświadomość i pozwoliło mi się z nimi spotkać, uwalniając zastarzały ból”.**

*(Uczestnik grupy pilotażowej, Polska)*

**„Warsztat pomógł mi otworzyć się na innych ludzi i nauczyć się pracy zespołowej.”**

*(Uczestnik grupy pilotażowej, Polska)*

Metodyka CC wywarła znaczący wpływ edukacyjny na wielu uczestników, którzy wzięli udział w warsztatach pilotażowych:

**„Te warsztaty z pewnością wzbogaciły nasz program terapii. Ogólnie rzecz biorąc, widać pozytywne oddziaływanie terapeutyczne na pacjentów. Nie spodziewałem się, że pacjenci będą tak wrażliwi na teatr lalkowy.”** *(Członek personelu jednej z grup warsztatowych, Polska)*

**„Zapytana, czy jej lalka przypominała jej kogokolwiek, bez wahania, powiedziała, że ją samą. Że była w swoich domowych relacjach jak lalka ciągnięta w różne strony przez rodzinę. Wyjaśniła, że te zajęcia warsztatowe były dla niej terapeutyczne, zatraciła się w tworzeniu,**

**co dało jej poczucie uwolnienia, ponieważ tutaj nie musi być odpowiedzialna za wszystkich innych.”** *(Wypowiedź edukatora o uczestniczącej grupie pilotażowej, Szkocja)*

Uczestnicy warsztatów pilotażowych przekazali informacje zwrotne na zakończenie projektu. Wielu opisywało, w jaki sposób warsztaty pomogły im zbudować pewność siebie i nauczyć się, jak można współpracować z innymi ludźmi:

**„Dla mnie mocne strony metody CC to samoanaliza i sytuacje, w których inni uczestnicy ujawniali coś nowego o tobie, coś co obawiałeś się przeanalizować.”**

*(Uczestnik grupy pilotażowej, Litwa)*

**„Tak, na pewno było to przydatne. Zyskałem pewien wgląd, coś pojąłem. Ważne było wysłuchanie historii innych uczestników, to, że poczułem, jak to dotyczy także mnie. ”**

*(Uczestnik grupy pilotażowej, Litwa)*

**„Uczestnictwo "Y" wydaje się bardzo obiecujące - oświadczyła, że występy zainspirowały ją do kontynuowania w życiu roli, jaką odgrywała jej lalka - przyjacielska, radosna pocieszycielka zmartwionych, złamanych, bezradnych postaci.”**

*(Wypowiedź edukatora o uczestniczącej grupie pilotażowej, Szkocja)*





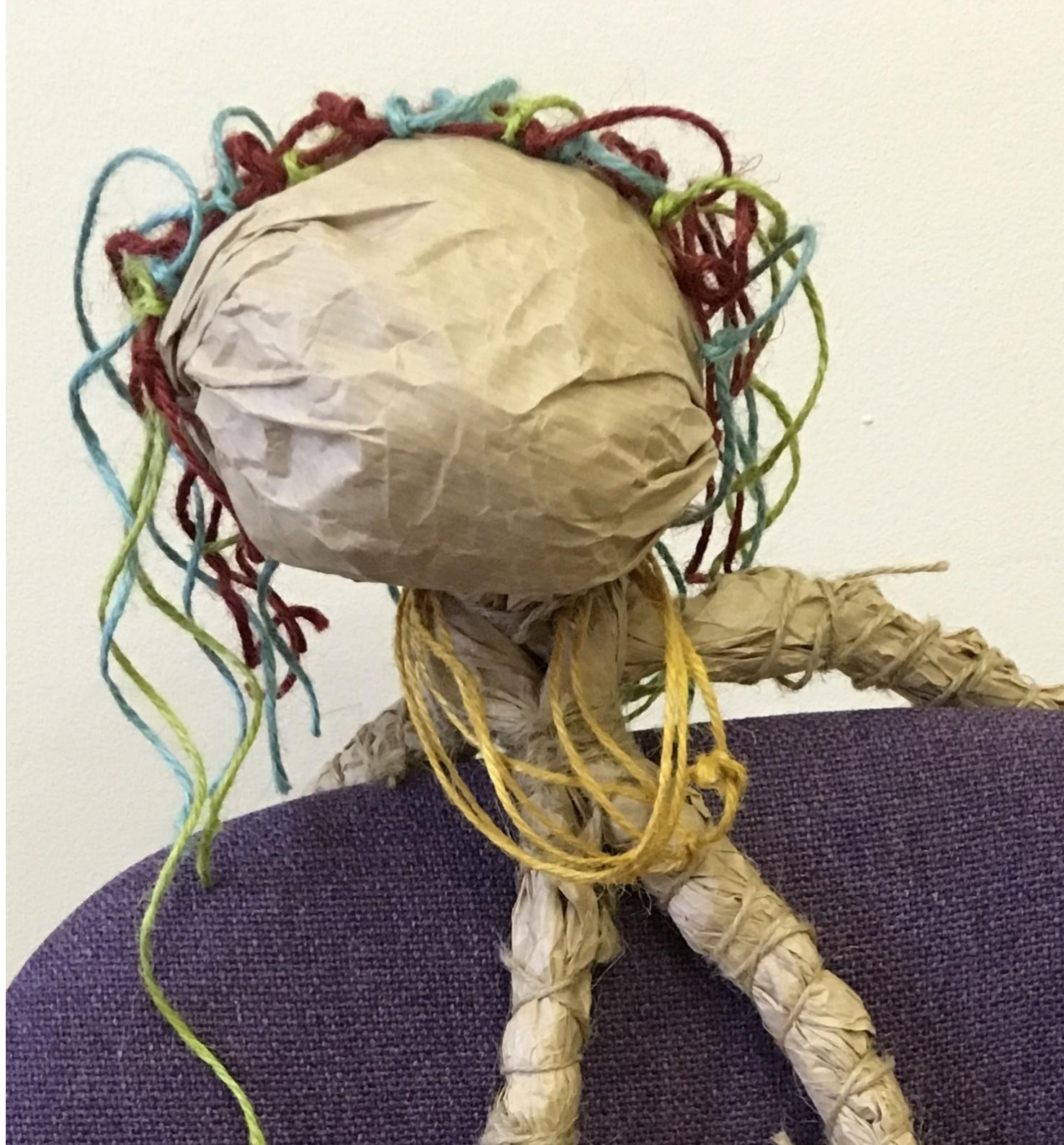
Wracając ponownie do dwóch kluczowych pytań, zadanych na samym początku projektu CC, możemy je rozpatrywać osobno i udzielić pełnych odpowiedzi.

### 1. JAKIE ASPEKTY TEATRU LALKI DA SIĘ PRZENIEŚĆ Z KONTEKSTU WYŁĄCZNIE ARTYSTYCZNEGO DO SZERZEJ POJETEGO KSZTAŁCENIA?

Uczestnicy warsztatów pilotażowych wiele skorzystali dzięki podjętym przez siebie działaniom. Wydaje się, że zwłaszcza w odniesieniu do tych aspektów teatru lalek, które oddziaływały kształcąco na uczestników, można wskazać wiele przykładów.

Proces tworzenia lalek, który zaczął się od zwykłych rolek brązowego papieru i szpilek sznurka, zachęcił uczestników do skupienia się na zadaniu od początku do samego końca. Tworzenie lalek wymagało koncentracji i umiejętności postępowania zgodnie z instrukcjami. Uczestników wspierano w wytrwałości i przekonaniu, że pomyślnie ukończą zadanie.

Praca ze współuczestnikami przy tworzeniu opowieści stanowiła wyzwanie dla niektórych osób. Członkowie grupy rozwijali swoje umiejętności w zakresie słuchania, osiągania kompromisu i podejmowania decyzji. Zaproszono ich do analizowania własnych osobowości i zachowania oraz do podzielenia się tymi głęboko osobistymi przemyśleniami z innymi.



Uczenie się tego, jak poruszać lalkami wniosło nowy element pracy zespołowej do projektu. Uczestnicy rozwijali umiejętności bliskiej współpracy z innymi, słuchania i okazywania cierpliwości. Każdy pracuje w innym tempie, a osiągnięcie sprawności w animowaniu lalek jest dla niektórych łatwiejsze, a dla innych trudniejsze.

Ponieważ większość organizacji zdecydowała się na przeprowadzenie warsztatów pilotażowych podczas kilku sesji, zazwyczaj raz w tygodniu, uczestnicy uczyli się zarządzania czasem i byli zachęceni do zaangażowania się w projekt od początku do końca. Dla niektórych uczestników było to trudniejsze niż dla innych z powodu chaotycznego trybu życia lub innych zobowiązań, które wcześniej podjęli.

Nie można bagatelizować odwagi niezbędnej do realizacji końcowego elementu projektu - przedstawienia. Występy przed publicznością - to zniechęcająca perspektywa dla każdego, a szczególnie dla osób borykających się z różnymi barierami. Uczestnicy musieli wykazać się prężnością i odwagą, aby z powodzeniem zaprezentować swoje przedstawienia lalekowe.

To oczywiste, że liczne aspekty teatru lalkowego - począwszy od tworzenia lalek, przez negocjacje i podejmowanie decyzji w grupie, aż po animowanie lalek i przedstawienia lalekowe - sprzyjają kształceniu się osób, które w nim działają.



Drugie kluczowe pytanie można również przeanalizować bardziej szczegółowo:

## 2. W JAKI SPOSÓB GRUPA DOROSŁYCH, KTÓRZY ZDOBYLI UMIEJĘTNOŚCI TEATRALNE W ZAKRESIE LALKARSTWA, MOŻE W CODZIENNYM ŻYCIU WYKORZYSTAĆ TE UMIEJĘTNOŚCI DO OSIĄGANIA OSOBISTYCH CELÓW W INTERAKCJACH SPOŁECZNYCH?

Już dołączając do warsztatów pilotażowych i biorąc udział w zajęciach wszyscy uczestnicy poczynili znaczne postępy w swoim podążaniu w kierunku głębszej interakcji społecznej.

Metoda CC subtelnie zachęca uczestników do angażowania się w interakcje z innymi, do pracy na rzecz wspólnego celu. Samo korzystanie z tej metodyki wymaga pewnego stopnia interakcji społecznej; po pierwsze obecności, a następnie przepracowania w grupie kolejnych etapów planowanych działań .

Każda grupa jest wyjątkowa, a jej uczestnicy mają swoje specyficzne potrzeby. Dlatego edukacyjne wysiłki niektórych ludzi są dłuższe i bardziej skomplikowane niż innych. W tym przypadku uczestnicy, którzy pomyślnie ukończyli projekt CC, zyskali umiejętności, które można przenieść do wielu dziedzin ich życia.

Grupy, które wybrano do warsztatów pilotażowych, reprezentowały szerokie spektrum osób dotkniętych bądź zagrożonych wykluczeniem społecznym.

Metodyka CC została przetestowana w trzynastu różnych grupach w pięciu krajach europejskich.

Przeważające opinie o tym rozległym programie praktycznych warsztatów dowodzą, że metoda CC jest dostępna dla wszystkich, natychmiast angażuje

i zapewnia satysfakcjonujące rezultaty. To metoda, która pozwala nawet najbardziej wrażliwym ludziom odnosić sukcesy, uczyć się i dobrze się czuć. Ta metoda umożliwia osobom z trudnościami zdobywanie umiejętności, z których mogą korzystać nie tylko w bezpiecznym środowisku warsztatu lalkarskiego, ale we wszystkich aspektach swojego życia.





## 13. PODZIĘKOWANIA I WYRAZY UZNANIA

Wiele osób, pracujących w pięciu różnych krajach europejskich, włączyło się w ten projekt. Każdemu z nich należą się podziękowania za poświęcenie i zaangażowanie:

### TEATR GRODZKI

Jolanta Kajmowicz-Sopicka  
Iwona Kusak  
Agnieszka Masiewicz  
Anna Maśka  
Ewa Miller  
Maria Schejbal  
Małgorzata Starzyńska-Majsak  
Małgorzata Szyszka  
Magdalena Wojtczak

### YOUTH CENTRE BABILONAS

Egle Celiesiene  
Dovile Rudzenske  
Rolanda Sliaziene  
Arune Taunyte

### KNOW&CAN ASSOCIATION

Rumyana Shalamanova  
Natalia Shalamanova  
Lora Yoncheva

Wskazówki metodyczne opracowała Angela Smith, Citizens Theatre, Szkocja.

### CITIZENS THEATRE

Louise Brown  
Elly Goodman  
Carly McCaig  
Rachel Mimiec  
Neil Packham  
Angela Smith  
Martin Travers

### ZDJĘCIA

Daria Konior (strony 42, 43, 49, 50)  
Małgorzata Starzyńska-Majsak (strony 18, 19, 23, 59)  
Krzysztof Tusiewicz (strona 5)  
Alex Brady (strony 1, 9, 20, 21, 22, 29, 30, 31, 38, 39, 41, 51, 63)  
Dario Ferrante  
Marianna Giuliani  
Aday Lopez

### CSC DANILO DOLCI

Alberto Biondo  
Dario Ferrante  
Lorella Libeccio  
Emiliano Mungiovino



Erasmus+

Dziękujemy  
Programowi Erasmus+  
za dofinansowanie tego projektu.

Projekt CC realizowany jest przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko autorów, a Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za umieszczoną w niej zawartość merytoryczną.

<http://ccproject.art/>

### Bielskie Stowarzyszenie Artystyczne TEATR GRODZKI

Bielsko-Biała, Polska  
[www.teatrgrodzki.pl](http://www.teatrgrodzki.pl)  
[jolanta@teatrgrodzki.pl](mailto:jolanta@teatrgrodzki.pl)



### CITIZENS THEATRE

Glasgow, Szkocja  
[www.citz.co.uk](http://www.citz.co.uk)  
[learning@citz.co.uk](mailto:learning@citz.co.uk)



### YOUTH CENTRE BABILONAS

Wilno, Litwa  
[www.centrasbabilonas.lt](http://www.centrasbabilonas.lt)  
[rolandasliaziene@gmail.com](mailto:rolandasliaziene@gmail.com)



### CSC DANILO DOLCI

Palermo, Włochy  
[www.danilodolci.org](http://www.danilodolci.org)  
[presidente@danilodolci.org](mailto:presidente@danilodolci.org)



### KNOW AND CAN ASSOCIATION

Sofia, Bułgaria  
[www.knowandcan.com](http://www.knowandcan.com)  
[znamimoga@gmail.com](mailto:znamimoga@gmail.com)









Projekt CC realizowany jest przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko autorów, a Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za umieszczoną w niej zawartość merytoryczną.

