



# THEATRE OF THE OPPRESSED

---

IN DIGITAL SPACE  
2020

## MANUAL FOR EDUCATORS

Besnik Leka, Demir Mekic, Ida Avdibegovic -Karahasanovic, Jasmina Bilalovic



CIP - Каталогизација во публикација  
Национална и универзитетска библиотека "Св. Климент Охридски", Скопје


316.614.3:792.09]:004.738.5(035)  
792.09:316.614.3]:004.738.5(035)

THEATER of the oppressed in digital space : 2020 : manual for educators / Besnik Leka... [ и др.] ; translation to Macedonian: Elena Ivanova Boshkova , translation for Albanian version: Vjosa Taipi , translation for Serbian version: Ida Avdibegovic- Karahasanovic. - Скопје : ФОРУМ Цивилен мировен сервис е.В. Келн - СР Германија - подружница во Република Северна Македонија,, 2021. - 236 стр. (60 ; 60 ; 60 ; 56) : илустр. ; 30 см

Текст на англ. јазик со напореден превод на мак., алб. и срп. јазик. - Фусноти кон текстот. - Други автори: Demir Mekic, Ida Avdibegovic -Karahasanovic, Jasmina Bilalovic. - Библиографија: стр. 59. - Содржина: Театар на угнетени во дигитален простор : 2020 : прирачник за едукатори / Бесник Лека, Демир Мекиќ, Ида Авдибеговиќ - Карахасановиќ, Јасмина Билаловиќ ; Teatri i të Shtypurve në hapësirën digjitale : 2020 : doracak për edukatorë / Besnik Leka, Demir Mekic, Ida Avdibegovic-Karahasanovic, Jasmina Bilalovic ; Pozorište potlačenih u digitalnom prostoru : 2020 : priručnik za edukatore / Besnik Leka, Demir Mekic, Ida Avdibegovic -Karahasanovic, Jasmina Bilalovic

ISBN 978-608-4956-00-6

COBISS.MK-ID 53367045



Translation to Macedonian: Elena Ivanova Boshkova  
Proofreading of the Macedonian translation: Krum Velkov  
Translation and proofreading for Albanian version: Vjosa Taipi  
Translation and proofreading for Serbian version: Ida Avdibegovic- Karahasanovic  
Design - Zlatko Nikodinovski



## Contents

Introduction .....	6
Who is this manual for? .....	7
What can we use Theatre of the Oppressed for? .....	7
The Power of Theatre of the Oppressed .....	8
What exactly is Theatre of the Oppressed? .....	11
Redefining the space of ToO, online theatre and physicality in the time of Covid 19; issues of oppression during crisis .....	14
Games and exercises for the online Theatre of the Oppressed .....	16
Categorization of the games and exercises in ToO .....	17
Feeling what we touch: The cross and the circle .....	18
Listening to what we hear: Counting in pairs ("1-2-3") .....	18
Dynamizing several senses: Conquer the space (elbow-knee) .....	19
Seeing what we look at "What has changed?" .....	20
Mirror game .....	20
The memory of the senses: Remembering yesterday .....	20
Application of ToO games and exercises in different functions in relation to the group work and managing the group dynamics. ....	21
Writing the name with the body .....	21
Stand up, Sit, Left, Right .....	21
I take the ball .....	22
The Johari Window (activity/game) .....	23
Representing by object .....	24
Name story game .....	25
Relation with a chair .....	25
Improvisation .....	25
Imagine your dance .....	25
"Singing in the rain" .....	26
Touch blue .....	26
Seven loving touches .....	27
Characters in the movement .....	27
Building a storyline .....	28

Silly Face .....	28
What are you doing? .....	29
Image Theatre, usage and practice .....	30
Image theatre exercises .....	32
Image of the World .....	32
Image of the family.....	32
Joint image / Puzzle .....	33
Finalize the image.....	33
Images of freedom and oppression .....	33
Power 1 to 5 .....	34
Sculptures/ Sculpting exercises .....	34
Dynamization of images .....	35
Digging up the stories/topics/issues .....	36
Symbol of oppression .....	41
Making a performance (text on practical things to keep in mind when it comes to online theatre) .....	42
Dramaturgy of Theatre of the Oppressed.....	42
Developing a character.....	43
Games and activities that will contribute to character development:.....	44
Connect Me.....	44
Turning objects into subjects .....	44
HASH (Happy-Angry-Sad-Happy).....	45
Hot seat.....	45
Process of Forum Theatre (interventions).....	46
The role of the Joker.....	47
Setting up an agenda for the online workshop/training of Theatre of the Oppressed.....	52
A list of things to keep in mind.....	52
An example of the agenda of Theatre of the Oppressed Training/ Workshop.....	53
Conclusions/ Recommendations.....	59
References and additional resources.....	60

## Introduction

Forum ZFD Macedonia, in partnership with Media Artes (Ohrid) decided to explore the possibilities and to create educational resources, to train and inspire peace educators from Western Balkans for using alternative drama and theatre educational techniques when teaching online - or more precisely for using theatre of the oppressed theatrical forms in peace education in digital space.

For that purpose, the partners, with the support of a team of qualified professionals composed of Besnik Leka, Demir Mekic, Ida Avdibegovic- Karahasanovic, Jasmina Bilalovik, Dragan Atanasov, Gjorgji Lazov, and with the support of forum ZFD's intern Clémentine Dupont, SEEYN learning house – web learning platform of the South East European Youth Network, developed and implemented an online training for educators and produced several various format educational resources for using Theatre of the oppressed in digital space and online learning.

The publication in front of you, is one of the resources produced within this partnership. It is a Training manual for (peace) educators on using theatre of the oppressed theatrical forms in peace education in the digital space. In it, peace educators will find information, instructions, suggestions, ideas and inspirations for training program and activities that can support their efforts in organizing and implementing theatre of the oppressed based peace education opportunities, in both online and on the spot setting.



## Who is this manual for?

The manual is designed for all (peace) educators in formal and non-formal education such as teachers and school-based educators, community workers, theatre professionals, youth workers and youth educators in NGO sectors etc., who would want to use artistic techniques in their educational activities. It is designed having in mind that Theatre of the Oppressed learning experience, can be offered in a wide range of different settings, locations, occasions and to different groups of learners, such as:

- Children and youth
- Adults: (families, parents, neighbors, teachers, educators and others with different professional backgrounds and profiles e.g. journalists, businessmen, police officers, medical doctors (Physicians), teachers, workers, decision-makers, and so on.)

In this period, due to the pandemic of Covid 19, there are many attempts to adapt different educational techniques so as to be applicable to the online space. This Manual is one of those attempts to adapt the use of theatre and drama-based learning techniques to a different educational setting and to provide an online alternative for peace educators in these challenging times.

## What can we use Theatre of the Oppressed for?

Theatre of the oppressed can be a very valuable technique that, depending on the contexts and the learning needs, and with related aims and objectives of the learning experience, can be used:

- To create space for presenting and reflecting on situations, happenings, feelings, thoughts, ideas, values, attitudes, behaviors, relationships etc.;
- To enhance critical exploration of a situation and critical thinking;
- To address and provide space for exploring the systemic nature of different forms of oppression;
- To explore and support the understanding of a concrete individual, group or social problem or issue;
- To offer choices, give voice to those who are oppressed;
- To explore ways of engagement targeting by standards and possible alternatives;
- To create space for learning through sharing experiences,
- To motivate and inspire positive change. In some situations, used by trained professionals and in a professional setting, the Theatre of the oppressed can also be considered as a powerful systematic psychotherapeutic technique.



## The Power of Theatre of the Oppressed

Theatre is a very powerful instrument in the educational processes because it provides a certain degree of intimacy and engagement of the audience on a physical, intellectual and emotional level. Forum Theatre is a 'collective rehearsal for reality'. As Boal says, theatre is a 'human language' (Boal, 2004), therefore community-theatre educational programs allow people to develop their inner talents and abilities, assisting them to express themselves in new forms'.<sup>1</sup>

Theatre of the oppressed is suitable for use with different groups of people and ages and can be used to give them an opportunity to engage in one of a kind learning experience of exploring, reflecting and discussing jointly on various topics. Performing artists perform a brief dramatization, which outlines a delicate point and energizes talk among the group of onlookers, allowing long-held beliefs and views to come out in the open.

Theatre of the Oppressed is an arsenal of theatre techniques and games that seeks to motivate people, restore true dialogue, and create space for participants to rehearse - "taking action". It begins with the idea that everyone has the capacity to act in the "theatre" of their own life; everybody is at once an actor and a spectator. We are "spect-actors!" — a term created by Augusto Boal to describe those engaged in Forum theatre. It refers to the dual role of those involved in the process as both spectators and actors, as they both observe and create dramatic meaning by taking action in the performance.

Theatre of the oppressed contains an underlying belief that we all have inner talents that can be utilized to learn new issues about ourselves which is the basis for the show's aim to provide 'Ethics training through interactive drama'. The very nature of theatre of the oppressed, including the encouragement of dramatic art (script-writing, acting and directing), allows for instant creative debate to touch on real-life dilemmas, and very often for the first time. The show's goal is to create discussion in the search for different ways and approaches, while encouraging open dialogue and responsibility in every individual. A driving objective is to force participants to explore and analyze assumptions and develop the courage to think independently.

Boal points out that when we are simply passive audience members, we transfer our desire to act onto the characters we identify with, and then find that desire satisfied as the conflict resolves itself on stage, in films or in the news. Catharsis as a substitute for action. Boal's theatrical educational strategies 'reenact reality', by facilitating the audience to examine the issues which affect their lives, identifying the root-causes of the problems, and assisting them to find realistic and practical solutions to improve their situation - a process which Freire (1970) termed 'concretization'.<sup>2</sup>

Boal (1979) tries to empower people to recognize and combat the oppression in their life caused by external factors (the exploitative system, the authorities in power, the institutions which perpetuate injustice and discrimination, etc.) Theatre of the Oppressed focuses more on the social contexts. Furthermore, it is a form of storytelling through the performing arts, drama, acting that engages both the mind and heart of the performer as well as the spectator. Usually the process consists of:

- Identifying the problem or issue needing to be addressed in society;
- Researching the subject;
- Brainstorming and presenting a story or concept that shows options and choices in a creative way;

<sup>1</sup> The ZiPopo show, Association for Creative Moral Education

<sup>2</sup> Freire, Paulo (2017): The Pedagogy of the Oppressed, Penguin Books, Brazil

- Consulting on an action plan for producing a piece that will express both the problem and the possible ways to deal with the problem (including artistic direction, music, costumes/props, post-performance activities, etc.);
- Implementing the plan (i.e. organizing performances, trying to reach a wide audience);
- Reflecting on the entire process, taking into account what worked and what can be improved, and try out the implementation of possible ways for improvements.

Nevertheless, it is important to establish what might be specific to Theatre of the oppressed role here. There are sets of attitudes by which theatre of the oppressed is organized and autonomous in its own right. As Boal suggests, theatre is inherently a particularly 'efficient weapon', distinct from other forms of art, for example literature, since it makes an immediate contact with its audience. In the Theatre of the Oppressed, Boal outlines four different practical approaches which help to understand the importance of the conditions needed to practice this form of theatre. This is further practically explained in Games for Actors and Non-Actors<sup>4</sup>. This book maintains the basic principle that forms the structure of practicing Theatre of the oppressed and suggests five categories of activities:

1. Feeling what we touch;
2. Listening to what we hear;
3. Dynamizing several senses;
4. Seeing what we look at;
5. The memory of the senses.

Within each of these, there are several different categories. For example:

**Feeling what we touch** is composed of some general exercises like walks, messages, Integration games and gravity games; **Listening to what we hear** includes rhythm, melody, sound, breathing rhythm and internal rhythm, **Dynamizing several senses** brings previous work together, for example using blindfolds and encouraging sensitivity to sound and space and each other. **Seeing what we look at** introduces Image theatre techniques. For example, we can use mirror exercises and move on to sculpting, image creation and character games. **The memory of the senses** leads us to make images, thereby expressing either specific subjects or our own experiences. These categories are important if we want to explore the practice of Theatre of the Oppressed. It is always important to be aware of this practice if you have limited time - from our experience in online workshops, the basic elements can be included even if time is limited: preparing the body, use of games to connect the group and energize, focus on introducing the issues of power, creation of images, and their dynamization and transformation.

Theatre of the Oppressed is often referred to as - a body of theatrical techniques and point out to a much greater "body" - a complex, interdisciplinary, multivocal body of philosophical knowledge that encompasses the works of Paulo Freire and Bertolt Brecht, carnival and circus, the Brazilian theatrical avant-garde of the mid-twentieth century; and the influences of Hegel and Aristotle. The power of theatre is there to imagine an immediate experience that is also transcendent. A unique moment that transcends everywhere. A critique that provides concrete solutions. An open platform of possibilities that takes nothing for granted.

---

<sup>3</sup> Boal, Augusto (1979): Theatre of the Oppressed, Pluto press, London.

<sup>4</sup> Boal, Augusto (1992): Games for Actors and Non-actors, Routledge, London.

## Theatre (of the Oppressed) and Peacebuilding education

Young people get empowered by utilizing theatre towards personal and societal transformation, thereby becoming active agents of positive change in their communities and proactively tackling challenges that affect them and their communities. Through theatre, children and youth from different backgrounds learn how to work together in teams, create and perform artistic events and gain life skills such as consultative decision-making, creative and critical thinking, self-expression, tolerance, conflict resolution and organizational skills.

There is a lack of understanding why arts are regarded secondary to core subjects. Research<sup>5</sup> would suggest by participating in theatre, the youth learn things such as: creativity, collaboration, team building, communication skills, critical thinking etc. Other studies<sup>6</sup> have shown that strong schools theatre programs can help improve students' academic performance and attendance



Check out the video available on: <https://youtu.be/0B918Lqjlyk> and <http://www.seeyn.org/elearning/mod/hvp/view.php?id=385>

<sup>5</sup> <https://www.orlandorep.com/kids-need-theatre/>

<sup>6</sup> <https://www.deseret.com/2014/3/17/20537566/a-teaching-role-how-theatre-enhances-academic-ability-performance-in-youths#young-actors-participate-in-a-performance-of-university-of-utah-youth-theatres-crow-and-weasel> and <https://www.aate.com/benefits-of-theatre-ed>

Theatre uses dance, drama, image, music and movement as tools to illustrate and reinforce learning. Around the world, art has proven to be a powerful form of non-verbal communication and a direct channel to reach both people's hearts and minds. As the youth's/adults' understanding grows, they will "perform" on a regular basis in front of different audiences, acting as multipliers and spreading their education to their peers and communities. In addition, theatre will encourage the youth to take part in community services, such as volunteering. Thus, the youth will experience the meaning of civic engagement first hand and develop a sense of responsibility for their communities.

## What exactly is Theatre of the Oppressed?

Theatre of the Oppressed is a form of theatre that was developed by Augusto Boal, theatre practitioner and political activist in the 1970s. Augusto Boal's background refers to a specific era in Brazilian history, known as the Vargas-Era (1930-1945), a politically unstable era and an era of military dictatorship, bringing about a social gap, poverty and discrimination. All of this strongly influenced this phenomenal, complex system of techniques developed to give theatre its fundamental role and heritage of political intervention and peaceful redefinition of the rules of society.



Image Augusto Boal em aula sobre o Teatro do Oprimido em SP, em 1979. source: <https://www1.folha.uol.com.br/ilustrada/1184477-serie-de-leituras-e-debates-em-sp-recupera-a-obra-de-augusto-boal.shtml>

This method uses theatre as a means of social and political change and it consists of a series of games, exercises and techniques which involve the body, the senses and engage personal experiences of participants to create opportunities for critical reflection of our social reality, build dialogue and jointly search for bottom-up solutions to social issues. It is an interactive and participatory form of theatre, and it creates safe space for people to rehearse their actions and find various ways of personal and social transformation, which they can use later in reality.

Theatre of the Oppressed has a strong social and political background, since A. Boal was inspired by many theorists and activists, especially by Paulo Freire's work and his book "Pedagogy of the Oppressed"<sup>7</sup>. Originally, Boal used his method to work with peasants and workers in Brazil, aiming to empower them to fight against inequality and oppression in society. In Boal's Theatre of the Oppressed there is no spectator who passively watches the actions of the actor. A person becomes a 'spect-actor' by involving and doing, bringing actual change in the scene. There is no "fourth wall" and the audience in the performance creates their own vision of the performance, by giving concrete solutions to the represented issues. (further readings: "Theatre of the Oppressed" by Augusto Boal)<sup>8</sup>

Boal mentions a few phases in becoming a spect-actor:

- **First phase: know your body.** In this phase the person becomes aware of their body, sounds and movements.
- **Second phase: make the body expressive.** A person learns how to express themselves through their body.
- In the **third phase**, there are different levels of participation:
  - **Simultaneous dramaturgy** – where a person from the audience gives directions to the actors on how to behave and how to solve the problem.
  - **Image theatre**- where they express their feelings and attitudes through still images.
  - **Forum theatre** - where the audience intervenes by taking the role of the protagonist in the prepared scenes and changes the direction of the play.
- **Fourth phase** – theatre as discourse. There is a dialogue and the audience actively participates in it.

Theatre of the Oppressed has many techniques that were developed in different periods of time, depending on the defined needs of community. They have changed over the time and Boal developed new techniques. They are all presented in the "**tree of the Theatre of the Oppressed**" but let's briefly list them here too.

**Games** have clear rules but at the same time they urge for creativity and freedom. They serve to break the barriers and create a safe place. (further reading: "Games for Actors and Non- Actors" by Augusto Boal)<sup>9</sup>

**Image theatre** is a technique where the participants of the process communicate by using their bodies and create still images to express their ideas, attitudes and/or feelings.

---

7 <https://envs.ucsc.edu/internships/internship-readings/freire-pedagogy-of-the-oppressed.pdf>

8 Boal, Augusto (1979) : Theatre of the Oppressed, Pluto Press, London,.

9 Boal, Augusto (1992): Games for Actors and Non- Actors, Routledge, London.

**Forum theatre** is one of the most popular techniques that opens a dialogue on certain social and important issues, by involving the audience, by inviting them to propose solutions to the given problem.

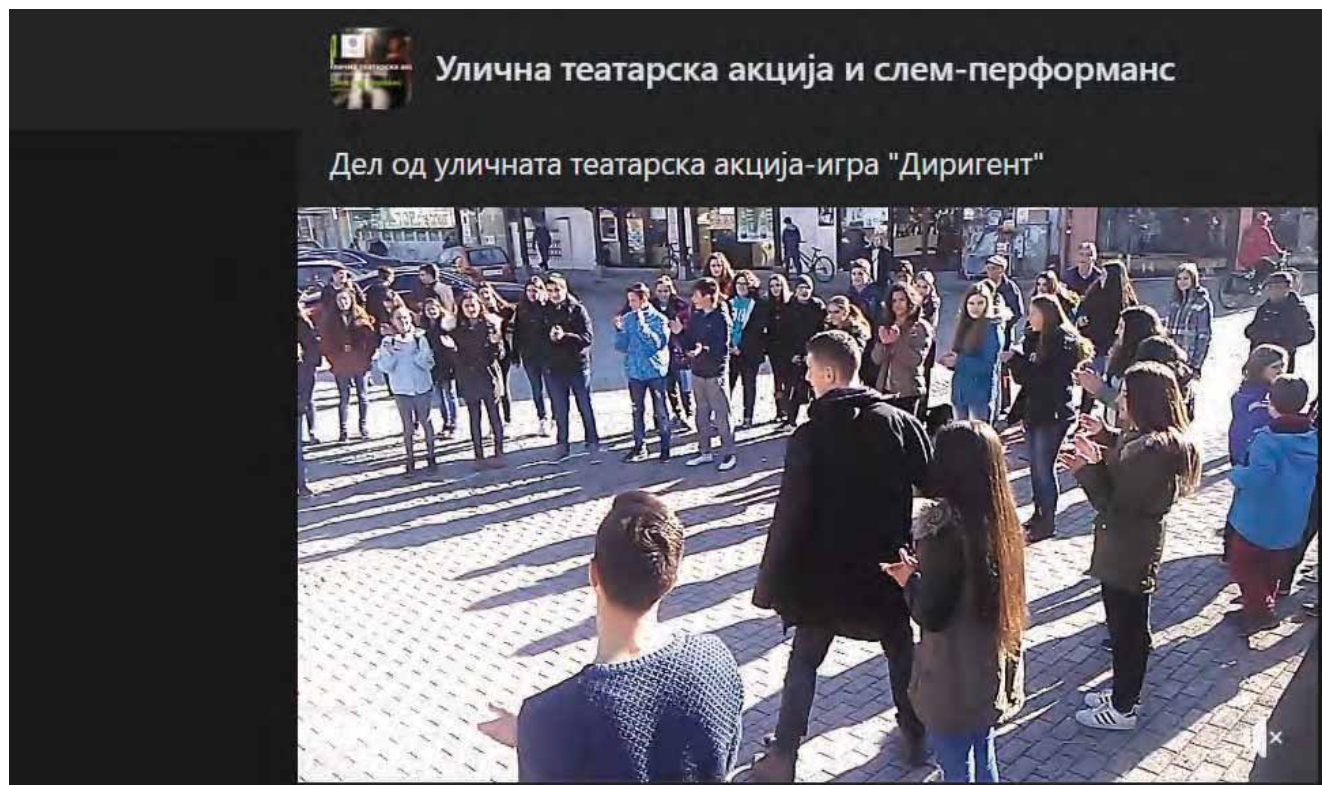
**Newspaper theatre** is a set of exercises and techniques where the main source for exploration of social issues are newspapers.

**Rainbow of Desire** is a technique that deals with internalized oppression (emotions, mental obstacles, internalized norms). It uses mostly images as a means to explore those issues. In many ways, it resembles psychodrama and sociodrama, but Boal emphasizes the culture's role definitions as being of more importance than individual quirks or family-of-origin dynamics. (Further readings: "The Rainbow of Desire" by Augusto Boal) <sup>10</sup>

**Invisible theatre** uses public space to present the scene of oppression. The scene is played as a real - life event, and the aim of it is to explore the reactions of the community on different issues, but also to bring to the table important issues that the community is dealing with.

**Legislative theatre** is a technique similar to Forum theatre, but focuses on the specific laws and legislation, bringing together citizens and institutions' representatives. This is the highest level of participation of an individual, in creating laws directly. (further readings: "Legislative theatre: Using Performance to Make Politics" by Augusto Boal) <sup>11</sup>

**Direct action** is a technique similar to Invisible theatre. It involves theatrical approach to protests, demonstrations, marches... (an example of a street theatre action, organized with young people in Ohrid, as part of awareness-raising campaign on youth activism and civic engagement can be found on the following link:[https://www.facebook.com/events/376277606052359/?active\\_tab=discussion](https://www.facebook.com/events/376277606052359/?active_tab=discussion) )



10 Boal, Augusto (1995): The Rainbow of Desire, Routledge, London.

11 Boal, Augusto (1998): The Legislative theatre; Using Performance to Make Politics, Routledge, London.

Theatre of the Oppressed is used all over the world for social and political activism, community building, conflict resolution and many other issues, and it is recognized as a means of social change by UNESCO.

## **Redefining the space of ToO, online theatre and physicality in the time of Covid 19; issues of oppression during crisis**

Theatre, being the art of “here-and-now”, as well as the artistic medium with strongest social dynamics, has been among the artistic disciplines that are most affected by the pandemic caused by the corona-virus. In these times when social distancing becomes an imperative and a new norm, and public gatherings are restricted or altogether banned, the interpersonal relationships and interactions are in a process of permanent, irreversible transformation. It is inevitable that this transformation will be reflected in the new, corona/post-corona dramaturgy and in the process and technology of theatre-making and performing for the audiences.

After the initial response of resistance, fairly quickly after the outburst of pandemics, many theatre-makers have started to search for ways how to adapt themselves and their work to the “new normal” which has been marked by social distancing, isolation and restrictions, searching for formats on how to adapt their work to the new conditions. Putting video-recorded theatre works online, as well as live-streaming of newly-produced live performances, are some of these new formats. It is debated among the theatre practitioners that online theatre is not and cannot be a substitute for real theatre. The argumentation states that the essence of the pleasure and delight of the theatrical art resides in a relational fact; that of the extraordinary liveliness of a performance being “seen” in situ; in the widest possible sense of the word: taken in, perceived, or cognized. In addition to this argumentation, is the one saying that the pleasure we derive from theatre is not limited to the bounds of the aesthetic; the sense of community, communion and the play inherent in such a coming together is older and more significant than the aesthetic dimension of theatre.

Similar are the challenges of the educational process in the times of pandemics. The main challenges of the online creation and teaching are related to the fact that there is no physical presence (no smelling, no touching etc) in the online space. The lack of interaction with the audience means that certain forms of performance art are not possible; at the same time, it is difficult to keep the attention of learners/audience in the online space.

When it comes to the needs and challenges of the process of teaching/learning, time and space are crucial elements, both for the teacher and the learner. To address this, one needs to develop forms of arts and/or teaching that are adjusted to the online platforms, or especially made for online.

Theatre of the Oppressed, being one of the major intersections between theatre and education, embraces challenges faced by both disciplines. In its normal, physical “off-line” mode, it makes one of the most efficient tools for experiential learning, both for individuals and the communities. When it comes to the issues of oppression, these are evermore present and burning in the time of crisis. Delving more into the specifics of these, if one looks back at life in the past months since the pandemics had started, it will be recognized

that there are a few topics that are common to all people, globally (or at least in the majority of the Western world). One of them is definitely related to the sharing of the living space of our homes, with our “flat-mates” (be these our family-members, partners or room-mates), in the time of physical distancing, and the related frictions and challenges. The other topic assumption is related to the issue of working from home vs. return to the office. As the restrictions lift; does the system ask us to choose between our careers and our family's health? And of course, the issues of protests upholding the human rights, freedom and justice, remains to be even more prominent in the time of global crises.

Video tutorial: ToO digital space: possibilities and challenges



Check the possibilities and challenges in online application of ToO on the following links  
[https://www.youtube.com/watch?v=JHHwQFCFHsY&feature=emb\\_title/](https://www.youtube.com/watch?v=JHHwQFCFHsY&feature=emb_title/)  
<http://www.seeyn.org/elearning/mod/hvp/view.php?id=456>

Having said all of this, mentioning all the pros and cons for online theatre, we also have to admit that the need for a dialogue, and for creative action, not only remains to be there in the time of the pandemic, but is even more acute. The online platforms can and do provide certain context for a dialogue in general (in its essential definition as flow of meaning). When it comes to the online theatre (including ToO) in particular, the territory is still to be charted, as the issue of physicality in the online space still remains unresolved. In this time, when entire already-existing communities move online, and new ones are created in the online space, some institutes that are engaged in the higher education in arts-including the performing arts (such as Fontys University Master of Education in Arts from NL,<sup>12</sup> which is using the SAMR model and Augmented Reality technologies), started developing research programs and technology on how to enhance the quality of experience-both performing and learning- and the sense of presence in the virtual world. Will these new technologies replace the actual physical presence and compensate for the quality of theatrical experience as we know it? Probably not. But, we believe that through exploring the issue of physicality and presence in the online space, these will definitely contribute to the quality of the learning experience. Our ToO online project also aims to give some contribution in this direction.

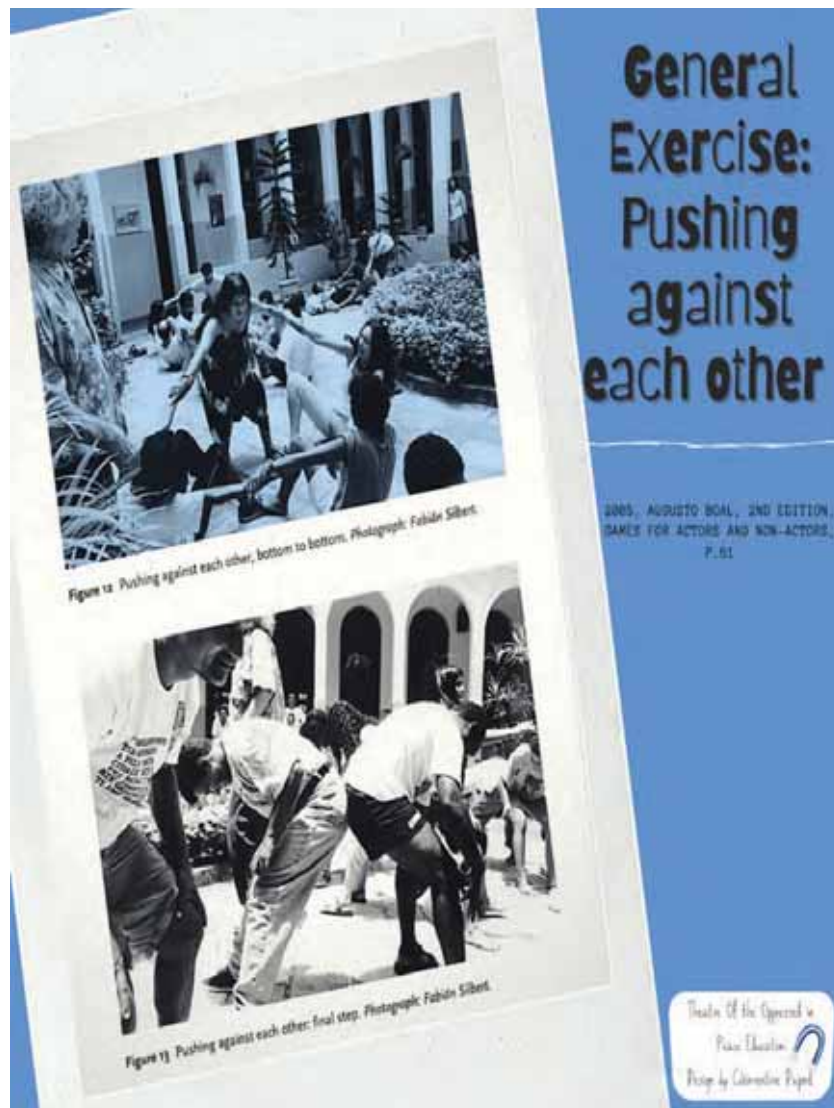
---

<sup>12</sup> [https://fontys.nl/Professionals-en-werkgevers/Opleiding-en-en-cursussen/Master-Kunsteducatie-deeltijd1.htm?fbclid=IwAR1zKPnbD7Ot8W8xhqEvXHQGZ7\\_\\_jIeIZ9yMNRafq60-k2OWuMPfA3ECJ8](https://fontys.nl/Professionals-en-werkgevers/Opleiding-en-en-cursussen/Master-Kunsteducatie-deeltijd1.htm?fbclid=IwAR1zKPnbD7Ot8W8xhqEvXHQGZ7__jIeIZ9yMNRafq60-k2OWuMPfA3ECJ8)



## Games and exercises for the online Theatre of the Oppressed

The Theatre of the Oppressed, and Forum Theatre, as its most popular and famous method, uses games and exercises as part of its armory.



The games are aimed at increasing the expressiveness of the body as a sender and receiver of messages. The games are sort of a dialogue, and they require an interlocutor. The game is extroversion. Some of the games used in ToO were developed starting from different children's games, from all around the world, and are in fact an adaptation of these. Others were invented through the work of the founder/father of the ToO, Augusto Boal himself.

The exercises, on the other hand include physical, muscular movements (respiratory, motoric, vocal) and are used to help the ToO performers to gain better insight and recognition of their own body, its muscles, nerves, its connections with other objects and bodies, with the space itself etc. The exercises in ToO are aimed at increased awareness of the

body and its mechanisms, its atrophies and hypertrophies, its capacity to regenerate, restructure and reharmonize. Each exercise is a physical reflection of the actor/participant who is performing it. In that sense, the exercise is a sort of a monologue, introversion.

Games and exercises in ToO do not come in 'isolated' form but are rather mixed. Adrian Jackson, one of the Augusto Boal closest collaborators, calls them "gamesercises", as there is a fair amount of game in the exercise and fair amount of exercise in the game. The difference, at the end, depends on the didactic intent.

No theatre is possible without the spirit of play and pleasure- even (or especially) when it deals with 'heavy' topics!

When doing the ToO online, in all the ToO activities- including games and exercises, as well as presentations and other activities, the joker and participants need to be aware of the camera and its importance as an invisible partner that must be taken into consideration, kept in mind and played with. How does this statement translate into practice during the ToO online session? Well, as a participant (including joker) you need to define and

designate the space in which you sit, move and do the physical activities during the session. This is the space that is caught by your computer's camera and is contained in the frame of your monitor. It is useful to mark the boundaries of this space, especially if you are not a professional performer and/or if you are not experienced in playing in front of a camera. Why? Simply because what you do during the ToO, all your actions, need to be seen by the Joker, the other participants and/or the audience; otherwise, if you are outside the reach of your camera and you are not in the frame, even if your performance is the best (an Oscar-winning) it will be pointless if others can't see it and interact with it and with you as an actor/participant. The same applies to the sound, therefore it is really advisable to check the intensity of your voice against the speaker you are using, and especially when you are further away from it, in order to make sure that other participants in the ToO session can hear you. All this may sound as if we are commenting and stating things that are just too obvious; however, it is useful to bring these into awareness, and to prepare beforehand the ToO session; otherwise, too much energy and time might be spent into figuring out and solving these issues during the session, resulting with less effective implementation of the working plan. To sum up: be aware where your camera and microphone are and play for and with them as an invisible partner, as these are the "eyes" and "ears" of your colleagues- ToO participants in the session, and/or "eyes" and "ears" of your audience.

## Categorization of the games and exercises in ToO

In systematization and elaboration of the games and exercises used in ToO, Boal starts from the principle that the human body is a unity-an indivisible whole, whose physical and psychic apparatuses are inseparable, which is in line with Stansilavski's work on physical actions and its conclusions that the ideas, emotions and sensations are all indissolubly interwoven. "A bodily movement 'is' a thought, and a thought expresses itself in a corporeal form"<sup>13</sup>. Alongside with the first unity-the unity of physical and psychic apparatuses, Boal defines the second unity-the unity of the five senses which are also interlinked and out of which none exists separately. The senses suffer in the bodily battle with the world, and we start to feel very little of what we touch, to listen very little of what we hear, to see very little of what we look at etc. In daily life too often, the body adapts itself to the job it has to do, and starts to feel, listen and see according to its specialty, thus developing atrophies and hypertrophies. The overall goal of Boal's games and exercises is to break the automatization of the body and its "specialization", so it can be reharmonized to send and to receive all possible messages. Boal systematizes the games and exercises used in the ToO, into five categories. In the first category, the aim is to bridge the gap between touching and feeling; in the second, between listening and hearing; in the third, the aim is to develop several senses at once; in the fourth, to try to see what we look at and in the fifth category the aim is to reawaken the memory of the senses. Following are examples of games and exercises in each of these categories which also serve specific purposes in terms of group dynamics and process. Some of these are modifications and adaptations of the original games/exercises for the online ToO.



Watch the tutorial on how to use exercises in ToO available on SEEYN learning house:  
<http://www.seeyn.org/elearning/mod/hvp/view.php?id=387&forceview=1>

## Feeling what we touch: The cross and the circle

**Main Topics:** Coordination, shifting between the left brain and right brain, focus

**Group Size:** Any

**Duration:** 5 min

**Supplies:** none

**Instructions:** The participants, who are either standing up, or sitting down, are asked to draw a circle with their right hand. It can be large or small, doesn't matter. This is an easy task. After a while, the facilitator/Joker asks the participants to stop. He/she gives them a new instruction: to draw a cross with their left hand. This is an equally easy task. After a while, the facilitator/Joker asks them to stop and then gives them a new instruction: to do both tasks at the same time. Then it becomes almost impossible. Theoretically, this should be the easiest exercise; however, because of our psychological and physical mechanizations, it is quite difficult to achieve it practically.

## Listening to what we hear: Counting in pairs ("1-2-3")

**Main topics:** Verbal and non-verbal communication,

**Sub-topics:** Rhythm, focus, listening, collaboration, responsibility

**Instructions:** In a setting with physical presence, this game is done in pairs, where the partners face each other. In the online adaptation, the pairs go into break-out rooms and the partners look at each other on the monitor, following the same rules as in the version with physical presence. The task for each pair is to count to three, over and over, establishing a rhythm in the counting and maintaining it. While executing the task, the partners alternate all the time in saying the numbers. The rule is that the numbers should always be said in the following sequence: "1-2-3". The first instruction for the pairs, given by the Joker, is to count verbally. The pairs are given some time to rehearse it and establish the rhythm. Once they have succeeded in this, the Joker gives them a new instruction: to change the number "1" with a clap of hands, while "2" and "3" remain to be counted verbally. The pairs are given some time to rehearse it and establish the rhythm. Once they have succeeded, the Joker introduces a new instruction: to replace the number

"2" with a snap of fingers, so number "1" is a clap of hands, number "2" is a snap of fingers while "3" remains to be counted verbally. The pairs are given some time to rehearse it and establish the rhythm and once they have succeeded, the Joker introduces the final instruction: replace number "3" with a stomp of the foot on the floor; thus, number "1" is a clap of hands, number "2" is a snap of fingers and number "3" is a stomp with the foot. After the pairs have rehearsed the last instruction, all the pairs gather into the plenum and whoever feels like it can make a presentation of the game, following all the previously given alterations of the instructions, starting from verbal counting, gradually replacing the verbal numbers with non-verbal gestures and ending with a totally non-verbal counting.

**Wrap-up:** Reflections on the experience of the participants: How did it go? What was the most challenging instruction to follow? And the easiest one?

## Dynamizing several senses: Conquer the space (elbow-knee)

**Main Topics:** Connection to body and space, dynamizing several senses; collaboration, non-verbal communication, co-creating

**Group Size:** any

**Duration:** 10-15 min

**Supplies:** none

**Instructions:** In its physical presence version, this is a game where the whole group participates. The participants move through the space very quickly (but not running), making sure that no space on the floor is left empty; in other words, as a group they are all spread over the whole space of the room. At certain moments the Joker says "stop" and the participants freeze in whatever part of the room they are and in whatever segment of the movement they might find themselves in that particular moment. Ideally, no empty space should be seen on the floor during the stops. The next level is that the Joker replaces the spoken word "stop" with a clap and immediately names certain body parts by which the participants connect; for example, "ear-to-palm" or "elbow-to-knee" which means that the participants make physical contact with one another through these body-parts. The 'body-parts' instructions can then be replaced with a number of claps, which signifies the number of people per sub-group in which they have to immediately organize after hearing the clap, waiting for instruction on the formation they jointly have to make with their bodies (ex. "Eiffel Tower", "Propeller", "Chair", "Elephant", "Airplane" etc).

In the online adaptation, this collective game transforms into an individual exercise: yet, even in the online format, the original idea and intention of the game should be kept in mind by the participants (i.e. to conquer the space with their body, to feel the rhythm of the others in the group and synchronize their own rhythm with the group rhythm, to cooperate with the other participants). In the online adaptation each participant conquers the space they have (at home/office, in front of the camera) through movement of their body. On the "Stop" signal, they should take as much space with their body as possible; on the clap signal and instruction on the body-parts, the participants should make contact with those different parts of their own body. As the exercise develops, the Joker should raise the stake and make it more physically challenging for the participants, by increasing the tempo of the movements, or pairing body parts which require a physical posture more difficult to sustain and/or balance etc.

## Seeing what we look at "What has changed?"

**Main Topics:** Skills in observing and memorizing what was seen

**Group Size:** any (work in pairs)

**Duration:** 10 min

**Supplies:** None

**Setup Instructions:** In a setting with physical presence, this game is done in 2 sub-groups, formed in 2 lines facing and observing each other. They turn their backs to each other and alter some detail in their appearance, after which they turn around and look at each other and they have to figure out what element has the person opposite them changed. In the online adaptation this game is done in pairs, in break-out rooms. Instead of turning their back, after having observed their partners, in the online version the participants can close their eyes, while the partner alters the details of his/her appearance.

## Mirror game

**Main Topics:** Skills in observing, coordination and collaboration

**Group Size:** any (work in pairs)

**Duration:** 10 min

**Supplies:** none

**Setup Instructions:** Divided in pairs, in break-out rooms, the participants make the mirror game. One is "A"-the subject, the other is "B"-the image. "A"-the subject makes a series of movements, including both bodily movements and changes of facial expressions, which their partner, "B"-the image, must copy in the minutest details. "A" should keep in mind not to make sharp movements that are impossible to follow. The idea is to achieve perfect synchronization of the movements between A and B and therefore collaboration between the partners is a must. Ideally, an outside observer shouldn't be able to tell who is leading and who is following.

In the online space version of the game, it might take a while for the partners to determine the left and the right of each (as one of them might be using the front camera while the other might be using the back camera). This is easier said (by the principle of trial and error) than done.

## The memory of the senses: Remembering yesterday

**Main Topics:** Using senses to recall a memory

**Group Size:** any

**Duration:** 20 -30 min

**Supplies:** none

**Setup Instructions:** The actors must be sitting quietly on chairs, completely relaxed. They must slowly move each part of their body in succession, concentrating solely on that part, in isolation. Eyes closed. Then the joker starts encouraging them to recall everything that happened the previous evening, before they went to bed. Each detail must be accompanied by bodily sensations, taste, smell, tactile sensations, shapes, colors, outlines, depth, sounds, tone, tunes, noises, etc. The actors must make special efforts to remember their bodily sensations and try to re-experience them. To make the operation easier they should repeat their moves of the body, for example if they ate something the previous night, then by moving their lips, tongue, mouth, trying to express the senses of smell and so on. If they are thinking of the shower they took, then bodily expression of

water and skin and smell becomes clearer, or maybe the walk they took, then by the moves of muscles of the legs or feet, and so on.

After this the joker continues probing, now pushing the actors to recall what happened to them that morning asking them how they woke up, if someone woke them; the sounds of the alarm, a person's voice, if they were woken up by someone else, all the other details in the room where they had slept in, the breakfast room, colours, noises, sounds.

Then questions them about the means of transport they used- the underground, a bus, a taxi, a car; their travel companions, the sound of the door closing etc...Finally their arrival to this chat "room" they are in- who they saw first; whose voice they heard first; to give a sensory description of the room and people in it. Open your eyes, compare.

Application of ToO games and exercises in different functions in relation to the group work and managing the group dynamics.

As safe space is one of the basic requirements for a group-work in an educational theatre context, a whole set of games and exercises are aimed at providing safe space, through introduction of the participants, establishing the ground-rules, ice-breaking, fun and sharing. Throughout the process the safe space is maintained and further deepened and expanded through providing trust, communication and collaboration within the group as the main building-blocks for team-work towards a common goal - the ToO performance. Following are details and descriptions of specific games and exercises as well as tips and tricks how to apply them for specific goals in the group process, including the online adaptations.

## Writing the name with the body

**Main Topics:** Warm up, energizing the participants, dynamizing several senses,

**Sub-topic:** Memorizing the names in the group

**Group Size:** any

**Duration:** 5-10 min

**Supplies:** none

**Setup Instructions:** The Joker gives the participants the instruction: Write your name with the body parts (5 min). First person writes it and says the name of the next person, the next one continues to write the name with their body and so on until the last one.

## Stand up, Sit, Left, Right

**Main Topics:** Waking up body and mind, focus, energizing the participants for upcoming deeper work

**Group Size:** any

**Duration:** 10 min

**Supplies:** none

**Setup Instructions:** The facilitator invites all the actors/participants to follow the instructions during the exercise. Before starting the activity, the facilitator explains the meaning of the instructions, which are:

Stand up - everybody stands up;

Sit - everybody sits on their chair;

Left - move your hands to the left;

Right - move your hands to the right ;

Up - raise hands like you are trying to reach the ceiling ;

Down - touch the floor;

Shake - put your hands in line with shoulders and shake them;

Hug – hug yourself.

Facilitator says the instructions and actors/ participants follow. This can be repeated a few times, combining different instructions. At one moment, the facilitator explains that from that moment on, the “rules” are changed.

When the facilitator says Stand up –everyone sits. Sit - means- stand up.

When the facilitator says Left- everyone moves their hands right. When the facilitator says Right- everyone moves their hands to the left.

When the facilitator says Up – it means down (everyone touches the floor). When the facilitator says Down, - everyone raises their hands.

When a facilitator says Shake, it means Hug, when the facilitator says Hug, it means Shake.

Note to facilitator: Do not change every rule at once. Introduce the new rules one by one, so that the participants are able to follow the changes. You can come up with new instructions that involve facial expression, for example: sad face and happy face.

## I take the ball

**Main Topics:** Energizer, fun game

**Group Size:** any

**Duration:** 10 min

**Supplies:** none

**Setup Instructions:** It is fun and a quick energizer where the whole group online is in movement. One person starts by saying the sentences and doing the movements like: I take the ball while showing both hands pretending to hold the ball and then the group repeats the sentence, 'I take the ball'.

Person leading says: I take the ball and shows hands pretending to hold the ball, the group repeats the sentence and the movement immediately after: I take the ball.

Person leading: I put it here (aiming at the shoulder). The group repeats: I put it here.

Person leading: I play with the ball, (repeating movement using the shoulder to play with the ball). The rest of the group follows: I play with the ball.

Person leading: (repeats in a higher voice): I play with the ball. Group: I play with the ball.

Person leading: I take the ball.(meaning taking the ball from the shoulders). Group repeats: I take the ball.

Person leading: I put it here (aiming at the hip). Group repeats: I put it here.

Person leading: I play with the ball (making hip movement). The group repeats: I play with the ball.

Person leading: I take the ball... (aiming at the hip to take the ball from the hip). The group repeats: I take the ball...

Person leading: I put it here (aiming at head). Group repeats: I put it here.

Person leading: I play with the ball (moving head sideways pretending to hit the ball). Group follows: I play with the ball.

Person leading: I take the ball (aiming at head). The group repeats: I take the ball...

Person leading: I throw it away. The group follows: I throw it away...

## The Johari Window (activity/game)

**Main Topics:** Self Knowledge, Communication

**Sub Topics:** Giving & Receiving Feedback, Exploring Identity, Building Empathy

**Group Size:** any

**Duration:** 20 – 40 min

**Delivery Format:** Experiential Interaction, Introspection

**Supplies:** none

**Setup Instructions:** Copy the 'Johari Window' model printed page, or share screen and label everything except for "Open, Blind, Hidden, Unknown".

**Directions from Facilitator:** Referring to the paper diagram, explain each of the quadrants (see descriptions below), giving examples of what might be in each box. Fill in the name of each quadrant as you go through the explanation. After the quadrants have been identified, invite a volunteer to "stand" (you ask the volunteer to imagine that he/she is standing in the box) in each box and work through thinking about each quadrant with the support of the group and the facilitator. Refer to the following explanations and sequence:

**1) Open:**

- a) Instruct the volunteer: **"Name something that you know about yourself and that others know about you.** For example: I have curly hair." After the volunteer responds,
- b) Confirm with the other participants that they have already known this about the volunteer. If not, then ask the volunteer to try again.

**2) Hidden:**

- a. Instruct the volunteer: **"Name something that you know about yourself and that you do not think anyone in the group knows yet.** For example: My favorite sport is football." After the volunteer responds,
- b. Confirm with the group that they have not already known this about the volunteer. If they have, then ask the volunteer to try again.

**3) Blind:**

- a. Instruct the participants: **"Try to name something about the volunteer that he/she may not be currently aware of him/herself.** For example: He/She is an excellent cook." After each guess,
- b. Confirm with the volunteer that this information has not been previously known or realized. If known, ask the group to try again.

**4) Unknown:** This is the most difficult quadrant, to discover something new about the volunteer. You may not be able to identify anything, but spend a few minutes exploring the possibilities.

- a. Instruct the participants: **"Let's see if we can help [the volunteer] to realize something that he/she may not be currently aware of—and something that we also are not aware of.** The only way to get there is to ask questions."
- b. Prompt the group to ask questions about purpose (e.g., why do you do the work you do) or likes/dislikes, etc. The goal is to arrive at a point where the

volunteer is able to state a conclusion about themselves that they have not previously been consciously aware of.

**Discovery:** This may work very well to initiate a module on cultural awareness, communication/feedback, or self-knowledge.

**Practice:** This works especially well as an opportunity to practice feedback skills (especially in the "Blind" quadrant). The "Unknown" quadrant also provides for acquiring self-knowledge through deep questioning and listening.

**Variations:** Time permitting, divide the group into small groups of 3-5 people and invite them to take turns going through a similar process with each other. They can use grids on the ground or simply refer to the flip chart diagram and have a conversation about



each quadrant.

**Debrief Considerations:** In addition to the standard 3-question debrief, you might also ask:

- What surprised you?
- What did you learn about your peers?
- What was most challenging about this?
- How did you feel in each quadrant? What was easy? What was difficult? Why?<sup>14</sup>

## Representing by object

**Main Topics:** Self Knowledge, self-discovery, self-presentation

**Group Size:** any

**Duration:** 20-30 (depending on the group size)

**Supplies:** different objects, anything

**Setup Instructions:** Each person needs to find one or two objects around them.

**Instructions:** Each participant presents themselves through the object. They have 5 minutes to prepare (choose it by intuition, explore the object, think about it and its features, the material it is made of and how it connects to you; at the end-become the object/through the object present yourself). Aim: deeper introduction of oneself to the group, through projection.

For example: - Hi, I am John and the word that describes me the best is "Spark"! My object is a match lighter/lamp/stone. I believe my object explains my passion about things in life, my eagerness to learn and explore. Therefore, I picked the word spark and the lighter to best describe myself.

**Note for facilitator:** The facilitator, if needed, can encourage the participant with questions explaining the correlation of the object to the person in order to encourage deeper discussion.

## Name story game

**Main Topics:** Self-discovery, self-presentation, team building through art, drama, singing

**Group Size:** Any

**Duration:** 20-30 (depending on the group size)

**Supplies:** None

**Setup Instructions:** Each person takes a few minutes to reflect and think about the story behind their name.

**Directions from Facilitator:** Divide the group of at least 3-4 participants. They can be in different rooms in zoom and each will share their story about their name: who gave them their name (if they know/remember); if it has any meaning, how common it is, if people have difficulties pronouncing or remembering it, if they like it, if they face any challenges/dislike in certain contexts because of their name and so on.

- After all share their stories, the group should decide/vote about the best story they have heard while they are in the separate/group rooms.
- After they select the best story, they create a performance, drama, song, poetry or just voice-over in order to explain the story once they are back to the plenary session.
- Presentations can involve scenes, sounds, story-telling etc.

Back in the plenary room, each group shares one name story through creative presentations: audio, song, scene, etc.

## Relation with a chair

**Main Topics:** Physicality, senses

**Group Size:** any

**Duration:** 10 – 20 min

**Supplies:** a chair

**Instructions:** Actors/ participants are invited to explore different functions of the chair. They have to come up with at least 10 ways of using a chair, to use their imagination and transform the chair into: a table, a partner, a hat, or whatever comes to their mind. They have to demonstrate it.

## Improvisation

**Main Topics:** Improvisation, creativity

**Group Size:** any

**Duration:** /

**Supplies:** none

**Instructions:** The group comes up with the improvisation scene, they define the situation, the protagonists, the relations between the actors, place and time. Two or more people perform the scene (dialogue) by improvising. Others can write certain words in chat which actors have to use in their performance. Emotions can also be written in chat, which then becomes a task for the performers to act out.

## Imagine your dance

**Main Topics:** Warm up, dynamizing several senses

**Group Size:** any

**Duration:** 10 min

**Supplies:** none

**Instructions:** Actors/ participants sit in their chairs. Music is played through the option -Sharing sound. Facilitators invite them to relax, close their eyes and to take a few deep breaths. When the group is relaxed, the facilitator asks them to imagine that they are making dancing movements, and dance with the music that they hear. At one moment, the facilitator instructs them to create a simple choreography made up of 3 movements that connect smoothly.

In the second phase of the exercise, after the actors/ participants have defined the choreography, the facilitator invites them to try out those moves for real. Presentation of the movements follows.

Note to facilitator: It is important to make sure that everyone has space to move around and dance.

## "Singing in the rain"

**Main Topics:** Ice-breaking & fun; dynamizing several senses; creating a context for the participants to be playful, to loosen up, and give themselves permission to be silly.

**Group Size:** any

**Duration:** 10 min

**Supplies:** none

**Instructions:** Normally done by walking in a big circle, in the online version the participants do the game each in their own space, yet with the idea and intention of doing it in a big circle. The 1st four lines of the song are sung. While singing normally the 1st four lines, the Joker tells the participants what to do after each chorus. With introduction of each new instruction, the previously given instructions remain to be valid too. The Joker's instructions are the following:

- 1. "Head up" (hands under the head), then sing the same four lines again;
- 2. "Arms out" (head up, arms out), then sing the same four lines again;
- 3. "Bottom, up" (head up, arms out, bottom up), then sing the same four lines again;
- 4. "Knees together" (head up, arms out, bottom up, knees together), sing again.

## Touch blue

**Main Topics:** Warm up body and mind; relation to body and space, dynamizing several senses; focus, presence and alertness.

**Group Size:** any

**Duration:** 10 min

**Supplies:** none

**Instructions:** Start by having the facilitator call out something to be touched such as "touch blue" or "touch something warm." Each participant then has to move around and touch something that is blue or warm. This might be something on their desk, an item of clothing, or something they have to go and find on their bookshelf. The last person to find an object has to select the next attribute. If you want to make it a little more competitive, give everyone fifteen seconds to find something and eliminate those players who don't find anything in time. Keep playing and make things more complicated or reduce the time given until only one player remains. It can also be effective to do quick-fire rounds of this energizer throughout the workshop to keep participants on their toes!

## Seven loving touches

**Main Topics:** Deeper bonding and advanced trust-building between the participants; breaking up the isolation, overcoming the fear of the other person, helping the participants remove the deeply rooted cultural taboo of touching the body (one's own or another's) and of being touched

**Group Size:** any

**Duration:** 15-20 min

**Supplies:** none

**Important thing to keep in mind:** This game, especially in session with physical presence, is done after the participants know each other quite well and after the safe space, ground rules and atmosphere of trust have been established in the group. It definitely is not an icebreaker and initial getting-to-know-each-other game!

**Instructions:** An online adaptation of the "7 Loving Touches" game, which in the physical-presence workshop is done in pairs, in sub-groups and even in the big group. In the online adaptation, the game becomes an individual exercise, as each participant is doing the touches to themselves. Yet, even in the online format, the original idea and intention of the game should be kept in mind by the participants (i.e. to break the isolation, overcome the fear of the other, and help participants remove the taboo of touching another person's body and being touched by another human being; if needed, it

can also be used as a game for intercultural learning, in which case a proper context should be provided -though reflections in the follow-up of the game, related to the cultural differences when it comes to the touching and the sense of touch (ex: some nations being more “tactile” in comparison to Scandinavians or Japanese, for example.)

The participants are given instructions to come up with 7 touches that they apply to the body, which for them represent expression of love. These touches can, and should be touches to the different parts of the body: head, neck, torso, limbs, as well as front and back sides of the body. Each touch has to have its place/number in the sequence. After they come up with and decide which are their 7 loving touches, the facilitator gives them instruction to exercise these 7 loving touches, one by one, in a sequence, repeating the sequence several times. The facilitator gives the participants as much time as he/she thinks they need in order to memorize the sequence. Then, the facilitator plays some nice, soothing music (classical music, say Bach, is best for the purpose) and instructs the participants to find their rhythm of movements that harmonizes with the rhythm of the music. It is essential for them to find their flow and to do the exercise from “inside-out”, not observing themselves and not thinking “how does the movement look” or “is it pretty”. After having established the rhythm, the participants can play with the tempo of the movements and gradation of intensity. As a result, a piece of choreography is created: an individual (in the online version) or duo/group (in the physical version).

## Characters in the movement

**Main Topics:** Improvisation, creativity

**Group Size:** any

**Duration:** /

**Supplies:** none

**Instructions:** One actor is in front of the camera and performs various actions to show where they come from, what they are doing, and where they are going. The others must try to understand the actor by these few actions:

- they have come in from the street,
- they are in a waiting room,
- they are about to have a tooth pulled out;
- they are coming from a bar,
- they are in the lobby of a hotel and about to go up to their room;
- they are coming out of their house in the morning,
- they are in the lift,
- they are about to start work at the office etc.

## Building a storyline

**Main Topics:** Team building, working in the group

**Group Size:** any

**Duration:** 10 min

**Instructions:** Storytelling as a way to bring people together to build relationships and help one another. Story circles help participants develop, clarify, or structure the story they want to create in a supportive group environment.

Get the entire group to virtually “form a circle” on a video call and start the process like this: The first person begins the story with one opening sentence and another incomplete one. For example: “On John’s 35th birthday all his friends and family are gathered around his living room. He is about to enter the house for the surprise, but then...”

The next individual completes the previous line and adds another incomplete sentence. This way, each remote participant contributes until everyone has had a turn. Aim to develop a comprehensive story structure by the end of the game! Not only does building a storyline force teams to use their creative juices, but it also helps them to listen to each other and improve team cooperation.

## Silly Face

**Main Topic:** Team building, work in group, acquiring emotional release

**Group Size:** whole group and in pairs

**Duration:** 10 min

**Skills:** mime

**Instructions:** Throw your face – but be careful which way the wind is blowing :)

The group stands in a circle - a ZOOM option is to have the whole group on screen. The facilitator assigns numbers to participants from 1-15 so they are aware of their turn. The first person shows their face and moves it in front of the camera, moving lips, eyes, tongue, eyebrows - anything that can be moved into a grotesque face. This could be done by hiding the pose with the hands and when it is done, move the hands away and show their face. Accordingly, the whole group copies the expression. When the first person sees this, they move back into a neutral position so the second one can proceed. This is usually quite amusing for everybody and the group really relaxes and bonds.

Note to the facilitator: We spend most of our lives wearing the same expression on our face. This game enables us to try out more expressions and to get out of our comfort zones. While doing this activity, we become aware of our own limitations and flexibility.

## What are you doing?

**Main topic:** Team building

**Group Size:** the whole group or in pairs

**Duration:** 15 min

**Skills:** Acting out creativity, risk-taking, spontaneity, non-verbal expression, improvisation

**Instructions:** We can play this game in many ways - in pairs or with the whole group. One way is to have the group standing in a circle and one player goes to the center of the circle and starts doing something. When it gets clear what he/she is doing, the next person goes in spontaneously or following some order. It's best when it is spontaneous but it can happen that only a few people actively participate in the game, and the others remain just as insecure. The Zoom option is to assign numbers to participants, so everyone knows exactly when to start. The facilitator should encourage all of the players to play, and you can do that in many different ways - you can agree to follow the order of the circle, or in some other order.

When the next player goes in and asks "What are you doing?" The first player tells them whatever comes first to their mind, but it cannot be related in any way to the action that we see. For example, if a player is brushing their hair, their answer could be that he or she is playing the piano. The second participant starts doing the action (playing the piano), until the next participant asks - "What are you doing?"

To warm up the atmosphere and encourage the players to answer quickly and spontaneously, the first thing that comes to mind- this game is usually played really fast.

Of course, we shouldn't forget that this activity can be used with different groups and that

it can be adjusted in different ways, it depends on the goal that the facilitator sets. This game “trains” abilities and freedom of improvisation, fast and spontaneous reactions, nonverbal expression, and it is very fun, so it should generate good energy and encourage laughter among the group.

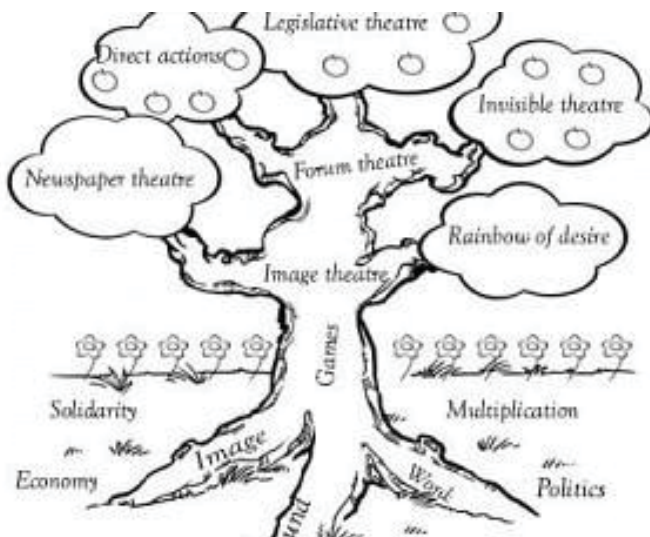
Because of the inability to do this activity in a spontaneous order while being online (delay of time and picture, situations where there are 3 or more people active at the same time and then we don't know who we are looking at next, where as in real life we would solve this easily), the facilitator makes the order of the group ahead of time. That is only in the situation when online - in real life we would do it in a circle, with one person always being in the middle and another who asks and takes over the action.

This game can also be played in pairs (that requires even faster reactions and many new ideas), and we can make it competitive - one pair plays it until they have no more ideas, until it stops and can't think of any other ideas that haven't been said before.

Don't forget that this atmosphere energizes and encourages creativity, but, for some players it can be too intense - it depends on the group and the facilitator.

## Image Theatre, usage and practice

Image theatre is one of the techniques of Theatre of the Oppressed method, that is mostly used as a part of the Forum theatre process, a step toward development of forum theatre scenes. By looking at the “tree of the Theatre of the Oppressed” we can notice that image theatre is a part of the trunk of the tree, together with games and Forum theatre.



Source:

<http://www.forumoteatras.lt/en/methodics/augusto-boal-tree-of-the-theatre-of-the-oppressed-165.htm>

The images presented in this form of theatre are a series of still-images made of body (bodies) or tableaus that are dynamized (brought to life) via a variety of ways. Image is an important part of the methodology, representing the basis (the roots) of the Theatre of the Oppressed, together with sound and word.

Communicating the message, idea or feeling through an image demands diving into the substance of the issue. It extracts the performers' most sincere view on the issue, that is caught in the moment of the image. Images leave enough space for the spectator, for different "readings" and projections of their personal experiences. Furthermore, cultural coloring of the image is often inevitable, which Augusto Boal himself confirmed by exploring the same concepts in different continents and countries by using image theatre. The body position of the performers, their facial expressions, their relation with the space and other performers, can easily represent the social context of the community.

Although the image theatre is rarely used as a separate technique, it is a very useful tool for exploration of attitudes and emotions of the people involved in the theatre process. It can be used for exploring social issues such as oppression, power, discrimination or any peace-building topics, as well as for learning how to really see what we are looking at (subjective and objective "reading" of the images). The practitioners of Theatre of the Oppressed use a variety of exercises which can be done in different settings, individually or in groups. Still images/sculptures can be made individually, in pairs or in groups, depending on the purpose and aim of the activity.

One way of using Image theatre is by inviting participants to make a sculpture/ image as an individual answer to different concepts that are important to process. Usually, the first concepts to be explored are archetypes (mother, for example), but concepts connected with social justice, and peace, can also be used (such as: conflict, power, oppression, (in)equality, etc). Usually, in a circle, students create physical images in response to a

Video tutorial: How to use Mirroring?



How to use mirroring? Watch the tutorial online on <http://www.seeyn.org/elearning/mod/hvp/view.php?id=454&forceview=1> / [https://www.youtube.com/watch?v=8Uw7ZTJENeA&feature=emb\\_title](https://www.youtube.com/watch?v=8Uw7ZTJENeA&feature=emb_title)

Another way to use Image theatre technique, is to divide groups in pairs, or smaller groups, where one person, acting as sculptor, molds the others acting as statues, using only touch, or mirroring technique (see more on the mirror exercise in tutorial). This is being done without using words, only through the body.

The discussion that follows the presentation of the images is very important, and it can be an important step towards dynamization of the image, but also towards creation of the performance/forum theatre scenes. The use of this method in the online space is

challenging, but possible. Although group work in the real setting cannot be implemented, the digital world provides other tools that can be used for the same purpose (for example: using photos). Image theatre in the online space can still encourage participants to express their ideas, attitudes and feelings on important issues.

## Image theatre exercises

### Image of the World

**Main Topics:** Exploring the social issues, physicality, non- verbal expression, initial tackling of the stories of oppression

**Group Size:** any

**Duration:** 20- 40 min (depending on the discussion and the group process)

**Supplies:** none

**Instructions:** The participants have their eyes closed. Then, the facilitator says a word, ("School" for example) and everyone makes their own image representing this word. Their image represents their opinion, their emotions, the first thing that came to their mind, when hearing the word/ concept. The facilitator asks people to be active participants and encourages them to be wacky and creative while creating the images. Also, the facilitator tells participants they can make up the stories, but he would rather they were true and they should present their own personal story/ opinion/ attitude.

The facilitator counts down from 5, and on 1 they open their eyes and present their images. One participant is invited to "go in the middle" to create their image, others comment by providing objective comments ("his knee is bent", "his eyes are closed", "his finger is pointing to the floor" etc), and subjective observations ("she is confused", "he is angry" etc.) In an online setting, the person presenting their image can be visible to others, by using the ZOOM option - Spotlight for Everyone.

The facilitator reminds participants to be aware that we project our own experiences in what we see in the image. The person representing the image does not have to tell the rest about the meaning of their image.

Facilitator can invite the group to make images on different words/ topics. Some of those can be: Theatre, Violence, Peace, Mother, Power, Conflict, Violence, My city/ country/ village/ town. When I feel powerful/ powerless...

**Note to facilitator:** While running the activity, it's important to encourage discussion by asking questions. Suggested questions for discussion:

- What do we see in the image?
- What does the image present?
- How does the person in the image feel?
- What does this sculpture/ image open as a question?
- How is this image connected with peacebuilding/ oppression?

These questions can be used in any image theatre exercise.

### Image of the family

**Main Topics:** Physicality, exploring the social issues, non- verbal expression

**Group Size:** any

**Duration:** 20- 40 min



**Supplies:** none

**Instructions:** Divided in groups, participants are given the task to make an image of their family. Through that image they are invited to show relations between the members of the family, to present some typical day/ situation in their life. After they have finished creating the images, they present them. In an online settings, the exercise can be done by using options Breakout Rooms (to divide participants into groups) and Screenshot option (one person in the group is “the director” and is making the screenshot of the image that the group has made). The images/ photos are being presented in a plenary room.

Note to the facilitator: It is possible that the small groups will present domestic violence, power of one member of the family over the others, etc. This can be an initial point to discuss important social issues and power relations.

Variation: The exercise can also have a funny tone, and can be used for different purposes. As an icebreaker it can be used if the facilitator invites the group to make a family of: rabbits, rats, cats, lawyers, doctors, etc.

## Joint image / Puzzle

**Main Topics:** Physicality, non- verbal expression , group work

**Group Size:** any

**Duration:** 30- 50 min

**Supplies:** None/ Device (Computer) and Zoom application

**Instructions:** Divided in small groups, participants choose the topic/story that they are interested in, the one topic that they are passionate about. They create a joint body image representing that story.

One person from the group is a “director”. That person directs the group, and makes a screenshot of the group's image. Some of the topics that can be opened here are: oppression; peace-building issues; violence; actual examples of oppression from their community, etc.

## Finalize the image

**Main Topics:** Physicality, non- verbal expression , group work

**Group Size:** any

**Duration:** 20- 40 min

**Supplies:** none

**Instructions:** One person creates a sculpture/ image. Another person continues by creating a new image. This image is made in order to finalize the previous one, to make a relation, a story. The first person leaves, the second stays, and a new person is invited to make another image to finalize the image that is being presented. The facilitator opens a discussion on the images, asking questions such as: What is the relation between the characters; Where does this situation take place, etc.

Note to the facilitator: In online settings, this exercise can be implemented by using Spotlight for Everyone option in ZOOM application. You can spotlight the person that is representing the image, remove the spotlight and then spotlight another person. ZOOM Pro allows you to spotlight many users at the same time.

## Images of freedom and oppression

**Main Topics:** Physicality, non- verbal expression, group work

**Group Size:** any

**Duration:** 20- 30 min

**Supplies:** none

**Instructions:** Every participant creates an image of oppression. When everybody presents their image, the facilitator invites performers/ participants to make an image of freedom. Finally, every person should make an image that represents the step that is necessary to take so that we can move from oppression towards freedom. At the final phase of the exercise, they connect the three images, resulting in a sort of choreography.

## Power 1 to 5

**Main Topics:** Self-realization, self-positioning

**Group Size:** any

**Duration:** 20 min

**Supplies:** none

**Instructions:** Each participant receives a number in a private chat. There are numbers from 1 to 5, representing the amount of power, a status in society that the person has (1 representing the highest level of power; 5 representing the lowest level of power and status in society). Participants should think about which group/ individual has that level of power in society. When they come up with the specific group, they should think about a sound and a movement that can represent this group.

Actors/ participants are divided in breakout rooms (randomly) and are instructed to behave according to their status and power /lack of power, and to perform the sound and movement they had thought of. They can follow others and make connections with them and they can change their movements and sounds if they feel like they should.

### Sculptures/ Sculpting exercises

Sculpting exercises are often used as a part of the image theatre process. There are many variations of the sculpting exercises. Some of those variations are:

1. **Sculptor and clay.** Participants are divided in pairs, in breakout rooms. One is the sculptor and one is clay. Sculptor gives instructions to the clay (where to move, how to position). Instructions can be verbal and facial (the sculptor can even use the CHAT option) but it is important not to mention the idea of the sculpture they want to create. The topic of the sculpture being created can be a feeling, a social issue, etc..
2. **Museum of sculptures.** The process of sculpture making is the same as in the previous exercise (Sculptor and clay), but they are invited to show their sculptures and present them in the "museum of sculptures". They can make up a story that explains their sculpture, the story behind it, etc.
3. **Many sculptors sculpt one person.** Participants are divided into small groups (in breakout rooms in Zoom). One person is "clay" and the others are sculptors, trying to synchronize and make the sculpture on the same topic. Everyone should give their contribution to the making of the sculpture.
4. **One person creates many sculptures.** One person is a sculptor, sculpting the others in one joint image. Afterwards, the sculptor positions himself/ herself in the image. This exercise is often used for diving into personal stories and topics, where the sculptor conveys a story of oppression, some personal example or other people's stories that they find important and emotional.

## Dynamization of images

Dynamization of the images is bringing images to life, by using different techniques, introducing sound and movement to the image, but also by developing relations between individual tableau. Dynamization helps performers to go deeper into the social issue they are dealing with; it serves as one step toward development of forum theatre scenes, and as an exercise for character development. It can be done in many ways:

1. After each performer/participant has made their own individual image, two or more persons are invited to share their images in the center of the circle. That way, making a group tableau, which can be then dynamized by adding sound and movement.
2. One person or a group makes an image, and the rest of the performers can add sound to the image. They can usually do it by entering the scene, tapping the performer on the shoulder and saying the word that the character in the scene is saying and/or thinking in the given situation.
3. One person shares an individual image in the circle, and others can connect by making their own images in relation to the performer's image.
4. Each character in the image is asked to speak aloud their thoughts without moving for 30 seconds. This can help the participants/ performers to understand their characters and their role in the scene/ image.
5. Each character in the image is asked to produce one repetitive sound and mechanical movements. The facilitator can play the role of a "a conductor", that can "turn off" and "turn on" every participant by tapping their shoulder. When "turned on", participants are continuously repeating their sound and movement.
6. Performers in the scene are invited to move in slow- motion to express the desires of their characters.
7. Performers who represent the image of some kind of oppression, are invited to create the "desired image", an image where the oppression does not exist. Later on, they are invited to make an image that represents a step in between those two images, answering the question: what has to be done in order to achieve this "desired image"? At the final stage of the exercise, participants/ performers present all the images (3 of them) at once, trying to make smooth movements by going from the first image (image of oppression) to the last one (a desired image).
8. Making a poem from the perspective of the protagonist and/ or oppressor in the image, can be one way of dynamizing the images (making them "alive"), where participants/ performers can go deeper into the characters and their wishes and motives. Participants can make a poem by using different techniques:
  - Freestyle. The participants/ performers receive a general task, to make a poem from the perspective of their character or from the perspective of any character. The poem can be of any genre.
  - Writing the poem by using the sketch /rhythm. Facilitator can provide the sketch of the poem to the participants which they can develop.
  - Exquisite corpse, also known as exquisite cadaver, is a method by which a collection of words is collectively assembled. Each participant/ performer adds to a composition in sequence, either by following a rule (e.g. "The adjective-noun-adverb-verb, the adjective noun" as in "The green duck sweetly sang the dreadful dirge.") or by being allowed



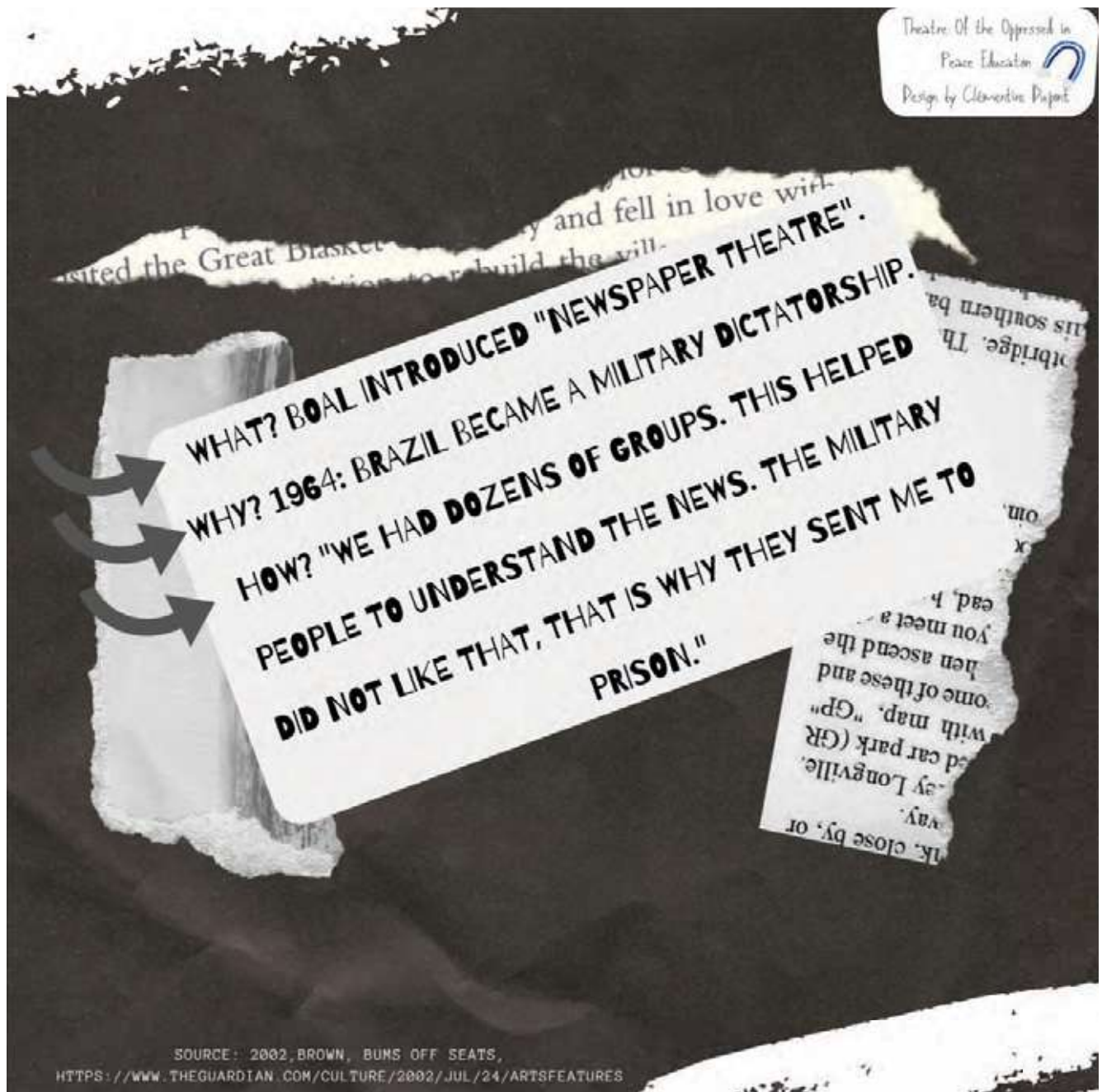
Video tutorial on Dynamization of images available at: <http://www.seeyn.org/elearning/mod/hvp/view.php?id=455&forceview=1> and [https://www.youtube.com/watch?v=A4LK3OZQ4Zk&feature=emb\\_title](https://www.youtube.com/watch?v=A4LK3OZQ4Zk&feature=emb_title)

## Digging up the stories/topics/issues

Theatre of the oppressed (ToO) is physical, sensual, and participatory. Digging for the story happens in the living community and ToO uses different approaches to come to the story that will be performed. These include a set of exercises taken from techniques like Image theatre, Newspaper theatre, Forum theatre, Playback, Theatre in Education, Community theatre, Drama Therapy, Theatre for Development etc.

The facilitator usually has the group focus on visible everyday effects of conditions that allow problems and conflicts to exist. By using various techniques, we analyze conflict issues identified by the participants and create ways of performing it. When using Image Theatre in order to dig the story, for ex., the joker uses sculptures made by the participants with their bodies, as images of oppression and then uses their associations and connects them with the context. Or, the joker uses the local newspapers to identify the specific stories of oppression present and relevant in the particular community, at that time. All the techniques developed in the framework of Theatre of the Oppressed are addressed to improve and awaken the so-called concretization of the Oppressed. (see further reading in Freire's **Pedagogy of the Oppressed**)<sup>15</sup> In other words, to deal with the oppression and different aspects of life, we have to somehow reach the awareness of this oppression and the ability to see ways of empowerment to change ourselves. This creates an opportunity for the workshop participants to articulate interactive theatre about relevant issues and to create something that is of great service to their communities. Briefly, the heritage of this type of theatre is already mentioned- conscientization and metaxis of the oppressed, actor or/and spectator. The aim is to engage in the struggles of the characters, real-life stories, which we recognize as our own struggles. Not to break the oppression, but to create a healthy community, safety and peace.

<sup>15</sup> Freire, Paulo (2017): , The Pedagogy of the Oppressed, Penguin Books, Brazil



Theatre of the oppressed is always making investigations, such as “How do we deal with domestic violence”; “How not to criminalize poverty”, “How to deal with addiction”, etc. It starts with individual stories in a way, offered as silent images or gestures. In the making of the theatre, we attract people who have similar experiences and then create a theatrical fiction that tells the truth of the community’s experience. Always moving from singular to plural, to the meta-plural and using theatrical space to make changes. To create art. Finding a relevant story does not only serve its participants, but the community members who have gathered to engage in a dialogue about the issues under investigation.

Here is the case study example: in 2018, Things I Want to Say but Never Will was created at high school Druga gimnazija Sarajevo and explored the methodology behind how a play was formed out of an anonymous school survey.



Many of the insights from which theatre of the oppressed emerged were made while working in education. The youth theatre group ReACT carried out an anonymous survey and first made a three-minute installation through class visits that inspired pupils to answer three basic questions from the survey: "What do you want to say"? "To whom do you want to say it?" "Why won't you say it"? By exploring these simple but intimate questions, a play was formed with the thoughts and dialogues ranging from hilarious to dramatic issues initiating the audience to react and rethink our relationships.

The play is about a teacher who takes the leading role in exploring various issues teenagers don't dare to talk about and 15 students on stage, acting as a regular class. This play used the method of forum theatre wherein the role of the Joker was taken by the teacher-actor himself who was constantly interacting with the audience (parents, teachers, brothers and sisters, community members) from the very start, being aware that his role is to be spontaneous, imaginative and therapeutic in terms of connecting the actors with the audience and form a dialogue with a possible resolution to issues raised in the play. Some of the problematics raised during the play were; homosexuality, anorexia, miscommunication with parents, generational gap, problems with teachers, disrespect, addictions, domestic violence, abuse.

All of the issues were raised through monologues, dialogues and putting up a domestic scene within the actors and the teacher. Assessment strategies in forum theatre are context-driven and centrally concerned with giving voice to the participants - actors and spect-actors alike. Thus, assessment is primarily focused on what is being interpreted rather than how it is being done in order to have a broader effect on individuals and communities.

Following are the tools and some specific examples of activities that can be used effectively in order to dig up the stories of oppression from participants' community:

## Image theatre

The Image theatre (see chapter 8 above) is the most broadly and commonly used ToO tool for tackling the issues of concern of the participants in ToO sessions, including the oppressions present in their community. By introducing the Image Theatre, the Joker not only equips the participants with ToO tools, but rather creates a context and safe environment for the topics and stories to emerge. Even through the initial images the Joker can get a clear idea which topics are resonating strongly with the involved participants and would resonate with the broader audience from the community during the forum theatre session. Important thing to keep in mind in the process of digging up the story is that participants need to genuinely care for the topic/story, be it their personal or not; they need to be respectful, since it IS someone's personal story and to be empathetic about it. For ex. the Image of the World activity described above in chapter 9. Image Theatre can be used to find the topics and stories that are important and resonate with the participants and the community. The Joker can introduce the following words/topics as he warms up the participants:

Words/ topics: Theatre, Peace, Mother, Power, Conflict. Then the Joker/facilitator introduces a Word of oppression. The participants make their images and the Joker/facilitator makes a print-screen of everyone's image (depending on the size of the group, the Joker divides the group into subgroups, and distributes them into break-out rooms, or makes the activity into the plenary group); then the Joker/facilitator makes a mosaic of the print-screens and share these while analyzing together.

Analyze the Image (continuation): A new topic is given to the participants, ex. "War" or "Theatre" and each participant makes their own image. The facilitator asks: What does the image represent? Is it a metaphor? What feeling is the person expressing? (Keep in mind that we are rarely able to observe in an objective way. The important thing here is that the image makes a whole picture, presenting the whole experience with school, war, etc. It is a way to bring the inner world out.) Images may help to suggest things and themes that we cannot express with words; in that way Image Theatre is very helpful. Also, it may give a person the strategy to find out what they are feeling. The person, whose image is being analyzed, will learn. And so will everybody else.





Another way of finding the stories of oppression is through searching for and exploring the symbols of oppression. Following is a specific example of an activity in this direction:

## Symbol of oppression

**Main Topics:** Oppression and Power

**Group Size:** any

**Duration:** 30 – 40 min

**Supplies:** piece of paper, pencil/pen

**Instructions:** (diving into the topics, oppression)

1. Facilitator asks actors/ participants to think about the oppression in the society, and symbols that represent oppression and power. They can write down their first ideas in chat.
2. Facilitator motivates actors/participants to explore the space around them and to find one symbol that represents power or oppression. It can represent groups that have power in society, groups that use power over some other groups, or individuals in society that use their power over someone.
3. After the actors/ participants have chosen the symbol, they are invited to search for another symbol representing the oppressed group against which the power is used.
4. Actors/ participants put objects in relation and they are invited to develop the story, an existing situation, example of oppression that they are trying to express through the objects.
5. Sharing of the stories.

**Note to the facilitator:** Encourage the actors/participants to think about different objects that can represent the power and oppression. You can propose something of the following:

- A tie: as a symbol of male domination.
- A chair: as a symbol of power, a status
- A uniform

**Newspaper theatre** is a set of exercises and techniques where the main source for exploration of social issues are newspapers. Newspaper theatre takes the reality of the facts presented in news directly to the spectator. It can be practiced by anyone. The first technique to be used is reading the news item, clearly and sincerely, without a comment or opinion. It can be done by simple reading detached from the context of the newspaper, from the initial format. Another technique can involve crossed reading - two news items are read in crossed form, one throwing light on the other, explaining it, giving it a new dimension. There is also the possibility of parallel action wherein actors mime while the news is read showing the context in which the reported event really occurred, for example, one hears the news and observes an action that complements it visually.

## Making a performance (text on practical things to keep in mind when it comes to online theatre)

After the participants have brought the stories of oppression from their own community, and shared these in the big group (through the means of image theatre or otherwise), the group is divided into sub-groups by the Joker/facilitator. The number of sub-groups depends on the total number of participants, but in general there should be 3-5 participants in a sub-group. The Joker creates a break-out room for each subgroup, and distributes the participants into the break-out rooms where the participants discuss the stories shared in the plenum and decide which story resonates most with them and would like to develop into a scene. Further on, they discuss the relationship between the characters, choose the pivotal scene(s) of conflict and/or represent the oppression that they will prepare and present, discuss the context/given circumstances in which the scene takes place and distribute the roles between themselves. In case the presentation consists of several scenes, when these scenes are rehearsed (and later presented) only the actors playing roles in these scenes have their cameras and microphones on; everybody else keeps their cameras and microphones off. The Joker spotlights the actors playing in the scene.

### **Dramaturgy of Theatre of the Oppressed**

Participants make scenes/ performances. The instructions they receive are:

- The performance must have a conflict presented, without resolution
- At least one sequence of it has to be a dialogue
- It has to deal with the issues within the peace- building topic
- It can be experimental, does not have to be the standard form; it can be a performance, audio drama sequence; you can use images, monologues, sounds, sculptures, etc.

Using the Greek terms “protagonist” and “antagonist,” Forum Theatre seeks to show a person (the protagonist) trying to deal with oppression and failing because of the resistance of one or more obstacles (the antagonists).<sup>16</sup>

In the theatre of the oppressed once there is a story, drama or a short acting sketch which represents an issue or challenge being faced it triggers the mind of the audience.

Audience discussion following the dramatic conclusion helps those present to recognize a pattern of response to the problem, based on some of the possible solutions the audience would act out or present. Benefits to viewers include a widening of their knowledge of life; preparation for unexpected or unfamiliar situations; encouragement to talk publicly about matters of import topics; strengthening of family unity and encouragement for individuals to become responsible for their own choices and start to take positive action.

This is to present viewers with an opportunity to look at social issues and to provide them with the means to approach life's problems and find different opportunities to intervene through specific dramatic examples.

Some of the factors that make the show effective are: the use of drama to make the problem more emotionally immediate; the opportunity for different social and age groups to share a common experience; broadening of youths' and adults' knowledge of life; exposure to the experience of consultation as both an emotional and intellectual

exchange in a supportive atmosphere; the legitimizing of positive actions and behavior in the minds of young viewers; the development of collective or individual thinking to search for possible positive directions to life's problems in their own way.

## Developing a character

A person who wants to develop a character should give their best to discover everything that is possible to know about the character they want to develop. It is not only about getting the facts right about the character, but they should delve deeper in order to understand the character's motives, background/history, their past and how that influenced the character's development that we want to create or understand.

Video tutorial: Developing a character



Video tutorial on Developing a character is available at:  
<http://www.seeyn.org/elearning/mod/hvp/view.php?id=388> and  
[https://www.youtube.com/watch?v=YSTXjI5U4SM&feature=emb\\_title](https://www.youtube.com/watch?v=YSTXjI5U4SM&feature=emb_title)

Asking the character a series of questions not only helps to create a realistic character that is believable, but often most random questions will result in new information about the character that can help the author beat their limitations.

Imagine the character sitting next to you and feeding you with information about himself/herself. Then fill in the answers to the questions as they are given to you. Depending on your character, you might think of many other questions to ask that will provide you with an additional understanding of the character and more material for your story which will enrich your descriptions and make them feel more three-dimensional to the readers. A character questionnaire is a great way to get our brains working in new directions and will impact our way of thinking and will help to understand diversity.

You can ask follow up questions related to: physical presence, personality, behaviors, attitudes, friends and family, relationships, past and future, love, conflict, work, education, hobbies, favorites, possessions, spirituality, values, daily life.

Some general questions about character development: What were the character's dreams /desires as a child? What does the character dream about their own future? What was the pivotal moment in the past/character's biography that made them what they are now? What is the character's role in the story? What sort of dynamics exists between the character and other characters around them? How does the inner life come through the body?

Games and activities that will contribute to character development:

## Connect Me

**Main Topics:** Character development

**Group Size:** any

**Duration:**

**Supplies:** none

**Instructions:** Facilitator gives a list of words to participants and explains that they have 3 minutes to write down something about themselves associated or that has a connection with the words given.

For example, if the word 'London' is in the activity sheet, they can write, "I went to London last month." or "London is where I'd like to live one day."

At the end of the 3 minutes the facilitator asks the students to share their information with others (in small rooms or in plenary).

Optional words:

- Strawberry
- London
- Camping
- Sky
- One year

## Turning objects into subjects

**Main Topics:** Character development

**Group Size:** any

**Duration:** /

**Supplies:** none

**Instructions:** Each person in the group thinks of an object. If the object is in the room they should not show it to the camera and other participants at first. If the object is not in the room, it can be an imaginary object that each can pick.

Participants in order act as they were the object, make an image of the object, mimic the object, talk as they were that object. They act out how it looks, what it feels, how it is positioned, they take the object's physicality, imagine the object's emotions, beliefs, dreams, hopes and desires. After everyone has had their turn to explain their chosen object, if they want to they can make connections to another object presented by the participants. How do they combine? Why? What can come out of that? Can you build a short story with the objects combined? How do they correlate?

## HASH (Happy-Angry-Sad-Happy)

**Main Topics:** Character development

**Group Size:** any

**Duration:** 10 min

**Supplies:** none

**Instructions:** Focus on the characterization during quick changing emotions. The facilitator explains that everyone will eventually count up to 20 together and as facilitator counts they should move through different emotions showing it in their voice and bodies. Start with the Happy numbers of 1 - 5, and then introduce the Sad numbers and so on:

1 – 5 - Happy  
6 – 10 - Angry  
10 – 15 - Sad  
15 – 20 - Happy

**Variations:** Modify it to different numbers, or different emotions.

Count in the circle individually.

Substitute the numbers all together with lines from a monologue or script being rehearsed, one person reads it and the rest react emotionally to the story line.

## Hot seat

**Main Topics:** Communications skills

**Group Size:** any

**Duration:** 20- 40 min

**Supplies:** none

**Instructions:** Have the group divided into 2 groups. Give the group a number of topics which they can discuss, and set a time for how long you want them to talk about the topic. Each group has to find ways to support their ideas/beliefs, facts, stereotypes, myths based on the topic and standing point they are given.

There are 2 hot seats, each for one group. Two participants, one from each group takes the seat and starts to talk about their attitude/stand about the topic. After a few minutes participants from their groups can raise a hand and ask to replace their team member taking the floor and continuing the discussion.

- Religion -religious person vs. an atheist;
- Equal rights -equal rights for all vs. men dominating the world (sexist vs. feminist);
- Raising children- Raising children with strict discipline vs. letting kids be free, letting them make mistakes by guiding them slowly;
- Living in a village vs. living in the city;
- Building more infrastructure roads, factories for employment vs. leaving more green spaces and saving the environment;
- Cooperation vs. competition.

## Process of Forum Theatre (interventions)

Forum theatre is a form of participatory theatre. The traditional invitation in Forum Theatre is to replace an oppressed character and confront the oppressor, to experiment with ways to break the oppression.

The goal is to facilitate a dialogue and allow participants to find solutions to problems they face, sharing stories based on experience of oppression. In some way, it is transformative since the oppressor is always in the audience in some manifestation. They are always part of the living community, whether that is on micro or macro level, as an individual or an internalized power. Forum theatre helps end cycles of oppression through the use of theatre in which both the oppressed and the oppressor see themselves on stage as real people and legitimate members of the community, engaged in their complex struggles.

This is a theatre that grows out of community process and issues and offers space for voices that are most often not heard in the mainstream theatre; issues are discussed that are very seldom discussed and the possibility of a whole community participation is a therapeutic process and value. It is an opportunity for creative, community-based dialogue.

The theatre is created and performed by community members who live with the issues under investigation.

Participants create a short play, which is performed once all the way through, so the audience can see the situation, and the problem presented. The story builds up to a crisis and stops there, offering no solution. In the forum theatre, the play is run again, with audience members free to freeze the action and intervene at any point they recognize oppression. An audience member may clap with hands or say "stop", even come up to the stage and offer or try out an idea. The other actors respond in character. This is called an intervention. The production must be designed to encourage the audience to transgress the theatre space. The intervention happens when members of the audience find the situation so compelling that they feel they have no choice but to do something.

It is important to mention that the oppressor and the oppressed are linked, in theatrical terms and they can sometimes be the same character. They are inseparable part of the same network and reflect the same patterns of behavior. If we want to end cycles of oppression, the empowerment of the oppressed is only one step along numerous steps that lead to a healing of the larger network or community.

Interventions are invitations to the audience to come on stage to replace a character who is being oppressed, and to offer an idea to break the oppression. The plays we create must contain as much complexity of real life as possible. For example, men replace women, women replace men, the young replace the elderly, rich replace the poor and vice versa, and on and on. This is the learning process of the living community in deep and genuine dialogue based on empathy and trust. In a Forum Theatre project, the actors and the director never put pen to paper to create a story. What the characters say to each other emerges through the interaction between the Joker (see The Role of the Joker) and the actors who are members of the community. What we receive is the true voice of the performers.

Regarding online space and zoom options for joker interventions use spotlight options. The joker can intervene by spotlighting someone and if the intervention is needed questions can be posed for example:

- What did you just see?
- How would you describe the situation?
- Is this a realistic dilemma?
- Which of the characters do you identify with and whose role would you take over?
- Which character is facing the problem?

After trying out solutions or having been stopped, the joker could ask:

- Did we resolve the situation as we expected?

When a participant takes a role, we can use spotlight to pinpoint the role taken. It is important to build a certain consensus among the participants that what they see is what they agreed on. The joker can always stop the scene and make sure that participants are in accordance with how the situation develops. The joker can always ask the participants to chat in pairs or divide them into breakout rooms to prepare an intervention. It is important to always offer the chance and use the platform to form an opinion that will be expressed and given voice to.

Video tutorial: The role of the Joker



Video tutorial on the role of the joker available on <http://www.seeyn.org/elearning/mod/hvp/view.php?id=391> and [https://www.youtube.com/watch?v=XY7gLEbXNXY&feature=emb\\_title](https://www.youtube.com/watch?v=XY7gLEbXNXY&feature=emb_title)

A key ingredient of Forum Theatre is the role of the facilitator, known as the Joker. Augusto

Boal used the term Joker to inspire and denote his position. The practice of ToO underwent a revolutionary shift when during a performance a spectator spontaneously stepped onto the stage and intervened in the action of the play. Boal realized it was breaking down the fourth wall between actor and audience demanded in politically conscious theatre.

The Joker plays the key role of bridging the two worlds of the play (the fictional world) and

the audience (the real world) by directly addressing both spectators and characters and facilitating their interactions. The joker is usually the director or the trainer of the theatre company or group educator. The joker is reminiscent of the medieval court jester who had the license to mock the ruling establishment and to address inconvenient truths in playful and entertaining ways. The joker embodies a creative power skillfully manipulating multiple elements. The Joker keeps the dramatic process open, keeps participants away from easy or simplistic solutions (Boal refers to the Joker as "the difficultator" rather than a "facilitator").

Their role is to create disturbances by giving voice to people who would normally not be heard or enabling individuals who manifest conflicting voices. These disturbances then set the group's dynamics that lead to change. The principal role of the joker seems to be to bring forth collective creativity by putting in place conditions in which emergence of novelty is likely to occur. The joker is there to break the fourth wall from the onset. The interchange of the two worlds of the play between actors and audience is known as metaxis and the Joker is the all-important-door-opener between them. Thanks to the joker's contribution the so-called metaxis happens and transforms.

The state of belonging completely and simultaneously to two different, autonomous worlds: the image of reality and the reality of the image. The participants share and belong to these two autonomous worlds; their reality and the image of their reality, which they have created for themselves (Boal, 1995)

The role of the joker is to create a climate of trust and mutual support to help the community go through the feelings of uncertainty, fear, confusion and self-doubt. This is empowering - using the language of theatre to help communities become more connected with themselves and thus more alive, creative, and capable of bringing about change. The notion of praxis is the action that emanates from these reflections. The Joker has many functions, all of them theatrical. The Joker should be a compassionate human being, but should not be in the role of a counselor or therapist. The joker is both theatre director and support person, but should not have too much power since they will be leaving the community once the process is finished. The joker must be able to sense and serve the needs of the audience, to create a safe space for expression as well as manage the results of ideas from the audience and to direct the communication with the audience.

It should be noted that the process should never exist as a formula in order to avoid being mechanical. Functioning inside a paradigm makes it difficult to recognize the issues of a certain community. If we relate to the community as a machine that will always react in the same way to the same exercise, we lose our ability to really listen, to really see and make a change. The Joker takes a step in the direction that is relevant to this community, to this particular moment, the here and now. What kind of questions the Joker might ask the group or the audience is crucial - moment specific answers flow. To practice the role of the Joker online is similar when done in a physical setting since their role is to mediate discussion between actors and "spect-actors". 'Spect-actor' is Boal's term, as the name implies, a figure who deliberately and self-consciously inhabits both worlds, as a spectator and an actor. The spect-actor is often thought to feel empathy towards a dramatic character. There are three important claims that need to be considered in the process - that theatre is always political, that participation is vital, and that empathy is a tool which may be used oppressively or radically -all asserted repeatedly throughout Theatre of the Oppressed.



The joker or the facilitator in the online space receives the ideas and suggestions enacted on stage or the online platform. The rules are explained by the Joker (facilitator) whose function is to invite interventions, assist the transitions from spectators to spect-actors, and encourage the audience as a whole to assess the action unfolding before them. They encourage the spect-actors to reflect upon the conflict, this can be done by using the chat option so the discussion would not be interrupted and is led by the joker. The spect-actors understand and acknowledge their role in the scenario and how the solutions can prove helpful in their daily lives. The joker is thus a very important character for the development of the forum theatre. He understands deeply the role he plays and the responsibility that comes with it. The revolutionary purposes that Boal insisted on, require interventions at every stage and in all aspects in order to produce this theatrical production.

The process is playfully combative: the spect-actors, taking the part of the oppressed protagonist, literally and metaphorically, pit themselves against the actors playing the oppressors. The joker should be careful in this situation, so it does not turn into another oppression of the dramatic character. The group should work together, experimenting with all possible maneuvers in order to break the pattern of oppression that the play has dramatized. Spontaneous and playful developments occur within an established structure that should ensure that the process, overseen by a careful joker, remains understandable and accessible to all.

There are some guidelines that need to be followed.

- do not make any decisions on your own. (The joker is there to coordinate not decide what happens next, this should be left to the spect-actors since it is their role to participate in an ongoing discourse whereby meanings and choices are open to negotiations)
- there are no magical solutions and joker must watch out for that; there is no magic in reality; the joker may even interrupt an intervention if it seems unrealistic and ask spect-actors to discuss whether the situation is possible - this is the very opposite of traditional form of theatre and spectators viewing a performance that imposes 'finished vision of the world'(Boal, 1979)
- the joker should be aware of their own physical appearance, behavior and non-verbal language, in order not to affect the spectators since they are the ones who are delving into different possibilities
- the Joker must do the questioning and facilitate debate "The joker must facilitate the spectators to get their thoughts together and improve their actions" (Boal, 1979)

A quiz on the role of the Joker:

## QUIZ on the role of the Joker

Q1: What is the role of the Joker in the Forum theatre process?

- to open up a discussion
- to offer solutions
- to follow and moderate the process
- to make the actors and spect-actors feel safe to open sensitive questions

A: Everything is correct except “to offer solutions”

Q2: If, during the intervention on stage, the spect-actor gets overwhelmed by emotions, the Joker

responds in a way that he/she:

- Shows empathy
- Makes it easy for people to exchange information
- Lets the spectator know that they are not alone in that situation and feeling, and gives a broader picture of the problem
- Does not react, since the Joker is not a therapist

A: Everything correct except “Does not react...”

Q3: What characteristics and skills are desirable for the Joker to have:

- Empathy
- Facilitator’s skills
- Provocativeness
- Diplomacy
- Sensitivity
- Acting skills

A: Everything is correct except “Acting skills”

Q4: It is the Joker’s objective to:

- Encourage the spect-actors to reflect upon conflicts
- Help understand roles in the scenario
- Manipulate and influence
- Watch out for “magical” solutions, i.e., solutions that are not realistic

A: Everything except “Manipulate and influence”.

Q5: The joker must always:

- Jump in any situation
- Be aware of their own physical appearance, behaviour and non-verbal language
- Keep the event flowing
- Have a direct influence in the direction of the story
- Be enquiring and improve other’s actions
- Replace the actor and take the acting role

A: Everything but “Have a direct influence in the direction of the story”.

Q6: Possible questions for the joker to have in mind:

- What did you just see?
- Which of the characters do you identify with?
- Which character is facing the problem?
- Who is the oppressor?
- Is this a realistic solution?
- If you were an editor of a newspaper, what headline would you give the play?
- Is everyone ready to move on?
- What side are you on?

A: Wrong answers: "Who is the oppressor?" and "What side are you on?"

Q7: The joker through her/his approach tries to:

- Develop a collective thinking in search for a positive solution in daily lives
- Gain experience in self expression
- Use the power of a group
- Prepare the audience for unexpected situations in life
- Eliminate fear of the unknown and, as a result, eliminate any form of aggression
- Make an analysis and behave as know-it-all

A: Wrong answer: Make an analysis and behave as know-it-all.

Q8: When wrapping up the forum, the joker must:

- Remind the audience that the roles played are done by actors
- Close the forum without separating the actor from the character to the audience
- Introduce the actors separately by name and give them time to "take off the role"
- Invite the audience after the show to continue to address the actors in their roles
- Thank the audience for their participation and encourage them to riot against oppression.

A: All of the above except for: Thank the audience for their participation and encourage them to riot against oppression and Close the forum without separating the actor from the character to the audience.

## Setting up an agenda for the online workshop/training of Theatre of the Oppressed A list of things to keep in mind

Running a training or a workshop in an online setting, especially when it comes to the theatre work, brings lots of challenges. There are some things that you should have in mind when organizing and implementing online theatre activities.

Before the training/ workshop:

- Make sure you have a good and stable internet connection
- Make sure that you have downloaded the Zoom application on your device
- Make sure your microphone, camera and speakers are functional and working
- Make sure you have enough space to move around, stand up etc.
- Make sure you are dressed comfortably during the sessions

Inform participants before the training/ workshop on the same things, by sending the short guide to the participants/ performers a few days before the event.

During the training/ workshop:

- Create a safe space for the people involved in the process. Online settings demand a more cautious approach so it's really important to make sure that everyone is feeling open and safe enough to share their attitudes and/ or personal stories. You can achieve this by creating the group rules during the first session. Some of those rules can be:
  - Be on time (i.e. at least 10 min. before the beginning of the session, to set up -check the connection, microphone, speakers etc)
    - Mute your microphone when not speaking;
    - Raise a hand (use option on Zoom);
    - Define a signal for a stop of the activity (be it visual or audio);
    - "Whatever happens in Vegas, stays in Vegas";
    - Communicate respectfully with others;
    - Listen to other's opinions;
    - Remember that we are working toward exploration not resolution;
    - Be supportive of participants and work as a "team";
    - Use "I" statements when discussing issues;
- if you want to record the sessions, ask for permission of the participants/ performers
- use features and application options that you have already tried out. You can try out any online option that you want to use before the training, so that you are sure that it works properly, and is suitable for your activity.

## An example of the agenda of Theatre of the Oppressed Training/ Workshop

In this part you can find an example of the Theatre of the Oppressed process, suggested activities that you can use in your work. It includes the whole process, instruction on the philosophy of the method, choosing topics, performance development and interventions on the created performance.

TIME	ACTIVITY	DESCRIPTION OF THE ACTIVITY	METHOD	MATERIALS / LINKS	TRAINER
<b>Session 1: Getting to know each other/ Introduction to ToO</b>					
10 min	<b>Introduction</b>	Introduction to the training/ workshop.	Presentation	/	/
10 min	<b>Writing the name with the body</b>	This game is explained in the Section: Games and Exercises .	Game	/	/
30 min	<b>Writing the name with the body</b>	The game is explained in the Section: Games and Exercises.	Game	Random breakout rooms in ZOOM made before the activity	/
20 min	<b>Group contract / Ground rules</b>	This activity is explained in the Section: Agenda of Theatre of the Oppressed training/ workshop.	Group work	/	/
5 min	<b>Closure / Reflection</b>	Facilitator invites participants to share one word (in chat) on how they feel after the first session. If someone wants to share with the group, they can shortly say how they feel.	Reflection	/	/

## Session 2. Introduction of ToO and opening the oppression issues

5 – 7 min	<b>Conquer the space (elbow- knee)</b>	This activity is explained in Section: Games and Exercises.	Energizer/ game	Participants provide space for themselves.	/
20 min	<b>Representing by object</b>	The activity is explained in Section: Games and Exercises.	/	/	/
45 min 35min group work + 10 min plenary sharing	<b>Writing the name with the body</b>	The activity is explained in Section: Digging up the stories/ topics/ issues.	Group work and short presentations in plenary	Random breakout room	/
10- 15 min	<b>Introduction to ToO</b>	You can find more info in Section: Introduction to ToO.	Short presentation.	/	/
5 min	<b>Reflection</b>	Participants reflect on the day, by answering how they feel on a scale from 1 to 10.	Reflection	/	/

## Session 3: Image theatre introduction

5 min	<b>I take the ball</b>	This activity is explained in Section: Games and Exercises	Energizer	/	/
10 min	<b>Mirror exercise</b>	This activity is explained in Section: Image Theatre Usage and Practice.	Exercise	Breakout rooms in Zoom	/

45 min	<b>Image of the World/ Image theatre process</b>	The activity is explained in Section: Image Theatre Usage and Practice.	Exercise	Pin video/ spotlight to everyone options	/
10 min	<b>Discussion</b>	Participants discuss the social issues that have been opened.	/	Breakout rooms	/
5 min	<b>Reflection – plenary room</b>	Reflection on the activity and the topics that were discussed in breakout rooms.	Reflection, discussion	/	/

### Session 4: Joint image

20 min	<b>Counting in pairs: 1,2,3</b>	The activity is explained in Section: Games and Exercises.	Energizer, concentration game	Random breakout rooms, divided in pairs.	/
40 min	<b>Choosing the topic</b>	In groups participants choose the topic / a real example of oppression.	Group work	Divided in breakout rooms as in the activity “Image theatre-group work”	/
10 min	<b>Reflection</b>	Reflection on the day. Participants show how they feel through sound and movement.	Reflection, game	Divided in breakout rooms as in the activity “Image theatre-group work”	/

### Session 5: Oppression in my community

5- 7 min	<b>Touch blue</b>	This activity is explained in Section: Games and Exercises.	Energizer	/	/
5- 7 min	<b>What are you doing</b>	This activity is explained in Section: Games and Exercises.	Game	/	/

25 min	<b>Sculpture and clay</b>	This activity is explained in Section: Image theatre Usage and Practice.	Exercise/ Group work	/	/
50 min	<b>Joint image / Puzzle</b>	This activity is explained in Section: Image theatre Usage and Practice	Exercise	/	/
10 min	<b>Presentations of the images</b>	The groups present their images.	/	/	/
10 min	<b>Reflection</b>	Participants reflect on the activity.	Reflection	/	/

## Session 6:

10 min	<b>Silly face</b>	This activity is explained in Section: Games and Exercises.	Energizer/ Game	Divided in breakout rooms as in the activity "Image theatre-group work"	/
30 min	<b>Making of a poem</b>	This activity is explained in Section: Dynamization of images.	Process of dynamization	/	/
30-40 min	<b>Developing a character</b>	This activity is explained in Section: Developing a character.	Process of dynamization	/	/
15 min	<b>Seven loving touches</b>	This activity is explained in Section: Games and Exercises.	Game	/	/
5 min	<b>Reflection</b>	Participants reflect on the activities.	Reflection	/	/



## Session 7: Dynamisation and scene development

5 min	<b>Energizer</b>	Choose one energizer from Section: Games and exercises	Energizer	/	/
40 min	<b>Dynamization – movement and sound</b>	This activity is explained in Section: Dynamization of images.	Dynamization of the images	/	/
40 min	<b>Performance development</b>	More information about how to develop the performance and dramaturgy of the Theatre of the Oppressed can be found in Section: Dramaturgy of Theatre of the Oppressed	Group work	/	/
5 min	<b>Reflection</b>	Participants reflect on the activities.	Reflection	/	/

## Session 8: Role of Joker and Interventions

5 min	<b>Energizer</b>	Choose one energizer from Section: Games and Exercises	Energizer	/	/
70 min	<b>Performance presentations and interventions</b>	More information about how to facilitate Forum theatre interventions in online space can be found in Section: Process of Forum theatre (interventions).	Forum theatre interventions	/	/

15 min	<b>Reflection</b>	Reflection on the social issues that are opened and on the suggested solutions.	Reflection	/	/
<b>Session 9 : Closing</b>					
20 min	<b>Reflection on the whole training/ workshop</b>	Participants reflect on the training/ workshop.	Reflection	/	/
25 min	<b>Evaluation</b>	Evaluation of the training/ workshop.	Evaluation	/	/

## Conclusions/ Recommendations

As explained in the introduction part, this manual is designed for all (peace) educators in formal and non-formal education, such as: teachers and school-based educators, community workers, theatre professionals, youth workers and youth educators in NGO sector etc., who would want to use artistic techniques in their educational activities. It is designed having in mind that Theatre of the Oppressed based learning experience can be offered in a wide range of different settings, locations, occasions and to different groups of learners.

The manual itself, including the majority of its games, exercises and other activities has already been implemented and tested with a group of people from different parts of the Balkan region, of diverse cultural and professional backgrounds, during a 5 days intensive training course. Everything that is suggested/ recommended in the manual was thought of well in advance in order to be best suited for the online use. The manual itself is self-explanatory and easy to be used for those people and institutions that want to make a change in their community.

The implementation of Theatre of the Oppressed online does have its own challenges and it is important to keep in mind a list of things that will prepare you and your team to best implement Theatre of the oppressed online. More practical guidelines related to this can be found in the "Setting up an agenda for the online workshop/ training of Theatre of the Oppressed" section of the Manual, under: a list of things to keep in mind.

At the same time, despite the possible challenges that might arise, we can conclude, based on experience, that with good preparation for the training and by providing a motivated group of participants, all possible challenges can be overseen and overcome.

Be aware that Theatre of the Oppressed methodology is changing and Boal himself had invited practitioners to modify his methods to the needs of the groups and to adapt to the local context in order to best achieve the goal and empower the communities. Do not forget to play, explore, because that is the essence of this method while being open minded for new modalities. Bear in mind that failing is also a part of the process. Theatre of the Oppressed teaches us to keep on trying and imagining. Boal: "Its forbidden to walk on the grass. It's not forbidden to fly over the grass. "

## References and additional resources

1. The ZiPopo show, Association for Creative Moral Education
2. Freire, Paulo (2017): The Pedagogy of the Oppressed, Penguin Books, Brazil
3. Boal, Augusto (1979): Theatre of the Oppressed, Pluto press, London.
4. Boal, Augusto (1992): Games for Actors and Non-actors, Routledge, London.
5. <https://www.orlandorep.com/kids-need-theatre/>
6. <https://www.deseret.com/2014/3/17/20537566/a-teaching-role-how-theatre-enhances-academic-ability-performance-in-youths#young-actors-participate-in-a-performance-of-university-of-utah-youth-theatres-crow-and-weaseland>
7. <https://www.aate.com/benefits-of-theatre-ed>  
<https://envs.ucsc.edu/internships/internship-readings/freire-pedagogy-of-the-oppressed.pdf>
8. ssed.pdf
9. Boal, Augusto (1979) : Theatre of the Oppressed, Pluto Press, London,.
10. Boal, Augusto (1992): Games for Actors and Non- Actors, Routledge, London.
11. Boal, Augusto (1995): The Rainbow of Desire, Routledge, London.
12. Boal, Augusto (1998): The Legislative theatre; Using Performance to Make Politics, Routledge, London.  
[https://fontys.nl/Professionals-en-werkgevers/Opleidingen-en-cursussen/Master-Kunsteducatie-deeltijd1.htm?fbclid=IwAR1zKPnbD7Ot8W8xhqEvXHQGZ7\\_\\_jIEIzi9yMNRAfq60-k2OWuMPfA3ECJ8](https://fontys.nl/Professionals-en-werkgevers/Opleidingen-en-cursussen/Master-Kunsteducatie-deeltijd1.htm?fbclid=IwAR1zKPnbD7Ot8W8xhqEvXHQGZ7__jIEIzi9yMNRAfq60-k2OWuMPfA3ECJ8)
13. Boal, Augusto (1992):“Games for actors and non-actors”, (Chapter 3: page 49), Routledge, London.
14. Johari Window created by psychologists Joseph Luft (1916–2014) and Harrington Ingham (1916–1995) in 1955
15. Freire, Paulo (2017): , The Pedagogy of the Oppressed, Penguin Books, Brazil
16. Boal, Augusto, Theatre of the Oppressed Workshops, March 1996 and 1997 Conferences at the University of Nebraska/Omaha





# ТЕАТАР НА УГНЕТЕНИ

ВО ДИГИТАЛЕН ПРОСТОР  
2020

## ПРИРАЧНИК ЗА ЕДУКАТОРИ

Бесник Лека, Демир Мекиќ, Ида Авдибеговиќ -Карахасановиќ, Јасмина Билаловиќ



## Содржина

Вовед .....	6
За кого е наменет прирачникот?.....	7
За што може да се користи Театарот на угнетените?.....	7
Моќта на Театарот на угнетените .....	8
Што всушност е Театарот на угнетените?.....	10
Рedefинирање на просторот на ТУ, онлајн театар и физикалност во време на Ковид-19; прашања за угнетувањето во време на криза.....	13
Игри и вежби за онлајн Театар на угнетените.....	15
Категоризација на игрите и вежбите во Театарот на угнетените .....	16
Препознаваме што допираме: Крстот и кругот .....	17
Препознаваме што слушаме: Броење во парови („1-2-3“)......	18
Динамизација на неколку сетила: Освој го просторот (лакт - колено).....	18
Препознаваме што гледаме во “Што се промени?” .....	19
Игра: Огледало.....	19
Меморија на сетилата: Сеќавање на вчера.....	20
Примена на игрите и вежбите на ТУ во разни функции во врска со групната работа и менаџирање на групната динамика.....	20
Пишување на името со помош на телото.....	21
Стани, седни, лево, десно.....	21
Ја земам топката.....	21
Јохари прозорец (активност/игра).....	22
Претставување преку предмет.....	24
Игра: Приказна за името.....	24
Однос со стол.....	25
Импровизација.....	25
Замисли го својот танц.....	25
Пееме додека врне.....	25
Допри сино .....	26
Седум љубовни допири.....	26
Ликови во движење.....	27
Градење заплет.....	28



Смешно лице .....	28
Што правиш?.....	29
Сликовен театар, вежби за употреба и пракса.....	30
Вежби за сликовен театар.....	32
Слика на светот.....	32
Слика на семејството.....	33
Заедничка слика/Сложувалка.....	33
Завршување на слика.....	33
Слики на слобода и угнетување.....	34
Мој од 1 до 5.....	34
Скулптури/Вежби за вајарство .....	34
Динамизација на слики .....	35
Изнаоѓање на приказните/темите/прашањата.....	36
Симбол на угнетување.....	41
Правење претстава (практични работи што треба да се имаат во предвид кога станува збор за онлајн театар).....	42
Драматургија на Театарот на Угнетените.....	42
Градење лик.....	43
Игри и активности кои придонесуваат за градење на ликот:.....	44
Поврзи ме.....	44
Претворање на предмети во субјекти.....	44
Среќен-лут-тажен-среќен.....	45
Жешко столче.....	45
Процес на Форум-театар (интервенции).....	46
Улогата на Џокерот.....	48
Поставување на агенда за онлајн обука/работилница на Театарот на угнетените .....	53
Листа на работи што треба да се имаат предвид.....	53
Пример за агенда на работилница/обука на Театарот на угнетените.....	54
Заклучок/Препораки.....	60
Користена литература и дополнителни ресурси .....	61

## Вовед

Форум ЗФД Македонија, во партнерство со Media Artes (Охрид), решија да ги истражат можностите и да креираат едукативни ресурси, да тренираат и инспирираат мировни едукатори од Западен Балкан за користење алтернативни драмски и театарски едукативни техники при учење на далечина. Или, поконкретно: за користење театарски форми од Театарот на угнетените, со цел мировна едукација во дигиталниот простор.

За таа цел, партнерите, со поддршка од тим од квалификувани професионалци, составен од Бесник Лека, Демир Мекиќ, Ида Авдибеговиќ – Карахасановиќ, Јасмина Билаловиќ, Драган Атанасов, Ѓорѓи Лазов, како и со поддршка на Клементина Дупонт -практикант на Форум ЗФД, и SEEYN Learning house – интернет платформа за учење на Југоисточната европска мрежа на млади - развија и спроведоа далечинска обука за едукатори и создадоа неколку образовни ресурси од различен формат за користење на Театарот на угнетените во дигиталниот простор и за учење на далечина.

Изданието пред вас е еден од ресурсите кои произлегоа од ова партнерство. Тоа е прирачник за обука на (мировни) едукатори за користење театарските форми од Театарот на угнетените при мировна едукација во дигиталниот простор. Во него, мировните едукатори може да најдат информации, инструкции, предлози, идеи и инспирации за тренинг-програми и активности, кои можат да им помогнат во нивните напори за организирање и имплементирање на можностите за мировна едукација, базирани на Театарот на угнетените, во непосредна средина како и на далечина.



## За кого е наменет прирачникот?

Овој прирачник е создаден за сите (мировни) едукатори во формалното и неформалното образование, како што се наставници, училишни едукатори, работници во заедницата, театарски професионалци, младински работници и младински едукатори во невладиниот сектор итн., кои би сакале да применат уметнички техники во нивните образовни активности. Создаден е имајќи предвид дека искуството од учење базирано на Театарот на угнетените може да биде понудено во широк спектар на различни средини, локации и настани кај различни групи ученици, како на пример:

- Деца и млади
- Возрасни (семејства, родители, соседи, учители, едукатори и лица со разни професионални заднини и профили, на пример новинари, бизнисмени, полицајци, медицински доктори (терапевти), учители, работници, носители на одлуки итн.)

Во овој период, поради пандемијата на Ковид-19, има многу обиди за прилагодување на различни образовни техники, со цел да бидат применливи во интернет просторот. Овој прирачник е еден од тие обиди за прилагодување на употребата на техники за учење, базирани на театар и драма во различен образовен амбиент, како и за обезбедување онлајн алтернатива за мировните едукатори во овие тешки времиња.

## За што може да се користи Театарот на угнетените?

Театарот на угнетените може да биде многу драгоцен техника која во зависност од контекстот, потребите и целта на учењето може да се користи за:

- Создавање простор за презентирање и размислување за ситуации, случки, чувства, мисли, идеи, вредности, ставови, однесувања, односи итн.;
- Засилување на критичкото истражување на ситуации и на критичкото размислување;
- Насочување на внимание за обезбедување простор за истражување на системската природа на разните облици на угнетување;
- Истражување и поддршка на разбирањето на конкретен поединец, на група или на социјален проблем или прашање;
- Понуда на избор, со цел да им се даде глас на оние кои се угнетени;
- Истражување начини за таргетиран ангажман според стандардите и можните алтернативи;
- Создавање простор за учење преку споделување на искуства,
- Мотивира и инспирирање на позитивна промена. Во некои ситуации, кога е користен од обучени професионалци во професионална средина, Театарот на угнетените може да се смета и како моќна систематска психотерапевтска техника.

Театарот е многу моќен инструмент во образовниот процес затоа што обезбедува одреден степен на интимност и ангажираност на публиката на физичко, интелектуално и емоционално ниво. Форум-театарот е „колективна проба на реалноста“. Како што вели Боал, театарот е „човечки јазик“ (Боал, 2004) и затоа едукативните програми за театар во заедницата им овозможуваат на луѓето да ги развиваат своите внатрешни таленти и способности, помагајќи им да се изразат со нови форми.<sup>1</sup>

Театарот на угнетените е подобен за употреба со различни групи луѓе и возрасти и може да се користи да им се даде можност да се вклучат во едно единствено искуство со учење преку истражување, размислување и дискутирање на различни теми. Учесниците изведуваат куса драматизација, која отсликува некоја чувствителна точка и го поттикнува разговорот меѓу групата гледачи, дозволувајќи им на долгогодишните уверувања и ставови да излезат на отворено.

Театарот на угнетените е арсенал од театарски техники и игри кој стреми да ги мотивира луѓето, да го врати вистинскиот дијалог и да создаде простор за учесниците да вежбаат „преземање акција“. Започнува од идејата дека секој има капацитет да дејствува во „театарот“ на својот живот; секој е истовремено актер и гледач. Ние сме спект-актери („spect-actors“), термин создаден од Августо Боал за да ги опише оние кои учествуваат во Форум-театарот. Тоа се однесува на двојната улога на оние кои се вклучени во процесот и како гледачи и како актери, бидејќи истовремено набљудуваат и создаваат драмско значење со преземање акција во претставата.

Театарот на угнетените се темели на основното верување дека сите имаме внатрешни таленти кои можеме да ги примениме за да научиме нови работи за себе. Тоа ја претставува основата на целта на претставата: да обезбеди „етичка обука преку интерактивна драма“. Самата природа на Театарот на угнетените, вклучувајќи го и поттикнувањето на драмската уметност (сценарио, глума и режија), овозможува моментална креативна дебата за дискутирање на дилеми од реалниот живот, и тоа многу често за првпат. Целта на претставата е да создаде дискусија за изнаоѓање различни начини и пристапи, истовремено поттикнувајќи отворен дијалог и одговорност кај секој поединец. Целта е да се принудат учесниците да ги истражуваат и анализираат претпоставките и да стекнат храброст за самостојно размислување.

Боал посочува дека кога сме едноставно пасивни членови на публиката, ние ја пренесуваме нашата желба да дејствуваме врз ликовите со кои се идентификуваме, а потоа ја наоѓаме таа желба остварена, додека конфликтот се разрешува на сцената, на филм или во вести. Катарза како замена за акција. Театарските едукативни стратегии на Боал „ја реактивираат реалноста“, олеснувајќи ѝ на публиката да ги испита прашањата што влијаат врз нивниот живот, идентификувајќи ги основните причини за проблемите и помагајќи им да најдат реални и практични решенија за подобрување на нивната состојба – процес што Фреир (1970) го нарече „конкретизација“.<sup>2</sup>

Боал (1979) се обидува да ги поттикне луѓето да го препознаваат и сузбиваат угнетувањето во нивниот живот предизвикано од надворешни фактори (експлоататорски систем, раководство на власт, институции што спроведуваат неправда и дискриминација, итн.) Театарот на угнетените е повеќе насочен кон социјалниот контекст. Исто така, тој е форма на раскажување преку сценски уметности, драма и глума, кои ги ангажираат и умот и срцето на изведувачот, но и на гледачот.

Обично, процесот се состои од следново:

<sup>1</sup> Шоуто Зипопо, Асоцијација за креативно морално образование  
<sup>2</sup> Фреир, Паоло (2017): Педагогија на угнетените, Пингвин Букс, Бразил

- Идентификување на проблемот или на прашањето што треба да се реши во општеството;
- Истражување на темата;
- Осмислување на идеи и презентирање на приказна или концепт кој прикажува можности и избор на креативен начин;
- Консултации за планот за делување и подготовка на изведба која ќе ги изрази и проблемот и можните начини за справување со проблемот (вклучувајќи уметничко режирање, музика, костими/реквизити, активности по изведбата итн.);
- Спроведување на планот (т.е. организирање настапи, обид да се допре до широка публика);
- Осврт на целиот процес, со земање предвид што успеало и што може да се подобри, со обид за имплементирање можни начини за подобрување.

Во секој случај, овде е важно е да се утврди што би можело да биде специфично за улогата на Театарот за угнетените. Постојат извесни ставови, според кои Театарот на угнетените е организиран и автономен самиот по себе. Како што сугерира Боал, театарот е инхерентно, особено „ефикасно оружје“<sup>3</sup>, различно од другите форми на уметност, на пример од литературата, бидејќи воспоставува непосреден контакт со својата публика. Во Театарот на угнетените, Боал наведува четири различни практични пристапи, кои помагаат да се истакне важноста на условите потребни за практикување на оваа форма на театар. Ова е понатаму практично објаснето во „Игри за актери и не-актери“<sup>4</sup>. Оваа книга го содржи основниот принцип кој ја формира структурата на практикување на Театарот на угнетените и предлага пет категории активности:

1. Препознаваме што допираме
2. Препознаваме што слушаме
3. Динамизација на неколку сетила
4. Препознаваме што гледаме
5. Меморија на сетилата

Во рамките на секоја од овие активности, постојат неколку различни категории. На пример: **Препознаваме што допираме** е составена од некои општи вежби, како што се прошетки, пораки, игри за интеграција и гравитација; **Препознаваме што слушаме** вклучува ритам, мелодија, звук, ритам на дишење и внатрешен ритам; **Динамизирање на неколку сетила** ги обединува претходните активности; на пример, користиме превез на очите за поттикнување на чувствителноста кон звукот, просторот и едни кон други; **Препознаваме што гледаме** ги воведува техниките на Сливковниот театар; на пример, можеме да користиме вежби со огледала, да преминеме на вајарство, на создавање слики и на игри со ликови; Меморија на сетилата нè наведува да правиме слики, на тој начин изразувајќи или конкретни теми или сопствени искуства.

Овие категории се важни доколку сакаме да ја истражиме практиката на Театарот на угнетените. Секогаш е важно да бидете свесни за оваа практика доколку имате ограничено време. Од нашето искуство во онлајн работилници, основните елементи можат да бидат вклучени дури и ако времето е ограничено: подготовка на телото, употреба на игри за поврзување и зајакнување на групата, фокусирање на воведување на прашањата за моќ, создавање слики и нивна динамизација и трансформација.

Театарот на угнетените честопати се нарекува „тело на театарски техники“ и укажува на многу поголемо „тело“: сложено, интердисциплинарно, мултивокално тело на философско знаење, кое ги опфаќа делата на Пауло Фреир и Бертолт Брехт, опфаќа карневал и циркус, бразилска татеатарска авангарда од средината на 20 век, како и влијанија на Хегел и Аристотел. Моќта на театарот е да замисли непосредно искуство кое е исто така трансцедентно. Уникатен момент кој преминува насекаде. Критика што нуди конкретни решенија. Отворена платформа на можности која ништо не зема здраво за готово.

<sup>3</sup> Боал, Августо (1979): Театар на угнетените, Плутро Прес, Лондон.

<sup>4</sup> Боал, Августо (1992): Игри за актери и не-актери, Рутлиц, Лондон

## Театарот на угнетените и едукација за градење мир

Со користење на театарот за лична и општествена трансформација, младите зацврстуваат и притоа стануваат активни носители на позитивни промени во нивните заедници и проактивно се справуваат со предизвиците што ги засегаат нив и нивните заедници. Преку театарот, децата и младите од различно потекло учат како да соработуваат заедно во тимови, да создаваат и да изведуваат уметнички настапи и да стекнуваат животни вештини, како што се консултативното одлучување, креативното и критичко размислување, самоизразувањето, толеранцијата, разрешувањето конфликти и организациските вештини.

Не е разбирливо зошто уметностите би се сметале за второстепени во споредба со суштинските теми. Истражувањата покажуваат дека со учество во театар, младите учат работи како што се креативност, соработка, градење тим, комуникациски вештини, критичко размислување итн. Други студии покажуваат дека солидните училишни театарски програми помагаат во подобрувањето на успехот и редовноста на учениците.



Погледнете го видеото достапно на: <https://youtu.be/0B918Lqjlyki> и <http://www.seeun.org/elearning/mod/hvp/view.php?id=385>

Театарот користи танц, драма, слика, музика и движење како алатки за илустрација и засилување на учењето. Низ целиот свет уметноста се покажа како моќна форма на невербална комуникација и директен канал за допирање до срцата и до умовите на луѓето. Како што расте разбирањето на младите/возрасните, тие ќе „настапуваат“ на редовна основа пред различна публика, на тој начин дејствувајќи како раширувач на

5 <https://www.orlandorep.com/kids-need-theatre/>

6 <https://www.deseret.com/2014/3/17/20537566/a-teaching-role-how-theatre-enhances-academic-ability-performance-in-youths#young-actors-participate-in-a-performance-of-university-of-utah-youth-theatres-crow-and-weasel> and <https://www.aate.com/benefits-of-theatre-ed>

своето образование кон своите врсници и заедници. Покрај тоа, театарот ќе ги охрабри младите да учествуваат во разни услуги за заедницата, како што е на пример волонтирањето. На тој начин, младите од прва рака ќе го искушат значењето на граѓанскиот ангажман и ќе развијат чувство на одговорност за своите заедници.

## Што всушност е Театарот на угнетените?

Театарот на угнетените е форма на театар што ја разви Августо Боал, театарски практичар и политички активист од 1970-тите. Августо Боал потекнува од една специфична ера во бразилската историја, позната како Ерата на Варгас (1930-1945), политички нестабилен период на воена диктатура од која произлезе социјален јаз, сиромаштија и дискриминација. Сето ова силно влијаеше врз овој феноменален, комплексен систем на техники, развиен за да му ја даде на театарот неговата основна улога и наследство за политичка интервенција и мирно редефинирање на правилата на општеството.



Слика Augusto Boal em aula sobre o Teatro doprimidoem SP, em 1979. извор: <https://www1.folha.uol.com.br/ilustrada/1184477-serie-de-leituras-e-debates-em-sp-recupera-a-obra-de-augusto-boal.shtml>

Овој метод го користи театарот како средство за социјална и политичка промена и се состои од низа игри, вежби и техники кои ги вклучуваат телото и сетилата и ги ангажираат личните искуства на учесниците, со цел да создадат можности за критичко размислување за нашата општествена реалност, да градат дијалог и заеднички да бараат решенија за социјални прашање „од долу нагоре“. Тоа е интерактивна и партиципативна форма на театар и создава безбеден простор за луѓето да ги вежбаат

своите постапки и да најдат различни начини на лична и социјална трансформација, кои подоцна можат да ги применат во реалноста.

Театарот на угнетените има силно социјално и политичко потекло, бидејќи А. Боал беше инспириран од многу теоретичари и активисти, особено од делото на Пауло Фреир и неговата книга „Педагогија на угнетените“.<sup>7</sup> Првично, Боал го користеше својот метод за работа со селани и работници во Бразил, со цел да ги оспособи да се борат против нееднаквоста и угнетувањето во општеството. Во Боаловиот Театар на угнетените нема гледач кој само пасивно ги набљудува постапките на актерот. Лицето станува спект-актер (spect-actor) со вклучување и реагирање, носејќи конкретни промени во сцената.

Не постои „четврт сид“, така што публиката во претставата создава своја визија за претставата, со давање конкретни решенија за презентирани прашања. („Театар на угнетените“ од Августо Боал)<sup>8</sup>.

Боал наведува неколку фази во процесот на станување на спект-актер:

- **Прва фаза: познавање на сопственото тело.** Во оваа фаза лицето станува свесно за телото, за звукот и движењето.
- **Втора фаза: изразност на телото.** Лицето учи како да се изрази преку телото.
- Во **третата фаза**, има разни нивоа на учество:
- **Симултана драматургија** – при што лице од публиката им дава насоки на актерите за тоа како да се однесуваат и како да го решат проблемот.
- **Сликовен театар** - лицето ги изразува своите чувства и ставови преку слики.
- **Форум театар** – при што публиката интервенира со преземање на улогата на протагонист во подготвените сцени и ја менува насоката на претставата.
- **Четврта фаза: театарот како дискурс.** Се води дијалог и публиката активно учествува во дијалогот.

Театарот на угнетените има многу техники кои биле развиени во различни временски периоди, во зависност од дефинираните потреби на заедницата. Тие претрпеле промени со текот на времето и Боал развил нови техники. Сите тие се прикажани на „дрвото на Театар на угнетените“, но накосо ќе ги разгледаме и овде:

**Игрите** имаат јасни правила, но истовремено изнудуваат креативност и слобода. Служат за кршење на бариерите и за создавање безбеден простор. („Игри за актери и не-актери“ од Августо Боал)<sup>9</sup>

**Сликовен театар** е техника со која учесниците во процесот комуницираат преку користење на нивното тело за создавање неподвижни слики, преку кои ги изразуваат своите идеи, ставови и/или чувства.

---

7 <https://envs.ucsc.edu/internships/internship-readings/freire-pedagogy-of-the-oppressed.pdf>

8 Боал, Августо (1979): Театар на угнетените, Плуто прес, Лондон

9 Боало, Августо (1992): Игри за Актери и не-актери, Рутлиц, Лондон



**Форум-театар** е една од најпопуларните техники која отвора дијалог за одредени општествени и важни прашања, преку вклучување на публиката, поканувајќи ја да понуди решенија за дадениот проблем.

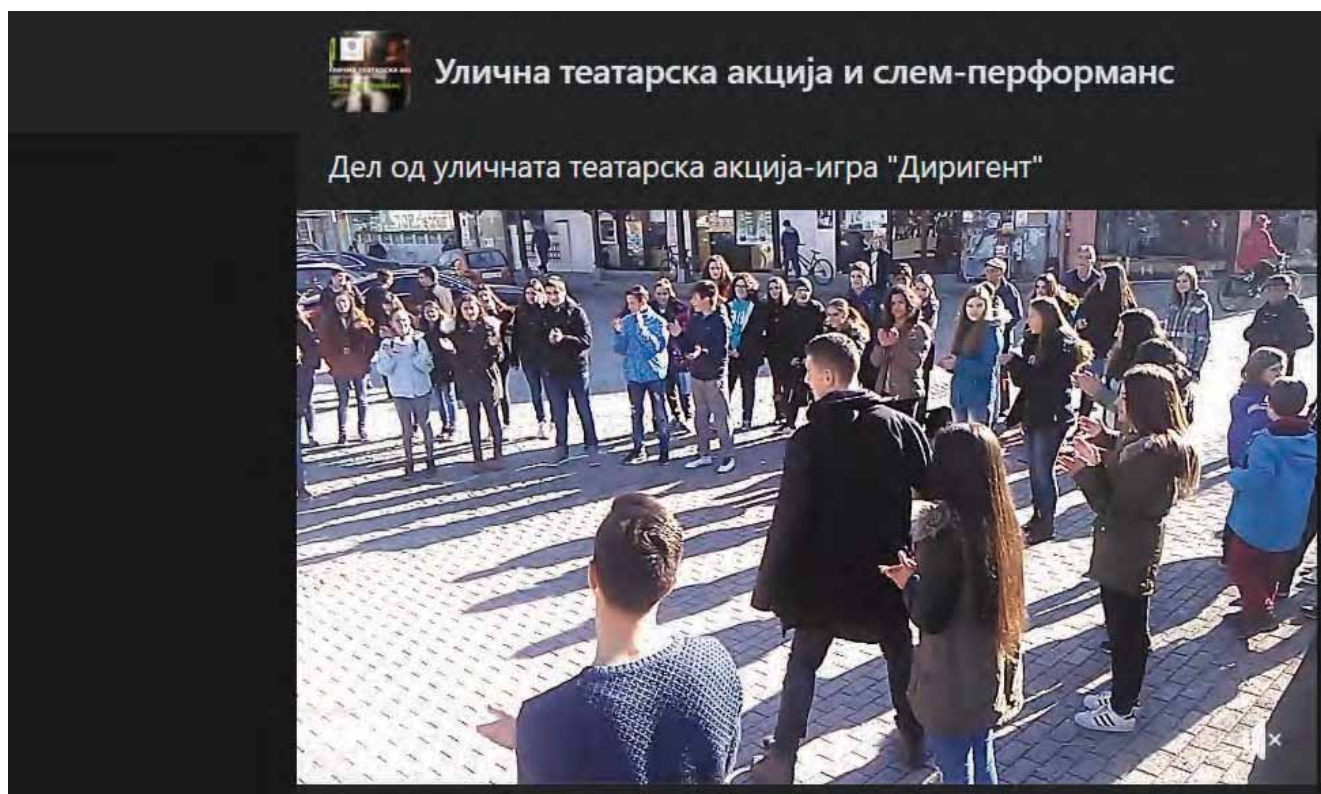
**Весник-театар** е збир од вежби и техники, во кој главен извор за истражување на социјални прашања се весниците.

**Виножито на желбите** е техника која се занимава со внатрешно угнетување (емоции и ментални пречки, внатрешни норми). Најчесто користи слики како средство за истражување на тие проблеми. На многу начини наликува на психодрама или социодрама, но Боал нагласува дека културолошки дефинираните улоги се од поголема важност во споредба со индивидуалните посебности или со семејната динамика. („Виножито на желбата“ од Августо Боал)

**Невидливиот театар** користи јавен простор за презентирање на сцената со угнетувањето. Сцената се одигрува како вистинска случка, а целта е да се истражат реакциите на заедницата за разни прашања, но исто така и да се претстават важни проблеми со кои се соочува заедницата.

**Законодавен театар** е техника слична на Форум-театарот, но се фокусира на специфичните закони и законодавство, обединувајќи ги граѓаните и претставниците на институциите. Ова е највисоко ниво на учество на една индивидуа, преку директно создавање закони. („Законодавен театар: Користење на претстава за создавање политика“ од Августо Боал) .

**Директна акција** е техника слична на Невидливиот театар. Подразбира театарлен пристап кон протести, демонстрации, маршеви... (Пример за улична театарска акција, организирана со млади луѓе во Охрид, како дел од кампањата за подигање на свеста за младински активизам и граѓански ангажман може да се види на следниот линк: [https://www.facebook.com/events/376277606052359/?active\\_tab=discussion](https://www.facebook.com/events/376277606052359/?active_tab=discussion)).



10 Боал, Августо (1995): Виножитото на желбата, Рутлиц, Лондон.

11 Боал, Августо (1998): Законодавен театар; Користење на претстава за создавање политика, Рутлиц, Лондон.

Театарот на угнетените се користи низ целиот свет за социјален и политички активизам, градење на заедницата, разрешувањена конфликти и многу други прашања, а УНЕСКО го признава како средство за социјални промени.

## **Редефинирање на просторот на ТВ, онлајн театар и физикалност во време на Ковид-19; прашања за угнетувањето во време на криза**

Театарот како уметност „овде и сега“ и како уметнички медиум со најсилна социјална динамика, е меѓу уметничките дисциплини кои се најпогодени од пандемијата предизвикана од коронавирусот. Во овие времиња кога социјалното дистанцирање станува императив и нова норма, а јавните собири се ограничени или целосно забранети, меѓучовечките односи и интеракцијата се во процес на трајна, неповратна трансформација. Неизбежно е оваа трансформација да се рефлектира во новата, корона/посткорона драматургија и во процесот и технологијата на театарско создавање и изведување за публиката.

По првичниот одговор со отпор, прилично брзо по избувнувањето на пандемијата, многу театарски работници започнаа да бараат начини како да се прилагодат себеси и својата работа на „новото нормално“, што подразбира социјално растојание, изолација и ограничувања, барајќи формати за тоа како да ја прилагодат својата работа на новите услови. Поставувањето видеа со снимени театарски содржини на интернет, како и пренос во живо на новосоздадени настапи, се некои од овие нови формати. Меѓу практичарите на театарот се дебатира дека онлајн театарот не е и не може да биде замена за вистински театар.

Аргументите посочуваат дека суштината на задоволството и уживањето на театарската уметност престојува во еден релационен факт; оној на извонредната живост на изведбата што се „гледа“ на самото место; во најширока можна смисла на зборот: преземена, перцепирана или спознаена. Во прилог на оваа аргументација оди и мислата дека задоволството што го добиваме од театарот не е ограничено на границите на естетиката, туку чувството за заедништво, блискост и играта својствена на таквото зближување е постара и позначајна од естетската димензија на театарот.

Слични се предизвиците и вообразовниот процес во време на пандемија. Главните предизвици за креирање и одржување на онлајн настава се поврзани со фактот дека во онлајн просторот нема физичко присуство (нема мирис, нема допирање и сл.). Недостатигот од интеракција со публиката значи дека одредени форми на перформанси не се можни; исто така, тешкотија претставува и задржувањето на вниманието на учениците/публиката во онлајн просторот.

Кога станува збор за потребите и предизвиците на процесот на предавање учење, времето и просторот се клучни елементи во овој процес како за наставникот така и за ученикот. За да се реши ова, треба да се развијат форми на уметност и/или настава, кои се прилагодени на онлајн платформите, или особено прилагодени за на интернет.

Театарот на угнетените е еден од најголемите пресеци помеѓу театарот и образованието, ги опфаќа предизвиците со кои се соочуваат обете дисциплини. Во својот нормален, физички режим „надвор од мрежата“, тој претставува една од најефикасните алатки за искусствено учење, како за поединците, така и за заедниците.

Кога станува збор за проблемот на угнетувањето, тој е секогаш присутен и посебно активен во време на криза. Навлегувајќи подетално, ако погледнеме наназад во животот во изминатите месеци откако започна пандемијата, ќе препознаеме дека има неколку теми кои се заеднички за сите луѓе, на глобално ниво (или барем во поголемиот дел од западниот свет). Една од нив дефинитивно се однесува на споделивањето на просторот за живеење во нашите домови, со нашите „цимери“ (било да станува збор за наши членови на семејството, за партнерите или за соучениците), во време на физичко дистанцирање и нервозите и предизвиците што одат со тоа. Другата тема е поврзана со прашањето за работа од дома, наспроти враќањето во канцеларија, со олабавувањето на рестриктивните мерки; дали системот бара од нас да избереме помеѓу кариерата и здравјето на нашето семејство? Се разбира, некои од протестите кои ги поддржуваат човековите права, слободата и правдата, остануваат да бидат уште поистакнати во време на глобални кризи.

Video tutorial: ToD digital space: possibilities and challenges



Погледнете ги можностите и предизвиците за спроведување на Театар на угнетените онлајн на следните линкови:

[https://www.youtube.com/watch?v=JHHwQFCFHsY&feature=emb\\_title/](https://www.youtube.com/watch?v=JHHwQFCFHsY&feature=emb_title/)  
<http://www.seeyn.org/elearning/mod/hvp/view.php?id=456>

И покрај сето ова, имајќи ги предвид сите добри и лоши страни за онлајн театар, мора да признаеме дека потребата за дијалог и за креативно дејствување не само што останува во времето на пандемијата, туку е уште поакутна. Интернет-платформите можат и даваат одреден контекст за општ дијалог (во неговата суштинска дефиниција како проток на значење). Кога станува збор за онлајн театар (вклучително и Театар на угнетените), територијата е сè уште неистражена, бидејќи прашањето за физичката активност онлајн просторот останува сè уште нерешено.

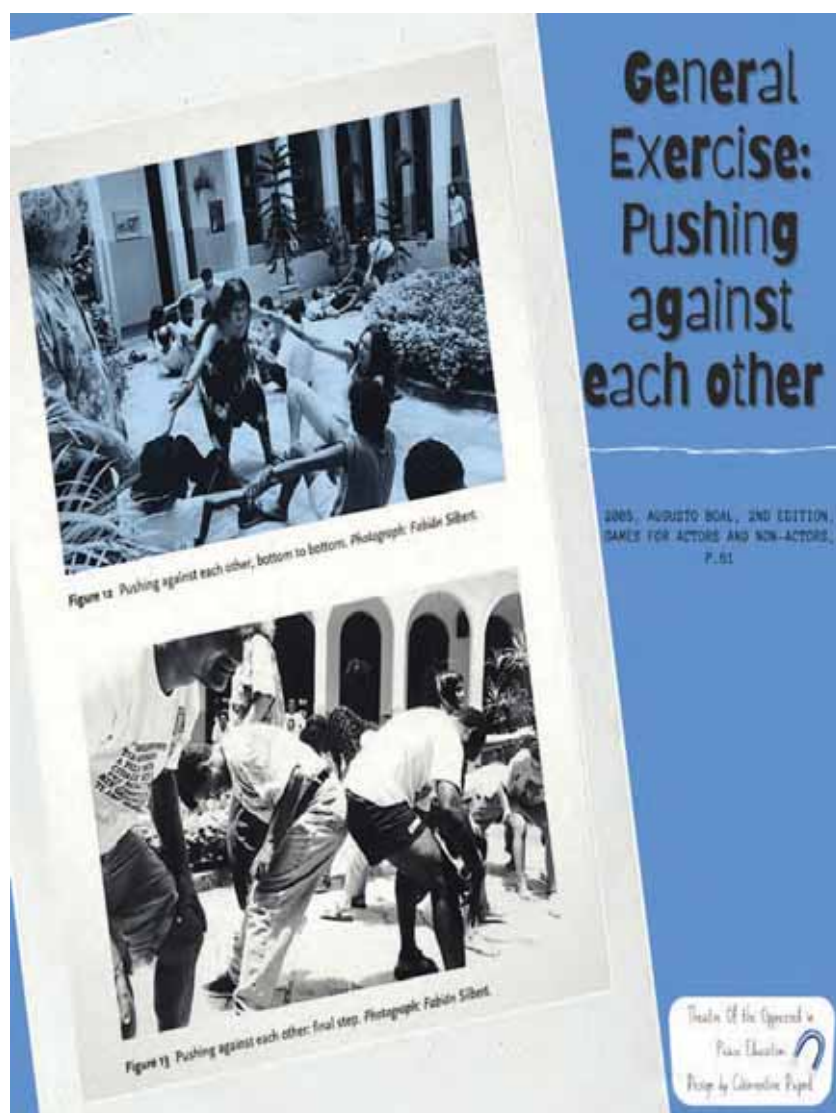
Во време кога цели веќе постоечки заедници одат онлајн и се создаваат нови во онлајн просторот, некои институти кои се вклучени во високото образование на уметностите, вклучително и изведувачките уметности (како на пример Фонтис универзитетот за образование во уметноста од Холандија<sup>12</sup>, кој го користи SAMR моделот и технологии за изменета реалност), започнаа да развиваат истражувачки про-

<sup>12</sup> <https://fontys.nl/Professionals-en-werkgevers/Opleiding->

грами и технологија за тоа како да се подобри квалитетот на искуството – при изведување и учење - и чувството за присуство во виртуелниот свет. Дали овие нови технологии ќе го заменат вистинското физичко присуство и ќе го надокнадат квалитетот на театарското искуство какво што го знаеме? Најверојатно не. Но ние веруваме дека преку истражување на прашањето за физикалноста и присуството во мрежниот простор, истите дефинитивно ќе придонесат за квалитетот на учењето. Нашиот проект за онлајн Театар на угнетените исто така има за цел да даде придонес во оваа насока.

## Игри и вежби за онлајн Театар на угнетените

Театарот на угнетените, како и Форум-театарот како негов најпопуларен и најпознат метод, како дел од својот арсенал користат игри и вежби.



Игрите се насочени кон зголемување на експресивноста на телото како испраќач и примач на пораки. Игрите се некаков дијалог и за нив е потребен соговорник. Играта е екстровеерност. Некои од игрите што се користат во Театарот на угнетените беа развиени, почнувајќи од различни детски игри, од целиот свет, и всушност се нивна адаптација. Останатите биле измислени преку работата на основачот/таткото на Театарот на угнетените, самиот Августо Боал. Вежбите, пак, вклучуваат физички, мускулни движења (респираторни, моторни, вокални) и се користат за да им се помогне на изведувачите на Театарот на угнетените да стекнат подобар увид и препознавање на сопственото тело, неговите мускули, нерви, неговите врски со други предмети и тела, со самиот простор итн.

Вежбите во Театарот на угнетените се насочени кон зголемена свесност за организмот и неговите механизми, неговите атрофии и хипертрофии, капацитетот за регенерација, реконструкција и рехармонизација. Секоја вежба е физички одраз на актерот/учесникот што ја изведува. Во таа смисла, вежбата е еден вид монолог, интровертност.

Игрите и вежбите во ТУ не доаѓаат во „изолиран“ облик, туку се доста испреплетени. Адријан Џексон, еден од најблиските соработници на Августо Боал, ги нарекува „game exercises“ - „вежби за игри“, бидејќи има доста игра во вежбата и прилично

вежба во играта. Разликата зависи од дидактичката намера. Ниту еден театар не евозможен без духот на играта и задоволството - дури (или особено) кога се занимава со „тешки“ теми!

Кога станува збор за онлајн ТУ, во сите негови активности – вклучувајќи ги и игрите и вежбите, презентациите и другите активности - џокерот и учесниците треба да бидат свесни за камерата и нејзината важност како невидлив партнер кој мора да се земе предвид, да се има на ум и да се претвори во игра. Како се применува оваа изјава во пракса за време на онлајн сесија на ТУ? Па, како учесник (вклучително и џокерот) треба да го дефинирате и одредите просторот во кој седите, се движите и ги правите физичките активности за време на сесијата. Тоа е просторот што го фаќа камерата на вашиот компјутер и е содржан во рамката на вашиот монитор. Корисно е да се обележат границите на овој простор, особено ако не сте професионален изведувач и/или ако не сте искусни да играте пред камера. Зошто? Едноставно затоа што она што го правите за време на ТУ, сите активности треба да бидат видени од џокерот, од другите учесници и/или од публиката; инаку, ако сте надвор од дофатот на вашата камера и не сте во рамката, дури и ако вашата изведба е најдобра (оскаровска), ќе биде бесмислено доколку другите не можат да ја видат и да комуницираат со вас како актер/учесник. Истото важи и за звукот, затоа е навистина препорачливо да го проверите интензитетот на вашиот глас наспроти звучникот што го користите, а особено кога сте подалеку од него, со цел да бидете сигурни дека другите учесници на сесијата можат да ве слушнат. Сето ова може да звучи како да коментираме и наведуваме работи што се премногу очигледни; сепак, корисно е да се имаат предвид и навреме да се подготви сесијата на ТУ; во спротивно, премногу енергија и време би се изгубило во откривање и решавање на овие проблеми за време на сесијата, што резултира со помалку ефикасно спроведување на работниот план. Да резимираме: бидете свесни каде се вашата камера и микрофон и играјте и со нив како невидлив партнер, бидејќи тие се „очите“ и „ушите“ на вашите колеги учесници во сесијата и „очи“ и „уши“ на вашата публика.

## Категоризација на игрите и вежбите во Театарот на угнетените

Во систематизацијата и разработката на игрите и вежбите што се користат во ТУ, Боал тргнува од принципот дека човечкото тело е единство - неразделна целина, чишто физички и психички апарати се неразделни, што е во согласност со работата на Станиславски за физичките активности и заклучоците дека идеите, емоциите и сензациите се нераскинливо испреплетени. „Движење на телото е мисла и мислата се изразува во телесна форма“ . Заедно со првото единство - единството на физичките и психичките апарати - Боал го дефинира и второто единство - единството на петте сетила, кои исто така се меѓусебно поврзани и од кои ниту едно не постои одделно.

Сетилата страдаат во телесната битка со светот и ние почнуваме да чувствуваме многу малку од она што го допираме; да слушаме многу малку од она што го слушаме; да гледаме многу малку од тоа што го гледаме итн. Во секојдневниот живот премногу често телото се прилагодува на работата што треба да ја заврши и започнува да чувствува, слуша и гледа според својата струка, со што се развиваат атрофии и хипертрофии. Општата цел на игрите и вежбите на Боал е да се скрши автоматизацијата на телото и неговата „струка“, за да може да се рехармонизира за испраќање и восприемање на сите можни пораки. Боал ги систематизира игрите и вежбите што се користат во ТУ во пет категории. Во првата категорија, целта е да се премости

јазот помеѓу допирот и чувството; во втората, помеѓу слушањето и слухот; во третиот, целта е да се развијат неколку сетила одеднаш; во четвртата, целта е да се обидеме да го видиме она што го гледаме; и во петтата категорија, целта е да се разбуди меморијата на сетилата.

Следуваат примери на игри и вежби во секоја од овие категории, кои исто така служат за специфични цели во однос на групната динамиката и процесот. Некои од нив се модификации и прилагодувања на оригиналните игри/вежби за онлајн ТУ.



Погледнете го видео-упатството за тоа како да ги користите вежбите на ТУ достапно на платформата - SEEYN learning house:  
<http://www.seeyn.org/elearning/mod/hvp/view.php?id=387&forceview=1>

## Препознаваме што допираме: Крстот и кругот

**Препознаваме што допираме:** Крстот и кругот

**Главни теми:** Координација, поместување помеѓу левиот и десниот мозок, фокус

**Големина на групата:** Секаква

**Времетраење:** 5 мин.

**Реквизити:** Нема

**Инструкции:** Учесниците, кои или стојат или седат, треба да нацртаат круг со десната рака. Може да биде голем или мал, не е важно. Ова е лесна задача. По некое време, фасилитаторот/џокерот ги замолува учесниците да запрат. Им дава ново упатство: да нацртаат крст со левата рака. Ова е подеднакво лесна задача. По некое време, фасилитаторот/џокерот ги замолува да престанат. Потоа им дава нови упатства: да ги извршуваат двете задачи истовремено. Тогаш станува речиси невозможно. Теоретски, ова треба да биде најлесната вежба, но сепак, поради нашите психолошки и физички механизации, прилично е тешко тоа да се постигне и практично.

## Препознаваме што слушаме: Бројење во парови („1-2-3“)

**Главна тема:** Вербална и невербална комуникација

**Под-тема:** Ритам, фокус, слушање, соработка, одговорност

**Инструкции:** Во работата со физичко присуство, оваа игра се одвива во парови, а

партнерите се свртени еден кон друг. Во онлајн адаптацијата, паровите одат во засебна онлајн соба и се гледаат преку монитор, следејќи ги истите правила како и во верзијата со физичко присуство. Задача за секој пар е да брои до три, повторно и повторно, воспоставувајќи ритам во броењето и одржувајќи го. При извршување на задачата, партнерите цело време се менуваат во изговарање на броевите. Правилото е дека броевите се кажуваат секогаш во следната низа: „1-2-3“. Првата инструкција на џокерот за паровите е да бројат вербално. На паровите им е дадено малку време да го вежбаат и да го утврдат ритамот. Откако ќе успеат во тоа, џокерот им дава нова инструкција: да го заменат бројот „1“ со плескање на рацете, додека „2“ и „3“ остануваат да се бројат вербално. На паровите им е дадено малку време да го вежбаат ова и да го утврдат ритамот. Откако ќе успеат, џокерот воведува нова инструкција: да се замени бројот „2“ со штракнување со прстите, така да, бројот „1“ е плескање на раце, бројот „2“ е штракнување со прстите, додека „3“ останува да се брои вербално. На паровите им е дадено малку време да го вежбаат ова и да воспостават ритам и откако ќе успеат, џокерот ја воведува последната инструкција: замена на бројот „3“ со удирање со ногата на подот; така што, бројот „1“ е плескање со раце, бројот „2“ е штракнување со прсти и бројот „3“ е удирање со ногата на подот.

Откако паровите ќе ја извежбаат последната инструкција, сите парови се собираат во пленарната просторија и доколку некој има желба, може да направи презентација на играта, следејќи ги сите претходно дадени измени на упатствата, почнувајќи од вербалното броење, потоа постепено заменувајќи ги вербалните броеви со невербални гестови и завршувајќи со тотално невербално броење.

**Завршување:** Осврт на искуството на учесниците: Како поминавте? Која инструкција беше најтешка за следење? Што беше најлесно?

## Динамизација на неколку сетила: Освој го просторот (лакт - колено)

**Главни теми:** Поврзување на телото и просторот, динамизирање на неколку сетила, соработка, невербална комуникација, заедничко создавање

**Големина на групата:** Секаква

**Времетраење:** 10-15 мин.

**Реквизити:** Нема

**Инструкции:** Во верзијата со физичко присуство, ова е игра во која учествува целата група. Учесниците се движат многу брзо низ просторот (но не трчаат), внимавајќи да не остане празен простор на подот. Со други зборови, сите се распоредени како група низ целиот простор на собата. Во одреден момент, џокерот вели „стоп“, а учесниците „замрзнуваат“ во кој било кој дел од собата да се наоѓаат и во положбата во која се затекнале во моментот. Идеално, не би требало да остане празен простор на подот. На следното ниво, џокерот го заменува изговорениот збор „стоп“ со плескање на рацете и веднаш изговара делови од телото преку кои учесниците се поврзуваат; на пример: „уво со дланка“ или „лакт со колено“, што значи дека учесниците остваруваат физички контакт едни со други преку овие делови од телото. Инструкциите за „делови од телото“ потоа може да се заменат со број на плескања со рацете, што означува број на луѓе во подгрупа, во кои треба веднаш да се организираат откако ќе го слушнат плескањето, чекајќи инструкции за формацијата што заеднички треба да ја направат со нивните тела (на пример, „Ајфелова кула“, „Пропелер“, „Стол“, „Слон“, „Авион“ итн.). Во онлајн адаптацијата, оваа колективна игра се претвора во индивидуална вежба: Сепак, дури и во онлајн формат, учесниците треба да ја имаат предвид првичната идеја и намера на играта (т.е. да го освојат просторот со своето тело, да го чувствуваат ритамот на другите во групата и да го син-

хронизираат сопствениот ритам со групниот ритам, да соработуваат со другите учесници). Во адаптацијата преку интернет, секој учесник го освојува просторот што го има (во домот или во канцеларијата, пред камерата) преку движење на своето тело. На сигналот „Стоп“, тие треба да освојат што повеќе простор со своето тело; на сигналот со плескањето на рацете и инструкцијата за деловите од телото, учесниците треба да воспостават контакт на овие различни делови од сопственото тело. Како што се развива вежбата, џокерот треба да го подигне влогот и да го направи физички попредизвикувачки за учесниците, со зголемување на темпото на движењата или спарување на делови од телото, што подразбира положба на телото која е потешка за одржување и/или балансирање.

## Препознаваме што гледаме во “Што се промени?”

**Главни теми:** Вештини за забележување и паметење на тоа што било видено

**Големина на групата:** Секаква (работа во парови)

**Времетраење:** 10 мин.

**Реквизити:** Нема

**Инструкции:** Во работата со физичко присуство, оваа игра се игра во две подгрупи, формирани во два реда свртени едни кон друг, набљудувајќи се. Потоа се вртат со грб и сменуваат некој детал во нивниот изглед, по што се вртат еден кон друг, се гледаат и секој треба да сфати кој елемент го сменило лицето наспроти себе. Во онлајн адаптацијата, оваа игра се прави во парови, во одделни онлајн соби. Наместо да го свртат грбот откако ги набљудувале своите партнери, во онлајн верзијата партнерите можат да ги затворат очите, истовремено менувајќи детали од нивниот изглед.

## Игра: Огледало

**Главни теми:** Вештини на забележување, координирање и соработка

**Големина на групата:** Секаква (работа во парови)

**Времетраење:** 10 мин.

**Реквизити:** Нема

**Инструкции:** Поделени во парови, во одделни онлајн соби, учесниците ја играат играта Огледало. Еден од нив е А-субјект, другиот е Б-одраз. А-субјектот прави серија од движења, вклучувајќи телесни движења и промена на фацијални експресији кои неговиот/нејзиниот партнер, Б-одразот, треба да ги имитира до најмал детал. „А“ треба да внимава да не прави нагли движења кои би биле невозможно да се следат. Идејата е да се постигне совршена синхронизација на движењата помеѓу А и Б, што значи дека соработка помеѓу партнерите е задолжителна. Идеално, надворешен набљудувач не би требало да распознае кој од нив води, а кој следи.

Во онлајн верзијата на играта може да помине извесно време додека партнерите се усогласат што е лево, што е десно (бидејќи еден може да ја користи предната камера, а другиот задната). Ова звучи полесно (по пат на обиди и грешки) отколку што навистина е.

## Меморија на сетилата: Сеќавање на вчера

**Главни теми:** Користење на сетилата за враќање на сеќавањето

**Големина на групата:** Секаква

**Времетраење:** 20-30 мин.

**Реквизити:** Нема



**Инструкции:** Актерите треба да седат тивко на столови, целосно опуштени. Тие мораат полека да го движат секој дел од нивното тело по редослед, концентрирајќи се единствено на секој посебен дел. Очите треба да се затворени. Тогаш џокерот почнува да ги поттикнува да се присетат на сè што се случило претходната вечер, пред да си легнат. Секој детал мора да биде придружен со телесни сензации, вкус, мирис, тактилни сензации, облици, бои, контури, длабочина, звуци, тон, мелодии, врева, итн. Актерите мора да вложат посебен напор да се присетат на своите телесни сензации и да се обидат да ги доживеат повторно. За да си олеснат, тие треба да ги повторат своите движења со телото. На пример, ако некој нешто јадел минатата ноќ, тогаш тоа го покажува со движење на усните, јазикот, устата и со обид да ги изрази сетилата за мирис итн. Ако мисли на туширање, тогаш изразувањето на телото, водата, кожата и мирисот стануваат појасни; или ако е прошетката што ја направил, тогаш тоа се изразува со движења на мускулите на нозете или стапалата итн.

По ова, џокерот продолжува со потпрашување. Бара од актерите да се потсетат што им се случило тоа утро: како се разбудиле, дали некој ги разбудил, звукот на алармот, гласот на лицето, дали ги разбудил некој друг, сите детали од собата каде што спиеле, просторијата за појадок, боите, бучавата, звукот...

Понатаму, тој прашува за превозните средства што ги користеле: метро, автобус, такси, автомобил, за нивните придружници за патување, звукот на затворањето на вратата итн ... Конечно, нивното пристигнување во оваа „просторија за разговор“, во која се наоѓаат: кого виделе прв, чиј глас го слушнале прв; потоа треба да дадат сензорски опис на собата и на луѓето во неа. Отворете ги очите, направете споредба.

## **Примена на игрите и вежбите на ТУ во разни функции во врска со групната работа и менаџирање на групната динамика**

Бидејќи безбедниот простор е едно од основните барања за групна работа во едукативен театарски контекст, цела низа игри и вежби се насочени кон обезбедување безбеден простор преку претставување на учесниците, воспоставување на основни правила, вежби за загревање, забава и споделување. Во текот на целиот процес, безбедниот простор се одржува и понатаму се продлабочува и проширува преку стекнување доверба, комуникација и соработка во рамките на групата како главни темели за тимска работа кон заедничка цел - перформансите на ТУ. Следат детали и описи на конкретни игри и вежби, како и совети и трикови како тие се применуваат за специфични цели во групниот процес, вклучувајќи ги и онлајн адаптациите.

### **Пишување на името со помош на телото**

**Главни теми:** Загревање, енергизирање на учесниците, динамизирање на неколку сетила

**Под-тема:** Запомнување на имињата во групата

**Големина на групата:** Секаква

**Времетраење:** 5-10 мин.

**Реквизити:** Нема

**Инструкции:** Џокерот им кажува на учесниците „Напишете си го името“ со помош на делови од телото (5 мин.) Првото лице што ќе го напише го кажува името на следниот учесник, наредниот продолжува и го пишува името со телото, и така до последниот учесник.

Стани, седни, лево, десно

**Главни теми:** Будење на телото и духот, фокусирање, енергизирање на учесниците за претстојната подлабока работа

**Големина на групата:** Секаква

**Времетраење:** 10 мин.

**Реквизити:** Нема

**Инструкции:** Фасилитаторот ги поканува сите актери/учесници да ги следат упатствата што тој/таа/тие ќе ги кажат за време на вежбата. Пред да започнете со актив-носта, фасилитаторот го објаснува значењето на упатствата, кои се следниве:

Стани - сите стануваат.

Седнете - сите седнуваат на столот;

Лево - поместете ги рацете кон лево;

Десно - поместете ги рацете кон десно;

Горе - подигнете ги рацете како да се обидуваат да го дофатите таванот;

Долу - допрете го подот;

Протресете - ставете ги рацете во висина рамењата и тресете ги;

Прегратка - прегрнете се.

Фасилитаторот ги кажува инструкциите и актерите/учесниците ги следат. Ова може да се повтори неколкупати, комбинирајќи различни инструкции. Во одредено време, фасилитаторот објаснува дека од тој миг „правилата“ се менуваат.

Кога фасилитаторите велат „Стани“ - сите седат. „Седи“ значи „Застани“.

Кога фасилитаторите велат „Лево“ - секој ги движи рацете кон десно. Кога фасилита-торот ќе рече „Десно“ - секој ги движи рацете кон лево.

Кога вели „Горе“ - тоа значи „Долу“ (секој го допира подот). Кога фасилитаторот ќе каже „Долу“ - сите ги креваат рацете.

Кога ќе каже „Треси“, тоа значи „Прегратка“; кога ќе каже „Прегратка“, тоа значи „Треси“.

**Белешка до фасилитаторот:** Не менувајте го секое правило одеднаш. Воведете ги новите правила едно по едно, за учесниците да можат да ги следат промените. Може да смислите и нови упатства што вклучуваат и изрази на лицето, на пример: тажно лице и среќно лице.

## Ја земам топката

**Главни теми:** Вежба за подигнување на атмосферата, забавна игра

**Големина на групата:** Секаква

**Времетраење:** 10 мин.

**Реквизити:** Нема

**Инструкции:** Забавна и брза вежба во која целата онлајн група е во движење. Едно лице води така што кажува некои реченици и движења, како на пример: „Ја земам топката“, притоа покажувајќи движење како да држи топка со двете раце, а групата ја повторува реченицата „Ја земам топката“.

Водачот: Ја земам топката - притоа покажува како да држи топка со двете раце и дру-гите ја повторуваат реченицата и движењето веднаш потоа: Ја земам топката.

Водачот: Ја ставам овде - покажува кон рамото. Групата повторува: Ја ставам овде...

Водачот: Играм со топката- го повторува движењето како да игра со топката на рамото. Групата повторува: Играм со топката.

Водачот повторува со повисок тон: Играм со топката. Групата: Играм со топката.

Водачот: Ја земам топката (се мисли од рамото). Групата повторува: Ја земам топката.

Водачот: Ја ставам овде (покажува на колкот). Групата повторува: Ја ставам овде.

Водачот: Играм со топката (правејќи движење со колкот) Групата повторува: Играм

со топката.

Водачот: Ја земам топката (од колкот) Групата повторува: Ја земам топката.

Водачот: Ја ставам овде (покажува на главата). Групата повторува: Ја ставам овде.

Водачот: Играм со топката (движејќи ја главата како да ја удира топката). Групата повторува: Играм со топката.

Водачот: Ја земам топката (од кај главата). Групата повторува: Ја земам топката.

Водачот: Ја фрлам топката. Групата повторува: Ја фрлам топката.

## Јохари прозорец (активност/игра)

**Главни теми:** Себепознавање, комуникација

**Под-теми:** Давање и примање на повратна информација, истражување на идентитетот, градење емпатија

**Големина на група:** Секаква

**Времетраење:** 20 – 40 мин.

**Изведбен формат:** Искусствена интеракција, интроспекција

**Реквизити:** Нема

**Инструкции:** Копирајте ја страницата за Јохари прозорец, или споделете го екранот и означете сè освен „Отворено“, „Слепо“, „Скриено“, „Непознато“.

**Упатства од фасилитаторот:** Осврнувајќи се на дијаграмот од хартија, објасни го секој квадрат (види објаснување подолу), давајќи примери за тоа што би можело да има во секое поле. Пополнете го името на секој квадрат додека поминувате низ објаснувањето. Откако сте ги идентификувале квадратите, поканете волонтер да „застане“ (го замолуваат волонтерот да замисли дека стои во кутијата) во секоја кутија и да работи со размислување за секој квадрат со поддршка од групата и од фасилитаторот. Погледнете ги следниве објаснувања и редоследот:

### 1) Отворено:

- а) Инструкција за волонтерот: „Наведете нешто за себе и што другите го знаат за вас. На пример: „Имам виткана коса“. Откако волонтерот ќе одговори...
- б) Потврдете со другите учесници дека тие веќе го знаеле тоа за волонтерот. Ако е нешто што не го знаеле, замолете го волонтерот да се обиде повторно.

### 2) Скриено:

- а) Инструкција за волонтерот: Наведете нешто што го знаете за себе и за кое мислите дека никој од групата не го знае. На пример: „Омилен спорт ми е фудбалот“. Откако волонтерот ќе одговори...
- б) Потврдете со групата дека тие не го знаеле ова за волонтерот. Ако го знаеле тоа, замолете го волонтерот да се обиде повторно.

### 3) Слепо:

- а) Инструкција за учесниците: „Обидете се да именуваат нешто за волонтерот за кое тој/таа можеби не е свесен/свесна за себе во моментот. На пример: тој / таа е одличен готвач“. По секоја претпоставка...
- б) Потврдете со волонтерот дека досега не бил свесен за овие информации и дека не му се познати од претходно. Ако нешто е познато, замолете ја групата да се обиде повторно.

**4) Непознато:** Во овој квадрат е најтешко да се открие нешто ново за волонтерот. Можеби нема да можете да идентификувате ништо, но поминете

- неколку минути истражувајќи ги можностите.
- а) Инструкција за учесниците: „Да видиме дали можеме да му помогнеме (на волонтерот) да сфати нешто за себе, за што во моментот можеби не е свесен - нешто што и нам исто така не ни е познато. Единствен начин да се постигне тоа е да поставувате прашања“.
  - б) Поттикнете ја групата да поставува прашања во врска со целта, намерата (на пример: „Зошто ја работите работата што ја работите“; или за работите што ги сака/не ги сака итн. Целта е да се дојде до точка каде што волонтерот ќе може да изнесе заклучок за себе за кој претходно не бил свесен.

**Откривање:** Ова може да функционира многу добро за иницирање модул за културна свест, комуникација/повратна информација или самопознавање.

**Пракса:** Ова функционира особено добро како можност за вежбање вештини за повратни информации (особено во квадрантот „Слепо“). Квадрантот „Непознато“ исто така овозможува повеќе самоспознание преку длабоко испрашување и слушање.

**Варијации:** Доколку дозволува времето, поделете ја групата во мали групи од по 3-5 лица и поканете ги наизменично да поминат низ сличен процес едни со други. Тие можат да користат мрежи на земја или едноставно да се повикаат на дијаграмот на флип-графиконот и да разговараат за секој квадрант.

**Дебрифинг:** Покрај стандардните 3 прашања, исто така може да прашате:

- Што те изненади?
- Што научи за своите врсници?
- Што ти беше најголем предизвик?
- Како се чувствуваше во секој квадрат? Што беше лесно? Што беше тешко? Зошто?<sup>14</sup>

## Претставување преку предмет

**Главни теми:** Познавање на себеси, откривање на себеси, претставување на себеси

**Големина на групата:** Секаква

**Времетраење:** 20-30 мин.

**Реквизити:** Разни предмети, било што

**Инструкции за поставка:** Секој учесник треба да најде еден или два предмети околу себе.

**Инструкции:** Секој учесник се претставува себеси преку предметот. Добиваат по 5 минути да се подготват (да изберат по интуиција, да го истражат предметот, да размислат за него и за неговите карактеристики, за материјалот од кој е направен и за тоа како тој се поврзува со нив; на крајот да „се претворат“ во тој предмет - преку предметот да се претстават себеси. Цел: подлабоко претставување на себеси пред групата, преку проекција.

На пример: Здраво, јас сум Џон и зборот што најдобро ме опишува е - искра! Мојот предмет е запалка/ламба/камен. Верувам дека мојот предмет ја објаснува мојата страст за животот, мојата желба да учам и истражувам, и затоа го одбрав зборот „искра“ и запалката како предмет, за најдобро да се опишам себеси.

**Белешка за фасилитаторот:** Фасилитаторот, доколку е потребно, може да го охрабри учесникот со прашања што ја објаснуваат врската на предметот со лицето со цел да се поттикне подлабока дискусија.

## Игра: Приказна за името

**Главни теми:** Откривање на себеси, претставување на себеси, јакнење на тимот преку уметност, драма, пеење

**Големина на групата:** Секаква

**Времетраење:** 20-30 мин. (во зависност од големината на групата)

**Реквизити:** Нема

**Инструкции за поставка:** Секој учесник треба да размисли за приказната позади нивното име.

**Инструкции од фасилитаторот:** Поделете ја групата на најмалку 3-4 учесници. Тие можат да бидат во различни соби на ZOOM каде секој ќе ја сподели својата приказна за своето име, кој им го дал името (ако знаат/ако се сеќаваат), дали има некое значење, колку е вообичаено, дали луѓето имаат тешкотии при изговарање или паметење на нивното име, дали им се допаѓа, дали се соочуваат со некои тешкотии/недопаѓање во одредени контексти поради нивното име и така натаму.

- Откако сите ги споделиле своите приказни, групата треба да одлучи/гласа за најдобрата приказна што ја слушале
- Откако ќе ја изберат најдобрата приказна, треба да создадат претстава, драма, песна, поезија или само да ја раскажат со цел да ја презентираат приказната откако ќе се вратат на пленарната сесија.
- Презентациите можат да вклучуваат сцени, звуци, раскажување на приказна.
- Назад во пленарната просторија, секоја група споделува по една приказна за името преку креативни презентации: аудио, песна, сцена итн.

## Однос со стол

**Главни теми:** Физикалност, сетила

**Големина на групата:** Секаква

**Времетраење:** 10-20 мин.

**Реквизити:** Стол

**Инструкции:** Актерите/учесниците истражуваат различни функции на столот. Тие треба да смислат барем 10 начини на користење на столот; да ја искористат нивната имагинација и да го трансформираат столот во: маса, партнер, капа или што и да им падне на ум и истото да го демонстрираат.

## Импровизација

**Главни теми:** Импровизација, креативност

**Големина на групата:** Секаква

**Времетраење:** /

**Реквизити:** Нема

**Инструкции:** Групата ја осмислува сцената за импровизација, ја дефинира ситуацијата, протагонистите, врската помеѓу актерите, местото и времето. Две или повеќе лица ја изведуваат сцената (дијалог) импровизирајќи. Другите можат да напишат одредени зборови во опцијата за разговор (chat), што актерите ќе треба да ги користат во нивната изведба. Исто така, во chat-от може да се внесат и емоции, што ќе биде задача за изведувачите да ги одглумат.

## Замисли го својот танц

**Главни теми:** Загревање, динамизирање на неколку сетила

**Големина на групата:** Секаква

**Времетраење:** 10 мин.

**Реквизити:** Нема

**Инструкции:** Актерите/учесниците седат на своите столови. Музиката свири преку опцијата „споделување звук“. Фасилитаторите им кажуваат да се релаксираат, да ги затворат очите и да вдишат длабоко неколку пати. Кога групата е опуштена, фасилитаторот им кажува да замислат дека изведуваат танцовачки движења, да „танцуваат“ со музиката што ја слушаат. Во еден момент, фасилитаторот им дава инструкции на сите да дефинираат едноставна кореографија направена од 3 поврзани движења. Во вториот дел на вежбата, откако актерите/учесниците ја осмислиле кореографијата, фасилитаторот ги поканува да ги изведат движењата во живо. Следи презентација на кореографиите.

**Белешка за фасилитаторот:** Важно е секој да има доволно простор да се движи наоколу и да танцува.

## „Singing in the rain“

**Главни теми:** Вежба за загревање и забава; динамизирање на неколку сетила; креирање на контекст во кој што учесниците можат да бидат игриви, да се опуштат и каде што ќе си дозволат да бидат будалести

**Големина на групата:** Секаква

**Времетраење:** 10 мин.

**Реквизити:** Нема

**Инструкции:** Вообичаено се изведува со одење во голем круг; во онлајн верзијата учесниците ја играат играта секој во својот простор, но со идеја и намера да ја направат во голем круг. Се пеат првите четири стиха на песната. Додека се пеат нормално првите четири стиха, џокерот им кажува на учесниците што да прават по секој рефрен. Со воведувањето на секоја нова инструкција, и претходно дадените упатства остануваат да важат исто така. Инструкциите на џокерот се следниве:

1. „Глава горе“ (раце под главата), потоа повторно пеење на истите четири стиха;
2. „Рацете надвор“ (главата горе, рацете надвор), потоа повторно пеење на истите четири стиха;
3. „Задник нагоре“ (главата горе, рацете надвор, задник нагоре), потоа повторно пеење на истите четири стиха;
4. „Колена споени“ (главата горе, рацете надвор, задникот нагоре, колената споени), повторно пеење.

## Допри сино

**Главнитеми:** Загревање на телото и умот, однос на телото со просторот, динамизирање на неколку сетила, фокус, присуство и будност.

**Големина на групата:** Секаква

**Времетраење:** 10 мин.

**Реквизити:** Нема

**Инструкции:** Започнете со тоа што фасилитаторот кажува да се допре нешто, на пример, „Допри сино“ или „Допри нешто топло“. Потоа, секој учесник треба да се придвижи и да допре нешто што е сино или топло. Ова може да биде нешто на нивната работна маса, нешто од облеката или нешто што треба да одат и да го најдат на

нивната полица за книги. Последната личност што пронашла таков предмет тогаш треба да ја избере следната особина.

Ако сакате да внесете малку натпреварувачки дух во вежбата, доделете им петнаесет секунди да најдат нешто за да го допрат и елиминирајте ги оние играчи кои не успеале да најдат ништо навреме. Продолжете да играте и да ги правите работите покомплицирани или да го намалувате времето додека не остане само еден играч. Исто така, може да биде ефикасно да се повторат неколку рунди од оваа вежба за време на работилницата, за да се држат учесниците на готовс.

## Седум љубовни допири

**Главни теми:** Подлабоко поврзување и напредно градење доверба помеѓу учесниците; разбивање на изолацијата, надминување на стравот од другата личност, помагање на учесниците да го отстранат длабоко вкоренатото културно табу за допирање на телото (своето или туѓо) и да бидат допрени.

**Големина на групата:** Секаква

**Времетраење:** 15-20 мин.

**Реквизити:** Нема

**Важно да се има на ум:** Оваа игра, особено во сесија со физичко присуство, се прави откако учесниците веќе се запознале прилично добро и откако ќе се воспостави безбеден простор, основни правила и атмосфера на доверба во групата. Дефинитивно не е мразокршач и почетна игра за запознавање!

**Инструкции:** Онлајн адаптација на играта „Седум љубовни допири“, што во работилницата со физичко присуство се прави во парови, во подгрупи, па дури и во голема група. Во онлајн адаптацијата, играта станува индивидуална вежба, бидејќи секој учесник прави допири на себе. Сепак, дури и во онлајн формат, учесниците треба да ја имаат предвид оригиналната идеја и намера на играта (т.е. да ја разбијат изолацијата, да го надминат стравот од другиот и да им помогнат на учесниците да го отстранат табуто на допирање на туѓо тело или да се биде допрен од друго човечко суштество; доколку е потребно, може да се користи и како игра за меѓукултурно учење и во тој случај треба да се обезбеди соодветен контекст – преку осврт на играта во врска со културните разлики, кога станува збор за допирање и чувство на допир (некои нации се „потактилни/допирливи“ во споредба со скандинавците или Јапонците, на пример).

На учесниците им се дадени упатства да смислат седум допири што ќе ги применат на телото, што за нив претставува израз на љубов. Овие допири може и треба да бидат допири на различни делови од телото: главата, вратот, торзото, екстремитетите, како и предните и задните страни на телото. Секој допир треба да има свое место/број во низата. Откако ќе одберат и решат кои се нивните седум љубовни допири, фасилитаторот им дава инструкции да ги вежбаат овие љубовни допири еден по еден, во низа, повторувајќи ја низата повеќе пати. Фасилитаторот им дава на учесниците онолку време колку што тој/таа мисли дека им треба за да ја запомнат низата. Потоа, фасилитаторот пушта пријатна, смирувачка музика (класична музика, да речеме Бах, е соодветна за целта) и ги упатува учесниците да го пронајдат својот ритам на движење кој е усогласен со ритамот на музиката. Многу е важно е да го пронајдат својот ритам и вежбата да се направи од „внатре кон надвор“, да не се набљудуваат себеси однадвор и да не размислуваат „како изгледа движењето“ или „дали е убаво“. Откако ќе го утврдат ритамот, учесниците можат да играат со темпото на дви-

жењата и градацијата на интензитетот. Како резултат, се создава парче кореографија: индивидуална (во онлајн верзијата) или на дуо/група (во физичката верзија).

## Ликови во движење

**Главни теми:** Импровизација

**Големина на групата:** Секаква

**Времетраење:** /

**Реквизити:** Нема

**Инструкции:** Еден актер е пред камера и прави разни активности за да покаже од каде доаѓа, што прави и каде оди. Останатите треба да се обидат да го разберат со овие неколку постапки:

- Лицето штотуку влезе од улица
- Се наоѓа во чекална
- Штотуку ќе вади заб
- Доаѓа од бар
- Се наоѓа во холот на хотелот пред да се искачи во својата соба
- Излегува од својата куќа наутро
- Се наоѓа во лифт
- Штотуку ќе започнува со работа во канцеларијата итн.

## Градење заплет

**Главни теми:** Јакнење на тимот, работа во група

**Големина на групата:** Секаква

**Времетраење:** 10 мин.

**Реквизити:** Нема

**Инструкции:** Раскажување на приказни како начин за зближување на луѓето, со цел да градат односи и да си помагаат едни со други. Круговите со приказни им помагаат на учесниците да ја развиваат, разјаснуваат и да ја структурираат приказната што сакаат да ја создадат во поддршка на групно опкружување.

Направете целата група виртуелно да „формира круг“ на видео-повик и започнете го процесот вака: Првото лице ја започнува приказната со една почетна реченица и друга нецелосна. На пример: „На 35-от роденден на Џон, сите негови пријатели и семејство се собрани во неговата дневна соба. Тој ќе влезе во куќата за изненадувањето, но тогаш...“

Следниот ја комплетира претходната реченица и додава друга нецелосна реченица. На овој начин, секој учесник од далечина придонесува, сè додека сите не поминале на ред. Целта е да се развие разбирлива заокружена приказна до крајот на играта! Не само што градењето на приказна ги принудува тимовите да ги користат своите креативни таленти, туку исто така им помага да се слушаат меѓусебно и да ја подобраат тимската соработка.

## Смешно лице

**Главни теми:** Јакнење на тимот, работа во група, стекнување на емотивно олеснување.

**Големина на групата:** Цела група и во парови

**Времетраење:** 10 мин.

**Вештини:** Пантомима

**Инструкции:** Фрли го лицето - но внимавај во кој правец дува ветерот :)



Групата стои во круг – има опција на ZOOM да ја има целата група на екранот. Фасилитаторот им доделува броеви на учесниците од 1-15 за да бидат свесни за нивниот ред. Првата личност го покажува лицето и го движи пред камерата, придвижувајќи ги усните, очите, јазикот, веѓите - сè што може да се употреби за создавање гротескно лице. Ова може да се направи со криење на лицето со рацете и кога ќе биде спремно, се тргаат рацете покажувајќи го смешното лице. Потоа целата група го имитира лицето. Кога првиот играч ќе го види ова, се враќа во неутрална позиција за да може да продолжи наредниот. Вообичаено, ова е прилично забавно за сите и групата навистина се релаксира и се поврзува на овај начин.

Белешка до фасилитаторот: Поголемиот дел од животот го поминуваме носејќи еден ист израз на лицето. Оваа игра ни овозможува да испробаме повеќе изрази и да излеземе од комфортните зоните. Додека ја извршуваме оваа активност, стануваме свесни за сопствените ограничувања и флексибилност.

## Што правиш?

**Главни теми:** Јакнење на тимот

**Големина на групата:** Цела група или во парови

**Времетраење:** 15 мин.

**Вештини:** Применување на креативност, преземање ризик, спонтаност, невербално изразување, импровизација

**Инструкции:** Можеме да ја играме оваа игра на многу начини - во парови или со целата група. Еден начин е групата да стои во круг и еден играч оди во центарот на кругот и започнува да прави нешто. Кога станува јасно што тој/таа прави, следното лице влегува спонтано или влегува по ред. Најдобро е кога е спонтано, но може да се случи само неколку луѓе да бидат активни во играта, а другите би биле останале несигурни во себе. Опцијата кога сте на ZOOM е да доделите броеви на учесниците, така што секој точно знае кога да започне. Фасилитаторот треба да ги охрабри сите учесници да играат, а тоа може да се постигне на многу различни начини - може да се оди по редоследот на кругот или некој друг редослед.

Кога следниот играч влегува внатре и кога ќе праша „Што правиш?!“ - првиот играч му го кажува тоа што прво ќе му падне на ум, неповрзано со дејството што го гледаме. На пример, ако играчот си ја чешла косата, може да одговори дека свири на пијано. Тој/таа ќе започне да го прави дејството (свири на пијано), сè додека следниот учесник не го праша што прави.

Со цел да се загрее атмосферата и да се охрабрат играчите да одговораат брзо и спонтано - првото нешто што ќе им падне на ум - оваа игра обично се игра навистина брзо.

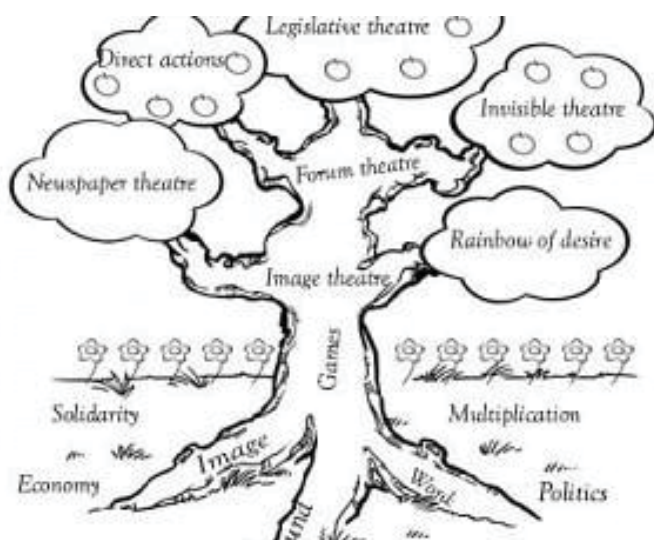
Се разбира, не треба да заборавиме дека оваа активност може да се користи со различни групи и дека може да се прилагоди на различни начини, зависи од целта што ја поставува фасилитаторот. Оваа игра ги „тренира“ способностите и слободата на импровизацијата, изнудува брзи и спонтани реакции, невербално изразување и е многу забавна, па затоа треба да предизвика добра енергија и да поттикне смеа кај групата.

Заради неможноста оваа активност да се прави по спонтан редослед во онлајн верзијата (доцнење на времето и сликата, ситуации кога има три или повеќе луѓе активни во исто време, и потоа не знаеме кого гледаме, нешто што лесно би се решило во

реалниот живот), фасилитаторот предвреме го прави редоследот на групата. Тоа е само за во онлајн верзијата, додека во реалниот живот би го сториле тоа во круг, со едно лице секогаш да е во средината и друг што прашува и ја презема акцијата. Оваа игра може да се игра и во парови (што бара уште побрзи реакции и многу нови идеи), и можеме да ја направиме во натпреварувачки дух - еден пар ја игра додека нема повеќе идеи, додека не застане и не може повеќе да смисли нови идеи. Не заборавајте дека ваквата атмосфера ги исполнува учесниците со енергија и поттикнува креативност, но за некои може да биде и премногу интензивна - сепак, зависи од групата и фасилитаторот.

## Сликовен театар, вежби за употреба и пракса

Сликовен театар е една од техниките на методот Театар на угнетените, кој најчесто се користи како дел од процесот на Форум-театарот, чекор кон развој на сцените на форумот. Гледајќи го „дрвото на Театарот на угнетените“, можеме да забележиме дека сликовниот театар е дел од трупот на дрвото, заедно со игрите и Форум театарот.



Извор:

<http://www.forumoteatras.lt/en/methodics/augusto-boal-tree-of-the-theatre-of-the-oppressed-165.htm>

Сликите претставени во оваа форма на театар се серија од неподвижни слики, направени со помош на телото (телата) или таблоа кои се динамизираат (оживуваат) на различни начини. Сликата е важен дел од методологијата што ја претставува основата (корените) на Театарот на угнетените, заедно со звукот и зборот.

Пренесувањето на пораката, идејата или чувството преку слика бара внесување во суштината на проблемот. Притоа, се извлекува најискрениот поглед на изведувачот во врска со ова прашање, фатен во моментот на сликата. Сликите оставаат доволно простор за различно „читање“ од гледачот и за проекции на личните искуства. Понатаму, културното обојување на сликата е честопати неизбежно, што самиот Августо Боал го потврди со истражување на истите концепти на различни континенти и во различни земји со употреба на сликовен театар. Во позицијата на телото на изведувачите, нивните изрази на лицето, нивната врска со просторот и другите изведувачи, лесно може да се препознае социјалниот контекст на заедницата.

Иако Сливовниот театар ретко се користи како посебна техника, тој е многу корисна алатка за истражување на ставовите и емоциите на луѓето вклучени во театарскиот процес. Може да се користи за истражување на социјални теми како што се угнетување, моќ, дискриминација или какви било теми за градење мир, како и за учење како навистина да се види она што го гледаме (субјективно и објективно „читање“ на сликите).

Практичарите на Театарот на угнетените користат голем спектар на вежби кои можат да се применуваат во различни средини, индивидуално или во групи. Неподвижните слики/скулптури може да се направат индивидуално, во парови или во групи, зависно од смислата и целта на активноста.

Еден начин на користење на Сливовниот театар е да се побара од учесниците да направат скулптура/слика како индивидуален одговор на различни концепти што се важни за обработка. Обично, првите концепти што се истражуваат се архетипови (мајка, на пример), но исто така може да се користат и концепти поврзани со социјална правда и мир (како што се: конфликт, моќ, угнетување, (не) еднаквост, итн.). Обично, студентите наредени во круг треба да создадат физички слики како одговор на дадена тема и тие треба да го сторат тоа брзо, без претходно размислување.

Video tutorial: How to use Mirroring?



Како да се користи вежбата 'огледало'? Погледнете го видео упатството онлајн на <http://www.seeyn.org/elearning/mod/hvp/view.php?id=454&forceview=1> / [https://www.youtube.com/watch?v=8Uw7ZTJENeA&feature=emb\\_title](https://www.youtube.com/watch?v=8Uw7ZTJENeA&feature=emb_title)

Друг начин за користење на техниката на Сливовен театар е да се поделат групите во парови или помали групи, при што едно лице глуми вајар и ги обликува другите како статуи, користејќи само допир или техника на пресликување (видете повеќе за вежбата Огледало, во упатството). Ова се прави без употреба на зборови, само преку телото.

Дискусијата што следи по презентацијата на слики е многу важна и може да биде важен чекор кон динамизирање на сликата, но исто така и кон создавање на сцени на перформанси/сцени на Форум-театарот. Употребата на овој метод онлајн претставува предизвик, но може да се оствари. Иако групната работа во реална поставка

не може да се спроведе, дигиталниот свет обезбедува други алатки што можат да се користат за истата цел (на пример: користење фотографии). Сливовниот театар на интернет просторот сепак може да ги охрабри учесниците да ги изразат своите идеи, ставови и чувства за важните прашања.

## Вежби за сликовен театар

### Слика на светот

**Главни теми:** Истражување на социјални проблеми, физикалност, невербално изразување, почетно справување со случките на угнетување

Големина на групата: Секаква

**Времетраење:** 20-40 мин.

**Реквизити:** Нема

**Инструкции:** Учесниците се со затворени очи. Тогаш, фасилитаторот кажува еден збор и секој си прави своја слика што го претставува овој збор (на пример. „училиште“). Сликата го претставува нивното мислење, емоции, првото нешто што им паднало на ум кога го слушнале тој збор/концепт. Фасилитаторот им кажува да бидат активни учесници и ги охрабрува да бидат откачени и креативни при правењето на сликите. Исто така, фасилитаторот им кажува на учесниците дека може да ја измислат приказната, но би било подобро да е вистинита и да презентираат своја лична приказна/мислење/став.

Фасилитаторот одбројува од 5, и на 1 сите ги отвораат очите и ја презентираат својата слика. Еден е поканет да „отиде во средина“ за да ја направи својата слика, други коментираат со давање на објективни коментари („коленото е свиткано“, „очите се затворени“, „прстот покажува кон подот“ итн. ), и субјективни набљудувања („таа е збунета“, „тој е лут“ итн.) Во онлајн поставките, оној што ја прикажува сликата може да биде видлив за другите, користејќи ја опцијата ZOOM - Рефлектор за секого.

Фасилитаторот ги потсетува учесниците да бидат свесни дека ние ги проектираме сопствените искуства во она што го гледаме на сликата. Лицето што ја претставува сликата не мора да им кажува на остатокот за значењето на неговата/нејзината/нивната слика.

Фасилитаторот може да им каже на групата да направи слики на различни зборови/теми. Некои од нив може да се: театар, насилство, мир, мајка, моќ, конфликт, насилство, мојот град/земја/село/град. Кога се чувствувам моќно/немоќно...

**Белешка за фасилитаторот:** Додека ја извршувате активноста, важно е да се поттикнува дискусија преку поставување прашања. Предложени прашања за дискусија:

- Што гледаме на сликата?
- Што претставува сликата?
- Како се чувствува лицето на сликата?
- Што отвора оваа скулптура/слика како прашање?
- Како е поврзана оваа слика со градењето на мирот/угнетувањето?

Овие прашања можат да се користат во која било вежба на Сливовниот театар.

## Слика на семејството

**Главнитеми:** Физикалност, истражување на социјални проблеми, невербално изразување

**Големина на групата:** Секаква

**Времетраење:** 20-40 мин.

**Реквизити:** Нема

**Инструкции:** Поделени во групи, учесниците имаат задача да направат слика за семејството. Преку таа слика тие треба да ги покажат односите помеѓу членовите на семејството, да презентираат некој типичен ден/ситуација од нивниот живот. Откако ќе завршат со изработката на сликите, сликите се презентираат. Во онлајн поставките, вежбата може да се направи со употреба на опцијата за засебни соби (за поделба на учесниците во групи) и опција за сликање на екранот (едно лице во групата е „режисер“ и прави слика на сликата што ја направила групата). Сликите/фотографиите се презентираат во пленарна просторија.

**Белешка за фасилитаторот:** Можно е малите групи да презентираат семејно насилство, моќ на еден член на семејството над другите, итн. Ова може да биде почетна точка за дискутирање на важни социјални прашања и односи на моќ.

Варијација: Вежбата исто така може да има смешен тон и може да се користи за различни цели. Како вежба за загревање може да се користи ако фасилитаторот им каже на групата да создадат семејство од: зајаци, стаорци, мачки, адвокати, лекари итн.

## Заедничка слика/Сложувалка

**Главнитеми:** Физикалност, невербално изразување, групна работа

**Големина на групата:** Секаква

**Времетраење:** 30-50 мин

**Реквизити:** Нема; уред (компјутер) и ZOOM апликација.

**Инструкции:** Поделени во мали групи, учесниците ја избираат темата/приказната што ги интересира и им побудува страст. Заедно прават заедничка слика со помош на нивните тела што ја претставува таа приказна.

Едно лице од групата е „режисер“. Таа личност ја насочува групата и со сликање на екранот прави слика од сликата на групата. Некои од темите што можат тука да се отворат се: угнетување, градење мир, насилство, конкретни примери на угнетување од нивната заедница итн.

## Завршување на слика

**Главни теми:** Физикалност, невербално изразување, групна работа

**Големина на групата:** Секаква

**Времетраење:** 20-40 мин.

**Реквизити:** Нема

**Инструкции:** Едно лице прави скулптура/слика. Наредниот продолжува создавајќи нова слика. Оваа слика е направена со цел да се заврши претходната, да се направи релација, приказна... Првото лице заминува, второто останува и ново лице е покането да направи друга слика за да ја заврши сликата што се презентира. Фасилитаторот отвора дискусија за сликите, поставувајќи прашања како од типот: Каква е поврзаноста помеѓу ликовите? Каде се одвива оваа ситуација итн.

Белешка до фасилитаторот: Во мрежни поставки, оваа вежба може да се спроведе со

користење на алатката Spotlight for Everyone на ZOOM. Можете да го фокусирате (spotlight) лицето што ја претставува сликата, да го одфокусирате (remove spotlight) и потоа да означите некој друг учесник. ZOOM Pro ви овозможува истовремено да се фокусирате (spotlight) на многу корисници.

## Слики на слобода и угнетување

**Главнитеми:** Физикалност, невербално изразување, групна работа

**Големина на групата:** Секаква

**Времетраење:** 20-30 мин.

**Реквизити:** Нема

**Инструкции:** Секој учесник прави слика на угнетување. Кога секој ќе ја презентира својата слика, фасилитаторот ги поканува изведувачите/учесниците да направат слика за слободата. На крајот, секој треба да направи слика што претставува чекор што треба да се направи за да можеме да стигнеме од угнетување до слобода. Во последната фаза од вежбата, тие ги поврзуваат трите слики, резултирајќи во еден вид кореографија.

## Моќ од 1 до 5

**Главни теми:** Себеостварување, себепозиционирање

**Големина на групата:** Секаква

**Времетраење:** 20 мин.

**Реквизити:** Нема

**Инструкции:** Секоја личност добива број во приватен разговор. Постојат броеви од 1 до 5, што ја претставуваат количината на моќ и општествен статус на лицето (1 како највисоко ниво на моќ, 5 како најниско ниво на моќ и статус во општеството). Учесниците треба да размислат која група/поединец го има тоа ниво на моќ во општеството. Кога ќе определат одредена група, треба да размислат за звук и движење што би ја претставиле оваа група.

Актерите/учесниците се поделени во одделни онлајн соби (по случаен избор) и имаат задача да се однесуваат според нивниот статус и моќ/немоќ и да го изведат звукот и движењето што го смислиле. Тие можат да ги следат другите и да воспостават врски со нив и доколку сметаат дека треба, тие можат да ги променат своите движења и звуци.

## Скулптури/Вежби за вајарство

Вежбите за вајање често се користат како дел од процесот на Театарот на слики. Постојат многу варијации на вежбите за вајарство. Некои од тие варијации се следнива:

**1. Скулптор и глина.** Учесниците се поделени во парови, во одделни онлајн соби. Еден е скулптор, а друг е глина. Скулпторот дава упатства за глината (каде да се движи, како да се постави). Инструкциите можат да бидат вербални и фацијални (вајарот може да ја користи дури и опцијата за разговор 'chat'), но важно е да не се споменува идејата за скулптурата што сакаат да ја направат. Тема на скулптурата може да биде чувство, социјално прашање, итн.

**2. Музеј на скулптури.** Процесот на изработка на скулптурата е ист како и во претходната вежба (скулптор и глина), но тука учесниците се поканети да ги покажат своите скулптури и да ги претстават во „музејот на скулптури“. Тие можат да ја осмислат приказната што ја објаснува нивната скулптура, приказната зад скулптурата, итн.

**3. Повеќе скулптори вајаат една личност.** Учесниците се поделени во мали групи (во одделни соби на ZOOM). Едно лице е „глина“, а другите се скулптори, обидувајќи се да се синхронизираат и да ја направат скулптурата на истата тема. Секој треба да даде свој придонес во правењето на скулптурата.

**4. Едно лице прави повеќе скулптури.** Едно лице е скулптор и ги ваја другите во една заедничка слика. Потоа скулпторот се позиционира себеси во сликата. Оваа вежба често се користи за вдлабочување во лични приказни и теми, при што скулпторот раскажува приказна за угнетување, некој личен пример или туѓи приказни кои смета дека се важни и емотивни.

## Динамизација на слики

Динамизирањето на сликите е оживување на сликите со употреба на различни техники, воведување на звук и движење на сликата, но исто така и преку развивање односи помеѓу индивидуалните таблоа. Динамизацијата им помага на изведувачите да навлезат подлабоко во социјалното прашање со кое се занимаваат, служи како чекор кон развој на сцените на форумот и како вежба за развој на ликот. Може да се направи на многу начини:

1. Откако секој изведувач/учесник направил своја индивидуална слика, две или повеќе лица се поканети да ги споделат своите слики во центарот на кругот. На тој начин тие прават групно табло, што може да се динамизира со додавање на звук и движење.
2. Едно лице или група прави слика, а остатокот од изведувачите можат да додадат звук на сликата. Тие обично можат да го сторат тоа со влегување во сцената, потчукнување на изведувачот по рамото и изговарање на зборот што го кажува или го мисли ликот во сцената во дадената ситуација.
3. Едно лице споделува своја слика во кругот, а другите можат да се поврзат правејќи свои слики во однос на сликата на изведувачот.
4. Од секој лик на сликата се бара да ги искаже гласно своите мисли без да се движи 30 секунди. Ова може да им помогне на учесниците/изведувачите да ги разберат нивните ликови и нивната улога во сцената/сликата.
5. Од секој лик на сликата се бара да произведе еден повторувачки звук и да прави механички движења. Фасилитаторот може да игра улога на „диригент“, кој може да го „исклучи“ и да го „вклучи“ секој учесник со потчукнување по рамото. Кога се „вклучени“, учесниците постојано го повторуваат својот звук и движење.
6. Изведувачите во сцената треба да се движат забавено за да ги изразат желбите на нивните ликови.
7. Изведувачите кои претставуваат слика за некаков вид угнетување, се поканети да ја создадат „посакуваната слика“, слика во која угнетувањето не постои. Подоцна, треба да направат слика што претставува чекор помеѓу овие две слики, одговарајќи на прашањето: Што треба да се направи за да се постигне оваа „посакувана слика“? Во завршната фаза на вежбата, учесниците/изведувачите ги презентираат сите (3) слики одеднаш, обидувајќи се да направат непречени движења и преминувајќи од првата слика (слика на угнетување) кон последната (посакуваната слика).
8. Изработката на песна од перспектива на протагонистот/угнетувачот на

сликата може да биде еден од начините на динамизирање на сликите (правејќи ги „живи“), при што учесниците/изведувачите можат да навлезат подлабоко во ликовите и нивните желби, мотиви итн.

Учесниците можат да направат песна со употреба на различни техники:

- Слободен стил. Учесниците/изведувачите добиваат општа задача да напишат поема од перспектива на нивниот лик или од перспектива на кој било лик. Поемата може да биде од кој било жанр.
- Пишување на песна со употреба на скица/ритам. Фасилитаторот може да им ја обезбеди скицата на песната на учесниците, а тие понатаму да ја развиваат.
- Исклучителен труп. Метод со кој колективно се прави збирка на зборови. Секој учесник/изведувач додава нешто на композицијата во низа, или следејќи го правилото (на пример, „придавка, именка, прилог, глагол, придавка именка“, како во „Зелената патка слатко ја испеа страшната жалопојка“); или кадешто е дозволено да се види само крајот од она што го додала претходната личност.

Video tutorial: Dynamization of images



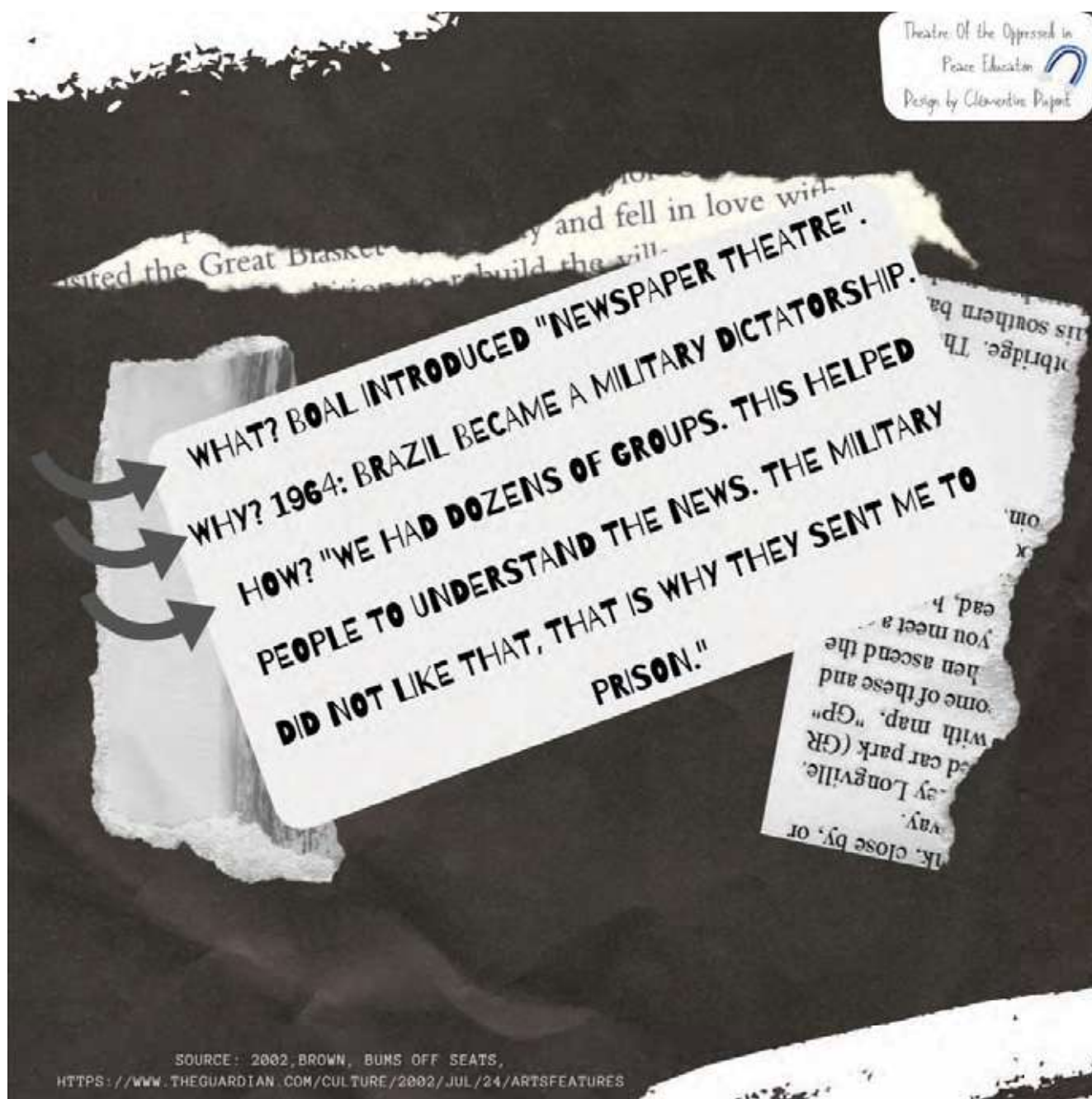
Видео упатството за динамизација на слики е достапно на:<http://www.seeyn.org/elearning/mod/hvp/view.php?id=455&forceview=1> и [https://www.youtube.com/watch?v=A4LK3OZQ4Zk&feature=emb\\_title](https://www.youtube.com/watch?v=A4LK3OZQ4Zk&feature=emb_title)

## Изнаоѓање на приказните/темите/прашањата

Театарот на угнетените (ТУ) е физички, сензуален и партиципативен. Изнаоѓањето на приказната се случува во заедницата, при што ТУ користи различни пристапи за да дојде до приказната што ќе биде изведена. Тоа вклучува збир на вежби преземени од техники како што се Сlikовен театар, Весник-театар, Форум-театар, Репродукција, Театар во образованието, Театар во заедницата, Драмска терапија, Театар за развој итн. Фасилитаторот обично ја фокусира групата кон видливи, секојдневни ефекти на состојбите кои предизвикуваа проблеми и конфликти. Користејќи разни техники, ги анализираме конфликтните проблеми посочени од страна на учесниците и создаваме начини за нивно изведување/глумење. Кога користите Сlikовен театар со цел да ја „ископате“ приказната, џокерот користи скулптури направени од



телата на учесниците како слики на угнетување, а потоа ги користи тие асоцијации и ги поврзува со контекстот. Или, џокерот ги користи локалните весници за да посочи конкретни стории за угнетување присутни и релевантни во одредена заедница, во тој момент. Сите техники развиени во рамките на Театарот на угнетените упатуваат на подобрување и буђење на т.н. конкретизација на угнетените. („Педагогија на угнетените“ од Фреир)<sup>15</sup> Со други зборови, за да се справиме со угнетувањето и со различните аспекти на животот, мораме некако да ја подигнеме свеста за ова угнетување, како и можноста да согледаме начини на изнаоѓање моќ за да се промениме себеси. Ова создава можност за учесниците на работилницата да артикулираат интерактивен театар за релевантни прашања и да создадат нешто што е од голема полза за нивните заедници. Накусо, наследството на овој вид театар веќе е споменато како освестување и метаксиза на угнетените, на актерите или/и гледачите. Целта е да се вклучиме во борбите на ликовите, приказните од реалниот живот, кои ги препознаваме како свои борби. Не да го разбиеме угнетувањето, туку да создадеме здрава заедница, безбедност и мир.



Театарот на угнетените секогаш спроведува истраги, како на пример „Како да се справиме со семејното насилство“; „Како да не се криминализира сиромаштијата“, „Како да се справиме со зависноста“ итн. На некој начин, започнува со индивидуални приказни, понудени како тивки слики или гестови. При применувањето на театарот, привлекуваме луѓе кои имаат слични искуства и потоа создаваме театарска фикција која ја кажува вистината за искуството на заедницата. Секогаш се преминува од еднина во множина, па во мета-множина, користејќи театарски простор со цел да се направат промени. Да се направи уметност. Наоѓањето релевантна приказна не им служи само на нејзините учесници, туку и на членовите на заедницата кои се собраале да се вклучат во дијалогот за прашањата што се испитуваат.

Еве го примерот за студија на случај: Во 2018 година, „Работи што сакам, но никогаш нема да ги кажам“, беше создадена во средно училиште Друга гимназија во Сараево и ја примени методологијата за тоа како се формира претстава од анонимно истражување спроведено на училиште.



Многу од сознанијата од кои произлезе Театарот на угнетените се стекнати при работа во образованието. Младинската театарска група ReACT спроведе анонимно истражување и прво направи триминутна поставка преку посети на часови, што ги инспирираше учениците да одговорат на три основни прашања од истражувањето: „Што сакаш да кажеш“? „На кого сакаш да му го кажеш тоа? „Зошто нема да го кажеш тоа“? Истражувајќи ги овие едноставни, но интимни прашања, се формираше претстава со мислите и дијалозите кои се движат од смешни до драматични теми, поттикнувајќи ја публиката да реагира и да размисли подобро за нашите односи.

Претставата е за наставник кој ја презема водечката улога во истражување на разни проблеми за кои тинејџерите не се осмелуваат да зборуваат, заедно со 15 ученици на сцената, претставувајќи вообичаен клас. Оваа претстава го користеше методот на Форум-театар, при што улогата на џокер ја презеде самиот наставник-актер, кој од самиот почеток постојано комуницираше со публиката (родители, наставници, браќа и сестри, членови на заедницата), свесен дека неговата улога е да делува спонтано, имагинативно и терапевтски, во смисла на поврзување на актерите со публиката, како и да формира дијалог што би водел до можно решавање на прашањата покренати во претставата. Некои од проблематиките покренати за време на претставата беа; хомосексуалност, анорексија, погрешна комуникација со родители, генерациски јаз, проблеми со наставниците, непочитување, зависности, семејно насилство, злоупотреба.

Сите прашања беа отворени преку монолози, дијалози и поставување домашна атмосфера меѓу актерите и наставникот. Стратегиите за проценка во Форум-театарот се водени од контекстот и се главно засегнати со давање глас на учесниците/актерите и спект-актерите. Така, проценката е повеќе фокусирана на тоа што се толкува, отколку на тоа како се изведув,а со цел да се постигне поширок ефект врз поединците и заедниците.

Следново се алатки и некои конкретни примери на активности што можат ефикасно да се користат, со цел да се бараат приказни за угнетување во заедницата на учесниците:

## Сликовен театар

Сликовен театар (види неколку поглавја погоре) е најшироко и најчесто користената алатка на ТУ за справување со прашањата што ги загрижуваат учесниците на сесиите на ТУ, вклучително и угнетувањата присутни во нивната заедница. Со воведување на Сливовниот театар, џокерот не само што ги опремува учесниците со ТУ алатки, туку создава контекст и безбедно опкружување за да се појават темите и приказните. Дури и преку првичните слики, џокерот може да добие јасна идеја кои теми одекнуваат силно кај вклучените учесници и би имале влијание кај пошироката публика од заедницата за време на сесијата на Форум-театарот. Важно нешто што треба да се има предвид при процесот на откопување/изнаоѓање на приказната е дека учесниците треба вистински да се грижат за темата/приказната, било да е тоа нивна лична или нечија друга; треба да изразат почит, бидејќи тоа сепак е нечија лична приказна кон која треба да покажат емпатија. На пример, активноста „Слика на светот“, опишана погоре во поглавје 9. Сливовниот театар може да се користи за изнаоѓање на теми и приказни кои се важни и имаат влијание кај учесниците и заедницата. Џокерот може да ги воведат следниве зборови/теми додека ги загрева учесниците: Зборови/теми: театар, мир, мајка, моќ, конфликт. Потоа џокерот/фасилитаторот го воведува зборот угнетување. Учесниците ги прават своите слики, а џокерот го слика екранот (screenshot) со сите слики (во зависност од големината на групата, џокерот ја дели групата во подгрупи и ги поставува во одделни онлајн соби, или ја прави активноста во пленарната група); тогаш џокерот/фасилитаторот прави мозаик од сликите од екранот, и ги споделува со сите, притоа анализирајќи ги заедно. Анализирање на сликата (продолжение): Нова тема им е зададена на учесниците, на пример, „Војна“ или „Театар“, и секој учесник создава своја слика. Фасилитаторот прашува: Што може да претставува оваа слика? Дали е метафора? Какво чувство изразува личноста? (Имајте предвид дека ретко можеме да гледаме на објективен начин. Најважно е сликата да прави целина, прикажувајќи го целото искуство со училиштето, војната, итн. Тоа е начин да се изрази внатрешниот свет). Сликите може да помогнат при предлагање на работи и теми кои не можеме да ги изразиме со зборови; на тој начин Сливовниот театар е од голема помош. Исто така, може да го снабди лицето со стратегија да открие што чувствува. Лицето, чијашто слика се анализира, ќе научи, исто како и сите други.



Друг начин да се дојде до приказните за угнетување е преку барање и истражување на симболите на угнетување. Следи конкретен пример на активност во таа насока:

## Симбол на угнетување

**Главни теми:** Угнетување и моќ

**Големина на групата:** Секаква

**Времетраење:** 30-40 мин.

**Реквизити:** Лист хартија, молив/пенкало

**Инструкции:** (навлегување во темата на угнетување)

1. Фасилитаторот ги замоува актерите/учесниците да размислат за угнетувањето во општеството и за симболите кои претставуваат угнетување и моќ. Може да ги запишат своите првични идеи во опцијата за разговор 'chat'.
2. Фасилитаторот ги мотивира актерите/учесниците да го истражат просторот околу нив и да најдат по еден симбол кој за нив претставува моќ или угнетување. Тој може да претставува групи кои имаат моќ во општеството, групи кои користат моќ над некои други групи, или пак поединци во општеството кои ја користат својата моќ врз некого.
3. Откако актерите/учесниците го избрале симболот, тие сега треба да бараат симбол што ја претставува угнетената група против која се користи моќта.
4. Актерите/учесниците ги поврзуваат предметите и треба да ја развијат приказната, конкретната ситуација, примерот за угнетување кој се обиделе да го изразат преку предметите.
5. Споделување на приказните.

**Белешка до фасилитаторот:** Охрабрете ги актерите/учесниците да размислат за различни предмети кои можат да претставуваат моќ и угнетување. Може да предложите нешто од следново:

- Вратоврска: како симбол на машката доминација
- Стол: како симбол на моќ, статус
- Униформа

Весник-театар е збир на вежби и техники во кои главниот извор за истражување на социјалните теми се весниците. Весник-театарот ја пренесува реалноста на фактите презентирани во вестите директно до гледачот. Секој може да го практикува. Првата техника што се користи е читање на веста, јасно и искрено, без коментар или мислење. Тоа може да се постигне со едноставно читање одвоено од контекстот на весникот и од почетниот формат. Друга техника може да вклучува вкрстено читање: две вести се читаат во вкрстена форма, при што едната фрла светлина врз другата, објаснувајќи ја и давајќи ѝ нова димензија. Исто така, постои можност за паралелно дејствување, при што актерите глумат додека се читаат вестите кои го покажуваат контекстот во кој навистина се случил пријавениот настан: на пример, некој ги слуша вестите и гледа дејство што визуелно го надополнува.

## Правење претстава (практични работи што треба да се имаат во предвид кога станува збор за онлајн театар)

Откако учесниците ќе ги изнајдат приказните за угнетување од нивната сопствена заедница и ќе ги споделат во големата група (преку Сликотен театар или на друг начин), џокерот ја дели групата на неколку подгрупи. Бројот на подгрупи зависи од вкупниот број на учесници, но генерално треба да има 3-5 учесници во секоја подгрупа. Џокерот создава посебни онлајн соби за секоја подгрупа и ги дели учесниците во собите каде што учесниците разговараат за приказните споделени на пленумот и решаваат која приказна најмногу одекнува кај нив, односно која би сакале ја развијат во сцена. Понатаму, тие разговараат за односот помеѓу ликовите, избираат клучна сцена на конфликт или претставуваат угнетување кое тие ќе го подготват и презентираат; разговараат за контекстот и дадените околности во кои се случува сцената и ги делат улогите меѓу себе. Во случај кога презентацијата се состои од неколку сцени, кога овие сцени се вежбаат (и подоцна кога се презентираат) само актерите кои играат улога во овие сцени ги имаат вклучено своите камери и микрофони - на сите други им се исклучени. Џокерот ги означува актерите кои играат во сцената со алатката 'spotlight'.

### Драматургија на Театарот на Угнетените

Учесниците изведуваат сцени/претстави. Инструкциите што ги добиваат се следниве:

- Изведбата мора да презентира некаков конфликт без решение
- Најмалку една секвенца мора да содржи дијалог
- Мора да се однесува на прашања поврзани со темата за градење мир
- Може да биде експериментална, не мора да е од класичен тип, може да биде перформанс, аудио-драма, може да се користат слики, монолози, звуци, скулптури, итн.

Користејќи ги грчките изрази „протагонист“ и „антагонист“, Форум-театарот се обидува да покаже личност (протагонистот), која се обидува да се справи со угнетувањето и на успева поради отпорот на една или повеќе пречки (антагонистите).

Во Театарот на угнетените се прави приказна, драма или кратка актерска точка која отсликува проблем или предизвик со кој што се соочуваме и го поттикнува размислувањето кај публиката.

Дискусијата на публиката по драматичниот завршеток им помага на присутните да препознаат образец на одговор на проблемот, заснован на некои од можните решенија кои ги понудила или претставила публиката. Предностите за гледачите вклучуваат проширување на нивното знаење за животот, подготовка за неочекувани или непознати ситуации, охрабрување да се зборува јавно за прашања од важни теми, зајакнување на семејното единство и поттикнување на поединците да станат одговорни за сопствените избори и да преземат позитивни активности.

Ова се прави со цел да им се понуди на гледачите можност да ги разгледаат социјалните теми, да им се обезбеди средства за пристап кон животните проблеми и да најдат различни можности за интервенција преку конкретни драматични примери. Некои од факторите што ја прават претставата ефикасна се следнива: употреба на драма со цел проблемот да се претстави поемотивно и непосредно; можност за раз-

лични социјални и возрасни групи да споделат заедничко искуство; проширување на знаењето на младите и возрасните за животот; изложеност на искуството на консултација за емотивна и интелектуална размена во атмосфера на поддршка; легитимизирање на позитивни постапки и однесување во умовите на младите гледачи; развој на колективно или индивидуално размислување во потрага по можни позитивни насоки кон животните проблеми на свој начин.

## Градење лик

Лицето кое сака да изгради лик треба да даде сè од себе и да знае сè што е можно во врска со тој лик што сака да го изгради. Не станува збор само за претставување на фактите во врска со ликот, туку треба да се навлезе подлабоко за да се разберат мотивите, заднината/историјата на ликот, нивното минато и како тоа влијаело врз развојот на ликот што сакаат да го создадат или разберат.

Video tutorial: Developing a character



Видео упатство за Градење на лик е достапно на:

<http://www.seeyn.org/elearning/mod/hvp/view.php?id=388и>

[https://www.youtube.com/watch?v=YSTXjI5U4SM&feature=emb\\_title](https://www.youtube.com/watch?v=YSTXjI5U4SM&feature=emb_title)

Не само поставување прашања само за ликот, што помага за создавање на реалистичен, веродостоен лик, туку честопати случајните прашања резултираат со нови информации за ликот, што му помага на авторот да ги победи своите ограничувања. Замислете како ликот седи до вас и ве храни со информации за себе. Потоа пополнете ги одговорите на прашањата како што ги добивате. Во зависност од вашиот лик, може да најдете многу други прашања кои можете да ги поставите и коишто ќе ви овозможат дополнителен увид во ликот и повеќе материјал за вашата приказна, што заедно ќе го збогати вашиот опис и ќе го направи ликот да изгледа тродимензионален за читателите. Прашалникот за ликот е одличен начин да го натераме нашиот мозок да работи во нови насоки, влијае на нашиот начин на размислување и помага да се разбере различноста.

Може да следуваат прашања поврзани со: физичко присуство, карактер, однесување, ставови, пријатели и семејство, врски, минато и иднина, љубов, конфликт, работа, образование, хоби, омилени работи, своини, духовност, вредности, секојдневен живот.

Општи прашања за развојот на ликот: Кои беа соништата/желбите на ликот како дете? Што сонува ликот за сопствената иднина? Кој беше клучниот момент во минатото, во личната биографија, што го направи ликот да бидат она што е сега? Која е улогата на ликот во приказната? Каква динамика постои помеѓу ликот и другите ликови околу него? Како се произнесува внатрешниот живот низ телото?

## Игри и активности кои придонесуваат за градење на ликот:

### Поврзи ме

**Главни теми:** Градење лик

**Големина на група:** Секаква

**Времетраење:** /

**Реквизити:** Нема

**Инструкции:** Фасилитаторот им дава список со зборови на учесниците и им објаснува дека имаат три минути да напишат нешто за себе поврзано со дадените зборови.

На пример, ако зборот „Лондон“ е на листата, тие можат да напишат: „Бев во Лондон минатиот месец“, или: „Лондон е местото каде што еден ден би сакал да живеам“.

По истекот на тие три минути, фасилитаторот ги замолува студентите да ги споделат своите информации со другите (во мали простории или на пленарна седница).

Зборови кои може да се употребат:

- јаготка
- Лондон
- кампување
- небо
- една година

## Претворање на предмети во субјекти

**Главни теми:** Градење лик

**Големина на група:** Секаква

**Времетраење:** /

**Реквизити:** Нема

**Инструкции:** Секоја личност од групата помислува на некој предмет. Ако предметот е во нивната соба, не треба да им го покажат пред камерата на другите учесници на почетокот. Ако предметот не е во собата, може да биде замислен предмет што секој може да го избере .

Учесниците по редослед се однесуваат како самите да се тој предмет, прават слика на предметот, го имитираат предметот, разговараат како да се тој предмет. Презентираат како тој изгледа, како се чувствува, како стои, го попримаат физичкиот изглед на предметот, ги замислуваат емоциите, верувањата, соништата, надежите и желбите на предметот. Откако секој по ред ќе го објасни својот избран предмет, подоцна ако сака може да воспостави врска со друг предмет, некој што учесниците го презентирале. Како се комбинираат? Зошто? Што може да произлезе од тоа? Можете ли да изградите кратка приказна со комбинирани предмети? Каква е нивната корелација?



## Среќен-лут-тажен-среќен

**Главни теми:** Градење лик

**Големина на група:** Секаква

**Времетраење:** 10 мин.

**Реквизити:** Нема

**Инструкции:** Фокусирајте се на карактеризацијата при брзо менување на емоциите. Фасилитаторот објаснува дека секој на крај ќе изброи до 20, и како што брои фасилитаторот, тие ќе се движат низ различни емоции, изразувајќи ги со своите гласови и тела.

Започнете со Среќните броеви од 1 - 5, а потоа воведете ги тажните броеви и така натаму:

1 - 5 - Среќен

6 - 10 - Лут

10 - 15 - Тажен

15 - 20 - Среќен

**Варијации:** Изменете со различни броеви или различни емоции.

Бројте поединечно во кругот.

Заменете ги броевите со редови од монолог или со сценарио што треба да се вежба; едно лице чита, а останатите емотивно реагираат на приказната.

## Жешко столче

**Главни теми:** Вештини за комуникација

**Големина на група:** Секаква

**Времетраење:** 20-40 мин.

**Реквизити:** Нема

**Инструкции:** Групата се дели на две групи. На секоја група доделете ѝ теми за кои тие можат да дискутираат и поставете време колку долго сакате тие да зборуваат на одредена тема. Секоја група треба да најде начин да ги поддржи своите идеи, верувања, факти, стереотипи, митови засновани на темата и ставот што им е даден. За почеток има две жешки столчиња, по едно за секоја група. Двајца учесници, по еден од секоја група, го заземаат местото и започнуваат да зборуваат за својот темата. По неколку минути, учесниците од нивните групи можат да кренат рака и да побараат да го заменат членот на нивниот тим, го преземаат местото и ја продолжуваат дискусијата.

- Религија - религиозна личност против атеист;
- Еднакви права - еднакви права за сите, наместо мажите да доминираат во светот (сексизам наспроти феминизам);
- Воспитување на деца - воспитување на деца со строга дисциплина наспроти пуштање на децата да бидат слободни, дозволувајќи им да прават грешки, водејќи ги полека;
- Живеење во село наспроти живеење во град;
- Изградба на повеќе инфраструктурни патишта, фабрики за вработување наспроти оставање повеќе зеленило и чување на животната средина;
- Соработка наспроти конкуренција.

## Процес на Форум-театар (интервенции)

Целта е да се олесни дијалогот и да им се овозможи на учесниците да најдат решенија за проблемите со кои се соочуваат, споделувајќи приказни засновани врз искуство од угнетување. На некој начин тој е трансформативен, бидејќи угнетувачот е секогаш во публиката во некаква манифестација. Тој/таа е секогаш дел од живата заедница, без разлика дали е тоа на микро или макро ниво, како поединец или како интернализирана моќ. Форум-театарот помага да се стави крај на циклусите на угнетување преку употреба на театар во кој и угнетените и угнетувачите се гледаат себеси на сцената како вистински луѓе и легитимни членови на заедницата, вклучени во нивните сложени борби.

Ова е театар што произлегува од процесот и проблемите во заедницата и нуди простор за гласовите кои најчесто не се слушаат во мејнстрим театарот; се дискутираат прашања за кои многу ретко се дискутира, а можноста за учество на целата заедница е терапевтски процес и вредност. Тоа е можност за креативен дијалог заснован на заедницата.

Театарот е создаден и изведен од членови на заедницата кои живеат со проблемите кои се истражуваат.

Учесниците создаваат кратка претстава, која се изведува еднаш и во која публиката може да ги види ситуацијата и презентираниот проблем. Приказната се развива до кризниот момент и застанува тука, без да понуди решение. Во Форум-театарот претставата се изведува повторно, со можност членовите на публиката слободно да го замрзнуваат дејството и да интервенираат во кој било момент во кој ќе го препознаат угнетувањето. Член од публиката може да плесне со рацете или да каже „стоп“, па дури и да излезе на сцената и да понуди или испроба некоја идеја. Останатите актери реагираат во склоп на нивните ликови. Ова се нарекува интервенција. Претставата мора да биде осмислена да ја охрабри публиката да го надмине театарскиот простор. Интервенцијата се случува кога членовите на публиката сметаат дека ситуацијата толку ги вовлекува што сметаат дека немаат друг избор освен да направат нешто.

Важно е да се спомене дека ликовите на угнетувачот и угнетуваниот се поврзани во театарска смисла, понекогаш тоа може да е истиот лик. Тие се неразделен дел од истата мрежа и ги одразуваат истите модели на однесување. Ако сакаме да ставиме крај на циклусите на угнетување, зајакнувањето на угнетените е само еден чекор по бројни чекори што доведуваат до заздравување на поголема мрежа или заедница.

Интервенциите се покана за публиката да излезе на сцената, да замени лик кој е угнетувач и да испроба идеја за разбивање на угнетувањето. Претставите што ги создаваме мора што повеќе да ја содржат сложеноста на реалниот живот. На пример, мажите ги заменуваат жените, жените ги заменуваат мажите, младите ги заменуваат старите лица, богатите ги заменуваат сиромашните и обратно и така натаму. Ова е процес на учење на една активна заедница преку длабок и вистински дијалог, заснован на емпатија и доверба. Во проект на Форум-театарот, актерите и режисерот никогаш не ја пишуваат приказната. Она што ликовите си го кажуваат едни на други произлегува од интеракцијата помеѓу џокерот (види во „Улогата на џокерот“) и актерите кои се членови на заедницата. Она што го добиваме е вистинскиот глас на изведувачите.

## Улогата на Џокерот

Video tutorial: The role of the Joker



Видео уатство за улогата на џокерот е достапно на <http://www.seeyn.org/elearning/mod/hvp/view.php?id=391> и [https://www.youtube.com/watch?v=XY7gLEbXNxY&feature=emb\\_title](https://www.youtube.com/watch?v=XY7gLEbXNxY&feature=emb_title)

Клучен елемент на Форум-театарот е улогата на фасилитаторот, позната како Џокер. Августо Боал го користел терминот Џокер за да ја инспирира и означи неговата функција. Практикувањето на Театарот на угнетените претрпе револуционерна промена кога за време на една изведба еден гледач од публиката спонтано излезе на сцената и се вмеша во дејството на претставата. Боал сфати дека се руши четвртиот ѕид помеѓу актерот и публиката, што и се бара во еден политички свесен театар.

Џокерот ја игра клучната улога во премостување на двата света на претставата (измислениот свет) и публиката (реалниот свет) преку директно обраќање кон гледачите и ликовите и преку олеснување на нивните интеракции. Џокерот е обично режисер, или тренер на театарска компанија, или групен едукатор.

Џокерот потсетува на дворскиот шут од средновековниот двор, кој имал дозвола да се потсмева со владејачкиот естаблишмент и да посочува на незгодните вистини на разигран и забавен начин. Џокерот отелотворува креативна моќ, вешто манипулирајќи со повеќе елементи. Џокерот го држи драматичниот процес отворен и не им дозволува на учесниците да дојдат до лесни или едноставни решенија (Боал го нарекува џокерот „отежнувач“ наместо „олеснувач“).

Улога на џокерот е да создаде нарушувања со давање глас на луѓе кои вообичаено не би биле слушнати, или со поттикнување на поединци кои манифестираат спротивставени гласови. Овие нарушувања потоа ја поставуваат динамиката на групата што доведува до промени. Се чини дека главната улога на џокерот е да предизвика колективна креативност со воспоставување услови во кои веројатно некоја новина ќе се појави. Џокерот е таму за да го урне четвртиот ѕид од самиот почеток. Размената на двата света на претставата помеѓу актерите и публиката е позната како метакса, а џокерот е најважната личност која ја отвора вратата помеѓу нив. Бла-

годарение на неговиот придонес, таканаречената метакса се случува и се трансформира.

Состојбата на целосно и истовремено припаѓање на два различни, автономни света: сликата на реалноста и реалноста на сликата. Учесниците ги споделуваат и припаѓаат на овие два автономни света; нивната реалност и сликата за нивната реалност, што тие самите ја создале (Боал, 1995).

Улогата на џокерот е да создаде клима на доверба и заемна поддршка за да ѝ помогне на заедницата да помине низ чувствата на несигурност, страв, конфузија и сомнеж во себе. Користењето на театарскиот јазик за да им се помогне на заедниците да станат поповрзани и со тоа и поживи, покреативни и способни да предизвикаат промени, навистина има зајакнувачко дејство. Поимот пракса тука е дејството што произлегува од овие рефлексии. Џокерот има многу функции, сите театарски. Џокерот треба да биде сочувствителен, но не треба да биде во улога на советник или терапевт. Џокерот е и театарски режисер и лице за поддршка, но не треба да има премногу моќ бидејќи тој ќе ја напушти заедницата по завршувањето на процесот. Џокерот мора да може да ги насети и да им служи на потребите на публиката и да создаде безбеден простор за изразување, како и да управува со резултатите од идеите од публиката и да ја насочува комуникацијата со публиката.

Треба да се напомене дека процесот никогаш не треба да постои како формула за да се избегне тој да делува механички. Функционирањето во рамки на парадигма го отежнува препознавањето на проблемите на одредена заедница. Ако се однесуваме со заедницата како машина која секогаш ќе реагира на ист начин на истата вежба, ќе ја изгубиме нашата способност навистина да слушаме, навистина да видиме и да направиме промена. Џокерот прави чекор во таа насока, која е важна за оваа заедница, за овој конкретен момент, овде и сега. Какви прашања може џокерот да ѝ постави на групата или на публиката е клучно, бидејќи изнудува моментални одговори. Да се практикува улогата на џокер во мрежниот простор е слично како на физичкото присуство, бидејќи неговата улога е да посредува во дискусијата помеѓу актерите и „спект-актерите“. "Spect-actor" е поим на Боал и како што навестува самото име, тоа е фигура која намерно и самосвесно ги населува двата света, набљудува и делува. За спект-актерот често се смета дека чувствува емпатија кон драматичниот лик. Постојат три важни тврдења, кои треба да се разгледаат во текот на процесот: дека театарот е секогаш политички, дека учеството е од витално значење и дека емпатијата е алатка што може да се користи за угнетување или радикално – нешто што постојано се потврдува со Театарот на угнетените.

## КВИЗ : За улогата на Џокерот

Прашање 1: Која е улогата на џокерот во процесот на Форум-театарот?

- да отвори дискусија
- да понуди решенија
- да го следи и модерира процесот
- да направи актерите спект-акторите да се чувствуваат безбедно кога отвораат деликатни прашања

Одговор: Сè е точно, освен одговорот: „да понуди решенија“

Прашање 2: Ако за време на интервенција на сцена спект-акторот го обземат емоции, џокерот реагира на начин што:

- нуди емпатија
- им олеснува на луѓето да споделат информации
- му дава на знаење на спект-акторот дека не е сам/сама во ситуацијата и чувствата и нуди поширока слика на проблемот;
- не реагира, бидејќи џокерот не е терапевт

Одговор: Сè е точно, освен одговорот: “не реагира... ”

Прашање 3: Кои карактеристики и вештини е пожелно да ги поседува џокерот:

- емпатија
- фасилитаторски вештини
- провокативност
- дипломатичност
- чувствителност
- актерски вештини

Одговор: Сè е точно, освен одговорот: “глумечки вештини“

Прашање 4: Целта на џокерот е да:

- ги охрабри спек-акторите да размислат за конфликтите
- да им помогне да ги разберат улогите во сценариото
- да манипулира и влијае
- да внимава на “магични решенија, т.е. на нереални решенија

Одговор: Сè е точно, освен одговорот: “манипулира и влијае“

Прашање 5: Џокерот мора секогаш

- да прискокне во секоја ситуација
- да биде свесен за сопствениот физички изглед, однесување и невербална комуникација
- да го одржува текот на настанот
- да има директно влијание врз насоката на приказната
- да потпрашува и да ги подобрува постапките на другите
- да го замени актерот и ја преземи улогата

Одговор: Сè е точно, освен одговорот: “Да има директно влијание врз насоката на приказната”

Прашање 6: Можни прашања кои џокерот треба да ги има во предвид:

- Што виде пред малку?
- Со кои од ликовите се поистоветуваш?
- Кој лик се соочува со проблемот?
- Кој е угнетувачот?
- Дали е ова реалистична ситуација?
- Доколку беше уредник на весник, каков наслов би му дал/дала на претставата?
- Дали сите се подготвени да продолжат напред?
- На чија страна си?

Одговор: Погрешни одговори се: “Кој е угнетувачот?” и “На чија страна си?”

Прашење 7: Џокерот преку својот пристап се обидува да:

- развије колективно размислување во потрага по позитивни решенија во секојдневниот живот
- да се стекне со искуство во себеизразувањето
- да ја користи моќта на групата
- да ја подготви публиката за неочекувани ситуации во животот
- да го елиминира стравот од непознатото и со тоа да елиминира било каков облик на агресија
- да направи анализа и да се однесува како сезнајко

Одговор: Погрешен одговор е: „Да направи анализа и да се однесува како сезнајко“.

Прашање 8: При привршување на форумот, џокерот мора:

- да ја потсети публиката дека улогите се одглумени од актери
- да го затвори форумот без да го одвои актерот од ликот пред публиката
- да ги претстави актерите посебно со име и да им даде време да ја „симнат“ улогата
- да ја покани публиката по претставата да продолжи да им се обраќа на актерите како да се во нивните улоги
- да се заблагодари на публиката за нејзиното учество и да ја охрабри да се бунува против угнетувањето.

-Одговор: Сè е точно, освен одговорите: „ да се заблагодари на публиката за нејзиното учество и да ја охрабри да се бунува против угнетувањето“ и „да го затвори форумот без да го одвои актерот од ликот пред публиката“.

## Поставување на агенда за онлајн обука/работилница на Театарот на угнетените

### Листа на работи што треба да се имаат предвид

Водењето обука или работилница на далечина, особено кога станува збор за театарската работа, носи многу предизвици. Тука се наведени неколку работи што треба да ги имате на ум при организирање и спроведување активности на театар преку интернет.

Пред обуката/работилницата:

- Бидете сигурни дека имате добра и стабилна интернет врска;
- Проверете дали сте ја презеле ZOOM апликацијата на вашиот уред;
- Проверете дали вашиот микрофон, камера и звучници се функционални и дали работат;
- Проверете дали имате доволно простор за движење наоколу, за станување итн.;
- Проверете дали сте облечени пријатно за време на сесиите;

Информирајте ги учесниците пред обуката/работилницата за истите работи, испраќајќи го краткиот водич до учесниците/изведувачите неколку дена пред настанот.

За време на обуката/работилницата:

- Создадете безбеден простор за луѓето вклучени во процесот. Поставете на интернет бараат повнимателен пристап, па затоа е навистина важно да се осигурате дека секој се чувствува доволно отворено и безбедно за да ги сподели своите ставови и/или лични приказни. Ова може да го постигнете преку поставување на правила што ќе важат во групата уште при првата сесија. Некои од тие правила може да бидат следниве:
  - Бидете точни и на време (т.е. најмалку 10 мин. Пред почетокот на сесијата, за да се погответе (проверете ја врската, микрофонот, звучниците итн.);
  - Исклучете го вашиот микрофон кога не зборувате;
  - Кренете рака (користете ја опцијата на ZOOM);
  - Дефинирајте сигнал за запирање на активноста (било да е визуелно или аудио);
  - „Што и да се случи во Вегас, останува во Вегас“;
  - Комуницирајте со почит кон другите;
  - Слушајте ги туѓите мислења;
  - Запомнете дека работиме на истражување, а не на разрешување;
  - Поддржувајте ги учесниците и работете како „тим“;
  - Изразувајте се со заменката „Јас“ кога разговарате за проблеми/прашања;
  - Доколку сакате да ги снимате сесиите, побарајте дозвола од учесниците/изведувачите;
  - Користете карактеристики и опции од апликација кои веќе сте ги испробале. Може да испробате која било опција преку интернет што сакате да ја користите пред обуката, за да се осигурате дека функционира правилно и е соодветна за вашата активност.

## Пример за агенда на работилница/обука на Театарот на угнетените

Во овој дел може да се види пример за процесот на Театарот на угнетените, како и предлог за активности кои може да се применат во вашата работа. Го вклучува целиот процес, насоки за философијата на методот, избор на темите, подготовка на претставата, како и интервенции врз веќе подготвената претстава.

Пример за процес (сценарио) на Театарот на угнетените:

ВРЕМЕ	АКТИВНОСТ	ОПИС НА АКТИВНОСТА	МЕТОД	МАТЕРИЈАЛИ/ЛИНКОВИ	ТРЕНЕР
<b>Сесија 1: Запознавање/ Вовед во Театарот на угнетените.</b>					
10 мин.	<b>Вовед</b>	Вовед во обуката/работилницата	Презентација	/	/
10 мин.	<b>Пишување на името со помош на телото</b>	Оваа игра е објаснета во делот „Игри и вежби“		/	/
30 мин.	<b>Приказна за името</b>	Играта е објаснета во делот „Игри и вежби“	Игра	Случајни средби во одделни соби на ZOOM пред почеток на активността	/
20 мин.	<b>Групен договор /Основни правила</b>	Оваа активност е објаснета во делот „Агенда на обуката/работилницата на Театарот на угнетените“	Групна работа	/	/
5 мин.	<b>Завршеток/Рефлексии</b>	Фасилитаторот ги повикува учесниците да споделат еден збор (во chat) за тоа како се чувствуваат по првата сесија. Доколку некој сака да го сподели тоа со групата, може накусо усно да се изјасни како се чувствува.	Рефлексии	/	/



## Сесија 2. Вовед во Театарот на Угнетените и отворање на прашањата за угнетувањето

5 – 7 мин.	<b>Освој го просторот (лакт-колелно)</b>	Оваа игра е објаснета во Дел 7: Игри и вежби.	Вежба за подигнување на нивото на енергијата/ играта	Participants provide space for themselves.	/
20 мин.	<b>Претставување преку предмет</b>	Оваа активност е објаснета во делот: Игри и Вежби.	/	/	/
45 мин. 35 мин. групна работа + 10 мин. споделување во пленарната просторија	<b>Симбол на угнетувањето</b>	Оваа активност е објаснета во делот „Изнаоѓање на приказните/темите/прашањата“	Групна работа и кратки презентации во пленарната просторија	Засебни соби на ZOOM	/
10-15 мин.	<b>Вовед во Театарот на угнетените</b>	Повеќе информации можете да најдете во делот „Вовед во Театарот на угнетените“	Кратка презентација	/	/
5 мин.	<b>Рефлексии</b>	Учесниците се осврнуваат на денот преку одговарање како се чувствуваат на скалата од 1 до 10	Рефлексии	/	/

## Сесија 3: Вовед во Сlikовен театар

5 мин.	<b>Ја земам топката</b>	Оваа активност е објаснета во делот „Игри и вежби“	Вежба за подигнување на нивото на енергијата	/	/
10 мин.	<b>Вежба Огледало</b>	Оваа активност е објаснета во делот „Сlikовен театар, употреба и пракса“	Вежба	Одделни соби на ZOOM	/

45 мин.	<b>Слика на светот/процес на Сlikовен театар</b>	Оваа активност е објаснета во делот „Сlikовен театар, употреба и пракса“	Вежба	Алатката pin video или spotlight to everyone на ZOOM	/
10 мин.	<b>Дискусија</b>	Учесниците ги дискутираат отворените социјални прашања и проблеми	/	Засебни соби на ZOOM	/
5 мин.	<b>Рефлексии - пленарна просторија</b>	Осврт на активноста и темите кои беа дискутирани во посебни онлајн соби.	Рефлексии, дискусија	/	/

#### Сесија 4: Заедничка слика

20 мин.	<b>Броење во парови: 1,2,3</b>	Оваа активност е објаснета во делот „Игри и вежби.“	Вежба за подигнување на нивото на енергија, игра за концентрација	Посебни онлајн соби, поделени во парови	/
40 мин.	<b>Избор на тема</b>	Учесниците во групи ја одбираат темата/конкретен пример на угнетување.	Групна работа	Поделени во посебни онлајн соби како во активноста „Сlikовен театар - групна работа“	/
10 мин.	<b>Рефлексии</b>	Осврт на денот. Учесниците покажуваат како се чувствуваат преку звук и движење.	Рефлексии, игра		/

#### Сесија 5: Угнетување во мојата заедница

5 - 7 мин.	<b>Допри сино</b>	Оваа игра е објаснета во делот „Игри и вежби“	Вежба за подигнување на нивото на енергија	/	/
5 - 7 мин.	<b>Што правиш</b>	Оваа игра е објаснета во делот „Игри и вежби“	Игра	/	/

25 мин.	<b>Скулптура и глина</b>	Оваа активност е објаснета во делот „Сликовен театар, употреба и пракса	Exercise/ Group work	/	/
50 мин.	<b>Заедничка слика/ Сложувалка</b>	Оваа активност е објаснета во делот „Сликовен театар, употреба и пракса“	Вежба	/	/
10 мин.	<b>Презентации на сликите</b>	Групите ги презентираат нивните слики.	/	/	/
10 мин.	<b>Рефлексии</b>	Учесниците се осврнуваат на активноста.	Рефлексии	/	/

## Сесија 6:

10 мин.	<b>Смешно лице</b>	Оваа активност е објаснета во делот „Игри и вежби“	Вежба за подигнување на нивото на енергија/ Игра	/	/
30 мин.	<b>Создавање на песна</b>	Оваа активност е објаснета во делот „Динамизација на слики“	Процес на динамизација	/	/
30 - 40 мин.	<b>Градење на ликот</b>	Оваа активност е објаснета во делот „Градење лик“	Процес на динамизација	/	/
15 мин.	<b>Седум љубовни допири</b>	Оваа активност е објаснета во делот „Игри и вежби“	Игра	/	/
5 мин.	<b>Рефлексии</b>	Учесниците се осврнуваат на активностите	Рефлексии	/	/

## Сесија 7: Динамизација и развој на сцена

5 мин.	<b>Вежба за подигнување на нивото на енергија</b>	Одберете една вежба за подигнување на нивото на енергија од делот „Игри и вежби“	Energizer	/	/
40 мин.	<b>Динамизација - движење и звук</b>	Оваа активност е објаснета во делот „Динамизација на слики“	Динамизација на слики	/	/
40 мин.	<b>Подготовка на претставата</b>	Повеќе информации за тоа како се подготвува претставата и драматургијата на Театарот на угнетените се наоѓа во делот „Драматургија на Театарот на угнетените“	Групна работа	/	/
5 мин.	<b>Рефлексии</b>	Учесниците се осврнуваат на активностите	Рефлексии	/	/

## Сесија 8: Улогата на џокерот и интервенциите

5 мин.	<b>Вежба за подигнување на нивото на енергија</b>	Одберете една вежба за подигнување на нивото на енергија од делот „Игри и вежби“	Вежба за подигнување на нивото на енергија	/	/
70 мин.	<b>Презентации на претставата и интервенции</b>	Повеќе информации за како да се спроведат интервенции во Форум-театарот онлајн се наоѓаат во делот: Процес на Форум-театарот (интервенции)	Интервенции во Форум-театарот	/	/

15 мин.	<b>Рефлексии</b>	Осврт на социјалните проблеми кои беа начнати и на понудените можни решенија	Рефлексии	/	/
---------	------------------	--	-----------	---	---

## Сесија 9 : Завршеток

20 мин.	<b>Рефлексии за целокупната обука/ работилница</b>	Учесниците се осврнуваат на целокупната обука/работилница.	Рефлексии	/	/
25 мин.	<b>Евалуација</b>	Евалуација на обуката/работилницата.	Евалуација	/	/

## Заклучок/Препораки

Како што беше објаснето во воведот, прирачникот е наменет за сите (мировни) едукатори во формалното и неформалното образование, како што се наставници и училишни едукатори, работници во заедницата, театарски професионалци, младински работници и младински едукатори во невладиниот сектор итн., кои би сакале да применат уметнички техники во нивните образовни активности. Создаден е имајќи предвид дека искуството од учење базирано на Театарот на угнетените може да биде понудено во широк спектар на средини, локации, настани и кај различни групи ученици.

Прирачникот, вклучувајќи ги поголемиот дел од игрите, вежбите и другите активности, веќе беше имплементиран и тестиран со група на луѓе од разни делови од Балканот, со различни културолошки и професионални заднини, за време на петдневен интензивен тренинг курс. Сè што е предложено/препорачано во прирачникот е добро осмислено однапред со цел да биде добро прилагодено за онлајн употреба. Прирачникот се самообјаснува и е лесен за употреба за сите луѓе и институции кои би сакале да направат промена во нивната заедница.

Имплементирањето на Театарот на угнетените онлајн носи со себе извесни предизвици и затоа е важно да се има предвид листа на работи кои би ве подготвиле вас и вашиот тим за тоа како најдобро да го примените Театарот на угнетените на далечина. Повеќе практични насоки во врска со ова може да се најдат во делот на прирачникот наречен „Поставување на агенда за обука/работилница на онлајн Театар на угнетените ” и под „Листа на работи што треба да се имаат предвид“.

Во исто време, и покрај можните предизвици што можат да се појават, врз основа на искуството можеме да заклучиме дека со добра подготовка за обуката и со обезбедување на мотивирана група на учесници, сите можни предизвици можат да бидат следени и надминати. Бидете свесни дека методологијата Театарот на угнетените постојано се менува; самиот Боал ги покани практичарите да ги изменат неговите методи според потребите на групите и да се прилагодат на локалниот контекст, со цел најдобро да ја постигнат целта и да ги зајакнат заедниците. Не заборавајте да играте, истражувате, бидејќитоа е суштината на овој метод, истовремено останувајќи отворени за нови модалитети. Имајте на умдека и неуспехот е дел од процесот. Театарот на угнетените учи да продолжиме да се обидуваме и да мечтаеме.

Боал: „Забрането е одење по тревата. Не е забрането да летате над тревата.“

## Користена литература и дополнителни ресурси

1. Шоуто Зипопо, Здружение за креативно морално образование (The ZiPopo show, Association for Creative Moral Education)
2. Фреир, Паоло (2017): Педагогијана угнетените, Пингвин Букс, Бразил (Freire, Paolo (2017): The Pedagogy of the Oppressed, Penguin Books, Brazil)
3. Боал, Августо (1979): Театар на угнетените, Плуту прес, Лондон (Boal, Augusto (1979): Theatre of the Oppressed, Pluto press, London)
4. Боал, Аугусто (1992): Игри за актери и не-актери, Рутлиц, Лондон (Boal, Augusto (1992): Games for Actors and Non-actors, Routledge, London).
5. <https://www.orlandorep.com/kids-need-theatre/>
6. <https://www.deseret.com/2014/3/17/20537566/a-teaching-role-how-theater-enhances-academic-ability-performance-in-youths#young-actors-participate-in-a-performance-of-university-of-utah-youth-theatres-crow-and-weasel> и <https://www.aate.com/benefits-of-theatre-ed>
7. <https://envs.ucsc.edu/internships/internship-readings/freire-pedagogy-of-the-oppressed.pdf>
8. Боал, Августо (1979): Театар на угнетените, Плуту прес, Лондон ,(Boal, Augusto (1979) : Theatre of the Oppressed, Pluto Press, London).
9. Боал, Августо (1992): Игри за актери и не-актери, Рутлиц, Лондон (Boal, Augusto (1992): Games for Actors and Non- Actors, Routledge, London)
10. Боал, Августо (1995): Виножитото на желбата, Рутлиц, Лондон (Boal, Augusto (1995): The Rainbow of Desire, Routledge, London)
11. Боал, Августо (1998): Законодавен театар: Користење на претстава за правење политика, Рутлиц, Лондон (Boal, Augusto (1998): The Legislative theatre; Using Performance to Make Politics, Routledge, London)
12. [https://fontys.nl/Professionals-en-werkgevers/Opleidingen-en-cursussen/Master-Kunsteducatie-deeltijd1.htm?fbclid=IwAR1zKpnbD7Ot8W8xhqEvXHQGZ7\\_\\_jIEIzi9yMNRafq60-k2OWuMPfA3ECJ8](https://fontys.nl/Professionals-en-werkgevers/Opleidingen-en-cursussen/Master-Kunsteducatie-deeltijd1.htm?fbclid=IwAR1zKpnbD7Ot8W8xhqEvXHQGZ7__jIEIzi9yMNRafq60-k2OWuMPfA3ECJ8)
13. Боал, Августо (1992): „Игри за актери и не-актери“, (Поглавје 3: страница 49), Рутлиц, Лондон (Boal, Augusto (1992):“Games for actors and non-actors“, (Chapter 3: page 49), Routledge, London).
14. Јохари прозорец, создаден од психолозите Џозеф Луфт (1916–2014) и Харингтон Ингам (1916–1995) во 1955 година (Johari Window created by psychologists Joseph Luft (1916–2014) and Harrington Ingham (1916–1995) in 1955)
15. Фреир, Паоло (2017), Педагогијана угнетените, Пингвин Букс, Бразил (Freire, Paolo (2017) , The Pedagogy of the Oppressed, Penguin Books, Brazil)
16. Боал, Августо, Работилници на Театар на угнетените, конференции во март 1996 и 1997 година на Универзитетот во Небраска/Омаха (Boal, Augusto, Theatre of the Oppressed Workshops, March 1996 and 1997 Conferences at the University of Nebraska/Omaha)





# TEATRI I SHTYPURVE

NË HAPËSIRËN DIGJITALE  
2020



## DORACAK PËR EDUKATORË

Besnik Leka, Demir Mekiq, Ida Avdibegoviq-Karahasanoviq, Jasmina Bilaloviq



## Përmbajtja

Hyrje.....	6
Kujt i dedikohet doracaku?.....	7
Për çfarë mund të përdoret Teatri i të Shtypurve?.....	7
Fuqia e Teatrit të të Shtypurve.....	8
Çfarë është konkretisht Teatri i të Shtypurve?.....	10
Ripërkufizimi i hapësirës së TSh-së, online teatrit dhe fizikalitetit gjatë Covid-19; çështjet e shtypjes në kohë krize.....	13
Lojëra dhe ushtrime për online Teatrin e të Shtypurve.....	15
Kategorizimi i lojërave dhe ushtrimeve në Teatrin e të Shtypurve .....	16
Njohim atë që prekim: kryqin dhe rrethin.....	17
Njohim atë që dëgjojmë: Numërimi në çifte ("1-2-3").....	17
Dinamizmi i disa shqisave: Pushtu hapësirën (bërryl-gju).....	18
Njohim atë që shohim në "Çfarë ka ndryshuar?" .....	19
Loja pasqyrë.....	19
Memoria e shqisave: Kujtimi i së djeshmes.....	19
Zbatimi i lojërave dhe ushtrimeve të TSH-së, në funksione të ndryshme që lidhen me punën në grupe dhe menaxhimin e dinamikës së grupeve.....	20
Shkrimi i emrit me ndihmën e trupit.....	20
Çohuni, uluni, majtas, djathtas.....	20
E marr topin .....	21
Dritarja Johari (aktivitet / lojë).....	21
Prezantim përmes objektit.....	23
Lojë- histori për emrin.....	23
Marrëdhënia me karrige.....	24
Improvizim.....	24
Imagjinoni kërcimin tuaj.....	24
Këndojmë ndërsa bie shi.....	25
Prek blu.....	25
Shtatë prekje dashurie.....	26
Personazhe në lëvizje.....	26
Ndërtimi i ndërlikimit.....	27

Fytyrë qesharake.....	27
Çfarë bën?.....	28
Teatër me imazhe, ushtrime për përdorim dhe praktikë.....	29
Ushtrime për Teatrin e imazheve.....	31
Imazhi i botës.....	31
Imazhi i familjes.....	32
Imazh i përbashkët / lojë me bashkim pjesësh figure.....	32
Përfundimi i imazhit.....	32
Imazhe të lirisë dhe shtypjes.....	33
Fuqia nga 1 në 5.....	33
Skulptura / Ushtrime për skalitje.....	33
Dinamizimi i imazheve.....	34
Gjetja e tregimeve / temave / pyetjeve.....	35
Simbol i shtypjes.....	40
Krijimi i shfaqjes (gjëra praktike që duhet pasur parasysh kur bëhet fjalë për teatrin online).....	41
Dramaturgjia e Teatrit të të Shtypurve .....	41
Ndërtimi i karakterit.....	42
Lojëra dhe aktivitete që kontribuojnë në ndërtimin e karakterit: 43	
Më lidh.....	43
Shndërrimi i objekteve në subjekte.....	43
Gëzuar-zemëruar-trishtuar-lumtur.....	44
Karrige e nxehtë.....	44
Procesi i Teatrit Forum (ndërhyrje).....	45
Roli i Xhokerit.....	46
Vendosja e agjendës për trajnim/punëtori në internet për Teatrin e të Shtypurve.....	51
Lista e gjërave që duhet pasur parasysh.....	51
Shembull për agjendë pune / trajnim për Teatrin e të Shtypurve.....	52
Përfundim / Rekomandime.....	58
Literatura e përdorur dhe burimet shtesë.....	59

## Hyrje

Forumi ZFD Maqedoni, në partneritet me Media Artes (Ohër) vendosi të hulumtojnë mundësitë dhe të krijojë burime edukative, të trajnojnë dhe frymëzojnë edukatorë paqësorë nga Ballkani Perëndimor për përdorimin e teknikave alternative dramaturgjike dhe teatrore gjatë mësimit në distancë - ose më konkretisht për përdorimin e formave teatrale të teatrit të të shtypurve për edukim paqësor në hapësirën digjitale.

Për atë qëllim, partnerët, me mbështetjen e një ekipi profesionistësh të kualifikuar, të përbërë nga Besnik Leka, Demir Mekiq, Ida Avdibegović - Karahasanović, Jasmina Bilalović, Dragan Atanasov, Gjorgji Llazov dhe me mbështetjen e Klementina Dupont - Praktikant në Forumin ZFD 'SEEYN learning house' - online platformë për mësim e Rrjetit Rinor në Evropën Juglindore, zhvilluan dhe zbatuan trajnim në distancë për edukatorë dhe krijuan disa burime arsimore të formateve të ndryshme për përdorimin e Teatrit të të Shtypurve në hapësirën digjitale dhe mësimin në distancë.

Botimi para Ju është një nga burimet që dolën nga ky partneritet. Bëhet fjalë për doracak trajnimi për edukatorët (paqësor) mbi përdorimin e formave teatrale të Teatrit të të Shtypurve në edukimin paqësor në hapësirën digjitale. Në të, edukatorët paqësorë mund të gjejnë informacione, udhëzime, sugjerime, ide dhe frymëzime për programe trajnimi dhe aktivitete që mund t'i ndihmojnë ata në përpjekjet e tyre të organizojnë dhe zbatojnë mundësi për edukim paqësor bazuar në teatrin e të shtypurve, në mjedisin e afërt, si dhe në distancë.



## Kujt i dedikohet doracaku?

Ky doracak është krijuar për të gjithë edukatorët (paqësor) në arsimin formal dhe joformal, siç janë mësuesit, edukatorët e shkollave, punonjësit e komunitetit, profesionistët e teatrit, punëtorët rinor dhe edukatorët rinor në sektorin e OJQ-ve, etj., të cilët dëshirojnë të zbatojnë teknikat artistike në veprimtaritë e tyre arsimore. Është krijuar duke pasur parasysh se përvoja nga mësimi bazuar në Teatrin e të Shtypurve mund të ofrohet në një gamë të gjerë mjedisesh, vendndodhjesh, ngjarjesh dhe me grupe të ndryshme nxënësish, si për shembull:

- Fëmijët dhe të rinjtë
- Të rriturit: (familjet, prindërit, fqinjët, mësuesit, edukatorët dhe njerëzit me formime dhe profile të ndryshme profesionale, p.sh. gazetarë, biznesmenë, policë, mjekë (terapistë), mësues, punëtorë, vendimmarrës, etj.)

Gjatë kësaj periudhe, për shkak të pandemisë Covid 19, ka shumë përpjekje për të përshtatur teknika të ndryshme arsimore që do të jenë të zbatueshme në Internet. Ky doracak është një nga ato përpjekje për të përshtatur përdorimin e teknikave të të mësuarit bazuar në teatër dhe dramë në një mjedis tjetër arsimor dhe për të siguruar online alternativë për edukatorët paqësorë në këto kohë të vështira.

## Për çfarë mund të përdoret Teatri i të Shtypurve?

Teatri i të shtypurve mund të jetë një teknikë shumë e vlefshme që, në varësi të kontekstit, nevojave dhe qëllimit të të mësuarit, mund të përdoret:

- Të krijojë hapësirë për prezantimin dhe mendimin për situatat, ngjarjet, ndjenjat, mendimet, idetë, vlerat, qëndrimet, sjelljet, marrëdhëniet, etj.;
- Të forcojë hulumtimin e situatës kritike dhe të menduarit kritik;
- T'i kushtojë vëmendje dhe të sigurojë hapësirë për hulumtime mbi natyrën sistematike të formave të ndryshme të shtypjes;
- Të hulumtojë dhe mbështesë të kuptuarit e një individi konkret, grupi ose problemi ose çështje sociale;
- Të ofrojë zgjedhje, për t'u dhënë zë atyre që janë të shtypur;
- Të eksplorohe mënyrat e angazhimit të synuar sipas standardeve dhe alternativave të mundshme;
- Të krijojë hapësirë mësimore përmes ndarjes së përvojave,
- Të motivojë dhe frymëzojë ndryshim pozitiv. Në disa situata, i përdorur nga profesionistë të trajnuar dhe në mjedis profesional, Teatri i të Shtypurve mund të konsiderohet gjithashtu si teknikë e fuqishme sistematike psiko-terapeutike.

Teatri është një instrument shumë i fuqishëm në procesin arsimor sepse siguron shkallë të caktuar intimiteti dhe angazhimi të audiencës në nivel fizik, intelektual dhe emocional. Teatri i Forumit është "provë kolektive për realitetin". Siç shprehet Boal, teatri është "gjuhë njerëzore" (Boal, 2004), kështu që programet arsimore të teatrit në komunitet u mundësojnë njerëzve të zhvillojnë talentet dhe aftësitë e tyre të brendshme, duke i ndihmuar ata të shprehen në forma të reja.<sup>1</sup>

Teatri i të Shtypurve është i përshtatshëm për përdorim me grupe të ndryshme njerëzish dhe moshash dhe mund të përdoret për t'i dhënë atyre mundësinë të përfshihen në përvojë të vetme mësimore me hulumtim, mendim dhe diskutim së bashku për tema të ndryshme. Pjesëmarrësit realizojnë dramatizim të shkurtër, i cili reflekton ndonjë pikë të ndjeshme dhe stimulon bisedën midis grupit të spektatorëve, duke lejuar që besimet dhe qëndrimet e shumëvjeçare të dalin në shesh.

Teatri i të Shtypurve paraqet arsenal të teknikave dhe lojërave teatrale që synojnë të motivojnë njerëzit, të rivendosin dialogun e vërtetë dhe të krijojnë hapësirë për pjesëmarrësit për të praktikuar "ndërmarrjen e veprimeve". Fillon me idenë se të gjithë kanë kapacitet të veprojnë në "teatrin" e jetës së tyre; të gjithë janë edhe aktor edhe spektator. Ne jemi spekt-aktorë ("**spect-actors**") - një term i shpikur nga Augusto Boal për të përshkruar ata që marrin pjesë në Teatrin e Forumit. Ai i referohet rolit të dyfishtë të atyre që janë përfshirë në proces si spektator, ashtu edhe si aktor, pasi të njëjtit njëkohësisht vëzhgojnë dhe krijojnë kuptim dramatik duke ndërmarrë veprime në shfaqjen.

Teatri i të shtypurve bazohet në besimin themelor se të gjithë kemi talente të brendshme të cilat mund t'i aplikojmë për të mësuar gjëra të reja për veten tonë. Kjo paraqet bazën e qëllimit të shfaqjes, të sigurojë "Trajnim etik përmes dramës interaktive". Vetë natyra e teatrit të të shtypurve, përfshirë inkurajimin e arteve dramatike (skenarizimi, aktrimi dhe regjia), lejon një debat momental kreativ për të diskutuar rreth dilemave nga jeta reale dhe shumë shpesh për herë të parë. Qëllimi i shfaqjes është të krijojë diskutim në lidhje me gjetjen e mënyrave dhe qasjeve të ndryshme, njëkohësisht duke inkurajuar dialogun e hapur dhe përgjegjësinë tek secili individ. Qëllimi është që të detyrojë pjesëmarrësit të hulumtojnë dhe analizojnë supozimet dhe të marrin guximin të mendojnë në mënyrë të pavarur.

Boal tregon se kur jemi thjesht anëtarë pasivë të audiencës, ne transferojmë dëshirën tonë për të vepruar mbi personazhet me të cilët identifikohemi dhe më pas e gjejmë atë dëshirë të ngopur ndërsa konflikti zgjidhet në skenë, në film ose në lajme. Katarza si zëvendësim për veprim. Strategjitë edukative teatrale të Boal "riaktivizojnë realitetin", duke e bërë më të lehtë për audiencat të eksplorojnë çështje që ndikojnë në jetën e tyre, duke identifikuar shkaqet themelore të problemeve dhe duke ju ndihmuar të gjejnë zgjidhje reale dhe praktike për të përmirësuar situatën e tyre - një proces që Freire (1970) e quajti "konkretizim".<sup>2</sup>

Boal (1979) kërkon të inkurajojë njerëzit të njohin dhe luftojnë shtypjen në jetën e tyre të shkaktuar nga faktorë të jashtëm (sistemi shfrytëzues, udhëheqja në pushtet, institucionet që mbajnë të gjallë padrejtësinë dhe diskriminimin, etj.) Teatri i të shtypurve më tepër përqendrohet në kontekstin social. Gjithashtu ai paraqet formën e tregimit përmes artit

<sup>1</sup> Zipopo Shou, Asociacioni për Arsim Moral Kreativ  
<sup>2</sup> Freir, PaoloP(2017): Pedagogjia e të shtypurve, Pinguin Books, Brazil

skenik, dramës, aktrimit që i angazhon si mendjen ashtu dhe zemrën e interpretuesit, si edhe të shikuesit.

Në mënyrë tipike, procesi përbëhet nga:

- Identifikimi i problemit ose çështjes që duhet të zgjidhet në shoqëri;
- Hulumtim mbi temën;
- Krijimi i ideve dhe prezantimi i një historie ose koncepti që tregon mundësi dhe zgjedhje në mënyrë kreative;
- Konsultimet mbi planin e veprimit dhe përgatitjen e performancës që do të shprehin problemin dhe mënyrat e mundshme për ballafaqim me problemin (përfshirë regjinë artistike, muzikën, kostumet / rekuizitat, aktivitetet pas performancës, etj.);
- Zbatimi i planit (p.sh. organizimi i shfaqjeve, përpjekja për të arritur një audiencë të gjerë);
- Analizë mbi tërë procesin, duke marrë parasysh atë që ka pasur sukses dhe çfarë mund të përmirësohet, dhe përpjekje të implementohen mënyra të mundshme për përmirësim.

Në çdo rast, është e rëndësishme të përcaktohet këtu se çfarë mund të jetë specifike për rolin e Teatrit për të Shtypurit. Ka disa pikëpamje sipas të cilave Teatri i të Shtypurve është i organizuar dhe autonom në vetvete. Siç sugjeron Boal, teatri është armë inherente, veçanërisht "armë efektive"<sup>3</sup>, ndryshe nga format e tjera të artit, për shembull letërsia, sepse krijon kontakte të drejtpërdrejta me audiencën e saj. Në Teatrin e të Shtypurve, Boal citon katër qasje të ndryshme praktike që ndihmojnë në theksimin e rëndësisë së kushteve të nevojshme për praktikimin e kësaj forme të teatrit.. Kjo shpjegohet më tej praktikisht në Lojërat për aktorë dhe jo-aktorë<sup>4</sup>. Ky libër përmban parimin themelor që formon strukturën praktike të Teatrit të të Shtypurve dhe propozon pesë kategori aktivitete:

1. Njohim atë që prekim;
2. Njohim atë që dëgjojmë;
3. Dinamizimi i disa shqisave;
4. Njohim atë që shohim;
5. Memoria e shqisave.

Në kuadër të secilës prej këtyre aktiviteteve, ka disa kategori të ndryshme. Për shembull: **Njohim atë që prekim**, është i përbërë nga disa ushtrime të përgjithshme si shëtitje, mesazhe, lojëra për integrim dhe gravitet; **Njohim atë që dëgjojmë** përfshin ritmin, melodinë, tingullin, ritmin e frymëmarrjes dhe ritmin e brendshëm; **Dinamizimi i disa shqisave** kombinon aktivitetet paraprake, për shembull përdorim një mbulesë për sytë në mënyrë që të inkurajojmë ndjeshmërinë ndaj zërit, hapësirës dhe njëri-tjetrit. **Njohim atë që shohim**, prezanton teknikat e Teatrit të Figurës, për shembull, mund të përdorim ushtrime me pasqyra, të kalojmë te skulptura, krijimi i imazheve dhe lojëra me personazhe. **Memoria e shqisave** na bën të formojmë imazh, duke shprehur kështu ose tema specifike ose përvojat tona.

---

<sup>3</sup> Boal, Augusto (1979): Teatri i të shtypurve, Pluto Pres, Londër.

<sup>4</sup> Boal, Augusto (1992): Lojëra për aktorë dhe jo-aktorë, Rutledge, Londër.



Këto kategori janë të rëndësishme nëse duam të shqyrtojmë praktikën e Teatrit të të Shtypurve. Gjithmonë është e rëndësishme të jeni të vetëdijshëm për këtë praktikë nëse keni kohë të kufizuar - nga përvoja jonë në online punëtoritë, elementët themelor mund të përfshihen madje edhe nëse koha është e kufizuar: përgatitja e trupit, përdorimi i lojërave për lidhje me grupin dhe përforsim, fokusimi në vendosjen e çështjeve të fuqisë, krijimi i imazheve dhe dinamizmi dhe transformimi i tyre.

Teatri i të shtypurve shpesh është quhet si - trupi i teknikave teatrale dhe i referohet një "trupit" shumë më të madh - "trup" kompleks, ndërdisiplinar, shumëvokal i njohurive filozofike që përfshin veprat e Paulo Freire dhe Bertolt Brecht, karnavalin dhe cirkun, avangardën teatrale të Brazilit të mesit të shekulli të njëzetë, ndikimet e Hegelit dhe Aristotelit. Fuqia e teatrit është të imagjinojë një përvojë të drejtpërdrejtë që është gjithashtu transcendent. Një moment unik që kalon kudo. Kritikë që ofron zgjidhje konkrete. Platformë e hapur mundësisht që nuk merr asgjë si të mirëqenë.

## Teatri i (Të Shtypurve) dhe edukimi për ndërtimin e paqes

Duke përdorur teatrin për transformim personal dhe shoqëror, të rinjtë fuqizohen dhe bëhen bartës aktivë të ndryshimeve pozitive në komunitetet e tyre dhe në mënyrë proaktive ballafaqohen me sfidat që prekin ata dhe komunitetet e tyre. Përmes teatrit, fëmijët dhe të rinjtë me prejardhje të ndryshme mësojnë se si të punojnë së bashku në ekipe, të krijojnë dhe interpretojnë shfaqje artistike dhe të fitojnë aftësi jetësore si vendimmarrje konsultative, mendim krijues dhe kritik, vetë-shprehje, tolerancë, zgjidhja e konflikteve dhe aftësi organizative.

Nuk është e qartë pse artet do të konsideroheshin dytësore krahasuar me lëndët thelbësore. Kërkimet tregojnë se duke marrë pjesë në teatër, të rinjtë mësojnë gjëra të tilla si: kreativiteti, bashkëpunimi, ndërtim i ekipit, aftësi komunikimi, mendim kritik, etj. Studime të tjera tregojnë se programet solide të teatrit shkollor ndihmojnë në përmirësimin e suksesit dhe rregullsisë së nxënësve.



Shikoni videon në dispozicion në: <https://youtu.be/0B918Lqjlyk> dhe <http://www.seeyn.org/elearning/mod/hvp/view.php?id=385>

Teatri përdor vallëzimin, dramën, pikturën, muzikën dhe lëvizjen si mjete për ilustrim dhe përforsim të të nxënësve. Në të gjithë botën, arti ka dëshmuar të jetë një formë e fuqishme e komunikimit jo-verbal dhe kanal i drejtpërdrejtë për të arritur tek zemrat po ashtu edhe tek mendjet e njerëzve. Ndërsa kuptimi i të rinjve / të rriturve rritet, ata do të "performojnë" rregullisht përpara një audience të larmishme, duke vepruar kështu si shumëzues dhe duke përhapur arsimimin e tyre tek bashkëmoshatarët dhe komunitetet e tyre. Përveç kësaj, teatri do të inkurajojë të rinjtë të marrin pjesë në shërbime të

5 <https://www.orlandorep.com/kids-need-theatre/>

6 <https://www.deseret.com/2014/3/17/20537566/a-teaching-role-how-theatre-enhances-academic-ability-performance-in-youths#young-actors-participate-in-a-performance-of-university>

<https://www.aate.com/benefits-of-theatre-ed>

ndryshme në komunitet, për shembull, puna vullnetare. Kështu, të rinjtë do të përjetojnë nga dora e parë rëndësinë e angazhimit qytetar dhe do të zhvillojnë ndjenjë përgjegjësie për komunitetet e tyre.

## Çfarë është konkretisht Teatri i të Shtypurve?

Teatri i të Shtypurve është një formë e teatrit, të cilin e ka zhvilluar Augusto Boal, praktikues i teatrit dhe aktivist politik në vitet 1970. Augusto Boal vjen nga një epokë specifike në historinë braziliane, e njohur si epoka e Vargas (1930-1945), një epokë e paqëndrueshme politikisht, epokë e diktaturës ushtarake që rezultoi në ndarje shoqërore, varfëri dhe diskriminim. E gjithë kjo ndikoi fuqishëm mbi këtë sistem fenomenal, kompleks të teknikave të zhvilluara për t'i dhënë teatrit rolin e tij themelor dhe trashëgiminë për ndërhyrje politike dhe ripërcaktimin paqësor të rregullave të shoqërisë.



Foto Augusto Boal em aula sobre o Teatro do Oprimido em SP, em 1979. извор: <https://www1.folha.uol.com.br/ilustrada/1184477-serie-de-leituras-e-debates-em-sp-rec-upera-a-obra-de-augusto-boal.shtml>

Kjo metodë përdor teatrin si mjet të ndryshimit politik dhe social dhe përbëhet nga një seri lojërash, ushtrimesh dhe teknikash që përfshijnë trupin, shqisat dhe angazhojnë përvojat personale të pjesëmarrësve për të krijuar mundësi për mendim kritik të realitetit tonë shoqëror, të ndërtojnë dialog dhe së bashku të kërkojnë zgjidhje nga poshtë-lart për çështje sociale. Bëhet fjalë për formë interaktive dhe pjesëmarrëse e teatrit dhe krijon hapësirë të sigurt që njerëzit të praktikojnë veprimet e tyre dhe të gjejnë mënyra të ndryshme të transformimit personal dhe shoqëror që ata mund t'i zbatojnë më vonë në realitet.

Teatri i të Shtypurve ka një prapavijë të fortë shoqërore dhe politike, pasi A. Boal u frymëzua nga shumë teoricienë dhe aktivistë, veçanërisht puna e Paulo Freire dhe libri i tij "Pedagogjia e të Shtypurve".<sup>7</sup> Fillimisht, Boal përdori metodën e tij të punës me fshatarë dhe punëtorë në Brazil me qëllim t'i aftësonte të luftonin pabarazinë dhe shtypjen në shoqëri. Nuk ka spektator në Teatrin e të Shtypurve të Boal, që vetëm vëzhgon në mënyrë pasive veprimet e aktorit. Personi bëhet spekt-aktor (**spect-actor**) duke u angazhuar dhe reaguuar, duke bërë ndryshime konkrete në skenë.

Nuk ekziston "muri i katërt", kështu që publiku në shfaqje krijon vizionin e tij të shfaqjes, me dhënien e zgjidhjeve konkrete për çështjet e paraqitura. ("Teatri i të Shtypurve" nga Augusto Boal)<sup>8</sup>

Boal rendit disa faza gjatë bërjes së spekt-aktorit:

- **Faza e parë: njohja e trupit tuaj.** Në këtë fazë personi bëhet i vetëdijshëm për trupin, tingullin dhe lëvizjen.
- **Faza e dytë: shprehja e trupit.** Fytyra mëson se si të shprehet përmes trupit.
- Në fazën e tretë, ka nivele të ndryshme të pjesëmarrjes:
- **Dramaturgjia simultane** - ku personi nga audienca u jep udhëzime aktorëve se si të sillen dhe si ta zgjidhin problemin.
- **Teatri i imazheve** - ku personi shpreh ndjenjat dhe pikëpamjet e tij përmes imazheve.
- **Teatri i forumit** - ku publiku ndërhyr duke marrë rolin e protagonistit në skenat e përgatitura dhe ndryshon drejtimin e shfaqjes.
- **Faza e katërt:** teatri si ligjërimit. Mbahet dialog dhe audienca merr pjesë aktivisht në dialog.

Teatri i të Shtypurve ka shumë teknika që janë zhvilluar në periudha të ndryshme kohore, në varësi të nevojave të përcaktuara të komunitetit. Ato kanë pësuar ndryshime me kalimin e kohës dhe Boal zhvilloi teknika të reja. Të gjitha ato janë paraqitur në "**pema e Teatrit të të Shtypurve**" por shkurtimisht do t'i shqyrtojmë edhe këtu:

**Lojërat kanë** rregulla të qarta por në të njëjtën kohë nxjerrin në pah kreativitetin dhe lirinë. Shërbejnë për të thyer barrierat dhe për të krijuar hapësirë të sigurt. ("Lojëra për aktorë dhe jo-aktorë" nga Augusto Boal)<sup>9</sup>

**Teatri i imazheve** është teknikë ku pjesëmarrësit në proces komunikojnë duke përdorur trupin e tyre për të krijuar imazhe të palëvizshme përmes të cilave ata shprehin idetë, qëndrimet dhe / ose ndjenjat e tyre.

**Teatri i forumit** është një nga teknikat më të njohura që hap dialog mbi çështje të caktuara sociale dhe të rëndësishme, përmes përfshirjes së audiencës, duke i ftuar ata të ofrojnë zgjidhje për një problem të caktuar.

---

7 <https://envs.ucsc.edu/internships/internship-readings/freire-pedagogy-of-the-oppressed.pdf>

8 Boal, Augusto (1979) : Teatri i të shtypurve, Pluto pres, Londër

9 Boalo, Augusto (1992): Lojëra për aktorë dhe jo aktorë, Rutlixh, Londër

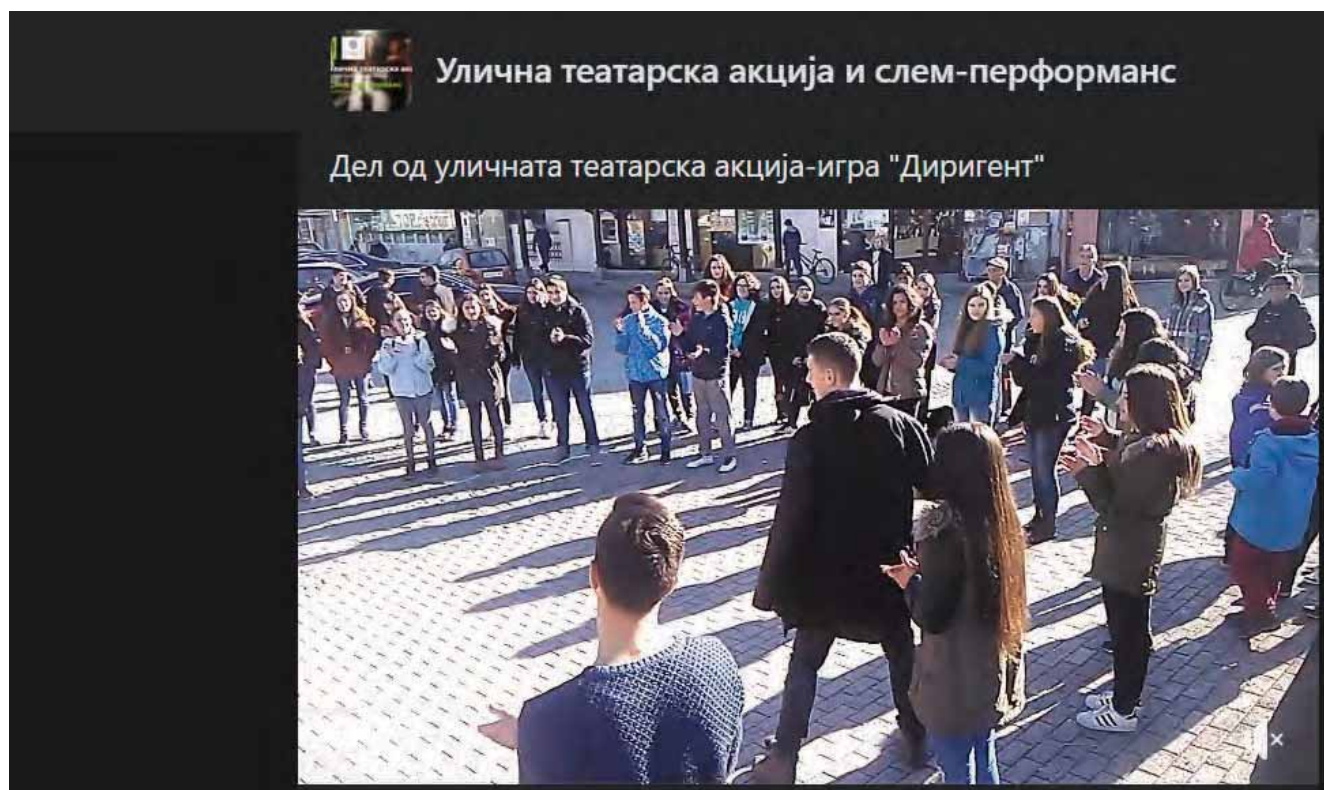
**Teatri Gazetë** është një grup ushtrime dhe teknika ku burimi kryesor për kërkime mbi çështje sociale të caktuara janë gazetat.

**Ylber dëshirash** është teknikë që merret me shtypjen e brendshme. (emocione dhe çrregullime mendore, norma të brendshme). Zakonisht përdor imazhet si mjet për të hulumtuar ato probleme. Në shumë mënyra i ngjan psiko-dramës ose një socio-drame, por Boal thekson se rolet e përcaktuara nga kultura janë më të rëndësishme sesa karakteristikat individuale ose dinamika e familjes. ("Ylberi i dëshirës" nga Augusto Boal)<sup>10</sup>

**Teatër i padukshëm** përdor hapësirën publike për të paraqitur skenën me shtypjen. Skena luhet si ngjarje e vërtetë dhe qëllimi është të eksplorojmë reagimet e komunitetit ndaj çështjeve të ndryshme por edhe të paraqesim probleme të rëndësishme me të cilat përballet komuniteti.

**Teatri legjislativ** është një teknikë e ngjashme me Forum Teatrin, por përqendrohet në ligje dhe legjislacion specifik, duke bashkuar qytetarët dhe përfaqësuesit e institucioneve. Ky është niveli më i lartë i pjesëmarrjes së një individi, përmes krijimit të drejtpërdrejtë të ligjeve. ("Teatri Legjislativ: Përdorimi i shfaqjes për të bërë politikë") nga Augusto Boal)<sup>11</sup>

**Aksion i drejtpërdrejtë** është teknikë e ngjashme me Teatrin e Padukshëm. Nënkupton qasje teatrale ndaj protestave, demonstratave, marshimeve... (shembull për aksionin teatror në rrugë, i organizuar me të rinj në Ohër, si pjesë e një fushate për të rritur ndërgjegjësimin për aktivizmin rinor dhe angazhimin qytetar mund të shihet në linkun në vijim: [https://www.facebook.com/events/376277606052359/?active\\_tab=discussion](https://www.facebook.com/events/376277606052359/?active_tab=discussion))



Teatri i të Shtypurve përdoret në të gjithë botën për aktivizëm shoqëror dhe politik, ndërtimin e komunitetit, zgjidhjen e konflikteve dhe shumë çështje të tjera dhe njihet nga UNESCO si mjet për ndryshime sociale.

<sup>10</sup> Boal, Augusto (1995): Ylberi i dëshirës, Rutledge, Londër.

<sup>11</sup> Boal, Augusto (1998): Teatri Legjislativ; Përdorimi i Shfaqjes për të bërë politikë, Rutledge, Londër.

## Ripërkufizimi i hapësirës së TSh-së, online teatrit dhe fizikalitetit gjatë Covid-19; çështjet e shtypjes në kohë krize

Teatri, si arti i "këtu dhe tani", si dhe medium artistik me dinamikën më të fortë shoqërore, është ndër disiplinat artistike që janë prekur më shumë nga pandemia e shkaktuar nga virusi korona. Në këto kohë kur distancimi shoqëror bëhet imperativ dhe normë e re, dhe mbledhjet publike janë të kufizuara ose të ndaluara plotësisht, marrëdhëniet ndërvepruese dhe ndërveprimi janë në një proces të transformimit të përhershëm, të pakthyesëm. Është e pashmangshme që ky transformim të pasqyrohet në dramaturgjinë e re, korona / pas korona dhe në procesin dhe teknologjinë e krijimit dhe shfaqjes teatrale për audiencën.

Pas reagimit fillestar me rezistencë, mjaft shpejt pas shpërthimit të pandemisë, shumë punëtorë të teatrit filluan të kërkonin mënyra për të përshtatur veten dhe punën e tyre me "normalin e ri" që nënkupton distancë sociale, izolim dhe kufizim, duke kërkuar formate për atë se si të përshtatin punën e tyre me kushtet e reja. Ngarkimi i videove me përmbajtje teatrale të regjistruar në internet, si dhe transmetimi i drejtpërdrejtë i shfaqjeve të sapo krijuara, janë disa nga këto formate të reja. Është debatuar në mesin e praktikuesve të teatrit, se online teatri nuk është dhe nuk mund të jetë një zëvendësim për teatrin e vërtetë. Argumentet tregojnë se thelbi i kënaqësisë dhe shijimit të artit teatror qëndron në një fakt relacioni; atë të gjallërisë së jashtëzakonshme të shfaqjes që "shihet" në vendin e ngjarjes; në kuptimin më të gjerë të mundshëm të fjalës: të pranuar, të perceptuar ose të njohur. Ky argument mbështetet nga ideja se kënaqësia që marrim nga teatri nuk kufizohet në kufijtë e estetikës; por ndjenja e bashkësisë, afërsisë dhe lojës që është karakteristike për afërsi të tillë dhe që është më e vjetër dhe më e rëndësishme se dimensionin estetik të teatrit.

Të ngjashme janë sfidat edhe në procesin arsimor në kohë pandemie. Sfidat kryesore të krijimit dhe mirëmbajtjes së online mësimdhënies lidhen me faktin se nuk ka prani fizike (pa aromë, pa prekje, etj.) në hapësirën online. Mungesa e ndërveprimit me audiencën do të thotë që forma të caktuara të performancës nuk janë të mundshme; dhe është gjithashtu e vështirë të mbahet vëmendja e nxënësve / audiencave në online hapësirën.

Kur bëhet fjalë për nevojat dhe sfidat e procesit të mësimdhënies / të të nxënësve, koha dhe hapësira janë elemente kyçe në këtë proces, si për mësuesin ashtu edhe për nxënësin. Për të zgjidhur këtë, duhet të zhvillohen forma arti dhe / ose mësimdhënie që janë përshtatur me platformat online, ose veçanërisht të përshtatura për internet.

Teatri i të Shtypurve, është një nga kryqëzimet më të mëdha midis teatrit dhe arsimit, adreson sfidat me të cilat përballen të dy disiplinat. Në mënyrën e tij normale, regjim fizik jashtë rrjetit, e bën atë një nga mjetet më efektive për mësim nga përvoja, si për individët ashtu edhe për komunitetet.

Kur bëhet fjalë për problemin e shtypjes, ai është gjithmonë i pranishëm dhe veçanërisht aktiv në kohë krizash. Duke hyrë në më shumë detaje, nëse shikojmë prapa në jetën gjatë muajve që nga fillimi i pandemisë, do të identifikojmë se ka disa tema që janë të përbashkëta për të gjithë njerëzit, globalisht (ose të paktën në shumicën e botës perëndimore). Njëri prej tyre përfundimisht ka të bëjë me ndarjen e hapësirës së jetesës në shtëpitë tona, me "shokët e dhomës" (qofshin anëtarët e familjes sonë, partnerët apo shokët e klasës), në kohë të distancës fizike dhe anktheve dhe sfidave që shkojnë bashkë me to.

Tema tjetër lidhet me çështjen e punës nga shtëpia kundrejt kthimit në zyrë, me lehtësimin e masave kufizuese; nëse sistemi kërkon të zgjedhim midis karrierës dhe shëndetit të familjes tonë? Dhe, sigurisht, protestat në mbështetje të të drejtave të njeriut, mbeten edhe më të spikatura në kohë krizash globale.

Video tutorial: ToO digital space: possibilities and challenges



Shihni mundësitë dhe sfidat për zbatimin e Teatrit të të Shtypurve online në linqet e mëposhtme: [https://www.youtube.com/watch?v=JHHwQFCFHsY&feature=emb\\_title](https://www.youtube.com/watch?v=JHHwQFCFHsY&feature=emb_title) / <http://www.seeyn.org/elearning/mod/hvp/view.php?id=456>

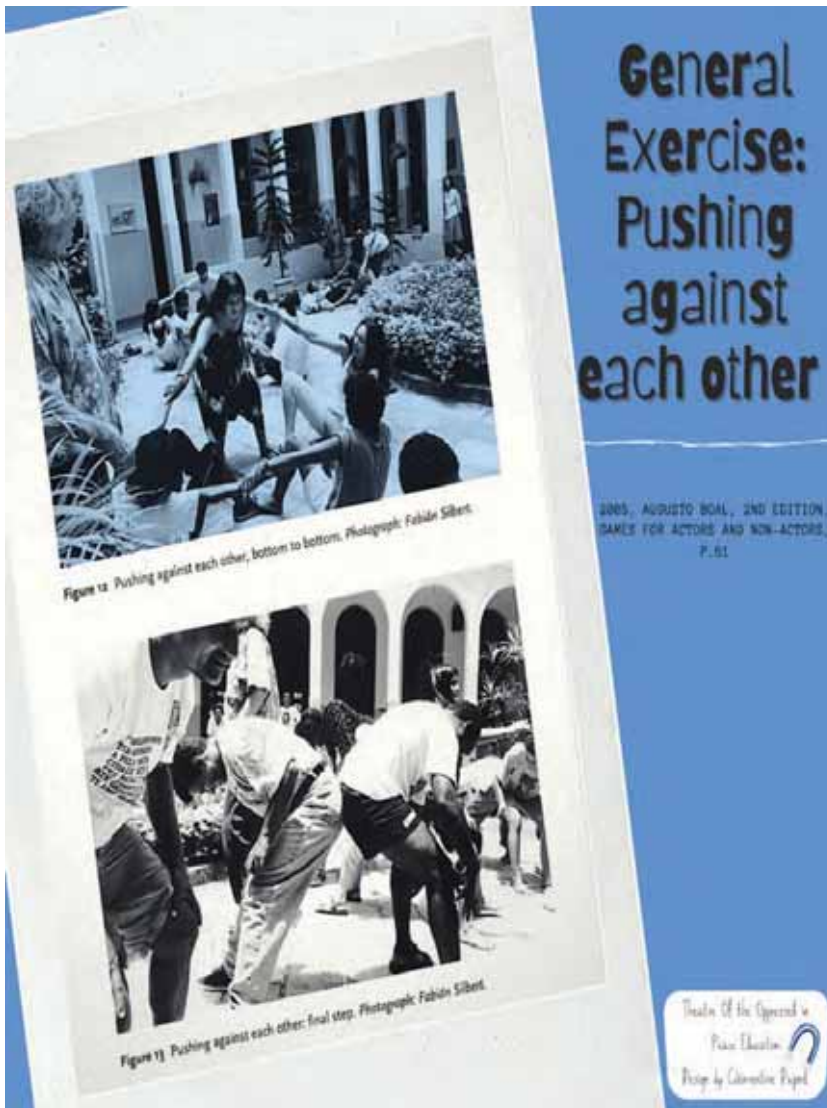
Përkundër gjithë kësaj, duke pasur parasysh të gjitha të mirat dhe të këqijat e online teatrit, duhet të pranojmë se nevoja për dialog dhe veprim krijues jo vetëm që mbetet në kohë pandemie, por është edhe më akute. Internet platformat mund dhe japin një kontekst për dialog të përgjithshëm (në përkufizimin e tij thelbësor si një rrjedhë e rëndësishme). Kur bëhet fjalë për online teatrin (përfshirë Teatrin e të Shtypurve), territori është ende i pashkelur, pasi çështja e aktivitetit fizik në internet hapësirën mbetet ende e pazgjidhur.

Në kohë kur bashkësitë e tëra ekzistuese po hyjnë në internet dhe të reja po krijohen gjithashtu në internet, disa institute të përfshira në arsimin e lartë të arteve, përfshirë artet skenike (të tilla si Universiteti Fontis për arsim për artet në Holandë)<sup>12</sup> I cili përdor modelin SAMR dhe teknologjitë e realitetit të ndryshuar), filluan të zhvillojnë programe kërkimore dhe teknologji se si të përmirësohet cilësia e përvojës - në performancë dhe mësim - dhe sensin e pranisë në botën virtuale. A do të zëvendësojnë këto teknologji të reja praninë e vërtetë fizike dhe a do të kompensojnë cilësinë e përvojës teatrore siç e njohim ne? Me siguri, jo. Por, ne besojmë se përmes hulumtimit të çështjes për fizikalitetin dhe praninë në hapësirën e rrjetit, ato patjetër do të kontribuojnë në cilësinë e të nxënimit. Projekti ynë për online Teatrin e të Shtypurve synon gjithashtu të kontribuojë në këtë drejtim.

<sup>12</sup> [https://fontys.nl/Professionals-en-werkgevers/Opleiding-en-en-cursussen/Master-Kunsteducatie-deeltijd1.htm?fbclid=IwAR1zKPhbD70t8W8xhqEvXHQGZ7\\_\\_jIEIzi9yMNRafq60-k20WuMPfA3ECJ8](https://fontys.nl/Professionals-en-werkgevers/Opleiding-en-en-cursussen/Master-Kunsteducatie-deeltijd1.htm?fbclid=IwAR1zKPhbD70t8W8xhqEvXHQGZ7__jIEIzi9yMNRafq60-k20WuMPfA3ECJ8)

## Lojëra dhe ushtrime për online Teatrin e të Shtypurve

Teatri i të Shtypurve si dhe Forum Teatri si metoda e tij më e njohur dhe më popullore, përdor lojëra dhe ushtrime si pjesë e arsenalit të tij.



Lojërat kanë për qëllim rritjen e ekspresivitetit të trupit si dërgues dhe marrës i mesazheve. Lojërat janë një lloj dialogu dhe atyre u duhet bashkëbisedues. Loja është ekstroverte. Disa nga lojërat që përdoren në Teatrin e të Shtypurve u zhvilluan nga një larmi lojërash për fëmijë, nga e gjithë bota, dhe në fakt janë adaptime. Pjesa tjetër u shpik përmes punës së themeluesit / babait të Teatrit të të Shtypurve, vetë Augusto Boal. Nga ana tjetër, ushtrimet përfshijnë lëvizje fizike, muskulore (frymëmarrëse, motorike, vokale) dhe përdoren për të ndihmuar interpretuesit e Teatrit të të Shtypurve të fitojnë njohuri dhe njohje më të mirë të trupit të tyre, muskujve, nervave, lidhjeve të tij me objekte të tjera dhe trupa, me vetë hapësirën, etj. Ushtrimet në Teatrin e të Shtypurve kanë për qëllim rritjen e

ndërgjegjësimit të organizmit dhe mekanizmave të tij, atrofive dhe hipertrofive të tij, aftësisë për rigjenerim, rindërtim dhe riarmonizim. Çdo ushtrim është reflektim fizik i aktorit / pjesëmarrësit që e kryen atë. Në atë kuptim, ushtrimi është një lloj monologu, introvercë.

Lojërat dhe ushtrimet në TSH nuk vijnë në formë "të izoluar", por janë mjaft të ndërthurura. Adrian Jackson, një nga bashkëpunëtorët më të ngushtë të Augusto Boal, i quan ata "gamesercises" - "ushtrime për lojëra", sepse ka shumë lojëra në ushtrimin dhe shumë ushtrim në lojën. Dallimi varet nga qëllimi didaktik. Asnjë teatër nuk është i mundur pa frymën e lojës dhe kënaqësisë - madje (ose sidomos) kur merret me tema "të vështira"!

Kur bëhet fjalë për online TSH, në të gjitha aktivitetet e tij- përfshirë lojërat dhe ushtrimet, prezantimet dhe aktivitetet e tjera, xhokeri dhe pjesëmarrësit duhet të jenë të vetëdijshëm për kamerën dhe rëndësinë e saj si një partner i padukshëm që duhet të merret parasysh, të kihet parasysh dhe të shndërrohet në lojë. Si zbatohet kjo deklaratë në praktikë gjatë online seance të TSH-së? Pra, si pjesëmarrës (përfshirë xhokerin) duhet



të përcaktoni hapësirën në të cilën uleni, lëvizni dhe bëni aktivitete fizike gjatë sesionit. Kjo është hapësira që kamera kap në kompjuterin tuaj dhe është pjesë e kornizës së monitorit tuaj. Është e dobishme të shënohen kufijtë e kësaj hapësire, veçanërisht nëse nuk jeni interpretues profesionist dhe / ose nëse nuk jeni me përvojë të luani para kamerës. Pse? Thjesht sepse ajo që bëni gjatë TSH-së, të gjitha aktivitetet - duhet të shihen nga xhokeri, pjesëmarrësit e tjerë dhe / ose audienca ; përndryshe, nëse jeni jashtë syrit të kamerës suaj dhe nuk jeni në kornizë, madje edhe nëse performanca juaj është më e mira (fituese e Oskarit) do të jetë e pakuptimtë nëse të tjerët nuk mund të shohin dhe komunikojnë me ju si aktor / pjesëmarrës. E njëjta gjë vlen edhe për tingullin, kështu që është vërtet e këshillueshme të kontrolloni intensitetin e zërit tuaj përkundër altoparlantit që përdorni, veçanërisht kur jeni larg tij, me qëllim të siguroheni se pjesëmarrësit e tjerë në sesion mund t'ju dëgjojnë. E gjithë kjo mund të tingëllojë sikur komentojmë dhe deklarojmë gjëra që janë shumë të dukshme; megjithatë, është e dobishme të kihet parasysh dhe të përgatitet sesioni i TSH-së në kohën e duhur; përndryshe, shumë energji dhe kohë do të humbej në zbulimin dhe zgjidhjen e këtyre problemeve gjatë sesionit, duke rezultuar në zbatim më pak efikas të planit të punës. Për ta përmbledhur: kini kujdes se ku ndodhen kamera dhe mikrofoni juaj dhe luani edhe me ta si me partner të padukshëm, pasi ato janë "sytë" dhe "veshët" e kolegëve tuaj - pjesëmarrës të seancës dhe / ose "sytë" dhe "veshët" e audiencës suaj.

## Kategorizimi i lojërave dhe ushtrimeve në Teatrin e të Shtypurve

Në sistematizimin dhe përpunimin e lojërave dhe ushtrimeve të përdorura në TSH, Boal fillon nga parimi se trupi i njeriut është unitet - një tërësi e pandashme, aparati fizik dhe mendor i të cilit janë të pandashëm, që është në përputhje me punën e Stansilavski mbi aktivitetin fizik dhe konkluzionet se idetë, emocionet dhe ndjesitë janë të ndërthurura në mënyrë të pazgjidhshme. "Lëvizja e trupit" është "mendim dhe mendimi shprehet në formë trupore". Së bashku me unitetin e parë - unitetin e aparatit fizik dhe mendor, Boal përcakton unitetin e dytë - unitetin e pesë shqisave të cilat janë gjithashtu të ndërlidhura dhe asnjëra prej tyre nuk ekziston veçmas.

Shqisat vuajnë në betejën trupore me botën dhe në fillojmë të ndiejmë shumë pak nga ato që prekim, të dëgjojmë shumë pak nga ato që dëgjojmë, të shohim shumë pak nga ato që shohim, etj; shumë shpesh në jetën e përditshme, trupi përshtatet me punën që duhet të bëjë dhe fillon të ndiejë, dëgjojë dhe shohë sipas profesionit të tij, duke zhvilluar atrofi dhe hipertrofi. Qëllimi i përgjithshëm i lojërave dhe ushtrimeve të Boal është prishja e automatizmit të trupit dhe "profesionit" të tij, në mënyrë që të riharmonizohet për të dërguar dhe marrë të gjitha mesazhet e mundshme. Boal sistemon lojërat dhe ushtrimet e përdorura në TSH në pesë kategori. Në kategorinë e parë, qëllimi është të kapërcehet hendeku midis prekjes dhe ndjenjës; në të dytën, midis dëgjimit dhe zërit; në të tretën, qëllimi është të zhvillojmë disa shqisa në të njëjtën kohë; në të katërtën, të përpiqemi të shohim atë që shohim dhe në kategorinë e pestë qëllimi është të zgjojmë memorien e shqisave.

Më poshtë janë shembuj të lojërave dhe ushtrimeve në secilën prej këtyre kategorive që shërbejnë gjithashtu për qëllime specifike për sa i përket dinamikës dhe procesit të grupit. Disa prej tyre janë modifikime dhe përshtatje të lojërave / tutorialeve origjinale për TSH online.



Shikoni videon mësimore se si të përdorni ushtrimet për TSH të disponueshme në platformën - SEEYN learning house:  
<http://www.seeyn.org/elearning/mod/hvp/view.php?id=387&forceview=1>

## Njohim atë që prekim: kryqin dhe rrethin

**Njohim atë që prekim:** Kryqin dhe rrethin

**Temat kryesore:** Koordinimi, zhvendosja midis trurit të majtë dhe të djathtë, përqendrimi

**Madhësia e grupit:** çfarëdo

**Kohëzgjatja:** 5 min.

**Rekuizita:** nuk ka

**Udhëzime:** Pjesëmarrësit, të cilët janë në këmbë ose ulur, duhet të vizatojnë një rreth me dorën e tyre të djathtë. Mund të jetë i madh ose i vogël, nuk ka rëndësi. Kjo është detyrë e lehtë. Pas një kohe, moderatori / xhokeri u kërkon pjesëmarrësve të ndalojnë. U jep udhëzim të ri: të vizatojnë kryq me dorën e majtë. Kjo gjithashtu është detyrë e lehtë. Pas pak, moderatori / xhokeri u kërkon atyre të ndalojnë. Më pas u jep udhëzime të reja: të kryejnë të dyja detyrat në të njëjtën kohë. Atëherë bëhet pothuajse e pamundur. Teorikisht, ky duhet të jetë ushtrimi më i lehtë, megjithatë, për shkak të mekanizimit tonë psikologjik dhe fizik, është mjaft e vështirë kjo të arrihet praktikisht.

## Njohim atë që dëgjojmë: Numërimi në çifte ("1-2-3")

**Tema kryesore:** komunikimi verbal dhe jo verbal

**Nën-tema:** ritmi, përqendrimi, dëgjimi, bashkëpunimi, përgjegjësia

**Udhëzime:** Në punën me prani fizike, kjo lojë bëhet në çifte, dhe partnerët janë përballë njëri-tjetrit. Në online adaptimin, çiftet shkojnë në një dhomë të veçantë online dhe shikohen përmes monitorit, duke ndjekur të njëjtat rregulla si në versionin me prezencë fizike. Detyra për secilën palë është të numërojë deri në tre, pa pushim, duke vendosur dhe mbajtur një ritëm në numërim. Kur kryejnë detyrën, partnerët ndërrohen gjatë gjithë kohës në shqiptimin e numrave. Rregulli është që numrat thuhën gjithmonë në rendin vijues: "1-2-3". Udhëzimi i parë i xhokerit për çiftet është të numërojnë verbalisht. Çifteve u jepet pak kohë për të praktikuar dhe rregulluar ritmin e tyre. Pasi të kenë sukses në këtë,

udhëzim të ri: të zëvendësojnë numrin "1" me një përplasje të duarve, ndërsa "2" dhe "3" mbeten të numërohen verbalisht. Çifteve u jepet pak kohë për ta praktikuar këtë dhe për të rregulluar ritmin e tyre. Pasi të kenë sukses, xhokeri paraqet udhëzim të ri: zëvendësoni numrin "2" me një përplasje me gishta, kështu që, numri "1" është një përplasje e duarve, numri "2" është një përplasje e gishtave ndërsa "3" mbetet për t'u numëruar verbalisht. Çifteve u jepet pak kohë për ta praktikuar këtë dhe për të vendosur një ritëm, dhe pasi të kenë sukses, xhokeri paraqet udhëzimin e fundit: zëvendësoni numrin "3" duke trokitur këmbën në dysheme; kështu që numri "1" është përplasje e duarve, numri "2" është përplasje e gishtave dhe numri "3" përplasje me këmbë.

Pasi çiftet të kenë praktikuar udhëzimin e fundit, të gjitha dyshet mblidhen në dhomën plenare dhe nëse dikush dëshiron, mund të bëjë prezantim të lojës, duke respektuar të gjitha ndryshimet e dhëna më parë në udhëzimet, duke filluar me numërimin verbal, zëvendësimin gradual të numrave verbalë me gjeste jo verbale dhe duke përfunduar me numërim total joverbal.

**Mbarimi:** Rishikimi i përvojës së pjesëmarrësve: Si kaluat? Cili ishte udhëzimi më i vështirë për tu ndjekur? Çfarë ishte më e lehtë?

## Dinamizmi i disa shqisave: Pushto hapësirën (bërryl-gju)

**Temat kryesore:** Lidhja e trupit dhe hapësirës, dinamizmi i disa shqisave, bashkëpunimi, komunikimi jo verbal, krijimi i përbashkët

**Madhësia e grupit:** çfarëdo

**Kohëzgjatja:** 10-15 min.

**Rekuizita:** nuk ka

**Udhëzime:** Në versionin e pranisë fizike, kjo është një lojë në të cilën merr pjesë i gjithë grupi. Pjesëmarrësit lëvizin shumë shpejt nëpër hapësirë (por nuk vrapojnë), duke u siguruar që të mos mbetet hapësirë bosh në dysheme; me fjalë të tjera, të gjithë janë shpërndarë si grup në të gjithë dhomën. Në një moment xhokeri thotë "ndalo", dhe pjesëmarrësit "ngrijnë" në cilën do pjesë të dhomës dhe pozicionin në të cilin ndodhen për momentin. Në mënyrë ideale, nuk duhet të ketë hapësirë boshe në dysheme.

Në nivelin tjetër, xhokeri zëvendëson fjalën e thënë "ndalo" duke përplasur duart dhe menjëherë thotë pjesët e trupit përmes të cilave lidhen pjesëmarrësit; për shembull, "vesh me pëllëmbë" ose "bërryl me gju" që do të thotë që pjesëmarrësit bëjnë kontakt fizik me njëri-tjetrin përmes këtyre pjesëve të trupit. Udhëzimet për "pjesët e trupit" mund të zëvendësohen me numër i përplasjeve të duarve, që shënon numrin e njerëzve në një nëngrup që duhet të organizohen menjëherë pasi të dëgjojnë duartrokitjen, duke pritur udhëzime për formacionin që duhet të bëjnë së bashku, me trupat e tyre (p.sh. "Kulla e Aftelit", "Helikë", "Karrige", "Elefant", "Aeroplan", etj.).

Në online adaptimin, kjo lojë kolektive kthehet në ushtrim individual: megjithatë, edhe në një online format, pjesëmarrësit duhet të kenë parasysh idenë dhe qëllimin fillestar të lojës (përkatesisht të pushtojnë hapësirën me trupin e tyre, të ndjejnë ritmin e të tjerëve në grup dhe për të sinkronizojnë ritmin e tyre me ritmin e grupit, të bashkëpunojnë me pjesëmarrësit e tjerë). Në adaptimin në Internet, secili pjesëmarrës pushton hapësirën që ka (në shtëpi ose zyrë, para kamerës) duke lëvizur trupin e tij. Në sinjalin "Stop", ata duhet të pushtojnë sa më shumë hapësirë me trupin e tyre; në sinjalin me përplasjen e duarve dhe udhëzimet për pjesët e trupit, pjesëmarrësit duhet të vendosin kontakt me këto pjesë të ndryshme të trupit të tyre. Ndërsa zhvillohet ushtrimi, xhokeri duhet të rrisë bastin dhe ta bëjë atë fizikisht më sfidues për pjesëmarrësit, duke rritur ritmin e lëvizjeve ose çiftimin e pjesëve të trupit që nënkupton një pozicion të trupit që është më e vështirë për tu mbajtur dhe / ose ekuilibruar.

## Njohim atë që shohim në "Çfarë ka ndryshuar?"

**Temat kryesore:** Shkathtësi për të vërejtur dhe mbajtur mend ato që janë parë

**Madhësia e grupit:** çfarëdo (punë në çifte)

**Kohëzgjatja:** 10 min.

**Rekuizita:** nuk ka

**Udhëzime:**

Në punën me prezencë fizike, kjo lojë luhet në 2 nën-grupe, të formuara në 2 rreshta të kthyer njëri përballë tjetrit dhe duke u vëzhguar. Pastaj kthehen me shpinë dhe ndryshojnë disa detaje në pamjen e tyre, pas së cilës kthehen përballë tjetrit dhe shihen, secili duhet të kuptojnë se cilin element ka ndryshuar personi përballë. Në online adaptimin, kjo lojë luhet në çifte, në online dhoma të veçanta. Në vend që t'i kthejnë shpinën njëri-tjetrit pasi të vrojtojnë partnerin e tyre, në versionin online, partnerët mund të mbyllin sytë ndërsa ndryshojnë detajet e pamjes së tyre.

## Loja pasqyrë

**Temat kryesore:** Shkathtësi në vëzhgim, koordinim dhe bashkëpunim

**Madhësia e grupit:** çfarëdo (punë në çifte)

**Kohëzgjatja:** 10 min.

**Rekuizita:** nuk ka

**Udhëzimet:** Të ndarë në çifte, në online dhoma të veçanta, pjesëmarrësit luajnë lojën Pasqyrë. Njëri prej tyre është subjekti "A", tjetri është reflektimi "B". "A" - subjekti bën një seri lëvizjesh, përfshirë lëvizjet trupore dhe ndryshimet e shprehjeve të fytyrës që reflektimi i partnerit të tij / saj "B" duhet të kopjojë në detajet më të vogla. "A" duhet të jetë i kujdesshëm mos bëjë lëvizje të papritura që do të ishte e pamundur të ndiqen. Ideja është që të arrihet sinkronizimi i përsosur i lëvizjeve midis A dhe B, që do të thotë se bashkëpunimi midis partnerëve është i detyrueshëm. Në rastin ideal, një vëzhgues i jashtëm nuk mund të tregonte se cili prej tyre ishte udhëheqës dhe cili pasues.

Në versionin online loja mund të zgjatë një kohë derisa partnerët të harmonizohen çfarë është majtas, çfarë djathtas (sepse njëri mund të përdorë kamerën e përparme dhe tjetri kamerën e pasme). Kjo tingëllon më lehtë (përmes provës dhe gabimit) sesa është në të vërtetë.

## Memoria e shqisave: Kujtimi i së djeshmes

**Temat kryesore:** Përdorimi i shqisave për të rikthyer kujtesën

**Madhësia e grupit:** çfarëdo

**Kohëzgjatja:** 20-30 min.

**Rekuizita:** nuk ka

**Udhëzimet:** Aktorët duhet të ulen të qetë në karrige, plotësisht të relaksuar. Ngadalë, ata duhet të lëvizin secilën pjesë të trupit me radhë, duke u përqendruar vetëm në atë pjesë, veç e veç. Sytë mbyllur. Pastaj xhokeri fillon t'i inkurajojë ata të kujtojnë gjithçka që ka ndodhur një natë më parë, para se të shkojnë në shtrat. Çdo detaj duhet të shoqërohet me ndjesi trupore, shije, erë, ndjesi prekëse, forma, ngjyra, modele, thellësi, tinguj, ton, melodi, zhurmë, etj. Aktorët duhet të bëjnë një përpjekje të veçantë për të kujtuar ndjesitë e tyre trupore dhe të përpiqen t'i përjetojnë përsëri. Për të lehtësuar punën vetes, ata duhet të përsërisin lëvizjet e trupit. Për shembull, nëse ka ngrënë diçka natën e kaluar, atëherë lëviz buzët, gjuhën, gojën dhe përpiqet të shprehë shqisën për nuhatje, etj. Nëse mendon për dushin, atëherë shprehja e trupit dhe ujit dhe lëkurës dhe aroma bëhen më të qarta, ose nëse është ecja që ka bërë, atëherë lëvizjet e muskujve të këmbëve ose thembrave, etj.

Pas kësaj, xhokeri vazhdon të pyesë. Tani ai u kërkon aktorëve të kujtojnë se çfarë u ka ndodhur atë mëngjes: si u zgjuan, nëse i zgjoi ndokush, zhurma e alarmit, zëri i personit, nëse dikush tjetër i zgjoi, të gjitha detajet e dhomës ku fjetën, sallën për mëngjes, ngjyrat, zhurmat, tingujt ...

Më pas pyet për mjetet e transportit që ata përdorën - metro, autobus, taksi, makinë, për shokët e tyre të udhëtimit, tingullin e mbylljes së derës, etj. ... Më në fund, mbërritja e tyre në këtë "hapësirë për bisedë" në të cilën ndodhen - kë panë së pari; zërin e të cilit ata e dëgjua të parin; të japin përshkrim shqisor të dhomës dhe njerëzve në të. Hapni sytë, bëni krahasim.

## Zbatimi i lojërave dhe ushtrimeve të TSH-së, në funksione të ndryshme që lidhen me punën në grupe dhe menaxhimin e dinamikës së grupeve

Meqenëse hapësira e sigurt është një nga kërkesat themelore për punën në grup në kontekst teatror edukativ, një gamë e tërë lojërash dhe ushtrimesh synojnë të sigurojnë hapësirë të sigurt, përmes prezantimit të pjesëmarrësve, vendosjes së rregullave themelore, ushtrime për ngrohje, argëtim dhe ndarje. Gjatë gjithë procesit, hapësira e sigurt ruhet dhe thellohet dhe zgjerohet më tej duke fituar besim, komunikim dhe bashkëpunim brenda grupit si bazat kryesore për punën në ekip drejt një qëllimi të përbashkët - performancat në TSH. Më poshtë janë detajet dhe përshkrimet e lojërave dhe ushtrimeve specifike, si dhe këshilla dhe truqet se si ato zbatohen për qëllime specifike të procesit në grup, duke përfshirë edhe adaptimet për online.

### Shkrimi i emrit me ndihmën e trupit

**Temat kryesore:** ngrohja, energjizimi i pjesëmarrësve, dinamizimi i disa shqisave

**Nën-tema:** memorizimi i emrave në grup

Madhësia e grupit: çfarëdo

**Kohëzgjatja:** 5- 10 min.

**Rekuizita:** nuk ka

**Udhëzimet:** Xhokeri u thotë pjesëmarrësve "Shkruani emrin tuaj" me ndihmën e pjesëve të trupit (5 min.) Personi i parë që e shkruan e thotë emrin e pjesëmarrësit tjetër, tjetri vazhdon dhe e shkruan emrin me trupin dhe kështu deri te pjesëmarrësi i fundit.

### Çohuni, uluni, majtas, djathtas

**Temat kryesore:** zgjimi i trupit dhe shpirtit, energjizimi i pjesëmarrësve për punën e ardhshme më të thellë

**Madhësia e grupit:** çfarëdo

**Kohëzgjatja:** 10 min.

**Rekuizita:** nuk ka

**Udhëzime:** Moderatorin fton të gjithë aktorët / pjesëmarrësit të ndjekin udhëzimet që ai / ajo do të thotë gjatë ushtrimit. Para fillimit të aktivitetit, moderatorin shpjegon kuptimin e udhëzimeve, të cilat janë:

Çohu - të gjithë çohen.

Uluni - të gjithë ulen në karrige;

Majtas - lëvizni duart në të majtë;

Djathtas - lëvizni duart në të djathtë;

Lart - Ngrini duart sikur të përpiqeni të kapni tavanin;

Poshtë - prekni dyshe-menë;

Shkundni - vendosni duart në lartësinë e shpatullave dhe shkundni ato;

Përqaqim - përqafohuni.

Moderatori tregon udhëzimet dhe aktorët / pjesëmarrësit i ndjekin ato. Kjo mund të përsëritet disa herë, duke kombinuar udhëzime të ndryshme. Në një moment, moderatori shpjegon se nga ai çast e tutje, "rregullat" ndryshojnë.

Kur lehtësuesit thonë "Çohu - të gjithë ulen. Ulu- do të thotë - çohu.

Kur lehtësuesit thonë Majtas - të gjithë lëvizin duart e tyre djathtas. Kur moderatori thotë djathtas - të gjithë lëvizin duart majtas.

Kur thotë Lart - kjo do të thotë poshtë (të gjithë prekin dyshtemenë). Kur moderatori thotë Poshtë - të gjithë ngrenë duart.

Kur thotë Shkund, kjo do të thotë përqaqim, kur do thotë Përqaqim, kjo do të thotë Shkund.

Shënim për moderatorin: Mos e ndryshoni çdo rregull në të njëjtën kohë. Vendosni rregullat e reja një nga një, në mënyrë që pjesëmarrësit të ndjekin ndryshimet. Gjithashtu mund të shpikni udhëzime të reja që përfshijnë shprehje të fytyrës, për shembull: fytyrë të trishtuar dhe fytyrë të lumtur.

## E marr topin

**Temat kryesore:** ushtrim për ngritjen e atmosferës, lojë zbavitëse

**Madhësia e grupit:** çfarëdo

**Kohëzgjatja:** 10 min.

**Rekuizita:** nuk ka

**Udhëzime:** Ushtrim argëtues dhe i shpejtë ku i gjithë online grupi është në lëvizje. Një person udhëheq duke thënë disa fjali dhe lëvizje, të tilla si: E marr topin, ndërsa tregon sikur mbaj topin me të dy duart dhe grupi përsërit fjalinë - e marr topin.

Udhëheqësi: E marr topin, duke treguar sikur e mban topi me të dy duart dhe të tjerët përsërisin fjalinë dhe lëvizjen menjëherë pas: E marr topin.

Udhëheqësi: E vendos këtu, duke treguar shpatullën. Grupi përsërit: E vendos këtu ...

Udhëheqësi: Luaj me topin, (përsërit lëvizjen sikur luan me shpatullën me topin) ...Grupi përsërit: Luaj me topin.

Udhëheqësi: përsërit me një ton më të lartë: Luaj me topin. Grupi: Luaj me topin ...

Udhëheqësi: E marr topin (mendohet nga shpatulla) ... Grupi përsërit: E marr topin ...

Udhëheqësi: E vendos këtu (tregon këllkun) Grupi përsërit: E vendos këtu.

Drejtuksi: Luaj me top (duke bërë lëvizje me këllkun) Grupi përsërit: Luaj me top.

Udhëheqësi: E marr topin (nga këllku) Grupi përsërit: E marr topin ...

Udhëheqësi: E vendos këtu (tregon kokën). Grupi përsërit: E vendos këtu ...

Udhëheqësi: Luaj me top (lëviz kokën sikur e godet topin) Luaj me top.

Udhëheqësi: E marr topin (nga koka) Grupi përsërit: E marr topin ...

Udhëheqësi: E hedh topin. Grupi përsërit: E hedh topin.

## Dritarja Johari (aktivitet / lojë)

**Temat kryesore:** Njohja e vetvetes, komunikimi

**Nën-temat:** Dhënia dhe marrja e reagimeve, hulumtimi i identitetit, ndërtimi i ndjeshmërisë (empatisë)

**Madhësia e grupit:** çfarëdo

**Kohëzgjatja:** 20 - 40 min.

**Formati i performancës:** Ndërveprim përjetues, introspeksion

**Rekuizita:** nuk ka

Udhëzimet: Kopjoni faqen për Johari dritaren (Johari Window), ose ndani ekranin dhe shënoni gjithçka përveç "Hapur, E verbër, E fshehur, E Panjohur" ("Open, Blind, Hidden,

Unknown").

Udhëzime nga moderatori: Duke iu referuar diagramit të letrës, shpjegoni secilin katror (shih shpjegimin më poshtë), duke dhënë shembuj të asaj që mund të ketë në secilën fushë. Plotësoni emrin e secilit katror ndërsa kaloni shpjegimin. Pasi të keni identifikuar katrorët, ftoni një vullnetar të "qëndrojë" (e lusni vullnetarin të imagjinojë se qëndron në kuti) në secilën kuti dhe të punojë me mendim për secilin katror me mbështetjen e grupit dhe moderatorit. Shihni shpjegimet dhe renditjet e mëposhtme:

### 1) Hapur:

- a) Udhëzim për vullnetarin: "Thoni diçka që dini për veten tuaj dhe atë që të tjerët dinë për ju. Për shembull: "Unë kam flokë kaçurrela". Pasi vullnetari të përgjigjet,
- b) Konfirmoni me pjesëmarrësit e tjerë se ata tashmë e kanë ditur këtë për vullnetarin. Nëse është diçka që ata nuk e dinin, kërkoni nga vullnetari të provojë përsëri.

### 2) E fshehur:

- a) Udhëzim për vullnetarin: "Thoni diçka që dini për veten tuaj dhe për të cilën nuk mendoni se dikush në grup e di. Për shembull: "Sporti im i preferuar është futboli". Pasi vullnetari të përgjigjet,
- b) Konfirmoni me grupin se ata nuk e dinin këtë rreth vullnetarit. Nëse e kanë ditur, kërkoni nga vullnetari të provojë përsëri.

### 3) E verbër:

- a) Udhëzim për pjesëmarrësit: "Mundohuni të përmendni diçka rreth vullnetarit për të cilin ai / ajo mund të mos jetë i/e vetëdijshëm/e për momentin. Për shembull: ai / ajo është kuzhinier i shkëlqyeshëm. Pas çdo supozimi,
- b) Konfirmoni me vullnetarin se për këto informacione deri tani nuk ka qenë i vetëdijshëm se i kanë ditur prej më parë. Nëse është diçka tashmë e dimë, kërkoni grupit të provojë përsëri.

**4) E panjohur:** Në këtë katror është më e vështirë të zbulosh diçka të re për vullnetarin. Ndoshta nuk do të mund të identifikoni asgjë, por kaloni disa minuta duke shqyrtuar mundësitë.

- a) Udhëzim për pjesëmarrësit: "Të shohim nëse mund ta ndihmojmë [vullnetarin] të kuptojë diçka për të cilën ai ose ajo mund të mos jetë në dijeni për momentin - diçka që gjithashtu nuk e dimë as ne. Mënyra e vetme për ta arritur atë është të bëni pyetje."
- b) Inkurajoni grupin të bëjë pyetje në lidhje me qëllimin, objektivat (p.sh., Pse punoni punën që po bëni) ose për gjërat që i pëlqen / nuk i pëlqen, etj. Qëllimi është të arrijmë në një pikë ku vullnetari do të mund të nxjerrë konkluzione për veten për të cilin paraprakisht nuk ka qenë i vetëdijshëm.

**Zbulimi:** Kjo mund të funksionojë shumë mirë për inicimin e një moduli mbi ndërgjegjësimin kulturor, komunikimin / informacionin kthyes ose vetë-njohjen.

**Praktika:** Kjo funksionon veçanërisht mirë si mundësi për të praktikuar aftësitë për informacione kthyes (veçanërisht në katrorin "Verbër"). Katrorë "E panjohur" lejon gjithashtu më shumë vetë-njohje përmes pyetjeve të thella dhe dëgjimeve.

**Variacione:** Nëse koha lejon, ndani grupin në grupe të vogla me 3-5 persona dhe ftoni ata që të kalojnë me radhë nëpër një proces të ngjashëm me njëri-tjetrin. Ata mund të përdorin rrjete tokësore ose thjesht t'i referohen diagramit të flip grafikut dhe të bisedojnë për secilin katror.

**Debriefing:** Përveç 3 pyetjeve standarde, gjithashtu mund të pyesni:

- Çfarë ju befasoi?
- Çfarë mësove për moshatarët tënd?
- Cila ishte sfida juaj më e madhe?
- Si u ndiet në secilin katror? Çfarë ishte e lehtë? Çfarë ishte vështirë? Pse?

## Prezantim përmes objektit

**Temat kryesore:** njohja e vetvetes, vetë-zbulimi, vetë-përfaqësimi

**Madhësia e grupit:** çfarëdo

**Kohëzgjatja:** 20-30min

**Rekuizita:** sende të ndryshme, çfarëdo qoftë

**Udhëzime:**

**Udhëzime për skenën:** Secili pjesëmarrës duhet të gjejë një ose dy objekte përreth.

**Udhëzime:** Secili pjesëmarrës prezanton veten përmes temës. Ata kanë 5 minuta kohë për t'u përgatitur (të zgjedhin sipas intuitës, të eksplorojnë objektin, të mendojnë për të dhe karakteristikat e tij, materialin nga i cili është bërë dhe si ai lidhet me to; në fund të bëhen ai objekt / përmes objektit të përfaqësojnë veten e tyre). Qëllimi: prezantim më i thellë i vetes përpara grupit, përmes projekcionit.

Për shembull: - Përshëndetje, unë jam Xhon dhe fjala që më përshkruan më mirë është shkëndijë! Objekti im është çakmak / llambë / gur. Besoj se objekti im sqaron pasionin tim për jetën, dëshirën time për të mësuar dhe eksploruar dhe kjo është arsyeja pse zgjodha fjalën shkëndijë dhe çakmak për të përshkruar më mirë veten time.

**Shënim për moderatorin:** Moderatorin, nëse është e nevojshme, mund të inkurajojë pjesëmarrësin me pyetje që shpjegojnë lidhjen e objektit me personin në mënyrë që të nxisë diskutim më të thellë.

## Lojë- histori për emrin

**Temat kryesore:** vetë-zbulimi, vetë-prezantimi, ndërtimi i ekipit përmes artit, dramës, këndimit

**Madhësia e grupit:** çfarëdo

**Kohëzgjatja:** 20-30min (në varësi të madhësisë së grupit)

**Rekuizita:** nuk ka

**Udhëzime:** Secili pjesëmarrës duhet të mendojë për historinë pas emrit të tij.

**Udhëzime nga moderatorin:** Ndani grupin në të paktën 3-4 pjesëmarrës. Ata mund të jenë në dhoma të ndryshme në ZOOM ku të gjithë do të tregojnë historinë rreth emrit të tyre, kush u ka dhënë emrin (nëse e dinë / mbajnë mend), nëse ka ndonjë kuptim, sa i zakonshëm është, nëse njerëzit kanë vështirësi në shqiptim ose të mbajnë mend emrin e tyre, a u pëlqen, a përballen me ndonjë vështirësi / mospëlqim në kontekste të caktuara për shkak të emrit të tyre etj.

- Pasi të gjithë kanë ndarë historitë e tyre, grupi duhet të vendosë / votojë për historinë më të mirë që kanë dëgjuar
- Pasi të kenë zgjedhur historinë më të mirë, ata duhet të krijojnë shfaqje, dramë, këngë, poezi ose thjesht ta tregojnë atë në mënyrë që të paraqesin historinë pasi të kthehen në seancën plenare.
- Prezantimet mund të përfshijnë skena, tinguj, tregimin e storjes
- Kthehu në seancën plenare, secili grup ndan një histori të emrit përmes prezantimeve krijuese: audio, këngë, skenë, etj.



## Marrëdhënia me karrige

**Temat kryesore:** fizikaliteti, shqisat

**Madhësia e grupit:** çfarëdo

**Kohëzgjatja:** 10-20min

**Rekuizita:** karrige

**Udhëzime:** Aktorët / pjesëmarrësit eksplorojnë funksionet e ndryshme të karriges. Ata duhet të mendojnë të paktën 10 mënyra të përdorimit të karriges, të përdorin imagjinatën e tyre dhe ta transformojnë karrigen në: tavolinë, partner, kapelë ose çfarëdo që do tu vijë në mendje dhe ta demonstrojnë të njëjtën gjë.

## Improvizim

**Temat kryesore:** improvizim, kreativitet

**Madhësia e grupit:** çfarëdo

**Kohëzgjatja:** /

**Rekuizita:** nuk ka

**Udhëzime:** Grupi harton skenën e improvizimit, përcakton situatën, protagonistët, marrëdhëniet midis aktorëve, vendin dhe kohën. Dy ose më shumë njerëz interpretojnë skenën (dialogun) duke improvizuar. Të tjerët mund të shkruajnë fjalë të caktuara në opsionin për bisedë (chat) që aktorët do të duhet t'i përdorin në shfaqjen e tyre. Emocionet mund të regjistrohen gjithashtu në 'chat', që do të jetë detyra e interpretuesve ta aktrojnë.

## Imagjioni kërcimin tuaj

**Temat kryesore:** ngrohje, energjizimi i disa shqisave

**Madhësia e grupit:** çfarëdo

**Kohëzgjatja:** 10 min.

**Rekuizita:** nuk ka

**Udhëzime:** Aktorët / pjesëmarrësit ulen në karriget e tyre. Muzika luan përmes opsionit Sound Sharing. Lehtësuesit u thonë të relaksohen, të mbyllin sytë dhe të marrin frymë thellë, disa herë. Kur grupi është i relaksuar, moderatori u thotë të imagjinojnë se po bëjnë lëvizje vallëzimi, vallëzojnë në muzikën që dëgjojnë. Në një moment, moderatori jep udhëzime të gjithë të përcaktojnë një koreografi të thjeshtë të përbërë nga 3 lëvizje të lidhura.

Në pjesën e dytë të ushtrimit, pasi aktorët / pjesëmarrësit të kenë sajuar koreografinë, moderatori i fton ata të kryejnë lëvizjet "live". Vijon prezantimi i koreografive.

Shënim për moderatorin: Është e rëndësishme që të gjithë të kenë hapësirë të mjaftueshme të lëvizin dhe të kërcëjnë.

## Këndojmë ndërsa bie shi

**Temat kryesore:** ushtrime për ngrohje dhe argëtim; dinamizimi i disa shqisave; krijimi i një konteksti në të cilin pjesëmarrësit mund të jenë të lëvizshëm, të relaksuar dhe ku mund të lejojnë të jenë çamarrokë

**Madhësia e grupit:** çfarëdo

**Kohëzgjatja:** 10 min.

**Rekuizita:** nuk ka

**Udhëzime:** Zakonisht kryhet me ecje në rreth të madh, në versionin online, pjesëmarrësit

luajnë lojën secili në hapësirën e tyre, por me idenë dhe qëllimin për ta bërë atë në një rreth të madh. Këndohen 4 vargjet e para të këngës. Ndërsa 4 vargjet e para këndohen normalisht, xhokeri u tregon pjesëmarrësve se çfarë të bëjnë pas çdo refreni. Me prezantimin e secilit udhëzim të ri, udhëzimet e dhëna më parë mbeten gjithashtu të vlefshme. Udhëzimet e xhokerit janë si më poshtë:

- 1. "Kokën lart" (duart nën kokë), pastaj përsëri këndim i 4 vargjeve;
- 2. "Duart jashtë" (kokën lart, duart jashtë), pastaj përsëri këndim i të njëjtave 4 vargje;
- 3. "Prapanicën lartë" (kokën lart, duart jashtë, prapanicën lart), pastaj përsëri këndimi i të njëjtave 4 vargje;
- 4. "Gjunjët e bashkuar" (kokën lart, duart jashtë, prapanicën përpjetë, gjunjët të bashkuar), përsëri këndim

## Prek blu

**Temat kryesore:** ngrohja e trupit dhe mendjes, marrëdhënia trup-hapësirë, dinamizimi i disa shqisave, fokusi, prania dhe vigjilenca

**Madhësia e grupit:** çfarëdo

**Kohëzgjatja:** 10 min.

**Rekuizita:** nuk ka

**Udhëzime:** Filloni me atë që moderatori thotë diçka të preket, për shembull, "prek blu" ose "prek diçka të ngrohtë". Pastaj, secili pjesëmarrës duhet të lëvizë dhe prekë diçka që është blu ose e ngrohtë. Kjo mund të jetë diçka në tavolinën e tyre të punës, diçka nga rrobat e tyre, ose diçka që duhet të shkojnë dhe ta gjejnë në raftin e tyre të librave. Personi i fundit që gjen një send të tillë duhet të zgjedhë veçorinë tjetër.

Nëse dëshironi të vendosni pak frymë konkurruese në ushtrim, jepuni atyre pesëmbëdhjetë sekonda të gjejnë diçka, të prekin dhe eliminoni ata lojtarë që nuk arrijnë të gjejnë asgjë në kohë. Vazhdoni të luani dhe t'i bëni gjërat më të komplikuar ose të zvogëlioni kohën derisa të mbetet vetëm një lojtar. Mund të jetë gjithashtu efektive përsëritja e disa rundeve të këtij ushtrimi gjatë punëtorisë për t'i mbajtur pjesëmarrësit gatishmëri!

## Shtatë prekje dashurie

**Temat kryesore:** Lidhje më e thellë dhe ndërtim i përparuar i besimit ndërmjet pjesëmarrësve; thyerja e izolimit, kapërcimi i frikës nga personi tjetër, ndihmë për pjesëmarrësit që të heqin tabutë kulturore thellë të rrënjësura, për preken e trupit (të tyre ose të dikujt tjetër) dhe të preken nga dikush tjetër

**Madhësia e grupit:** çfarëdo

**Kohëzgjatja:** 15-20min

**Rekuizita:** nuk ka

E rëndësishme të kihet parasysh: Kjo lojë, veçanërisht në seancë me prani fizike, bëhet pasi pjesëmarrësit të njihen mjaft mirë me njëri-tjetrin dhe pasi të vendosin një hapësirë të sigurt, rregulla themelore dhe atmosferë besimi në grup. Përfundimisht nuk është akullthyesë dhe lojë fillestare për njoftim!

**Udhëzime:** Online përshtatja e lojës "7 prekje dashurie", e cila në punëtori me prani fizike bëhet me çifte, në nëngrupe, madje edhe në grup më të madh. Në online adaptimin, loja bëhet ushtrim individual pasi secili pjesëmarrës prek veten e tij. Megjithatë, edhe në formatin online, pjesëmarrësit duhet të kenë parasysh idenë dhe qëllimin origjinal të lojës

(p.sh. të thyejnë izolimin, të kapërcejnë frikën nga tjetri dhe tu ndihmojnë pjesëmarrësve të heqin tabunë nga prekja e trupit të huaj ose të prekesh nga një qenie tjetër njerëzore; nëse është e nevojshme, mund të përdoret gjithashtu si lojë për mësimin ndërkulturor, në këtë rast duhet të sigurohet konteksti i përshtatshëm - me theks të lojës në lidhje me ndryshimet kulturore kur bëhet fjalë për preken dhe ndjenjën e prekes (disa kombe janë "më të prekshëm / prekës" krahasuar me Skandinavët ose Japonezët, për shembull)

Pjesëmarrësit udhëzohen të mendojnë për 7 prekje të cilat do t'i bëjnë në trup, gjë që për ta paraqet shprehje e dashurisë. Këto prekje mund dhe duhet të jenë në pjesë të ndryshme të trupit: kokë, qafë, kraharorin, gjymtyrët, si dhe pjesën e përparme dhe të pasme të trupit. Çdo prekje duhet të ketë vendin / numrin e tij rendor. Pasi të zgjedhin dhe të vendosin se cilat janë 7 prekjet e tyre të dashurisë, moderatori i udhëzon të praktikojnë këto 7 prekje dashurie, një nga një, me radhë, duke përsëritur sekuencën disa herë. Moderatori u jep pjesëmarrësve aq kohë sa mendon se u duhet të mësojnë përmendësh sekuencën. Moderatori pastaj lëshon muzikë të këndshme dhe qetësuese (muzikë klasike, të themi Bah, është e përshtatshme për qëllimin) dhe i udhëzon pjesëmarrësit të gjejnë ritmin e tyre të lëvizjes që është në përputhje me ritmin e muzikës. Është shumë e rëndësishme që ata të gjejnë ritmin e tyre dhe të bëjnë ushtrimin "nga brenda jashtë", të mos e vëzhgojnë veten nga jashtë dhe të mos mendojnë "si duket lëvizja" ose "a është e bukur". Pasi të kenë përcaktuar ritmin, pjesëmarrësit mund të luajnë sipas ritmit të lëvizjeve dhe gradimin e intensitetit. Si rezultat, krijohet një pjesë e koreografisë: individuale (në versionin online) ose duo / grup (në versionin fizik).

## Personazhe në lëvizje

**Temat kryesore:** improvizim

**Madhësia e grupit:** çfarëdo

**Kohëzgjatja:** /

**Rekuizita:** nuk ka

**Udhëzime:** Një aktor është para kamerës dhe bën aktivitete të ndryshme për të treguar nga vjen, çfarë bën dhe ku shkon. Të tjerët duhet të përpiqen ta kuptojnë atë me këto disa hapa:

- Personi sapo hyri nga rruga,
- Gjendet në dhomën e pritjes,
- Sapo do të nxjerrë dhëmb;
- Vjen nga lokali,
- Gjendet në hollin e hotelit para se të ngjitet në dhomën e tij;
- Del nga shtëpia e tij në mëngjes,
- Gjendet në ashensor,
- Sapo do të fillojë të punojë në zyrë, etj.

## Ndërtimi i ndërlikimit

**Temat kryesore:** ndërtimi i ekipit, punë në grupe

**Madhësia e grupit:** çfarëdo

**Kohëzgjatja:** 10 min.

**Rekuizita:** nuk ka

**Udhëzime:** Tregimi i historive si mënyrë të afrohen njerëzit, të ndërtojnë marrëdhënie dhe të ndihmojnë njëri-tjetrin. Rrathët me tregime i ndihmojnë pjesëmarrësit të zhvillojnë, sqarojnë dhe strukturojnë historinë që duan të krijojnë në mbështetje të grupit.

Bëni që i gjithë grupi në mënyrë virtuale të "formojnë rreth" në video thirrjen dhe filloni procesin kështu: Personi i parë fillon historinë me një fjali fillestare dhe një fjali tjetër të

paplotë. Për shembull: "Në ditëlindjen e 35-të të Xhonit, të gjithë miqtë dhe familja e tij janë mbledhur rreth dhomës së tij të ndenjes. Ai do të hyjë në shtëpi për befasinë, por atëherë..."

Tjetri plotëson fjalinë e mëparshme dhe shton një fjali tjetër të paplotë. Në këtë mënyrë, secili pjesëmarrës kontribuon në distancë derisa të gjithë të kenë kaluar radhën. Qëllimi është të zhvillohet histori e kuptueshme e rrumbullakosur deri në fund të lojës! Jo vetëm që tregimi i ngjarjeve i detyron ekipet të përdorin talentet e tyre krijuese, por gjithashtu i ndihmon ata të dëgjojnë njëri-tjetrin dhe të përmirësojnë bashkëpunimin në ekip.

## Fytyrë qesharake

**Temat kryesore:** forcimi i ekipit, punë në grup, fitimi i lehtësimit emocional

**Madhësia e grupit:** i gjithë grupi dhe në çifte

**Kohëzgjatja:** 10 min.

**Aftësitë:** pantomimë

**Udhëzime:** Hidhni fytyrën - por kini kujdes se në cilin drejtim fryn era :)

Grupi qëndron në rreth - ZOOM ka mundësinë të ketë të gjithë grupin në ekran. Moderatorin u cakton numra pjesëmarrësve 1-15 që të jenë të vetëdijshëm për rendin e tyre. Personi i parë tregon fytyrën e tij dhe e lëviz përpara kamerës, duke lëvizur buzët, sytë, gjuhën, vetullat - gjithçka që mund të përdoret për të bërë një fytyrë groteske. Kjo mund të bëhet duke e fshehur fytyrën me duar dhe kur të jetë gati, hiqen duart dhe tregohet fytyra qesharake. Pastaj i gjithë grupi imiton fytyrën. Kur lojtari i parë e sheh këtë, kthehet në pozicionin neutral në mënyrë që të vazhdojë i radhës. Zakonisht kjo është mjaft argëtuese për të gjithë dhe grupi me të vërtetë relaksohet dhe lidhet në këtë mënyrë.

Shënim për moderatorin: Pjesën më të madhe të jetës sonë e kalojmë duke mbajtur të njëjtën shprehje të fytyrës. Kjo lojë na lejon të provojmë më shumë shprehje dhe të dalim nga zonat e rehatisë. Ndërsa kryejmë këtë aktivitet, bëhemi të vetëdijshëm për kufizimet dhe fleksibilitetin tonë.

## Çfarë bën?

**Temat kryesore:** Forcimi i ekipit

**Madhësia e grupit:** i gjithë grupi ose në çifte

**Kohëzgjatja:** 15 min.

**Aftësitë:** Zbatimi i kreativitetit, marrja e rreziqeve, spontaniteti, shprehja jo verbale, improvizimi

**Udhëzimet:** Mund ta luajmë këtë lojë në shumë mënyra - në çifte ose me të gjithë grupin. Një mënyrë është që grupi të qëndrojë në rreth dhe një lojtar të shkojë në qendër të rrethit dhe të fillojë të bëjë diçka. Kur bëhet e qartë se çfarë po bën ai / ajo, personi tjetër hyn spontanisht ose hyn me radhë. Është më mirë kur është spontane, por mund të ndodhë që vetëm disa njerëz të jenë aktivë në lojë, ndërsa të tjerët të mbesin të pasigurt. Opsioni kur jeni në ZOOM është të caktoni numrat e pjesëmarrësve në mënyrë që të gjithë të dinë saktësisht se kur të fillojnë. Moderatorin duhet të inkurajojë të gjithë pjesëmarrësit të luajnë, dhe kjo mund të arrihet në shumë mënyra të ndryshme - dikush mund të ndjekë renditjen e rrethit ose ndonjë rend tjetër.

Kur futet lojtari tjetër brenda dhe pyet "Çfarë bën?!" Lojtari i parë i tregon atij gjënë e parë që do ti vijë në mend, në mënyrë të pa lidhur me veprimin që e shohim. Për shembull, nëse lojtari kreh flokët, mund të përgjigjet se po luan në piano. Ai / ajo do të fillojë të bëjë veprim (luan piano) derisa pjesëmarrësi tjetër ta pyesë çfarë bën.

Për të ngrohur atmosferën dhe për të inkurajuar lojtarët të përgjigjen shpejt dhe në

mënyrë spontane - gjëja e parë që të vjen në mendje - kjo lojë zakonisht luhet me të vërtetë shpejt.

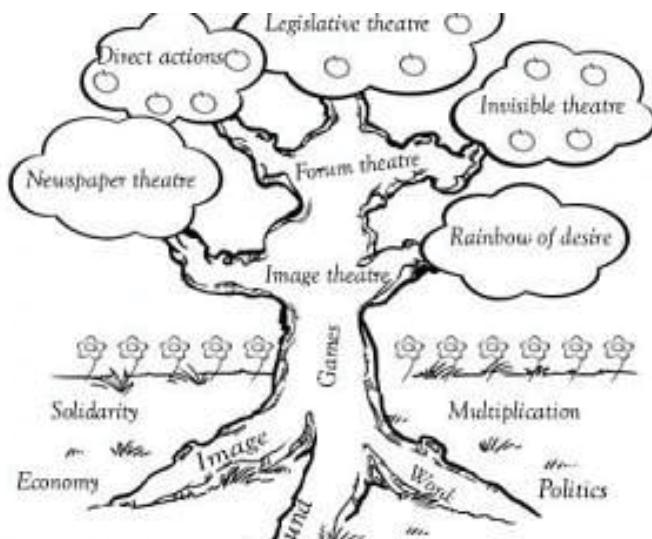
Sigurisht, nuk duhet të harrojmë se ky aktivitet mund të përdoret me grupe të ndryshme dhe se mund të rregullohet në mënyra të ndryshme, në varësi të qëllimit të vendosur nga moderatori. Kjo lojë "stërvi" aftësitë dhe lirinë e improvizimit, reagime të shpejta dhe spontane, shprehje joverbale dhe është shumë argëtuese, kështu që duhet të shkaktojë energji të mirë dhe të rezultojë me të qeshura në grup.

Për shkak të pamundësisë për ta bërë këtë aktivitet në mënyrë spontane në versionin online (vonesa në kohë dhe imazh, situata kur ka 3 ose më shumë njerëz aktiv në të njëjtën kohë, dhe atëherë nuk e dimë kë po shikojmë, diçka që do të zgjidhet lehtësisht në jetën reale), moderatori para kohe e bën renditjen e grupit. Kjo është vetëm në versionin online - në jetën reale do ta bënim lojën në rreth, me një person gjithmonë të jetë në mes dhe një tjetër që pyet dhe e bën veprimin.

Kjo lojë mund të luhet edhe në çifte (që kërkon reagime edhe më të shpejta dhe shumë ide të reja), dhe mund ta bëjmë atë në një frymë garuese- një çifte luan derisa të mos ketë më ide, derisa të ndalet dhe të mos mund të shpikë më ide të reja.

## Teatr me imazhe, ushtrime për përdorim dhe praktikë

Teatri me imazhe është një nga teknikat e metodës Teatri i të Shtypurve, që përdoret më shpesh si pjesë e procesit të Teatrit Forum, një hap përpara drejt zhvillimit të skenave të forumit. Duke parë "Pemën e Teatrit të të Shtypurve" mund të shohim se teatri me imazhe është pjesë e trungut të pemës, së bashku me lojërat dhe Teatrin forum.



Burimi:

<http://www.forumoteatras.it/en/methodics/augusto-boal-tree-of-the-theatre-of-the-oppressed-165.htm>

Imazhet e paraqitura në këtë formë teatri janë një seri imazhesh aktive të bëra me ndihmën e trupit (trupave) ose tablo që dinamizohen (ringjallen) në mënyra të ndryshme. Imazhi është një pjesë e rëndësishme e metodologjisë, e cila përfaqëson bazën (rrënjët) e Teatrit të të shtypurve, së bashku me zërin dhe fjalën.

Përcjellja e një mesazhi, ideje ose ndjenje përmes një imazhi kërkon thellim në thelbin e problemit. Duke vepruar kështu, nxirret pamja më e sinqertë e interpretuesit për këtë çështje, kapet në momentin e pikturës. Imazhet lënë hapësirë të mjaftueshme për

"lexime" të ndryshme nga shikuesi dhe për parashikime të përvojave personale. Për më tepër, ngjyrosja kulturore e pikturës shpeshherë është e pashmangshme, siç e konfirmoi vetë Augusto Boal duke eksploruar të njëjtat koncepte në kontinente dhe vende të ndryshme me përdorimin e Teatrit të Imazheve. Në pozicionin e trupit të interpretuesve, shprehjet e tyre të fytyrës, lidhja e tyre me hapësirën dhe interpretuesit e tjerë, mund të njihet lehtësisht konteksti shoqëror i komunitetit.

Megjithëse Teatri i Imazheve përdoret rrallë si një teknikë e veçantë, ai është një mjet shumë i dobishëm për të eksploruar qëndrimet dhe emocionet e njerëzve të përfshirë në procesin teatror. Mund të përdoret për të eksploruar tema shoqërore të tilla si shtypja, fuqia, diskriminimi ose cilat do tema të tjera për ndërtimin e paqes, si dhe për të mësuar se si të shohim me të vërtetë atë që shohim ("leximi" subjektiv dhe objektiv i imazheve). Praktikuesit në Teatrin e të Shtypurve përdorin një gamë të gjerë ushtrimesh që mund të zbatohen në një larmi mjedisesh, individualisht ose në grupe. Imazhet e palëvizshme / skulpturat akoma mund të bëhen individualisht, në çifte ose në grupe, varësisht prej kuptimit dhe qëllimit të aktivitetit.

Një mënyrë për të përdorur Teatrin e Imazheve është t'u kërkohet nga pjesëmarrësit të bëjnë një skulpturë / imazh si një përgjigje individuale ndaj koncepteve të ndryshme që janë të rëndësishme për përpunim. Zakonisht, konceptet e para që hulumtohen janë arketipe (nëna, për shembull), por gjithashtu mund të përdoren koncepte që lidhen me drejtësinë shoqërore dhe paqen (të tilla si: konflikti, pushteti, shtypja, (pa) barazia, etj.). Zakonisht, studentët të rreshtuar në një rreth duhet të krijojnë imazhe fizike në përgjigje të një teme të caktuar dhe ata duhet ta bëjnë këtë shpejt, pa mendim paraprak.

Video tutorial: How to use Mirroring?



Si të përdoret ushtrimi 'pasqyrë'? Shikoni video udhëzimin në internet në <http://www.seeyn.org/elearning/mod/hvp/view.php?id=454&forceview=1> / [https://www.youtube.com/watch?v=8Uw7ZTJENeA&feature=emb\\_title](https://www.youtube.com/watch?v=8Uw7ZTJENeA&feature=emb_title)

Një mënyrë tjetër për ta përdorur teknikën e teatrit të imazheve është që të ndahen grupet në çifte ose grupe më të vogla, ku një person, duke vepruar si skulptor, i formon të tjerët si statuja, duke përdorur vetëm teknikën e prekjes ose pasqyrimin (shih më shumë rreth ushtrimit - pasqyrë, në udhëzimin) Kjo bëhet pa përdorimin e fjalëve, vetëm përmes trupit.

Diskutimi që vijon pas prezantimit të imazheve është shumë i rëndësishëm dhe mund të jetë një hap i rëndësishëm drejt dinamizimit të imazhit, por edhe drejt krijimit të skenave të performancës / skenave në teatrin e forumit. Përdorimi i kësaj metode online është një

sfidë, por është e realizueshme. Edhe pse puna në grupe nuk mund të zbatohet në një mjedis real, bota digjitale ofron mjete të tjera që mund të përdoren për të njëjtin qëllim (për shembull:

përdorimi i fotove). Teatri i Imazheve në Internet prapëseprapë mund të inkurajojë pjesëmarrësit të shprehin idetë, pikëpamjet dhe ndjenjat e tyre për çështje të rëndësishme.

## Ushtrime për Teatrin e imazheve

### Imazhi i botës

**Temat kryesore:** Eksplorimi i problemeve sociale, fizikaliteti, shprehja joverbale, përballja me ngjarjet fillestare të shtypjes

**Madhësia e grupit:** Çfarëdo

**Kohëzgjatja:** 20-40min

**Rekuizita:** nuk ka

**Udhëzimet:** Pjesëmarrësit janë me sy të lidhura. Pastaj moderatori thotë një fjalë dhe të gjithë bëjnë imazhin e tyre që përfaqëson atë fjalë. (p.sh. "shkollë") Imazhi përfaqëson mendimet, emocionet e tyre, gjëja e parë që u erdhi në mendje kur dëgjuan atë fjalë / koncept. Moderatori u thotë atyre të jenë pjesëmarrës aktivë dhe i inkurajon të jenë të çuditshëm dhe krijues në bërjen e imazheve. Moderatori gjithashtu u thotë pjesëmarrësve se ata mund të shpikin tregimin, por do të ishte më mirë nëse është e vërtetë dhe ata paraqesin historinë / mendimin / qëndrimin e tyre personal.

Moderatori numëron nga 5, dhe në 1 të gjithë hapin sytë dhe paraqesin imazhin e tyre. Dikush është i ftuar të "shkojë në mes" që ta bëjë imazhin e tij, të tjerët komentojnë duke dhënë komente objektive ("gjuri është i përkulur", "sytë janë të mbyllura", "gishti tregon drejt dyshemesë", etj.), Dhe vëzhgime subjektive ("ajo është e hutuar", "ai është i zemëruar" etj.) Në skenat e vëna online, ai që shfaq imazhin mund të shihet nga të tjerët, duke përdorur opsionin ZOOM - Reflektor për të gjithë.

Moderatori i kujton pjesëmarrësit të jenë të vetëdijshëm se ne i projektojmë përvojat personale në ato që shohim në figurë. Personi që paraqet imazhin nuk duhet të tregojë pjesën tjetër për kuptimin e imazhit të tij / saj / tyre.

Moderatori mund t'i thotë grupit të bëjë imazhe të fjalëve / temave të ndryshme. Disa prej tyre mund të jenë: teatër, dhunë, paqe, nënë, forcë, konflikt, dhunë, qyteti im / vendi / fshati / qyteti. Kur ndihem i fuqishëm / i pafuqishëm ...

**Shënim për moderatoren:** Ndërsa kryeni aktivitetin, është e rëndësishme të inkurajoni diskutimin duke bërë pyetje. Pyetjet e sugjeruara për diskutim:

- Çfarë shohim në imazhin?
- Çfarë paraqet imazhi?
- Si ndihet personi në imazh?
- Çfarë e hap këtë skulpturë / pikturë si pyetje?
- Si lidhet ky imazh me ndërtimin e paqes / shtypjes?

Këto pyetje mund të përdoren në çdo ushtrim të Teatrit të Imazheve.

## Imazhi i familjes

**Temat kryesore:** fizikalitet, hulumtim mbi problemet shoqërore, të shprehurit joverbal

**Madhësia e grupit:** çfarëdo

**Kohëzgjatja:** 20-40min

**Rekuizita:** nuk ka

**Udhëzimet:** Të ndarë në grupe, pjesëmarrësit kanë për detyrë të bëjnë një imazh për familjen. Përmes atij imazhi ata duhet të tregojnë marrëdhëniet midis anëtarëve të familjes, të paraqesin një ditë / situatë tipike në jetën e tyre. Pasi të kenë mbaruar përpunimin e imazheve, ata prezantohen. Në cilësimet në internet, ushtrimi mund të bëhet duke përdorur opsionin e dhomës së veçantë (për të ndarë pjesëmarrësit në grupe) dhe opsionin e kapjes së ekranit (një person në grup është "regjisori" dhe bën një foto të imazhit të marrë nga grupi). Imazhet / imazhet paraqiten në dhomën plenare.

Shënim për moderatorin: Është e mundur që grupet e vogla të paraqesin dhunë në familje, fuqinë e një anëtari të familjes mbi të tjerët, etj. Kjo mund të jetë një pikënisje për diskutimin e çështjeve të rëndësishme shoqërore dhe marrëdhëniet e fuqisë.

Variacioni: Ushtrimi gjithashtu mund të ketë ton qesharak dhe mund të përdoret për qëllime të ndryshme. Mund të përdoret si një ushtrim ngrohje nëse fasilitatori i thotë grupit të krijojë një familje me: lepuj, minj, mace, avokatë, mjekë, etj.

## Imazh i përbashkët / lojë me bashkim pjesësh figure

**Temat kryesore:** fizikalitet, shprehje joverbale, punë në grupe

**Madhësia e grupit:** Çfarëdo

**Kohëzgjatja:** 30-50 min

**Rekuizite:** nuk ka / pajisje (kompjuter) dhe ZOOM aplikacion

**Udhëzimet:** Të ndarë në grupe të vogla, pjesëmarrësit zgjedhin temën / historinë që i intereson dhe u zgjon pasionin. Së bashku ata krijojnë një imazh të përbashkët me ndihmën e trupave të tyre që e përfaqëson atë histori.

Një person në grup është "regjisor". Ai person drejton grupin dhe me sceenshot bën fotografi të imazhit të grupit. Disa nga temat që mund të hapen këtu janë: shtypja; ndërtimi i paqes; dhuna; shembuj konkretë të shtypjes nga komuniteti i tyre, etj.

## Përfundimi i imazhit

**Temat kryesore:** fizikalitet, shprehje joverbale, punë në grupe

**Madhësia e grupit:** çfarëdo

**Kohëzgjatja:** 20-40min

**Rekuizita:** nuk ka

**Udhëzimet:** Një person bën skulpturë / pikturë. Tjetri vazhdon të krijojë një imazh të ri. Ky imazh është bërë në mënyrë që të plotësohet i mëparshmi, të bëhet një relacion, një histori... Personi i parë largohet, i dyti qëndron dhe një person i ri ftohet të bëjë imazh tjetër për ta përfunduar fotografinë që po paraqitet. Moderatorin hap diskutim rreth imazheve, duke bërë pyetje të tilla si: çfarë është lidhja midis personazheve; ku zhviolet kjo situatë, etj.

Shënim për moderatorin: Në cilësimet e rrjetit, ky ushtrim mund të kryhet duke përdorur mjetin 'Spotlight for Everyone' e ZOOM. Mund të vini në dukje (spotlight) personin që përfaqëson imazhin, ta hiqni nga qendra e vëmendjes (remove spotlight) dhe më pas të etiketoni një pjesëmarrës tjetër. ZOOM Pro ju lejon që njëkohësisht të vini në qendër të vëmendjes shumë përdorues në të njëjtën kohë (në qendër të vëmendjes).



## Imazhe të lirisë dhe shtypjes

**Temat kryesore:** fizikalitet, shprehje joverbale, punë në grupe

**Madhësia e grupit:** çfarëdo

**Kohëzgjatja:** 20-30min

**Rekuizita:** nuk ka

**Udhëzimet:** Secili pjesëmarrës paraqet një imazh të shtypjes. Kur secili paraqet fotografinë e tij, moderatori fton interpretuesit / pjesëmarrësit të krijojnë një imazh për lirinë. Në fund, të gjithë duhet të bëjnë një fotografi që përfaqëson një hap që duhet të hidhet në mënyrë që të mund të kalojmë nga shtypja te liria. Në fazën e fundit të ushtrimit, ata lidhin tre imazhet, duke rezultuar në një lloj koreografie.

## Fuqia nga 1 në 5

**Temat kryesore:** vetë-realizimi, vetë-pozicionimi

**Madhësia e grupit:** çfarëdo

**Kohëzgjatja:** 20 min

**Rekuizita:** nuk ka

**Udhëzimet:** Çdo person merr një numër në një bisedë private. Ekzistojnë numra nga 1 në 5, të cilët përfaqësojnë sasinë e fuqisë dhe statusin shoqëror të personit (1 - si niveli më i lartë i fuqisë; 5- niveli më i ulët i fuqisë dhe statusit në shoqëri). Pjesëmarrësit duhet të marrin në konsideratë se cili grup / individ ka atë nivel të fuqisë në shoqëri. Kur përcaktojnë një grup, ata duhet të marrin parasysh tingullin dhe lëvizjen që do të përfaqësonin atë grup.

Aktorët / pjesëmarrësit janë të ndarë në dhoma të veçanta online (në mënyrë të rastësishme) dhe kanë për detyrë të veprojnë në përputhje me statusin dhe fuqinë / pafuqinë e tyre dhe të kryejnë tingullin dhe lëvizjen që e kanë sajuar. Ata mund t'i ndjekin të tjerët dhe të krijojnë lidhje me ta dhe nëse mendojnë se duhet, ata mund t'i ndryshojnë lëvizjet dhe tingujt e tyre.

## Skulptura / Ushtrime për skalitje

Ushtrimet e skalitjes përdoren shpesh si pjesë e procesit të teatrit të imazheve. Ka shumë variacione të ushtrimeve të skalitjes. Disa nga ato variacione janë:

1. Skulptor dhe argjilë. Pjesëmarrësit ndahen në çifte, në dhoma të veçanta online. Njëri është skulptori dhe tjetri është argjila. Skulptori jep udhëzime për argjilën (ku të lëvizë, si të vendoset). Udhëzimet mund të jenë verbale dhe të fytyrës (skulptori mund të përdorë edhe opsionin 'chat'), por është e rëndësishme të mos përmendim idenë e skulpturës që ata duan të bëjnë. Tema e skulpturës mund të jetë një ndjenjë, një çështje sociale, etj.
2. Muzeu i skulpturave. Procesi i bërjes së skulpturës është i njëjtë si në ushtrimin e mëparshëm (skulptor dhe argjilë), por këtu pjesëmarrësit janë të ftuar të tregojnë skulpturat e tyre dhe t'i paraqesin ato në "muzeun e skulpturave". Ata mund të krijojnë tregim që shpjegon skulpturën e tyre, historinë pas skulpturës, etj.
3. Shumë skulptorë skalitin një person. Pjesëmarrësit ndahen në grupe të vogla (në dhoma të veçanta ZOOM). Një person është "argjilë" dhe të tjerët janë skulptorë, ata përpiqen të sinkronizohen dhe ta bëjnë skulpturën me të njëjtën temë. Secili duhet të kontribuojë në krijimin e skulpturës.
4. Një person bën shumë skulptura. Një person është skulptor dhe i skalit të tjerët në një imazh të përbashkët. Pas kësaj, skulptori pozicionohet në imazhin. Ky ushtrim

shpesh përdoret për t'u zhytur në tregime dhe tema personale, ku skulptori tregon një tregim për shtypjen, një shembull personal ose tregim të njerëzve të tjerë që ai ose ajo i konsideron të rëndësishme dhe emocionuese.

## Dinamizimi i imazheve

Dinamizimi i imazheve është animimi i imazheve, duke përdorur një larmi teknikash, futjen e zërit dhe lëvizjen e imazhit, por gjithashtu duke zhvilluar marrëdhënie midis tbllove individuale. Dinamizimi ndihmon interpretuesit të thellohen në çështjen shoqërore me të cilën merren; shërben si një hap drejt zhvillimit të skenave të forumit dhe si një ushtrim për zhvillimin e karakterit. Mund të bëhet në shumë mënyra:

1. Pasi secili interpretues / pjesëmarrës të ketë krijuar fotografinë e tij individuale, dy ose më shumë njerëz ftohen të ndajnë fotografitë e tyre në qendër të rrethit. Në këtë mënyrë ata bëjnë një tablo grupi, e cila mund të dinamizohet duke shtuar tinguj dhe lëvizje.
2. Një person ose grup krijon imazh, dhe pjesa tjetër e interpretuesve mund të shtojnë tinguj në imazhin. Ata zakonisht mund ta bëjnë këtë duke hyrë në skenë, duke goditur interpretuesin mbi supë dhe duke thënë fjalën që personazhi e thotë në skenë ose e mendon në situatën e dhënë.
3. Një person ndan imazhet e tij në një rreth, dhe të tjerët mund të lidhin duke bërë imazhet e tyre në krahasim me imazhin e artistit.
4. Secili personazh në imazh kërkohet t'i flasë me zë të lartë mendimet e tij pa lëvizur për 30 sekonda. Kjo mund t'i ndihmojë pjesëmarrësit / interpretuesit të kuptojnë personazhet e tyre dhe rolin e tyre në skenë / imazh.
5. Secili personazh në fotografi kërkohet të prodhojë një tingull të përsëritur dhe të bëjë lëvizje mekanike. Moderatorin mund të luajë rolin e "dirigjentit", i cili mund të "kyçë" dhe "shkyçë" secilin pjesëmarrës duke i trokitur mbi supë. Kur janë të "kyçur", pjesëmarrësit vazhdimisht përsërisin tingullin dhe lëvizjen e tyre.
6. Performuesit në skenë duhet të lëvizin ngadalë për të shprehur dëshirat e personazheve të tyre.
7. Performuesit që paraqesin një imazh të një lloji shtypjeje ftohen të krijojnë "imazhin e dëshiruar", një imazh ku shtypja nuk ekziston. Më vonë, ata duhet të bëjnë një fotografi që është një hap midis këtyre dy fotove, duke iu përgjigjur pyetjes: Çfarë duhet bërë për të arritur këtë "imazh të dëshiruar"? Në fazën përfundimtare të ushtrimit, pjesëmarrësit / interpretuesit paraqesin të gjitha imazhet (3) në të njëjtën kohë, duke u përpjekur të bëjnë lëvizje të papenguara nga imazhi i parë (imazhi i shtypjes) te i fundit (imazhi i dëshiruar).
8. Bërja e një kënge nga perspektiva e protagonistit dhe / ose shtypësit të imazhit mund të jetë një nga mënyrat e dinamizimit të imazheve (duke i bërë ato "të gjalla"), ku pjesëmarrësit / interpretuesit mund të futen më thellë në personazhet dhe dëshirat, motivet e tyre, etj. Pjesëmarrësit mund të bëjnë këngë duke përdorur teknika të ndryshme:
  - Stili i lirë. Pjesëmarrësve / interpretuesve u jepet detyra e përgjithshme për të bërë një poezi nga këndvështrimi i karakterit të tyre ose nga këndvështrimi i ndonjë personazhi. Poezia mund të jetë e çdo zhanri.
  - Shkrimi i këngës duke përdorur skicë / ritëm. Moderatorin mund të sigurojë skicën e këngës për pjesëmarrësit dhe ata ta zhvillojnë më tej atë.
  - Trup i jashtëzakonshëm. Një metodë me të cilën bëhet një koleksion i fjalëve në mënyrë kolektive. Secili pjesëmarrës / interpretues i shton përbërjes në rend, ose duke ndjekur rregullin (p.sh. "mbiemër, emër, ndajfolje, folje, emër mbiemër", si në "Rosa e gjelbër e këndoi ëmbëlsisht vajtimin e tmerrshëm") ose kur është e lejueshme të shihet vetëm fundi i asaj që e ka shtuar personi

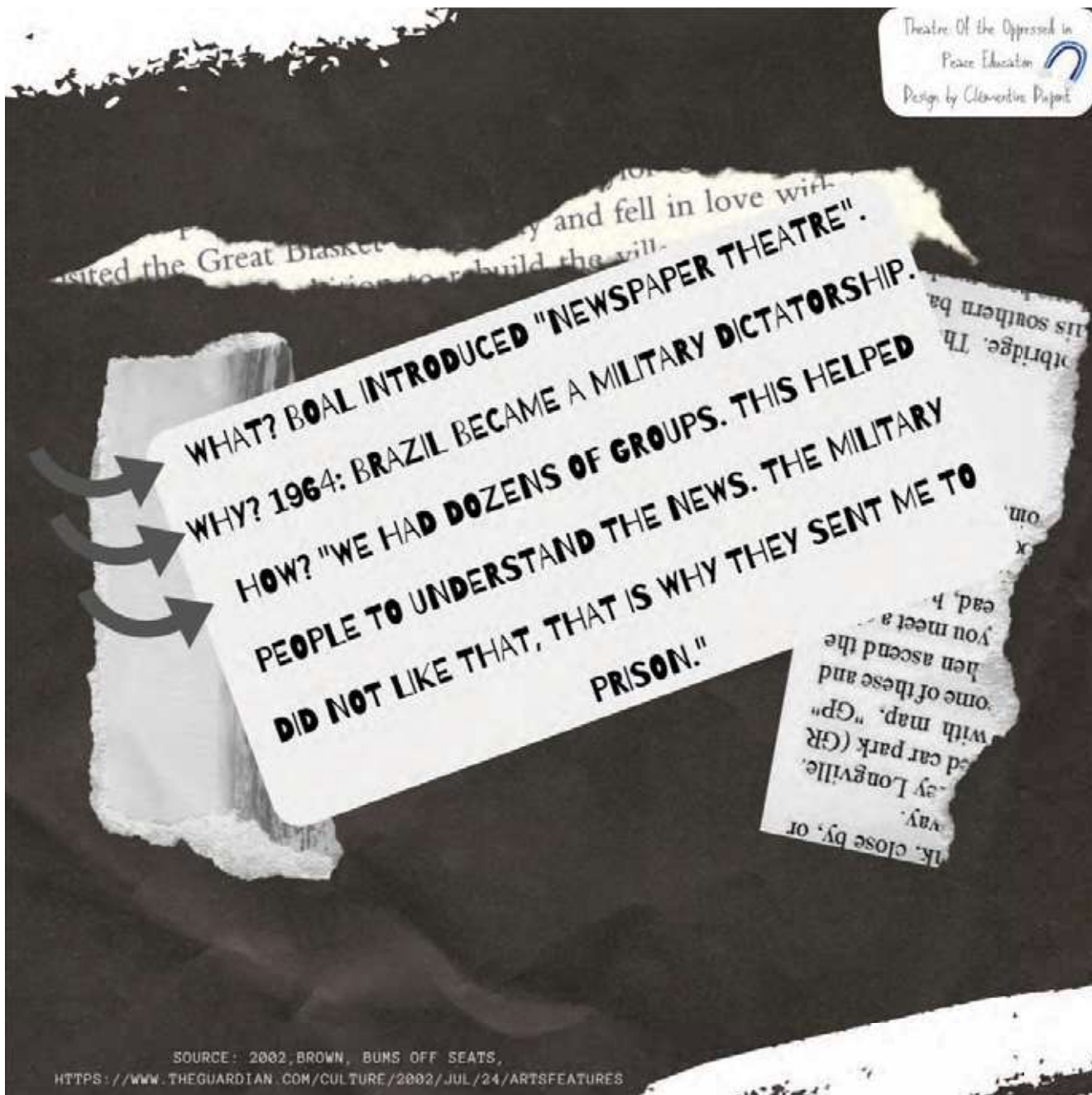


Udhëzuesi video për animimin e imazheve është në dispozicion në:  
<http://www.seeyn.org/elearning/mod/hvp/view.php?id=455&forceview=1> dhe  
[https://www.youtube.com/watch?v=A4LK3OZQ4Zk&feature=emb\\_title](https://www.youtube.com/watch?v=A4LK3OZQ4Zk&feature=emb_title)

## Gjetja e tregimeve / temave / pyetjeve

Teatri i të Shtypurve (TSH) është fizik, sensual dhe pjesëmarrës. Gjetja e tregimit ndodh në një komunitet ku TSH përdor qasje të ndryshme për të të ardhur deri te tregimi që do të tregohet. Ai përfshin një sërë ushtrimesh të ndërmarra nga teknika të tilla si teatri i imazheve, teatri i gazetave, teatri i forumit, riprodhimi, teatri në arsim, teatri në komunitet, terapia e dramës, teatri për zhvillim, etj.

Fasilitatori zakonisht përqendron grupin në efektet e dukshme, të përditshme të gjendjeve që lejojnë ekzistimin e problemeve dhe konflikteve. Duke përdorur teknika të ndryshme, ne analizojmë çështjet e konfliktit të theksuara nga pjesëmarrësit dhe krijojmë mënyra për t'i kryer/aktruar. Kur përdor Teatrin e Imazheve me qëllim për të gërmuar një tregim, xhokeri përdor skulptura të bëra nga trupat e pjesëmarrësve si imazhe shtypjeje, pastaj përdor ato asociacione dhe i lidh ato me kontekstin. Ose, xhokeri i përdor gazetate lokale për të treguar tregime specifike të shtypjes të pranishme dhe të rëndësishme në një komunitet të veçantë në atë kohë. Të gjitha teknikat e zhvilluara brenda kornizave të Teatrit të të Shtypurve tregojnë përmirësimin dhe zgjimin e të ashtuquajturve konkretizimi i të Shtypurve. **(Pedagogjia e të shtypurve nga Freire)**<sup>15</sup> Me fjalë të tjera, në mënyrë që të merremi me shtypjen dhe aspekte të ndryshme të jetës, ne duhet disi të arrijmë vetëdijen për këtë shtypje dhe aftësinë për të parë mënyra për gjetjen e fuqisë për ta ndryshuar veten. Kjo krijon një mundësi për pjesëmarrësit e punëtorisë të artikulojnë një teatër interaktiv për çështje relevante dhe të krijojnë diçka me shumë shërbim për komunitetet e tyre. Shkurtimisht, trashëgimia e këtij lloji teatri tashmë është përmendur si zgjimi dhe metaksi i të shtypurve, aktorëve dhe / ose shikuesve. Qëllimi është që të përfshihemi në betejat e personazheve, tregimet e jetës reale, të cilat ne i njohim si luftimet tona. Jo për të thyer shtypjen, por për të krijuar një komunitet të shëndetshëm, siguri dhe paqe.



Këtu është një shembull i një studimi të rastit: në vitin 2018, "Gjërat që dua t'i them, por kurrë s'do t'i them", u krijua në shkollën e mesme gjimnazin Druga në Sarajevë dhe zbatoi metodologjinë se si të formonte përfaqësim të një kërkimi anonim të kryer në shkollë.



Një pjesë e madhe e njohurive nga të cilat doli teatri i të shtypurve u fituan gjatë punës në arsim. Grupi i teatrit rinor ReACT zhvilloi një sondazh anonim dhe së pari bëri një mjedis tre minutësh përmes vizitave në klasë që i frymëzoi nxënësit t'u përgjigjeshin tre pyetjeve themelore të sondazhit: "Çfarë do të thuash"? "Kujt doni t'ia thoni këtë?" "Pse nuk do ta thuash këtë?" Duke eksploruar këto pyetje të thjeshta, por intime, u krijua një shfaqje me mendime dhe dialogje duke filluar nga tema qesharake deri te temat dramatike, duke inkurajuar audiencën të reagojë dhe të mendojë më mirë për marrëdhënien tonë.

Shfaqja flet për një mësues i cili merr rolin udhëheqës në hulumtimin e problemeve të ndryshme për të cilët adoleshentët nuk guxojnë të flasin dhe 15 nxënës në skenë, që përfaqësojnë një klasë tipike. Kjo shfaqje përdori metodën e teatrit në forum, ku rolin e xhokerit e mori vetë mësuesi-aktor, i cili qysh në fillim komunikonte vazhdimisht me audiencën (prindërit, mësuesit, vëllezërit e motrat, anëtarët e komunitetit), të vetëdijshëm se roli i tij është të veprojë në mënyrë spontane, imagjinare dhe terapeutike në drejtim të lidhjes së aktorëve me audiencën dhe të formojë dialog që do të çonte në një zgjidhje të mundshme të çështjeve të ngritura në shfaqje. Disa nga çështjet e ngritura gjatë performancës ishin; homoseksualiteti, anoreksia, komunikimi i gabuar me prindërit, hendeku i brezave, problemet me mësuesit, mosrespektimi, varësitë, dhuna në familje, abuzimi.

Të gjitha pyetjet u hapën përmes monologjeve, dialogjeve dhe vendosjes së një atmosfere të ngrohtë midis aktorëve dhe mësuesit. Strategjitë për vlerësimin e forum teatrit janë të drejtuara nga konteksti dhe kanë të bëjnë kryesisht me dhënien e zërit pjesëmarrësve - aktorëve dhe spekt-aktorëve. Kështu, vlerësimi përqendrohet kryesisht në atë që interpretohet në vend të asaj se si zbatohet në mënyrë që të ketë efekt më të gjerë tek individët dhe komunitetet.

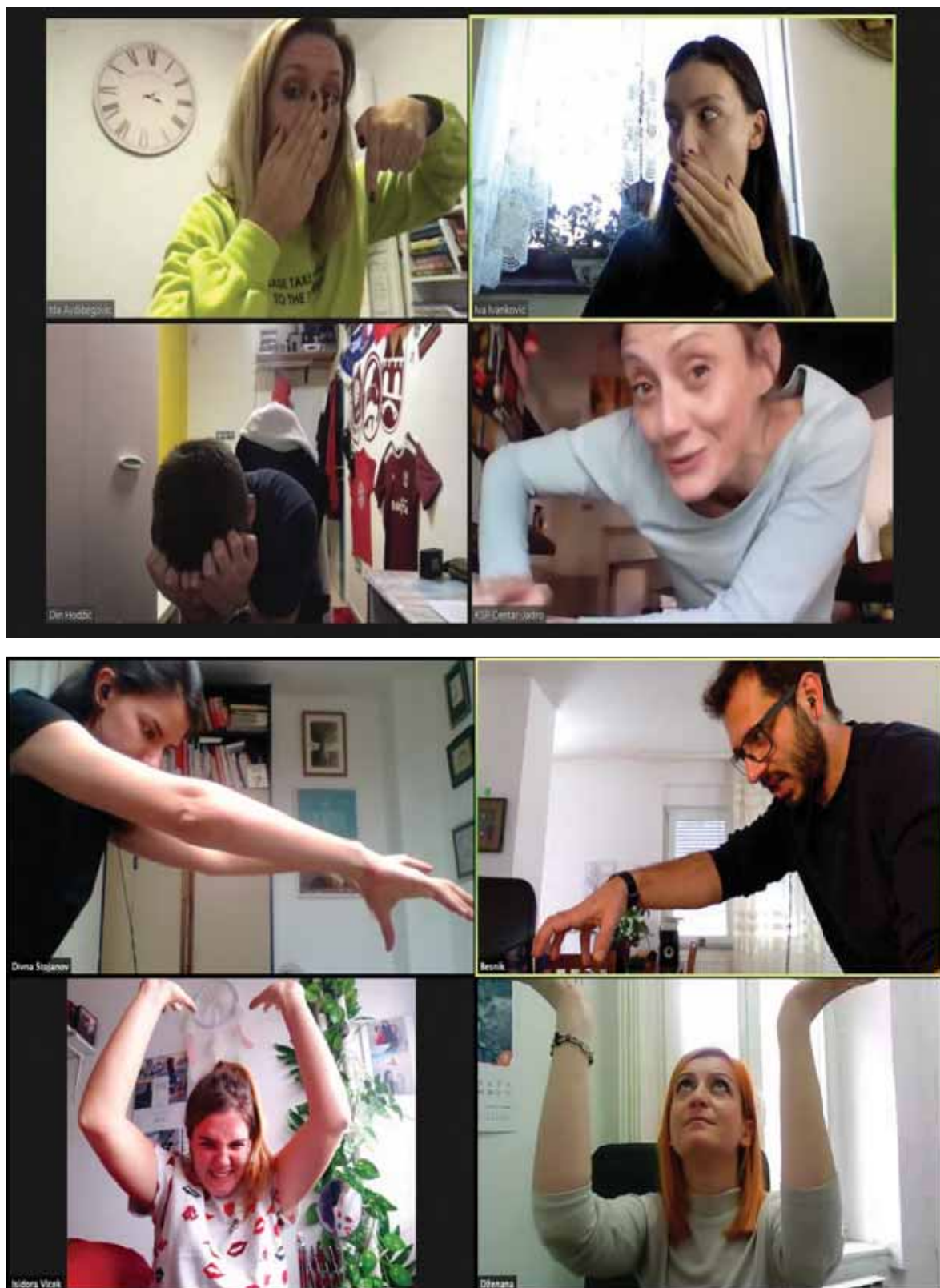
Më poshtë janë mjetet dhe disa shembuj konkretë të aktiviteteve që mund të përdoren në mënyrë efektive për të kërkuar histori shtypjeje në komunitetin e pjesëmarrësve:

## Teatri i imazheve

Teatri i imazheve (shih disa kapituj më sipër) është mjeti më i përdorur më së gjeri dhe më së shpeshti i TSH për adresimin e çështjeve me interes për pjesëmarrësit e sesioneve të TSH, përfshirë shtypjen e pranishme në komunitetin e tyre. Me prezantimin e Teatrit të imazheve, xhokeri jo vetëm që i pajis pjesëmarrësit me mjetet e TSH, por gjithashtu krijon kontekst dhe mjedis të sigurt për shfaqjen e temave dhe tregimeve. Edhe përmes imazheve fillestare, xhokeri mund të marrë një ide të qartë se cilat tema rikumbojnë fort me pjesëmarrësit e përfshirë dhe do të rikumbojnë me audiencën më të gjerë gjatë sesionit të teatrit në forum. Një gjë e rëndësishme për të mbajtur në mend gjatë procesit të gërmimit / gjetjes së tregimit është që pjesëmarrësit duhet të kujdesen vërtet për temën / tregimin, qoftë personale apo jo; ata duhet të tregojnë respekt, sepse megjithëatë është histori personale e dikujt dhe ata duhet të tregojnë ndjeshmëri. Për shembull, veprimtaria "Imazhi i botës" e përshkruar më sipër në kapitullin 9. Teatri i imazheve mund të përdoret për të gjetur tema dhe tregime që janë të rëndësishme dhe jehojnë te pjesëmarrësit dhe komuniteti. Xhokeri mund të prezantojë fjalët / temat e mëposhtme ndërsa bën ngrohjen e pjesëmarrësve:

Fjalët / temat: teatër, paqe, nënë, pushtet, konflikt. Pastaj xhokeri / fasilitatori paraqet fjalë shtypjeje. Pjesëmarrësit marrin imazhet e tyre, dhe xhokeri / fasilitatori fotografon ekranin (screenshot) me imazhin e secilit (në varësi të madhësisë së grupit, xhokeri e ndan grupin në nëngrupe dhe i ndan ata në dhoma online të veçanta ose bën aktivitetin në grupin plenar); atëherë xhokeri / fasilitatori bën një mozaik të pamjeve të ekranit dhe i ndan me të gjithë ndërsa i analizon së bashku.

Analiza e imazhit (vazhdim): Një temë e re u jepet pjesëmarrësve, p.sh. "Lufta" ose "Teatri" dhe secili pjesëmarrës bën imazhin e tij. Fasilitatori pyet: Çfarë mund të përfaqësojë ky imazh? A është metaforë? Çfarë ndjenje po shpreh personi? (Kini parasysh se rrallë mund t'i shohim gjërat me objektivitet. Gjëja më e rëndësishme është që imazhi të bëjë një tërësi, duke treguar të gjithë përvojën me shkollën, luftën, etj. Kjo është një mënyrë për të prezantuar botën e brendshme). Imazhet mund të ndihmojnë të sugjeroni gjëra dhe tema që nuk mund t'i shprehim me fjalë; kështu Teatri i imazheve ndihmon shumë. Gjithashtu mund t'i sigurojë personit një strategji për të zbuluar se si ndihet. Personi, imazhi i të cilit është duke u analizuar do të mësojë. Ashtu si të gjithë të tjerët.



Një mënyrë tjetër për të ardhur deri te tregimet e shtypjes është duke kërkuar dhe eksploruar simbolet e shtypjes. Më poshtë vijon një shembull konkret i veprimtarisë në atë drejtim:

## Simbol i shtypjes

**Temat kryesore:** Shtypja dhe pushteti

**Madhësia e grupit:** çfarëdo

**Kohëzgjatja:** 30-40min

**Rekuizita:** fletë letre, laps / stilolaps

**Udhëzimet:** (hyrje në temën e shtypjes)

1. Fasilitatori u kërkon aktorëve / pjesëmarrësve të mendojnë për shtypjen në shoqëri dhe simbolet që përfaqësojnë shtypjen dhe fuqinë. Ata mund të shkruajnë idetë e tyre fillestare në opsionin 'chat'.
2. Fasilitatori motivon aktorët / pjesëmarrësit për të eksploruar hapësirën përreth tyre dhe për të gjetur një simbol që përfaqëson fuqi ose shtypje. Mund të jenë grupe që kanë pushtet në shoqëri, grupe që përdorin fuqi mbi grupe të tjera, ose individë në shoqëri që përdorin fuqinë e tyre mbi dikë.
3. Pasi aktorët / pjesëmarrësit të kenë zgjedhur simbolin, ata tani duhet të kërkojnë një simbol që përfaqëson grupin e shtypur kundër të cilit përdoret pushteti.
4. Aktorët / pjesëmarrësit lidhin objektet dhe duhet të zhvillojnë tregimin, një situatë specifike, një shembull të shtypjes që ata janë përpjekur të shprehin përmes objekteve.
5. Shkëmbimi i tregimeve.

**Shënim për fasilitatorin:** Inkurajoni aktorët / pjesëmarrësit të mendojnë për objekte të ndryshme që mund të përfaqësojnë fuqinë dhe shtypjen. Mund të sugjeroni diçka nga si vijon:

- Kravata: si simbol i mbizotërimit mashkullor
- Karrige: si simbol i fuqisë, statusit
- Uniforma

**Teatri i Gazetës** është një sërë ushtrimesh dhe teknikash ku burimi kryesor për kërkime mbi temat sociale janë gazetatat. Teatri i gazetave e përcjell shikuesin drejtpërdrejt me realitetin e fakteve të paraqitura në lajme. Çdokush mund ta praktikojë atë. Teknika e parë e përdorur është leximi i lajmeve, qartë dhe sinqerisht, pa koment ose mendim. Kjo mund të arrihet duke lexuar thjesht veçmas nga konteksti i gazetës, nga formati fillestar. Një teknikë tjetër mund të përfshijë leximin e kryqëzuar - dy artikuj lexohen në mënyrë të kryqëzuar, njëri hedh dritë mbi tjetrin, duke e shpjeguar atë, duke i dhënë atij një dimension të ri. Ekziston gjithashtu mundësia e veprimit paralel ku aktorët veprojnë gjatë leximit të lajmeve që tregojnë kontekstin në të cilin ka ndodhur me të vërtetë ngjarja e raportuar, për shembull, dikush dëgjon lajmet dhe sheh një veprim që e plotëson atë vizualisht.

## Krijimi i shfaqjes (gjëra praktike që duhet pasur parasysh kur bëhet fjalë për teatrin online)

Pasi pjesëmarrësit të gjejnë histori të shtypjes nga komuniteti i tyre dhe t'i ndajnë ato në një grup të madh (përmes teatrit ose ndryshe), xhokeri/ fasilitatori e ndan grupin në disa nën-grupe. Numri i nëngrupeve varet nga numri i përgjithshëm i pjesëmarrësve, por zakonisht duhet të ketë 3-5 pjesëmarrës në secilin nëngrup. Xhokeri krijon dhoma online të veçanta për secilin nëngrup dhe i ndan pjesëmarrësit në dhoma ku pjesëmarrësit diskutojnë për historitë e ndara në plenum dhe vendosin se cila histori jehon më shumë me ta, përkatësisht cilën do të donin ta zhvillonin në skenë. Për më tepër, ata diskutojnë marrëdhëniet midis personazheve, zgjedhin një skenë (a) kryesore të konfliktit dhe / ose përfaqësojnë shtypjen që ata do të përgatisin dhe paraqesin, diskutojnë kontekstin / rrethanat e dhëna në të cilat zhvillohet skena dhe ndajnë rolet mes vete. Në rastin kur prezantimi përbëhet nga disa skena, kur këto skena ushtrohen (dhe prezantohen më vonë) vetëm aktorët që luajnë role në këto skena kanë kamerat dhe mikrofonat e tyre të ndezur; të gjithë të tjerëve u janë të fikura. Xhokeri shënon aktorët që luajnë në skenë me veglën 'spotlight'.

### Dramaturgjia e Teatrit të të Shtypurve

Pjesëmarrësit interpretojnë skena / shfaqje. Udhëzimet që ata marrin janë si vijon:

- Performanca duhet të paraqesë një lloj konflikti, pa zgjidhje
- Të paktën një sekuencë duhet të përmbajë dialog
- Duhet të lidhet me çështjen në lidhje me temën e ndërtimit të paqes
- Mund të jetë eksperimentale, nuk duhet të jetë e tipit klasik, mund të jetë një shfaqje, audio dramë, fotografi, monologje, tinguj, skulptura, etj.

Duke përdorur shprehjet greke "protagonist" dhe "antagonist", Forum teatri përpiqet të tregojë një person (protagonist) i cili përpiqet të merret me shtypjen dhe dështon për shkak të rezistencës ndaj një ose më shumë pengesave (antagonistëve).

Në teatrin e të shtypurve, bëhet një tregim, dramë ose aktrim i shkurtër që pasqyron një problem apo sfidë me të cilën përballemi dhe stimulon mendjen e publikut.

Diskutimi i publikut pas përfundimit dramatik i ndihmon të pranishmit të njohin një model përgjigjeje ndaj problemit, bazuar në disa nga zgjidhjet e mundshme që ka ofruar ose paraqitur publiku. Përfitimet për shikuesit përfshijnë zgjerimin e njohurive të tyre për jetën; përgatitje për situata të papritura ose të panjohura; inkurajim për të folur publikisht për tema të rëndësishme; forcimin e unitetit familjar dhe inkurajimin e individëve të bëhen përgjegjës për zgjedhjet e tyre dhe të ndërmarrin veprime pozitive.



Kjo me qëllim që t'u ofrojë shikuesve mundësinë për të eksploruar çështje sociale, për t'u siguruar atyre qasje në problemet e jetës dhe për të gjetur mundësi të ndryshme për ndërhyrje përmes shembujve konkretë dramatik.

Disa nga faktorët që e bëjnë shfaqjen efektive janë: përdorimi i dramës për ta bërë problemin më të drejtpërdrejtë emocionalisht; mundësia për grupe të ndryshme shoqërore dhe moshe të ndajnë përvojë të përbashkët; zgjerimin e njohurive të të rinjve dhe të rriturve për jetën; ekspozimi ndaj përvojës së këshillimit për shkëmbim emocional dhe intelektual në një atmosferë mbështetjeje; legjitimimi i veprimeve dhe sjelljeve pozitive në mendjet e shikuesve të rinj; zhvillimi i të menduarit kolektiv ose individual në kërkim të drejtimeve të mundshme pozitive për problemet e jetës në mënyrën e tyre.

## Ndërtimi i karakterit

Personi që dëshiron të ndërtojë një karakter duhet të japë gjithçka nga vetja për të ditur gjithçka që është e mundur në lidhje me karakterin që ai dëshiron të ndërtojë. Nuk është çështje vetëm e paraqitjes së fakteve në lidhje me karakterin, por duhet të thellohem për të kuptuar motivet, sfondin / historinë e personazhit, të kaluarën e tyre dhe si ka ndikuar kjo në zhvillimin e karakterit që ata duan të krijojnë ose kuptojnë.

лични социјални и возрасни групи да споделат заедничко искуство; проширување на знаењето на младите и возрасните за животот; изложеност на искуството на консултација за емотивна и интелектуална размена во атмосфера на поддршка; легитимизирање на pozitivni postapki и однесување во umovite на младите гледачи; развој на kolektivno или индивидуално размислување во потрага по можни pozitivni насоки кон животните проблеми на свој начин.

Video tutorial: Developing a character



Një udhëzues video për ndërtimin e karakterit është në dispozicion në:

<http://www.seeyn.org/elearning/mod/hvp/view.php?id=388> dhe

[https://www.youtube.com/watch?v=YSTXjI5U4SM&feature=emb\\_title](https://www.youtube.com/watch?v=YSTXjI5U4SM&feature=emb_title)

Bërja e pyetjeve në lidhje me karakterin jo vetëm që ndihmon në krijimin e një karakteri realist, të besueshëm, por shpesh pyetjet e rastësishme rezultojnë në informacione të reja në lidhje me karakterin që e ndihmon autorin të kapërcejë kufizimet e tij.

Imagjinoni se si karakteri është ulur pranë jush dhe ju ushqen me informacione për veten e tij. Pastaj plotësoni përgjigjet e pyetjeve siç i merrni. Në varësi të karakterit tuaj, ju mund të gjeni shumë pyetje të tjera që mund të shtroni që do t'ju japin një pasqyrë shtesë mbi karakterin dhe më shumë material për tregimin tuaj që do të pasurojë përshkrimin tuaj dhe do ta bëjë karakterin të duket më tre-dimensional për lexuesit. Pyetësi i karakterit është mënyrë e shkëlqyeshme për ta bërë trurin tonë të punojë në drejtime të reja, ndikon në mënyrën tonë të menduarit dhe ndihmon për të kuptuar larminë. Mund të vijojnë pyetje që lidhen me: praninë fizike, karakterin, sjelljen, qëndrimet, miqtë dhe familjen, marrëdhëniet, e kaluara dhe e ardhmja, dashuria, konflikti, puna, edukimi, hobi, gjërat e preferuara, tiparet, natyra shpirtërore, vlerat, jeta e përditshme. Pyetje të përgjithshme për zhvillimin e karakterit: Cilat ishin ëndrrat / dëshirat e personazhit si fëmijë? Çfarë ëndërron personazhi për të ardhmen e tij? Cili ishte momenti kryesor në të kaluarën / biografia personale që i bëri ata që janë tani? Cili është roli i personazhit në tregimin? Cila është dinamika midis personazhit dhe personazheve të tjerë përreth tij? Si shprehet jeta e brendshme përmes trupit?

## Lojëra dhe aktivitete që kontribuojnë në ndërtimin e karakterit:

### Më lidh

**Temat kryesore:** ndërtimi i karakterit

**Madhësia e grupit:** çfarëdo

**Kohëzgjatja:** /

**Rekuizita:** nuk ka

**Udhëzimet:** Moderatorin u jep pjesëmarrësve një listë fjalësh dhe shpjegon se ata kanë 3 minuta kohë që të shkruajnë diçka për veten e tyre në lidhje me fjalët e dhëna.

Për shembull, nëse fjala "Londër" është në listë, ata mund të thonë: "Unë shkova në Londër muajin e kaluar" ose "Londra është vendi ku një ditë unë do të doja të jetoja."

Në fund të atyre 3 minutave, fasilitatori u kërkon studentëve të ndajnë informacionin e tyre me të tjerët (në hapësira të vogla ose në seancë plenare).

Fjalët që mund të përdoren:

- luleshtrydhe
- londra
- kampim
- qiell
- një vit

## Shndërrimi i objekteve në subjekte

**Temat kryesore:** ndërtimi i karakterit

**Madhësia e grupit:** çfarëdo

**Kohëzgjatja:** /

**Rekuizita:** nuk ka

**Udhëzimet:** Çdo person në grup mendon për një send. Nëse sendi është në dhomën e tyre ata nuk duhet ta tregojnë atë para kamerës dhe pjesëmarrësve të tjerë në fillim, nëse sendi nuk është në dhomë, ai mund të jetë një send imagjinar që të gjithë mund ta zgjedhin. Nga ana tjetër, pjesëmarrësit sillen sikur të ishin ai objekt, bëjnë imazh të objektit, imitojnë objektin, flasin sikur të ishin ai objekt. Prezantojnë si duket, si ndihet, si qëndron, pranojnë pamjen fizike të objektit, i imagjinojnë emocionet, besimet, ëndrrat, shpresat dhe dëshirat e objektit. Pasi secili të ketë shpjeguar objektin e tij / saj të zgjedhur, më vonë nëse dëshiron mund të krijojë lidhje me objekt tjetër, dikë që pjesëmarrësit e kanë prezantuar. Si kombinohen? Pse? Çfarë mund të rezultojë nga kjo? A mund të ndërtoni një histori të shkurtër me tema të kombinuara? Cila është korrelacioni i tyre?

## Gëzuar-zemëruar-trishtuar-lumtur

**Temat kryesore:** ndërtimi i karakterit

**Madhësia e grupit:** çfarëdo

**Kohëzgjatja:** 10 min.

**Rekuizita:** nuk ka

**Udhëzimet:** Përqendrohuni në karakterizimin kur emocionet ndryshojnë shpejt. Moderatorit shpjegon se secili në fund do të numërojë deri në 20 së bashku dhe ndërsa moderatorit numëron, ata do të lëvizin nëpër emocione të ndryshme duke i shprehur ato me zërat dhe trupat e tyre.

Filloni me Numrat me fat nga 1 - 5, pastaj futni numrat pikëllues dhe kështu me radhë:

1 - 5 - Fat

6 - 10 - I zemëruar

10 - 15 - I pikëlluar

15-20 - Fat

**Variacione:** Ndërroni me numra të ndryshëm ose emocione të ndryshme.

Numëroni në rreth individualisht.

Zëvendësoni numrat me radhë nga një monolog ose skenar që duhet të ushtrohet, një person lexon, ndërsa të tjerët reagojnë emocionalisht ndaj historisë.

## Karrige e nxehtë

**Temat kryesore:** Aftësi komunikimi

**Madhësia e grupit:** çfarëdo

**Kohëzgjatja:** 20 - 40 min.

**Rekuizita:** nuk ka

**Udhëzimet:** Grupi është i ndarë në dy grupe. Jepini secilit grup tema për të cilat ata mund të diskutojnë dhe caktoni kohë sa gjatë dëshironi të flisni për një temë të caktuar. Secili grup duhet të gjejë mënyrë të mbështesë idetë / besimet e veta, faktet, stereotipet, mitet bazuar në temën dhe qëndrimin që u është dhënë.

Si fillim, ka dy karrige të nxehta, një për secilin grup. Dy pjesëmarrës, një nga secili grup, zënë vendin e tyre dhe fillojnë të flasin për pozicionin e tyre në lidhje me këtë temë. Pas disa minutash, pjesëmarrësit në grupet e tyre mund të ngrenë dorën dhe të kërkojnë të zëvendësojnë anëtarin e ekipit të tyre, të zënë vendin e tyre dhe të vazhdojnë diskutimin.

- Religjion - person fetar kundër një ateisti;
- Të drejta të barabarta - të drejta të barabarta për të gjithë në vend që burrat të dominojnë botën (seksizmi kundrejt feminizmit);
- Edukimi i fëmijëve - edukimi i fëmijëve me disiplinë të rreptë përkundrejt lejitimit të fëmijëve të jenë të lirë, duke i lejuar të bëjnë gabime, duke i udhëhequr ngadalë;
- Jeta në fshat kundrejt jetës në qytet;
- Ndërtimi i më shumë rrugëve infrastrukturore, fabrikave për punësim përkundrejt lënies më shumë gjelbërimit dhe ruajtjes së mjedisit jetësor;
- Bashkëpunim kundrejt konkurrencës.

## Procesi i Teatrit Forum (ndërhyrje)

Qëllimi është të lehtësojë dialogun dhe t'u mundësojë pjesëmarrësve të gjejnë zgjidhje për problemet me të cilat përballen, duke ndarë histori bazuar në përvojën e shtypjes. Në një farë mënyre, është transformues sepse shtypësi është gjithmonë në publik në ndonjë

manifestim. Ai / ajo është gjithmonë pjesë e komunitetit të gjallë, qoftë në një nivel mikro apo makro, si individ apo si fuqi e brendshme. Teatri forum ndihmon për t'i dhënë fund cikleve të shtypjes përmes përdorimit të teatrit në të cilin edhe të shtypurit dhe shtypësit e shohin veten në skenë si njerëz të vërtetë dhe anëtarë të ligjshëm të komunitetit të përfshirë në betejat e tyre komplekse.

Ky është një teatër që lind nga procesi dhe problemet në komunitet dhe ofron hapësirë për zërat që nuk dëgjohen shpesh në teatrin e zakonshëm; diskutohen çështje për të cilat diskutohen rrallë dhe mundësia për pjesëmarrje të të gjithë komunitetit është proces dhe vlerë terapeutike. Paraqet mundësi për dialog krijues të bazuar në komunitetin. Teatri krijohet dhe interpretohet nga anëtarët e komunitetit që jetojnë me problemet që shqyrtohen.

Pjesëmarrësit krijojnë lojë të shkurtër, e cila interpretohet një herë, ku publiku mund të shohë situatën dhe problemin e paraqitur. Historia zhvillohet deri në momentin e krizës dhe ndalet këtu, pa ofruar zgjidhje. Në Teatrin Forum, shfaqja shfaqet përsëri, me mundësinë që anëtarët e publikut të ngrijnë lirisht veprimin dhe të ndërhyjnë në çdo moment kur ata do të identifikojnë shtypjen. Një anëtar i publikut mund të përplasë duart ose të thotë "ndalo", madje të ngjitet në skenë dhe të ofrojë ose provojë ndonjë ide. Aktorët e tjerë reagojnë në suazat e personazheve të tyre. Kjo quhet ndërhyrje. Shfaqja duhet të projektohet për të inkurajuar publikun të shkojë përtej hapësirës së teatrit. Ndërhyrja ndodh kur anëtarët e publikut mendojnë se situata aq i tërheq sa që ata mendojnë se nuk kanë zgjidhje tjetër veçse të bëjnë diçka.

Është e rëndësishme të përmendet se personazhet e shtypësit dhe të shtypurit janë të lidhur, në kuptim teatral, ndonjëherë mund të jetë i njëjti karakter. Ato janë pjesë integrale e të njëjtit rrjet dhe pasqyrojnë të njëjtat modele të sjelljes. Nëse duam t'i japim fund ciklit të shtypjes, forcimi i të shtypurve është vetëm një hap në një numër hapash që çojnë drejt shërimit të një rrjeti ose komuniteti më të madh.

Ndërhyrjet janë ftesë që publiku të ngjitet në skenë të zëvendësojë një person të shtypur dhe të provojë idenë e thyerjes së shtypjes. Shfaqjet që krijojmë duhet të përmbajnë sa më shumë kompleksitetin e jetës reale. Për shembull, burrat zëvendësojnë gratë, gratë zëvendësojnë burrat, të rinjtë zëvendësojnë të moshuarit, të pasurit zëvendësojnë të varfrit dhe anasjelltas, etj. Ky është procesi i të mësuarit të një komuniteti aktiv përmes dialogut të thellë dhe të mirëfilltë, bazuar në empati dhe besim. Në projektin e Teatrit Forum, aktorët dhe regjisori nuk e shkruajnë kurrë storjen. Ajo që personazhet i thonë njëri-tjetrit buron nga ndërveprimi midis xhokerit (shih Roli i Xhokerit) dhe aktorëve që janë anëtarë të komunitetit. Ajo që fitojmë është zëri i vërtetë i interpretuesve. Kur bëhet fjalë për hapësirën në internet dhe opsionet ZOOM për ndërhyrjet e xhokerit, përdorni opsionin për fokusim (spotlight). Xhokeri mund të përfshihet me fokusimin e dikujt dhe nëse nevojitet ndërhyrje mund të bëhen pyetje të tilla si:

- Çfarë patë tani?
- Si do ta përshkruanit situatën?
- A është kjo një dilemë reale?
- Me cilin nga personazhet identifikoheni dhe rolin e kujt do të merrnit?
- Cili personazh po përballet me problemin?

Pasi të provohen disa zgjidhje ose pasi veprimi do të ndalet, xhokeri mund të pyesë:

- A e zgjidhëm situatën ashtu siç e prisnim?

Kur pjesëmarrësi merr një rol, mund të përdorim reflektorin (spotlight) për të përcaktuar me saktësi rolin e ndërmarrë. Është e rëndësishme të ndërtohet konsensus midis pjesëmarrësve se atë që e shohin është ajo për të cilën janë pajtuar. Xhokeri gjithmonë mund të ndalojë skenën dhe të sigurohet që pjesëmarrësit të jenë në përputhje me mënyrën se si zhvillohet situata. Xhokeri gjithmonë mund t'u thotë pjesëmarrësve të flasin në çifte ose t'i ndajë në dhoma të veçanta që të përgatiten për ndërhyrje. Është e rëndësishme të ofroni gjithmonë një shans dhe të përdorni platformën për të formuar

## Roli i Xhokerit

Video tutorial: The role of the Joker



Video udhëzim për rolin e xhokerit është në dispozicion në <http://www.seeyn.org/elearning/mod/hvp/view.php?id=391> dhe [https://www.youtube.com/watch?v=XY7gLEbXNxY&feature=emb\\_title](https://www.youtube.com/watch?v=XY7gLEbXNxY&feature=emb_title)

Një komponent kyç i Teatrit Forum është roli i moderatorit, i njohur si Xhoker. Augusto Boal përdori termin Xhoker për të frymëzuar dhe treguar funksionin e tij. Praktikimi i Teatrit të të Shtypurve pësoi një ndryshim revolucionar kur gjatë një shfaqjeje një spektator nga publiku doli spontanisht në skenë dhe ndërhyri në veprimin e shfaqjes. Boal e kuptoi se u shemb muri i katërt midis aktorit dhe publikut, i cili është pikërisht ajo që kërkohet në një teatër të ndërgjegjshëm politik.

Xhoker luan rolin kryesor në tejkalimin e dy botëve të shfaqjes (botës imagjinare) dhe publikut (botës reale) duke iu drejtuar shikuesve dhe personazheve drejtpërdrejt dhe duke lehtësuar ndërveprimet e tyre. Xhoker është zakonisht regjisor ose trajner i një kompanie teatri ose edukator grupor.

Xhokeri të sjell në mendje komedianin mesjetar të oborrit mbretëror, i cili kishte lehtë të përqeshë institucionin qeverisës dhe të tregojë të vërtetat e vështira në një mënyrë të gjallë dhe zbavitës. Xhoker-i mishëron fuqinë krijuese duke manipuluar me shkathtësi me shumë elementë. Xhokeri e mban të hapur procesin dramatik dhe nuk i lejon pjesëmarrësit të gjejnë zgjidhje të lehta ose të thjeshta (Boal e quan Xhokerin "përkeqësues" në vend të "lehtësuesit").

Roli i xhokerit është të krijojë çrregullime duke u dhënë zë njerëzve që normalisht nuk do

të dëgjojeshin ose duke inkurajuar individët të shfaqin zëra të kundërt. Këto çrregullime më pas vendosin dinamikën e grupit që rezulton me ndryshime. Duket se roli kryesor i xhokerit është të provokojë krijimtari kolektive duke krijuar kushte në të cilat me siguri do të paraqitet diçka e re. Xhokeri është aty për të shembur murin e katërt që nga fillimi. Shkëmbimi i dy botëve të shfaqjes midis aktorëve dhe publikut njihet si metaksa (mëndafsh) ndërsa xhokeri është personi më i rëndësishëm që hap derën ndërmjet tyre. Falë kontributit të tij, e ashtuquajtura metaksa ndodh dhe transformohet. Gjendja e përkatësisë së plotë dhe të njëkohshme në dy botë të ndryshme, autonome: imazhi i realitetit dhe realiteti i figurës. Pjesëmarrësit ndajnë dhe u përkasin këtyre dy botëve autonome; realiteti i tyre dhe imazhi i realitetit të tyre që ata vetë kanë krijuar (Boal, 1995)

Roli i xhokerit është të krijojë klimë besimi dhe mbështetje të ndërsjellë për të ndihmuar komunitetin të kalojë ndjenja të pasigurisë, frikës, konfuzionit dhe dyshimit në vetvete. Përdorimi i gjuhës teatrale për të ndihmuar komunitetet të bëhen më të lidhura dhe kështu më të gjalla, më kreative dhe të afta të shkaktojnë ndryshime ka efekt vërtet fuqizues. Termi praktikë këtu është veprimi që rezulton nga këto reflektime. Xhokeri ka shumë funksione, të gjitha teatrale. Xhokeri duhet të jetë empatik, por nuk duhet të jetë në rolin e këshilltarit ose terapistit. Xhokeri është njëkohësisht një regjisor teatri dhe person për mbështetje, por ai nuk duhet të ketë shumë pushtet sepse do të largohet nga komuniteti pasi procesi të ketë mbaruar. Xhokeri duhet të jetë në gjendje të kuptojë dhe t'u shërbejë nevojave të publikut dhe të krijojë hapësirë të sigurt për shprehje, si dhe të menaxhojë rezultatet e ideve nga publiku dhe të udhëzojë komunikimin e drejtpërdrejtë me publikun.

Duhet të theksohet se procesi nuk duhet asnjëherë të ekzistojë si formulë për të shmangur atë të veprojë mekanikisht. Funksionimi në kuadër të paradigmës e vështirëson njohjen e problemeve të një komuniteti të veçantë. Nëse e trajtojmë komunitetin si një makinë që gjithmonë do të reagojë në të njëjtën mënyrë ndaj të njëjtit ushtrim, do të humbasim aftësinë tonë për të dëgjuar me të vërtetë, për të parë me të vërtetë dhe për të bërë ndryshim. Xhokeri bën hap në atë drejtim që është i rëndësishëm për këtë komunitet, për këtë moment të veçantë, këtu dhe tani. Çfarë pyetje mund t'i bëjë xhokeri grupit ose publikut është thelbësore sepse nxjerr përgjigje të menjëhershme. Të praktikosh rolin e xhokerit në hapësirën e rrjetit është e ngjashme si me praninë fizike, sepse roli i tij është të ndërmjetësojë në diskutimin midis aktorëve dhe "spekt-aktorëve". "Spect-actor"- spekt-aktor, është term i Boal, dhe siç sugjeron vetë emri, është figurë që banon qëllimisht dhe me vetëdije të dy botët, vëzhgon dhe vepron. Për spekt-aktorin shpesh mendohet se ka ndjenja empatie ndaj karakterin dramatik. Ekzistojnë tre pretendime të rëndësishme të cilat duhet të shqyrtohen gjatë procesit - se teatri është gjithmonë politik, se pjesëmarrja është me rëndësi jetike dhe se empatia është mjet që mund të përdoret për të shtypur ose në mënyrë radikale- diçka që pohohet vazhdimisht me Teatrin e të Shtypurve.

Xhokeri ose lehtësuesi në hapësirën e rrjetit merr idetë dhe sugjerimet e hedhura në skenë ose në platformën e internetit. Rregullat shpjegohen nga xhokeri (lehtësuesi) funksioni i të cilit është të inkurajojë ndërhyrjet, t'i ndihmojë ata në kalimin nga shikues në spekt-aktor dhe të inkurajojë publikun në tërësi të vlerësojë veprimin që ndodh para tyre. Ai inkurajon spekt-aktorët të mendojnë për konfliktin, kjo mund të bëhet në një bisedë private (duke përdorur opsionin 'chat') në mënyrë që diskutimi të mos ndërpritet dhe diskutimin e udhëheq xhokeri. Spekt-aktorët e kuptojnë dhe e pranojnë rolin e tyre në skenarin dhe si zgjidhjet mund tu ndihmojnë në jetën e përditshme. Xhokeri është

figurë shumë e rëndësishme në zhvillimin e teatrit forum. Ai e kupton thellësisht rolin që i është caktuar dhe përgjegjësinë që vjen me të. Qëllimet revolucionare për të cilat insiston Boal kërkojnë ndërhyrje në çdo fazë dhe në të gjitha aspektet e procesit në mënyrë që të prodhojnë këtë produksion teatror.

Procesi është luftarak nëpërmjet lojës: spekt - aktorët, tekstualisht dhe metaforikisht, duke marrë rolin e protagonistit të shtypur, kundërshtojnë aktorët që janë në rolin e shtypësve. Xhokeri duhet t'i kushtojë vëmendje kësaj situatë, në mënyrë që të mos shndërrohet në shtypje të re të personazhit dramaturgjik. Grupi duhet të punojë së bashku, duke eksperimentuar me të gjitha manovrat e mundshme në mënyrë që të prishë modelin e shtypjes që është dramatizuar në shfaqjen. Fitohet një rrjedhë spontane dhe e gjallë e ngjarjeve brenda një strukture të krijuar që duhet të sigurojë që procesi - i mbikëqyrur nga xhokeri i kujdesshëm - është i kuptueshëm dhe i arritshëm për të gjithë.

Ekzistojnë disa parime që duhen ndjekur:

- mos merrni asnjë vendim vetë. (Xhokeri është atje që të koordinojë, dhe jo të vendosë se çfarë do të ndodhë më pas. Duhet t'u lihet spekt-aktorëve, sepse roli i tyre është të marrin pjesë në diskursin aktual, në të cilin kuptimet dhe zgjedhjet janë të hapura për negociatë)
- nuk ka zgjidhje magjike dhe xhokeri duhet të jetë i kujdesshëm për këtë; nuk ka magji në realitet; xhokeri madje mund të ndalojë ndërhyrjen nëse duket joreale dhe t'u kërkojë aktorëve të diskutojnë nëse situata është e mundur - kjo është në kontrast të plotë me formën tradicionale të teatrit dhe shikuesit që shohin shfaqje që imponon një "vizion të gatshëm për botën" (Boal, 1979)
- xhokeri duhet të jetë i vetëdijshëm për pamjen e tij fizike, sjelljen dhe gjuhën joverbale, në mënyrë që të mos ndikojë tek shikuesit sepse ata janë ata që hasen me mundësi të ndryshme
- duhet ta shqyrtojë dhe lehtësojë debatin "Xhokeri duhet t'i ndihmojë shikuesit të afrojnë mendimet e tyre dhe t'i përmirësojnë veprimet e tyre" (Boal, 1979)

## KUIZ : Për rolin e Xhokerit

Pyetja 1: Cili është roli i xhokerit në procesin e Teatrit të Forumit?

- për të hapur diskutim
- të ofrojë zgjidhje
- të monitorojë dhe moderojë procesin
- për t'i bërë aktorët dhe spekt-aktorët të ndjehen të sigurt për të shtruar pyetje delikate

Përgjigje: Gjithçka është e saktë përveç "të ofrojë zgjidhje"

Pyetja 2: Nëse gjatë ndërhyrjes në skenë, spektatori është i mbingarkuar me emocione, xhokeri reagon në mënyrë që ai / ajo:

- ofron empati (ndjeshmëri)
- ua lehtëson njerëzve që të ndajnë informacione
- lejon që spekta-aktori nuk është vetëm në situatën dhe ndjenja dhe ofron një pamje më të gjerë të problemit;
- nuk reagon sepse xhokeri nuk është terapist

Përgjigje: Gjithçka është e vërtetë përveç "nuk reagon... "

Pyetja 3: Cilat karakteristika dhe aftësi është e dëshirueshme që t'i ketë xhokeri:

- emapatia
- aftësitë fasilitatore
- proktiviteti
- diplomacia
- ndjeshmëri
- aftësitë e aktrimit

Përgjigje: Gjithçka është e vërtetë përveç "aftësi të aktrimit"

Pyetja 4: Qëllimi i xhokerit është që të

- inkurajojë spekt-aktorët të mendojnë për konfliktet
- tu ndihmojë të kuptojnë rolet në skenar
- të manipulojë dhe ndikojë
- tu kushtojë vëmendje "zgjidhjeve magjike, përkatësisht, zgjidhjeve joreale"

Përgjigje: Gjithçka përveç "të manipulojë dhe ndikojë"

Pyetja 5: xhokeri duhet gjithmonë të

- ndërhyjë në çdo situatë
- të jetë i/e vetëdijshëm/e për pamjen e tij/saj fizike, sjelljen dhe komunikimin joverbal
- të ruajë rrjedhën e ngjarjes
- të ketë ndikim të drejtpërdrejtë në kahen e tregimit
- të pyesë dhe t'i përmirësojë veprimet e të tjerëve
- të zëvendësojë aktorin dhe të marrë rolin

Përgjigje: Gjithçka përveç "Të ketë ndikim të drejtpërdrejtë në kahen e tregimit"

Pyetja 6: Pyetjet e mundshme që xhokeri duhet t'i marrë parasysh:



- Çfarë patë në këtë moment?
- Me cilin nga personazhet identifikohesh?
- Cili personazh po përballet me problemin?
- Kush është shtypësi?
- A është kjo situatë realiste?
- Po të ishit redaktor gazete, çfarë titulli do t'i jepnit shfaqjes?
- A janë të gjithë gati për të vazhduar përpara?
- Në anën e kujt jeni

Përgjigje: Përgjigje të gabuara "Kush është shtypësi? " dhe "Në anën e kujt jeni?"

Pyetja 7: Xhokeri përmes qasjes së tij përpiket të:

- Zhvillojë të menduarit kolektiv në kërkim të zgjidhjeve pozitive në jetën e përditshme
- Të fitojë përvojë në vetë-shprehje
- Të përdorë fuqinë e grupit
- Të përgatisë publikun për situata të papritura në jetë
- Të eliminojë frikën nga e panjohura dhe kështu, të eliminojë çdo formë të agresionit
- të bëjë analizë dhe të veprojë si i gjithëdijsëm

Përgjigje: Përgjigje e gabuar: Të bëjë analizë dhe të veprojë si i gjithëdijsëm.

Pyetja 8: Gjatë mbarimit të forumit, xhokeri duhet;

- Të kujtojë publikun se rolet luhen nga aktorë
- Të mbyllë forumin pa e ndarë aktorin nga personazhi para publikut
- Të prezantojë aktorët veçanërisht me emër dhe tu japë atyre kohë për të "dalë" nga roli
- Të ftojë publikun dhe pas shfaqjes të vazhdojë t'u drejtohet aktorëve si në rolet e tyre
- Të falënderojë publikun për pjesëmarrjen e tyre dhe t'i inkurajojë ata të rebelohen kundër shtypjes.

Përgjigje: Gjithçka nga e përmendura përveç: Të falënderojë publikun për pjesëmarrjen e tyre dhe t'i inkurajojë ata të rebelohen kundër shtypjes dhe të mbyllin forumin pa e ndarë aktorin nga personazhi para publikut

## Vendosja e agjendës për trajnim/punëtori në internet për Teatrin e të Shtypurve Lista e gjërave që duhet pasur parasysh

Kryerja e një trajnimi ose punëtorie në distancë, veçanërisht kur bëhet fjalë për punë teatrale, sjell shumë sfida. Këtu janë disa gjëra që duhet të mbani mend kur organizoni dhe kryeni aktivitete teatri përmes Internetit.

Para trajnimit / punëtorisë:

- Sigurohuni që të keni internet lidhje të mirë dhe të qëndrueshme;
- Sigurohuni që të keni shkarkuar aplikacionin ZOOM në pajisjen tuaj;
- Sigurohuni që mikrofonin, kamera dhe altoparlantët punojnë dhe janë funksional;
- Kontrolloni nëse keni hapësirë të mjaftueshme për të lëvizur përreth, të çoheni në këmbë, etj.;
- Sigurohuni që të jeni veshur me tesha të rehatshme gjatë sesioneve;

Informoni pjesëmarrësit para trajnimit / punëtorisë për të njëjtat gjëra me dërgimin e udhëzuesit të shkurtër të pjesëmarrësit / interpretuesit disa ditë para ngjarjes.

Gjatë trajnimit / punëtorisë:

- Krijoni hapësirë të sigurt për njerëzit e përfshirë në proces. Konfiguracionet në internet kërkojnë qasje më të kujdesshme, prandaj është me të vërtetë e rëndësishme të siguroheni secili të ndihet mjaftueshëm i hapur dhe i sigurt që të ndajnë qëndrimet dhe / ose historitë personale. Këtë mund ta arrini duke vendosur rregulla që do të zbatohen në grup gjatë seancës së parë. Disa nga këto rregulla mund të jenë:
- Të jeni të saktë në kohë (të paktën 10 minuta para fillimit të sesionit për tu rregulluar (kontrolloni lidhjen, mikrofonin, altoparlantët, etj.);
- Fikni mikrofonin kur nuk po flisni;
- Ngrini dorën (përdorni opsionin e ZOOM-it);
- Përcaktoni sinjal për ndalimin e aktivitetit (qoftë vizual apo audio);
- "Çfarëdo që të ndodhë në Vegas, ngel në Vegas";
- Komunikoni me respekt me të tjerët;
- Dëgjoni mendimet e të tjerëve;
- Mos harroni se punojmë në kërkim, jo në zgjidhje;
- Mbështetni pjesëmarrësit dhe punoni si "ekip";
- Shprehuni me përemrin vetor "Unë" kur diskutoni për probleme / çështje;
- Nëse dëshironi të regjistroni sesionet, kërkoni leje nga pjesëmarrësit / interpretuesit;
- Përdorni karakteristikat dhe opsionet e aplikacionit të cilat i keni provuar paraprakisht. Mund të provoni çdo mundësi në internet, të cilën dëshironi ta përdorni para trajnimit, që të siguroheni se funksionon si duhet dhe është e përshtatshme për aktivitetin tuaj.

## Shembull për agjendë pune / trajnim për Teatrin e të Shtypurve

Në këtë pjesë mund të shihni një shembull të procesit të Teatrit të të Shtypurve, si dhe propozim për aktivitete që mund të zbatohen në punën tuaj. E përfshin të gjithë procesin, udhëzimet për filozofinë e metodës, përzgjedhjen e temave, përgatitjen e shfaqjes, si dhe ndërhyrjet të përgatitura paraprakisht të cilat do të aplikohen mbi shfaqjen.

Shembull për procesin (skenar) e Teatrit të të Shtypurve:

KOHA	AKTIVITETI	PESRSHKRIMI I AKTIVITETIT	METODA	MATERIALE / LINQE / LIDHJE	TRAJNER
<b>Sesioni 1: Njoftim/ Hyrje në Teatrin e të Shtypurve.</b>					
10 min.	<b>Hyrje</b>	Hyrje në trajnim / punëtori	Prezantimi	/	/
10 min.	<b>Shkrimi i emrit me ndihmën e trupit</b>	Kjo lojë shpjgohet në pjesën: Lojëra dhe ushtrime.	Lojë	/	/
30 min.	<b>Histori për emrin</b>	Loja shpjgohet në pjesën: Lojëra dhe ushtrime.	Lojë	Takime të rastësishme në dhoma të veçanta të ZOOM para fillimit të aktivitetit	/
20 min.	<b>Marrëveshja e grupit Rregullat themelore</b>	Ky aktivitet shpjgohet në pjesën: Agjenda e trajnimit / punëtorisë të Teatrit të të Shtypurve	Punë në grup	/	/
5 min.	<b>Fund / Reflektime</b>	Moderatori fton pjesëmarrësit të ndajnë një fjalë (në chat) rreth asaj se si ndihen pas sesionit të parë. Nëse dikush dëshiron ta ndajë këtë me grupin, mund të shprehet gojarisht, se si ndihet shkurtimisht.	Reflektime	/	/

## Sesioni 2. Hyrje në Teatrin e të Shtypurve dhe hapja e pyetjeve rreth shtypjes

5 – 7 min.	<b>Pushto hapësirën (bërryl-gju)</b>	Kjo lojë shpjgohet në Pjesën 7: Lojëra dhe Ushtrime.	Ushtrim për të rritur nivelin e energjisë / lojës	Pjesëmarrësit sigurojnë hapësirë për veten e tyre	/
20 min.	<b>Prezantim përmes objektit</b>	Kjo lojë shpjgohet në pjesën: Lojëra dhe ushtrime.	/	/	/
45 min. 35 min. punë në grup + 10 min. ndarje në dhomën plenare	<b>Simbol i shtypjes</b>	Ky aktivitet shpjgohet në pjesën: Gjetja e tregimeve / temave / pyetjeve	Punë në grup dhe prezantime të shkurtra në dhomën plenare	Dhoma të veçanta në ZOOM	/
10-15 min.	<b>Hyrje në Teatrin e të Shtypurve</b>	Më shumë informacione mund të gjenden në seksionin: Hyrje në Teatrin e të Shtypurve	Prezantim i shkurtër	/	/
5 min.	<b>Reflektime</b>	Pjesëmarrësit i flasin në lidhje me ditën që kaluan duke u përgjigjur se si ndihen në shkallën nga 1 në 10	Reflektime	/	/

## Sesioni 3: Hyrje në Teatrin e Imazheve

5 min.	<b>E marr topin</b>	Kjo lojë shpjgohet në Pjesën 7: Lojëra dhe Ushtrime.	Ushtrim për të rritur nivelin e energjisë	/	/
10 min.	<b>Ushtrimi Pasqyra</b>	Ky aktivitet shpjgohet në Pjesën: Teatri i imazheve, përdorimi dhe praktika	Ushtrim	Dhoma të veçanta në ZOOM	/

45 min.	<b>Imazhi i botës / procesi i Teatrit të Imazhit</b>	Ky aktivitet shpjgohet në Pjesën: Teatri i imazheve, përdorimi dhe praktika	Ushtrim	Vegla Video pin ose spotligjt to everyone në ZOOM	/
10 min.	<b>Diskutim</b>	Pjesëmarrësit diskutojnë çështjet dhe problemet të hapura shoqërore	/	Dhoma të veçanta në ZOOM	/
5 min.	<b>Reflektime-dhoma plenare</b>	Rishikimi i aktivitetit dhe temave që u diskutuan në online dhomat e veçanta.	Reflektime, diskutim	/	/

### Sesioni 4: Imazh i përbashkët

20 min.	<b>Numërimi në dyshe: 1,2,3</b>	Kjo lojë shpjgohet në Pjesën: Lojëra dhe ushtrime.	Ushtrim për të rritur nivelin e energjisë, lojë për përqendrim	Online dhoma të veçanta, të ndarë në çifte	/
40 min.	<b>Zgjedhja e temës</b>	Pjesëmarrësit në grupe zgjedhin një temë / shembull	Punë në grup	Të ndarë në online dhoma të veçanta si konkret të shtypjes.	/
10 min.	<b>Reflektime</b>	Rishikimi i ditës se si kaloi. Pjesëmarrësit tregojnë se si ndihen përmes tingujve dhe lëvizjeve.	Reflektime, lojë		/

### Sesioni 5: Shtypja në komunitetin tim

5 - 7 min.	<b>Prek blu</b>	Kjo lojë shpjgohet në pjesën: Lojëra dhe ushtrime.	Ushtrim për të rritur nivelin e energjisë	/	/
5 - 7 min.	<b>Çfarë bën</b>	Kjo lojë shpjgohet në pjesën: Lojëra dhe ushtrime.	Lojë	/	/

25 min.	<b>Skulpturë dhe argjilë</b>	Ky aktivitet shpjegohet në Pjesën: Teatri i imazheve, përdorimi dhe praktika	Exercise/ Group work	/	/
50 min.	<b>Imazh i përbashkët / lojë me bashkimin e pjesëve të një figure</b>	Ky aktivitet shpjegohet në Pjesën: Teatri i imazheve, përdorimi dhe praktika	Ushtrim	/	/
10 min.	<b>Prezantim i imazheve</b>	Grupet prezantojnë imazhet e tyre.	/	/	/
10 min.	<b>Reflektime</b>	Pjesëmarrësit i referohen aktivitetit.	Reflektime	/	/

## Seanca 6:

10 min.	<b>Fytyrë qesharake</b>	Kjo lojë shpjegohet në Pjesën: Lojëra dhe ushtrime.	Ushtrim për të rritur nivelin e energjisë / Lojë	/	/
30 min.	<b>Krijimi i një kënge</b>	Kjo veprimtari shpjegohet në Pjesën: Dinamika e imazheve.	Procesi i dinamizimit	/	/
30 - 40 min,	<b>Ndërtimi i personazheve</b>	Kjo veprimtari shpjegohet në Pjesën: ndërtimi i karakterit	Procesi i dinamizimit	/	/
15 min.	<b>Shtatë prekje dashurie</b>	Kjo lojë shpjegohet në Pjesën: Lojëra dhe ushtrime.	Lojë	/	/
5 min.	<b>Reflektime</b>	Pjesëmarrësit u referohen aktiviteteve.	Reflektime	/	/

## Sesioni 7: Dinamizimi dhe zhvillimi i skenës

5 min.	<b>Ushtrim për të rritur nivelin e energjisë</b>	Zgjidhni një ushtrim për të rritur nivelin e energjisë nga Pjesa: Lojëra dhe Ushtrime	Ushtrim për të rritur nivelin e energjisë	/	/
40 min.	<b>Dinamizimi - lëvizje dhe tingull</b>	Kjo veprimtari shpjegohet në Pjesën: Dinamika e imazheve	Dinamizimi i imazheve	/	/
40 min.	<b>Përgatitja e shfaqjes</b>	Më shumë informacion se si përgatitet shfaqja dhe dramaturgjia e Teatrit të të Shtypurve mund të gjenden në pjesën: Dramaturgjia e Teatrit të të Shtypurve	Punë në grup	/	/
5 min.	<b>Reflektime</b>	Pjesëmarrësit u referohen aktiviteteve	Reflektime	/	/

## Sesioni 8: Roli i xhokerit dhe ndërhyrjet

5 min.	<b>Ushtrim për të rritur nivelin e energjisë</b>	Zgjidhni një ushtrim për të rritur nivelin e energjisë nga Pjesa: Lojëra dhe Ushtrime	Ushtrim për të rritur nivelin e energjisë	/	/
70 min.	<b>Prezantime të shfaqjes dhe ndërhyrje</b>	Më shumë informacion se si të kryhen ndërhyrjet në online Teatrin Forum mund të gjenden në pjesën: Procesi i Teatrit Forum (ndërhyrjet	Ndërhyrjet në Teatrin Forum	/	/

15 min.	<b>Reflektive</b>	Rishikimi i problemeve sociale që u iniciuan dhe i zgjidhjeve të mundshme të ofruara	Reflektive	/	/
<b>Sesioni 9: Përfundimi</b>					
20 min.	<b>Reflektive mbi trajnimin / punëtorinë e përgjithshme</b>	Pjesëmarrësit i referohen trajnimit / punëtorisë së përgjithshme.	Reflektive	/	/
25 min.	<b>Vlerësim / evaluim</b>	Vlerësimi i trajnimit / punëtorisë	Vlerësim / evaluim	/	/



## Përfundim / Rekomandime

Sç u sqarua në pjesën hyrëse, ky doracak është krijuar për të gjithë edukatorët (paqësor) në arsimin formal dhe joformal, siç janë mësuesit, edukatorët e shkollave, punonjësit e komunitetit, profesionistët e teatrit, punëtorët rinor dhe edukatorët rinor në sektorin e OJQ-ve, etj., të cilët dëshirojnë të zbatojnë teknikat artistike në aktivitetet e tyre arsimore. Është krijuar duke pasur parasysh se përvoja nga mësimi bazuar në Teatrin e të Shtypurve mund të ofrohet në një gamë të gjerë mjedisesh, vendndodhjesh, ngjarjesh dhe me grupe të ndryshme nxënësish.

Doracaku, duke përfshirë shumicën e lojërave, ushtrimeve dhe aktiviteteve të tjera, tashmë është zbatuar dhe testuar nga një grup njerëzish nga pjesë të ndryshme të Ballkanit, me prejardhje të ndryshme kulturore dhe profesionale, gjatë një kursi trajnimi intensiv 5-ditor. Gjithçka që sugjerohet / rekomandohet në doracakun është menduar mirë paraprakisht, në mënyrë që të përshtatet mirë për online përdorim. Doracaku është vetë-shpjegues dhe i lehtë për përdorim për të gjithë njerëzit dhe institucionet, të cilët do të kishin dashur të bëjnë ndryshim në komunitetin e tyre.

Implementimi i online Teatrit të të Shtypurve, sjell me vete disa sfida, prandaj është e rëndësishme të keni parasysh listën e gjërave që do t'ju përgatisin ju dhe ekipin tuaj, se si të realizoni sa më mirë Teatrin e të Shtypurve në distancë. Më shumë udhëzime praktike në lidhje me këtë mund të gjenden në pjesën e doracakut, të quajtur "Vendosja e Agjendës për Trajnimin / Punëtorinë për online Teatrit e të Shtypurve " në: Lista e gjërave që duhen marrë parasysh.

Njëkohësisht, përkundër sfidave që mund të paraqiten, mund të konkludojmë bazuar në përvojën, se me përgatitje të mirë për trajnimin dhe me sigurimin e një grupi të motivuar të pjesëmarrësve, të gjitha sfidat e mundshme, mund të monitorohen dhe tejkalohen. Duhet të jeni koshient se metodologjia e Teatrit të Shtypur po ndryshon vazhdimisht dhe vetë Boal i ftoi praktikuesit që të ndryshojnë metodat e tij sipas nevojave të grupeve dhe të përshtaten me kontekstin lokal me qëllim më mirë të arrihen qëllimi dhe të forcohen komunitetet. Mos harroni të luani, eksploroni, sepse ky është thelbi i kësaj metode, njëkohësisht të qëndroni të hapur për modalitete të reja. Mbani në mend se dështimi është pjesë e procesit. Teatri i të shtypurve na mëson të vazhdojmë të përpiqemi dhe të imagjinojmë. Boal: "Ndalohet ecja nëpër bar. Nuk ndalohet fluturimi mbi bar. „

## Literatura e përdorur dhe burimet shtesë

1. Shfaqja ZiPopo, Shoqata për Arsim Moral Kreativ (The ZiPopo show, Association for Creative Moral Education)
2. Freire, Paulo (2017): Pedagogjia e të Shtypurve, Penguin Books, Brazil (Freire, Paulo (2017): The Pedagogy of the Oppressed, Penguin Books, Brazil)
3. Boal, Augusto (1979): Theatri i të shtypurve, Pluto pres Londër (Boal, Augusto (1979): Theatre of the Oppressed, Pluto press, London)
4. Boal, Augusto (1992): Lojëra për aktorë dhe jo-aktorë, Rutledge, Londër (Boal, Augusto (1992): Games for Actors and Non-actors, Routledge, London).
5. <https://www.orlandorep.com/kids-need-theatre/>
6. <https://www.deseret.com/2014/3/17/20537566/a-teaching-role-how-theater-enhances-academic-ability-performance-in-youths#young-actors-participate-in-a-performance-of-university-of-utah-youth-theatres-crow-and-weasel> dhe
7. <https://www.aate.com/benefits-of-theatre-ed>  
[https://envs.ucsc.edu/internships/internship-readings/freire-pedagogy-of-the-oppre](https://envs.ucsc.edu/internships/internship-readings/freire-pedagogy-of-the-oppressed.pdf)
8. [ssed.pdf](https://envs.ucsc.edu/internships/internship-readings/freire-pedagogy-of-the-oppressed.pdf)
9. Boal, Augusto (1979): Theatri i të shtypurve, Pluto pres Londër (Boal, Augusto (1979): Theatre of the Oppressed, Pluto press, London)
10. Boal, Augusto (1992): Lojëra për aktorë dhe jo-aktorë, Rutledge, Londër (Boal, Augusto (1992): Games for Actors and Non-actors, Routledge, London).
11. Boal, Augusto (1995): Ylberi i dëshirës, Routledge, Londër (Boal, Augusto (1995): The Rainbow of Desire, Routledge, London)
12. Boal, Gusht (1998): Teatri Legjislativ; Përdorimi i shfaqjes për të bërë politikë, Routledge, Londër (Boal, Augusto (1998): The Legislative Theatre; Using Performance to Make Politics, Routledge, London)
13. [https://fontys.nl/Professionals-en-werkgevers/Opleidingen-en-cursussen/Master-Kunsteducatie-deeltijd1.htm?fbclid=IwAR1zKPnBD7Ot8W8xhqEvXHQGZ7\\_\\_jIEIzi9yMNRa-fq60-k2OWuMPfA3ECJ8](https://fontys.nl/Professionals-en-werkgevers/Opleidingen-en-cursussen/Master-Kunsteducatie-deeltijd1.htm?fbclid=IwAR1zKPnBD7Ot8W8xhqEvXHQGZ7__jIEIzi9yMNRa-fq60-k2OWuMPfA3ECJ8)
14. Boal, Augusto(1992): „Lojëra për aktorë dhe jo aktorë“, (Kapitulli 3: faqe 49), Rutlixh, Londër (Boal, Augusto (1992):“Games for actors and non-actors“, (Chapter 3: page 49), Routledge, London).
15. Johari Window, krijuar nga psikologët Joseph Luft (1916–2014) dhe Harrington Ingham (1916–1995) në 1955 (Johari Window krijuar nga psikologët Joseph Luft (1916–2014) dhe Harrington Ingham (1916–1995) në 1955)
16. Freire, Paulo (2017):, Pedagogjia e të Shtypurve, Penguin Books, Brazil (Freire, Paulo (2017) :, The Pedagogy of the Oppressed, Penguin Books, Brazil)  
Boal, Augusto, Punëtori nga Teatri i të Shtypurve, konferenca në mars 1996 dhe 1997 në Universitetin e Nebraskës / Omaha (Boal, Augusto, Theatre of the Oppressed Workshops, March 1996 and 1997 Conferences nat the University of Nebraska/Omaha)





ПОЗОРИШТЕ  
НЕСВУЧЕНИХ

---

У ДИГИТАЛНОМ ПРОСТОРУ  
2020

PRIRUČNIK ZA EDUKATORE

Besnik Leka, Demir Mekić, Ida Avdibegović -Karahasanović, Jasmina Bilalović



## Sadržaj

Uvod.....	6
Kome je namenjen priručnik?.....	7
Igre i vežbe za online Pozorište potlačenih.....	15
Kategorizacija igara i vežbi u Pozorištu potlačenih.....	17
Osećam ono što dodirujemo: krst i krug.....	18
Slušanje onoga što čujemo: Brojanje u parovima ("1-2-3").....	18
Dinamičnost nekoliko čula: Osvojite prostor (lakat-koljeno).....	18
Videći šta gledamo u „Šta se promenilo?“.....	19
Igra ogledala.....	19
Sećanje na čula: Sjećanje na juče.....	20
Primena igara i vežbi Pozorišta Potlačenih u različitim svrhama, u zavisnosti od grupnog rada i upravljanja dinamike grupe.....	20
Pisanje imena telom.....	21
Ustani, Sedni, Levo, Desno.....	21
Uzimam loptu.....	21
Johari Prozor (aktivnost/igra).....	22
Predstavljanje predmetom.....	23
Priča iza moga imena.....	24
Za šta sve služi stolica.....	24
Improvizacija.....	24
Zamisli da plešeš.....	25
“Pevanje na kiši”.....	25
Dodirnite plavo.....	25
Sedam ljubavnih dodira.....	26
Likovi u pokretu.....	26
Kreiranje priče.....	27
Blesavo lice.....	27
Šta radite?.....	28

Teatar slika, upotreba i praksa.....	29
Vežbe za teatar slika.....	30
Slika sveta.....	30
Slika porodice.....	31
Zajednička slika / puzla.....	32
Dovršite sliku.....	32
Slike slobode ugnjetavanja.....	32
Moć 1 do 5.....	33
Skulpture / vežbe sa skulpturama.....	33
Dinamizacija slika.....	33
Pronalazak priča/tema/problema.....	35
Simbol ugnjetavanja.....	40
Izrada predstave (tekst o praktičnim stvarima koje treba imati na umu kada je u pitanju pozorište onlajn).....	40
Dramaturgija Pozorišta potlačenih.....	41
Razvijanje lika.....	41
Igre i aktivnosti koje mogu pomoći razvoju lika:.....	43
Poveži me.....	43
Pretvaranje objekta u subjekt.....	43
SLJTS (Srećan-Ljut-Tužan-Srećan).....	43
Vrelo mesto.....	44
Proces Forum teatra (intervencije).....	44
Uloga džokera.....	46
Postavljanje dnevnog reda za online radionicu/obuku Pozorišta potlačenih.....	50
Spisak stvari koje treba da imate na umu.....	50
Primer dnevnog reda obuka/ radionica Pozorišta potlačenih.....	51
Zaključci/ Preporuke.....	56
Reference i dodatni izvori.....	57

## Uvod

Forum ZFD Makedonija, u partnerstvu sa Media Artes (Ohrid), je odlučio istražiti mogućnosti i kreirati edukativne resurse kako bi osposobio i potaknuo edukatore za mir iz Zapadnog Balkana za korištenje alternativnih obrazovnih dramskih i pozorišnih tehnika u online nastavi – ili tačnije, za korištenje pozorišnih oblika teatra potlačenih u obrazovanju za mir u digitalnom prostoru. ☒

U tu svrhu, partneri, uz podršku tima kvalifikovanih stručnjaka u sastavu: Besnik Leka, Demir Mekić, Ida Avdibegović-Karahasanović, Jasmina Bilalović, Dragan Atanasov, Gjorgji Lazov, i uz podršku Clémentine Dupont, pripravnika ZFD Foruma, SEEYN learning house – web platforme za učenje Mreže mladih jugoistočne Evrope, su osmislili i implementirali online obuku za edukatore i pripremili različite edukativne resurse u nekoliko formata za korištenje Teatra potlačenih u digitalnom prostoru i online učenju.

Ova publikacija predstavlja jedan od resursa koji je nastao kao rezultat ovog partnerstva. Ovo je Priručnik za edukatore (za mir) o korištenju pozorišnih formi teatra potlačenih u obrazovanju za mir u digitalnom prostoru. Unutar ovog Priručnika, edukatori za mir mogu pronaći informacije, upute, predloge, ideje i inspiraciju za programe obuke i aktivnosti koje mogu podržati njihove napore u organizaciji i implementaciji prilika za obrazovanje za mir koje se zasnivaju na teatru potlačenih, u online okruženju i na terenu.





## Kome je namenjen priručnik?

Priručnik je namenjen (mirovnim) edukatorima u formalnom i neformalnom obrazovanju kao što su učitelji i školski edukatori, radnici u zajednici, pozorišni profesionalci, edukatori za mlade i edukatori za mlade u nevladinom sektoru, koji bi želeli koristiti tehnike umetnosti u svojim obrazovnim delatnostima. Pozorište potlačenih je tako osmišljen da iskustvo koje donosi sa sobom može da se izvede na razne načine, lokacije, prilike i raznim grupacijama ljudi kao što su:

- Deca i mladi
- Odrasli: (porodice, roditelji, susedi, učitelji, edukatori i ostali, imajući različite profesionalne pozadine i profile, kao npr. novinari, biznismeni, policajci, medicinski radnici, (doktori), nastavnici, radnici, donosioci odluka)

U ovom periodu, zbog pandemije uzrokovane Covid-19, postoje razni pokušaji da se obrazovne veštine prilagode u online prostoru. Ovaj priručnik je jedan od pokušaja prilagodbe upotrebe pozorišnih i dramskih tehnika u različitim obrazovnim okvirima i pružanju alternativne online edukacije za mirovnu pedagogiju u ovim vrlo izazovnim periodima.

## U koje svrhe možemo koristiti Pozorište potlačenih?

Pozorište potlačenih može da služi kao vrlo dragocena tehnika, koja se ovisno o kontekstu i potrebama učenja, te srodnim ciljevima i iskustvima učenja, može poslužiti u kontekstu:

- kreiranja platforme za istraživanje i razmišljanje o situacijama, događajima, osećanjima, mislima, idejama, vrednostima, stavovima, ponašanjima, odnosima itd.;
- rada na poboljšanju kritičkog razumevanja situacije kao i podsticaj kritičkog razmišljanja;
- adresiranja i kreirati prostor za istraživanje sistemske prirode različitih oblika ugnjetavanja/potlačenosti;
- istraživanja i podrška razumevanja konkretnog pojedinca, grupe ili socijalnog problema;
- da bi se ponudilo pravo izbora, treba se ponuditi glas potlačenim;
- otkrivanja načina sudelovanja uzimajući u obzir standard i moguće alternative;
- stvaranja prostora za učenje kroz razmenu iskustava,
- motiviranja i podsticanja pozitivnih promena.

U nekim situacijama se Pozorište potlačenih smatra kao snažna sistematska psihoterapijska tehnika, kada se izvodi od strane obučениh profesionalaca i u odgovarajućem okruženju.

## Moć Pozorišta potlačenih

Pozorište je veoma moćan instrument obrazovnog procesa jer pruža određen stupanj prisnosti i angažmana publike na fizičkom, intelektualnom i emocionalnom nivou. Forum Tatar je "kolektivna proba za stvarnost". Kao što Boal kaže, pozorište je "ljudski jezik" (Boal, 2004), stoga obrazovni programi pozorišta u zajednici omogućavaju ljudima da razviju svoje unutrašnje talente i sposobnosti, pomažući im da se izraze na potpuno novi način.<sup>1</sup>

Pozorište potlačenih se može koristiti u različitim grupama ljudi neovisno o starosti, te pruža jedinstvenu mogućnost iskustva uključivanjem učenja kroz otkrivanje, zajedničko razmišljanje i diskusiju na razne teme. Izvođači izvode kratku dramaturgiju, koja prikazuje neku osetljivu temu i potiče razgovor među grupom posmatrača, omogućavajući da se dugogodišnja uvjerenja i stavovi preispitaju i izađu na videlo.

Pozorište potlačenih je arsenal pozorišnih tehnika i igara koje deluju motivirajuće, uspostavljaju istinski dijalog i stvaraju prostor za učesnike da probaju i uvežbavaju "delovanje". Sve započinje idejom da svako ima sposobnost da glumi u "pozorištu" svog života; svi su istovremeno i glumac i gledatelj. Mi smo "sudionici — pojam koji je izmislio Augusto Boal da bi opisao sve one uključene u forum Pozorište. Odnosi se na dvostruku ulogu onih koji su uključeni u proces i kao gledaoci i kao glumci, jer i jedni i drugi stvaraju dramsko stvaralaštvo promatrajući i menjajući tok izvedbe.

Jedno od osnovnih uverenja Teatra potlačenih se odnosi na činjenicu da svi posedujemo unutarnje talente pomoću kojih preispitujemo sebe, a zatim to koristimo kao alat za spoznaju novih ideja o sebi, što je jedan od osnovnih ciljeva radionice "Etički trening kroz interaktivnu dramu". Sama priroda Teatra potlačenih (pisanje scenarija, gluma i režiranje), omogućava momentalnu kreativnu raspravu kako bi se dotakla dilema stvarnog života i to često radi po prvi put. Poenta radionica je postaviti diskusiju kroz različite načine i pristupe, istovremeno otvarajući put za otvoren dijalog i odgovornost svakog pojedinca. Pokretački cilj je primorati učesnike da istražuju i analiziraju pretpostavljeno te razviju hrabrost za samostalno razmišljanje.

Boal ističe da kada smo samo pasivni članovi publike, svoju želju za delovanjem prenosimo na likove s kojima se poistovećujemo, a ta se želja zadovolji ukoliko se konflikt na sceni reši bilo da je to u filmu ili na vestima. Katarza služi kao zamena za akciju. Pozorišne strategije kojima se Boal koristi "rekonstruiraju stvarnost", olakšavajući publici da ispita problematiku njihovih života, identificirajući uzroke problema i pomažući im u pronalaženju realnih i praktičnih rešenja za poboljšanje situacije – proces koji Freire (1970) naziva "konkretizacija".<sup>2</sup>

Boal (1979) je pokrenuo osnaživanje ljudi da prepoznaju i suzbiju ugnjetavanje u svom životu uzrokovano vanjskim faktorima (eksploatacijski sistem, vlasti koje imaju moć, te institucije koje podržavaju nepravdu i diskriminaciju, itd.) Osnovni fokus Teatra potlačenih se bazira na društveni kontekst. Nadalje, to je oblik pripovedanja kroz izvedbeni vid umetnosti, dramu, glumu koja istovremeno angažuje i um i srce koliko izvođača, toliko i gledatelja. Postupak se obično sastoji od:

- identifikovanja problema koji treba rešiti u društvu;
- istraživanja teme;
- brainstormanja i predstavljanja priče ili koncepta koji na kreativan način prikazuje mogućnosti i izbore;
- savetovanja o izvedbenom planu produkcije dela koje će se baviti rešenjem nekog problema (uključujući umetničku režiju, muziku, kostime/rekvizite, aktivnosti nakon izvedbe, itd.);
- implementaciju plana ( tj. organizacija predstava, pokušaj da se dosegne šira publika);

- Razmišljanje o celom procesu, imajući u vidu šta je funkcionisalo i šta se može poboljšati, te isprobati i implementirati moguće načine promena za poboljšanje.

Ipak, ono što je važno utvrditi ovde je specifičnost uloge Teatra potlačenih. Postoje osnovni stavovi prema kojima je Pozorište potlačenih organizovan. Kao što Boal sugerije, pozorište je samo po sebi 'efikasno oružje'<sup>3</sup>, drugačije od ostalih oblika umetnosti, na primer od književnosti, jer uspostavlja neposrednu interakciju s publikom, U Teatru potlačenih Boal iznosi četiri različita praktična pristupa koja pomažu u razumevanju važnosti uslova potrebnih za bavljenje ovim oblikom pozorišta. Ovo je praktično i detaljnije objašnjeno u Igre za Glumce i Ne-glumce<sup>4</sup>. Ova knjiga sadrži neke od osnovnih principa koji oblikuju metodiku Teatra potlačenih i predlaže pet kategorija aktivnosti:

1. Osećam ono što dodirujem;
2. Slušanje onog što čujemo;
3. Dinamizacija nekoliko čula;
4. Videti ono u šta gledamo;
5. Sećanje čula;

Unutar svake od njih postoji nekoliko različitih kategorija. Na primer: **Osjećam ono što dodirujem** sastoji se od nekih opštih vežbi poput šetnje, poruka, integracijskih i gravitacijskih igara; **Slušanje onog što čujemo** uključuje ritam i melodiju, zvuk, ritam disanja i unutrašnji ritam, dinamizaciju nekoliko čula. Dinamizacija nekoliko čula uzima predhodni rad u obzir, kao na primer korištenje poveza preko očiju i podsticanje. Osetljivosti na zvuk i prostor istovremeno. **Videti ono u šta gledamo** uvodi nas u tehnike za pozorište slika. Na primer, možemo koristiti vežbe ogledala i preći na kiparstvo, stvaranje slika i igru likova. **Sećanje čula** vodi nas do stvaranja slika, izražavajući na taj način određene predmete ili vlastita iskustva. Ove kategorije postaju bitne kada želimo istražiti metodiku Pozorišta potlačenih. Uvek je bitno biti svestan ove prakse ako je vreme ograničeno – iz našeg radioničarskog iskustva, osnovni elementi se uvek mogu uključiti, čak i ako ste vremenski ograničeni: priprema tela, korištenje igara za povezivanje grupe i energizacija, fokusiranje na uvod pitanja moći, stvaranje slika, te njihove dinamizacije i transformacije.

Pozorište potlačenih često se naziva – skupom pozorišnih tehnika i time ukazuje na mnogo veće "telo" – kompleksno, interdisciplinarno, višeglasno telo puno filozofskog znanja koje obuhvata dela Paola Freira i Bertolta Brehta; karnevala i cirkusa – brazilska pozorišna avangarda koja je vladala u dvadesetom veku pod uticajima Hegela i Aristotela. Moć pozorišta postoji kako bismo iskusili transedentalno iskustvo. Jedinstveni trenutak koji nadilazi sve. Kritika koja pruža konkretna rešenja. Otvorena platforma mogućnosti koja ništa ne uzima zdravo za gotovo.

## Pozorište (Potlačenih) i Mirovna pedagogija

Da bi doživeli ličnu i društvenu transformaciju mladih koristimo se upotrebom Pozorišta potlačenih, a zahvaljujući tome postajemo aktivni agenti pozitivnih promena u svojim zajednicama i proaktivno se nosimo sa izazovima koji su ispred nas i naših zajednica. Kroz pozorište, deca i mladi iz različitih sredina uče o tome kako raditi skupa u timovima, stvarati i izvoditi umetničke događaje i sticati životne veštine poput donošenja savetodavnih odluka, kreativnog i kritičkog razmišljanja, samoizražavanja, tolerancije, rešavanje sukoba i organizacijskih veština.

Nedostaje jasno razumevanje činjenice zašto se umetnost smatra sekundarnom u odnosu na osnovne predmete.<sup>5</sup> Istraživanje bi sugerisalo da mladi koji učestvuju u pozorištu uče stvari poput: kreativnosti, saradnje, izgradnje tima, komunikacijskih veština, kritičkog razmišljanja itd.<sup>6</sup> Neke druge studije su pokazale da sudelovanje u pozorišnim programima može pomoći u poboljšanju akademskog performansa i rezultata.



Pogledati video na: <https://youtu.be/0B918Lqjlyk> i <http://www.seeyn.org/elearning/mod/hvp/view.php?id=385>

Da bi se učenje poboljšalo, pozorište koristi ples, dramu, sliku, pokret i muziku za pokret kao alate za ilustraciju. Širom sveta, umetnost se pokazala kao moćan oblik neverbalne komunikacije i jedan od izravnih kanala koji otvara put do ljudskog srca i uma. Kako razumevanje mladih i odraslih napreduje, oni redovno imaju performance pred različitim publikom, delujući poput multiplikatora šireći svoje obrazovanje na svoje vršnjake i zajednicu. Pored toga, pozorište će ohrabriti omladinu da učestvuje služeći zajednici u vidu volontiranja. Tako će mladi iz prve ruke imati priliku da iskuse značaj građanskog angažmana i razvijanja osećaja odgovornosti prema svojoj zajednici.

## Šta je tačno Pozorište potlačenih?

Pozorište potlačenih je oblik pozorišta koji je razvio Augusto Boal, pozorišni praktičar i politički aktivista 1970-ih. Pozadina Augusta Boala odnosi se na specifičnu eru u brazilskoj istoriji, poznatu kao Vargas-era (1930-1945), politički nestabilno doba i vreme vojne diktature koja je bila uzrok socijalnog jaza, siromaštva i diskriminacije. Sve je to snažno uticalo na ovaj vrlo složen i fenomenalan sistem tehnika razvijenih koje su doprinele da pozorište povрати svoju temeljnu ulogu i nasleđe političke intervencije i mirnog redefinisavanja pravila društva.



Image Augusto Boal em aula sobre o Teatro do Oprimido em SP, em 1979. izvor: <https://www1.folha.uol.com.br/ilustrada/1184477-serie-de-leituras-e-debates-em-sp-recupera-a-obra-de-augusto-boal.shtml>

Ova metoda koristi pozorište kao sredstvo društvene i političke promene, a sastoji se od niza igara, vežbi i tehnika koje uključuju celo telo, osetila i uključuju osobna iskustva učesnika kako bi se ostvario kritički odraz naše društvene stvarnosti, izgradio dijalog i pronašlo zajedničko rešenje za pitanja. Ovo je interaktivni i participativni oblik pozorišta i ujedno stvara prostor za učesnike da uvežbavaju i probavaju svoje radnje te nalaze razne načine da dođu do lične i društvene transformacije koju mogu iskoristiti i u stvarnom životu.

Pozorište potlačenih ima snažnu društvenu i političku pozadinu, budući da su A. Boala nadahnuli mnogi teoretičari i aktivisti, a posebno rad Paula Freira "Pedagogija

obespravljenih".<sup>7</sup> Izvorno je Boal koristio svoju metodu prvenstveno za rad sa ljudima sa sela i radnicima u Brazilu s ciljem da ih osnaži u borbi protiv nejednakosti i ugnjetavanja u društvu. U Boalovom pozorištu potlačenih nema gledaoca koji pasivno posmatra glumačke postupke. Osoba postaje "gledatelj-izvodjač" uključivanjem i delovanjem, kreirajući stvarne promene na sceni. Ne postoji "četvrti zid" a publika stvara vlastiti scenarij u predstavi, nudeći konkretna rešenja za postavljena pitanja. (dalje čitanje: "Pozorište potlačenih", Augusto Boal)<sup>8</sup>

Boal podseća na nekoliko faza postajanja gledatelja-izvodjača:

- Prva faza: upoznajte svoje telo. U ovoj fazi osoba postaje svesna svog tela, zvukova i pokreta.
- Druga faza: učinite telo izražajnim. Osoba uči kako se izraziti svojim tijelom.
- U trećoj fazi, postoje različiti nivoi učešća:
- Simultana dramaturgija – gde osoba iz publike daje uputstva glumcima o tome kako se ponašati i kako rešiti problem
- Pozorište slika – osoba uči kroz izražavanje stavova i osećanja kroz nepokretne slike.
- Forum pozorište – ovde publika interveniše preuzimajući ulogu protagoniste (glavnog junaka) u pripremljenim scenama menjajući smer predstave.
- Četvrta faza – pozorište kao diskurs. Dijalog postoji i publika aktivno učestvuje u njemu.

Pozorište potlačenih sadrži razne tehnike koje su se razvijale u različitim vremenskim periodima, ovisno o definisanim potrebama zajednice. Vremenom su se menjale i Boal je razvio nove tehnike. Sve su jasno predstavljene u "**Stablo Pozorišta Potlačenih**" ali ajde da ih ukratko navedemo ovde.

**Igre** imaju jasno navedena pravila, ali istovremeno zahtevaju kreativnost i dozu slobode. Služe za rušenje barijera i stvaranje sigurnog mesta. (čitati dalje: "Igre za glumce i ne-glumce", Augusto Boal)

**Pozorište slika** je metoda u kojoj učesnici procesa komuniciraju koristeći svoja tela i stvaraju zaledjene slike kako bi izrazili svoje ideje, stavove i/ili osećaje.

**Forum pozorište** je jedna od najpopularnijih metoda koja otvara dijalog o odredjenim važnim i društvenim pitanjima, uključujući i pozivajući publiku da predloži rešenja za dati Problem.

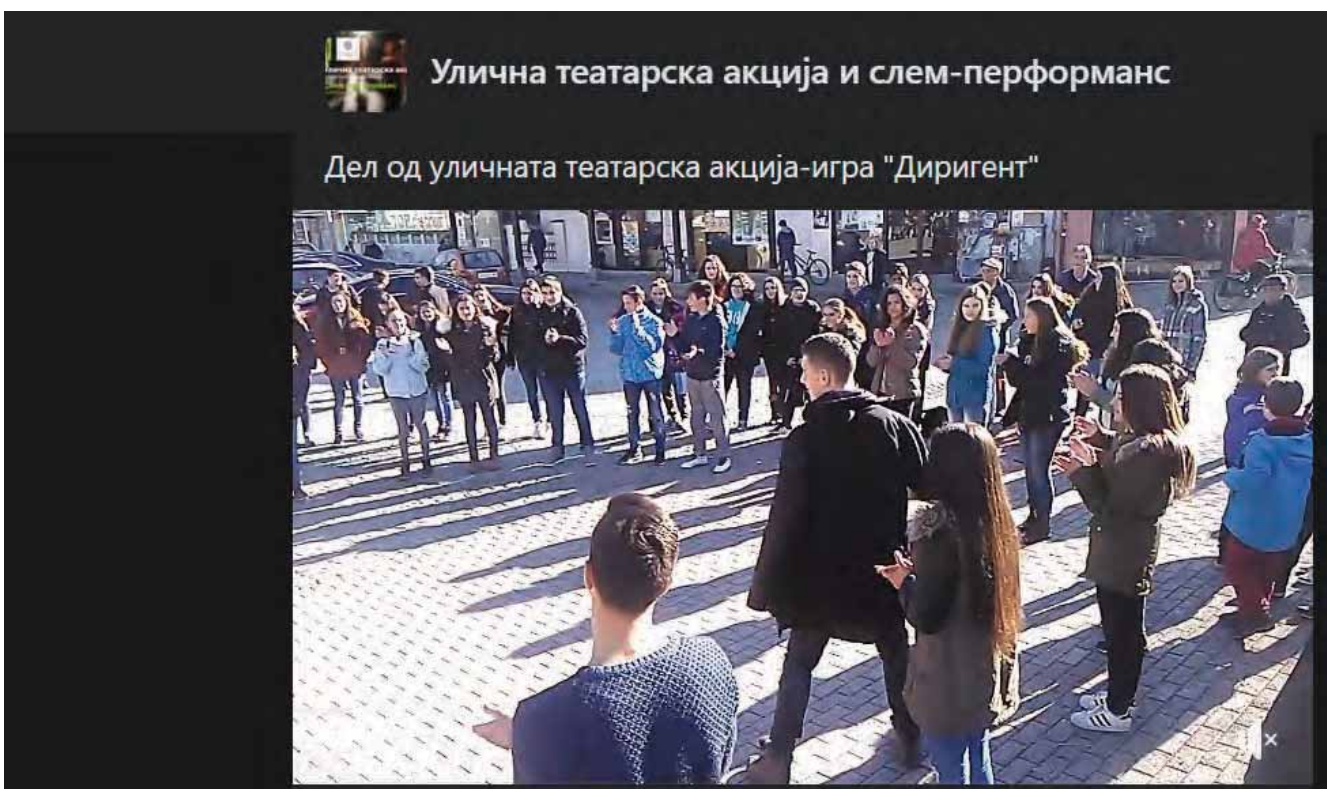
**Pozorište novina** je skup vežbi i tehnika u kojima sun ovine glavni izvor informacija za istraživanje tekućih socijalnih pitanja.

**Višestruka slika sreće**, ova tehnika, iako veoma specifična, bavi se internim ugnjetavanjem (emocijama, mentalnim preprekama, internaliziranim normama). Uglavnom koristi slike kao sredstvo za istraživanje problema. U mnogo čemu, podseća na psihodramu i sociodramu, stim što Boal tu naglašava da su definicije kulture važnije od pojedinačnih hirova ili dinamike porodičnog porekla. (Čitati dalje: "Višestruka slika sreće", Augusto Boal)

**Nevidljivo pozorište** koristi javni prostor za predstavljanje scene ugnjetavanja. Scena se odigra kao stvarni život, a cilj joj je istražiti reakcije zajednice na različita pitanja, ali i izneti na stol važna pitanja s kojima se zajednica bavi.

**Legislativno pozorište** je tehnika slična forum teatru, ali osnovni cilj se odnosi na specifične zakone i već postojeća pravila. Ovo je najviši nivo učešća pojedinca u kreiranju zakona. (dalje čitanje: "Legislativno pozorište: Korištenje performansa za aktivno učešće u politici", Augusto Boal)

**Direktno delovanje** je tehnika slična nevidljivom pozorištu. Uključuje pozorišni pristup protestima, demonstracijama, marševima, ... (primer delovanja uličnog pozorišta, organizovano s mladim ljudima u Ohridu, u okviru kampanje za podizanje svesti o aktivizmu mladih i građanskom angažmanu možete pronaći na sledećem linku [link:https://www.facebook.com/events/376277606052359/?active\\_tab=discussion](https://www.facebook.com/events/376277606052359/?active_tab=discussion) )



Pozorište potlačenih koristi se širom sveta za društveni i politički angažman, izgradnju zajednice, rešavanje sukoba i mnoga druga pitanja, a UNESCO ga prepoznaje kao sredstvo društvenih promena.

## Redefiniranje prostora, online pozorište i tjelesnost za vrijeme Covid 19; problem Potlačenosti za vrijeme krize

Pozorište, kao umetnost koja predstavlja "ovde i sada", te kao umetnički medij s najjačom društvenom dinamikom, našlo se unutar umetničkih disciplina koje su najviše pogodjene pandemijom uzrokovanom korona virusom. U ovim vremenima kada socijalno distanciranje postaje imperativ i nova norma, a javni skupovi su ograničeni ili u potpunosti zabranjeni, međuljudski odnosi i interakcije su nepovratno transformisani. Neminovno je da će se ova transformacija odraziti na novu, korona/postkoronsku dramaturgiju u svom procesustvaranja pozorišta i izvođenja za publiku.

Nakon prvobitnog odgovora otpora, prilično brzo nakon izbijanja pandemije, mnogi su pozorišni stvaraoci počeli tražiti načine kako da sebe i svoje rad prilagode "novoj normalnosti" koja je obilježena socijalnim udaljavanjem, izolacijom i ograničenjima. Objave video snimaka pozorišnih predstava su postali jedan od novonastalih formata. Rasprava se pokrenula među pozorišnim praktičarima o tome da li online pozorište može da posluži kao adekvatna zamena za pozorište uživo. Ono što je jedan od osnovnih argumenata rasprave je da suština užitka pozorišne umetnosti leži u relacijskoj činjenici; a to je izvanredna živost predstave koja se doživljava na licu mesta; u najširem mogućem smislu reči: prihvaćenosti, opažanja i spoznaje. Uz ovu argumentaciju, dolazi i činjenica da zadovoljstvo koje proilazi iz pozorišta nije ograničeno na estetsko nego i na sam osećaj zajednice, zajedništva, igre svojstvene okupljanju koja je neprikosnoven i nadilazi estetsku dimenziju pozorišta.

Slični ovome su i izazovi obrazovnog procesa u doba pandemije. Glavni izazovi stvaranja pozorišta online i podučavanja su zapravo problem neimanja fizičkog prisustva. Nedostatak interakcije s publikom znači da određeni oblici umetnosti nisu mogući; istovremeno je teško zadržati pažnju učesnika/publike u online prostoru.

Kada su u pitanju potrebe i izazovi procesa poučavanja/učenja, vreme i prostor postaju presudni elementi, kako za nastavnika tako i za učenika. Da bi se to rešilo, treba razviti oblike umetnosti i/ili nastave prilagodjene online platformama ili posebno stvorene za internet koristi.

Pozorište potlačenih je jedno od osnovnih intersekcija između pozorišta i obrazovanja jer prihvata izazove s kojima se obe discipline suočavaju. U svom normalnom, fizičkom "off-line" radu, ono važi za jedan od najefikasnijih alata za iskustveno učenje, kako za pojedince tako i za zajednice. Kada govorimo o pozicijama ugnjetavanja, ona su upravo sve goruća i prisutnija u vreme kriza. Udubljujući se sve više u njihove specifičnosti, ako se osvrnemo na život poslednjih meseci od početka pandemije, prepoznat će se da postoji nekoliko tema koje su zajedničke svim ljudima na globalnoj razini (ili barem u većini zapadnog sveta). Jedan od njih je deljenje životnog prostora sa "cimerima" (bilo da su članovi porodice, partneri ili sustanari), u vreme fizičkog distanciranja i srodnih trvenja te raznih izazova. Pretpostavka druge teme odnosi se na rad od kuće suprotno povratku u ured. Kako se ograničenja postepeno ukidaju; traži li sistem od nas da biramo između karijere i zdravlja naše porodice? I naravno, pitanje protesta koji podržavaju ljudska prava, i dalje sve više istaknuti u vreme globalnih kriza.



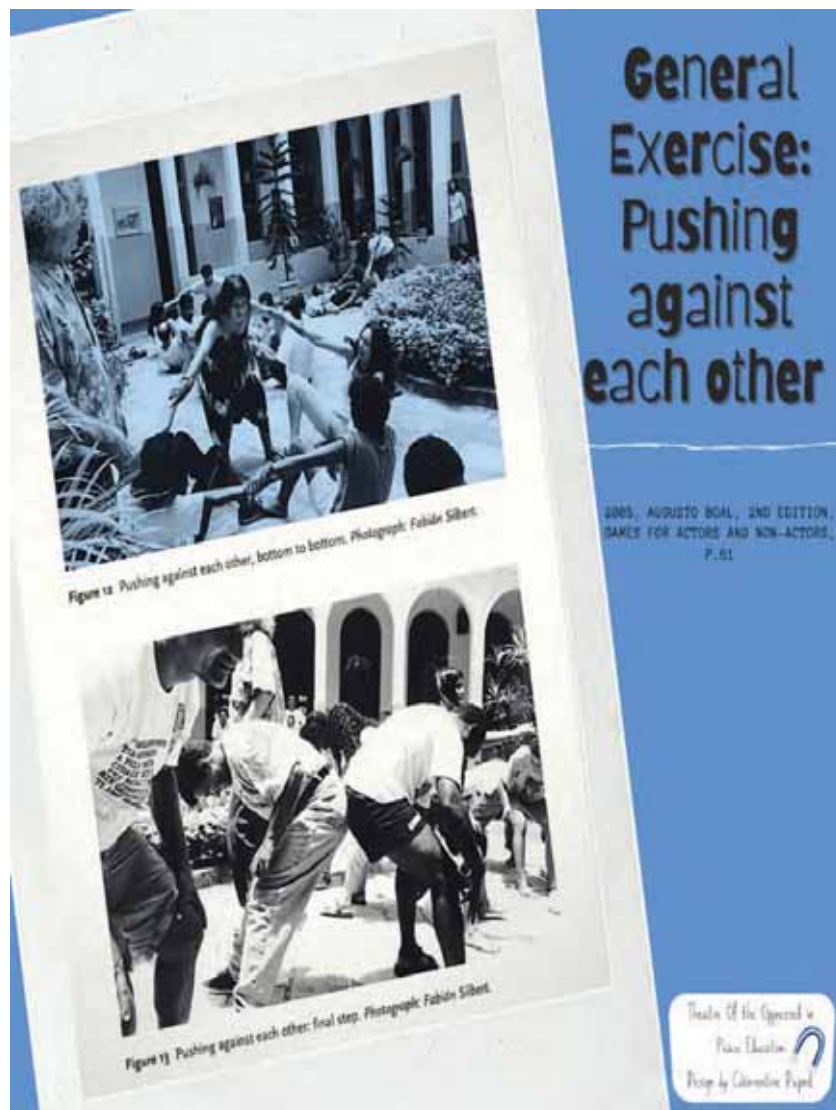


Proveriti mogućnosti I izazove u aplikaciji onlajn na sledećim linkovima ToO  
[https://www.youtube.com/watch?v=JHHwQFCFHsY&feature=emb\\_title](https://www.youtube.com/watch?v=JHHwQFCFHsY&feature=emb_title) /  
<http://www.seeyn.org/elearning/mod/hvp/view.php?id=456>

Rekavši sve ovo, spomenuvši sve prednosti I nedostatke pozorišta onlajn, takodjer je neizostavno spomenuti potrebu za dijalogom I kreativnim delovanjem u doba pandemije - ne samo da je potrebna, nego je ključna. Online platforme u svojoj suštini pružaju svakako prostor za to. (u svojoj suštinskoj svrsi postojanja ). Sto se tice onlajn pozorišta (Uključujući pozorište potlačenih) , još se mnogo treba istraživati I na tome raditi, jer glavno pitanje tjelesnog kontakta ostaje nerešeno. U ovo vreme, kada se već sve postojeće zajednicie premeštaju onlajn I kada se u onlajn prostoru stvaraju nove, neki institute koji se bave umetnički obrazovanjem (kao što je Fontys University Master of Education in Arts iz Holandije, koji koriste SAMR model i tehnologije proširene stvarnosti), započeli su razvoj istraživačkih programa I tehnologije o tome kako poboljšati kvalitetu iskustva – kako izvodjenja tako I učenja u virtuelnom svetu. Da li ce ove nove tehnologije zameniti stvarno fizičko prisustvo I nadoknaditi kvalitet pozorišnog iskustva kakvo poznajemo? Verovatno ne. Ali, verujemo da će istraživanje doprineti unapredjenju kvalitete iskustva I učenja. Naš projekat ToO u virtualnom svetu takodje na ovaj način želi dati svoj doprinos u ovom pravcu.

## Igre i vežbe za online Pozorište potlačenih

Pozorište potlačenih i Forum teatar, kao njegova najpopularnija i najpoznatija metoda, koriste igre i vežbe kao svoj najvažniji instrument. Igre su usmjerene na povećanje izražajnosti tela kao pošiljatelja i primaoca poruka. Igre su vrsta dijaloga i zahtevaju sugovornika. Igra je ekstroverzija. Neke igre korištene u Pozorištu potlačenih su razvijene polazeći od različitih dečjih igara iz celog sveta i zapravo su njihova prilagodba.



Druge su izmišljene radom osnivača / oca Teatra potlačenih, samog Augusta Boala.

S druge strane, vežbe uključuju fizičke, mišićne pokrete (respiratorne, motoričke, vokalne) i koriste se da bi izvođači stekli bolji uvid i prepoznavanje vlastitog tela, njegovih mišića, živaca, veza s drugim predmetima i telima, sa samim prostorom itd. Vežbe u Pozorištu potlačenih usmerene su na povećanu svest o telu i njegovim mehanizmima, njegovim atrofijama i hipertrofijama, njegovoj sposobnosti regeneracije, restrukturiranja i reharmonizacije.

Svaka vežba je fizički odraz glumca / sudionika koji je izvodi. U tom smislu, vežba je svojevrsni monolog, introverzija.

Igre i vežbe u Pozorištu potlačenih ne dolaze u "izoliranom" obliku, već su

prilično mešovite. Adrian Jackson, jedan od najbližih saradnika Augustoa Boala, naziva ih „igrovežbe“, jer u vežbi ima prilično igre, a u igri prilično vežbe. Razlika na kraju ovisi o didaktičkoj nameri. Nijedno pozorište nije moguće bez duha igre i užitka - čak i (ili posebno) kada se bavi "teškim" temama! Kada se Pozorište potlačenih radi na internetu, u svim aktivnostima - uključujući igre i vežbe, kao i prezentacije i druge aktivnosti, džoker i sudionici moraju biti svesni kamere i njene važnosti kao nevidljivog partnera što se mora uzeti u obzir, imajte je na umu i igrajte se s njom. Kako se ova izjava prevodi u praksu tokom Internet sesije Pozorišta potlačenih? Kao učesnik (uključujući džokera) morate definirati i odrediti prostor u kojem sedite, krećete se i bavite se fizičkim aktivnostima tokom sesije. Ovo je prostor koji zauzima kamera vašeg računala i nalazi se u okviru vašeg monitora. Korisno je označiti granice ovog prostora, posebno ako niste profesionalni izvođač i / ili ako niste iskusni u igranju pred kamerama. Zašto? Jednostavno zato što ono što radite tokom Pozorišta potlačenih, sve vaše akcije, moraju videti džoker, ostali učesnici

i / ili publika; u suprotnom, ako ste izvan dosega vašeg fotoaparata i niste u kadru, čak i ako su vaše performanse najbolje (oskarovke), besmisleno će biti ako ga drugi ne vide i komuniciraju s njim i s vama kao glumac / učesnik. Isto se odnosi i na zvuk, stoga je zaista poželjno proveriti intenzitet vašeg glasa prema zvučniku koji koristite, a posebno kada ste dalje od njega, kako biste bili sigurni da drugi učesnici u ToO sesiji mogu čuti. Sve ovo može zvučati kao da komentarišemo i navodimo stvari koje su previše očite; međutim, korisno je obratiti pažnju na to i prethodno se pripremiti za sesiju; u suprotnom, previše energije i vremena moglo bi se potrošiti na otkrivanje i rešavanje ovih pitanja tokom sesije, što bi rezultiralo manje efikasnom provedbom radnog plana. Da rezimiramo: budite svesni gde su vam kamera i mikrofon i igrajte se za njih i sa njima kao s nevidljivim partnerom, jer su to „oči“ i „uši“ vaših kolega - ToO učesnika u sesiji i / ili „oči“ i "uši" vaše publike.

## Kategorizacija igara i vežbi u Pozorištu potlačenih

U sistematizaciji i razradi igara i vežbi koje se koriste u Pozorištu potlačenih, Boal polazi od principa da je ljudsko tijelo jedinstvo nedeljiva celina, čiji su fizički i psihički uređaji nerazdvojni, što je u skladu sa radom Stanislavskog na fizičkim radnjama i njegovim zaključcima da su ideje, osećaji i senzacije neraskidivo isprepleteni. "Telesni pokret je misao, a misao se izražava u telesnom obliku". Zajedno s prvim jedinstvom - jedinstvom fizičkih i psihičkih uređaja, Boal definira i drugo jedinstvo - jedinstvo pet osetila koja su također međusobno povezana i od kojih nijedno ne postoji zasebno. Čula pate u telesnoj bitci sa svetom i počinjemo osećati vrlo malo onoga što dodirnemo, slušati vrlo malo onoga što čujemo, videti vrlo malo onoga što gledamo itd. U svakodnevnom životu prečesto tijelo se prilagođava poslu koji mora činiti i počinje osećati, slušati i videti u skladu sa svojom specijalnošću, razvijajući tako atrofije i hipertrofije. Ukupni cilj Boalovih igara i vežbi je razbiti automatizaciju tela i njegovu "specijalizaciju", tako da se može reharmonizirati da šalje i prima sve moguće poruke. Boal sistematizira igre i vežbe korištene u Pozorištu potlačenih, u pet kategorija. U prvoj kategoriji cilj je premostiti jaz između dodira i osjećaja; u drugom, između slušanja i sluha; u trećem je cilj razviti nekoliko čula odjednom; u četvrtoj, da pokušamo videti što gledamo, a u petoj kategoriji cilj je ponovno probuditi pamćenje čula. Slede primeri igara i vežbi u svakoj od ovih kategorija koje također imaju posebne svrhe u smislu grupne dinamike i procesa. Neke od njih su modifikacije i adaptacije originalnih igara / vežbi za online Pozorište potlačenih.



Pogledajte tutorijal o tome kako koristiti vežbe u ToO dostupan na SEEYN za učenje:  
<http://www.seeyn.org/elearning/mod/hvp/view.php?id=387&forceview=1>

## Osećam ono što dodirujemo: krst i krug

**Glavne teme:** Koordinacija, pomicanje između levog i desnog mozga, fokus

**Veličina grupe:** Bilo koja

**Trajanje:** 5 min

**Potrošni materijal:** nijedan

**Upute:** Sudionici koji stoje ili sede, trebaju desnom rukom nacrtati krug. Može biti veliki ili mali, nema veze. Ovo je lak zadatak. Nakon nekog vremena, voditelj / džoker traži od sudionika da stanu. Daje im novu uputu: da levom rukom nacrtaju križ. Ovo je jednako lak zadatak. Nakon nekog vremena, voditelj / džoker traži da se zaustave, a zatim im daje novu uputu: da rade oba zadatka istovremeno. Tada to postaje gotovo nemoguće. Teoretski, ovo bi trebala biti najlakša vežba; međutim, zbog naše psihološke i fizičke mehanizacije, prilično je teško to praktično postići.

## Slušanje onoga što čujemo: Brojanje u parovima ("1-2-3")

**Glavne teme:** verbalna i neverbalna komunikacija,

**Pod teme:** Ritam, fokus, slušanje, saradnja, odgovornost

**Upute:** U okruženju s fizičkim prisustvom, ova igra se radi u parovima, gde se partneri suočavaju. U onlajn adaptaciji parovi ulaze u break out rooms (odvojene chat sobe), pa se partneri gledaju na monitoru, sledeći ista pravila kao u verziji sa fizičkim prisustvom. Zadatak svakog para je da broji do tri, uvek iznova, uspostavljajući ritam brojanja i održavajući ga. Tokom izvršavanja zadatka, partneri se sve vreme izmenjuju u izgovaranju brojeva. Pravilo je da brojeve uvek izgovaramo u sledu: „1-2-3“. Prva uputa za parove, koju je dao džoker, je verbalno brojanje. Parovi imaju neko vreme da vežbaju i uspostave ritam. Jednom kad su uspeali u tome, džoker im daje novu uputu: da pljeskom ruku promene broj "1", dok "2" i "3" ostaju za usmeno brojanje. Parovi imaju neko vreme da vežbaju i uspostave ritam, a nakon što uspeju, džoker uvodi završnu uputu: zamenite broj "3" tapkanjem nogom po podu; prema tome, broj "1" je tapšanje rukama, broj "2" je pucanje prstima, a broj "3" je tapkanje nogom.

Nakon što su parovi uvežbali poslednju instrukciju, svi se parovi okupljaju u plenumu i onaj ko oseća može predstaviti igru, sledeći sve prethodno date izmene uputa, počevši od verbalnog brojanja, postupno zamenjujući verbalne brojeve sa neverbalnim gestama i završavajući totalno neverbalnim brojanjem.

**Zaključak:** Razmišljanja o iskustvu učesnika: Kako je prošlo? Koja je bila najizazovnije uputa koju treba slediti? A koja najlakša?

## Dinamičnost nekoliko čula: Osvojite prostor (lakat-koljeno)

**Glavne teme:** Veza s telom i prostorom, dinamika nekoliko čula; saradnja, neverbalna komunikacija, su-stvaranje

**Veličina grupe:** bilo koja

**Trajanje:** 10-15 min

**Potrošni materijal:** nijedan

**Upute:** U verziji fizičkog prisustva, ovo je igra u kojoj sudeluje cela grupa. Učesnici se vrlo brzo kreću kroz prostor (ali ne trčeći), vodeći računa da nijedan prostor na podu ne ostane prazan; drugim rečima, kao grupa svi su raspoređeni po celom prostoru sobe. U

određenim trenucima džoker kaže "zaustavi se", a sudionici se smrznu u bilo kojem delu prostorije u kojem su i u bilo kojem segmentu pokreta koji bi se mogli naći u tom određenom trenutku. Idealno bi bilo da se na podu tijekom zaustavljanja ne vidi prazan prostor. Sledeći je nivo da džoker zameni izgovorenu reč "stop" pljeskom i odmah imenuje određene delove tela kojima se učesnici povezuju; na primer, „uho do dlana“ ili „lakat do koljena“, što znači da učesnici ostvaruju fizički kontakt jedni s drugima kroz ove delove tela. Upute za „delove tijela“ tada se mogu zameniti brojem pljeska, što označava broj ljudi po podgrupi u koje se moraju odmah organizirati nakon što čuju pljesak, čekajući upute o formaciji koju zajedno moraju napraviti s njihovim telima (npr. „Ajfelov toranj“, „Propeler“, „Stolica“, „Slon“, „Avion“ itd.).

U online adaptaciji, ova kolektivna igra pretvara se u individualnu vežbu: ipak, čak i u online formatu, sudionici trebaju imati na umu izvornu ideju i nameru igre (tj. da svojim telom osvoje prostor, da osete ritam ostalih u grupi i sinhronizuju vlastiti ritam sa ritmom grupe, kako bi surađivali sa ostalim učesnicima). U online adaptaciji svaki sudionik osvaja prostor koji ima (kod kuće / u uredu, ispred kamere) kretanjem tela. Na signal "Stop" trebali bi zauzeti što više prostora svojim telom; na signal pljeskanja i upute o delovima tela, sudionici bi trebali uspostaviti kontakt s tim različitim delovima vlastitog tela. Kako se vežba razvija, džoker bi trebao podići ulog i učiniti ga fizički izazovnijim za sudionike, povećavajući tempo pokreta ili uparivanjem delova tela kojima je teže održati fizičko držanje i / ili uravnotežiti itd.

## Videći šta gledamo u „Šta se promenilo?“

**Glavne teme:** Veštine promatranja i pamćenja viđenog

**Veličina grupe:** bilo koja (radite u parovima)

**Trajanje:** 10 min

**Potrošni materijal:** Nema

**Upute za postavljanje:** U okruženju s fizičkim prisustvom, ova igra se izvodi u 2 podskupine, formirane u 2 linije okrenute i promatrajući jedna drugu. Okreću se leđima i menjaju neke detalje u svom izgledu, nakon čega se okreću i gledaju jedni druge i moraju shvatiti koji je element osoba nasuprot njima promenila. U internetskoj adaptaciji ova igra se radi u parovima, u prostorijama za razbijanje. Umjesto da okrenu leđa, nakon što su promatrali svoje partnere, u internetskoj verziji sudionici mogu zatvoriti oči, dok partner menja detalje svog izgleda.

## Igra ogledala

**Glavne teme:** Veštine promatranja, koordinacije i saradnje

**Veličina grupe:** bilo koja (radite u parovima)

**Trajanje:** 10 min

**Potrošni materijal:** nijedan

**Upute za postavljanje:** Podeljeni u parovima, u prostorijama za razbijanje, sudionici prave igru ogledala. Jedno je „A“ - subjekt, drugo je „B“ - slika. "A" - subjekt čini niz pokreta, uključujući i telesne pokrete i promene izraza lica, koje njihov partner, "B" - slika, mora kopirati čak i u najsitnijim detaljima. „A“ treba imati na umu da ne pravite oštre pokrete koje je nemoguće pratiti. Ideja je postići savršenu sinhronizaciju pokreta između A i B, pa je stoga saradnja između partnera neophodna. U idealnom slučaju, vanjski promatrač ne bi smeo znati ko vodi, a tko sledi.

## Sećanje na čula: Sjećanje na juče

**Glavne teme:** Korištenje čula za prisećanje na uspomenu

**Veličina grupe:** bilo koja

**Trajanje:** 20 -30 min

**Potrošni materijal:** nijedan

**Upute za postavljanje:** Glumci moraju mirno sedeti na stolicama, potpuno opušteni. Moraju polako kretati svaki dio svog tela uzastopno, koncentrirajući se samo na taj deo, izolirano. Oči zatvorene. Tada ih džoker počinje poticati da se prisete svega što se dogodilo prethodne večeri, pre nego što su legli u krevet.

Svaki detalj mora biti popraćen čulima-okusom, mirisom, opipljivošću, oblicima, bojama, konturama, dubinom, tonom, zvukom, melodijom, itd. Glumci se zaista trebaju potruditi da se sete svih fizičkih senzacija i da ih pokušaju ponovo doživeti. Da bi postupak bio što lakši, trebali bi ponoviti pokrete tela; na primer, ako su sinoć nešto večerali, onda pokretima usana, jezika, usta trebaju izraziti čula mirisa i tako dalje. Ako razmišljaju o tome kako su se istuširali, onda telesno izražavanje vode, kože i mirisa postaje jasnije... Ako razmišljaju o šetnji, onda pokretima mišića nogu i stopala...

Nakon što Džoker nastavi sa istraživanjem, forsirajući glumce da se sete šta se im se desilo to jutro pitajući ih kako su se probudili, da li ih je neko probudio; zvuk alarma, nečiji glas, da li ih je pak probudila neka druga osoba, kao i za detalje sobe u kojoj su spavali, trpezarije, boja, zvukova...

Onda ih pita vezano za njihov prevoz do ovog mesta- podzemna željeznica, autobus, taxi, automobil; da li su putovali s nekim, da li su registrovali zvuk zatvaranja vrata itd.. Napokon i njihov dolazak u ovu sobu za razgovor u kojoj su- koga su prvog videli, čiji su glas prvo čuli, da daju čulni opis sobe i ljudi u njoj. Otvori svoje oči, uporedi.

### **Primena igara i vežbi Pozorišta Potlačenih u različitim svrhama, u zavisnosti od grupnog rada i upravljanja dinamike grupe**

Siguran prostor je jedan od osnovnih uslova za grupne radove u kontekstu obrazovnog teatra, celi set igara i vežbi namenjenih osiguranju sigurnog prostora, kroz upoznavanje sa učesnicima, uspostavljanje osnovnih pravila, probijanje leda, zabava i deljenje istih. Kroz celi proces, sigurni prostor je održavan idalje ovisan, i proširuje se uspostavljanjem poverenja, komunikacijom i saradnjom unutar grupe – to su temelji za timski rad koji idu ka zajedničkom cilju – performansu Pozorišta Potlačenih. Slede detalji i opisi određenih igara i vežbi, kao i saveti i trikovi o primenjivanju istih za karakteristične ciljeve u procesu, sadržavajući i online adaptaciju.

## Pisanje imena telom

**Glavne teme:** zagrevanje, ispunjenje učesnika energijom, davanje podstreka osetilima

**Pod-teme:** zapamtiti imena u grupi

**Veličina grupe:** neodređeno

**Trajanje:** 5-10 min

**Pribor:** nije potreban

**Priprema:** Džoker učesnicima daje naredbu da napišu svoje ime delovima tijela (5min).

Prva osoba koja napiše, kaže ime iduće osobe, iduća osoba nastavlja pisati ime svojim telom i sve tako do poslednjeg učesnika.

## Ustani, Sedni, Levo, Desno

**Glavne teme:** razbuditi telo i um, fokus, ispunjenje učesnika energijom i njihovo spremanje za nadolazeći rad.

**Veličina grupe:** neodređeno

**Trajanje:** 10 min

**Pribor:** nije potreban

**Priprema:** Moderator poziva sve glumce/učesnike da prate upute za vreme vežbe. Prije početka ove aktivnosti, moderator objašnjava značenje idućih naredbi:

Ustani – svi se trebaju ustati

Sedni – svi sedaju na svoju stolicu

Levo – pomeri ruke u levo

Desno – pomeri ruke u desno

Gore – podigni ruke uvis kao da pokušavaš dodirnuti plafon

Dolje – dodirni pod

Tresi – dodirni rukama ramena i protresi ih

Zagrljaj – zagri se.

Moderator daje upute koje glumci/učesnici prate. Ovo se može ponoviti nekoliko puta, kombinujući različite upute. U jednom trenutku, moderator objašnjava da se od tog trenutka, pravila menjaju.

Kada moderator kaže Ustani – svi sedaju. Sedi – znači – ustani. Kada moderator kaže Levo – svi pomeraju ruke u desno. Kada moderator kaže Desno – svi pomeraju ruke u levo. Kada moderator kaže Gore – to znači dole (svi dodiruju pod). Kada moderator kaže Dole, svi podižu ruke. Kada moderator kaže Tresi, to znači Zagrljaj, a kada moderator kaže Zagrljaj, to znači Tresi.

**Poruka moderatoru:** Ne menjati sva pravila odjednom. Menjati ih jedno po jedno, da bi učesnici bili u stanju da prate promene. Možete smisliti i nove upute koje uključuju facijalne ekspresije, primera radi: tužno lice i sretno lice.

## Uzimam loptu

**Glavne teme:** ispunjenje energijom, zabava

**Veličina grupe:** neodređeno

**Trajanje:** 10 min

**Pribor:** nije potreban

**Priprema:** Ovo je zabavna i brza energizirajuća igra, gde je cela online grupa u pokretu. Jedna osoba započinje tako što kaže rečenicu i radi pokrete: Ja uzimam loptu dok pokazujem obema rukama pretvarajući se da držim loptu, zatim cela grupa ponavlja rečenicu „Uzimam loptu“. Osoba koja vodi kaže: „Ja uzimam loptu“, i pravi se da pokazuje rukama kako drži loptu, ostatak grupe ponavlja rečenicu ali i pokret neposredno nakon osobe koja vodi: „Uzimam loptu.“ Osoba koja vodi: „Loptu stavljam ovde“ (ciljajući na rame). Grupa ponavlja: „Loptu stavljam ovde.“ Osoba koja vodi: „Igram se s loptom“, (ponavljajući pokrete koristeći rame za igranje sa loptom). Ostatak grupe prati: „Igram se s loptom“. Osoba koja vodi: (ponavlja višim tonom): „Igram se s loptom.“ Grupa ponavlja isto. Osoba koja vodi: „Uzimam loptu“ (uzima loptu sa ramena). Grupa ponavlja: „Uzimam loptu.“ Osoba koja vodi: „Stavljam je ovde.“ (ciljajući na kuk). Grupa ponavlja: „Stavljam je ovde.“

Osoba koja vodi: „Igram se s loptom“ (pomerajući kukove). Grupa ponavlja: „Igram se s loptom.“ Osoba koja vodi: „Uzimam loptu.“ (ciljajući na kukove, da bi uzeli loptu sa kukova). Grupa ponavlja: „Uzimam loptu.“

Osoba koja vodi: „Stavljam je ovde.“ (pokazujući na glavu). Grupa ponavlja: „Stavljam je ovde.“ Osoba koja vodi: „Igram se s loptom.“ (pomerajući glavu u stranu pretvarajući se da udara loptu). Grupa ponavlja: „Igram se sa loptom.“

Osoba koja vodi: „Uzimam loptu.“ (pokazujući na glavu). Grupa ponavlja: „Uzimam loptu.“ Osoba koja vodi: „Bacam loptu.“ Grupa prati: „Bacam loptu.“

## Johari Prozor (aktivnost/igra)

**Glavne teme:** samospoznaja, komunikacija

**Pod-teme:** davanje i primanje povratnih informacija, Istraživanje identiteta, građenje empatije

**Veličina grupe:** neodređeno

**Trajanje:** 20-40 min

**Format predstavljanja:** empirijska interakcija, introspekcija(samoopažanje)

Pribor: nije potreban

**Priprema:** Kopirati „Johari Window“ model i podeliti isprintanu stranicu, ili podeliti ekran i označiti sve osim 'Otvoreno, Slepo, Skriveno, Nepoznato'. (Open, Blind, Hidden, Unknown).

Upute moderatora: Oslanjajući se na dijagram, objasni svaki kvadrat (pogledati opise ispod), dajući primer toga šta bi moglo biti u svakom okviru. Popuniti svaki kvadrat imenom nakon objašnjenja. Nakon što su kvadrati utvrđeni, pozvati dobrovoljca da „stoji“ (pitati dobrovoljca da zamisli da stoji u kvadratu) u svakom kvadratu razmišljajući o svakom kvadratu uz pomoć grupe i moderatora. Osloniti se na sledeća objašnjenja:

- 1) **Otvori:**
  - a) Uputiti dobrovoljca na način: “Reci nešto što znaš o sebi, što također i drugi znaju tebi.” Kao na primer: “Imam kovrdžavu kosu.” Nakon što dobrovoljac odgovori,
  - b) Potvrditi sa ostalim učesnicima da već znaju ovo što je dobrovoljac izjavio. Ako nije slučaj, pozvati dobrovoljca na ponovan pokušaj.
- 2) **Slepo:**
  - a) Uputiti dobrovoljca na način: “Reci nešto što znaš o sebi, što misliš da niko u grupi ne zna.” Kao na primer: “Moj omiljeni sport je fudbal.” Nakon što dobrovoljac odgovori,
  - b) Potvrditi sa ostatkom grupe da do sada nisu znali iznesenu izjavu o dobrovoljcu. Ako jesu, pozvati dobrovoljca da ponovo pokuša.
- 3) **Skriveno:**
  - a) Uputiti učesnike na način: “Imenujte nešto o dobrovoljcu za šta mislite da ona/on nije svesna/svestan o sebi.” Kao na primer: “Ona/On je odlična/odličan kuvar/ kuvarica.” Nakon što svako da svoju pretpostavku,
  - b) Potvrditi sa dobrovoljcem da ove informacije pre toga nisu bile poznate ili uviđene. Ako jesu, pokušati ponovo.
- 4) **Nepoznato:** Ovo je možda i najteži kvadrat; otkriti nešto novo o dobrovoljcu. Možda nećete moći otkriti ništa novo, ali pokušajte provesti par minuta istražujući mogućnosti.



- a) Uputiti učesnike na način: „**Hajde da vidimo možemo li pomoći (ime dobrovoljca) da shvati nešto čega nije svesna/svestan – a čega ni mi nismo svesni.**“ Jedini način da se do toga dođe je postavljajući pitanja.
- b) Potaknuti grupu da postavljaju pitanja o svrsi (primjer, zbog čega radiš to što radiš), ili stvari koje voli ili ne voli i slično. Krajnji cilj je da se dođe do tačke gde dobrovoljac može da napravi zaključak o sebi kojeg prethodno nije bila svesna/svestan.

**Otkriće:** Ovo može vrlo dobro poslužiti kao inicijacija modula o kulturalnoj osviješenosti, komunikaciji/povratnim informacijama ili samospoznaji.

**Vežba:** Ovo je dobra prilika za vežbu veština za davanje povratnih informacija (Pogotovo u „Slepo“/„Blind“ kvadratu). „Nepoznato“/ „Unknown“ kvadrat također obezbeđuje sticanje samospoznaje kroz dublja pitanja i slušanje.

**Varijacije:** vremenski dozvoljavajući, podeliti grupu u manje grupe od po 3 do 5 osoba i pozvati ih da se menjaju prolazeći kroz sličan proces jedni sa drugima. Mogu koristiti mreže na podu ili se jednostavno pozvati na table sa listovima i razgovarati o svakom kvadratu.

**Sagledavanje izveštaja:** Uz dodatak triju standardna pitanja za izveštaj, također biste mogli dodati sledeća:

- Šta te iznenadilo?
- Šta si naučio o svojim vršnjacima?
- Šta ti je bilo najizazovnije vezano za ovaj zadatak?
- Kako si se osećao u svakom kvadratu? Da li je bilo teško ili lagano? Zašto?

## Predstavljanje predmetom

**Glavne teme:** Samospoznaja, samootkrivanje, lično predstavljanje

**Veličina grupe:** neodređeno

**Trajanje:** 20-30 min (ovisno o veličini grupe)

**Pribor:** različiti predmeti

**Priprema za postavljanje:** Svaki učesnik treba naći jedan ili dva predmeta oko sebe.

**Upute:** Svaki učesnik se predstavlja kroz predmet. Imaju 5 minuta da se sprema (odaberi predmet intuicijom, istražiti isti, razmišljati o njegovim osobinama, materijalu od kojeg je napravljen i kako se može povezati s tobom; na kraju-postani predmet kroz projekciju. Primjer: - Zdravo, ja sam John i riječ koja me najbolje opisuje je „Iskra“! Moj predmet je upaljač/lampa/kamen. Verujem da moj predmet objašnjava moju strast za neke stvari u životu, moju živu želju za učenjem i istraživanjem. Zbog toga, izabrao sam reč iskra i upaljač da bih se najbolje opisao.

**Poruka moderatoru:** Moderator, ako je potrebno, može ohrabriti učesnike sa pitanjima objašnjavajući vezu između objekta i osobe da bi ih ohrabrio za dublju diskusiju.

## Priča iza moga imena

**Glavne teme:** samootkriće, lično predstavljanje, razvoj tima kroz umetnost, drama, pevanje

**Veličina grupe:** neodređeno

**Trajanje:** 20-30 min (ovisno o veličini grupe)

**Pribor:** nije potreban

**Pripreme za postavljanje:** Svaka osoba uzima par minuta da bi razmislila o priči iza svog imena.

**Upute od moderatora:** Podeliti grupu na najmanje 3-4 učesnika. Oni mogu biti u različitim sobama na Zoom-u i podeliti priču o svom imenu: ko im je dao ime (ako znaju ili se sećaju); da li ima neko značenje, koliko je učestalo, da li ljudi imaju problema sa izgovorom ili pamćenjem njihovog imena, da li im se sviđa, da li se susreću s nekim izazovima ili negativnim reakcijama u nekim kontekstima zbog svog imena i slično. Nakon što su svi podelili svoju priču, grupa treba odlučiti/glasati o najboljoj priči koju su čuli dok su bili u zasebnim/grupnim sobama. Nakon što izaberu najbolju priču, trebaju napraviti performans, dramu, pesmu, poeziju ili narativ da bi se objasnila priča nakon što su vraćeni u plenarnu sesiju. Prezentacije mogu sadržavati scene, zvukove, narative i slično. U plenarnoj sobi, svaka grupa deli jednu priču, a imena kroz kreativne prezentacije: audio, pesmu, scenu i tako dalje.

## Za šta sve služi stolica

**Glavne teme:** telesnost, osetila

**Veličina grupe:** neodređeno

**Trajanje:** 10-20 min

**Pribor:** stolica

**Upute:** Glumci/učesnici su pozvani da istraže različite svrhe u koje se može koristiti stolica. Moraju smisliti najmanje 10 načina korištenja iste, koristeći svoju maštu i pretvoriti stolicu u: sto, partnera, šešir ili šta god im padne na pamet. Trebaju demonstrirati isto.

## Improvizacija

**Glavne teme:** improvizacija, kreativnost

**Veličina grupe:** neodređeno

**Trajanje:** neodređeno

**Pribor:** nije potreban

**Upute:** Grupa smišlja scenu improvizacije, definišu situaciju, protagonistu, veze između glumaca, mesta i vremena. Dvoje ili više ljudi izvode scenu (dijalog) improvizirajući. Ostali mogu zapisati određene riječi u chat koje glumci moraju koristiti u izvedbi. Emocije također mogu biti napisane u chat, što tim činom postaje zadatak izvođačima da odglume.

## Zamisli da plešeš

**Glavne teme:** zagrevanje, aktivacija više čula

**Veličina grupe:** neodređeno

**Trajanje:** 10min

**Pribor:** Nije potreban

**Upute:** Glumci/učesnici sedaju na svoje stolice. Muzika se pušta opcijom deljenja zvuka. Moderator pozivaju učesnike da se opuste, zatvore oči i nekoliko puta duboko udahnu. Kada se grupa opusti, moderator im kaže da zamisle da prave plesne pokrete i da plešu uz muziku koju čuju. U jednom trenutku, moderator ih upućuje da naprave jednostavnu koreografiju od tri pokreta koja su nesmetano povezana.

U drugoj fazi vežbe, nakon što su glumci/učesnici odredili koreografiju, moderator ih poziva da zaista pokušaju te pokrete. Zatim ih oni i izvode. Upute moderatoru: Bitno je pobrinuti se da svi imaju dovoljno prostora za kretanje i plesanje.

## “Pevanje na kiši”

**Glavne teme:** Razbijanje leda i zabava; dinamiziranje nekoliko čula; stvaranje konteksta za učesnike da budu zaigrani, da se opuste i daju sebi dozvolu da budu blesavi.

**Veličina grupe:** bilo koja

**Trajanje:** 10 min

**Materijali:** nema

**Upute:** Obično se radi hodanjem u velikom krugu, u online verziji sudionici igraju igru svaki u svom prostoru, ali sa idejom i namjerom da to rade u velikom krugu. Otpevaju se prve četiri strofe pjesme. Dok se normalno pjevaju prve četiri strofe, Džoker govori učesnicima šta trebaju raditi nakon svakog refrena. Uvođenjem svake nove upute, prethodno date upute ostaju na snazi. Džokerove upute su sljedeće:

- 1. „Glava gore“ (ruke ispod glave), a zatim ponovo otpjevajte iste četiri linije;
- 2. „Ruke van“ (glava gore, ruke vani), a zatim ponovo otpjevajte iste četiri linije;
- 3. „Stražnjica, gore“ (glava gore, ruke vani, stražnjica gore), a zatim ponovo otpjevajte iste četiri linije;
- 4. „Kolena zajedno“ (glava gore, ruke vani, stražnjica gore, kolena zajedno), zapevajte ponovo.

## Dodirnite plavo

**Glavne teme:** Zagrijavanje tela i uma; odnos prema telu i prostoru, dinamizirajući nekoliko čula; fokus, prisutnost i opreznost.

**Veličina grupe:** bilo koja

**Trajanje:** 10 min

**Materijali:** nema

**Upute:** Započnite tako što će moderator javiti šta treba dodirnuti, poput „dodirnite plavo“ ili „dodirnite nešto toplo“. Zatim se svaki učesnik mora kretati i dodirnuti nešto što je plavo ili toplo. Ovo može biti nešto na njihovom stolu, odijevni predmet ili nešto što moraju pronaći na polici s knjigama. Posljednja osoba koja je pronašla predmet mora odabrati sljedeći atribut. Ako to želite učiniti malo konkurentnijim, dajte svima petnaest sekundi da pronađu nešto i eliminirajte one igrače koji ništa ne pronađu na vrijeme. Nastavite igrati i komplicirajte stvari ili smanjite vrijeme dok ne ostane samo jedan igrač. Također, može biti efikasno obaviti brzo pucanje ovog energizera tokom radionice kako bi se učesnici držali na nogama!

## Sedam ljubavnih dodira

**Glavne teme:** Dublje povezivanje i napredna izgradnja poverenja kod učesnika; probijanje izolacije; prevladavanje straha od druge osobe; pomaganje učesnicima u uklanjanju tabua dodirivanja tijelom.

**Veličina grupe:** bilo koja

**Trajanje:** 15-20 min

**Materijal:** nema

**Važno imati na umu:** Ova igra, posebno uz fizičko prisustvo, radi se nakon što se učesnici dobro upoznaju i nakon što se u grupi stvori siguran prostor, uspostave pravila i atmosfera povjerenja! Ovo definitivno nije igra razbijanja leda niti početna igra upoznavanja!

**Upute:** Onlajn adaptacija igre se radi u parovima, podeljeni u podgrupe, a može i u jednoj velikoj grupi. U onlajn adaptaciji igra postaje individualna vježba, jer svaki učesnik dodiruje sebe. Ipak, čak i u onlajn formatu, učesnici trebaju imati na umu izvornu ideju i namjeru igre (tj. probijanje barijera, prevazilaženje straha od drugog i pomoć u otklanjanju tabua oko dodirivanja tijela drugih osoba i biti dodirnut od strane nekog drugog). Po potrebi, može se koristiti u svrhe interkulturalnog učenja, u tom slučaju treba pružiti odgovarajući kontekst, u smislu uzimanja u obzir kulturoloških razlika u smislu dodira (npr. Neke su nacije "taktilnije" u odnosu na Skandinavce ili Japance, na primjer.)

Učesnici imaju zadatak da osmisle sedam različitih dodira koje nanose na tijelo, što za njih predstavlja izraz ljubavi. Ti dodiri mogu i trebali bi biti dodiri različitih dijelova tijela: glave, vrata, trupa, udova, kao i prednje i stražnje strane tijela. Svaki dodir mora imati svoje mjesto/broj u nizu. Nakon što smisle i odluče koji su njihovi dodiri ljubavi, voditelj daje uputu da ovih sedam dodira ljubavi, jedan po jedan, izvedu u nizu, ponavljajući niz nekoliko puta. Voditelj daje sudionicima onoliko vremena koliko smatra da im je potrebno kako bi zapamtili slijed. Zatim voditelj pušta lijepu, umirujuću muziku (klasična muzika, recimo Bach, najbolja je za tu svrhu) i upućuje učesnike da pronađu svoj ritam pokreta usklađen s ritmom muzike. Neophodno je da pronađu svoj tok i da vježbu rade osećajući je iznutra, ne promatrajući sebe i ne razmišljajući kako pokret izgleda i da li je lijep. Nakon uspostavljanja ritma, učesnici se mogu igrati tempom pokreta i gradacijom intenziteta. Kao rezultat nastaje koreografija: pojedinac (u onlajn verziji) je duo/grupa (fizičke verzije).

## Likovi u pokretu

**Glavne teme:** improvizacija, kreativnost

**Veličina grupe:** bilo koja

**Trajanje:** /

**Materijali:** nema

**Upute:** Jedan glumac je ispred kamere i izvodi razne pokrete da pokažu odakle dolaze, čime se bave, i gdje idu. Drugi moraju pokušati upoznati glumca kroz ovih par pokreta:

- došli su sa ulice,
- u čekaonici su,
- izvadit će im se zub,
- dolaze iz puba,
- u predvorju su hotela i trebaju u svoju sobu,
- izlaze iz kuće ujutro,
- u liftu su,
- počinju da rade u uredu itd.

## Kreiranje priče

**Glavne teme:** Team Building, grupni rad

**Veličina grupe:** bilo koja

**Trajanje:** 10min

**Upute:** Pričanje kao način da spojimo ljude, da gradimo odnose i pomažemo jedni drugima. Krugovi priča pomažu učesnicima da razviju, raščiste ili strukturiraju priču koju žele kreirati u prostoru grupe koja pruža podršku. Neka cijela grupa virtuelno "napravi krug" na video pozivu i neka proces počne ovako: Prva osoba treba započeti priču sa jednom uvodnom rečenicom i još jednom nedovršenom. Na primer: " Na Džonov 35. rođendan, svi njegovi prijatelji i porodica su se okupili u dnevnoj sobi. On treba da uđe u kuću na iznenađenje, ali onda...".

Sljedeća osoba dovršava prethodnu rečenicu i dodaje još jednu nedovršenu. Ovako, svaki učesnik doprinosi dok svi ne dođu na red. Ciljajte da priča ima smislenu strukturu do kraja igre! Kreiranje priče tera timove da koriste svoju kreativnost, ali isto tako im pomaže da slušaju jedni druge i poboljšaju timski rad.

## Blesavo lice

**Glavna tema:** Tim bilding, rad u grupi, sticanje emocionalnog oslobadjanja

**Veličina grupe:** cela grupa ili u parovima

**Trajanje:** 10 min

**Veštine:** mimika

**Upute:** Napravi facu – ali budite oprezni u kom smjeru vetar puše

Grupa stoji u krugu – opcija ZOOM-a je da sus vi na ekranu. Voditelj dodeljuje brojeve učesnicima od 1-15, tako da svi budu svjesni svog reda. Prva osoba pokazuje svoje lice i pomiče ga ispred kamere, pomičući usne, oči, jezik, obrve – sve što se može premjestiti u groteskno lice. To se može učiniti skrivanjem poze rukama, a kada je gotovo, odmaknite ruke i pokažite im lice. Shodno tome, cijela grupa kopira izraz lica. Kad to vidi prva osoba, vrati se u neutralan položaj kako bi druga osoba mogla nastaviti pod svojim rednim brojem. Ova igra je prilično zabavna za sve, a grupa se zaista opusti i poveže.

**Napomena voditelju:** Veći dio svog života provedemo noseći isti izraz lica. Ova igra nam omogućava da isporbamo više izraza i izadjemo iz svojih zona komfora. Radeći ovu aktivnost, postajemo svesni vlastitih ograničenja i fleksibilnosti.

## Šta radite?

**Glavna tema:** Team building

**Veličina grupe:** cela grupa ili u parovima

**Trajanje:** 15 min

**Veštine:** gluma kreativnosti, rizikovanje, spontanost, neverbalno izražavanje, improvizacija

**Upute:** Možemo igrati ovu igru na razne načine - u parovima ili s celom grupom. Jedan od načina jeste postaviti grupu u krug dok jedan igrač dođe u sredinu i počne nešto raditi. Kada postane jasno šta on(a) radi, sljedeća osoba se pridruži spontano ili po nekom redu. Najbolje je spontano ali može se desiti da samo mali broj ljudi aktivno sudeluje u igri, dok drugi ostani isto nesigurni kao i ranije. Zoom opcija nudi dodelu broja svakom učesniku, tako da svi znaju kada da počnu. Facilitator bi trebao bodriti svakog igrača da igra, a to se može postići na različite načine - možete se složiti da pratite redosled kruga ili neki drugi redosled.

Kada sledeći igrač uđe i pita "Šta radiš?" prvi igrač kaže prvo čega se doseti, ali ne može biti povezano ni na jedan način s radnjom koju vidi. Na primer, ako se igrač češlja, odgovor može biti da svira klavir. Drugi učesnik počinje izvoditi radnju (sviranje klavira), dok sledeći učesnik ne pita - "Šta radiš?"

Za stimulisanje atmosfere i ohrabivanje igrača da brzo i spontano odgovore, prva stvar koja padne na pamet - ova igra se igra vrlo brzo.

Naravno, ne treba zaboraviti da se ova aktivnost može koristiti s različitim grupama i da se može prepravljati na različite načine, u zavisnosti od cilja koji facilitator postavi. Ova igra "trenira" sposobnosti i slobodnu improvizaciju, brze i spontane reakcije, neverbalno izražavanje, a usto je jako zabavna, tako da bi trebala stvoriti dobru energiju i proizvesti smeh u grupi.

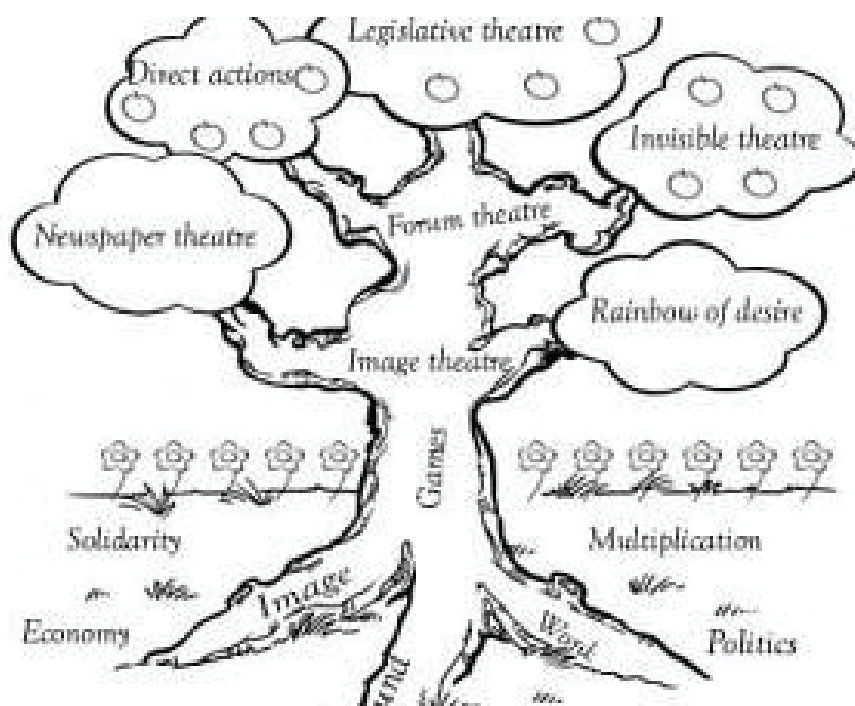
Zbog nemogućnosti ostvarivanja ove aktivnosti u spontanom redosledu u online okruženju (kašnjenje zvuka i slike, situacije gdje su troje ili više osoba aktivne simultano i kada ne znamo gdje sledeće da gledamo, dok se uživo taj problem veoma lako reši), facilitator odredi redosled grupe prije vremena. To je samo u online situaciji - uživo bi se radilo u krugu, s jednom osobom uvijek u sredini i drugom koja pita i preuzima situaciju.

Ova igra se također može igrati u parovima (to zahteva brže reakcije i mnoge nove ideje) i može se učiniti takmičarskom - jedan par igra dok ne ponestane ideja, dok se ne zaustave i ne mogu se ničega drugog setiti što nije rečeno ranije.

Ne treba zaboraviti da ovakva atmosfera podiže energiju i potiče kreativnost, ali za neke igrače može biti prenegla - zavisi od grupe i moderatora.

## Teatar slika, upotreba i praksa

Teatar slika je jedna od tehnika metode Pozorišta potlačenih, koja se većinom koristi za proces forum teatra, korak k razvoju forum teatra. Gledanjem na "stablo Pozorišta potlačenih" možemo primetiti da je teatar slika dio stabla, zajedno s igrama i forum teatra.



Izvor:

<http://www.forumoteatras.lt/en/methodics/augusto-boal-tree-of-the-theatre-of-the-oppressed-165.htm>

Slike predstavljene u ovom obliku teatra su serija statičnih slika tela ili živih slika koje su dinamizirane (oživljene) putem raznih načina. Slika je važan deo metodologije, predstavlja osnovu (korene) Pozorišta potlačenih, skupa sa zvukom i rečju.

Komuniciranje poruke, ideje ili osećaja preko slike zahteva ronjenje u srž problema. Vadi najiskrenije izvođačeve poglede na problem, odnosno zarobi se u slici. Slike ostavljaju dovoljno mesta gledaocu, za različita shvatanja i projekcije svojih ličnih iskustava. Čas štaviše, kulturno nijansiranje slika je neizbežno, što je sami Augusto Boal potvrdio istraživanjem istih koncepata na različitim kontinentima i državama, sve to uz pomoć teatra slika. Položaj tela izvođača, njihove facijalne ekspresije i njihov odnos prema prostoru i drugim izvođačima može lako predstaviti socijalni kontekst zajednice.

Iako se teatar slika retko koristi kao zasebna tehnika, jako je koristan alat za istraživanje stavova i osećanja ljudi uključenih u teatarski proces. Može se koristiti za istraživanje socijalnih problema poput ugnjetavanja, moći, diskriminacije ili bilo koje druge teme za izgradnju mira, kao i za učenje o našem istinskom gledanju na gledano (subjektivna i objektivna interpretacija slika). Praktičari Pozorišta potlačenih koriste razne vežbe koje se mogu raditi u drugačijim okruženjima, individualno ili u grupama. Statične slike/skulpture mogu biti načinjene individualno, u grupama ili parova, u zavisnosti od namene i cilja aktivnosti.

Jedan način korištenja pozorišta slika je pozivanje učesnika da naprave skulpturu/sliku kao individualni odgovor na različite koncepte koje je bitno procesuirati. Obično su prvi koncepti koje treba istražiti arhetipi (npr. majka) ali koncepti poput društvene pravde i mira se također mogu koristiti (poput konflikta moći ugnjetavanja jednakosti i nejednakosti etc.) Uobičajeno u krugu učesnici stvore fizičke slike u odgovoru na datu temu, a ovo trebaju raditi brzo bez razmišljanja unapred.

Video tutorial: How to use Mirroring?



Kako koristiti miroring? Pogledajte online tutorijal na:  
<http://www.seeyn.org/elearning/mod/hvp/view.php?id=454&forceview=1> /  
[https://www.youtube.com/watch?v=8Uw7ZTJENeA&feature=emb\\_title](https://www.youtube.com/watch?v=8Uw7ZTJENeA&feature=emb_title)

Još jedan način da se koristi tehnika teatra slika je podjela grupa u parove ili manje grupe gdje jedna osoba glumeći vajara oblikuje glumu drugog kao statue, koristeći samo dodir ili miroring tehniku (pogledajte više o mirror exercise u tutorijalu). Ovo se radi bez korištenja riječi, samo kroz tijelo. Diskusija koja prati prezentaciju slika je veoma bitna i može biti bitan korak prema dinamizaciji slike, ali također prema stvaranju performanca/scena forum teatra. Upotreba ove metode u online okruženju je izazovna ali moguća. Iako se grupni rad u pravom smislu ne može ostvariti, digitalni svet pruža druge alate koji se mogu koristiti za istu svrhu (npr. upotreba fotografija). Teatar slika u online okruženju idalje može prinuditi učesnike da izraze svoje ideje i stavove i osećanja u vezi sa bitnim problemima.

## Vežbe za teatar slika Slika sveta

**Glavne teme:** Istraživanje socijalnih problema, fizikalnost, neverbalno izražavanje, uvodna priča rešavanje ugnjetavanja

**Veličina grupe:** bilo koja

**Trajanje:** 20- 40 min (u zavisnosti od diskusije i grupnog procesa)

**Sredstva:** nema

**Upute:** Učesnici drže zatvorene oči. Onda facilitator/voditelj kaže reč (npr. "škola") i svako napravi svoju sliku koja predstavlja tu reč. Njihova slika predstavlja njihovo mišljenje, njihova osećanja, prva stvar koja im je pala na pamet kada čuju reč/koncept. Moderator pita ljude da budu aktivni učesnici i podstiče ih da budu šašavi i kreativni dok kreiraju slike. Također, moderator kaže učesnicima da mogu izmisliti priče ali više bi mu odgovaralo da su istinite i trebaju predstavljati njihovu vlastitu priču/mišljenje/stav.

Moderator odbrojava od 5 i na 1 oni otvore oči i pokažu svoje slike. Jedan učesnik bude pozvan da "ode u sredinu" da napravi svoju sliku, drugi komentiraju davajući objektivne komentare ("koljeno mu je savijeno", "oči su mu zatvorene", "prst pokazuje na pod" itd.) i subjektivna opažanja ("zbunjena je", "ljut je" itd.). U online okruženju, osoba koja prezentira svoju sliku može biti vidljiva drugima, koristeći ZOOM opciju "spotlight for everyone".

Moderator napominje učesnike da budu svesni da projektujemo vlastita iskustva u onome što vidimo u slici. Osoba koja prikazuje sliku ne mora ostalima ništa reći o značenju slike.

Moderator može pozvati grupu da prave sliku na različite reči/teme. Neke od tih mogu biti teatar, nasilje, mir, majka, moć, konflikt, naslije, moj grad, država, selo, naselje. Kada se osećam moćno/nemoćno.

**Napomena moderatoru:** Dok se odvija aktivnost, bitno je postići diskusiju postavljajući pitanja. Preporučena pitanja za diskusiju :

- Šta vidimo na slici?
- Šta slika predstavlja?
- Kako se osoba na slici oseća?
- Koje pitanje postavlja ova skulptura/slika?
- Kako se ova slika može povezati sa izgradnjom mira/ugnetavanja?

Ova pitanja se mogu koristiti u bilo kojoj vježbi teatra slika.



## Slika porodice

**Glavne teme:** Fizikalnost, istraživanje društvenih problema, neverbalno izražavanje

**Veličina grupe:** bilo koja

**Trajanje:** 20- 40 min

**Sredstva:** ništa

**Upute:** Učesnicima podeljenim u grupama se zadaje zadatak da naprave sliku svoje porodice krpz tu sliku pozvani su da pokažu odnose između članova porodice, da predstave neki tipičan dan/situaciju u svom životu. Nakon što završe sa kreiranjem slike, prezentuju ih. U online okruženju, vježba može biti urađena koristeći opcije breakout rooms (da se podjele učesnici u grupe) i screenshot opcija (jedna osoba u grupi je direktor i čini slike ekrana slike koju je grupa napravila). Slike/fotografije se predstavljaju u plenary room.

**Napomena moderatoru:** Moguće je da male grupe predstave nasilje u porodici, moć jednog člana porodice nad ostalim, itd. Ovo može biti početna tačka diskusije bitnih društvenih problema i odnosa moći.

Izmena: Ova vežba može imati i smešan ton i može se koristiti za različite svrhe. Može se koristiti kao "ice breaker" ako facilitator pozove grupu da načini porodicu: zečeva, štakora, mačaka, advokata, doktora, itd.

## Zajednička slika / puzla

**Glavne teme:** Fizikalnost, neverbalno izražavanje, grupni rad

**Veličina grupe:** bilo koja

**Trajanje:** 30- 50 min

**Sredstva:** Nikakva/ Uređaj (Kompjuter) i Zoom aplikacija

**Upute:** Podeljeni u male grupe, učesnici biraju temu/priču za koju su zainteresovani, jedna tema za koju su strastveni. Kreiraju joint body image koja predstavlja tu priču.

Jedna osoba iz grupe je direktor. Ta osoba vodi grupu i čini slike ekrana grupne slike. Neke od tema o kojima se može pričati su: ugnjetavanje, izgradnja mira, nasilje, stvarni primeri ugnjetavanja u njihovoj zajednici.

## Dovršite sliku

**Glavna tema:** Fizikalnost, neverbalno izražavanje, grupni rad

**Veličina grupe:** bilo koja

**Trajanje:** 20- 40 min

**Sredstva:** Nikakva

**Upute:** Jedna osoba čini skulpturu/sliku. Druga osoba nastavlja kreirajući novu sliku. Ova slika se čini s ciljem dovršavanja prethodne da se napravi odnos - priča. Prva osoba odlazi, druga ostaje, a nova osoba je pozvana da načini novu sliku koja dovršava onu prezentiranu. Facilitator otvara diskusiju o slikama, postavljajući pitanja poput: Koji je odnos između likova, gde se situacija dešava, itd.

**Uputa facilitatoru:** U online okruženju, ova se vežba može implementirati koristeći opciju "spotlight for everyone" u ZOOM aplikaciji. Možete posebno istaknuti osobu koja predstavlja sliku, prekinuti isticanje nje, a započeti isticanje druge osobe. Zoom Pro omogućava isticanje mnogih korisnika u isto vreme.

## Slike slobode ugnjetavanja

**Glavne teme:** Fizikalnost, neverbalno izražavanje, grupni rad

**Veličina grupe:** bilo koja

**Trajanje:** 20- 30 min

**Sredstva:** Nema

**Upute:** Svaki učesnik čini sliku ugnjetavanja. Kada svako predstavi svoju sliku, facilitator poziva izlagače/učesnike da predstavljaju sliku slobode. Konačno, svaka osoba bi trebala napraviti sliku koja predstavlja korak neophodan za kretanje iz ugnjetavanja prema slobodi. U konačnoj fazi vežbe, povezuju tri slike što čini svojevrsnu koreografiju.

## Moć 1 do 5

**Glavna tema:** Samorealizacija, samopozicioniranje

**Veličina grupe:** bilo koja

**Trajanje:** 20 min

**Sredstva:** Nikakva

**Upute:** Svaki učesnik dobija broj u privatnoj poruci. Postoje brojevi od jedan do pet koji predstavljaju količinu moći, društveni status koji osoba posjeduje (jedan predstavlja najviši nivo; pet predstavlja najniži nivo moći i statusa u društvu). Učesnici trebaju misliti koja grupa/individua posjeduje taj nivo moći u društvu. Kada se dosjete posebne grupe, trebaju misliti o zvuku i pokretu koje predstavlja grupu.

Glumci/učesnici su podjeljeni u breakout rooms (nasumično) i upućeni su da se ponašaju prema statusu i moći/nedostatku moći i da izvedu zvuk i pokret kojeg su se dosjetili. Mogu pratiti druge i povezivati svoje izvođenje s njima, a zvukove i pokrete mogu menjati ako misle da to trebaju uraditi.

## Skulpture / vežbe sa skulpturama

Vežbe sa skulpturama su često korištene kao dio procesa teatra slika. Postoje mnoge varijacije vežbi sa skulpturama. Neke od tih varijacija su:

1. **Vajar i glina.** Učesnici su podjeljeni u parove u svojim breakout rooms. Jedan je vajar, a drugi glina. Valjar daje upute glini (gde da se kreće, kako da se postavi). Upute mogu biti verbalne ili facijalne (vajar čak može koristiti i chat opciju) ali bitno je da ne spomene ideju skulpture koji želi kreirati. Tema skulpture može biti osećaj, društveni problem, itd.
2. **Muzej skulptura.** Proces vajanja je isti kao i u prijašnjoj vežbi (vajar i glina), ali su pozvani da pokažu svoje skulpture i da ih prezentiraju u "muzeju skulptura". Mogu načiniti priču koja objašnjava njihovu sliku, priču iza nje, itd.
3. **Mnogi vajari jedna osoba.** Učesnici su podjeljeni u male grupe (u breakout rooms u Zoomu). Jedna osoba je glina, a ostali su valjari koji se pokušavaju sinhronizirati i načiniti skulpturu na istu temu. Svako bi trebao učestvovati u kreiranju skulpture.
4. **Jedna osoba kreira mnoge skulpture.** Jedna osoba je valjar i vaja ostale u jednu povezanu sliku. Kasnije valjar sebe pozicionira u slici. Vežba se često koristi za razgovor o ličnim pričama i temama gde vajar prepričava priču ugnjetavanja, neki lični primer ili priče drugih ljudi za koje drže da su bitne i emotivne.

## Dinamizacija slika

Dinamizacija slika je oživljavanje slika koristeći različite tehnike, ubacujući zvuk i pokrete slici, ali također, izrađivanje veza između individualnih živih slika. Dinamizacija pomaže učesnicima da se udube u socijalni problem s kojim se susreću; služi kao jedan od koraka prema izradi scena forum teatra i kao vežba razvoja karaktera. Može se uraditi na razne načine.

1. Nakon što svaki učesnik načini svoju individualnu sliku, dvije ili više osoba su pozvane da podele svoje slike u centru kruga. Na taj način čine grupnu živu sliku koja onda može biti dinamizirana dodavajući zvuk i pokret.
2. Jedna osoba ili grupa čini sliku, a ostali učesnici mogu dodati zvuk slici. Obično to mogu uraditi ulazeći u scenu, dodirujući nastupača na rame i govoreći riječ koju lik u sceni govori ili misli u datoj situaciji.
3. Jedna osoba dijeli individualnu sliku u krugu, a ostali se mogu povezati kreirajući svoje slike povezane sa nastupačevom.
4. Svakog lika u slici se pita da naglas govori svoje misli bez kretanja trideset sekundi. Ovo može pomoći učesnicima da shvate svoje likove i njihovu ulogu u sceni/slici.
5. Svakog lika u slici se pita da proizvede jedan repetitivan zvuk i mehanički pokret. Facilitator može igrati ulogu "dirigenta" koji može "ugasiti" i "upaliti" svakog učesnika tako što im dotakne rame. Kada se upale, učesnici kontinuirano ponavljaju svoj zvuk i pokret.
6. Učesnici u sceni su pozvani da se usporeno kreću i izraze žudi svojih likova.
7. Učesnici koji predstavljaju sliku nekog oblika ugnjetavanja su pozvani da kreiraju "željenu sliku", sliku gde ugnjetavanje ne postoji. U neko doba, pozvani su da kreiraju sliku koja predstavlja korak između te dve slike, odgovarajući na pitanje: šta se mora učiniti da se postigne ova "željena slika"? U konačnom koraku vežbe, učesnici predstavljaju sve tri slike odjednom, pokušavajući načiniti ležerne pokrete, krećući se od prve slike do zadnje.
8. Stvaranje pesme iz perspektive protagoniste i/ili ugnjetavača u slici može biti jedan način dinamiziranja slika (njihovog oživljavanja), gde učesnici mogu dublje razmotriti likove, njihove želje i motive. Učesnici mogu stvoriti pesmu koristeći razne tehnike:
  - Freestyle. Učesnici dobivaju generalni zadatak, napraviti pesmu iz perspektive svoga lika ili perspektive bilo kojeg lika. Pesma može biti bilo kojeg žanra.
  - Pisanje pesme koristeći skicu/ritam. Facilitator može pružiti skicu pjesme koju učesnici mogu razvijati.
  - Exquisite corpse, također poznat kao exquisite cadaver, je metoda kojom se zbirka reči kolektivno sastavlja. Svaki učesnik dodaje kompoziciji u sekvenci prateći pravilo (npr. "pridev – imenica pridev- glagol ) ili tako što mu se dozvoli da vidi samo kraj onoga što je zadnja osoba dodala.

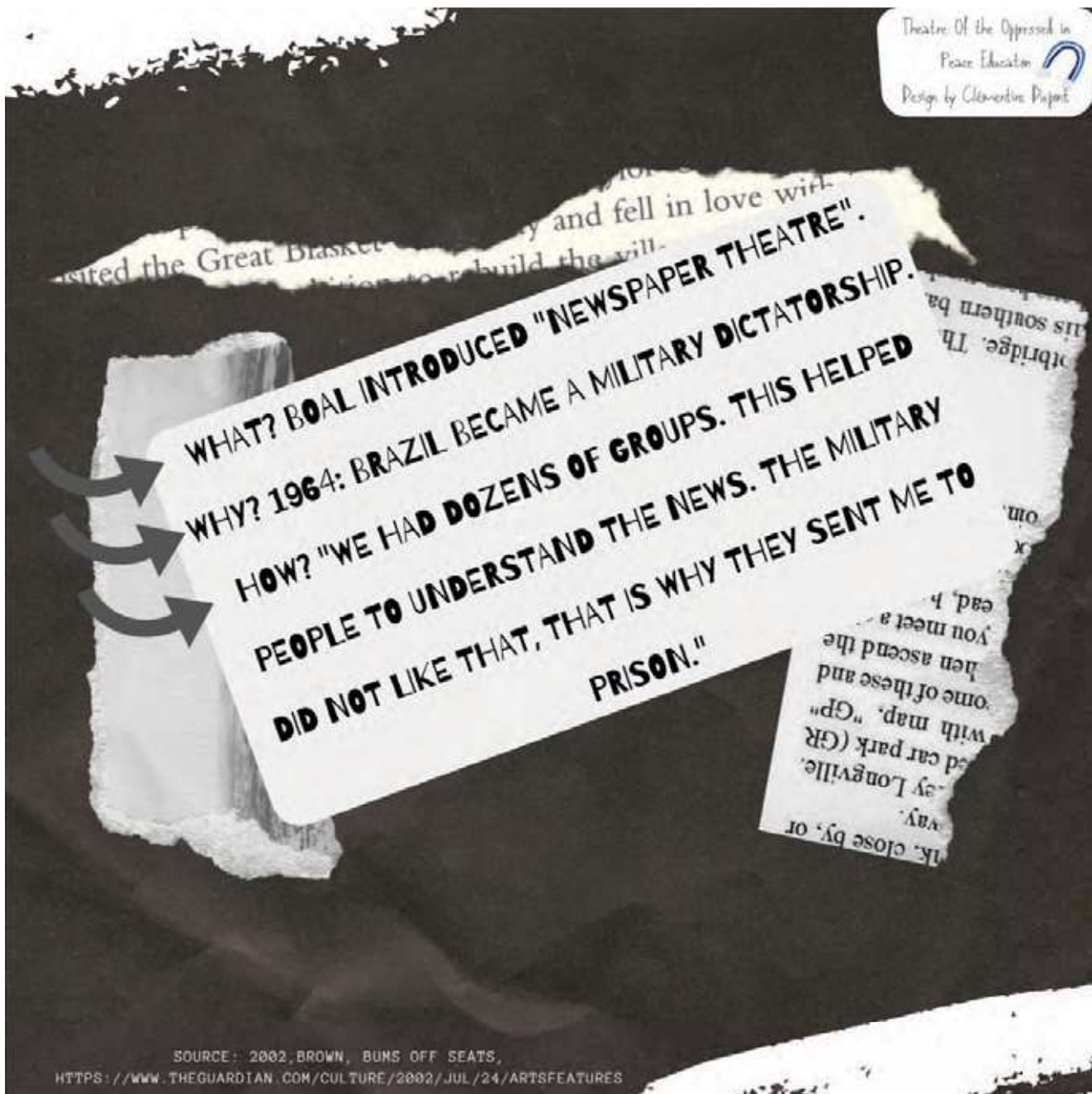


Video tutorial o Dinamizaciji slika dostupan na :  
<http://www.seeyn.org/elearning/mod/hvp/view.php?id=455&forceview=1> i  
[https://www.youtube.com/watch?v=A4LK3OZQ4Zk&feature=emb\\_title](https://www.youtube.com/watch?v=A4LK3OZQ4Zk&feature=emb_title)

## **Pronalazak priča/tema/problema**

Pozorište potlačenih je fizički, senzualan i participativan. Pronalazak priča se događa u životnoj zajednici i Teatar koristi različite pristupe da dođe do priče koja će biti na pozornici. Ove uključuju skup vežbi poput Pozorišta slika, Novinarsko pozorište, Forum teatar, Playback, Teatar u Obrazovanju, Pozorište zajednice, Psiho drama, Razvojno pozorište, itd.

Facilitator često fokusira grupu na svakodnevne učinke uveta koji omogućavaju koegzistenciju problema i konflikata. Koristeći razne tehnike, analiziramo probleme konflikta koje su učesnici identificirali i kreiramo načine njihove izvedbe. Kada se koristi teatar slika za otkriće priče, na primjer, džoker koristi skulpture koje su napravili učesnici svojim telima kao slike ugnjetavanja, koristi njihove asocijacije i spaja ih uz odgovarajući kontekst. Ili, džoker koristi lokalne novine da identificira specifične priče ugnjetavanja koje su prisutne i relevantne u određenoj zajednici u to vreme. Sve tehnike zavejane u okviru Pozorišta potlačenih su pravljena da poboljšaju i probude takozvanu konkretizaciju potlačenih. Pogledaj dalje čitanje u Freireovoj Pedagogiji potlačenih) Drugim rečima, da bismo se nosili s ugnjetavanjem i različitim aspektima života, moramo nekako dostići svest tog ugnjetavanja i sposobnost uočavanja načina opunomoćenja da sebe promenimo. Ovo stvara priliku učesnicima radionice da artikuliraju interaktivni teatar o bitnim problemima i da načine nešto što uveliko ide u korist njihovih zajednica. Ukratko je već spomenuta baština ovog tipa teatra - konkretizacija i metaxis potlačenih, glumca i/ili gledaoca. Cilj je uključiti se u muke likova, priče iz stvarnog života, koje prepoznajemo kao naše muke. Ne traži se lom ugnjetavanja, već stvaranje zdrave zajednice, sigurnosti i mira.



Teatar potlačenih uvek pravi uviđaje poput "Kako se nosimo s porodičnim nasiljem?"; "Kako ne kriminalizirati siromaštvo?"; "Kako se nositi s ovisnošću"; itd. Sve na jedan način polinje individualnim pričama, ponuđenim kao neme slike ili geste. U proizvodnji teatra, privlačimo ljude koji imaju slična iskustva i onda kreiramo teatralnu fikciju koja priča istinu iskustva zajednice. Uvek prelazeći iz jednine u množinu, u meta množinu, a sve vreme koristeći pozorišni prostor za promene. Napraviti umetnost. Pronaći relevantnu priču ne služi samo njenim učesnicima, već članovima zajednice koji su se okupili radi uključenja u dijalog o problemima koji se uviđaju.

Evo primera dobre prakse: 2018., Things I Want to Say but Never Will kreirana je predstava u srednjoj školi Druga gimnazija Sarajevo i izučavala je metodologiju formiranja predstava nakon anonimne školske ankete.



Mnoge predodžbe iz kojih proizlazi Pozorište potlačenih dolaze iz rada u obrazovanju. Grupa omladinskog teatra ReACT pokrenula je anonimnu anketu i prvo napravila trominutni performans u vidu poseta časovima škole koje su inspirisale čak da odgovore na tri jednostavna pitanja iz ankete: "Što želiš reći?" "Kome to želiš reći?" "Zašto to ne želiš reći?" Istražujući ova jednostavna, ali intimna pitanja, predstava je sačinjena mislima i dijalozima dosega od smešnih do dramatičnih problema, podstičući publiku da reaguje i promisli svoje odnose.

Predstava je o profesorici koja uzima glavnu ulogu u istraživanju raznih problema o kojima se tinejdžeri ne usuđuju govoriti i petnaest učenika na pozornici koji glume običan razred. Ova predstava je koristila metodu forum teatra gde je ulogu džokera preuzeo učitelj glumac koji konstantno razgovara sa publikom (roditelji, profesori, braća i sestre, članovi zajednice) od samog početka, ostajući svestan da je njegova uloga biti spontan, maštovit i da deluje terapijski kroz povezivanje glumaca s publikom i kreiranje dijaloga s mogućom razrešenjem problema spomenutih u predstavi. Neke od problematika spomenutih u predstavi su: homoseksualnost, anoreksija, sukob generacija, problemi sa profesorima, nepoštovanje, ovisnosti, nasilje u porodici, zlostavljanje.

Svi problemi su spomenuti kroz monologe, dijaloge i nameštanje prirodne scene s glumcima i profesorom. Strategije procene u forum teatru su vođene kontekstom i centralno se tiču davanja glasa učesnicima- glumcima i gledaocima. Dakle, procena se prvenstveno fokusira na to šta se interpretira, a ne to kako se to dešava u cilju šireg dosega na individue i zajednice. Osnovni cilj je potaknuti raspravu (kroz delovanje, a ne samo rečima) kako bi se pokazale alternativne mogućnosti, a ljudi osposobili da postanu "protagonist svojih života".

Slede alati i specifični primeri aktivnosti koji se mogu koristiti efikasno s ciljem otkrića priča ugnjetavanja iz zajednice učesnika.

## Pozorište slika

Pozorište slika (vidi poglavlje 8) je jedan od osnovnih alata Pozorišta potlačenih, najšire i najuobičajnije korišten za hvatanje u koštac s problemima učesnika o radionicama pozorišta potlačenih, uključujući ugnjetavanje prisutno u njihovoj zajednici. Uvodeći pozorište slika, džoker ne samo da oprema učesnike s alatima pozorišta potlačenih, već i stvara kontekst kao i sigurno okruženje za isplivavanje tema i priča. Čak i kroz početne slike, džoker može jasno shvatiti koje teme rezonuju sa uključenim učesnicima i koje bi rezonovale sa širom zajednicom tokom sesije forum teatra. U procesu odabira priče, bitno je napomenuti da je od velike važnosti briga učesnika, bila ona njihova lična ili ne; moraju biti uljudni, jer to JESTE nečija priča i trebaju biti empatični. Naprimjer, vežba "slika sveta" opisana u devetom poglavlju se može koristiti za pronalazak tema i priča koje su bitne i koje rezonuju s učesnicima i zajednicom. Džoker može uvesti sledeće teme da zagre učesnike:

Reči/teme: Teatar, Mir, Majka, Moć, Konflikt. Nakon toga Džoker/Facilitator čini sliku zaslona ekrana svačije slike (u zavisnosti od veličine grupe, Džoker deli grupu u podgrupe i deli ih u break-out rooms, ili pretvori aktivnost u plenarnu grupu); onda Džoker/facilitator čini mozaik slika ekrana i deli ih dok ih analizira skupa s učesnicima.

Analizirajte sliku (nastavak): Nova tema je data učesnicima, npr. „Rat“ ili „Pozorište“ i svaki učesnik stvara svoju sliku. Facilitator pita: Šta slika predstavlja? Je li to metafora? Kakav osećaj osoba izražava? (Imajte na umu da smo retko u mogućnosti promatrati na objektivnan način. Ovde je najvažnije da slika čini celovitu sliku koja predstavlja celokupno iskustvo sa školom, ratom itd. To je način da se iznese unutrašnji svet.) Slike mogu pomoći u sugeriranju stvari i tema koje ne možemo izraziti rečima; na taj način teatar slika je od velike pomoći. Takođe, to može dati osobi strategiju da sazna šta oseća. Osoba, čija se slika analizira, naučit će. I svi ostali.





Drugi način pronalaženja priča o ugnjetavanju je traženje i istraživanje simbola ugnjetavanja. Sledi konkretan primer aktivnosti u ovom smeru:

## Simbol ugnjetavanja

**Glavne teme:** Ugnjetavanje i moć

**Veličina grupe:** bilo koja

**Trajanje:** 30 – 40 min

**Sredstva:** Papir i olovka

**Upute:** (zaranjanje u teme, ugnjetavanje)

- Facilitator traži od glumaca / učesnika da razmisle o ugnjetavanju u društvu i simbolima koji predstavljaju ugnjetavanje i moć. Svoje prve ideje mogu zapisati u chatu.
- Facilitator motivira glumce / učesnike da istražuju prostor oko sebe i pronađu jedan simbol koji predstavlja moć ili ugnjetavanje. Može predstavljati grupe koje imaju moć u društvu, grupe koje koriste moć nad nekim drugim grupama ili pojedince u društvu koji koriste svoju moć nad nekim.
- Nakon što glumci / učesnici odaberu simbol, pozvani su da potraže drugi simbol koji predstavlja ugnjetavanu grupu protiv koje se koristi moć.
- Glumci / učesnici stavljaju predmete u odnos i pozivaju se da razviju priču, postojeću situaciju, primer ugnjetavanja koje pokušavaju izraziti kroz predmete. Deljenje priča.

Napomena moderatoru: Ohrabrite glumce / učesnike da razmišljaju o različitim objektima koji mogu predstavljati moć i ugnjetavanje. Možete predložiti nešto od sledećeg:

- kravata: simbol muške dominacije;
- stolica: simbol moći, statusa;
- uniforma.

Pozorište novina je skup vežbi i tehnika u kojima su glavni izvor za istraživanje socijalnih pitanja novine. Novinsko pozorište je stvarnost činjenica predstavljenih u vestima kojke se prenose direktno na gledaoca. To može vežbati bilo ko. Prva tehnika koja se koristi je čitanje vesti, jasno i iskreno, bez komentara ili mišljenja. To se može učiniti jednostavnim čitanjem odvojenim od konteksta novina, od početnog formata. Druga tehnika može uključivati ukršteno čitanje - dve vesti čitaju se u prekrštenom obliku, jedna baca svetlost na drugu, objašnjavajući to, dajući mu novu dimenziju. Također, postoji mogućnost paralelnog zbivanja u kojoj glumci mimiraju dok se vest čita, pokazujući kontekst u kojem se prijavljeni događaj zaista dogodio, na primer, neko čuje vest i promatra radnju koja je vizuelno dopunjuje. Izrada predstave (tekst o praktičnim stvarima koje treba imati na umu kada je u pitanju pozorište onlajn) Nakon što su učesnici iz vlastite zajednice doneli priče o ugnjetavanju i podelili ih u velikoj grupi (putem teatra slika ili na neki drugi način), Džoker / facilitator grupu podeli u podgrupe. Broj podgrupa ovisi o ukupnom broju sudionika, ali općenito u podgrupi treba biti 3-5 sudionika. Joker kreira sobu za razbijanje za svaku podskupinu i distribuira sudionike u breakout rooms, gdje sudionici raspravljaju o pričama podijeljenim u plenumu i odlučuju koja će im priča najviše odjeknuti i koje žele razviti u scenu. Dalje, oni razgovaraju o odnosu između likova, biraju ključnu scenu(e) sukoba i / ili predstavljaju ugnjetavanje koje će pripremiti i izneti, raspravljaju o kontekstu / datim okolnostima u kojima se scena odvija i raspodeljuju uloge između sami. U slučaju da se prezentacija sastoji od nekoliko scena, kada se te scene uvežbavaju (i kasnije predstavljaju), samo glumci koji igraju uloge u tim scenama imaju uključene kamere i mikrofone; svi ostali isključuju kamere i mikrofone. Joker u centru pažnje stavlja glumce koji igraju u sceni.

## Dramaturgija Pozorišta potlačenih

Učesnici prave scene / performanse. Upute koje dobijaju su:

- U izvedbi mora biti predstavljen sukob, bez razrešenja
- Barem jedan njegov sled mora biti dijalog
- Ona se mora baviti pitanjima unutar teme izgradnje mira
- Može biti eksperimentalno, ne mora biti standardni oblik; to može biti predstava, sled audio drame; možete koristiti slike, monologe, zvukove, skulpture itd.

Koristeći grčke izraze „protagonist“ i „antagonist,“ Forum teatar pokušava prikazati osobu (protagonistu) koja pokušava da se izbori sa ugnjetavanjem i neuspehom zbog otpora jedne ili više prepreka (antagonista).

U pozorištu potlačenih jednom se dogodi priča, drama ili kratka glumačka skica koja predstavlja problem ili izazov s kojim se suočava, pokreće um publike.

Diskusija s publikom nakon dramatičnog zaključka pomaže prisutnima da prepoznaju obrazac odgovora na problem, zasnovan na nekim od mogućih rješenja koja bi publika odglumila ili predstavila. Prednosti za gledatelje uključuju proširenje njihovog znanja o životu; priprema za neočekivane ili nepoznate situacije; poticanje da se javno razgovara o pitanjima iz bitnih tema; jačanje porodičnog jedinstva i poticanje pojedinaca da postanu odgovorni za vlastiti izbor i počnu pozitivno delovati.

Ovo je s ciljem pružanja gledateljima prilike da sagledaju socijalna pitanja i pružiti im sredstva da pristupe životnim problemima i pronađu različite mogućnosti da intervenišu kroz specifične dramatične primjere.

Neki od faktora koji čine emisiju učinkovitom su: upotreba drame kako bi problem učinio emocionalno neposrednijim; mogućnost da različite socijalne i dobne skupine podele zajedničko iskustvo; proširivanje znanja o životu mladih i odraslih; izlaganje iskustvu savetovanja kao emocionalna i intelektualna razmena u poticajnoj atmosferi; legitimiranje pozitivnih postupaka i ponašanja u svesti mladih gledatelja; razvoj kolektivnog ili individualnog razmišljanja kako bi se na svoj način tragalo za mogućim pozitivnim pravcima životnih problema.

### Razvijanje lika

Osoba koja želi razviti lik trebala bi dati sve od sebe da otkrije sve što je moguće znati o liku kojeg želi razviti. Nije stvar samo u tačnosti činjenica o liku, već bi se oni trebali dublje pozabaviti kako bi razumeli motive, pozadinu / istoriju lika, njegovu prošlost i kako je to uticalo na razvoj lika koji želimo stvoriti ili razumeti.

Video tutorial: Developing a character



Video tutorial o Razvijanju karaktera dostupan na:  
<http://www.seeyn.org/elearning/mod/hvp/view.php?id=388> i  
[https://www.youtube.com/watch?v=YSTXjI5U4SM&feature=emb\\_title](https://www.youtube.com/watch?v=YSTXjI5U4SM&feature=emb_title)

Postavljanje niza pitanja liku ne samo da pomaže stvoriti realan lik koji je verodostojan, već često i nasumična pitanja rezultiraju novim informacijama o liku koje mogu pomoći autoru da pobedi njihova ograničenja.

Zamislite lika koji sedi pored vas i hrani vas podacima o sebi. Zatim popunite odgovore na pitanja onako kako su vam dana. Ovisno o vašem karakteru, možda ćete razmisliti o mnogim drugim pitanjima koja ćete postaviti, a koja će vam pružiti dodatno razumevanje lika i više materijala za vašu priču koji će obogatiti vaše opise i učiniti ih čitateljima osjetljivijima. Upitnik za znakove sjajan je način da naš mozak pokrene u novim smerovima, utjecati će na naš način razmišljanja i pomoći će u razumevanju različitosti.

Možete postavljati dodatna pitanja u vezi s fizičkom prisutnošću, ličnošću, ponašanjem, stavovima, prijateljima i porodicom, vezama, prošlošću i budućnošću, ljubavlju, sukobom, poslom, obrazovanjem, hobijima, dragim stvarima i aktivnostima, imanjen, duhovnošću, vrednostima, svakodnevnim životom.

Nekoliko općih pitanja o razvoju likova: Koje su likove sanjali / željeli kao dete? O čemu lik sanja o svojoj budućnosti? Koji je bio ključni trenutak u prošlosti / biografiji lika koji ih je učinio onim što su sada? Koja je uloga lika u priči? Kakva dinamika postoji između lika i ostalih likova oko njih? Kako unutrašnji život prolazi kroz telo?

## Igre i aktivnosti koje mogu pomoći razvoju lika: Poveži me

**Glavne teme:** Razvoj lika

**Veličina grupe:** bilo koja

**Trajanje:**

**Sredstva:** /

**Uputstvo:** Moderator daje listu reči učesnicima i objašnjava da imaju 3 minute da zapišu nešto o sebi ili što ima veze sa datim riječima.

Na primer, ako je reč "London" u listu aktivnosti, mogu da napišu: "Išao sam u London prošlog meseca." ili "London je mesto gde bih voleo da živim jednog dana."

Na kraju 3 minuta moderator traži od učenika da podele svoje informacije sa drugima (u malim sobama ili u plenarnom).

Moguće reči:

- Jagoda
- London
- Kampovanje
- Nebo
- Godinu dana

## Pretvaranje objekta u subjekt

**Glavne teme:** Razvoj lika

**Veličina grupe:** bilo koja

**Trajanje:** /

**Sredstva:** nema

**Uputstvo:** Svaka osoba u grupi misli na neki predmet. Ako se predmet nalazi u prostoriji,

u početku ne bi trebalo da se prikazuje kameri i drugim učesnicima. Ako predmet nije u prostoriji, to može biti imaginarni predmet koji svaki od njih može da izabere.

Učesnici redom postupaju kao da su predmet, prave sliku predmeta, oponašaju predmet, razgovaraju onako kako bi da su taj predmet. Oni se ponašaju tako kako izgleda, kakav je osećaj, kako je pozicioniran, uzimaju fizičku spremu predmeta, zamišljaju emocije, verovanja, snove, nade i želje. Nakon što svako ima svoj red da objasni svoj odabrani predmet, ako želi može da uspostavi veze sa drugim predmetom koji su predstavili učesnici. Kako se kombinuju? Zašto? Šta može da izađe iz toga? Možete li da napravite kratku priču sa kombinovanim predmetima? Kako su u korelaciji?

## SLJTS (Srećan-Ljut-Tužan-Srećan)

**Glavne teme:** Razvoj lika

**Veličina grupe:** bilo koja

**Trajanje:** 10 min

**Sredstva:** /

**Uputstvo:** Fokusirajte se na karakterizaciju tokom brzog menjanja emocija. Moderator objašnjava da će svi na kraju brojati do 20 zajedno i kako moderator računa treba da se kreću kroz različite emocije koje to pokazuju svojim glasom i telima. Počnite sa Srećnim brojevima od 1 - 5, a zatim uvedite Tužne brojeve i tako dalje:

1 – 5 - Srećan

6 – 10 - Ljut

10 – 15 - Tužan

15 – 20 - Srećan

**Varijacije:** Izmenite na različite brojeve ili različite emocije.

Računajte u krug pojedinačno.

Zamenite brojeve sve zajedno sa redovima iz monologa ili scenarija koji se uvežbavaju, jedna osoba ga čita, a ostali emotivno reaguju na liniju priče.

## Vrelo mesto

**Glavne teme:** Sposobnosti komunikacije

**Veličina grupe:** bilo koja

**Trajanje:** 20- 40 min

**Sredstva:** /

**Uputstvo:** Nek je grupa podeljena u 2 grupe. Dajte grupi brojne teme o kojima mogu da diskutuju i odredite vreme koliko dugo želite da pričaju o toj temi. Svaka grupa mora da pronađe načine da podrži svoje ideje/uverenja, činjenice, stereotipe, mitove zasnovane na temi i tačku gledišta koja im je data.

Postoje dva vruća mesta, svaki za jednu grupu. Dva učesnika, po jedan iz svake grupe zauzima mesto i počinje da priča o svom stavu/stavu o toj temi. Nakon nekoliko minuta učesnici iz svojih grupa mogu da podignu ruku i zatraže da zamene svog člana tima koji zauzima podijum i nastavlja diskusiju.

-Religija – religiozna osoba protiv ateiste;

-Jednaka prava – jednaka prava za sve vs. muškarce koji dominiraju svetom (seksistička vs. feministkinja);

-Odgajanje dece – Odgajanje dece strogom disciplinom protiv puštanja dece da budu slobodna, puštajući ih da prave greške tako što ih vode polako;

-Živeti na selu naspram života u gradu;

-Izgradnja više infrastrukturnih puteva, fabrika za zapošljavanje naspram ostavljanja više zelenih površina i spašavanja životne sredine;

- Saradnja protiv konkurencije.

## Proces Forum teatra (intervencije)

Forum teatar je oblik participativnog pozorišta. Tradicionalni poziv u Forum teatru je da se zameni potlačeni lik i suprotstavi se tlačitelju, da se eksperimentiše sa načinima za razbijanje tlačenja. Cilj je da se olakša dijalog i omogući učesnicima da pronađu rešenja za probleme sa kojima se suočavaju, deleći priče zasnovane na iskustvu ugnjetavanja.

Na neki način, transformativan je pošto je tlačitelj uvek u publici u nekoj manifestaciji. Oni su uvek deo žive zajednice, bilo da je to na mikro ili makro nivou, kao pojedinac ili internalizovana sila. Forum teatar pomaže da se okončaju ciklusi ugnjetavanja kroz korištenje pozorišta u kojem i ugnjetavani i tlačitelji sebe vide na sceni kao stvarne ljude i legitimne članove zajednice, angažovane u svojim složenim borbama.

Ovo je pozorište koje prerasta u proces zajednice i nudi prostor za glasove koji se najčešće ne čuju u normalnom pozorištu; razgovara se o pitanjima o kojima se vrlo retko diskutuje i mogućnost učešća čitave zajednice je terapijski proces i izuzetna vrednost. To je prilika za kreativan dijalog zasnovan na zajednici.

Pozorište stvaraju i izvode članovi zajednice koji žive sa pitanjima koja su pod istragom.

Učesnici kreiraju kratku predstavu, koja se izvodi jednom do kraja, kako bi publika mogla da vidi situaciju, kao i predstavljen problem. Priča se nadoveže na krizu i tu se zaustavlja, ne nudeći rešenje. U forumskom pozorištu predstava se ponovo izvodi, a članovi publike su slobodni da zamrznju akciju i intervenišu u svakom trenutku prepoznaju ugnjetavanje. Član publike može da tapše rukama ili da kaže "stani", čak i da izađe na binu i ponudi ili isproba neku ideju. Ostali glumci reaguju u ulozi. Ovo se zove intervencija. Produkcija mora biti osmišljena da podstakne publiku da prekrši pozorišni prostor. Intervencija se dešava kada članovi publike smatraju da je situacija toliko ubedljiva da osjećaju da nemaju drugog izbora nego da nešto urade.

Važno je napomenuti da su ugnjetavači i ugnjetavani povezani, u pozorišnom smislu i oni ponekad mogu biti istog karaktera. Oni su neodvojivi dio iste mreže i odražavaju iste obrasce ponašanja. Ako želimo da okončamo cikluse ugnjetavanja, osnaživanje ugnjetavanih je samo jedan korak duž brojnih koraka koji dovode do ozdravljenja veće mreže ili zajednice.

Intervencije su pozivi publici da izađe na scenu kako bi zamenili potlačenog lika, i ponudili ideju da se prekine ugnjetavanje. Predstave koje stvaramo moraju da sadrže što veću složenost stvarnog života. Na primjer, muškarci zamenjuju žene, žene zamenjuju muškarce, mladi zamenjuju starije, bogati zamenjuju siromašne i obrnuto, i tako dalje. Ovo je proces učenja žive zajednice u dubokom i istinskom dijalogu zasnovanom na empatiji i poverenju. U projektu Forum teatra, glumci i reditelj nikada nisu stavili olovku na papir da bi stvorili priču. Ono što likovi govore jedni drugima nastaju kroz interakciju između Džokera (pogledajte ulogu Džokera) i glumaca koji su članovi zajednice. Ono što dobijamo je pravi glas izvođača.

Što se tiče online prostora i opcija zumiranja za džoker intervencije koristite opcije reflektora. Džoker može da interveniše tako što će nekoga uočiti i ako je intervencija potrebna pitanja može se postavljati na primer:

- Šta si upravo vidio?

- Kako biste opisali situaciju?
- Da li je to realna dilema?
- Sa kojim likovima se poistovjećujete i čiju ulogu biste preuzeli?
- Koji lik se suočava sa problemom?

Nakon isprobaja rešenja ili zaustavljenog, džoker bi mogao da pita:

- Jesmo li riješili situaciju onako kako smo očekivali?

Kada učesnik preuzme ulogu, možemo da koristimo reflektore da odredimo preuzetu ulogu. Važno je izgraditi određeni konsenzus među učesnicima da je ono što vide ono što su se dogovorili. Džoker uvijek može da zaustavi scenu i uveri se da su učesnici u skladu s tim kako se situacija razvija. Džoker uvijek može da zamoli učesnike da časkaju u paru ili da ih podijele u „break out“ rooms (odvojene chat sobe) kako bi pripremili intervenciju. Važno je da uvek ponudite šansu i koristite platformu za formiranje mišljenja koje će biti izraženo i kojima će se dati glas.

## Uloga džokera

Video tutorial: The role of the Joker



Video uputstvo za ulogu džokera dostupno na

<http://www.seeyn.org/elearning/mod/hvp/view.php?id=391> i

[https://www.youtube.com/watch?v=XY7gLEbXNxY&feature=emb\\_title](https://www.youtube.com/watch?v=XY7gLEbXNxY&feature=emb_title)

Ključni sastojak Forum teatra je uloga moderatora, poznatog kao Džoker. Augusto Boal je upotrebio izraz Džoker da inspiriše i označi svoju poziciju. Praksa Teatra potlačenih prošla je kroz revolucionarni zaokret, kada je tokom nastupa gledalac spontano zakoračio na binu i intervenisao u akciji predstave. Boal je shvatio da razbija četvrti zid između glumca i publike koji se zahteva u politički svesnom pozorištu.

Džoker igra ključnu ulogu premoštavanja dva sveta predstave (izmišljenog sveta) i publike (stvarnog sveta) tako što se direktno obraća i gledaocima i likovima i olakšava njihove interakcije. Džoker je obično reditelj ili trener pozorišne kompanije ili grupni edukator. Džoker podseća na srednjovekovnog dvorsku ludu koji je imao dozvolu da ismejava vladajuću organizaciju i da se na razigrane i zabavne načine bavi nezgodnim istinama.

Džoker otelotvoruje kreativnu moć vešto manipulišući s više elemenata. Džoker drži dramatičan proces otvorenim, drži učesnike podalje od lakih ili pojednostavljenih rešenja (Boal o Džokeru govori kao o tkzv. "teškom" a ne kao o "moderatoru"). Njihova uloga je da stvaraju smetnje dajući glas ljudima koji se inače ne bi čuli ili omogućili pojedincima koji manifestuju oprečne glasove. Ove smetnje onda postavljaju dinamiku grupe koja dovodi do promena. Čini se da je glavna uloga džokera da donese kolektivno stvaralaštvo postavljanjem uveta u kojima će verovatno doći do pojave noviteta. Džoker je tu da razbije četvrti zid od samog početka. Razmena dva sveta predstave između glumaca i publike poznata je kao metaksija i Džoker je sve važniji otvarač vrata između njih. Zahvaljujući džokerovom doprinosu, takozvani metaksi se dešava i transformiše.

Stanje u kojem potpuno i simultano pripadate dva različita, autonomna svijeta: slika stvarnosti i realnost slike. Učesnici dijele i pripadaju ova dva autonomna svijeta; njihovu stvarnost i sliku njihove stvarnosti, koju su stvorili za sebe (Boal, 1995).

Uloga džokera je da stvori klimu povjerenja i uzajamne podrške kako bi pomogao zajednici da prođe kroz osećanja nesigurnosti, straha, zbunjenosti i samo-sumnje. Ovo je osnažujuće - korištenje jezika pozorišta kako bi se pomoglo zajednicama da postanu povezanije sa sobom i samim tim življe, kreativnije i sposobnije da donose promene. Pojam praksisa je akcija koja proistiže iz ovih refleksija. Džoker ima mnoge funkcije, sve su teatralne. Džoker bi trebalo da bude suosećajno ljudsko biće, ali ne bi trebalo da bude u ulozi savetnika ili terapeuta. Džoker je i pozorišni reditelj i osoba za podršku, ali ne bi trebalo da ima preveliku moć s obzirom da će napustiti zajednicu kada se proces završi. Džoker mora biti sposoban da oseti i posluži potrebama publike, da stvori siguran prostor za izražavanje kao i da upravlja rezultatima ideja iz publike i da usmeri komunikaciju sa publikom.

Treba napomenuti da proces nikada ne bi trebalo da postoji kao formula kako bi se izbeglo da to bude mehanički. Funkcionisanje unutar paradigme otežava prepoznavanje pitanja određene zajednice. Ako se poistovetimo sa zajednicom kao mašinom koja će uvek reagovati na isti način na istu vežbu, gubimo sposobnost da zaista slušamo, da zaista vidimo i napravimo promenu. Džoker pravi korak u pravcu koji je bitan za ovu zajednicu, baš u ovom trenutku, ovde i sada. Ključna su pitanja koja džoker može postaviti grupi ili publici - momenat specifičnih odgovora teče. Vežbati ulogu Džokera na internetu je slično kao kada se radi u fizičkoj postavci pošto je njihova uloga da posreduju u diskusiji između glumaca i "spect-actors" (posmatrača-glumac). 'Spect-actor'(posmatrač-glumac) je Boalin izraz, kao što ime nagoveštava, ličnost koja namerno i samosvesno nastanjuje oba sveta, kao posmatrač i glumac. Često se misli da glumac oseća empatiju prema dramatičnom karakteru. Postoje tri važne tvrdnje koje treba uzeti u obzir u tom procesu - da je pozorište uvek političko, da je učešće od vitalnog značaja, kao i da je empatija sredstvo koje se može koristiti represivno ili radikalno - sve je više puta potvrđeno u celom Pozorištu potlačenih.

Džoker ili moderator u online prostoru dobija ideje i sugestije donete na sceni ili online platformi. Pravila objašnjava Džoker (moderator) čija je funkcija da poziva intervencije, pomaže prelazak sa gledalaca na spect-actors (posmatrač-glumce) i ohrabruje publiku u celini da proceni akciju koja se odvija pred njima. Oni ohrabruju spect-actors (posmatrač-glumce) da se osvrnu na konflikt, to se može uraditi korištenjem opcije dopisivanja da se diskusija ne bi prekinula i da je vodi džoker. Spect-actors (posmatrač-glumci) razumeju i priznaju svoju ulogu u scenariju i kako se rešenja mogu pokazati korisnim u njihovom svakodnevnom životu. Džoker je veoma važan lik za razvoj forum teatra. On duboko razume ulogu koju igra i odgovornost koja dolazi sa njom.

Revolucionarne svrhe na kojima je Boal insistirao, zahtevaju intervencije u svakoj fazi i u svim aspektima kako bi se proizvela ova pozorišna produkcija.

Proces je razigrano borben: Spect-actors (posmatrači-glumci), uzimajući ulogu potlačenog protagoniste, bukvalno i metaforički, ulože se protiv glumaca koji igraju tlačitelje. Džoker treba da bude oprezan u ovoj situaciji, kako se ne bi pretvorila u još jedno ugnjetavanje dramskog karaktera. Grupa bi trebalo da radi zajedno, eksperimentišući sa svim mogućim manevrima kako bi se razbio obrazac tlačenja koji je predstava dramatižovala. Spontana i razigrana dešavanja dešavaju se unutar uspostavljene strukture koja bi trebalo da osigura da proces, koji nadgleda pažljivi džoker, ostane razumljiv i pristupačan svima.

Postoje neke smernice koje treba slediti.

- ne donosite nikakve odluke sami. (Džoker je tu da koordinira, ne da odlučuje šta će se dalje dešavati, ovo treba prepustiti glumcima jer je njihova uloga da učestvuju u tekućem diskursu gde su značenja i izbori otvoreni za pregovore)
- nema magičnih rešenja i džoker mora da pazi na to; ne postoji magija u stvarnosti; džoker će možda čak prekinuti intervenciju ako se čini nereálnom i zamoliti glumce da razgovaraju o tome da li je situacija moguća - ovo je sušta suprotnost tradicionalnoj formi pozorišta i gledalaca koji gledaju predstavu koja nameće "završenu viziju sveta" (Boal, 1979)
- džoker treba da bude svestan sopstvenog fizičkog izgleda, ponašanja i neverbalnog jezika, kako ne bi uticao na gledaoce pošto su oni ti koji se udublju u različite mogućnosti
- džoker mora da uradi ispitivanje i olakša debatu "džoker mora da olakša gledaocima da saberu svoje misli i unaprede svoje postupke" (Boal, 1979)

Kviz o ulozi džokera:

## **KVIZ** **O ulozi džokera**

Q1: Koja je uloga Džokera u pozorišu Foruma?

- da otvori diskusiju
- da ponudi rešenja
- da prati i moderira proces
- da se glumci i glumci osećaju sigurno da pokrenu osetljiva pitanja

O: Sve je korektno osim "ponuditi rešenja"

Q2: Ako, tokom intervencije na sceni, glumac postane preplavljen emocijama, Džoker odgovara na način da on/ona:

- Pokazuje empatiju
- Olakšava ljudima razmenu informacija
- Daje gledaocima do znanja da nisu sami u toj situaciji i osećaju, i daje širu sliku problema
- Ne reaguje, pošto Džoker nije terapeut

O: Sve korektno osim "Ne reaguje... "

Q3: Koje karakteristike i veštine su poželjne da Džoker ima:

- empatija
- veštine moderatora
- provokativnost



- diplomatija
- osetljivost
- glumačke veštine

O: Sve je korektno osim "glumačke veštine"

Q4: To je Džokerov cilj da:

- ohrabri glumce da razmišljaju o konfliktima
- pruži pomoć u razumevanju uloga u scenariju
- manipuliše i utiče
- pazite se "magičnih" rešenja, ili, rešenja koja nisu realna

O: Sve osim "Manipulisati i utecati".

Q5: Džoker uvek mora:

- uskočiti u bilo koju situaciju
- biti svestan sopstvenog fizičkog izgleda, ponašanja i neverbalnog jezika
- držati tok događaja
- imati direktan utecaj na pravcu priče
- raspitivati i unaprediti tuđe postupke
- zameniti glumca i preuzeti glumačku ulogu

O: Sve osim "Imati direktan utecaj u pravcu priče".

Q6: Moguća pitanja koja džoker treba da ima na umu:

- Šta si upravo vidio?
- S kojim likovima se poistovećujete?
- Koji lik se suočava sa problemom?
- Ko je tlačitelj?
- Da li je ovo realno rešenje?
- Da si urednik novina, koji naslov bi dao komadu?
- Da li su svi spremni da nastave dalje?
- Na čijoj si ti strani?

O: Pogrešni odgovori: "Ko je tlačitelj?" i "Na čijoj si ti strani?"

Q7: Džoker kroz njen/njegov pristup pokušava da:

- razvije kolektivno razmišljanje u potrazi za pozitivnim rešenjem u svakodnevnom životu;
- stiče iskustva u samoizražavanju;
- koristi moć grupe;
- pripremi publiku za neočekivane situacije u životu;
- eliminiše strah od nepoznatog i, kao rezultat toga, eliminiše svaki oblik agresije
- napravi analizu i ponaša se kao sveznalica

O: Pogrešan odgovor: Napravi analizu i ponaša se kao sveznalica.

Q8: Prilikom završetka foruma, džoker mora:

- podsetiti publiku da uloge koje se igraju rade glumci;
- zatvoriti forum, ne odvajajući glumca od lika do publike;
- predstaviti glumce odvojeno po imenu i dati im vremena da "skinu ulogu";
- pozvati publiku posle predstave da nastavi da se obraća glumcima u njihovim ulogama;
- zahvaliti publici na učešću i ohrabriti ih da se pobune protiv Tlačenja.

O: Sve navedeno osim: Zahvaliti publici na učešću i ohrabriti ih da se pobune protiv tlačenja i zatvoriti forum ne odvajajući glumca od lika do publike.

## Postavljanje dnevnog reda za online radionicu/obuku Pozorišta potlačenih Spisak stvari koje treba da imate na umu

Vođenje treninga ili radionice u online postavci, naročito kada je u pitanju pozorišni rad, donosi mnogo izazova. Postoje neke stvari koje bi trebalo da imate na umu prilikom organizovanja i sprovođenja online pozorišnih aktivnosti.

Prije treninga/ radionice:

- pobrinite se da imate dobru i stabilnu internet konekciju;
- uverite se da ste preuzeli Zoom aplikaciju na uređaju;
- uverite se da su mikrofoni, kamera i zvučnici funkcionalni i da rade;
- potrudite se da imate dovoljno prostora za kretanje, ustajanje itd.;
- pobrinite se da budete udobno obučeni tokom seansi.

Obavestite učesnike prije treninga/ radionice o istim stvarima, slanjem kratkog vodiča polaznicima/ izvođačima nekoliko dana prije događaja.

Tokom treninga/radionice:

- napravite siguran prostor za ljude koji učestvuju u procesu. Online podešavanja zahtevaju oprezniji pristup, tako da je zaista važno da se svi osećaju dovoljno slobodno i sigurno da podele svoje stavove i/ ili lične priče. To možete postići kreiranjem pravila grupe tokom prve sesije. Neka od tih pravila mogu biti:
  - budite na vrijeme najmanje 10 min. prije početka sesije, da se spojite - proveriti vezu, mikrofoni, zvučnike itd)
  - ugasi mikrofoni kada ne govorite;
  - podignite ruku (koristite opciju na Zoom-u);
  - definišite signal za zaustavljanje aktivnosti (bilo da je vizuelna ili audio);
  - "Šta god da se desi u Vegasu, ostaje u Vegasu";
  - komunicirajte sa poštovanjem sa drugima;
  - slušajte tuđa mišljenja;
  - zapamtite da radimo na istraživanju, a ne na rešavanju;
  - budite podrška učesnicima i radite kao "tim";
  - koristite "Ja" izjave kada diskutujete o pitanjima.
- Ako želite da snimate sesije, zatražite dozvolu učesnika/ izvođača:
- koristite funkcije i opcije aplikacije koje ste već isprobali. Možete da isprobate bilo koju opciju na mreži koju želite da koristite prije treninga, tako da budete sigurni da radi ispravno i da je pogodna za vašu aktivnost.

## Primer dnevnog reda obuka/ radionica Pozorišta potlačenih

U ovom delu možete naći primer procesa Pozorišta potlačenih, predložene aktivnosti koje možete koristiti u svom radu. U tabelama je prikazan celi process, upute o filozofiji metodike, odabir tema, razvoj performansa i intervencije shodne performansu.

Primer procesa (scenario) Pozorišta potlačenih .

VRIJEME	AKTIVNOST	OPIS AKTIVNOSTI	METODA	MATERIJALI	TRENER
<b>1.Sesija: Upoznavanje / Uvod u teatar potlačenih</b>					
10 min.	<b>Uvod</b>	Uvod za trening/radionicu.	Prezentacija	/	/
10 min.	<b>Pisanje imena telom</b>	Ova igra je objašnjena u delu: Igre i Vežbe.	Igra	/	/
30 min.	<b>Priča iza moga imena</b>	Ova igra je objašnjena u delu: Igre i vežbe.	Igra	Nasumične breakout sobe na ZOOM-u koje su napravljene pre aktivnosti.	/
20 min.	<b>Grupni ugovor / Osnovna pravila</b>	Ova aktivnost je objašnjena u segmentu: Postavljanje dnevnog reda za online radionicu/obuk u Pozorišta potlačenih.	Grupni rad	/	/
5 min.	<b>Zatvaranje / Refleksija</b>	Moderator poziva učesnike da podeli jednu riječ (u chatu) o tome kako se osjećaju nakon prve sesije. Ako neko želi da podeli s grupom, kratko može da kaže kako se oseća.	Refleksija	/	/

## 2. Sesija Uvođenje u teatar potlačenih i otvaranje pitanja tlačenja

5 – 7min.	<b>Osvojite prostor (lakat-koleno)</b>	Ova igra je objašnjena u delu: Igre i vežbe.	Energizer/ igra	Učesnici si trebaju osigurati prostor za vežbu.	/
20 min.	<b>Predstavljanje predmetom</b>	Ova aktivnost je objašnjena u delu: Igre i vežbe.	/	/	/
45 min 35min grupni rad + 10 min grupna diskusija	<b>Simbol tlačenja</b>	Ova aktivnost je objašnjena u delu: Pronalazak priča/tema/problema	Grupni rad I kratke prezentacije.	Nasumične breakout	/
10-15 min.	<b>Uvođenje u Pozorište potlačenih</b>	Možete naći više informacija u delu: Uvod u Pozorište potlačenih.	Kratka prezentacija.	/	/
5 min.	<b>Refleksija</b>	Učesnici daju svoje utiske o danu, tako što odgovaraju kako se osećaju na skali od 1 do 10.	Refleksija	/	/

## 3. Sesija: Uvod u Pozorište slika

5 min.	<b>Uzimam loptu</b>	Ova aktivnost je objašnjena u delu: Igre i vežbe.	Podizanje energije	/	/
10 min.	<b>Ogledala</b>	Ova aktivnost je objašnjena u delu: Igre i vežbe.	Vežba	Breakout sobe na Zoom-u	/

45 min.	<b>Slika Sveta / process pozorišta slika</b>	Ova aktivnost je objašnjena u delu: Pozorište slika, upotreba i praksa.	Vežba	Zakači video / vidljivo za sve	/
10 min.	<b>Diskusija</b>	Učesnici pričaju o društvenim problemima koji su spomenuti.	/	Breakout sobe	/
5 min.	<b>Refleksija - plenary room</b>	Refleksija na aktivnosti I teme o kojima se diskutovalo u breakout sobama.	Refleksija, diskusija	/	/

#### 4. Sesija: Zajednička slika

20 min.	<b>Brojanje u parovima: 1,2,3</b>	Ova aktivnost je objašnjena u delu: Igre i vežbe.	Energizer, igra za koncentraciju	Nasumične breakout sobe, podeljeni u parove.	/
40 min.	<b>Biranje teme</b>	U grupama učesnici biraju temu / pravi primer tlačenja.	Grupni rad	Podeljeni u breakout sobe kao u aktivnosti "Pozorište slika – grupni rad".	/
10 мин.	<b>Рефлексии</b>	Осврт на денот. Учесниците покажуваат како се чувствуваат преку звук и движење.	Рефлексии, игра		/

#### 5. Sesija: Tlačenje u mom društvu

5 - 7 min.	<b>Dodirni plavo</b>	Ova aktivnost je objašnjena u delu: Igre i vežbe.	Energizer	/	/
5 - 7 min.	<b>Šta radite?</b>	Ova aktivnost je objašnjena u delu: Igre i vežbe.	Igra	/	/

25 min.	<b>Skulpture i glina</b>	Ova aktivnost je objašnjena u delu: Teatar slika, upotreba i prksa.	Vežba / grupni rad	/	/
50 min.	<b>Zajednička slika / puzzle</b>	Ova aktivnost je objašnjena u delu: Teatar slika, upotreba i praksa.	Vežba	/	/
10 min.	<b>Prezentacije slika</b>	Grupe prezentuju svoje slike.	/	/	/
10 min.	<b>Refleksija</b>	Učesnici pričaju o aktivnosti.	Refleksija	/	/

## 6. Sesija

10 min.	<b>Šašavo lice</b>	Ova aktivnost je objašnjena u dijelu: Igre i vežbe.	Energizer/ igra	/	/
30 min.	<b>Pisanje pesme</b>	Ova aktivnost je objašnjena u delu: Dinamizacija slike	Proces dinamizacije	/	/
30 - 40 min.	<b>Razvijanje lika</b>	Ova aktivnost je objašnjena u delu: Razvijanje karaktera	Proces dinamizacije	/	/
15 min.	<b>Sedam ljubavnih dodira</b>	Ova aktivnost je objašnjena u delu: Igre i vežbe.	Igra	/	/
5 min.	<b>Refleksija</b>	Učesnici pričaju o aktivnostima.	Refleksija	/	/

## 7. Sesija: Dinamizacija i razvoj scene

5 min.	<b>Energizer</b>	Izabrati jedan energizer iz dela: Igre i vežbe.	Energizer	/	/
40 min.	<b>Dinamizacija pokret i zvuk</b>	Ova aktivnost je objašnjena u delu: Dinamizacija slike	Dinamizacija slike	/	/
40 min.	<b>Razvoj performansa</b>	Više informacija o tome kako razviti performans i dramaturgiju teatra potlačenih u delu: Dramaturgija teatra potlačenih	Grupni rad	/	/
5 min.	<b>Refleksija</b>	Učesnici pričaju o aktivnostima.	Refleksija	/	/

## 8. Sesija: Uloga džokera i intervencije

5 min.	<b>Energizer</b>	Izabrati jedan energizer iz dijela: Igre i Vežbe.	Energizer	/	/
70 min.	<b>Prezentacije nastupa i intervencije</b>	Više informacija o tome kako moderirati intervencije u forum teatru online se može naći na delu: Proces forum teatra (intervencije).	Intervencije u forum teatru	/	/

15 min.	<b>Refleksija</b>	Diskusija o spomenutim društvenim problemima i mogućim solucijama.	Refleksija	/	/
<b>9. Sesija: Zatvaranje</b>					
20 min.	<b>Refleksija na celi trening/ radionicu</b>	Učesnici pričaju o cijelom treningu/ radionici.	Refleksija	/	/
25 min.	<b>Evaluacija</b>	Evaluacija teninga/ radionice	Evaluacija	/	/

## Zaključci/ Preporuke

Kako je objašnjeno u uvodnom delu, ovaj priručnik je osmišljen za sve (mirovne) edukatore u formalnom i neformalnom obrazovanju, kao što su: nastavnici i školski prosvetni radnici, radnici u zajednici, pozorišni profesionalci, omladinski radnici i omladinski edukatori u nevladinom sektoru itd., koji bi želeli da koriste umetničku tehniku u svojim obrazovnim delatnostima. Osmišljen je imajući u vidu da se iskustva učenja Pozorišta potlačenih mogu ponuditi u širokom spektru različitih postavki, lokacija, prilika i različitih grupa učenika.

Sam priručnik, uključujući većinu svojih igara, vežbi i drugih aktivnosti već je sproveden i testiran sa grupom ljudi iz različitih delova balkanskog regiona, raznovrsne kulturne i profesionalne pozadine, tokom 5 dana intenzivnog treninga. O svemu što je predloženo/ preporučeno u uputstvu unapred se mislilo kako bi bilo najpogodnije za online upotrebu. Sam priručnik je samoobjašnjiv i lako se koristi za one ljude i institucije koje žele da naprave promenu u svojoj zajednici.

Implementacija Pozorišta potlačenih na internetu ima svoje izazove i važno je imati na umu listu stvari koje će pripremiti vas i vaš tim da najbolje sprovedete Teatar potlačenih na internetu. Praktičnije smjernice vezane za to mogu se naći u segmentu "Postavljanje dnevnog reda za online radionicu/obuku Pozorišta potlačenih", pod: spisak stvari koje treba imati na umu. Istovremeno, uprkos mogućim izazovima koji bi mogli da se pojave, možemo zaključiti, na osnovu iskustva, da uz dobru pripremu za trening i pružanjem motivisane grupe polaznika, svi mogući izazovi mogu da se prestignu i prevaziđu.

Imajte na umu da se metodologija Pozorišta potlačenih menja, i sam Boal je pozvao praktičare da modifikuju njegove metode potrebama grupa i da se prilagode lokalnom kontekstu kako bi se na najbolji način postigao cilj i osnažile zajednice. Ne zaboravite da igrate, istražujete, jer je to suština ove metode dok ste otvoreni za nove modalitete. Imajte na umu da je neuspeh također dio procesa. Pozorište potlačenih nas uči da nastavimo da pokušavamo i zamišljamo. Boal: "Zabranjeno je hodati po travi. Nije zabranjeno leteti iznad trave."

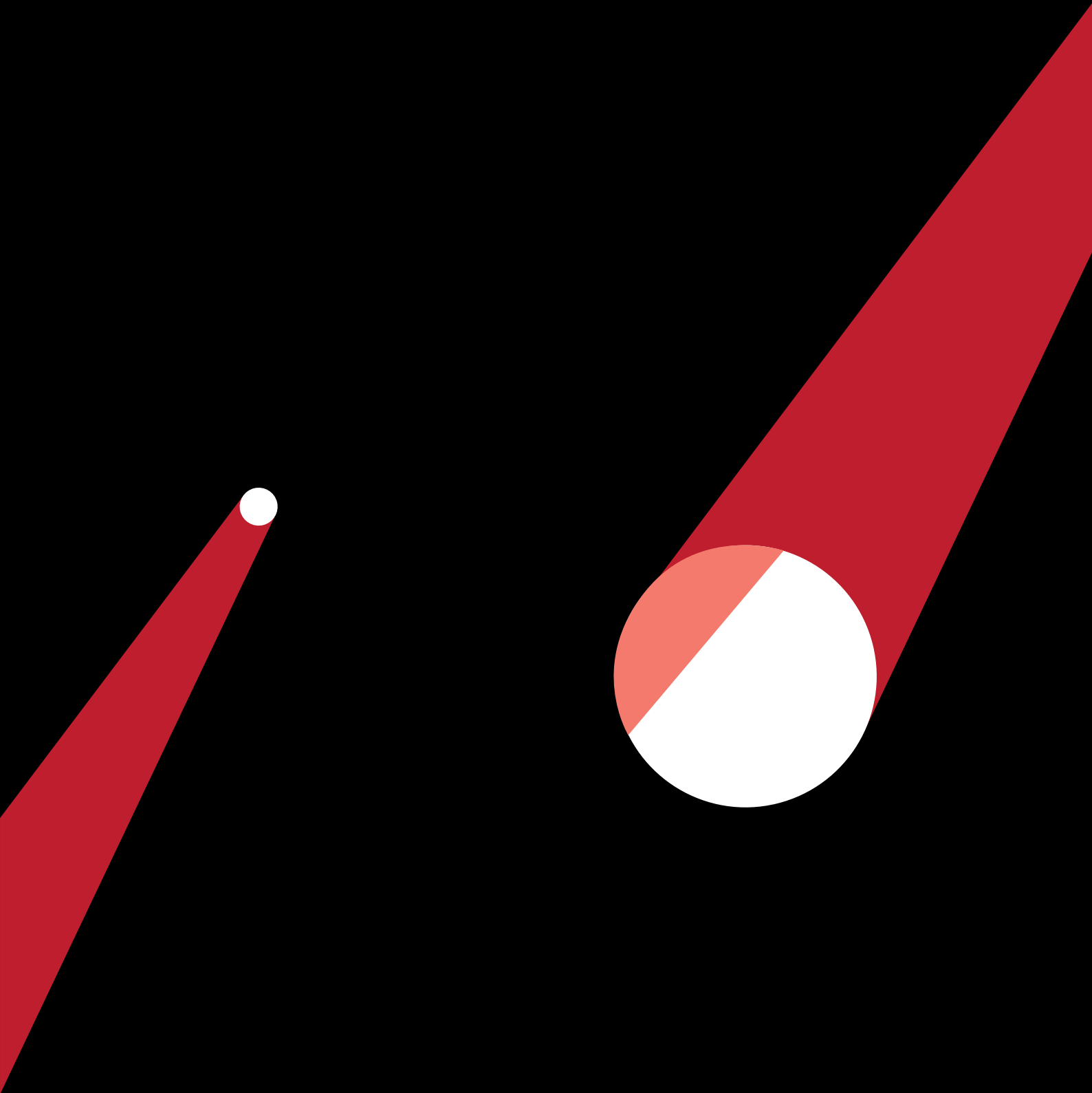


## Reference i dodatni izvori

1. The ZiPopo show, Association for Creative Moral Education
2. Freire, Paulo (2017): The Pedagogy of the Oppressed, Penguin Books, Brazil
3. Boal, Augusto (1979): Theatre of the Oppressed, Pluto press, London.
4. Boal, Augusto (1992): Games for Actors and Non-actors, Routledge, London.
5. <https://www.orlandorep.com/kids-need-theatre/>
6. <https://www.deseret.com/2014/3/17/20537566/a-teaching-role-how-theatre-enhances-academic-ability-performance-in-youths#young-actors-participate-in-a-performance-of-university-of-utah-youth-theatres-crow-and-weaseland>
7. <https://www.aate.com/benefits-of-theatre-ed>  
<https://envs.ucsc.edu/internships/internship-readings/freire-pedagogy-of-the-oppressed.pdf>
8. ssed.pdf
9. Boal, Augusto (1979) : Theatre of the Oppressed, Pluto Press, London,.
10. Boal, Augusto (1992): Games for Actors and Non- Actors, Routledge, London.
11. Boal, Augusto (1995): The Rainbow of Desire, Routledge, London.
12. Boal, Augusto (1998): The Legislative theatre; Using Performance to Make Politics, Routledge, London.  
[https://fontys.nl/Professionals-en-werkgevers/Opleidingen-en-cursussen/Master-Kunsteducatie-deeltijd1.htm?fbclid=IwAR1zKPnbD7Ot8W8xhqEvXHQGZ7\\_\\_jIEIzi9yMNRAfq60-k2OWuMPfA3ECJ8](https://fontys.nl/Professionals-en-werkgevers/Opleidingen-en-cursussen/Master-Kunsteducatie-deeltijd1.htm?fbclid=IwAR1zKPnbD7Ot8W8xhqEvXHQGZ7__jIEIzi9yMNRAfq60-k2OWuMPfA3ECJ8)
13. Boal, Augusto (1992):“Games for actors and non-actors”, (Chapter 3: page 49), Routledge, London.
14. Johari Window created by psychologists Joseph Luft (1916–2014) and Harrington
15. Ingham (1916–1995) in 1955
16. Freire, Paulo (2017): , The Pedagogy of the Oppressed, Penguin Books, Brazil  
Boal, Augusto, Theatre of the Oppressed Workshops, March 1996 and 1997 Conferences at the University of Nebraska/Omaha







2020