

Voices through Water

Orodje za ustvarjalne in aktivistične metodologije



Sofinancira
Evropska unija

Številka projekta: 2023-1-AT01-KA220-YOU-000161835

Financirano s strani Evropske unije. Izražena stališča in mnenja so izključno stališča in mnenja avtoric(e) in ne odražajo nujno stališč in mnenj Evropske unije ali OeAD-GmbH. Ne Evropska unija ne OeAD-GmbH ne odgovarjata za predstavljena mnenja in stališča.



Voices through water © je zaščitena znamka
pri [Attribution-ShareAlike 4.0 International](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)



Igra s palicami

Artistic



Udeleženke se pomerijo med sabo v igri, ki temelji na spretnosti, pri čemer privzemajo različne vloge.



Ciljna skupina

Mlade, stare 12 let ali več.

2 – 30 oseb



Okolje

Odprt prostor ali soba, dovolj velika za vse udeleženke.



Potreben čas

30–60 minut



Materiali

Po ena zglajena palica (dolga vsaj 1,2 m) za vsako udeleženko.

Cilj/namen

- Prek utelešene igre vlog vaditi, kako se same razlikujemo od likov, ki jih igramo.
- Razvijanje gibčnosti, prezenca in pozornosti.
- Raziskava fizičnih pragov in prehodov (po navidihi tehnik Michaela Čehova).

Navodila po korakih

1. korak: Priprava

(3 minute)

S palicami zarišite krog na tleh, tako da se konci vseh palic stikajo.

Udeleženske naj se postavijo zunaj kroga, korak stran, obrnjene navznoter.

2. korak: Razložite igro s palicami

(1 minuta)

Pravila demonstrirajte v živo z udeleženko prostovoljko.

Osnovna pravila:

Po dve igralki si stojita naproti v razdalji ene palice.

Skupaj držita palico navpično na sredini med sabo, pri čemer je en konec na tleh.

Ena od igralk nagne in potisne palico proti drugi, ta jo ujame, preden pade, in jo poda nazaj.

Spodnji konec palice naj bo ves čas na tleh.

Povečajte hitrost podajanja ali nenadoma spremenite smer, da bo igra bolj zahtevna.

Če palica pade, druga igralka prejme eno točko.

Ta razlaga naj traja manj kot minuto. Ko se igralki vživijo v vloge, lahko še enkrat demonstrirate, kako naj poteka.

3. korak: Prestopanje praga - vstopanje v vlogo

(2-5 minut)

Pojasnite, da krog iz palic predstavlja prag, ki označuje prehod iz vaše vsakdanje osebnosti v lik.

Prva vloga: Otrok.

Obred prehoda:

Stopite naprej in roko nad palico potisnite v notranjost kroga. Predstavljajte si, da je to zdaj roka otroka.

Potegnite roko nazaj, tako da spet postane vaša običajna roka. Nato naredite enako z nogo, nato še z glavo – z vsako posebej.

Ko ste pripravljene, stopite v krog in prvič vdihnite 'kot otrok'.

Vzemite palico in poiščite partnerko.

4. korak: Igra (v vlogi)

(3-8 minut)

Udeleženske spet igrajo igro s palicami, le da pri tem ostajajo v liku.

Predstavite različne možnosti (npr. da se palice lahko dotakneš samo z glavo, stopalom ali hrbtom). Pri tem enkrat ali dvakrat premešajte pare.

5. korak: Povratek

(3-5 minut)

Udeleženske se poslovijo od partnerk, poiščejo svoj prostor in položijo palico prečno na tla.

Ko ste pripravljene, stopite nazaj čez prag in se vrnite v svojo običajno osebnost.

Ponovno zarišite krog s palicami.

6. korak: Novi krogi

(približno 8 minut vsak)

Ponovite postopek z drugimi liki: npr. aktivist, športnik, politik, učitelj ...

Vsaka vloga naj se začne z enakim obredom prehoda.

7. korak: Pogovor v skupini

(10 minut)

Zastavite lahko naslednja vprašanja:

'Kako se je v vsaki vlogi spremenjal vaš odnos do igre?'

'Kako so se spremenjali odnosi s partnerkami?'

'Kaj vam je pomenil prag?'

Pustite dovolj časa za refleksijo čustev.



Nasveti za izvajalke

Igra je zelo odprta - vloge lahko prilagodite glede na namen usposabljanja.

Pri koraku igranja boste morda morali povišati raven spodbujanja udeleženk, da naj ostanejo v liku. Nekatere bo morda treba nenehno opomniti, da ostanejo v liku. Izogibajte se obsojanju in raje uporabljajte nevtralne izraze, kot so: 'Povežimo se s svojim notranjim otrokom' ali 'Ostanimo v vlogi otroka'.

Igra zahteva nekaj gibčnosti in aktivnosti - najbolje se obnese po ogrevanju.

Pravila lahko razložite tudi potem, ko so udeleženke že v liku. A če je prva vloga otrok, jim bo morda težko hkrati osredotočiti se še na navodila.



Komentar

Ko smo aktivnost izvajali, smo spoznali, da so mnoge mlade udeleženke prvič zavestno dojele razliko med lastno osebnostjo in likom, ki ga igrajo. To razlikovanje je bistvenega pomena tako za kakovost predstave kot za psihološko počutje udeleženk.



Alternativa

Če je v skupini neparno število udeleženk, lahko tudi same sodelujete pri igri ali pa naročite, naj namesto enega para naredijo trojko.

Za gibalno ovirane osebe - sama igra je drugotnega pomena. Lahko jo nadomestite s poljubno aktivnostjo, ki je v okviru zmožnosti skupine. Tudi sam prag lahko npr. visi nad udeleženko (da ne ovira gibanja) ali pa je iz blaga.



Vir

Pri vaji gre za mešanico klasičnega fizičnega gledališča in cirkuških vaj s palico ter vaje 'prečkanje praga' Michaela Čehova. To različico je razvil Adam Banach za potrebe projekta Moje volitve – moja EU!