

ТЕАТР СПОНТАННОСТИ, ИЛИ ТЕАТР ЗРИТЕЛЬСКИХ ИСТОРИЙ

О.НИКИТИН*

Автор статьи раскрывает содержание одного из наиболее увлекательных жанров психодрамы, где психотерапия соединяется с театральным искусством. Клиенту дается возможность увидеть собственную проблему со стороны и поэкспериментировать в безопасных условиях, моделируя варианты ее разрешения и проникаясь чувством ответственности за ее исход. Дается подробное описание различных форм разминок на стадии «разогрева».

Театр спонтанности («*Playback*») представляет собой форму работы с клиентом, которая включает в себя вычленение, детализацию и психодраматическую постановку проблемы, побуждающей его к поиску профессиональной психологической помощи, или исходящей от него интенции. Под интенцией имеется в виду некий идущий от клиента сигнал, например, незаконченное предложение, слово, жест, звук, предлог и пр. Каждое из этих проявлений может быть развернуто и представлено в виде истории, которая будет наделена определенной структурой, содержать в себе определенную информацию и обладать зарядом энергии. Постановка истории осуществляется с помощью группы лиц, называемых актерами и имеющими специальное психологическое образование. Возможно также спонтанное формирование актерской группы из участников, которые проходят обучение под руководством специалиста, освоившего технологию работы в Театре Спонтанности, или из числа зрителей, пришедших для того, чтобы получить представление о работе «Плэйбэка» и решить свои психологические проблемы посредством их психодраматической постановки.

Постоянная группа «Плэйбэка» состоит из директора, актеров (4-12 человек) и музыканта. Директор выполняет функции руководителя группы, а также ведущего и связующего звена между клиентом или группой (залом) и актерами. Он помогает клиенту не только рассказать, но и структурировать его историю, а также донести эту структуру до актеров и помочь им соответствующим образом структурировать действие. Актеры в соответствии с указаниями директора проигрывают рассказанную клиентом историю (буквально возвращают ее *назад*, что и отражено в названии *Playback*),

* *Никитин Олег Денисович* – старший научный сотрудник НИИ художественного образования РАО.

преломляя ее через собственное видение, жизненный опыт и отношения. Теория в этом случае выступает подобием формы или трафарета, который с помощью актеров заполняется красками и жизнью. Роль музыканта заключается в музыкальном сопровождении разыгрываемой истории. Музыка и действия актеров образуют единую ткань спонтанного психодраматического действия.

Работа Театра Спонтанности состоит из ряда этапов. На первом из них происходит «разогрев» состава «Плэйбэка» и ведущего с помощью

О.НИКИТИН

специально подобранных упражнений, которые призваны обеспечить более тесный контакт между членами группы и протагонистом (клиентом).

В случае если работа проводится с большим количеством участников, например, с залом, следующим шагом должен стать «разогрев» («разминка») зала. Разминка производится директором с помощью участников «Плэйбэка». В процессе разогрева зала происходит выбор протагониста. После того, как протагонист выбран, начинается второй этап работы. Его можно обозначить как *Действие*.

Действие в свою очередь также состоит из ряда этапов:

1. Рассказ истории протагонистом.
2. Структурирование истории с помощью директора (обозначение ее начала, середины и конца).
3. Выбор персонажей (протагонист назначает на роли – актеров, членов группы «Плэйбэка»).
4. Дополнительная характеристика персонажей истории протагонистом.
5. Пересказ истории протагониста директором.
6. Психодраматическая постановка, спонтанно отыгрываемая членами группы.
7. Внесение, по желанию протагониста, изменений и повторное проигрывание истории с учетом внесенных изменений.
8. Обмен мнениями («шеринг») между протагонистом и участниками группы.

«Шеринг» представляет собой контакт протагониста, директора и участников группы, в процессе которого актеры делятся чувствами, возникшими у них в процессе проигрывания истории, рассказанной протагонистом. Участники группы, директор и протагонист могут обмениваться жизненным опытом, рассказывая о подобных ситуациях, имевших место в их личной жизни, а также о способах, с помощью которых они смогли справиться с ними. При обсуждении следует избегать навязывания собственного мнения протагонисту, так как принимать решение в любом случае должен он сам.

Позитивное влияние «Плэйбэка» заключается в открывающейся перед клиентом возможности увидеть свою проблему со стороны и проиграть

различные варианты требуемых от него действий. К числу позитивных моментов следует также отнести: психологическую безопасность, которую встречает протагонист в процессе работы, позитивное подкрепление и постоянную поддержку со стороны группы, возможность получения «обратной связи». Наконец, только в такого рода театре становятся возможными экспериментирование в безопасной ситуации, моделирование различных вариантов разрешения истории, актуализация чувства ответственности за свою жизнь.

ТЕАТР СПОНТАННОСТИ, ИЛИ ТЕАТР ЗРИТЕЛЬСКИХ ИСТОРИЙ

Разминки «Плэйбэк»

Представленные ниже формы разминок использовались на стадии «разогрева» в работе группы «Плэйбэк» А.Ф.Шадуры.

1. «Отзеркаливание». Участники становятся друг напротив друга. Один начинает медленное движение рукой по свободной траектории, второй синхронно его «отзеркаливает». Затем ведущий в паре присоединяет к исходному – движение второй рукой, туловищем и ногами. Одно из условий успешного «отзеркаливания» – медленный темп движения.

2. Невербальное взаимодействие. Участники в парах невербально взаимодействуют друг с другом, поочередно выражая в жестах свои чувства относительно друг друга.

3. Взаимодействие с «отзеркаливанием». Двое в паре невербально взаимодействуют, а двое других «отзеркаливают» их взаимодействие.

4. «Озвучивание». Двое невербально пошагово взаимодействуют; двое других озвучивают это взаимодействие. Каждый из участников второй пары заранее выбирает партнера в первой, которого он будет озвучивать.

5. «Дирижер». Один из участников выходит вперед и поворачивается лицом к группе, выстроившейся в шахматном порядке. Затем он начинает медленно «дирижировать». Члены группы ведут себя так, как будто из рук «дирижера» исходят невидимые нити, и подчиняются его движениям. Желательно, чтобы движения «дирижера» были плавные и спокойные. Затем он возвращается в группу, а на его место по очереди заступают другие участники.

6. Групповое «отзеркаливание». Один из участников спонтанно движется перед группой, группа вторит его движениям.

7. Построение предметов быта. Участники разбиваются на подгруппы и в каждой из них задумывают какой-либо бытовой предмет (кофемолка, телефон, пылесос и т.д.), а затем «строят» его динамическое изображение. Остальные пытаются угадать, что это за предмет.

8. Смена стульев. Группа сидит, образуя круг; два стула выдвигаются чуть вперед. Двое участников садятся на них, и каждый загадывает себе роль, не

сообщая о ней никому. Например, участник слева представляет, что он ловит рыбу, а сидящий справа – что он едет в автобусе. Затем они начинают общаться друг с другом, оставаясь в своих ролях и отстаивая каждый свои позиции. Через минуту разговора участник, сидящий слева, возвращается в группу, сидящий справа пересаживается на левый стул, а правый – занимает новый участник из общего круга. Прежний участник задумывает новую роль, а новичок загадывает свою, и игра продолжается. Смена игроков происходит по круговому принципу.

9. Символические построения. Один из участников выходит на сцену с

О.НИКИТИН

каким-либо предметом реквизита, размещает его на сцене, а затем уходит. Следующий выносит свой предмет и «достраивает» сцену, возможно, меняя ее; затем выходит третий и т.д. Каждый дает название построенной им сцене, а приходящий вслед за ним и вносящий в творение своего предшественника новую деталь может также изменить его название. Если участников мало, достраивание сцены может быть продолжено по второму и по третьему разу силами одних и тех же людей. В финале все участники делятся чувствами, возникавшими у них в процессе выполнения данного упражнения.

10. Сценарий. Каждый из участников зачитывает четверостишие (или пословицу) и затем ставит его с помощью группы в виде скульптуры или мини-действия.

11. Один участник читает четверостишие, остальные, прослушав, спонтанно проигрывают его на сцене.

12. Участники по очереди, сменяя друг друга, зачитывают стихотворение или отрывок из художественного произведения и затем спонтанно разворачивают эту тему на сцене в виде импровизации.

13. Метафора. Участники некоторое время хаотически передвигаются по помещению, повинаясь внутренним импульсам. Затем останавливаются на тех местах, которые они выбрали, изображают телесно свое внутреннее состояние и характеризуют его в форме вербальной метафоры. Возможно простое описание своих ощущений или воспоминаний, застигших их «здесь и сейчас».

14. Ассоциации. Двое садятся напротив друг друга и закрывают глаза. Один произносит несколько ассоциаций, пришедших ему в голову; второй участник реагирует своими ассоциациями, возникшими в ответ на ассоциации первого и т.д.

15. Диалог предметов. Участники берут в руки по одному предмету, объединяются в пары и некоторое время говорят от имени своих предметов; на основе этого первого «знакомства» возникает диалог от имени предметов.

16. Имя. Один из участников называет свое имя. Остальные по очереди повторяют его, сопровождая движениями, которые спонтанно возникают при произнесении данного имени. Возможно групповое отыгрывание имен.

17. *Рассказ по кругу*. Кто-то из участников начинает рассказывать историю или сказку, затем ее подхватывает следующий и далее по кругу, пока история не будет завершена.

18. *Движения души*. Один из участников выходит на сцену и произносит фразу, отражающую его актуальное состояние, а затем изображает его невербальными средствами; следующий участник дополняет эту сцену своим состоянием, также выраженным в вербальной форме, в виде фразы или метафоры, и невербальной, и т.д.

ТЕАТР СПОНТАННОСТИ, ИЛИ ТЕАТР ЗРИТЕЛЬСКИХ ИСТОРИЙ

Разогрев аудитории

Данные формы разогрева использовались в работе группы «Плэйбэк» с аудиторией.

1. Присутствующие в аудитории по очереди произносят свое имя, сопровождая его каким-либо словом или фразой, которые характеризуют его актуальное состояние. Участники группы отыгрывают имя и фразу на сцене. Отыгрывание представляет собой короткое динамическое взаимодействие, бессловесное или с помощью слов, которое завершается групповой скульптурой. Обычно время отыгрывания не превышает 30-60 секунд. Еще одна форма отыгрывания заключается в том, что участники повторяют имя и фразу, вкладывая в них различные эмоциональные оттенки и сопровождая спонтанными движениями, передающими данную эмоцию.

2. Участники из зала называют любую тему или эмоцию. Участники группы в парах, по очереди представляют эту тему, взаимодействуя друг с другом.

3. Участник из зала произносит неоконченную фразу. Участники группы завершают эту фразу в форме мини-действия (30-60 секунд).

4. Присутствующие в зале по очереди произносят фразу, отражающую их актуальное состояние. После того, как все зрители произнесли по фразе, участники «Плэйбэка» отыгрывают сумму всех фраз в одном действии.