

Λίστα ελέγχου για εκπαιδευτές/τριες: Προετοιμασία ενός συμπεριληπτικού θεατρικού εργαστηρίου για άτομα με προβλήματα όρασης

1. Προετοιμάστε τον χώρο

☐ Βεβαιωθείτε ότι ο χώρος είναι ασφαλής και ότι είναι εύκολο για τους συμμετέχοντες να κινηθούν σε αυτόν.

☐ Απομακρύνετε τα εμπόδια.

☐ Διατηρήστε τα έπιπλα και τα αντικείμενα στις ίδιες, σταθερές θέσεις.

☐ Περιγράψτε τον χώρο πριν από την έναρξη:

- Πού βρίσκονται τα όρια του χώρου;
- Πού βρίσκονται οι συμμετέχοντες;
- Πού μπορούν να βρουν τα υλικά;

☐ Δώστε στους συμμετέχοντες τη δυνατότητα να εξερευνήσουν τον χώρο μέσα από την κίνηση και την αφή.

Συμβουλή: Ένα οικείο περιβάλλον βοηθά τους συμμετέχοντες να νιώσουν μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση και ελευθερία να εκφραστούν.

2. Δημιουργήστε ένα ασφαλές και υποστηρικτικό κλίμα

☐ Γνωρίστε τους συμμετέχοντες μεταξύ τους και ενθαρρύνετε τη σύνδεση μέσα στην ομάδα.

☐ Θέστε σαφείς κανόνες που βασίζονται στον σεβασμό και την εμπιστοσύνη.

☐ Ενθαρρύνετε τον καθένα να συμμετέχει με τον δικό του τρόπο.

☐ Δημιουργήστε ένα περιβάλλον όπου τα λάθη αποτελούν μέρος της μαθησιακής διαδικασίας.

Να θυμάστε: Το θέατρο δεν έχει να κάνει με την τελειότητα· έχει να κάνει με την εξερεύνηση, την επικοινωνία και την έκφραση ιδεών.

3. Χρησιμοποιήστε σαφείς προφορικές οδηγίες

Όταν εξηγείτε τις δραστηριότητες:

- ☐ Περιγράψτε τις ενέργειες βήμα προς βήμα.
- ☐ Εξηγήστε ποιοι συμμετέχουν και πού βρίσκονται μέσα στον χώρο.
- ☐ Δώστε σαφείς πληροφορίες σχετικά με:
 - την κίνηση
 - τον χώρο
 - τα συναισθήματα
 - τις σχέσεις μεταξύ των χαρακτήρων

Αντί για:

✗ «Σταθείτε εκεί και κοιτάξτε τον συμπαίκτη σας.»

Πείτε:

✓ «Κάντε τρία βήματα μπροστά, μέχρι να βρεθείτε απέναντι από τους συμπαίκτες σας. Στρέψτε το σώμα σας προς την κατεύθυνση της φωνής τους.»

4. Ενθαρρύνετε την εξερεύνηση της φωνής και του ήχου

☐ Συμπεριλάβετε δραστηριότητες για:

- αναπνοή
- προβολή της φωνής
- ρυθμό και τόνο
- αφήγηση ιστοριών

☐ Ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να εξερευνήσουν:

- διαφορετικά συναισθήματα μέσα από τη φωνή
- ήχους που αποδίδουν οι χαρακτήρες
- τον διάλογο και τον αυτοσχεδιασμό

☐ Δώστε στους συμμετέχοντες τη δυνατότητα να χρησιμοποιήσουν τη φωνή τους ως εργαλείο φαντασίας και έκφρασης.

5. Ενισχύστε τη σωματική έκφραση

- ☐ Ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να εξερευνήσουν την κίνηση και τη στάση του σώματος.
- ☐ Περιγράψτε τις σωματικές κινήσεις, αντί να βασίζεστε σε οπτικές επιδείξεις.

Αντί για:

✗ «Κινηθείτε σαν ηλικιωμένοι.»

Πείτε:

✓ «Φανταστείτε το σώμα σας να κινείται πιο αργά, τα βήματά σας να γίνονται μικρότερα και οι κινήσεις σας πιο απαλές.»

☐ Εξερευνήστε:

- τις χειρονομίες
 - τις εκφράσεις του προσώπου μέσα από λεκτικές περιγραφές
 - τη θέση του σώματος
 - τις ποιότητες της κίνησης (αργή, γρήγορη, δυναμική, απαλή)
-

6. Ενισχύστε τη φαντασία και τη δημιουργία ιστοριών

- ☐ Χρησιμοποιήστε δραστηριότητες αφήγησης που ενεργοποιούν διαφορετικές αισθήσεις.
- ☐ Ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να δημιουργήσουν τους δικούς τους χαρακτήρες και τις δικές τους ιστορίες.
- ☐ Αξιοποιήστε αντικείμενα, ήχους, υφές και μουσική ως πηγές δημιουργικής έμπνευσης.

Ερωτήσεις που ενθαρρύνουν τη δημιουργικότητα:

- «Τι αισθάνεται αυτός ο χαρακτήρας;»
 - «Πώς θα περιγράφατε τους ήχους αυτού του μέρους;»
 - «Τι συμβαίνει στη συνέχεια της ιστορίας;»
 - «Πώς θα κινούνταν ή θα μιλούσε ο χαρακτήρας σας;»
-

7. Προσαρμόστε τις θεατρικές δραστηριότητες

- ☐ Δώστε τη δυνατότητα στους συμμετέχοντες να συμμετέχουν με διαφορετικούς τρόπους:
 - υποκριτική

- αφήγηση
- δημιουργία ήχων
- δημιουργία και ανάπτυξη χαρακτήρων
- υποστήριξη της ιστορίας από τα παρασκήνια

- ☐ Αποφύγετε δραστηριότητες που βασίζονται αποκλειστικά στην οπτική μίμηση.
- ☐ Δώστε στους συμμετέχοντες τον χρόνο που χρειάζονται για να κατανοήσουν τους ρόλους και τις σκηνές.
- ☐ Παρέχετε επιπλέον λεκτικές πληροφορίες, όταν χρειάζεται.

Συμβουλή: Κάθε συμμετέχων μπορεί να συμβάλει στη θεατρική διαδικασία, ανεξάρτητα από το επίπεδο όρασης ή την κινητική του ικανότητα.

8. Ενθαρρύνετε τη συνεργασία και την εμπιστοσύνη

- ☐ Συμπεριλάβετε δραστηριότητες σε ζευγάρια και ομάδες.
- ☐ Ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να ακούν και να απαντούν ο ένας στον άλλο.
- ☐ Σχεδιάστε δραστηριότητες που βασίζονται:
 - στην εμπιστοσύνη
 - στην επικοινωνία
 - στη συνεργασία
 - στην κοινή δημιουργικότητα
- ☐ Ζητάτε πάντα συγκατάθεση πριν από οποιαδήποτε σωματική καθοδήγηση ή επαφή.

9. Δημιουργήστε ένα συμπεριληπτικό περιβάλλον για την παράσταση

Αν ετοιμάζετε μια παράσταση:

- ☐ Περιγράψτε με σαφήνεια τη σκηνή ή τον χώρο της παράστασης.
- ☐ Εξηγήστε τις εισόδους, τις εξόδους και τις θέσεις των συμμετεχόντων.
- ☐ Δώστε στους συμμετέχοντες τον χρόνο να εξοικειωθούν με τον χώρο πριν από την παράσταση.
- ☐ Εστιάστε στην έκφραση και την αφήγηση, και όχι στην όραση.

10. Αναστοχασμός μετά το εργαστήριο

Ρωτήστε τους συμμετέχοντες:

- ☐ Πώς εκφραστήκατε κατά τη διάρκεια των δραστηριοτήτων;
 - ☐ Ποια δραστηριότητα σας βοήθησε να νιώσετε μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση;
 - ☐ Τι ανακαλύψατε για τη φωνή ή το σώμα σας;
 - ☐ Πώς επηρέασε την εμπειρία σας η συνεργασία με άλλους;
 - ☐ Τι θα θέλατε να εξερευνήσετε περισσότερο;
-

Βασικό μήνυμα για εκπαιδευτές/τριες

Το συμπεριληπτικό θέατρο δεν έχει ως στόχο να αναπαραγάγει τις παραδοσιακές μεθόδους θεατρικής έκφρασης.

Στόχος του είναι να δημιουργήσει έναν χώρο όπου τα άτομα με προβλήματα όρασης μπορούν να αξιοποιήσουν τη φωνή, το σώμα, τη φαντασία και τη δημιουργικότητά τους για να αφηγηθούν ιστορίες και να συνδεθούν με τους άλλους.