



Театър като приобщаваща практика
Тренировъчна програма

“Ние ще променим света!”

Посветено на Динос Аристиду



Съдържание:

1. Въведение в проект Театър като приобщаваща практика и обучителна програмастр.3
2. Вербатим театър.....стр.4
3. Театър на сетивата (Лабиринт)стр.11
4. Дивайзд театър стр.17
5. Театър за приобщаваща култура- фокус върху миграция стр.23
6. Организиране на театрални дейности онлайнстр. 50



1. Въведение в проект Театър като приобщаваща практика и обучителна програма

Проектът Theatre as Inclusive Practice (T.I.P) е разработен и реализиран по програма Еразъм+ KA227 – Партньорства за творчество. Проектът стартира 2021-03-01 и се ръководи от UCAN Productions, с ФОНДАЦИЯ ЗА РАЗВИТИЕ НА КУЛТУРНАТА ВРОСБ България; DRUSTVO HUMANITAS-CENTER ZA GLOBALNO UCENJE IN SODELOVANJE Словения; и Mess Up The Mess Theatre Company LTD като партньори.

Ние от Theatre as Inclusive Practice вярваме, че силата на креативността, театъра и единството биха предизвикали промени в нагласите и обществата по-бързо от политиката. Проектът TIP има за цел да предостави на младите хора инструменти и компетенции, необходими за създаване и прилагане на иновативни решения за включване в лицето на безпрецедентни рискове и обществени предизвикателства като тези, пред които сме изправени днес. Той също така има за цел да се справи с изключващите пристрастия, основани на раса, пол, етническа принадлежност, религия, сексуална ориентация и бедност (наред с други), които продължават да съществуват и създават бариери както пред индивидите, така и пред общностите.

Проектът в своята цялост е и за повишаване на уменията и развитие на компетентности в областта на приложния театър. Тъй като театърът и изкуството могат да се използват за ангажиране на общности, изправени пред изключване, партньорството, с подкрепата на театрални експерти, разработи цялостна програма за обучение. Тази програма включва четири основни вида театрални методи, а именно: Verbatim, Labyrinth, Devising theatre и Theatre for inclusive culture. Всички методи са тествани с младите ръководители на семинари и участници в проекта, с фантастични резултати.

С настоящото каним ръководители на семинари, театрални експерти, доставчици на неформално образование и други, да използват изпитаната методология на приложните театрални техники за социално включване в своите практики. Представянето на всеки метод включва основна информация, рискове, които може да адресира, допълнителни материали, както и подробно описание на сесии и дейности. Програмата може да се използва както цялостно, така и отделни методи и дейности. Съществува и свобода при комбинирането на различните подходи в зависимост от целевите групи и рисковете от изключване. За да подобри процеса, партньорството разработи и пакет за включване и достъпност, който може да бъде полезен при подготовката и изпълнението на семинари и дейности.



2. Вербатим театър

ПРАКТИЧЕСКО ОБУЧЕНИЕ НА ЛИДЕРИ	
<u>Въведение в други приобщаващи театрални практики</u>	
План на сесията ще бъде предоставен от всеки от партньорите	
Име на приобщаващата театрална практика	Вербатим театър техника „Чуйте ни“
Име на автора и организацията	Динос Аристиду UCAN Productions
Въведение в приобщаващата практика	<p>Вербатим театърът е вид театър, който се създава от или се базира на истински истории. Той включва събирането, изслушването, изследването, драматизирането и представянето на сцена на реални човешки истории. Вербатим театърът често се фокусира върху преживявания, които не са чути в публичното пространство или върху историите на маргинализирани хора. Той овластява както индивида, така и общността чрез силата на това да бъдеш чул, както и да говориш открито. Той е празненство на споделените истории. Техниката „Чуйте ни“ разработена от Динос Аристиду е метод за събиране, подреждане и представяне пред публика на реални истории. В този вид вербатим представящият носи слушалки по време на представлението и изговаря думите на записания точно както ги чува. Представленията се превръщат в устни портрети, като улавят не само личността в настоящия момент, но и преживяването, което ги е довело до този момент във времето. Събирането на историите е също ключов момент. Вместо да ползват интервюто като формат, „събирачите на истории“ изпращат предварително определени фрази на хората, които разказват своите истории. Това им дава възможност да се подготвят за момента на разказване и да решат какво биха искали да споделят. Това прави процеса по-безопасен и позволява на разказвачите да запазят контрол над разказаното. Да разберем преживяванията си като ги поставим в рамката на разказ е само по себе си подкрепящ и силен процес и е ключов елемент от подхода „Чуйте ни“ на вербатим театъра. Той дава възможност на тези, които споделят историите си да придадат форма на своите преживявания и да ги разберат, както и да направят така, че историите да бъдат чути.</p>



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

	<p>За човека на сцена, представянето на история докато я слуша създава дълбока връзка с разказвача. Това е особено важно при представянето на реална история. Представящият не се преструва на определен герой, а се фокусира повече върху слушането и представянето на това, което чува, с всички паузи, колебания и повторения. В една форма на театър насочена към това да бъдеш чут и да чуеш другите е много важно различните гласове да запазят своята индивидуалност и това което казват да бъде представено така както го казват. Представящият на сцената се превръща в тяло през което се разказват историите, така че това, което ние получаваме е една странна смесица от представящ, чието тяло виждаме и разказвач, чийто думи слушаме. Това е много предизвикателна театрална форма, която ни грабва и истински ни подканя, нас публиката, да слушаме внимателно и с уважение думите на другите.</p>
<p>Цели на обучението/ умения, които се развиват чрез тази театрална практика:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Развиване на умения за слушане • Свързване с историите на другите • Развиване на емпатия • Изследване на преживяванията на другите • Празнуване на различията и сходствата ни • Развиване на аудио текстове • Да станем по-силни през споделянето на историите ни • Осъзнаване на преживяванията ни чрез споделяне на нашите истории • Използване на театъра като инструмент за общуване и промяна
<p>Кои причини за изключване може потенциално да преодолее/да премахне тази практика</p>	<p>Х увреждане – в този случай работата обхваща 6 участника и се фокусира върху гласа, не е необходим сценарии</p>
<p>Подробен план на сесиите</p>	<p>Сесия 1: <u>Въведение в споделянето на историите ни и техниката „Чуйте ни“</u></p> <p>Основни разбирания за сесията:</p> <p>Свързваме се с другите когато слушаме историите им.</p> <p>Обучителни цели за тази сесия:</p> <p>Свързване с участници от други страни</p>



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

	<p>Въведение в театралната форма вербатим и техниката „Чуйте ни“</p> <p>Споделяне на истории</p> <p>Изследване на силата да споделяме историите си и това да изслушваме историите на другите</p> <p>Дейности:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Загрявка и създаване на ансамбъл чрез изслушване и телесен отговор на слушането.2. Въведение във вербатим и техниката „Чуйте ни“3. Поканете участниците да си спомнят важно за тях празненство от детството им. Може да е рожден ден, сватба, фестивал или случка, която е била повод за празненство. Участниците разказват спомените си по двойки. Целта им е да успеят да пренесат партньора си в момента на случката.4. Напишете фрази или начала на истории, за да им помогнете да започнат.5. Всеки самостоятелно записва или обмисля основните моменти от преживяването си и как може да структурира историята си.6. Въведете следните елементи, които могат да бъдат използвани за структуриране на споделянето: <i>Факти</i> – кой, какво, къде, кога, с кого, възраст, и т.н. <i>Информация</i> – опишете къде се намирате и какво се случва <i>Пренесете ни</i> – опишете преживяното така че да ни пренесете в онзи момент и да го преживеем <i>Значимост</i> – защо това преживяване е останало във вас7. Участниците споделят преживяванията си по двойки (А и Б). Този който слуша може да си води записки за важните моменти и факти докато другият говори, за да запомни детайлите.8. Всички работят заедно или по малки групи. Всички А преразказват спомена на партньорите си от първо лице единствено число сякаш е техен собствен спомен. Всички Б преразказват спомена на партньорите си от трето лице като използват името на партньора си, повече като история.9. Фасилитаторът провежда дискусия и рефлексия с цялата група. <p>ТЕМИ ЗА РЕФЛЕКСИЯ:</p>
--	---



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Обсъдете какво беше преживяването да разкажете историята си.

Обсъдете какво беше преживяването да слушате другите истории.

Какво е усещането да превърнете реално събитие в история?

Сесия 2: Изследване на темата

Основни разбирания за сесията:

Динамиката и езикът на приобщаването и изключването

Обучителни цели за тази сесия:

Споделяне на истории за приобщаване и изключване

Разглеждане на езикът на тялото на приобщаването и изключването

Разглеждане на думите/изреченията/езика на приобщаването и изключването

Въвеждане на понятието „многопластовост“

Дейности:

1. Участниците застават в кръг с фасилитатора в центъра с топка в ръце. Той подхвърля топката на всеки един с думите: „Когато съм изключен се чувствам...“, а участника трябва да повтори изречението и да го довърши (например „когато съм изключен се чувствам сякаш никой не го е грижа“). След като приключи реда си, участника връща топката на фасилитатора, който я подава на следващия участник със същото изречение и така 2-3 кръга.
2. След това се повтаря същата игра, но с изречението „Когато съм включен това означава“ (напр. „Когато съм включен това означава да се чувствам част от нещо“). Отново се завъртат 2-3 кръга.
3. Всеки участник се връща в паметта си към история от живота си по темата за приобщаването. Споделете историите в кръга.
4. По двойки, А и Б. На всички А се дава тема, по която да подготвят 2-минутен разказа на преживяване когато са се почувствали изключени. Всички Б подготвят 2-минутен разказ за преживяване когато са се почувствали включени. Участниците могат да ползват горната схема:

Факти – кой, какво, къде, кога, с кого, възраст, и т.н.

Информация – опишете къде се намирате и какво се случва



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

	<p><i>Пренесете ни</i> – опишете преживяното така че да ни пренесете в онзи момент и да го преживеем</p> <p><i>Значимост</i> – защо това преживяване е останало във вас</p> <ol style="list-style-type: none">5. Участниците споделят преживяванията си, а партньорът им записва историята им така както я разказват. Записващите не трябва да прекъсват, а разказващите не трябва да говорят твърде бързо.6. Дискусия с цялата група за приобщаването и изключването.7. В малки групи участниците създават динамични движещи се образи, които показват преживяването на изключване, което се трансформира в образ на приобщаване и след това отново на изключване.8. Обсъдете физическия израз на изключването и включването. Какъв е жестовият речник и езикът на тялото на двете преживявания.9. Помислете кои биха могли да бъдат катализаторни/провокиращи думи или изречения, които превръщат включването в изключване и изключването във включване. Участниците ги прибавят към динамичните образи, които са създали.10. Групите представят динамичните си образи заедно с думите/изреченията.11. Фасилитаторът взема само думите/изреченията и ги преразпределя по групите. На тяхна база, така както са получени, участниците създават нови сцени вдъхновени от тях.12. Групите представят сцените вдъхновени от думите/изреченията.13. Фасилитаторът обяснява как във верbatim използваме „многопластовостта“ добавяйки думи към движението и движение към думите.14. В края на сесията на всеки участник се дава аудио записа на нечия история, за да я подготви за представяне. Получават я като аудио файл на подходящо устройство (телефон/пад/лаптоп/диктофон). Във времето до следващата сесия всеки участник изслушва аудио записа, който е получил на слушалки и репетира да изговаря колкото се може по-точно това, което чува. Трябва да се опитат да говорят с темпото на разказвача. НЕ имитирайте акцент или диалект. ТРЯБВА да го представите като „дар“ за записания и е нужно да включите всички паузи, колебания, мълчание, смях и т.н.
--	---



15. Обсъдете важноста на „уважението“ и „автентичността“ – и как всеки човек от групата работи със историята на някой друг и грижата и отговорността, с които това е свързано. Мислете за представянето си като за подарък към човека, който е споделил историята.

ВЪПРОСИ ЗА РЕФЛЕКСИЯ:

Какво довежда до изключване?

Как се случва приобщаването?

Какви са отговорностите и предизвикателствата да разказваш нечия история?

Сесия 3: Театър със слушалки и драматизиране на истории от реалния живот

Основни разбирания за сесията:

The performer can act as a channel through which other people’s stories are told

Обучителни цели за тази сесия:

- Развиване на умения за слушане
- Използване на аудио текст вместо писмен сценарии като отправна точка за представление
- Използване на елементи от представянето и продуцирането на творба за да се оживи нечия история
- Развиване на емпатия

Дейности:

1. Започнете с упражнение за релаксация и след това преминете към следното упражнение за слушане и фокус.
2. Представете си че сте в центъра на три кръга и всеки следващ кръг е толкова по-голям, колкото повече се отдалечава от вас. Първият кръг е около стаята в която се намирате. Вторият е вътре в стаята, а третият е точно около вас. Започнете като регистрирате шумовете в първия кръг, а след това ограничете слуха си докато чувате само звуци от третия кръг (сърцето и дъха си)
3. След това всеки участник (в голямата група или в малки групи) представя своето гласово изпълнение на аудио записа на нечия история *точно* както я чува. Публиката седят с гръб към представящия и само слушат историята.
4. Обсъдете какво е чувството да представяш нечия история и какво е да слушаш някой друг да представя своята история.
5. Всеки участник започва да работи върху представянето си и да го оформя в цялостно представление. Т.е. може да бъдат включени



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

	<p>предмети, костюми, движение, музика/звуци, светлини и др. Представящият може да се движи или да избере да е неподвижен и може да бъде представено реалистично или абстрактно.</p> <p>6. Всеки от представящите трябва да помисли за:</p> <ul style="list-style-type: none">• Израз на лицето• Жестове• Стойка на тялото• Движения с цялото тяло <p>7. Всеки индивидуално подготвя творбата си.</p> <p>8. Когато всички са готови, обяснете, че всички представления ще следват един и същ модел, за да се покаже, че творбата е комбинация от история от реалния живот (представена от устройството, от което се пуска историята) и представление (представено от човека на сцена).</p> <p>а) Устройството и слушалките се поставят на стол или маса на сцената</p> <p>б) Представящият влиза по неутрален начин. Взема устройството и слага слушалките.</p> <p>в) Когато е вече със слушалки представящият заема физическите характеристики на своя герой и заема позиция да започне.</p> <p>г) Представлението започва когато натисне бутон „play“ и звукът се чуе в слушалките.</p> <p>9. Представяне. Дискусия.</p> <p>Възможни последващи дейности:</p> <p>*Изберете един от записите на участници А (за приобщаване) и един от участници Б (за изключване). Записът се пуска, а участниците създават серия от движения по това, което чуват.</p> <p>*Участниците създават кратки сцени/диалози за допълнение към монолог. Може да са моменти на действие споменати в разказаната история. Историята се представя от участник като започва с монолог с поставени слушалки, след което записът се спира за новосъздадената сцена и пак се пуска за да продължи историята.</p> <p>ВЪПРОСИ ЗА РЕФЛЕКСИЯ:</p> <ul style="list-style-type: none">• <i>Обсъдете какво е да представиш нечия история.</i>• <i>Каква е разликата между представянето на една история само като записа и като физическа сцена?</i>• <i>Какво е чувството друг да представи историята ти?</i>
--	--



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

3. Театър на сетивата Лабиринт

ПРАКТИЧЕСКО ОБУЧЕНИЕ НА ЛИДЕРИ <u>Въведение в други приобщаващи театрални практики</u> План на сесията ще бъде предоставен от всеки от партньорите	
Име на приобщаващата театрална практика	Театър на сетивата Лабиринт
Име на автора и организацията	Милена Станоевич: театрален режисьор, актриса, обучител ФРКБПГО
Цели на обучението/ умения, които се развиват чрез тази театрална практика:	<p>Каква промяна в нашата младеж искаме да постигнем чрез този метод?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Методът развива умения за работа в екип • Развива по-висока чувствителност и емпатия към другите и към себе си; • Развива силно чувство на свързване и подкрепа • Разкрива творческия потенциал, въображението и чувствителността • Методът се основава на езика на сетивата, като по този начин позволява връзката между групи, общности и екипи от разнообразни култури и с различни езици • Спомога за срещата и опознаването на различни социални групи
Общо описание с някои детайли	<p>Театърът на сетивния лабиринт ни поканва да слушаме вътрешния си глас, развива способността ни да си представяме, създава чувство на собственост и по този начин има огромен потенциал за подкрепа и за създаване на истински безопасно пространство, „резониращо пространство“, където приликите на това, което ни прави хора са по-присъстващи от колкото всички социални конструкции, които ни разделят в ежедневието ни.</p> <p>Театър на сетивния лабиринт е интерактивно сетивно преживяване, в което зрителите се потапят и участват. Театър без актьор и зрител. В Лабиринта няма сцена, актьори, публика или пък сценарии в обичайния смисъл на думата. Построен и създаден от артисти – жители на Лабиринта и посещавани от зрителите – пътуващи мечтатели и главни герои в Лабиринта. Посетителите не са пасивни наблюдатели на това, което актьорите са подготвили като представление, а участват активно. Те преминават през специално подготвена пространствено-театрална инсталация един по един (понякога и в малки групи) на предварително уговорени интервали, където преживяват</p>



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

	<p>уникални лични срещи с артистите и/или ярки сетивни преживявания – звукови, допирни, обонятелни, зрителни, вкусови.</p> <p><i>Предистория как тази практика е преминавала или е била практикувана преди от предлагачия я експерт: Къде е била пробвана с групи? За колко време? Какви значими резултати са били постигнати? Какво се е объркало или не е протекло добре и какви промени е наложило? Тези промени интегрирани ли са в това описание?</i></p> <p><i>На тази база, колко сесии/срещи/уъркшоупи са предвидени с цел постигане на обучителните цели и/или постигане на развиването на желаните умения? Каква би била идеалната продължителност на една сесия?</i></p> <p><i>Други общи изисквания свързани с тази практика.</i></p> <p><i>Видео/снимки от сесиите където методът е бил изпробван.</i></p>
Кои причини за изключване може потенциално да преодолее/да премахне тази практика	<ul style="list-style-type: none">• етнически произход• нисък доход• националност• неравностойно положение• друго
Подробно описание на метода	<p>Сесия 1: <u>Онлайн въведение в театъра на сетивата за двойки</u></p> <p>Обучителни цели за тази сесия:</p> <p>Въведение в основните инструменти на сетивния театър; тишината, думите и изкуството на извикването на представи – създаване на кратки потапящи поетични преживявания в малки групи или по двойки.</p> <p>Дейности:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Основни инструменти на сетивния театър:<ul style="list-style-type: none">- Тишината на думите- Поезията на играта- Изкуството на слушането- Изкуството на извикване на представи- Как се извайва тъмнината <p>Бележки към фасилитатора на проекта: Това е само устно въведение, използвайте общото описание на метода и след това разкажете за основните инструменти. Те са именувани и изброени отделно, но не трябва да ги възприемаме като абсолютно отделни елементи или отделни лекции.</p>



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

В различните дейности, упражнения и игри те са представени заедно или в различни комбинации, с различен акцент или в различни слоеве.

2. Какво ни свързва – тишината и думите

Участниците се разделят по двойки. Нека си изберат лично пространство и да седнат един срещу друг на столове. Всички двойки участват едновременно. Избират кой пръв ще си затвори учите и този участник ще е слушател. Този, който остава пръв със отворени очи ще говори под формата на монолог, без въпроси и отговори. Говорещият представя себе си, кой е днес, кой е в този момент. За този който слуша: слушайте не само думите, но и тишината между тях, опитайте се да се потопите по-дълбоко в тишината на този, който споделя историята си, какво ви казва тя. За човека, който говори: осъзнайте тишината в началото и тишината в края. След известно време партньорите се разменят и играта продължава. Дайте им време за споделяне в двойката. Какво чух, какво чух в тишината, как се чувствах като слушател и като говорещ?

Бележки за фасилитатора: ако участниците се познават много добре, може вие да им изберете тема за монолога, тема, която ще ги подтикне да говорят, която ще им помогне да се представят на другия – кои с днес, кои са в този момент. Можете да им се доверите и да им дадете те да изберат темата си, стига да е лична.

3. Поетично преживяване – Изкуството на извикване на представи

Участниците се разделят по двойки. Нека си изберат лично пространство и да седнат един срещу друг на столове. Всички двойки играят едновременно. Избират кой пръв ще показва предмет и кой ще е втори. Първо просто седим в тишина и попиваме присъствието си известно време. След това човекът с предмета избира по какъв начин, че го покаже на другия – или като просто му го покаже, без думи, или като нежно насочва другия тактилно да изследва предмета – отново без думи. Помислете си за началото, как се появява предметът и също как изчезва. Не бързайте, дайте си време, бъдете любопитни. Човекът, на когото е представен предмета трябва да напише кратка история или стихотворение вдъхновен от това, което е почувствал към предмета. Писането е в тишина и след това ролите се сменят. Когато и двамата имат история или стихотворение, прочетете ги по между си и споделете за специалния си предмет – какво го прави специален за вас, защо. Писмените истории могат да се подарят на другия човек, който е притежател на предмета вдъхновил историята.

Бележки към фасилитатора: поканете участниците преди сесията да помислят за специалните предмети в живота си. Тези лични вещи, които ги свързват с даден човек, място, събитие или са им важни поради специална причина. Поканете ги да изберат един от тях, специален предмет, и да го



донесат на сесията. Избирането на предмета е подготовка за бъдещата работа.

Ако задачата е трудна за тях, може да подхождат към избора на предмет с предварителен въпрос, защото един важен въпрос може да разкрие пред нас света на синхроничностите и изненадващите съвпадения на значенията. Така че на първо място са любопитството и играта.

Бележка към младите фасилитатори (представители на целевите групи):

Нужни материали: участниците е нужно да донесат лична вещ/предмет, която има значение за тях; хартия и моливи.

Въпроси за дебрифинг след сесията:

Сесия 2:

Обучителни цели за тази сесия:

Изкуството на слушането – изследване на поезията на докосването и поезията на пространството

Дейности:

1. Намерете човека, който е бил до вас

Групата застава в кръг със затворени очи и хванати за ръце. Всеки изследва чрез докосване ръцете, които държи. Опитва се да запомни ръцете. Групата остава в кръг, с пуснати ръце. Фасилитаторът размества хората в пространството, но ги оставя сравнително близо един до друг. В тишина, със затворени очи, само чрез докосване, всеки започва да търси човека, който е бил от дясно и който е бил от ляво. Когато и двете ръце се намерят, и двамата са сигурни, че се търсят един друг, продължават да се движат заедно, хванати за ръце. В идеалния вариант завършваме със същия кръг и същата позиция в кръга. Участниците отварят очи.

2. Различни гледни точки

Групата се движи бавно и свободно из пространството, всеки сам за себе си, но с насочено внимание към групата. Слушаш себе си и едновременно внимаваш и за другите. Без думи и знаци, по личен импулс, групата прави кръг, линия или точка от всички тела в пространството. Групата създава зададените елементи и последователността им като практикува слушане.

3. Докосваме за да слушаме, да чуем

Разделете участниците на две групи с равен брой участници. Едната група е със затворени очи. Членовете на тази група са седнали на столове. Те дишат



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

спокойно и се опитват да чуют всеки за себе си и в себе си въпросите, които се зараждат и чиито отговори те търсят. Нека останат с този въпрос. Нека го формулират така че отговорът да не може да е директно да или не. Другата група е с отворени очи, стоят прави и внимателно гледат и „слушат“ какво се случва на всеки човек от другата група. Не избират партньор, а просто резонираат с човека и неговият въпрос. Когато почувстват това резониране, се приближават към този участник и го отвеждат на „пътешествие“ през пространството със затворени очи. Опитайте се да не водите, да не манипулирате, постарайте се да слушате през цялото време. След известно време групите се разменят и играта продължава.

Бележки към фасилитатора: въпросите остават само в ума на тези, които ги задават, не се произнасят. Отговорът, може би, ще дойде по време на „пътешествието“. Пътуват в тишина (без думи).

Бележка към младите фасилитатори (представители на целевите групи):

Нужни материали: празно пространство (зала или сцена), столове и по възможност превръзки за очи

Въпроси за дебрифинг след сесията:

Сесия 3

Обучителни цели за тази сесия:

Изкуството на слушането – изследване на поезията на звука и поезията на предмета

Дейности:

1. Намерете човека, който е бил до вас

Групата застава в кръг със затворени очи. Всеки започва да издава любимия си звук (ономатопеични звуци), след което се редуват един след друг. Всеки се опитва да запомни звуците най-близо до него от ляво и от дясно. В тишина фасилитаторът размества участниците в пространството, но ги оставя близо един до друг. Със затворени очи и единствено по слух, участниците започват да „търсят“ хората, които са били от двете им страни. Когато се намерят и когато се уверят, че се търсят едни други, тримата продължават да се движат заедно и да издават звуците си. В идеалния случай завършваме със същия кръг и същите позиции в кръга като в началото. Участниците отварят очи.

2. Правим звуци за да се слушаме

Участниците се разделят по двойки. Избират кой пръв ще си затвори очите и този човек следва другия по звука, който издава. Звукът е същият, който всеки



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

	<p>от участниците е избрал в предишната игра. Започва пътешествието през пространството със затворени очи, следвайки звука на партньора. Ако не чуват звука трябва да спрат. Всички двойки се движат едновременно. Тези, които издават звука се стараят да слушат партньора си през цялото време, двамата създават пътешествието заедно. Отворете сетивата си за другите, чуйте звуците на другите и се опитайте да създадете общ звуков пейзаж без да изоставяте партньора си. След известно време партньорите се сменят и играта започва от начало.</p> <p>3. Поезия на предмета</p> <p>Участниците трябва да донесат лична вещ/притежание, което е важно за тях. Би било интересно да продължат да работят с предмета от сесия 1, но не е задължително, може да донесат друга вещ. Фасилитаторът разполага вещите в пространството и кани участниците да се разходят из тази уникална изложба, която им дава невероятната възможност да вземат предмет, който ги „повика“. Когато всеки от групата държи нов предмет, задачата им е самостоятелно да подготвят сетивно преживяване вдъхновени от предмета, който са избрали. Траекторията на преживяването/пътуването може да бъде формата, миризмата, цвета или материала на предмета, начина, по който докосваме другия и т.н. Когато създават това преживяване участниците трябва да включат поне 3 сетива, за предпочитане всички 5. Когато всеки е готов, споделя това, което е създал със собственика на предмета, който го е вдъхновил. Споделянето се случва едновременно с няколко двойки. Всеки един споделя преживяване и преминава през такова създадено за него с неговия предмет.</p> <p>Бележки за фасилитатора: въведете участниците в играта стъпка по стъпка. Дайте им време да се потопят във всеки един стадий. Изненадайте ги, провокирайте любопитството им и им дайте достатъчно време, с ваша помощ, да изненадат себе си.</p> <p>Групата не се разделя на две, всички са заедно и заедно разполагат предметите си в пространството, след което всеки за себе си взема нов предмет (не може да вземе своя), но всички го правят едновременно.</p> <p>Бележка към младите фасилитатори (представители на целевите групи):</p> <p>Нужни материали: Участниците трябва да донесат лична вещ/предмет, която е важна за тях.</p> <p>Въпроси за дебрифинг след сесията:</p>
Библиография и материали	<ul style="list-style-type: none">● Sensory and immersive theater practices in digital context - Inner Theater Company● Handbook for trainers “Back to our senses” - Labyrintheme project



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

<p>свързани с метода:</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Handbook for trainees “It`s All About Games” - Labyrintheme project ● Context Oriented Theatre - Iwan Brioc ● TEDxSofia - The world is full of magical things, Milena Stanojevic talk about Sensory labyrinth theater ● Teatro de Los Sentidos (Spain) ● Theatr Cynefin (Wales, UK) ● Sensorium (Slovenia) ● Inner Theater Company (Bulgaria) fb Inner Theater Company ● Sensory theatre Sofia (Bulgaria) ● Homo Ludens: A Study of the Play Element in Culture - Johan Huizinga ● Gaston Bachelard The Poetics of Space ● Games for actors and non actors - Augusto Boal
-------------------------------	---

4. Дивайзд театър

ПРАКТИЧЕСКО ОБУЧЕНИЕ НА ЛИДЕРИ <u>Въведение в други приобщаващи театрални практики</u> План на сесията ще бъде предоставен от всеки от партньорите	
<p>Име на приобщаващата театрална практика</p>	<p>Въведение в приобщаващата практика на дивайзд театъра чрез метода на театрална труппа Mess Up The Mess („Разбъркай бъркотията“)</p>
<p>Име на автора и организацията</p>	<p>Сара Джоунс, артистичен директор на театрална труппа, Mess Up The Mess</p>
<p>Въведение в приобщаващата практика</p>	<p style="text-align: center;"><i>Театрална труппа Mess Up The Mess</i></p> <p style="text-align: center;"><i>Подхранваме въображението</i></p> <p style="text-align: center;"><i>Осмеляваме се да играем,</i></p> <p style="text-align: center;"><i>Променяме животи.</i></p> <p>Мисия</p>



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

	<p>1) Младите хора винаги са били движещата сила на нашите проекти: техните идеи, думи и чувства провокират нашите дейности и са в сърцевината на всички наши продукции.</p> <p>2) Театралните ни работилници са безопасно пространство където всички млади хора могат да се изправят пред страховете си и да поставят на сцена потенциала си.</p> <p>3) Работим съвместно с уелски и международни артисти, за да свържем младите хора с вдъхновяващи ментори в смели проекти.</p> <p>4) Работните ни езици са уелски и английски – често паралелно – като така откликваме на и представляваме езиковите култури на нашите участници.</p> <p>5) Предоставяме умения и обучение за млади хора и професионалисти: специално изготвен план за личностно развитие.</p> <p>6) Ние сме посланици на равноправието и приобщаването. В работата си прегръщаме предизвикателството да отразяваме и да свързваме разнообразни общности, като по този начин провокираме жизненоважни разговори.</p> <p>Дивайзд театър е процесът на създаване на оригинална театрална творба от участниците, базирана на техните интереси, идеи и мисли, като те си сътрудничат като група и нямат предварителен сценарий създаден от автор преди да започнат репетициите. Този театър е приобщаващ, защото дава възможност на всеки член на групата да бъде чул и представен в творбата, което води до по-силно чувство на авторство накрая. Този вид театър може да се създаде по много различни начини, но обикновено се случва посредством игри, упражнения, начални точки, импровизации и писмени задачи, след което получените материали се дооформят и доизглаждат. Театралната трупa Mess Up The Mess е посветена на групово създадени и нови писмени форми тъй като те подкрепят силата на участниците да се изразят и да бъдат чути от другите участници и публиката. Работата по този метод ни позволява да създаваме творби, които истински отразяват живота на младите хора, на които служим и позволява на публиката да преживее и да празнува гласовете на младежта.</p>
Цели на обучението/умения, които се развиват чрез тази театрална практика:	Вярваме, че този процес води до по-голяма увереност, по-силно усещане за себе си, по-цялостно себеизразяване и умения за комуникация, по-добри умения за работа в екип и по-силно чувство на принадлежност. В крайна сметка процесът на създаване подхранва приобщаването поради потенциала си да овласти всички участници, да подхрани гласовете им и да създаде безопасно пространство където всеки има глас и този глас е чул.



<p>Кои причини за изключване може потенциално да преодолее/да премахне тази практика</p>	<ul style="list-style-type: none">• етнически произход – овластяване и по-силно усещане за принадлежност, информиране на публиката за трудностите, които срещат хората• нисък доход – практиката може да трансформира живота на хората чрез по-добри умения, увереност и вяра в себе си• националност – театърът подкрепя различни групи да изразяват себе си и вярванията си, да бъдат чути и признати от обществото• неравностойно положение – чрез изграждане на умения, увереност, вяра в себе си, водещи до по-силна принадлежност и по-високи цели• други – чрез създаване на пространство ЛГБТИА+ хората могат да изследват идентичността си, да градят увереност, да подобрят себеизразяването си и да намерят смисъл в принадлежността
<p>Подробен план на сесиите</p>	<p>Сесия 1: Изграждащи елементи за кратки представления</p> <p>Основни разбирания за сесията:</p> <p>Работа в група</p> <p>Обучителни цели за тази сесия:</p> <ul style="list-style-type: none">• Създаване на сътрудничество• Въвеждане на термини за техники на изграждане на сцени <p>Activities:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Броене до три по двойки. Числата постепенно се заместват с действия и звук свързани с определена тема. Две двойки измислят сцена заедно ползвайки всички звуци на двете двойки. Две двойки измислят сцена заедно ползвайки всички звуци и действия на двете двойки.2. Игра със следните формати: диалог, монолог, разказ, хоров рецитал, припомняне, замръзнал образ, неодушевен предмет, който оживява. Прави се дискусия последвана от игра, в която участниците се движат свободно из пространството и при даден знак се групират без да мислят. В групите те активно импровизират в гореспоменатите формати. Например фасилитаторът казва „Група от... човека и направете диалог или разкажете какво прави партньорът ви.“ При първото разиграване фасилитаторът може да избере да са по двойки, обяснява какво е диалог, дава основа, върху която да се импровизира и казва „начало!“ След това може да всеки самостоятелно да направи монолог, след



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

това в групи по 4 хоров рецитал. В основата си това е упражнение, за да може всеки участник да се запознае с форматите. Онлайн този процес може да се осъществи в breakout rooms в платформата ZOOM.

3. Всяка група създава сцена със списък от зададените формати и списък на наглед случайни сюжетни елементи като зърнена закуска, микровълнова, снежна буря и т.н.

Бележки за фасилитатора:

Достатъчно голямо пространство да застанат всички в голям кръг

Големи листи за списъците

Сесия 2: Откриване на темата и работа с нея

- Обучителни цели за тази сесия:
- Всеки да говори в групата
- Използване на тялото за изразяване на идеи
- Работа в екип и сътрудничество
- Идеите на всеки един са важни и валидни

Дейности:

След загревка фокусирана върху създаване на доверие и общуване, използвайте упражнението на Боал „Моята дилема“ за установяване какво се случва на всеки в групата в този ден. В тази игра всеки споделя какво го вълнува през този ден като извайва или подрежда другите от групата в жива картина и поставя себе си в центъра на образа, за да изрази случката. Фасилитаторът обсъжда с останалата част от групата какво според тях представлява образът. Упражнението започва като групата е наредена в полукръг със столове. Определете параметрите на това какво е безопасно да се споделя в зависимост от контекста и дълбочината на работата. Нека всеки участник помисли за дадена случка, проблем или притеснение, които влияят на ежедневието им. Може да бъде да си разкъсван между това да избираш работа заради парите срещу работа, която те вълнува или пък да се изправиш срещу хомофобията в семейството. Кажете на участниците да изваят този проблем от телата на участниците преди да се поставят в средата на проблема. Като фасилитатор сега е ваш ред да подкрепите останалата част от групата обсъждайки какво виждат в образа докато стигнат до първоначалния проблем.

Дискусия на цялата група основана на предходната игра, за да се избере тема или проблем за проекта.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Помолете участниците да застанат самостоятелно и да създадат повтаряща се поредица от 3-6 движения по избраната тема. След това участниците се групират по двойки и съединяват поредиците си. Трябва да се използват всички движения, но редът е произволен. След което две по две двойките се съединяват и така докато цялата група работи с всички движения.

Бележки за фасилитатора:

Много е важно да се определят параметрите за безопасно споделяне в играта „Моята дилема“

Оборудване, място и материали:

Широко пространство където всеки може да се движи

Сесия 3: Потопяне в индивидуалната и групова памет на участниците и създаване на творба

Обучителни цели за тази сесия:

- Използване на стимул за създаване на съдържание
- Развитие на умения за импровизация

Дейности:

1. След подходяща разгрявка, на всеки участник се дават по 4-6 листчета. Като група изберете едно място, което е добре познато на всички, напр. училище, обществения, определена главна улица или някоя международно известна. Нарисувайте на листчетата картинки на случки или истории с конкретното място на рисунката. На всяко листче сложете надпис, като тагове, напр. „Първата ми целувка“ или „Призракът на театъра живее тук“, или „Място за лоши момчета!“, и т.н. След това всеки участник трябва да избере за картинката си една от следните категории: Истина, Факт, Слух, Културно наследство или Измислица по тяхна преценка. Може да решат да сложат листчето си в категория Факт, защото местните хора знаят със сигурност, че тази случка се е случила там; или може да е Слух тъй като е градска легенда; или пък Културно наследство тъй като е важна историческа забележителност; или Измислица, защото участникът е измислил историята за това място когато е бил дете.
2. Поканете участниците да разположат листчетата си заедно като една импровизирана карта на определената зона. Може на отделни листчета да се обозначат посоките на света, за да е по-лесно.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

3. Всеки един участник чете всяко едно от листчетата и отбелязва с *тикче*, ако намира някаква връзка с дадената рисунка, с *хикс*, ако не намира и *въпросителна*, ако не е сигурен. Обяснете, че търсят връзки, а не идеи, като си мислят колко истинни за тях са тези места.
4. Фасилитирайте изследване на пространството като поканите участниците да застанат до рисунката, с която се свързват най-много, от която са най-заинтригувани, или която е най-притеснителна за тях.
5. Фасилитирайте импровизации по групи или по двойки с рисунките като стимул.

Алтернативен подход към задачата за участници със зрителни увреждания:

1. Генерирайте идеи за избраната локация и се спрете на определени места от тази местност, на които има силни спомени. Местата могат да бъдат напр. „зад училище където са се събирали всички да пушат“ или „киното където преживях първата си целувка“. Участниците обсъждат по двойки спомените и ги поставят в гореспоменатите категории. Запишете ги на листчета за припомняне по-късно.
2. По двойки представете историята с физически образ и устно описание, вкл. какво правите с тялото си. Всеки споделя своята.
3. Разгледайте начини да режисирате тези спомени като пешеходен тур и по възможност го изпробвайте, като половината група играят, а другата половина разглеждат.
4. В цялата група или в по-малки групи обсъдете кои спомени са ви резонирали и дали участниците са се свързали или не с всеки спомен и защо. Обсъдете местата, с които участниците са се идентифицирали и темите, които те повдигат у тях. Това е подходящо и за работа в малки групи.
5. Използвайте таговете като вдъхновение за импровизации в малки групи или по двойки.

Бележки за фасилитатора:

Уверете се че всеки един участник е откликнал на всички предложения

Темата и на двете задачи може да е мястото където участниците откриват ярък спомен на изключване или на приобщаване, или и на двете.

Ресурси:

листи А4/ лепящи листчета

руло хартия



	Флумастери или моливи
Допълнителни бележки или ресурси	Не
Библиография	Augusto Boal, Theatre Of The Oppressed House of Games by Chris Johnston

5. Театър за приобщаваща култура- фокус върху миграция

ПРАКТИЧЕСКО ОБУЧЕНИЕ НА ЛИДЕРИ <u>Въведение в други приобщаващи театрални практики</u> План на сесията ще бъде предоставен от всеки от партньорите	
Име на приобщаващата театрална практика	<i>Театър за приобщаваща култура – фокус върху миграцията</i> (Театър на потиснатите, Театър с участие и глобални образователни методологии)
Име на автора и организацията	Humanitas – център за глобално учене и сътрудничество
Въведение в приобщаващата практика	<p>Използваните методологии са интерактивни, преобразяващи и с активното участие на зрителите, анализиращи и поставящи под въпрос глобалната система, която става наша вътрешна система и тази на нашите общности/култури, изследваме структурите ѝ, взаимозависимостите и отношенията и какво можем да направим за/против нея като насърчаваме активно участие.</p> <p>Глобалното образование (ГО) е образователен подход насочен към информирането относно индивидуалната взаимосвързаност и взаимозависимост на хората и средата. Този подход отваря умовете и очите на хората за реалността в света. Дава ни пространство да намерим отговори на въпроси като:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Как материалното благоденствие в някои части на света се създава от бедността в други?



- От къде произлиза разделянето на човешките същества от природата (толкова възхвалявано в тъй наречения западен свят)?
- Как официалното образование колонизира сърцата, умовете и творчеството ни с послания и нуждата от индивидуално потребителско общество?
- Как да се подготвим да се изправим пред глобалните предизвикателства и кризи, тези, които са вече около нас и тези, които ни очакват в бъдеще?

Следователно ГО може да ни помогне да научим повече за глобализацията, да от-учим някои неща свързани с нея и да се намали вредният ѝ ефект. Този подход ни подготвя за ежедневните предизвикателства и въпроси, пред които се изправяме на местно и глобално ниво така че да разберем как решенията ни влияят на животите на други хора и на бъдещето на планетата.

Театър на потиснатите (ТП) е основан на принципа на театралната педагогика и подкрепя и развива самоосъзнатост и осъзнатост за света около нас. Чрез симулирането на реални ситуации от живота и размисъл върху тях, този вид театър спомага за развитието на отговорни хора на лично и социално ниво, както и предоставя начини за изясняване на някои проблеми, изследва начини за борба с неравенството, дискриминацията, расизма, несправедливостта и други проблеми на потиснатите, които може да не са напълно видими или очевидни на пръв поглед.

Базата, върху която се разглежда дадена тема в театъра на потиснатите е централният конфликт породен от властовите отношения в обществото, които създават потисничество – от къде идват тези отношения на власт и как ни влияят.

В Humanitas смятаме комбинацията от тези две методологии за невероятна, основно поради опита ни с театър на потиснатите и глобалното образование.

В рамките на проекта ни от 2016-2017г **„През очите на бежанец“** разработихме интерактивни ателиета и преживелищни театрални представления със същото заглавие. Тогава беше пикът на вълната от бежанци от Сирия, Близкия изток и Африка към централните в Европа през т.нар. Балкански път, който прекосява и Словения. Счита се че 450 хил. човека са преминали през Средиземноморието тази година мигрирайки или търсейки убежище. В същото време, наред с други страни и нашата започна да изгражда прегради на границите си докато националистическите и расистки настроения, както и речта на омраза започнаха драматично да нарастват.

За това първоначално събрахме група от хора, които са дошли в Словения като мигранти или бежанци от Близкия изток и Африка. Проведохме с тях ателиета следвайки методологията на театър на потиснатите и театър с участие, в които събрахме техните истории и разработвахме заедно представления.

Използвайки методологията на емпатия и това да се поставиш в обувките на другия, разработихме ателиета за училищата, за да се премахнат отрицателните предразсъдъци и да се поставят под въпрос широко разпространените стереотипи, както и да се провокира



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

емпатия. Ателиетата се провеждат с подхода на глобалното учене, който превежда участниците постепенно от знание към грижа, от грижа към чувство, от чувство към действие.

Като част от преживелищно интерактивно представление участниците имат възможност да преживеят трудностите, нарушенията на правата и чувствата на истински хора, които бягат от война, преследване и разруха и които са се озовали в Словения. На участниците беше предоставена рядката възможност да преобърнат старите си вярвания и да ги поставят под въпрос, докато поднасят огледало на собствените си предразсъдъци.

Проведохме повече от 100 ателиета в училищата и изиграхме 70 театрални постановки из цялата страна, освен това медийната разгласа на проекта достигна почти половин милион словенци през първата година, като през следващите години надминахме тази бройка. Положителната и вдъхновяваща обратна връзка на младежите, учителите и останалата публика на театралните представления (91.8% от участниците вярват, че нашите ателиета са били полезни или много полезни за тяхното образование и 89% от тях смятат, че темите са били много интересни или доста интересни) ни убеди в техния образователен потенциал и в това да продължим да комбинираме двете методологии, като по този начин имаме още по-голямо въздействие и създаваме още повече положителни „странични ефекти“ за участниците.

За това продължаваме да фасилитираме ателиета в училищата по темите за миграцията с хора, мигрирали в Словения, които участват в проекта.

През 2018г. започнахме да задълбочаваме изследванията си и развитието си и по двете методологии. Организирахме обучение за обучители с партньори от Унгария и Франция, които работят с младежи по сходен начин и се наричат

Обучителен театър по глобално образование. С младежки работници и обучители от всяка от трите страни разработихме педагогически дейности, които да помогнат на отделния човек да открие взаимозависимостите и взаимосвързаностите на нашия свят и индивидуалната си роля в глобалните процеси, базирани на двете методологии споменати по-горе. Използвахме някои от активностите и подходите споменати в наръчника на Обучителен театър по глобално образование, който можете да намерите в ресурсите на края на този документ.

Други общи бележки към тази практика

Въпреки че и двете методологии са форми на общностно образование, техниките на театър на потиснатите и театър с участие се използват и за социални и политически активистки дейности, разрешаване на конфликти, сплотяване на общности, терапия, рехабилитация и застъпничество, дори за повлияване на правителствените разпоредби.

И двата метода могат да се използват за структурен анализ на дискриминацията, но когато се използват за работа с много уязвими социални групи (много уязвими в смисъл на социални детерминанти), например положението на мигрантите от юг, е нужно да се



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

	<p>предвиди повече време за всяко ателие както и да се помисли за дългосрочната последователност на работата. За да се създаде такъв общ процес на сътворяване е нужно първо да се изградят лични отношения и приятелства, само тогава хората се отварят истински и споделят най-болезнените си преживявания и травми и могат постепенно да се обърнат и към други форми на сътрудничество. Тези хора трябва да се считат като равни партньори във всеки един момент, не като някой който да бъде използван заради преживяването си. Humanitas се придържа стриктно към насоките за уважение и приобщаване като тези разработени от комитета за бежанци в Австралия, които можете да прочетете тук: https://www.riserefugee.org/10-things-you-need-to-consider-if-you-are-an-artist-not-of-the-refugee-and-asylum-seeker-community-looking-to-work-with-our-community/</p> <p>По време на ателиетата или на театралните сцени, хората жертви на дискриминация в повече от една сфери в живота имат нужда от повече време за да се доверят и да се отворят към другите хора и общността, имат нужда от много смях преди, по време на и след извършването на системния анализ. Също така винаги приключваме представленията с дебрифинг с актьорите за ситуациите, вътрешните конфликти и др., които са възникнали по време на игра или при взаимодействие с участниците. Наблюдавали сме, че това са най-добрите работни условия като цяло с този комбиниран подход.</p> <p>От една страна глобалното образование ни предоставя пространство за интелектуализация и по-дълбоко свързване, както и връзка между мислите и сърцето. От друга страна дейностите от театър на потиснатите ни подкрепят в това да използваме телата си и да се изразяваме през тях. За това е нужно пространството на ателието да предоставя нужното място за всеки участник.</p>
Цели на обучението / умения, които се развиват чрез тази театрална практика:	<p>Каква промяна в участващите млади хора бихме искали да постигнем с този метод?</p> <p>Подкрепа за сътрудничество и развиване на критично мислене Действия и участие в група Социална ангажираност и емпатия Солидарност, толерантност и уважение към културното многообразие Насърчаване на межкултурния диалог Активно глобално гражданство за живот в межкултурна среда</p> <p>Учебни цели:</p> <ul style="list-style-type: none">• Осъзнаване на взаимозависимостта на нашата част от света с южните държави• Запознаване с началните позиции и възможности на различни хора по света• Повече осъзнатост на младите хора за причините и последствията от миграцията и/или бягство от война, преследване или влошаване на състоянието на околната среда



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

	<ul style="list-style-type: none">• Критична оценка на понятия: изпълнение и упражняване на правата на човека, неравно разпределение на световното богатство, криза на климата, (липса на) правна защита, преживявания на мигранти и бежанци, възможност да се преживеят отново трудности, нарушаване на правата, чувствата на хора, които бягат от нещо. <p>С особено уязвимите социални групи бихме искали да постигнем с този метод и:</p> <ul style="list-style-type: none">• подкрепа за лица от уязвими целеви групи в решаване на ежедневни трудности• повече увереност в собствените възможности чрез активно съвместно създаване на дейности в групата• укрепване на силните страни (собствените ресурси) и уменията на индивида, навлизане в процеси, които иначе се ръководят и направляват от други хора, за да се даде гласност на онези, чийто глас не се чува в публичното пространство• психосоциална рехабилитация за лица от уязвими групи, премахване на социалното им изключване и подобряване на качеството им на живот• участие в различни форми на активно прекарване на времето, овладяване на социални умения• подкрепа на участниците за разширяване на социалната им мрежа, обучение във взаимопомощ и самопомощ• насърчаване и развиване на самосъзнание и осъзнаване на заобикалящия ги свят, развиване на самостоятелността и независимостта на индивида в зависимост от неговите способности и възможности• - разчупване на стереотипите, свързани със статута на участниците
Кои причини за изключване може потенциално да преодолее /да премахне тази практика	<ul style="list-style-type: none">• етнически произход• нисък доход• националност• неравностойно положение• друго <p>Как?</p> <p>Театралните техники са пригодени за неактьори и използват универсалния език на театъра като основа за отделни хора и/или цели общности за изучаване на собствения им живот и насърчаване на критичното мислене и диалог, който се фокусира върху анализ, а не върху даването на отговори.</p> <p>Акцентът при използването на театъра като метод за социална интеграция е върху груповия процес и ученето чрез преживяване, както и на това да се започне от автономията на индивида и развиването на собственото му творческо изразяване. Театралните техники осигуряват активното участие на всички участници. По този начин подобряваме участието на тези хора и те са по-активни и в социално-политически дейности. Изхождаме от убеждението, че театърът се създава от всички, и че трябва да</p>



	<p>бъде достъпен за всички. Същото се отнася и за социалната реалност, която всички ние съ-творяваме, като по този начин ставаме нейни равностойни автори. Искаме да покажем, че нашият начин на мислене за света се отразява на действията ни в него. А именно, има властови отношения в обществото, които не са даденост, а се приемат за такива, а всъщност всички ние ги съ-творяваме. И точно както ги създаваме, можем и да ги променяме.</p> <p>Методът дава възможност да си възвърнем властта, отговорността и саморефлексивната критика. И двата подхода насърчават участниците да видят себе си като по-жизнени и активни членове на общността, както и да усетят чувството за отговорност за действията си спрямо себе си, хората и планетата. Методологията се използва, за да се осигури безопасно пространство за обсъждане на темата. Започваме от нуждите на участниците, които пряко сътворяват процеса до крайния резултат. Финалните предложения са резултат от работата на всички участници и зависят от техния принос. Всички участници в проекта са съавтори и изпълнители на крайните продукции или други събития. Те поставят въпроси, свързани с личния опит на хората и на основата на сътрудничество с по-широка среда.</p> <p>Системата от игри и специфичните техники са предназначени да развият общности, в които е налице потисничество. По време на семинарите научаваме нови практики чрез ръководен процес, тестваме, изследваме и работим в рамките на конкретните техники и на двете методологии. Следователно тя може да се използва за справяне с всеки един от социалните проблеми, дискриминацията и маргинализацията през призмата на обществото. В нашето обучение се фокусирахме върху социалното изключване на базата на миграцията, както и на възприемането в широката общественост на хората с мигрантски опит.</p> <p>Обучението е предназначено за два вида групи участници:</p> <ul style="list-style-type: none">- група без физически увреждания- група с един или повече членове с физически увреждания (като например слепота или увреждане на зрението). В този случай всяко упражнение, което е нужно да се промени, е отбелязано със символ *. Под всяко такова упражнение има вариант с алтернативен подход.
Подробен план на сесиите	<p><i>Първата сесия ще бъде проведена от вас онлайн, а останалите три/четири от сесиите от един от партньорите за техните групи.</i></p> <p><u>Сесия 1: Въведение в приобщаващата театрална практиката на театъра на потиснатите и глобално образование / 120 мин.</u></p> <p><i>Как предлаганият експерт предвижда методът да бъде приложен, с предложено разпределение на дейностите между различните сесии?</i></p>



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Пространството трябва да предоставя тих фон, и място за движение по време на упражненията.

Основни разбирания за сесията:

Изграждането на общност и доверието трябва да се формират чрез упражнения, които постепенно отварят темата и споделянията за изключването.

Обучителни цели за тази сесия:

- Развитие на сътрудничеството
- Развиване на основно разбиране за методологиите, техните техники и подходи (за учителите)
- Влизане в обувките на хора, които са преживявали изключване, отключване на емпатия в участниците
- Въведение в темата за изключването
- Подготовка на телата ни да говорят

Дейности:

ИГРИ С ИМЕНА И РИТЪМ (15 минути)

За онлайн версията преди да започнем играта, записваме на лист нашия номер, който не трябва да се повтаря в групата (от 1 до броя на хората в групата). Листът трябва да е видим заедно с вас на екрана, така че да даде на другите в групата усещането, че сме застанали в кръг - преминаваме през числата на глас, така че всеки човек да знае какъв е неговото число и числата на съседите си от ляво и дясно.

Ако съседът ви е с увредено зрение?

От номер 1 (фасилитаторът) нататък започваме ритъма:

пляскаме с двете ръце двете колена, след това двете ръце, пляскаме лявото коляно с лява ръка, пляскаме дясно коляно-дясна ръка и след това отново двете ръце-двете колена заедно.

Първо упражнявайте този ритъм, докато всички в групата го усвоят, и след това в този ритъм всеки казва името си в кръга от 1 нататък. Може да отнеме два или три кръга, преди всеки да може да каже своето име в ритъма без грешки, а в последния кръг цялата група повтаря името на всеки човек. Продължавате към следващото ниво.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Променен (по-бърз) ритъм: пляскане с колене, пляскане с ръце, 2 пъти пляскане с колене, пляскане с ръце.

Казвам името си, групата го повтаря. Следващият по ред продължава. На ляво.

Същият ритъм, сега кажете вашето име и това на съседа и продължете отново в кръга.

***ПОЛЯРИЗАЦИЯ В ЕДИН РЕД (20 минути)**

За онлайн варианта всеки човек в групата избира номер (според мястото, към което предполагате, че принадлежите), и го записва на хартия. След това показваме своите предполагаеми числа, според категориите, и виждаме къде попадаме в един ред.

Помолете участниците да се подредят в една редица, от най-малкия до най-големия номер, без да общуват помежду си.

Подгответе няколко категории, които са свързани с темата за социалното изключване.

Нашите примери:

- Колко далеч е вашето място
- кой има най-влиятелен и най-малко влиятелен паспорт (ако участниците са от различни държави)
- кой е пътувал в най-много страни и кой в най-малко

Въпроси за размисъл:

С помощта на какво точно установихте "ред" помежду си? Изчакахте ли някой друг първи да покаже своя номер?" Дали в ежедневието си решаваме толкова бързо и от пръв поглед? Така ли преценяваме и другите хора? Откъде черпим тези символични значения, които ни казват какво означава нещо?

*Вариант на алтернативен подход за незрящи или хора със зрителни увреждания?

ПРИЯТЕЛ И ВРАГ (20 минути)

Онлайн: 3 души в стая

В групи по трима един е определен за главен герой, а другите двама решават самостоятелно, без да казват на никого какво са решили, дали ще му/й бъдат приятели или врагове; не е задължително да бъдат едно и също нещо, нито пък трябва да си казват какво са. Главният герой затваря очи и двамата започват да се редуват да дават заповеди или предложения, които трябва да изпълнят (да пеят, да пълзят, да скачат и



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

т.н.). Ако той/тя не може да изпълни действието - например "Лети!" - той/тя трябва поне да опита; или по същия начин, ако не иска да изпълни нареждането - например "Съблечи се" - може да се престори, че го прави. След една-две минути, вторият участник затваря очи, а другите отново избират дали да бъдат враг или приятел; след това е ред на третия главен герой. Накрая, в същия ред, всеки герой обяснява какви си е представял, че са другите двама и защо. Тъй като не са се наговаряли, и двамата могат да се окажат приятели или врагове. Трудността идва от това, че никое от нарежданията не може да бъде предадено с един и същ тон на гласа, интонацията се променя всеки път - формата трябва да бъде отделена от смисъла, гласът - от съдържанието. Гласът е един език, а думите - друг.

АСОЦИАЦИИ В КРЪГ (свържете ги с темата за изключването) (15 минути)

Онлайн: *Всички ние се изправяме и заемаме своето място, но трябва да се виждаме и на екрана. Ще последваме първия човек, който покаже асоциация.*

Заставаме в кръг. Един човек застава в средата на кръга и разказва на глас първата асоциация (свързана с миграцията), която му идва на ум и я демонстрира с картина с тяло и звук. Следващият човек, който каже асоциация, свързана с първата, застава до първия участник в кръга, казва я на глас и показва картина и звук с тяло. Същото прави и третият човек, свързано с първите две асоциации. След това първият човек решава коя асоциация ще се върне в кръга заедно с него. Лицето, което остава в центъра повтаря асоциацията и към него се присъединяват 2 нови асоциации. Минават няколко кръга.

РОЛЕВА ИГРА ПО ДВОЙКИ (20 минути)

Онлайн: *двойки, разделени по стаи.*

Подредете се по двойки. Заставаме един срещу друг на подходящо разстояние. Лице А ще играе ролята на човек, който бяга и иска да пресече границата, а лицето Б ще бъде полицейски служител на границата, който иска да го спре. Не трябва да има физически допир.

Рефлексия:

Разговор за чувствата - какво е да си съпричастен с всички тези роли? Каква беше разликата между ролите, дори и по отношение на усещането в тялото? Каква беше разликата между властта и привилегиите между тях? Можем ли да направим някакви прилики между това, което видяхме тук и това, което се случва в обществото и в нашия живот?

ГЛОБАЛНАТА МАШИНА ЗА ЧУДОВИЩА (30 минути)



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Онлайн: ще се разделим по стаи с максимум 10 души. Групите играят играта поотделно във всяка стая. След 5 минути се събираме заедно и показваме глобалното чудовище на всяка група. Участниците трябва да застанат в пространството, видими за останалите.

(Ако има повече от 10 участници, разделете ги на 2 или повече групи)

Предложете на участниците да изберат звук и жест, които им напомнят за глобализацията, нашата машина на света. Поканваме първият участник, който иска да покаже на групата своя жест и звук. Следват и останалите участници.

Когато нов участник влезе в кръга, той винаги трябва да се присъедини към един от тези, които вече са в кръга (например с ръката си на рамото му, заставайки срещу някой от участниците, добавяйки допълнителен звук към вече съществуващия и т.н.). Могат да допълват идеите си или да ги балансират. Разбира се, звукът и жестовете се влияят взаимно. Някои звуци и жестове могат да се променят леко по време на повторението. Дейността продължава, докато всички се присъединят към груповия образ/групата или докато групата не почувства, че "глобалната чудовище" е приключило. Преди началото на дейността кажете на участниците, че ще ги докосвате (или им давате ясен знак) по време на процеса, което означава, че трябва да покажат жест и звук.

Въпроси за рефлексия с цялата група:

Поканете участниците да изразят някои от своите чувства и емоции и ги попитайте какво са преживели по време на дейността. Опитайте се да свържете дискусията с взаимосвързаността и взаимозависимостта на света, както и с анализа на глобализацията и размисли върху това как тя прилича на глобалната чудовищна машина, която току-що видяхме. Подобна ли е тя и как ни влияе в ежедневието? Как влияе на отношенията помежду ни?

ГРУПОВО БРОЕНЕ (15 минути)

Без да общуваме, като група трябва да броим до 20 и назад (увеличавате броя според броя на участниците), без да се прекъсваме един друг. Ако двама души кажат число едновременно, цялата група започва да брой от 1.

Необходимо пространство:

В тази сесия не са необходими други материали, освен достатъчно пространство за всеки участник, както и достатъчно място за движение и разпределяне на хората в групи, така че всеки да работи спокойно. Не трябва да има шум наоколо. *Ако се провежда онлайн, всеки човек трябва да има достатъчно място в стаята, така че*



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

да може да се вижда в цял ръст на екрана, както и да могат да правят няколко крачки в страни, без да се блъскат в някакъв предмет.

Сесия 2 - Задълбочаване на анализа на миграцията (180 минути - 3 часа)

Методът трябва да се прилага присъствено, не онлайн. Работата с телата ни, в група, по двойки, с достатъчно пространство за всички, е от съществено значение. По този начин можем да използваме сетивни упражнения и такива за доверие. Пространството трябва да предоставя тих фон и безопасен терен за движение на тялото и ролеви игри.

Основни разбирания за сесията:

Целта на тази сесия е да използваме телата си и да се изразяваме с тях, като същевременно анализираме социалното изключване и неговите структури. Рефлексите в кръга на групата са пространство за по-задълбочен устен анализ и поставяне на въпроси, трябва да се разгледат множество точки за да се насърчи критичното мислене.

Обучителни цели за тази сесия:

- *Да започнем да използваме телата си и да се изразяваме с тях*
- *Да свикнем с ролевите игри*
- *Да развием доверие*
- *Да развием общност*
- *Да се развият груповите рефлексии*
- *Да изследваме властовите отношения*
- *Въведение в темата*
- *Насърчаване на критичното мислене*

Дейности:

***КРЪГОВО ПЛЯСКАНЕ (10 минути)**

Ние сме в кръг. Предаваме си пляскане, един след друг, което трябва да бъде синхронизирано между двама съседни участника. Първият човек пляска едновременно със съседа си отляво (или отдясно, в няколко кръга посоката също трябва да се промени). За да се получи играта е нужно да се гледате в очите през цялото време, за да пляскате в един и същи ритъм, по едно и също време. Така пляскането преминава от един човек на друг в кръг, и всеки трябва да го предаде на следващия. Правим това, докато всички се синхронизират помежду си, а след това продължаваме с различни



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

скорости - от много бавно до много бързо синхронизирано пляскане между двама съседни.

Това упражнение ни събужда през сетивата и ни свързва през цялата игра, тъй като трябва да се гледаме съсредоточено в очите. Различните скорости създават и групова енергия, която ви подготвя за по-нататъшна задълбочена работа.

***Вариация:**

ПЛЯСКАЩИЯТ КРЪГ (10 минути)

Подобно на предходното упражнение, и това е по-лесно да се направи, отколкото да се опише. Седейки върху пода в кръг, всички участници започват да пляскат в ритъм по краката си. Всички трябва да се опитат да слушат ритмите, които чуват, и да развият един-единствен, прост ритъм. След като групата е добре настроена (и добре тренирана), можете да увеличите скоростта на пляскане, като запазвате същия ритъм.

КРЪГ ОТ ЧУВСТВА СЪС ЗВУК И ЖЕСТ (15 минути)

Продължаваме в кръг. Вместо с думи ще описваме чувствата си в момента с жест (символичен образ) и звук. Така вместо думите използваме други сетивни форми за изразяване. Всеки човек в кръга на свой ред влиза в центъра на кръга, като показва картината и звука на своите чувства в момента.

***КЪЩИ, ХОРА, БОМБИ (10 минути)**

(Енерджайзър, свързан с темата на семинара)

Правим групи от по трима души. Човекът, останал без група, ще изиграе важна роля, но първо ролята на групите. 2-мата души в групата се изправят един срещу друг и свързват ръцете си над главите си под формата на връх на покрив. Заедно те образуват къща. Третият човек влиза в къщата и става жител на тази къща.

Сега към лицето, което е останало без група. Това лице въплъщава бурята, която преобръща живота. Има три думи, които променят цялата постройка на къщи и жители. Лицето избира една от трите думи и се присъединява към групите в създаването на нови инсталации. Новият човек, който остава „отвън“, продължава с избора на една от трите думи и така в продължение на няколко кръга.

Свързваме думите с нашата тема за социалното изключване:

Бомба: Както къщите, така и жителите губят корените си и трябва да намерят и изградят нови. Хората, които преди са образували къщи, сега могат да станат жители и обратно. Бомбата напълно променя квартала и кой живее в него, така че това е отразено и в играта.

Миграция: в този случай хората, които образуват къщите, остават на мястото си, само жителите им трябва да се разменят.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Дом убежище (което в нашия случай означава къща): хората, които изграждат къщи, трябва да създадат нов дом някъде другаде, където хората са без покрив над главите си. Обитателите остават на местата си.

***Вариант:**

БЕЗ ГЛЕДКА И БОМБАТА

Участниците влизат в помещението със затворени очи и кръстосани ръце така че дланите да покриват лактите, бавно, за да не се нарани никой. Те трябва да си представят, че ще избухне бомба, ако докоснат някого за по-дълго от секунда. При всяко докосване тя/той се отдалечава възможно най-далеч. Това упражнение води до невероятно развитие на сетивата.

***ЗАПЪЛВАНЕ НА ПРОСТРАНСТВОТО (20 минути)**

*От съображения за безопасност, трябва да обърнем внимание на хората в стаята, които не забравяйте да споменете, когато давате инструкциите.

Инструкции за участниците:

Запълвате пространството с ходене в кръг из стаята. Можете да изберете формата на числото 8, но не повтаряте пътя на движение, вървите във всички възможни посоки. Не гледате хората, но внимавате за другите в стаята. Отделете това време, за да опознаете пространството, да го почувствате, да го изследвате.

След няколко минути забелязвате празнините, които се образуват между вас и другите хора в стаята. Опитайте се да ги запълвате през цялото време, така че никога да няма голяма празнина навсякъде в стаята, винаги в кръгови движения. Продължавате няколко минути.

Вървете напред и сега, когато човек минава покрай вас, вие го гледате в очите. Просто отделете 3 секунди, без да поглеждате настрани, вървете по-бавно или спрете, ако е необходимо. След това продължете до следващия човек и така нататък. След няколко минути вървете напред и сега спирате с човека, който минава покрай вас и се ръкувате с него. След няколко минути вървете напред, когато този път човек минава покрай вас, спрете и го попитайте как е. Когато всички хора се срещнат, ние се събираме в кръг за кратък размисъл.

В размисъл търсим прилики и разлики с нашето ежедневие. Как бихме могли да почувстваме себе си и един друг на различни скорости? Как видяхме околната среда и хората около нас с различна скорост?

***Вариант:**



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

ФОКУСЪТ, ПРЕГРЪДКА, РЪКУВАНЕ (15 минути) Участниците са помолени да фиксират погледа си върху определена точка някъде в стаята, всеки избира своята точка на фокус. След това трябва да затворят очи и да се опитат да си проправят път бавно към собствената си точка. Когато се сблъскат с друг човек, ако смятат, че са били отклонени от правата линия, която са начертали мислено, трябва да се опитат да коригират движението си.

След това те трябва да се разделят по двойки и да прегърнат своите партньори. В средата на прегръдката те трябва да затворят очи, да се пуснат един друг и да вървят назад или докато срещнат препятствие, или за предварително определен брой стъпки; след това те се връщат по стъпките си, за да възстановят прегръдката си със същия човек, не някой друг. И накрая, най-трудната версия. По двойки, актьорите се ръкуват, затварят очи, прекъсват ръкостисканията, вървят назад, докато срещнат препятствие, или в противен случай предварително определен брой стъпки, връщат се и се опитват да се ръкуват отново със същата ръка, а не с друга!

*** УПРАЖНЕНИЕ В ТУНЕЛ (20 минути)**

Разделете участниците на групи от по 3-ма. Във всяка група 2-ма души се обединяват в двойка, за да образуват тунел, а трети човек със завързани очи се опитва да премине през тунела с помощта на звуци, с които неговите партньори му указват правилната посока.

Двойката трябва да измисли 3 звука:

- звук, който указва на човека със завързани очи да върви в правилната посока
- звук, показващ, че лицето не върви в правилната посока (аларма)
- празничен звук, който казва на човек, че просто минава през тунел.

Всички в групата си разменят ролите, така че всеки да опита със завързани очи.

***Вариант:**

ЗВУЦИ (20 минути)

Групата се разделя на двойки: единият партньор ще бъде воден, другият ще бъде нейният/неговият водач. Водачът издава звук, подобен на опасност, като аларма или бомба – нейният/неговият партньор слуша и запаметява. След това всички водени хора затварят очи и всички водачи в един и същи момент започват да издават своите звуци, които техните слепи партньори трябва да следват. Когато водачът спре да издава звук, воденият също трябва да спре да се движи. Той/тя трябва често да сменя позицията си. Воденият трябва да се концентрира върху собствения си звук, дори когато около



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

него/нея има много други звуци. Упражнението се занимава със селективното функциониране на ухото.

Следваща стъпка:

В кръг със затворени очи всеки е номериран последователно с 1 или 2; всички 1-ви застават отляво на 2-рите от дясната им страна и издават звук, който техните 2-ри отдясно ще трябва да разпознаят по-късно. След това всички 2-ри, които имат 1-ви от дясната си страна, образувайки по този начин различна двойка, издават друг различен звук, който отново партньорът ще трябва да разпознае по-късно. След това всички се ръкуват, първо отляво (с партньора, който е издал звуци за тях), а след това отдясно (с партньорите, за които са издали звуци). Тези ръкостискания са леко удължени – участниците галят ръцете, които докосват, за да могат да ги разпознаят по-късно. Фасилитаторът им казва да се разпръснат, всички със затворени очи, и след известно време той/тя им казва да започнат да издават звуците, които са измислили, като в същото време се опитват да локализират звуците, които са им издадени. Те локализират съседа, който им е издал звук, също чрез ръкостискане с този човек (който беше отляво). Целта е всеки да се върне на първоначалното си място в кръга.

ВЛАСТ И ПРИВИЛЕГИИ (60 минути)

Всички участници се движат из стаята за няколко минути със затворени очи, опитвайки се да не се сблъскат един с друг. Това се прави най-добре със скръстени ръце, ръце, покриващи лактите, и бавно, така че никой да не се нарани. Помолете участниците да помислят върху понятията власт и привилегии. Нека помислят за няколко примера от ежедневието си живот и заобикалящата ги среда, където властта и привилегиите са ясно изразени и обратното, не са ясно изразени. След това разделете участниците на 2 групи, по време на разходката с докосване и глас ясно посочват кой е в група А и кой е в група Б. Участниците в група А са помолени да помислят сега само за доминиращия герой, героят, който има власт и привилегии в живота си. Нека започнат да олицетворяват образа, който са изградили в съзнанието си. Участниците в група Б са помолени да помислят индивидуално за недоминиращ герой, който няма власт или привилегии в живота им. Нека започнат да олицетворяват образа, който са изградили в съзнанието си. След няколко минути като персонафицирани герои от групи А и Б, вие молите участниците от двете групи да спрат при вашето пляскане и индивидуално да създадат изображение на замръзнало тяло / скулптура на героя, който имат предвид. След това последователно спирате група А и група Б, докато вървят, и ги карате да погледнат замразените снимки на другата група. След няколко минути на ходене отново в образа, запълване на пространството, вие пляскате отново, за да накарате всички да замръзнат: този път те трябва да добавят прост, повтарящ се жест към замръзналото изображение, като го повтарят първо с малки движения и след това постепенно с нарастващи движения. След минута повторение на жеста, всеки участник трябва да добави към жеста звук, представляващ изборния от него герой. Поканете ги да започнат да се



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

движат из стаята. След кратко време им кажете да спрат и да „замръзнат“. Участниците в група А са помолени да се отклонят от своите жестове и да видят участниците в група Б. След това повторете, че двете групи се променят, Група А вече е замразена и участниците в Група Б са поканени да я видят.

Продължаваме да обикаляме стаята. Този път помолете участниците да помислят кой звук от противоположната група пасва с техния образ. След следващото пляскане тези две скулптури се намират и образуват обща скулптура. Заедно двойката трябва да създаде статуя, състояща се от двете скулптури на тялото и представляваща двойка противоположни полюси. След ръкопляскането една двойка от групата остава на „сцената“, а останалите оформяме пространство за публиката. Можем да седнем като публика или да се изправим по време на анализа, за да разгледаме скулптурата отблизо.

Двойката, която остава на „сцената“ с пляскане отново показва своите замръзнали образи. След известно време ги молите да покажат повтарящи се жестове и звуци от образа си.

ГРУПОВ АНАЛИЗ:

Какво виждаме Кой има власт, кой не? Каква история ни разказват героите? Какви са техните тела и символи? Какво заглавие бихте дали на тази картина? Кой бяха те и каква история си представяха? Вие им благодарите, че са раздвижили телата си, присъединяват се към публиката и следващата двойка идва на сцената, за да покаже картината си. Продължете, докато всички герои проговорят и бъдат анализирани.

УПРАЖНЕНИЕ: РОЛЕВИ ИГРИ/ Пресичане на реката (45 минути)

Използвахме това упражнение при подготовката на пиесата „През очите на един бежанец“. Същността му е, че участниците в уъркшопа, или в шоуто, влизат в обувките на човека, който е изключен.

Раздаваме листа с написани роли за всеки човек в групата (в нашето обучение те бяха: човек в инвалидна количка, напълно сляп човек, глух човек, майка с бебе на ръце, човек с един по-къс крак , човек с водна фобия, здрав и силен човек, 14-годишно момче без придружител). Те не трябва да съобщават за ролите, които са получили на листата.

Залепват листи А4 на пода, символизиращи камъните, по които трябва да преминете реката. Поставете ги по такъв начин, че някои камъни са почти невъзможни за достигане.

Вие обяснявате историята и ролевата игра на групата.

Инструкции:



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Вие пресичате реката първо като индивиди, не общувате помежду си и не си помагате, въпреки факта, че може да забележите, че някои изпитват по-големи трудности при преминаването от вас.

След като всички стигнете до другата страна на символичния бряг на реката, повтаряме упражнението с една смяна.

Задачата:

Трябва да преминете реката като група, не трябва да изоставяте никого. Вече можете да общувате и да си сътрудничите помежду си.

След упражнението се събираме в кръг.

Рефлексия

В кръга за размисъл е важно да споделим лични чувства, както и да внесем няколко различни гледни точки към темата, което задълбочава разбирането ни за проблема и става по-критично. Задавайте въпроси като:

1. Тези без допълнителни проблеми или препятствия при пресичането, какво мислехте, чувствахте за тези, които останаха сами след вас? Кога всъщност разбрахте, че някои хора не могат да преминат или го правят изключително трудно?
2. Как се чувстваха хората, които имаха проблеми с пресичането?
3. Всички: почувствахте ли се по-различно, когато прекосихте реката като група? Какво се промени по отношение на вашето сътрудничество?

В размишленията също така свържете упражнението със съдържанието на обучението:

Как мислите, че това упражнение е свързано с миграцията? Какво означава да не изоставяш никого?

Какво означава солидарност?

Обръщаме ли внимание на тези, които всъщност са „зад нас“ в реалния живот?

Какво мислите, че означава фразата: ние сме толкова силни, колкото и най-слабото звено, можем ли да отразяваме това в нашите общности, в нашето общество?

РИТЪМ НА НАДЕЖДАТА (15 минути)

Упражнение, при което група създава ритъм заедно, изгражда група, свързва я и създава надежда. Ако към него добавим звуци, пляскания и подскоци, упражнението също е енергично. Тъй като по време на уъркшопа отваряме теми, които често потискат надеждата ни, такова финално упражнение балансира чувствата в групата.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Всички стоим свързани в кръг. Изпънете краката и стъпалата на ширината на бедрата и огънете коленете. Първо ще създадем ритъма с първата последователност:

Пляскане-дясно коляно, пляскане-ляво коляно редуващи се по 2 пъти и след това пляскане с дясната ръка-дясното коляно и пляскане с двете длани във въздуха и пляскане с двете длани на двете колена едновременно (лява ръка-ляво коляно, дясна ръка- дясно коляно).

(между тях минават 3 секунди, които също можете да промените в звук на силно издишване)

Първата последователност/ритъм се повтаря още 1 път.

(между тях минават 3 секунди, които също можете да промените в звук на силно издишване)

Продължаваме веднага с втората последователност:

Пляскане-дясно коляно, пляскане-ляво коляно 2 пъти и след това пляскане на дясното коляно + пляскане с двете длани 3 пъти + пляскане-дясно коляно, пляскане-ляво коляно 2 пъти и след това пляскане с двете длани

Веднага след това повторете първата последователност.

Груповият ритъм е следният:

Първа последователност

Първа последователност

Втора последователност

Първа последователност

Повтаряте няколко рунда, след което добавяте други звуци към ритъма.

Всеки път, когато пляскате, се чува вик „Хей“.

Следващата вариация, с всяко пляскане и вик „хей“ също скачате във въздуха.

Бележки към ръководителя на семинара:

Трябва да има една кратка почивка (5 минути) в тази сесия. Не бързайте с упражнения или размишления, освен ако когато има игри с бързи асоциации, там участниците не трябва да имат време или пространство да мислят, така че посланията да идват отвътре, това, което е интернализирано и несъзнателно. Рефлексите винаги се случват в груповия кръг, вие също се опитвате да започнете и завършите сесията в груповия кръг.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Необходимо оборудване, пространство и материали:

Необходимо е достатъчно пространство за всеки участник, както и достатъчно място за движение и разделяне на хората на групи, където всеки да работи на спокойствие. Също така не трябва да има звуци или шумов фон.

Материалът, от който се нуждаете: плат или шал, с който ще завържете очите на хората в упражнението „Тунел“.

За упражнението Пресичане на река ще ви трябват 10+ листа, които ще символизират камъни, които трябва да закрепите към земята, за да не се мърдат лесно, когато някой стъпи върху тях.

Сесия 3 - Откъде идва дискриминацията, основана на миграцията? (180 минути)

Методът трябва да се прилага лично, а не дигитално. Работата с телата ни, в група, по двойки, с достатъчно място за всички, е от съществено значение. По този начин можем да използваме сензорни упражнения и упражнения за доверие. Пространството трябва да предлага тих фон, безопасен за движение за упражнения за тяло и театрални упражнения.

Основни разбирания за сесията:

Целта на тази сесия е да продължим да използваме телата си и да изразяваме себе си с тях, докато навлизаме в анализ на социалното изключване и неговата структура, сега още по-дълбоко, чрез медиите и политиката. Размишленията в груповия кръг са пространство за по-задълбочен разговор - анализ и повдигане на въпроси за това как медиите и политиката са свързани със структурите на изключване.

Специфични учебни цели/цели на сесията:

- Да продължим работата с нашите тела и изразяването с тях
- Да развием общност
- Задълбочаване на груповите рефлексии
- Да изследва как се създават структури на изключване в обществото чрез медийни статии и проучвания
- Задълбочаване на критичното мислене



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Специфични учебни цели/цели на сесията:

Да се оцени критично опитът на мигрантите и бежанците, както и как се изграждат структурите на изключване.

Дейности:

ГОРА, ПРИНЦЕСА И МЕЧКАТА (10 минути)

Правим екипи от двойки. Всички двойки, с изключение на една, която доброволно изпълнява друга роля, пристъпват една до друга, държат се под ръце и заедно образуват дърво. Подобно на дървета, те се разпръсват широко в пространството, за да създадат гора. В двойката, която остава, всеки получава своята роля - единият е принцеса, а другият е мечка. След това и двамата трябва да играят определената им роля, принцесата се страхува от мечката, затова тича из стаята и крещи от страх, опитвайки се да намери подходящо дърво, зад което да се скрие. Мечката иска да изяде принцесата, затова я преследва в гората сред ужас и крясъци.

В момента, в който принцесата се вкопчи в дървото (пристъпи към човека, който образува дървото и го „хване“ под ръка), този човек се превръща в мечка, а предишната мечка се превръща в принцеса. Така че играем няколко рунда.

***Вариант:**

МАГНИТЪТ (15 минути)

Всички участници се разхождат из стаята за няколко минути със затворени очи, опитвайки се да не се сблъскат един с друг. Това се прави най-добре със скръстени ръце, ръце, покриващи лактите, и бавно, така че никой да не се нарани. В първата част на играта, когато някой докосне някого, двамата трябва незабавно да се отдръпнат - магнитната енергия е отрицателна. Те трябва да се ориентират в стаята, като същевременно избягват да докосват другите; това упражнение развива всички останали сетива. След няколко минути фасилитаторът съобщава на участниците, че магнитната енергия е станала положителна. От този момент нататък, когато някой докосне някой друг, те остават залепени за няколко мига. Това е много трудно, защото участниците не трябва да спират да се движат, краката им трябва да продължат да вървят, което понякога означава, че за да останат слепени, трябва да вървят настрани, назад и т.н. Трябва да се избягва докосване с ръце – други части на тялото са за предпочитане. Ако се чувства добре, човек може да остане привързан към някой друг; в противен случай имат право да си тръгнат да търсят отново. Лице, което е получило отказ (като твърд партньор) има право да настоява, но само веднъж; смисълът на играта не е да се преследват определени хора.

Човек може да остане залепен за един, двама или няколко души. В крайна сметка водещият дава сигнал за спиране.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

***ПОЛЯРИЗАЦИЯ В ДВЕ ГРУПИ (20 минути)**

Този път групата трябва да се раздели на две противоположни групи, в пълно мълчание, без комуникация според следните категории:

Кой предпочита червено и кой синьо?

Кой предпочита морето и кой предпочита планините?

Кой предпочита да чете и кой предпочита да гледа филми?

Кой получава информация от социалните медии и кой от медиите? Кой следи политиката и кой не?

Следват размисли в кръга:

Как разбрахте към коя страна да се присъедините, как решихте накъде да отидете?

Открихте ли някаква прилика с нашата култура?

Откъде обществото получава обяснения, които прерастват в стереотипи и предразсъдъци, но също така могат бързо да прераснат в насилие и изключване?

Къде и каква е ролята на нашите държави, политика и медии в това? Ще навлезем още по-дълбоко в това със следващите упражнения.

***Вариант:**

БУТАНЕ ЕДИН СРЕЩУ ДРУГ (15 минути)

Упражнението е да използваш цялата си сила и пак да не спечелиш!

Участниците се подреждат по двойки един срещу друг и поставят ръце на раменете си. Между тях има линия (въображаема) на земята. Започват да натискат с всички сили. Когато някой почувства, че неговият „противник“ е по-слаб и че ще загуби, той се отдръпва, за да не премине границата, за да не спечели. Ако другият увеличи натискането си, първият прави същото, така че заедно и двамата използват цялата сила, която могат да съберат.

Следват размисли в кръга:

Как намирате упражнението, как почувствахте бутането един срещу друг? Какво ще кажете за отрицателните и положителните магнити?

Открихте ли някаква прилика с нашите взаимоотношения, с нашата култура?



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Наподобява ли това, че различните групи са в конфликт? Как обикновено възниква конфликт между различни групи хора в обществото?

Кой осмисля негативното, да се страхуваш, да не докосваш и обратното?

Къде и каква е ролята на нашите държави, политика и медии в това? Ще обсъдим това още по-задълбочено със следващите упражнения.

***ЗАПЪЛВАНЕ НА ПРОСТРАНСТВОТО В СЕДЕМ СКОРОСТИ (20 минути)**

Запълване на пространството със 7 различни скорости на обикаляне из стаята. Постепенно преминавате с групата първо от скорост 1 до 7. Всяко число представлява една скорост, като ги свързва със ситуации от реалния живот:

1: супер бавна разходка

2: бавно, сякаш не можете да ходите по-бързо поради болки в тялото

3: нормална скорост

4: ходене до училище/работа,

5: закъснявате, опитвате се да хванете скоростта на автобуса,

6: ходене сякаш бягате от страната си,

7: ходене така, сякаш трябва да спасявате живота си.

След като всички в групата знаят кое число каква скорост представлява, започваме да запълваме празното място. След това фасилитаторът води групата с различна скорост. Можете също така да въведете „момента на замръзване“, когато хората трябва да спрат и след това да продължат да вървят с различни скорости според вашите инструкции. Помолете ги отново и отново да осъзнават своята позиция, чувства, мисли и да се гледат един друг в стаята.

Размисли:

Какво беше чувството, докато вървахте с различна скорост и запълвахте пространството? Каква беше разликата при вас във всяка скорост? Кога бихте могли да забележите света и да почувствате себе си най-силно? Забелязахте ли нещо по време на упражнението, което да ви напомня за ежедневието?

Какво беше чувството, докато вървахте с различна скорост и запълвахте пространството? Каква беше разликата при вас във всяка скорост? Кога бихте могли да забележите света и да почувствате себе си най-силно? Забелязахте ли нещо по време на упражнението, което да ви напомня за ежедневието?



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

***Вариант:**

СТЪКЛЕНА КОБРА (30 минути)

Всички застават в кръг (или в две или повече линии, ако групата е много голяма), с ръце на раменете на човека пред тях. Със затворени очи те използват ръцете си, за да изследват тила, врата и раменете на човека отпред. Това е стъклената кобра в едно парче. След това, по указание на водещия, кобрата се начупва на парчета (водещият разделя стъклената кобра и всеки отвежда някой в друг ъгъл на стаята). Всеки човек тръгва из стаята, все още със затворени очи. Всички участници се лутат из стаята за няколко минути със затворени очи, със скръстени ръце, длани, покриващи лактите, бавно, опитвайки се да не се сблъскат един с друг. Според легендата тази „стъклена кобра“ се разбива на хиляди парчета, когато Близкият изток е нападнат от западните бомби; хилядите парчета представляват всички хора, които са бягали от своите страни, за да намерят безопасно място за съществуване и създаване. Един ден парчетата ще се намерят отново и тези малки фрагменти, безвредни сами по себе си, ще намерят сила в момента, в който се съберат отново, защото тогава ще се превърнат в стоманена кобра и ще прогонят нашествениците. Кобрата в легендата са хората, в играта това са участниците, които след няколко минути сляпо движение из пространството по сигнал на водещия трябва да намерят пътя обратно към човека, който е бил пред тях преди кобрата да се разпадне. Те трябва да възстановят кобрата(ите). Както в легендата, това може да отнеме време.

Размисли:

Как намирате упражнението? Какви бяха чувствата ви? Намерихте ли партньора си, който беше пред вас в началото? Какъв беше вашият процес, докато търсихте партньора си? Как се почувствахте, когато не намерихте правилния човек?

Мислите ли, че някой, който бяга от родината си, за да търси друг дом, в друга култура, друга система, се чувства подобно?

Лесно ли е да намерите собствените си парчета или парчетата от вашата култура, след като тя е била разбита?

КРЪГЪТ ОТ ЗАМРЪЗНАЛИ ИЗОБРАЖЕНИЯ (15 минути)

Нека направим кръг, като всеки участник обърне гръб към центъра на кръга. В същото време всеки се обръща при сигнал (ръкопляскане) и показва замразена картина на думата / фразата, която се казва от фасилитатора във всеки кръг. Трябва да се остави достатъчно време във всеки кръг, за да може фасилитаторът да докосне рамото на всеки участник - с докосването участникът споделя звук от чувството в тялото си и за участниците в групата да разгледат други замразени изображения в кръга, но когато



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

трябва да стигнат до новия образ, не им давате време да мислят, те трябва да действат незабавно.

- Доверие
- Недоверие
- Власт
- Омраза
- Връзка
- Бягство за цял живот
- Самота
- Общност
- Глобална общност

Кратки размишления:

Как се чувстваха телата ви между думите, каква беше разликата?

ТЕАТЪР ОТ ВЕСТНИЦИ (90 минути)

Разделете групата на по-малки групи (3-4 души). Всяка група избира свое собствено тихо кътче и получава своя статия за четене/видео за гледане.

(Статиите във вестниците от нашето обучение са приложени в края.)

Всяка група проектира 3 кратки театрални сцени, по възможност без думи, с повтарящи се жестове и звуци, но може и с кратки изречения – показващи съдържанието на статията, която групата е получила. След това всяка група показва сцените пред останалите участници в групата, докато останалите отгатват за какво става дума в статията и избират заглавие на показаната история. След това в груповия размисъл обсъждаме истинското съдържание на статиите.

При размисъл в кръг всяка група представя съдържанието на статията. Има място за дебат относно ролята на политиката (държавата) и медиите върху културата на изключване и как това се отразява в нас, индивидите. Ние също така размишляваме върху това как можем да повлияем на нашата култура.

***Вариант:**

Вместо вестникарски статии, намерете телевизионни репортажи.

Примери:

<https://www.bbc.com/news/av/world-europe-57809909>



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

<https://www.dw.com/en/why-is-ceuta-migrant-crisis-happening/a-57594562>

<https://www.youtube.com/watch?v=cd60SMYEN9g>

ГОЛЕМИЯТ ТАНЦУВАЩ ШЕФ (15 минути) (имате нужда от няколко танцувални песни, готови за възпроизвеждане)

Доброволец напуска стаята, за да не може да види или чуе какво се случва в пространството на работилницата. Други образуват групов кръг, изправени. Фасилитаторът пуска музиката, докато хората, останали в пространството на работилницата, започват да танцуват и без думите започват да копират танцови движения от един човек в кръга. Сега „Танцуващият шеф“ от групата в кръга започва да води танцовите движения, другите подражават. Доброволецът, който се връща в стаята, трябва да разбере кой раздава танцовите движения и води групата. Но хората в групата трябва да бъдат креативни и да следват танцовите движения по начин, по който доброволецът трудно може да познае. Ако човек разбере кой води танцовите движения, те разменят местата си, в противен случай кръгът се повтаря, с различна музика във всеки кръг и различен водач на танца. Повторете няколко кръга, за да създадете релаксация и смях в залата.

***Вариант:**

МЕЛОДИЧНАТА РЪКА (15 минути)

Седнали в кръг със затворени очи, всеки актьор докосва ръце със своите съседи; лявата му/и ръка лежи върху ръката от лявата му/и страна, дясната му/и ръка под дясната му/и ръка. Така той/тя контролира движението на лявата ръка на десния си съсед, а движението на собствената му лява ръка се контролира от човека отляво. Актьорите движат десните си ръце по ритмичен, мелодичен начин, позволявайки на лявата им ръка да бъде движена по подобен начин от техния съсед. След това фасилитаторът казва „Глави“ и актьорите включват главите си в движението; след това „Гърди“; след това ‘Станете’ и цялото тяло танцува; и след това „Пейте“ и цялата група (все още със затворени очи) стои, люлее се и пее заедно.

***ГРУПАТА ЛЕЖИ В ОБЩИЯ ЦЕНТЪР (10 минути)**

Групата се събира в кръг, заставайки заедно, така че всички в кръга да се докосват с рамене. След това цялата група, без да престава да се докосва с раменете, трябва да легне на пода, така че всички глави да се допират една в друга в центъра. Групата прави няколко вдишвания и издишвания едновременно, благодарейки си за съвместната работа и подкрепата.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

	<p>*Вариант:</p> <p>ДВИЖЕНИЕТО СЕ ВЪРНА (10 минути)</p> <p>Седнали в кръг, всички обръщат тялото си надясно, така че сега гледат гърба на съседа си, докато показват своя на човека отзад. Затваряме очи и не говорим. В първия кръг фасилитаторът започва повтарящо се действие (безшумно ритмично потупване или стискане) по рамото на човека пред него/нея, който след това трябва да повтори точно същото нещо на лицето пред него/нея и така нататък, докато движението се върне към фасилитатора. В този момент авторът променя движението или ритъма (или и двете). Фасилитаторът на следващия кръг моли някой друг в групата да започне движението (без да съобщава кой трябва да бъде). Това бавно ще създаде малък хаос, тъй като изведнъж ще има няколко движения в кръга, което ще завърши обучението с нашите методики със смях и групова връзка.</p> <p><u>Бележки към ръководителя на семинара:</u></p> <p>Трябва да има една кратка почивка (5 минути) в тази сесия. Не бързайте с упражнения или размишления, освен ако когато има игри с бързи асоциации, там участниците не трябва да имат време или пространство да мислят, така че посланията идват отвътре, това, което е интернализирано и несъзнателно. Рефлексите винаги се случват в груповия кръг, вие също се опитвате да започнете и завършите сесията в груповия кръг.</p> <p><u>Необходимо оборудване, пространство и материали:</u></p> <p>Необходимо е достатъчно пространство за всеки участник, както и достатъчно място за движение и разделяне на хората на групи, където всеки да работи на спокойствие. Също така не трябва да има звуци или шумов фон.</p> <p>Материалите, от които се нуждаете: статии, разпечатани за всяка група / видеоклипове от телевизионни репортажи.</p> <p>За упражнението Dancing boss и видеопроекция:</p> <p>Имате нужда от интернет или танцувални песни, звуков плейър и bluetooth високоговорител, компютър/мобилен телефон.</p> <p>Можете да намерите нашия танцов плейлист от обучението тук:</p> <p>https://youtube.com/playlist?list=PL3uDfxuvD_Gk28skmfQ80RJj3gF9_Uv0Cz</p>
Допълнителни бележки	ПРЕЗ ОЧИТЕ НА БЕЖАНЕЦА – Humanitas - Препоръка на учители: https://www.youtube.com/watch?v=NVmDoNwyl1o



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

или ресурси	<p>Снимки от подготовката на театралния сценарий за ПРЕЗ ОЧИТЕ НА БЕЖАНЕЦА: https://www.facebook.com/humanitas.drustvo/posts/1009668212444545</p> <p>Видеозапис на различни методи, наред с други, колумбийска хипноза, направени на Лагерът на световите на Humanitas: https://youtu.be/0Uubey_yKZk</p> <p>*ДОПЪЛНИТЕЛЕН МАТЕРИАЛ КЪМ УПРАЖНЕНИЕТО ЗА ТЕАТЪР НА ВЕСТНИКА:</p> <p>Избрани статии от вестници или списания по темата</p> <p>Изберете някои местни доклади/проучвания и някои международни. Потърсете различни гледни точки или статии, които използват езика, създавайки дискриминация, така че дебатът да бъде многоизмерен и да повдига нови въпроси, както и да предлага критичен анализ на медийното отразяване. Ето няколко примера от нашето обучение:</p> <p>1) <i>“White feminists wanted to invade - Afgan women never asked for U.S. air strikes”</i> https://www.thenation.com/article/world/white-feminists-wanted-to-invade/</p> <p>2) <i>“Bus seats mistaken for burqas by members of anti-immigrant group”</i> https://www.theguardian.com/world/2017/aug/02/bus-seats-mistaken-burqas-anti-immigrant-group-norwegian</p> <p>3) <i>Пример за местно проучване:</i></p> <p><i>“Media (co)Creation of »Refuge and Security Crisis« and Its Reflection at the National and Local Levels</i></p> <p>Aleš Vučar Ručman, Ph.D., Assistant Professor, Faculty of Criminal Justice and Security, University of Maribor, Slovenia.</p> <p>Ajda Šulc, M. A., Doctoral student, Faculty of Social Sciences, University of Ljubljana, Slovenia.</p>
Библиография	<p><i>Ralph Yarow: Jana Sanskriti, Routledge.</i> https://www.collectionbooks.net/pdf/jana-sanskriti</p> <p><i>Paulo Freire: Pedagogy of the Oppressed</i> https://www.academia.edu/5349251/PEDAGOGY_OF_THE_OPPRESSED_30TH_ANNIVERSARY_EDITION_PAULO_FREIRE</p> <p><i>Humanitas: A Handbook on Global Education, Theatre Pedagogy and Peer Education.</i></p>



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

https://www.salto-youth.net/downloads/toolbox_tool_download-file-1919/TTGE_Handbook_HUMANITAS_2018_web-Copy.pdf

Joanna Macy: The work that reconnects

http://grad.1sthost.org/1529/joanna-macy-the-work-that-reconnects-pdf_-download?i=1

Humanitas: Through the refugee's eyes, messages of Slovenian children to the people with refugee experience:

https://issuu.com/drustvo_humanitas/docs/skozi_oci_begunca_issuu

Manca Setinc Vernik: "Through the Refugee's Eyes" - experiences with the experiential and interactive theatre show, Engaging with Historical Traumas, Routledge, 2021.

https://www.taylorfrancis.com/books/edit/10.4324/9781003046875/eng_aging-historical-traumas-nena-mo%C4%8Dnik-ger-duijzings-hanna-me_retoja-bonface-njresa-beti?refId=4eb80598-b4eb-4226-b7c6-8cf6351c_a801&context=ubx

6. Организиране на театрални дейности онлайн

Имайки предвид наскоро възникналите нужди от дистанционно обучение и онлайн дейности, както и смесения характер на Т.І.Р. резултати, тук предлагаме оценка на риска, която може да се използва като ръководство за всички заинтересовани страни, желаещи и готови да предоставят онлайн драматични дейности.

Оценката на риска е последвана от кратък списък с неща, които трябва и не трябва да се правят при извършване на онлайн дейности, което е от значение за всеки тип организирана онлайн дейност.

Описание на риска: Отрицателни последици за личното физическо здраве

Последствия:

- Не мога да участвам
- Продължаващите последици могат да доведат до хоспитализация

Ниво на риск: Средно



Кой е изложен на риск: Участници

Методи за справяне:

- Цялата комуникация е дигитална
- От участниците не се иска да се срещат или да се занимават с определени места или хора, които биха ги изложили на риск
- Този проект е създаден в резултат на изолация/социално дистанциране
- За всяка еднократна физическа среща се изготвя отделна оценка на риска

Отговорник: Член на екипа

Описание на риска: Отрицателни последици за физическото здраве на другите

Последици: Отговорност / отчетност

Ниво на риск: ниско

Кой е изложен на риск: Семейства/приятели/непосредствена общност на участниците

Методи за справяне:

- Цялата комуникация е дигитална
- От участниците не се иска да се срещат или да се занимават с определени места или хора, които биха ги изложили на риск
- Този проект е създаден в резултат на изолация изолация/социално дистанциране
- Съвети, дадени при покана относно текущите насоки на NHS
- За всяка еднократна физическа среща се изготвя отделна оценка на риска

Отговорник: Член на екипа

Описание на риска: Отрицателни последици за личното психично здраве

Последствия:

- Не мога да участвам
- Понижаване на настроението
- Риск от депресия и тревожност

Ниво на риск: високо



Кой е изложен на риск: Участници

Методи за справяне:

- Участниците се ангажират с проекта само когато желаят – екипът подкрепя активен избор за участие или неучастие. Екипът на организаторите няма да оказва натиск за участие
- Участниците ще бъдат насърчавани през предвидимото време винаги да поставят психичното си здраве и благополучие на първо място и че ако трябва да не се включват в този проект, трябва да направят този избор. Екипът би подкрепил този активен и позитивен избор.
- На участниците непрекъснато ще се напомня, че този проект е за отказ/включване и че е налична поддръжка при необходимост
- Участниците са помолени да изпратят документи за работата на форума на проекта, който ще работи само в работно време. Участниците ще бъдат информирани за това и ще бъдат насърчавани да търсят подкрепа от други организации, ако имат нужда от нея. В началото на работното време на персонала цялото изпратено съдържание трябва незабавно да бъде прегледано, за да се следи благосъстоянието на участниците
- Всеки, който се нуждае от незабавна помощ, ще получи обаждане от член на екипа.
- Всички участници в момента са познати на екипа от организатори/фасилитатори и има ниво на разбиране на индивидуалните предизвикателства, които имат в живота си

Отговорник: Член/ове на екипа + външен психолог

Описание на риска: Отрицателни последици за психичното здраве на другите

Последици: - Отговорност/ отчетност

Ниво на риск: високо

Кой е изложен на риск: Участници

Методи за справяне:

- Участниците се ангажират с проекта само когато пожелаят
- Участниците ще бъдат насърчавани в обозримо време винаги да поставят психичното си здраве и благополучие на първо място и че ако трябва да не се включват в този проект, те трябва да направят този избор и ако има вероятност това да повлияе на другите в тяхното домакинство те не трябва да се ангажират. Екипът ще подкрепи този активен и положителен избор.

Отговорник: Член/ове на екипа + външен психолог



Описание на риска: Опасения за липса на защита

Последствия:

- Индивидуални случаи, свързани с онлайн/дигитална безопасност
- Споделяне на съдържание с екипа

Ниво на риск: Средно

Кой е изложен на риск: Участници

Методи за справяне:

- Понастоящем екипът няма да споделя никакви материали с трети страни без съгласието на млади хора и, когато е подходящо, родители/настойници.
- Участниците винаги ще имат избор да се включат/откажат.
- Цялото съдържание ще бъде споделено от млад човек към член на персонала чрез служебен телефон или затворена дискусия.
- Цялата дейност ще бъде в съответствие с политиката за защита на екипа
- Непрекъснат преглед на личните обстоятелства на младите хора
- Редовни проверки между младите хора и екипа за подпомагане на емоционалното благополучие
- Указателните табели винаги са на разположение и са постоянен разговор с младите хора
- Детето/младежът е посъветван незабавно да докладва за всякакви проблеми или притеснения.
- Сесиите трябва да се записват при условие, че е предоставено съгласие
- Персоналът на всяка сесия ще проверява емоционалното им състояние на младите хора
- Като част от кодекса за поведение на младите хора ще бъде напомнено за пространството, в което се намират, използвайки своите уеб камери
- Участниците са ангажирани и разбират правилата на групата и са информирани, че ще бъдат помолени да напуснат групата, ако не се придържат към тях
- Разделете стаи, използвани за обсъждане на поведението и давайте предупреждения

Отговорник: Член/ове на екипа

Описание на риска: Достъпност

Последствия:

- Цифрова/мобилна достъпност за участниците



- Изключване на обучението и уврежданията

Ниво на риск: Средно

Кой е изложен на риск: Участници

Методи за справяне:

- Екипът да работи на индивидуална основа, за да гарантира, че участниците имат достъп до тази работа
- Персонал за идентифициране на онези, които се нуждаят от помощ за получаване на достъп до проекти, напр. цифрови устройства и/или wifi/данни
- Текущ мониторинг на достъпността за хора с увреждания, в съответствие с плана за действие за равенство и многообразие

Отговорник: Член/ове на екипа

Описание на риска: Нараняване, свързано със заобикалящата среда на участниците, когато участват или създават материал

Последици: - Леки до тежки наранявания

Ниво на риск: Средно

Кой е изложен на риск: Участници

Методи за справяне:

- Младите хора ще бъдат насърчавани да снимат/творят на места или моменти, които се чувстват сигурни
- Младите хора да гарантират, че имат свободно пространство около себе си за физически дейности
- Младите хора имат основно съзнание за заобикалящата ги среда

Отговорник: Член/ове на екипа

Описание на риска: Хакерство/Вирус

Последици: Загуба на лични данни/използване на фирмени данни

Ниво на риск: ниско

Кой е изложен на риск: Екип

Методи за справяне:



- Екипът вярва, че участниците няма да използват тази възможност, за да използват или да се опитат да получат данни
- Повечето видеоклипове ще бъдат изпратени чрез WeTransfer
- Не са известни млади хора, които имат намерение да причинят вреда или смущение на екипа
- Екипът няма да изтегли никакви връзки, които изглеждат подозрителни или които не са от доверен източник
- Персоналът на екипа ще проверява с млади хора, за които се предполага, че изпращат връзки по имейл, дали им се вярва
- Лаптопите на екипа са оборудвани с адекватен защитен софтуер
- Родителите и младите хора се съгласяват с правилата и условията за видеоконференции и разбират, че екипът не е свързан с платформата

Отговорник: Ръководител на екипа

Описание на риска: Психично здраве на екипа на персонала

Последствия:

- Понижаване на настроението
- Риск от депресия и тревожност

Ниво на риск: Средно

Кой е изложен на риск: Екип

Методи за справяне:

- Членовете на екипа редовно се регистрират заедно
- Насърчава се персоналът на екипа да се обади на своя ръководител, ако има проблеми с текущата работна ситуация
- Психичното здраве и благосъстоянието са в основата на нашата работа и всичко, което излага персонала или младите хора на риск, ще бъде незабавно спряно

Отговорник: Член на екипа

Правила за работа онлайн



1. Бъдете напълно облечени и носете подходящо облекло (без облекло с надписи съдържащи нецензурни думи, или изображения с голота или сексуално естество) – това важи за всички участници, всички фасилитатори и всички членове на домакинството в средата, от която участващите хора се присъединяват .
2. Бъдете уважителни – отнасяйте се така, сякаш сте в реално пространство, не говорете вместо хора, фокусирайте се, когато другите говорят, без псувни, уважавайте местоименията, оспорвайте мненията, а не хората, без тормоз, без реч на омразата, без дискриминация мил. Това се отнася за всички участници.
3. Никога не използвайте пълното си име, собствените имена ще свършат работа.
4. Бъдете коректни, когато говорите – придържайте се към темата, не губете време, изкарвайки дискусията извън релси.
5. Не забравяйте, че това не е лично пространство – не споделяйте чувствителни лични неща, които могат да бъдат използвани срещу вас или нещо, което може да ви направи тъжни или твърде уязвими.
6. Ако се чувствате неудобно по някаква причина или имате нужда от помощ, говорете с членовете на персонала – изпратете лично съобщение или txt.
7. Това, за което се говори, е поверително (освен ако не засяга безопасността на хората)
8. Уверете се, че хората в къщата знаят, че провеждате видео разговор – те трябва да ви осигурят необходимата тишина и уединение.
9. Не записвайте и не правете снимки на сесиите, освен ако това не е обсъдено от всички и групата е съгласна.
10. Когато сте физически, уверете се, че имате достатъчно пространство около себе си и правете само това, което вашите способности ви позволяват, за да сте в безопасност.
11. Опитайте се да не се отегчавате, когато хората обясняват нещата.
12. Не забравяйте, че е лесно да тълкувате погрешно нещата онлайн, уверете се, че сте мили, ясни и подкрепящи.