

MAŁGORZATA WOJCIESZUK

SPRAWOZDANIE Z SEMINARIUM NAUKOWEGO
„IMPROWIZACJA W TAŃCU
JAKO METODA PRACY TWÓRCZEJ
I TERAPEUTYCZNEJ”
POZNAŃ, 20 VIII 2003 ROKU

W dniu 20 sierpnia 2003 roku odbyło się w Poznaniu seminarium naukowe „Improwizacja w tańcu jako metoda pracy twórczej i terapeutycznej” w ramach X Międzynarodowych Warsztatów Tańca Współczesnego i Festiwalu „Taniec bez barier”. Seminarium otworzyła prof. Ewa Wycichowska – dyrektor artystyczny, która zasygnalizowała, że tematem wiodącym na tegorocznym seminarium jest integracja.

Jako pierwszy referat na temat „Taniec, między sztuką a terapią” wygłosił dr Detlef Kappert (Niemcy). Wystąpienie Kapperta tłumaczyła na język polski Beata Marecka, asystent-tłumacz. Zdaniem referenta, taniec od zawsze był związany z człowiekiem. Obecnie kreacja i terapia stają się pojęciami komplementarnymi. Metoda, którą zaprezentował Kappert, umiejscawia taniec między sztuką a terapią. W przeciwieństwie do terapii tańcem, gdzie taniec jest środkiem wywoławczym, w metodzie Kapperta taniec traktowany jest jako środek wyrazu, jako droga. Metoda ta nie jest przeznaczona dla osób z obciążeniami, z dużymi trudnościami, osób chorych psychicznie.

Nasuwa się pytanie, dlaczego taka metoda jest użyteczna w pracy z osobami pełnosprawnymi? Kappert wyjaśnia, że jej celem nie jest wyjaśnianie i praca nad własnymi obciążeniami; chodzi tu o połączenie, „pojednanie” zdrowia ciała ze zdrowym duchem.

Mgr MAŁGORZATA WOJCIESZUK – doktorantka w Katedrze Edukacji Literackiej i Teatralnej w Instytucie Pedagogiki na Wydziale Nauk Społecznych KUL; adres do korespondencji: Al. Raławickie 14, 20-950 Lublin.

Ankiety wykazują, że większość społeczeństwa nie ma poczucia szczęścia. Obecne, modernistyczne społeczeństwo żyje w skomplikowanej sytuacji społecznej. Psychosomatyzm jest jakby syndromem naszej cywilizacji. Wiele osób cechuje wyobcowanie wobec własnego ciała, natury. Widoczna jest coraz większa alienacja człowieka. Czynniki te i ich swoiste złożenie są odpowiedzialne za depresje, które są symptomem naszego wieku. Dlatego potrzebny jest program, koncepcja, które mogłyby być wykorzystywane w pracy grupowej po to, aby uwolnić ludzi od barier, przyzwyczajzeń, blokad. Metoda ta powinna być oparta na zmysłowości, gdzie istotny jest aspekt piękna. Ważna jest tu sensowna konfrontacja z samym sobą. Taką możliwość daje sztuka. Nie chodzi tu jednak o oglądanie spektakli tanecznych. Najistotniejsze jest, by samemu uczestniczyć w procesie, akcie twórczym. Podczas typowych zajęć tanecznych ćwiczenia są często powierzchowne. Gdy chcemy do czegoś dojść, musimy najpierw opanować technikę. Osoby aktywne zazwyczaj lubią treningi. Trening odczuwania siebie jest skierowany do osób skupionych na sobie, na swoich problemach. Tutaj bardzo istotne jest połączenie obu metod: treningu tanecznego i treningu odczuwania.

Kappert przez pięć lat badał osoby, które uczestniczyły w jego zajęciach grupowych. Na jednych z zajęć połowa osób stała z zamkniętymi oczami i wyciągniętymi rękami, reszta grupy chodziła i kładła im na dłonie przedmioty różnej ciężkości, np. piórko, piłkę. Było to ćwiczenie percepcji ciężkości i faktury materiału. Przeprowadzono je również w innych grupach. Okazało się, że część osób przerywa ćwiczenie, ponieważ nie jest przygotowana do takiego odbioru. Mówią one, że nie dostały żadnego przedmiotu, zostały zapomniane. Takie ćwiczenia wywołują życiowe, osobiste tematy. W przypadku tego eksperymentu u 95% osób aktualizuje się temat dawania i brania, temat przepływu. Istnieje systemowe połączenie między ciałem i sceną, w jakiej się to odbyło. Inne tematy życiowe to np. dominacja i przystosowanie, zakorzenienie i stałość, niezależność i wolność. W metodzie proponowanej przez Kapperta chodzi o wykorzystanie różnych technik tanecznych, które wywołują jeden z życiowych tematów. Zajęcia powinny trwać około dwóch godzin. Ważne, by zacząć od rozgrzewki, w trakcie której temat zostanie zasygnalizowany. Następnym etapem powinny być ćwiczenia, które bezpośrednio „otworzą” temat; potem ćwiczenia będące kulminacją, momentem, w którym temat zostanie przeżyty przez osobę w sposób najbardziej pełny, osobisty, rozwiązujący problem tej osoby.

W terapii tańcem bardzo ważny jest dobór odpowiedniej muzyki. Muzyka uaktywnia określone obszary emocjonalne. W czasie 20 lat praktyki Kappert wielokrotnie wykorzystywał tę metodę. Pomimo zróżnicowania uczestników eksperymentu (wiekowi, osoby starsze, dzieci, tancerze, psychologowie) i tego, że eksperyment prowadzony był w wielu krajach, jego rezultaty są podobne. Archetypowe tematy funkcjonują w bardzo podobny sposób. Motyw dawania i brania jest uniwersalnym tematem, jednakowo ważnym dla różnych osób. Są to zarazem tematy osobiste, dotyczące codziennego życia.

Następny referat – „Początek i rozwój terapii tańcem. Z tańca ekspresyjnego lat dwudziestych do obecnych czasów” – wygłosiła dr Anna Pohlmann (Niemcy); tłumaczyła Ilona Mazur-Bazaniak – asystent-tłumacz. Pohlmann, psychoterapeutka, w swojej pracy stosuje metodę terapii tańcem, stale ją rozwijając.

Taniec ekspresyjny powstał w latach dwudziestych XX wieku w Niemczech i był związany z ówczesnymi kierunkami w sztuce. Wówczas pojawiła się potrzeba zmiany formy tańca: z baletu – w dopracowanych strojach – do tańca swobodnego, bardziej naturalnego, w strojach nie krępujących ruchów tancerza. Nowe formy taneczne można by określić jako naturalne dla ciała zasady ruchu. Poprzez mimikę twarzy, tańczenie boso, w obszernych szatach można wyrazić przeżycia człowieka.

Pierwszymi tancerzami ekspresyjnymi byli: Isadora Duncan, Rudolf Laban i Mary Wigman.

Isadora Duncan (1872-1927) była najwybitniejszą przedstawicielką tańca ekspresyjnego. Stworzyła własny system tańca i choreografii. Mówiono o niej, że „ożywiła posąg starożytności”, gdyż swój taniec opierała na wzorach zaczerpniętych z antycznej sztuki greckiej.

Rudolf Laban (1879-1958) był autorem autonomicznych układów tanecznych i choreografii do utworów muzyki klasycznej oraz twórcą kinetografii – notacji tańca, czyli systemu zapisu ruchów tanecznych za pomocą specjalnych znaków na pionowych pięcioliniach.

Mary Wigman (1886-1973), uczennica R. Labana i rytmiczka Jaquesa Dalcroza, była propagatorką tzw. tańca wyrazistego, odrzucającego techniczne podstawy baletu. W 1920 roku założyła szkołę ruchu. Nie rozwinęła jednak żadnej własnej techniki tańca.

Rozwój tańca ekspresyjnego przyczynił się do wykorzystania go w praktyce klinicznej. Zauważono bowiem, że taniec „uzdrowia”. Psychiatrzy zaczęli współpracować z tancerzami. Wspólnie opracowali podstawy terapii tańcem.

Pionierami terapii tańcem byli:

Marian Chace (1876-1970) – uważała, że „taniec jest komunikowaniem się i przez to zaspakaja ludzkie potrzeby”¹. Stworzyła koncepcję i metodę komunikacji z jednostką i grupą, która była prosta, domknięta i uwzględniała etapy procesu grupowego. Dzięki temu przełamała barierę komunikacyjną z pacjentami psychotycznymi.

Trudi Schoop (1903-1997) – była aktywna w terapii tańcem szczególnie w Niemczech. Pracowała z wyrazem, ekspresją. Podkreślała znaczenie właściwego wykorzystania ciała do tego, aby zbudować zdolność do samoekspresji i odkrywania. Poprzez ruch wzrasta bowiem poczucie pewności siebie, a to z kolei ma wpływ na funkcjonowanie człowieka. Jej metoda polegała na ustrukturalizowaniu obrazu ciała odbywającego się w ruchu, a następnie improwizacji wynikającej z osobistego materiału pacjenta.

Liljan Espenak (1908-1983) – stworzyła podstawy koncepcyjne w psychoterpii tańcem, które łączą testy diagnostyczne z teorią psychomotoryczną. Jej metoda pozwoliła na praktyczne wykorzystanie teorii Adlera do pracy z umysłem i ciałem.

Mary Starks Whitehouse (1911-1979) – poprzez połączenie improwizacji z analizą głębi stworzyła unikalną teorię dla psychoterpii tańcem. Rozwinęła „autentyczny ruch”. Ruch ten jest przeciwstawny temu, który pochodzi z uczenia się techniki, figur itp. „Ja się ruszam” przeciwstawione jest stwierdzeniu „ja jestem poruszany”. Dla

¹ Cytat został przytoczony przez Annę Pohlmann.

Whitehouse najważniejsze było usunięcie świadomości z ruchu, a raczej postawienie jej w roli obserwującego i kooperującego świadka.

W 1966 roku powstało międzynarodowe zrzeszenie ADTA – American Dance Therapy Association. W Niemczech zaczęto otwierać nowe instytuty: DGT – Deutsche Gesellschaft für Tanztherapie (1984); ITTH – Petra Klein. Institut für Tanztherapie Hamburg (Seit 1985 auf Teneriffa); DITAT – Deutsches Institut für Tanz und Ausdruckstherapie (1990); PLTTH – Psychotherapeutische Institut für Tanztherapie (1995).

W dalszej części referatu Pohlmann przedstawiła swoją metodę pracy z pacjentami, opartą na teorii symbolu. Pohlmann wychodzi z założenia, że w pierwszych latach naszego życia nie istnieje żadna forma kształtowania symboli. Ciało jest przeżywane przez niemowlę jako całościowy narząd zmysłu. Wraz ze wzrostem, rozwojem ciała, powstają sensomotoryczne różnicowania. Im bardziej się rozwijamy sensomotorycznie, tym bardziej możliwe jest kształtowanie symboli. Jeśli proces ten jest pozytywny, ma związek z rozwojem potencjału ruchu. Jeżeli natomiast jest to niemożliwe, wówczas ciało jest nam obce. Pohlmann pokazała rysunki obrazu ciała wykonane przez jej pacjentów (np. kobieta z chroniczną psychozą narysowała części ciała oddzielnie; inna chora narysowała ciało, ale na poziomie brzucha była pustka), a także zaprezentowała film wideo z zarejestrowanym własnym ambulacyjnym projektem (pt.: „Orientacja w przestrzeni, ciało, forma”).

Prof. Jana Pilatova (Czechy) zaprezentowała swój program integracyjny, jaki wprowadziła na Akademii Teatralnej w Pradze. Temat jej referatu brzmiał: „Program integracyjny. Marzenia i rzeczywistość”.

Na początku swojego wystąpienia Pilatova zaprezentowała film wideo na temat programu integracyjnego odnoszącego się do osób o „innej cielesności”² i pełnosprawnych. Omówiła także działalność osób zaangażowanych w realizowanie tego programu, który został przeprowadzony w roku 1998 na Akademii Teatralnej w Pradze i trwał trzy miesiące. Jego uczestnikami byli studenci, aktorzy, plastycy i ludzie o innej cielesności (niewidoma kobieta, mężczyzna bez rąk). Mieli oni za zadanie wykonać konkretne ćwiczenia teatralne, zaimprovizować jakąś sytuację, przeżycia, które sami wymyślili. Okazało się, że człowiek najpierw musi być w zgodzie z samym sobą, a dopiero potem może integrować się z grupą. „Przekraczanie siebie jest możliwe, jeśli całkowicie akceptujemy siebie. Doświadczenie nie jest odpowiedzią, jest pytaniem”³.

W czasie referatu wystąpił Martin Frys – uczeń (obecnie aktor) Pilatovej, nie mający rąk, który zaprezentował pantomimę.

Pilatova współpracuje z osobami o szczególnej cielesności, gdyż uważa, że tkwią w nich ogromne potencjały, talenty. Program integracyjny był spotkaniem osób, które czasem nie wiedzą, jak rozwijać swój talent. Dzięki programowi osoby te mogą się wiele nauczyć od innych.

² Takiej definicji osoby niepełnosprawnej używała Pilatova w swoim referacie.

³ Jest to fragment wystąpienia Jerzego Grotowskiego, zacytowany przez Pilatovą.

Kolejny referat, pt. „Wózek inwalidzki – możliwości i bariery”, wygłosił mgr Przemysław Kwarta z Akademii Wychowania Fizycznego w Poznaniu. W swoim wystąpieniu stwierdził, że w Polsce są cztery miliony osób niepełnosprawnych (11% społeczeństwa). Osoby mające upośledzone funkcje lokomocyjne w wyniku uszkodzenia kręgosłupa są zmuszone poruszać się za pomocą wózków inwalidzkich.

W konstrukcji wózków inwalidzkich uwzględnia się przede wszystkim konieczność przemieszczania się oraz możliwości manewrowania nim. Obecnie wózki są tak udoskonalane, by dawać osobie niepełnosprawnej możliwość szybkiego i sprawnego poruszania się. Coraz częściej działalność ruchowa osób niepełnosprawnych poszerza się, np. na wózkach grają oni w piłkę, w hokeja, uprawiają łucznicstwo, narciarstwo, wyścigi, narciarstwo wodne. Jednak nie wszyscy niepełnosprawni, którzy mogliby uczestniczyć w takich ruchowych zajęciach, korzystają z takiej możliwości. Bariery psychiczną jest tu obawa przed brakiem akceptacji ze strony innych, a także akceptacji dla własnego ciała. Możliwość zaakceptowania siebie daje taniec. W krótkim czasie można zaobserwować poprawę stanu psychicznego. Improwizacja taneczna pozwala odnaleźć radość życia. Jest szczególną formą terapii, umożliwiającą rozwój osobie niepełnosprawnej.

Następny referat, pt. „Improwizacja jako metoda przygotowania przedstawienia z aktorami niepełnosprawnymi. Obserwacje i uwagi organizatora Festiwalu «Terapia i teatr»”, wygłosiła dr Irena Lewkowicz z Uniwersytetu Łódzkiego.

Biennale są od ośmiu lat organizowane w Łodzi. Do pierwszego spotkania tego typu doszło w 1995 roku dzięki zaangażowaniu Stowarzyszenia Terapii i Teatru. Osoby związane ze Stowarzyszeniem uważają, że teatr może być stosowany w pracy osobami z różnym rodzajem niepełnosprawności: psychiczną, fizyczną, społeczną itd. Istnieją różne odmiany tych działań, np. teatroterapia, psychoterapia, dramoterapia. W czasie pięciu spotkań w ramach biennale wystawiono około 150 sztuk. Obok profesjonalnych spektakli były również przedstawienia wątpliwej jakości, jednak zawsze świadczyły one o wiedzy i umiejętnościach osób niepełnosprawnych. Odbyły się trzy konferencje międzynarodowe (ostatnia miała miejsce w 2002 r.).

Irena Lewkowicz zaprosiła wszystkich na następną konferencję, która odbędzie się w Łodzi w maju, 2004 roku.

Lech Śliwonik uważa, że teatr osób niepełnosprawnych powinien być „dla życia”, przez co praca teatralna odrywa się od sztuki, a bardziej zbliża się do życia. Chodzi tu o to, by poprzez teatr wejść w życie osób niepełnosprawnych.

Według Świątka „[...] każde spotkanie człowieka z drugim człowiekiem ma cechy improwizacji. Aktor jest chwilowo zamieszkującym lub zamieszkanym przez inną osobę [...] teatr życiem nie jest, teatr smakuje życie”⁴. W czasie spektaklu aktorzy niepełnosprawni stawiają przed publicznością lustro. Każdy widz zostaje skonfrontowany z samym sobą. Lewkowicz uważa, że dobrym teatrem z udziałem osób niepełnosprawnych, gdzie pracuje się metodą improwizacji, jest teatr Tartare Tona Baro. Pracę zaczyna się tam od ćwiczeń ruchowych, ćwiczeń emisji głosu. Następnie proponuje się jakiś temat przedstawienia, z którego – na drodze improwizacji – rodzi

⁴ Wypowiedź Świątka przytoczyła Irena Lewkowicz.

się jego schemat fabularny. Z dyskusji nagranych na wideo tworzy się struktura teatru. Improwizuje się w drodze tworzenia spektaklu.

Ostatni referat wygłosił mgr Leszek Bzdyl. Temat jego wystąpienia był następujący: „Decyzje dramaturgiczne w przedstawieniach teatru tańca”.

Zdaniem Bzdyla teatr jest dziedziną sztuki, której nie można skatalogować. Teatr jest mieszanką różnych dziedzin sztuki i organizuje je na rzecz spektaklu. Ważny jest impuls do działania, atmosfera zdarzenia, temat. Temat rządzi przedstawieniem. Istotna jest improwizacja emocjonalna.

Uczestnicy międzynarodowego seminarium „Improwizacja w tańcu jako metoda pracy twórczej i terapeutycznej” poruszyli wiele istotnych tematów z dziedziny choreoterapii. Terapia przez sztukę jest postrzegana – zarówno przez teoretyków, jak i praktyków problemu – jako metoda bardzo potrzebna w pracy z osobami o różnej sprawności. Taniec jest jedną z najbardziej wysublimowanych, ale i pierwotnych form sztuki. Może pomóc w lepszym poznaniu własnego ciała, uwolnieniu się od blokad, barier (metoda pracy Kapperta). Odpowiednio stworzona improwizacja taneczna daje szansę integracji osób pełnosprawnych i osób o „innej cielesności” (program integracyjny Pilatovej). Zdaniem referentów taniec (zwłaszcza improwizacja taneczna) jest drogą, która pomaga zaakceptować siebie, daje radość, jak również umożliwia rozwój osobie niepełnosprawnej.