

Na tropie dobrostanu. Przestrzeń wspólna

MIEJSCE: teatr, biblioteka, szkoła
GRUPA ODBIORCZA: młodzież 9-13 lat, nauczyciele,
TEMAT: psychologowie szkolni
młodzież, teatr, szkoła, partnerstwo,
sztuka, edukacja

Autorzy:

Projekt „Na tropie dobrostanu. Przestrzeń wspólna” został zrealizowany w Miejskim Teatrze Miniatura w Gdańsku przez Monikę Tomczyk, absolwentkę kursu „Kioski Troski”.



Monika Tomczyk – absolwentka między innymi reżyserii teatru dzieci i młodzieży na Akademii Sztuk Teatralnych we Wrocławiu, pedagogiki specjalnej na Uniwersytecie Łódzkim, Akademii Teatru Alternatywnego; instruktorka eksperymentalnego teatru tańca. Działa w sieci Partnerów Teatroteki Szkolnej. Pracuje jako pedagoga teatru w Miejskim Teatrze Miniatura w Gdańsku. Inicjuje, projektuje, realizuje działania edukacyjno-artystyczne w ramach Pracowni Teatralnych Inspiracji i programu „Edukacja do Kultury. Gdańsk”. Związana z łódzkim kolektywem Portiernia Sztuki. Monika jest pasjonatką sztuki, terapeutką integracji sensorycznej, reżyserką, przez wiele lat była również aktorką Teatru Logos w Łodzi. Laureatka Ogólnopolskiej Nagrody im. Haliny Machulskiej.

Opis projektu:

Inspiracją do podjęcia tematu regulowania emocji wśród dzieci i młodzieży była premiera spektaklu pt. *Charlie zmienia się w kurczaka*. To opowieść o chłopcu, który wciela się w różne zwierzęta, szukając sposobu, by poradzić sobie z trudnymi emocjami. Pedagoga teatru Monika Tomczyk zastanawiała się, co mogłoby być skutecznym narzędziem w teatralnej pracy warsztatowej z młodzieżą. Znakomitym

punktem wyjścia okazał się zestaw książek Artura Gębki wydanych nakładem Gdańskiego Wydawnictwa Psychologicznego.

Pozycje takie jak: *Na tropie podejrzanych relacji*, *Na tropie podejrzanych myśli* oraz *Na tropie podejrzanych zachowań* skierowane są do odbiorców w wieku 9–13 lat oraz pedagogów, nauczycieli i rodziców. Monika postanowiła potraktować książki jako teksty dramatyczne i przenieść opisane w nich ćwiczenia na scenę. Ostatecznie teatr podjął współpracę z sześcioma klasami szkół podstawowych (klasy 4–7) i zaprosił je do pilotażowego procesu teatralnego, którego efektem, w dalszej perspektywie, będzie wypracowanie formatu wspierającego rozmowę z zdrowiu psychicznym z młodymi ludźmi (na przykład jako grę teatralną).

Dlaczego i po co?

Jak mówi Monika: „Teatr to nasza przestrzeń wspólna, gdzie spotykają się różnorodne myśli, zachowania i gdzie tworzą się relacje. Projekt wpisywał się w szerszą ideę budowania wspólnych, bezpiecznych przestrzeni, w których z troską o własne emocje, zachowania i myśli dążymy ku mniej powierzchownym relacjom i budujemy bardziej świadome społeczeństwo”. Monika, która wcześniej pracowała w poradni psychologiczno-pedagogicznej, podkreśla wartość pracy z młodzieżą. Wiek 9–13 lat wydaje jej się wyjątkowo wrażliwy. To wtedy kształtuje się osobowość, nawyki, sposób funkcjonowania w grupie. Jeszcze niedawno młodzi ludzie mierzyli się z wyzwaniami takimi jak pandemia i nauka zdalna, dziś doszły do tego widmo wojny, wielokulturowość w klasach, social media itp.

Teatr pozwala w dostępny sposób podjąć tematy związane z dojrzewaniem emocjonalnym i budowaniem odporności psychicznej, daje też możliwość działania – poczucie sprawczości, doświadczenie zmiany. Ćwiczenia dotyczące zdrowia psychicznego przeniesione w przestrzeń teatru pozwalają dotknąć pewnych abstrakcyjnych pojęć i kategorii w bezpiecznej ramie warsztatów pedagogiczno-teatralnych lub teatralnej konwencji. Jak podkreśla Monika, projekt miał dawać narzędzia do zadbania o siebie i swoją kondycję psychiczną, nazywania potrzeb, zachowań, myśli oraz wspierać budowanie pozytywnych relacji. Wynikał też z chęci – nieoczywistej – współpracy teatralnej za szkołami, opartej na dialogu i próbie zainspirowania ich do działania w obszarze zdrowia psychicznego.

Miejski Teatr Miniatura w Gdańsku w przeszłości podejmował już temat emocji i rozwoju psychospołecznego dzieci oraz wspierał edukację w tym obszarze. Interesujący wydaje się między innymi projekt „E-mocje”, który łączył literaturę dla dzieci i teatr na rzecz wspierania rozwoju emocjonalnego dzieci.

Uczestnicy projektu:

W projekcie uczestniczyło sześć oddziałów ze szkół podstawowych (klasy 4-7). Szkoły z całego Gdańska chętnie odpowiedziały na zaproszenie teatru. Co ważne nauczyciele, a często i psychologowie lub pedagodzy szkolni brali udział w zajęciach, co mogło zaowocować kontynuowaniem podjętych wątków w ramach zajęć szkolnych. Poziom klas, a zatem także potrzeby uczestników, były zróżnicowane. Wartością dodaną była możliwość zdiagnozowania potrzeb teatralnych młodej widowni. W projekcie wzięło udział około stu pięćdziesięciu uczniów i dwunastu opiekunów (duet nauczyciel – psycholog lub pedagog szkolny).

Grupy szkolne mają ograniczenia czasowe wynikające z systemu lekcyjnego. Monika uważa, że można zastanowić się nad długofalową pracą z wybraną grupą i zaangażować osoby uczestniczące w głębszy proces artystyczny – przepracować w ramach cyklu więcej ćwiczeń tematycznych.

Przebieg projektu:

- 1 Opracowanie merytoryczne cyklu**

Monika zaczęła przygotowania od określenia potrzeby (w tym wypadku było to wsparcie placówek oświatowych w działaniach edukacyjnych na rzecz zdrowia psychicznego), wyboru materiałów merytorycznych i opracowania wstępnego zarysu scenariusza działania na podstawie wymienionych wyżej publikacji (szereg inspiracji warsztatowych do pracy teatralnej z uczniami znajdziecie też na stronie Teatroteki Szkolnej).
- 2 Kontekst społeczny i partnerstwa**

Projekt został opracowany w oparciu o szerszy kontekst działań miejskich zebranych pod nazwą „Na tropie dobrostanu. Przestrzeń wspólna”. Są one prowadzone w kontakcie bezpośrednim (offline), w oparciu o założenia programu Profikultura i bazują na kreatywnej współpracy na linii instytucja kultury – szkoła, co jest zgodne z założeniami programu EDUKACJA DO KULTURY. GDAŃSK. Działania te wpisują się też w aktualne życie miasta (między innymi propagowanie Gdańskiego Miesiąca Zdrowia Psychicznego).

Projekt realizowany jest we współpracy z Gdańskim Wydawnictwem Psychologicznym, które udzieliło zgody na zainspirowanie się książkami

Artura Gębki i przekazało na rzecz projektu egzemplarze książek jego autorstwa dla pilotażowych klas.

3 Skierowanie zaproszenia do szkół

Zaproszenie skierowano do klas 4–7. Ważne, aby zaznaczyć, że aktywny udział nauczycieli, pedagogów i psychologów szkolnych może wesprzeć skuteczną realizację projektu. Zasady współpracy z nauczycielami omówić można na początku działań, na przykład zwrócić uwagę na konieczność poinformowanie uczniów w jakim projekcie będą brać udział.

4 Pierwsze warsztaty w teatrze tzw. pilotaż

Całość rozpoczęła się od rozmowy na temat celu i tematu projektu, czyli zaproszenia do wspólnej twórczej przygody. W tym przypadku było to zaadaptowanie fragmentów książki na zdarzenie sceniczne, skierowane do osób w wieku uczestników, umówienie się z uczniami na zasady wspólnej pracy (między innymi aktywny udział, ale też dobrowolność dzielenia się historiami). Potem przyszedł czas na wprowadzenie pierwszych ćwiczeń teatralnych inspirowanych książką. Były to na przykład:

- tworzenie czegoś w rodzaju scenografii – wyklejanie wielkiej głowy i wpisywanie do niej myśli wzmacniających i tych obniżających naszą samoocenę;
- czytanie fragmentów fabularnych z danej książki (napisanych w konwencji śledztwa detektywistycznego) i wyłapywanie ważnych dla grupy momentów, a następnie przekładanie ich na działania teatralne, na przykład scenki dramatowe.

Wszystkim ćwiczeniom towarzyszyła rozmowa, która pomogła nazwać pojawiające się emocje i podsumowywała doświadczenia.

5 Zbieranie wniosków i realizacja gry teatralnej

Po zakończeniu warsztatów przyszła pora na zebranie materiału, który powstał podczas zajęć oraz sprawdzenie, które ćwiczenia się sprawdziły, jakie tematy najlepiej pracowały w danych grupach wiekowych, a które działania miały charakter uniwersalny, jakiego typu treści wnosili uczestnicy itp.

Zebrany materiał może stać punktem wyjścia do stworzenia bardziej uniwersalnej formy teatralnej, jak choćby gra teatralna czy działanie performatywne, które wesprze rozmowę z młodzieżą na temat zdrowia psychicznego. Ważne, aby traktować młodych ludzi jako współtwórców tej sytuacji – w miarę ich chęci oraz możliwości włączać ich historie i pomysły w przebieg planowanej gry, dawać przestrzeń do twórczej odpowiedzi na proponowane ćwiczenia.

Pytania do refleksji:

Jakie wyzwania związane z regulowaniem emocji widzicie u młodych ludzi? Czy wiemy, jak podjąć rozmowę z tą grupą? Czy mamy pomysł, skąd czerpać rzetelną wiedzę i jakich narzędzi użyć? Na jaką skalę działań się decydujemy? Czy mamy przestrzeń na wstępne testowanie pomysłu? Jakich tematów chcemy dotknąć poprzez działania teatralne: złość, wstyd, napięcie, lęk, relacje, impulsywność, smutek, nadwrażliwość? Czy umiemy i czy czujemy się na siłach pracować z tymi tematami? Czy potrzebujemy dodatkowych kompetencji w tym zakresie? Czy potrzebujemy wsparcia metodycznego i specjalistycznego?

Czy są teksty kultury, które uważamy za inspirujące do podjęcia danego tematu? W jaki sposób spektakl lub inny tekst kultury może stać się „bezpiecznym wejściem” w te rozmowy? Jakie kompetencje są potrzebne, by łączyć pracę sceniczną z psychoedukacją? Czy jest jeszcze jakaś grupa, która naszym zdaniem wymaga szczególnego wsparcia w rozmowie o zdrowiu psychicznym?

Oznaczenie licencji

Autor:

Monika Tomczyk

Instytucja:

**Teatr Miniatura
w Gdańsku**

Rok powstania materiału:

2025

Materiały udostępniono na licencji Creative Commons. Uznanie autorstwa 4.0 Międzynarodowe (CC BY 4.0). Pełna treść licencji: <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>