



## Театрални представления, които включват хора с увреждания

### Основна цел

Целта на този практически лист е да представи средата на театралното изкуство и как това как да се адаптират и представят театрални представления, за да включват хора с увреждания.

В този информационен лист ще:

- Научите повече за театралната среда като цяло,
- Научите повече за ефектите, които театралната среда може да окаже върху хората с увреждания,
- Научите повече за различните дейности, които могат да бъдат въведени, за да направят театралните представления по-приобщаващи.

### От какво имате нужда:

- Стая със сцена, столове и възглавници.
- Компютър с достъп до интернет, таймер, тиха музика.

### Предизвикателства

### Предистория

Гръцкият произход на думата " theatron " означава "място, където човек гледа". Театърът представлява „спектакъл, в който актьори, поставени в обстоятелствата и ситуациите, създадени от текст и визията на режисьора, въплъщават персонажи за външни лица (публиката), в ограничено време и пространство. Писмените диалози се наричат пиеси, но могат да се създават и пиеси без думи. Има и музикални театрални произведения. Театърът принадлежи към семейството на сценичното изкуство.

Театърът е също така за представяне, интерпретация и постановка. Това е буквален жанр, както и сградата, в която се провежда театралното представление.

Освен това има няколко театрални жанра като:

- **Трагедия:** Театрална постановка, която поставя история с фатален изход.
- **Драма:** постановка за пламенен герой и трагичните събития около него
- **Комедия:** Стреми се да разсмее хората, да представи по-лек сюжет
- **Фарс:** Кратка комедия, представяща сценични игри.
- Булеварден театър:** поставя на сцената света на буржоазията

*Петте (5) стълба на театъра са: **слушане; сила на групата; решителност или самочувствие; изразяване на емоции и творчество.***

Забележете, че театралното изкуство е колективно преживяване, практикува се по принцип групово и се вписва в настоящето (няма конкретни следи, каквито оставят след себе си художникът и неговата картина).

При обсъждането на темите за социалното включване, уврежданията, изкуството и естетиката изникват различни въпроси. Ето някои от тях: Какво е мястото на инвалидността в театралните представления? Как гледаме на човека в инвалидна количка, който играе в пиеса, подчертавайки

уязвимостта на увреждането? Говорим за достъпност или интеграция чрез изкуство? Театърът средство ли е за повишаване на чувствителността, образователна подкрепа, терапия?

## **Театрални представления и хората с увреждания в 21 век**

Увреждането се определя от СЗО (Световната здравна организация), както следва: „Увреждането е взаимодействието между субекти с определено медицинско състояние (например церебрална парализа, синдром на Даун или депресия), лични фактори и фактори на околната среда (например негативни нагласи, недостъпен транспорт и обществени сгради и ограничена социална подкрепа).“

Смята се, че повече от 15% от световното население живее с увреждания (над един милиард души). Театралното изкуство може да бъде добър начин за повишаване на обществената осведоменост за различни увреждания.

Предизвикателствата, пред които е изправена театралната общност, за да направи тази форма на изкуство по-приобщаваща, могат да се видят по различни начини, като например адаптиране на местата за посещение, писане на пиеси и подход към хората с увреждания. Има редица въпроси, които човек може да си зададе, когато мисли за лечение и увреждания, например:

1. Как да включим хора с увреждания в театрална труппа?
2. Как да хомогенизираме репетиционните упражнения?
3. Как да позволим на хората с увреждания да се изразяват открито?
4. Пространствата за изпълнение адаптирани ли са за хора в инвалидни колички?
5. Може ли лицето с увредено зрение да включи своето куче водач в сцената например?

6. Как обществеността гледа на смесена театрална постановка (хора с увреждания и хора без увреждания)?

Да отговори на нуждите на хората с увреждания и да бъде по-приобщаващо в съответствие с 21-те цели за устойчиво развитие. Необходими са промени в социалната политика и отношението към културата на хората с увреждания чрез наличието на напълно достъпни театри от световна класа. Националният театър на хората с увреждания е една организация, която се фокусира върху тази цел и предоставя основен модел за достъпност в сектора на изкуствата и културата.

Актьори, писатели и режисьори разсъждават за това докъде са стигнали театрите по отношение на повишаването на достъпността за публика и творци. Повече можете да прочетете в статията на Изабел Флин чрез тази връзка:

<https://www.theguardian.com/stage/2020/jan/27/theatre-access-actors-writers-directors-theatres-accessibility>

## Адаптация

**- Театър: Съвместен и колективен опит.**



Съвместното преживяване се определя като „работа, извършена съвместно от няколко души, които обединяват своите знания и умения, организират и координират действията си, за да постигнат резултат, за който носят колективна отговорност.“ Театърът позволява колективно преживяване. Той също така помага да се преодолее изолацията на хората, живеещи с увреждания, и допринася за по-добро социално включване. Всеки е свободен да изразява себе си, независимо от неговото затруднение или увреждане.

### **Театърът: игриво преживяване**

Понятието „игра“ се отнася до удоволствието, до саморазвитието. Театърът може да бъде отлично поле за игра, свобода, вербално и физическо изразяване, комуникация и взаимодействие за хора с увреждания. Той позволява на хората да създадат персонаж и да играят активна роля с него.

Ролевите игри позволяват на хората с увреждания да изразят себе си, а също така позволяват да покажем на света това, което е вътре в нас.



## Театърът: Място за създаване и личностно развитие

Театралното изкуство е срещата на няколко съставни елементи като актьор, публика и ролева игра. Инвестирането в творчески проект като театър може да позволи на хората, живеещи с увреждания, да придобият различен смисъл на живота си. Създаването само по себе си може да бъде освобождаващо преживяване .

Използването на театралната среда има множество предимства като подобряване на самочувствието, надграждане върху самия себе си, освобождаване на изразяването на емоциите и езика на тялото. Освен това, театърът допринася за подобряване на управлението на стреса, участва в развитието на социалните умения, развива въображението и има освобождаващ ефект. Той позволява на човек да съществува в група и да се изразява свободно.





## Практически примери и вдъхновение

По-долу са дадени няколко примера за театрални дейности, които могат да се използват за хора с увреждания (синдром на Даун, затруднения в ученето, увреден слух и говор, физически увреждания)

### Дейност 1 – Използване на пространството

Целта на това упражнение е да се усвои пространството. Учениците са инструктирани да се разхождат из добре очертано такова (представляващо сцената). Когато водещият плясне с ръце, всички обучаеми трябва да замръзнат и т.н. Движението е свободно (например, ученикът може да стои с ръце във въздуха, когато водещият пляска с ръце).

Тази дейност позволява да се развият сетивните възприятия и любопитството, да се извършва физическа активност и да се научи да се слушат инструкции.



## Дейност 2 – Упражнение за запаметяване

В кръг. На свой ред всеки човек дава собственото си име, а следващият трябва да запомни името на другия и да го каже на глас. Целта на това упражнение е да се работи върху паметта.

Тази дейност позволява да се работи върху запаметяването на неща въпреки недъзите, участниците да се почувстват ценени и да се научат да участват в група.



## Дейност 3 – Мим упражнение

В малки групи. Целта на това упражнение е да се имитира ситуация, работа и т.н., за да накара учениците да познаят какво се представя.

Това упражнение позволява да се работи върху въображението, координацията на движенията, да се развие друг начин на



комуникация. Той също така позволява да се включат различни сетива-допир, визуализация.



#### **Дейност 4 - Упражнение за експресия на тялото**

Участниците са свободни да се движат по сцената. Инструкциите за това упражнение са, че водещият трябва да посочи първия човек, който да започне. Всеки на свой ред предлага движение, което останалите повтарят. Това упражнение позволява на участниците да се научат да се доверяват един на друг, да се познават и да слушат инструкциите.



### **Дейност 5 - Упражнение за релаксация**

В кръг. Всеки човек прави масаж на рамото на човека пред себе си. Промяната на посоката може да се извърши след една до две минути. Чрез това упражнение обучаемият се научава да управлява емоциите си, да се доверява на другия и да засилва самочувствието си. Това упражнение също позволява да се научи как да се отпускате, да насочвате емоциите си и да работим върху дишането си.



### Допълнителни източници

- Увреждания и здраве.

Този източник ще ви позволи да научите повече за уврежданията като цяло и за стратегията на ООН

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/disability-and-health>

- Включване, не забравяйте за нас: увреждания в сценичните изкуства.

Този източник ще ви помогне да научите повече за представянето на хората с увреждания в областта на изкуствата.

<https://harvardpolitics.com/disabilities-in-performing-arts/>

В съответствие с приобщаващия характер на проекта Team of art, ето допълнителен източник на френски език

- Видео за илюстриране на тих театър

[https://www.youtube.com/watch?v=IzVUs9\\_GVA4](https://www.youtube.com/watch?v=IzVUs9_GVA4)