

Ανοικτό Πανεπιστήμιο Κύπρου

Σχολή Ανθρωπιστικών Και Κοινωνικών Επιστημών

Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών

Θεατρικές Σπουδές

Μεταπτυχιακή Διατριβή

Δημιουργία Πειραματικής Μεθόδου με συνδυασμό
Πρακτικών της Αφηγηματικής Θεραπείας και τεχνικών του
Μεταδραματικού Θεάτρου



Φανή Τράικου

Επιβλέπουσα Καθηγήτρια

Άννα Τσίχλη

Μάιος 2023

Ανοικτό Πανεπιστήμιο Κύπρου

Σχολή Ανθρωπιστικών Και Κοινωνικών Επιστημών

Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών Θεατρικές Σπουδές

Μεταπτυχιακή Διατριβή

**Δημιουργία Πειραματικής Μεθόδου με συνδυασμό
Πρακτικών της Αφηγηματικής Θεραπείας και Τεχνικών του
Μεταδραματικού Θεάτρου**

Φανή Τράικου

Επιβλέπουσα Καθηγήτρια

Άννα Τσίχλη

Η παρούσα μεταπτυχιακή διατριβή υποβλήθηκε προς μερική εκπλήρωση των
απαιτήσεων για απόκτηση μεταπτυχιακού τίτλου σπουδών
στις 18 Μαΐου 2023
από τη Σχολή Ανθρωπιστικών και Κοινωνικών Επιστημών
του Ανοικτού Πανεπιστημίου Κύπρου.

Μάιος 2023

ΛΕΥΚΗ ΣΕΛΙΔΑ

Περίληψη

Στόχος της παρούσας μεταπτυχιακής διατριβής είναι η σύμπραξη πρακτικών της Αφηγηματικής Θεραπείας και τεχνικών του Μεταδραματικού Θεάτρου για τη δημιουργία μιας νέας πειραματικής μεθόδου που θα οδηγήσει στην παραγωγή θεατρικών δρώμενων με βάση τις αρχές και τις αξίες των δύο εμπλεκόμενων και σχετιζόμενων επαγγελματικών πεδίων.

Η παρούσα μεταπτυχιακή διατριβή αποτελείται από θεωρητικό μέρος στο οποίο αναλύεται η ιδεολογική και πρακτική συγγένεια της Αφηγηματικής Θεραπείας και του Μεταδραματικού Θεάτρου, στη συνέχεια αναλύονται οι υποθέσεις και οι στόχοι γύρω από το κεντρικό ερώτημα κατά πόσο και με ποιο τρόπο πρακτικές της Αφηγηματικής Θεραπείας σε συνδυασμό με τεχνικές του Μεταδραματικού Θεάτρου μπορούν να μας οδηγήσουν σε μια νέα μέθοδο δημιουργίας θεατρικών δρώμενων. Κατόπιν, αναλύεται το πρακτικό κομμάτι, η δημιουργία της μεθόδου μέσα από τις συναντήσεις 6 συμμετεχόντων – ηθοποιών με τη σκηνοθέτιδα – αφηγηματική θεραπεύτρια και τα δύο σκέλη της διαδικασίας μέχρι την τελική παρουσίαση ενός θεατρικού δρώμενου που συν – δημιουργείται από όλη την ομάδα: τις ομαδικές συζητήσεις – συνεντεύξεις για τη συλλογή πληροφοριών και την επεξεργασία και τον εμπλουτισμό αυτών με ντοκουμέντα, πολυμέσα και σωματική κίνηση, προκειμένου οι ανθρώπινες ιστορίες να φτάσουν όσο το δυνατόν πιο ζωντανά και έντονα στο κοινό. Παράλληλα δημιουργούνται ερωτηματολόγια ανατροφοδότησης για την αποτίμηση της διαδικασίας και του τελικού αποτελέσματος καταρχάς από τους ίδιους τους συμμετέχοντες – ηθοποιούς, όσο και από το κοινό που παρακολουθεί το ολοκληρωμένο θεατρικό δρώμενο *Χάρτες 2023* στις 14 Μαΐου 2023.

Το όλο εγχείρημα της παρούσας μεταπτυχιακής διατριβής έλαβε κατά κύριο λόγο θετικά σχόλια τόσο από τους συμμετέχοντες – ηθοποιούς όσο και από το κοινό που παρακολούθησε το τελικό θεατρικό δρώμενο. Παρ' όλα αυτά είναι σημαντική η συζήτηση που ακολουθεί για τις πιθανές επεκτάσεις στη σύνθεση της ομάδας των συμμετεχόντων και τη διαφορετική χρονική διάρκεια που θα μπορούσε να λάβει η συγκεκριμένη μέθοδος στο μέλλον.

Διαδικτυακός Σύνδεσμος Μαγνητοσκοπημένης Παράστασης *Χάρτες 2023*:
https://www.youtube.com/watch?v=UYW2aerZO2g&ab_channel=HarmoniaMentalHealthCarebyFaniTraikou

Summary

The aim of this masters thesis is the collaboration of Narrative Therapy practices and Metadramatic theater techniques to create a new experimental method that will lead to the production of theatrical actions based on the principles and values of the two involved and related professional fields.

This master thesis consists of a theoretical part in which the ideological and practical kinship of Narrative Therapy and Post-Dramatic Theater is analyzed, then the assumptions and goals surrounding the main question are analysed. The main question is whether and how practices of Narrative Therapy in combination with Post-Dramatic Theater techniques can lead us to a new method of creating theatrical acts. In addition, the practical part is analyzed, the creation of the method through the meetings of 6 participants - actors with the director - narrative therapist. There are two process phases until the final presentation of a theatrical performance which is co-created by group: The group discussions – interviews in order information to be gathered and processed and later to be enriched with documents, multimedia and physical movement, so that the stories of the group are shared with the audience as vividly as possible. At the same time, feedback questionnaires are created for the assessment of the process and the final result, firstly from the participants – actors themselves, as well as from the audience who saw the complete theatrical play *Xartes (Maps) 2023* on May 14th, 2023.

The entire project of the present Master Thesis receives primarily positive comments from both the participants - actors and from the audience which saw the final theatrical action. Nevertheless, the discussion that follows is important about the possible expansions in the composition of the group of participants and the different length of time that this method could take in the future.

Ευχαριστίες

Για την εκπόνηση της Μεταπτυχιακής Διατριβής θέλω πρώτα και πάνω από όλα να ευχαριστήσω την επιβλέπουσα καθηγήτρια, κυρία Άννα Τσίχλη γιατί με την πολύτιμη καθοδήγησή της, την τακτική επικοινωνία μας, το μοίρασμα ιδεών και την θετική της στάση έγινε πολύ πιο εύκολη η όλη *διαδρομή* ως την ολοκλήρωση του παρόντος εγχειρήματος.

Επιπροσθέτως, θέλω να ευχαριστήσω τον σύζυγό μου, Μιχάλη Κεμανετζή, γιατί χωρίς τη δική του στήριξη και υπομονή ίσως να μην είχα τολμήσει να ξεκινήσω τις *Θεατρικές Σπουδές*. Ακόμα ευχαριστώ τις κουμπάρες μου, τις φίλες και τους φίλους μου για την κατανόηση τους και την ενθάρρυνση τους μέχρι το τέλος, καθώς και τους συμφοιτητές και τις συμφοιτήτριες μου γιατί καθ' όλη τη διάρκεια του μεταπτυχιακού προγράμματος είχαμε μια συνεργασία βαθιάς αλληλεγγύης, αλληλοϋποστήριξης κι αλληλοενημέρωσης.

Τέλος, όχι ένα αλλά χίλια ευχαριστώ στη Θεατρική Ομάδα *Παρακμή* της Πολιτιστικής Ομάδας *Το Ελληνικό Σπίτι στο Ρότερνταμ* της Ένωσης Ελλήνων Ολλανδίας και πιο συγκεκριμένα στα 6 άτομα που υπήρξαν *συνταξιδιώτες μου*, στον Γιάννη Σχιστό, στη Μαρία Ντόρρη, στην Μαρία Παπασταύρου, στη Φωτεινή Τερζοπούλου, στην Τίνα Μίχου και στην Αναστασία Κυριάκου. Χωρίς την παρουσία τους, τη βοήθειά τους, την προθυμία και την όρεξη τους να πειραματιστούμε μαζί θα ήταν πολύ πιο δύσκολη και περίπλοκη η ολοκλήρωση της παρούσας μελέτης και διατριβής.

Περιεχόμενα

Εισαγωγή	1
Η Αφηγηματική Θεραπεία	3
1.1 Πρακτικές Αφηγηματικής Θεραπείας	4
1.1.1 Συζητήσεις Εξωτερίκευσης.....	4
1.1.2 Συζητήσεις Ανασυγγραφής.....	5
1.1.3 Τελετές Προσδιορισμού	5
Το Μεταδραματικό Θέατρο	7
2.1 Είδη Μεταδραματικού Θεάτρου	9
2.1.1 Σωματικό Θέατρο.....	10
2.1.2 Θέατρο της Αποδόμησης.....	10
2.1.3 Θέατρο Ντοκουμέντο	11
2.1.4 Θέατρο Πολυμέσων.....	11
2.1.5 Θέατρο της Επινόησης.....	12
2.1.6. Θέατρο του Καταπιεσμένου	12
Η συνάντηση της Αφηγηματικής Θεραπείας με το Μεταδραματικό Θέατρο	14
3.1 Κοινά σημεία μεταξύ Αφηγηματικής Θεραπείας και Μεταδραματικού Θεάτρου	15
3.1.1 Η Αποδόμηση Ιδεών.....	15
3.1.2 Η Αφήγηση Ιστοριών.....	16
3.1.3 Η Κατάργηση Του Ειδικού, Του Επαγγελματία.....	16
3.1.4 Η Κοινωνική / Κοινωνική Πρακτική	17
3.1.5. Οι Μάρτυρες	18
3.1.6. Τα Τελετουργικά	19
3.1.7 Η Χρήση Νέων Μέσων.....	19
Σχεδιασμός της Μελέτης & Μέθοδος	22
4.1. Διαδικασία Και Συμμετέχοντες	24
4.2. Ερευνητικά Εργαλεία	26
4.2.1. Ερωτηματολόγιο για την ανάλυση των λέξεων <i>Σπίτι</i> και <i>Ταξίδι</i>	27

4.2.2. Ημερολόγιο Συναντήσεων.....	27
4.2.3. Ερωτηματολόγιο Εντυπώσεων για τους Χάρτες.....	28
4.2.4. Ερωτηματολόγιο Παρακολουθώντας τους Χάρτες.....	28
4.3 Αποθήκευση Υλικού.....	29
4.4 Έγκαιρη Ενημέρωση Του Κοινού για τους Χάρτες	29
4.5 Επεξεργασία Ποιοτικών Δεδομένων.....	32
4.6. Ανάλυση Δεδομένων Των Υπόλοιπων Ερευνητικών Εργαλείων.....	33
Αποτελέσματα & Γενική Αποτίμηση της Μεθόδου και της Παράστασης.....	35
5.1. Τα Αποτελέσματα Της Χρήσης Του Ερωτηματολογίου Για Την Ανάλυση Των λέξεων Σπίτι Και Ταξίδι.....	35
5.2. Η Χρήση Των Σημειώσεων Από Το Ημερολόγιο Συναντήσεων	37
5.3. Η Σημασία Της Αποθήκευσης Του Υλικού.....	38
5.4. Αποτελέσματα Ποιοτικών Δεδομένων.....	38
5.4.1. Ερωτηματολόγιο Εντυπώσεων για τους Χάρτες.....	38
5.4.2. Παρακολουθώντας τους Χάρτες	45
Επίλογος & Γενικά Συμπεράσματα	50
6.1. Από την αρχή μέχρι την τελική παράσταση	50
6.2. Η σχέση των συμμετεχόντων – ηθοποιών με τη σκηνοθετίδα – αφηγηματική θεραπεύτρια	50
6.3. Τα αποτελέσματα του Ερωτηματολογίου Εντυπώσεων για τους Χάρτες.....	51
6.4. Τα αποτελέσματα του ερωτηματολογίου Παρακολουθώντας τους Χάρτες.....	53
Περιορισμοί της Μεταπτυχιακής Διατριβής και Προτάσεις για Περαιτέρω Διερεύνηση & Εφαρμογή	55
7.1. Ιδέες για διαφορετική σύνθεση της ομάδας συμμετεχόντων – ηθοποιών.....	55
7.2. Ο χρόνος διεξαγωγής της Μεταπτυχιακής Διατριβής και οι περιορισμοί που έφερε ο προκαθορισμένος χρόνος.....	56
7.3. Ο ρόλος του σκηνοθέτη – αφηγηματικού θεραπευτή.....	57
Παράρτημα Α.....	59
Ερευνητικά εργαλεία	59
A.1 Ερωτηματολόγιο για το Σπίτι.....	59
A.2 Ερωτηματολόγιο για το Ταξίδι	63

A.3 Ερωτηματολόγιο Εντυπώσεων για τους Χάρτες.....	68
A.4 Ερωτηματολόγιο Παρακολουθώντας τους Χάρτες	70
Παράρτημα Β.....	73
Τα Λόγια Των Συμμετεχόντων Στην Παράσταση.....	73
B.1 Λόγια Φωτεινής Τερζοπούλου	73
B.2 Λόγια Γιάννη Σχιστού	76
B.3 Λόγια Μαρίας Ντόρρη.....	80
B.4 Λόγια Μαρίας Παπασταύρου.....	83
B.5 Λόγια Τίνας Μίχου.....	87
B.6 Λόγια Αναστασίας Κυριακού.....	91
Παράρτημα Γ	94
Γ.1. Φωτογραφίες από τις πρόβες	94
Γ.2. Φωτογραφίες από την παράσταση.....	95
Βιβλιογραφία	97
Ελληνική βιβλιογραφία.....	97
Ξένη βιβλιογραφία.....	99
Ιστότοποι.....	101

Πίνακας Φωτογραφιών

Φωτογραφία 1	Σπίτι από τη Μαρία Ντόρρη	28
Φωτογραφία 2	Απόσπασμα από την ανακοίνωση της Βραδιάς Θεάτρου στο Facebook	30
Φωτογραφία 3	Δείγμα από το εξώφυλλο του προγράμματος της <i>Βραδιάς Θεάτρου</i>	31
Φωτογραφία 4	Το εσωτερικό του προγράμματος της Βραδιάς Θεάτρου	32
Φωτογραφία 5	Οι έξι συμμετέχοντες – ηθοποιοί στη σκηνή	44
Φωτογραφία 6	Σε μία από τις τελευταίες πρόβες	94
Φωτογραφία 7	Στη δοκιμαστική λήψη παραμονές της παράστασης	95
Φωτογραφία 8	Οι ηθοποιοί την ώρα της παράστασης	95
Φωτογραφία 9	Οι ηθοποιοί την ώρα της παράστασης	96
Φωτογραφία 10	Οι ηθοποιοί την ώρα της παράστασης	96

Εισαγωγή

Στην παρούσα Μεταπτυχιακή Διατριβή επιχειρείται ο συνδυασμός πρακτικών της Αφηγηματικής Θεραπείας και τεχνικών του Μεταδραματικού Θεάτρου με στόχο τη δημιουργία μιας νέας πειραματικής μεθόδου για τη δημιουργία θεατρικών δρώμενων.

Στο θεωρητικό μέρος, στα τρία πρώτα κεφάλαια, εξηγείται αναλυτικά ποια είναι η κοινή ιδεολογική βάση της Αφηγηματικής Θεραπείας και του Μεταδραματικού Θεάτρου με βάση τον μεταμοντερνισμό, την ιδέα της Αποδόμησης του Jacques Derrida και πλήθος άλλων θεωριών που χαρακτηρίζουν από κοινού τα δύο αυτά επαγγελματικά πεδία. Με βάση τις πολλές ιδεολογικές και πρακτικές ομοιότητες τους δημιουργείται και η υπόθεση πως η συνεργασία αυτών των δύο επαγγελματικών πεδίων μπορεί να μας δώσει μια νέα μέθοδο δημιουργίας θεατρικών δρώμενων.

Στην συνέχεια, στο τέταρτο κεφάλαιο, προχωράμε στο πρακτικό μέρος όπου εξηγείται πώς χρησιμοποιούνται κάποιες πρακτικές που εφαρμόζονται σε συνεδρίες Αφηγηματικής Θεραπείας για τη συλλογή πληροφοριών γύρω από ένα θέμα μέσα από αφηγήσεις ιστοριών που οι άνθρωποι προσκαλούνται να μοιραστούν. Αυτές οι πρακτικές εφαρμόζονται σε μια ομάδα 6 ερασιτεχνών ηθοποιών που πρόθυμα δέχονται να συνδημιουργήσουν μαζί με τη σκηνοθέτη – αφηγηματική θεραπεύτρια ένα θεατρικό δρώμενο, από το μηδέν μέχρι το τέλος, δίνοντας τελικά την απάντηση στο ερώτημα αν η Αφηγηματική Θεραπεία και το Μεταδραματικό Θέατρο μπορούν στην πράξη να συνυπάρξουν και να φέρουν ένα θεατρικό αποτέλεσμα βασισμένο στις κοινές αρχές και αξίες των δύο συνεργαζόμενων επαγγελματικών πεδίων. Προκειμένου να γίνει αυτό πραγματοποιούνται 5 συναντήσεις κατά τη διάρκεια των οποίων συλλέγεται γραπτό και ηχητικό υλικό ομαδικών συζητήσεων γύρω από δύο θεματικές, το *Σπίτι* και το *Ταξίδι*.

Το δεύτερο σκέλος του πρακτικού μέρους αφορά την επινόηση ενός θεατρικού δρώμενου με βάση τις πληροφορίες που μαζεύτηκαν στις πρώτες συναντήσεις όπου όλη μαζί η ομάδα συζητούσε και οι οποίες εκφράζονται μέσα από στοιχεία του Θεάτρου Ντοκουμέντο, του Σωματικού Θεάτρου και του Θεάτρου της Επινόησης. Συγκεντρώνεται σταδιακά σε ένα κοινό ηλεκτρονικό φάκελο προσωπικό υλικό από όλους τους συμμετέχοντες – ηθοποιούς το οποίο συνοδεύει και πλαισιώνει τις αφηγήσεις τους, όπως φωτογραφίες, βίντεο, μουσικά κομμάτια, το οποίο θα χρησιμοποιηθεί στην παράσταση. Παίρνονται ομαδικές αποφάσεις για το τελικό κείμενο της παράστασης, το σκελετό και τη δομή που θα έχει αυτό που θα δει το κοινό, τις επιμέρους θεματικές, το ένα ή τα

περισσότερα νοήματα που θα εκπέμπει το performance που ετοιμάζεται. Συν – αποφασίζεται ένα κοινό μουσικό μοτίβο που ενώνει τις σκηνές, ένα κοινό αντικείμενο που κουβαλούν όλοι οι ηθοποιοί – συμμετέχοντες πάνω στη σκηνή, ένα κοινό μπλουζάκι με τα χρώματα του ουράνιου τόξου που θα φοράνε όλοι καθ’ όλη τη διάρκεια της παράστασης. Δομείται και οριστικοποιείται η *χορογραφία*, η κίνηση των ηθοποιών και όσα είναι σημαντικό να εκφραστούν μέσω αυτής.

Επιπροσθέτως, δημιουργούνται δύο ερωτηματολόγια ανατροφοδότησης, το ένα για να μοιραστούν το βίωμα τους οι συμμετέχοντες – ηθοποιοί του θεατρικού δρώμενου και το άλλο για να δώσει την ανατροφοδότηση του το κοινό που παρακολούθησε την παράσταση *Χάρτες 2023* στις 14 Μαΐου 2023. Στο πέμπτο κεφάλαιο αναλύονται τα αποτελέσματα.

Στα δύο τελευταία κεφάλαια γίνεται ένας σχολιασμός αποτελεσμάτων που αφορά τόσο την καθαυτή τελική παρουσίαση του θεατρικού δρώμενου, όσο και τις απαντήσεις που λήφθηκαν από συμμετέχοντες – ηθοποιούς και κοινό στα δύο ερωτηματολόγια ανατροφοδότησης. Τέλος, γίνεται ένας σύντομος απολογισμός των περιορισμών της παρούσας Μεταπτυχιακής Διατριβής και δίδονται κάποιες προτάσεις για περαιτέρω διερεύνηση κι ανάπτυξη της πειραματικής μεθόδου που δημιουργήθηκε.

Διαδικτυακός Σύνδεσμος Μαγνητοσκοπημένης Παράστασης *Χάρτες 2023*:
https://www.youtube.com/watch?v=UYW2aerZO2g&ab_channel=HarmoniaMentalHealthCarebyFaniTraikou

Κεφάλαιο 1

Η Αφηγηματική Θεραπεία

Η Αφηγηματική Θεραπεία είναι μια μεταμοντέρνα μετασυστημική θεραπευτική προσέγγιση (Βαγενάς, 2020: XX). Δημιουργοί της θεωρούνται οι ψυχοθεραπευτές Michael White και ο David Epston, οι οποίοι αρχικά παρουσίασαν αυτή τη νέα θεραπευτική προσέγγιση στην Αυστραλία και στην Νέα Ζηλανδία (Ντούμα, 2020: XX).

Οι ιδέες της Αφηγηματικής Θεραπείας προέρχονται από διαφορετικά επιστημονικά αντικείμενα, από την ανθρωπολογία μέχρι την ψυχανάλυση (Bertrando, 2012: XX). Μεταξύ άλλων η Αφηγηματική Θεραπεία φαίνεται να εμπνέεται από το κίνημα του Κοινωνικού Κονστρουξιονισμού, από Μεταμοντέρνες τοποθετήσεις στην φιλοσοφία σαν αυτές του Γάλλου μεταδομιστή φιλοσόφου Paul – Michel Foucault και του Γάλλου Αλγερινής καταγωγής φιλοσόφου και θεμελιωτή της αποδόμησης Jaques Derrida, από εξελιγμένες θεωρίες στην Πολιτισμική Ανθρωπολογία και στην Κοινωνιολογία (Πήτερσεν, 2017: XX).

Ένα από τα μεγαλύτερα οφέλη της εισαγωγής της μεταμοντέρνας Αφηγηματικής Θεραπείας στην κλασική συστημική ψυχοθεραπευτική προσέγγιση ήταν η επικέντρωση και ο σεβασμός στις ιδέες, τις αξίες και τις ιστορίες των ανθρώπων και η *ασέβεια* απέναντι στις θεωρίες και την ειδημοσύνη των θεραπειών (Bertrando, 2012: XX). Προκειμένου να επιτευχθεί κάτι τέτοιο, μεγάλο και ενεργητικό ρόλο παίζει ο θεραπευτής ο οποίος έχει ως πρωταρχικό του μέλημα την ισοτιμία και τη σωστή συνεργασία με το εκάστοτε άτομο, την ομάδα ή την οικογένεια που βλέπει (Ντούμα, 2020: XX). Με άλλα λόγια, στην Αφηγηματική Θεραπεία ο ψυχοθεραπευτής δεν αντιμετωπίζεται πλέον ως η *αυθεντία* που θα δώσει λύση σε όλα τα προβλήματα, αλλά είναι ένας συνεργάτης και σύμμαχος που βοηθά τον εκάστοτε πελάτη ή την ομάδα που εποπτεύει στο να χτίσουν μαζί μια πραγματικότητα που να τους ταιριάζει και να νιώθουν καλά μέσα σε αυτήν (Βαγενάς, 2020: XX).

Στην Αφηγηματική Θεραπεία οι άνθρωποι καλούνται να πουν ιστορίες. Αυτές τις ιστορίες τις κατέχουν ήδη αφού οι αφηγήσεις τους καταδεικνύουν το πώς έχουν νοηματοδοτήσει

τις αλληλεπιδράσεις τους με άλλους ανθρώπους και το πώς έχουν καταλάβει τον κόσμο που τους περιβάλλει ή το πώς αντιλαμβάνονται τον εαυτό τους. Μεταξύ άλλων καλούνται να μοιραστούν πεποιθήσεις τους για τη ζωή, τους άλλους, για συγκεκριμένα γεγονότα, τα προβλήματά τους, ενώ συχνά δεν έχουν μία αλλά πολλές παράλληλες ιστορίες ή ερμηνείες να μοιραστούν που να αφορούν το ίδιο γεγονός (Πήτερσεν, 2017: XX).

Συχνά οι άνθρωποι επιμένουμε στο να δίνουμε αρνητικό νόημα στις εμπειρίες μας ή στις πράξεις μας και δεν εστιάζουμε στα δυνατά αλλά στα αδύναμα σημεία μας κι αυτό έχει ως αποτέλεσμα να επικεντρωνόμαστε στο πρόβλημα ή να θεωρούμε πως εμείς είμαστε το πρόβλημα. Αυτό δε μας βοηθάει να έχουμε πλούσιες ιστορίες, αφού οι αφηγήσεις μας μοιάζουν μονομερείς. Ακόμη, αν επιμένουμε να βλέπουμε τους εαυτούς μας ελαττωματικούς, δε θα εστιάσουμε ποτέ στο πρόβλημα, το οποίο έχει μια δική του υπόσταση στην Αφηγηματική Θεραπεία. «Ο άνθρωπος είναι ο άνθρωπος και το πρόβλημα είναι το πρόβλημα», έλεγε ο Michael White κι έτσι στην Αφηγηματική Θεραπεία οι άνθρωποι καλούνται να διαχωρίσουν τον εαυτό τους από το πρόβλημα στις ιστορίες τους ώστε να βρουν τον τρόπο να μιλήσουν ελεύθερα, απενοχοποιημένα, με τόλμη και φαντασία για όσα είναι σημαντικά για αυτούς (Βαγενάς, 2020: XX).

1.1 Πρακτικές Αφηγηματικής Θεραπείας

Στην Αφηγηματική Θεραπεία συναντούμε πλήθος πρακτικών που μπορούν να διευκολύνουν τη δουλειά του θεραπευτή στο να είναι αρωγός και συνεργάτης του εκάστοτε ανθρώπου, της οικογένειας ή της ομάδας που συναντά. Μερικές από τις πιο θεμελιώδεις και πιο συχνές στη χρήση τους πρακτικές είναι οι συζητήσεις εξωτερίκευσης, οι συζητήσεις ανασυγγραφής και οι τελετές προσδιορισμού (White, 2021: 8).

1.1.1 Συζητήσεις Εξωτερίκευσης

Στις συζητήσεις εξωτερίκευσης ο αφηγηματικός θεραπευτής εστιάζει στο να διαχωρίσει το πρόβλημα από τον άνθρωπο, να δημιουργήσει δηλαδή μια αίσθηση εξωτερίκευσης του προβλήματος που νωρίτερα είναι μάλλον εσωτερικευμένο και ενσωματωμένο με την ταυτότητα του εκάστοτε ανθρώπου. Με αυτόν τον τρόπο ένας άνθρωπος ενδυναμώνεται, απενοχοποιείται, παίρνει την εξουσία της ζωής του και αποφασίζει πώς θα σταθεί απέναντι στα προβλήματά του αφού συνειδητοποιεί τις δυνάμεις του, τις

ικανότητες του, τα ενδιαφέροντα του, τις αξίες του και τις προτεραιότητές του. Φτιάχνει εναλλακτικές ιστορίες οι οποίες εμπεριέχουν μεταξύ άλλων τις ελπίδες του, τα όνειρά του και τις προσδοκίες του για το μέλλον (Ντούμα, 2020: XX).

1.1.2 Συζητήσεις Ανασυγγραφής

Στις συζητήσεις ανασυγγραφής ο αφηγηματικός θεραπευτής ενθαρρύνει τους ανθρώπους να πάνε πέρα από τις κυρίαρχες ιστορίες τους, ενδεχομένως να ξαναπούν τις ιστορίες τους πλέον συμπεριλαμβάνοντας και γεγονότα ή νοήματα που παραμελήθηκαν και δεν αναφέρθηκαν στην πρώτη αφήγηση. Στόχος είναι να προκύψουν εναλλακτικές ιστορίες και να ενδυναμωθούν με σκοπό να αντιληφθούν οι άνθρωποι πως ακόμα και σε δύσκολες καταστάσεις υπάρχουν τρόποι να αντισταθούν, να εξασκήσουν το νου τους και την φαντασία τους, να βρουν λύσεις και να πάρουν νέες πρωτοβουλίες για να διαχειριστούν τα όποια διλήμματα και προβλήματα τους (White, 2021: 59).

1.1.3 Τελετές Προσδιορισμού

Στις τελετές προσδιορισμού της Αφηγηματικής Θεραπείας υπάρχει ο κεντρικός και βασικός στόχος να επαναφέρουμε αξία στις υπάρχουσες ιστορίες των ανθρώπων κι όχι να τις επικρίνουμε ή να τις απαξιώσουμε. Ορίζουμε έναν ή περισσότερους ανθρώπους που συμμετέχουν αρχικά ως ακροατές των ιστοριών και τους οποίους τους αποκαλούμε *εξωτερικούς μάρτυρες*. Μετά την προσεκτική ακρόαση των ιστοριών οι εξωτερικοί μάρτυρες ανταποκρίνονται σε όσα άκουσαν με δικές τους αναδιηγήσεις, οι οποίες διαπνέονται από μια κοινωνική πρακτική αναγνώρισης. Ένας εξωτερικός μάρτυρας δεν εκφέρει άποψη, δεν επικρίνει και δεν συμβουλεύει, παρά εκφράζει όσα του τράβηξαν την προσοχή, όσα του άφησαν ισχυρό αντίκτυπο και πιθανότατα άγγιξαν τη δική του ζωή. Μοιραία, μέσα από τις αναδιηγήσεις, οι άνθρωποι έχουν το αίσθημα πως οι ζωές τους συνδέονται με τις ζωές των άλλων και υπάρχουν κοινά σημαντικά θέματα που τους ενώνουν (White, 2021: 151).

Με βάση τις παραπάνω πρακτικές της Αφηγηματικής Θεραπείας μπορούμε να συμπεράνουμε μια πρώτη ιδεολογική συνάφεια της Αφηγηματικής Θεραπείας για παράδειγμα με το Θέατρο Ντοκουμέντο όπου πρωταγωνιστεί ο κάθε άνθρωπος με τις αληθινές ιστορίες του τις οποίες καλείται με θάρρος και τόλμη να επαναφηγηθεί προκειμένου να τις επαναξιολογήσει ο ίδιος και παράλληλα με όσα καταθέτει προσκαλεί τον κάθε πιθανό θεατή κι ακροατή ενδεχομένως να ταυτιστεί με όσα ακούει και βλέπει.

Τόσο στην Αφηγηματική Θεραπεία όσο και στο Θέατρο Ντοκουμέντο πρωταγωνιστούν η μνήμη, η διήγηση και η ανάγκη να φερθούμε δίκαια στις ανθρώπινες ιστορίες (Odendahl – James, 2011: 1).

Κεφάλαιο 2

Το Μεταδραματικό Θέατρο

Σε αυτό το κεφάλαιο αναλύονται τα βασικά χαρακτηριστικά και οι αρχές του Μεταδραματικού Θεάτρου και αναλύονται βασικά είδη αυτού, όπως το Θέατρο της Επινόησης, το Θέατρο Ντοκουμέντο, το Θέατρο του Καταπιεσμένου και διαφαίνεται η ιδεολογική και πρακτική συνάφεια τους με την Αφηγηματική Θεραπεία.

«Τι είναι θέατρο σήμερα; Τι άλλο μπορεί να είναι θέατρο σήμερα;», αναρωτιέται ο Μιχαήλ Μαρμαρινός (2000: 33) στο βιβλίο του *Εθνικός Ύμνος*. Σε διαφορετικά γεωγραφικά και χρονικά σημεία από τις αρχές του 20ου αιώνα μέχρι και σήμερα το θέατρο περνάει από διαφορετικές μεταβατικές φάσεις, ίσως θα λέγαμε περιόδους μεταμόρφωσης ή ολικού επαναπροσδιορισμού. Όλα ξεκίνησαν από μια ανάγκη απελευθέρωσης του θεάτρου από τα δεσμά της λογοτεχνίας (Fischer-Lichte, 2012: 167). Οι Edward Gordon Craig, Vsevolod Meyerhold, Boris Arvatov, Antonin Artaud ζήτησαν μια επαναθεατροποίηση του θεάτρου (Fischer-Lichte, 2012: 168) για την οποία φρόντισαν πρώτα οι ίδιοι να ανοίξουν τον δρόμο, όμως οι θεωρίες της επιτέλεσης οι οποίες εμφανίστηκαν τόσο στο θέατρο όσο και σε κάθε μορφή τέχνης και ανθρωπιστικής επιστήμης κυρίως τις δεκαετίες του 1960 και 1970 ήταν αυτές που άλλαξαν ριζικά και τον κόσμο του θεάτρου (Fischer-Lichte, 2013: 57).

Ο όρος «επιτέλεση υποδεικνύει ότι η διατύπωση της εκφοράς είναι η επιτέλεση μιας πράξης» (Fischer-Lichte, 2013: 46), δηλαδή η γλωσσική επικοινωνία δεν είναι απλά χρήση λέξεων αλλά μια σειρά από πράξεις ομιλίας. Με τη γλώσσα κάνουμε πράγματα, η ομιλία είναι λεκτική δράση. Αν πάρουμε μια αναλογία μεταξύ γλώσσας και οποιασδήποτε πολιτισμικής δράσης μπορούμε να καταλάβουμε πως πέρα από τη συμβατική ύπαρξη, υπάρχει σε όλα η αντισυμβατική *παράσταση* που επιτρέπει πάντα αναθεωρήσεις κι επισημάνσεις (Schechner, 2011: 10).

Ο Αριστοτέλης είχε πει πως ένα καλλιτεχνικό έργο έχει μια διπλή ζωή. Έχει μιμητικό ρόλο με βάση τον Πλάτωνα, αλλά παράλληλα είναι κι ο εαυτός του (Schechner, 2011: 52). Έτσι

στο θέατρο όταν πραγματοποιούνται επιτελεστικές πράξεις, δηλαδή σωματικές δράσεις, δεν υπάρχει απλά η παρουσία σωμάτων, αλλά η πραγμάτωση σωμάτων. Η θεατρική πραγματικότητα δημιουργείται μα και είναι αυτο-αναφορική (Fischer-Lichte, 2013: 53). Το θέατρο λοιπόν είναι *ταυτόχρονη γραφή*, αφού σαν διαδικασία, σαν καλλιτεχνική πράξη έχει άρρηκτη σύνδεση με τη ζωντανή πραγματικότητα που συντελείται τώρα, γύρω μας (Μαρμαρινός, 2000: 33).

Η θεωρία της επιτέλεσης οδήγησε ουσιαστικά σε αυτό που σήμερα ονομάζουμε *Μεταδραματικό θέατρο* αφού στο θέατρο κάθε γεγονός, δράση ή συμπεριφορά μπορεί να θεωρηθεί ως επιτέλεση ή εναλλακτικά *performance*, όπως χρησιμοποιείται ευρέως ως όρος. Κάθε συνδυασμός παραστατικής τέχνης και απλής καθημερινής πράξης καταργεί τον οποιονδήποτε διαχωρισμό θεατρικής τέχνης και ζωής (Schechner, 2011: 11). Έτσι οδηγούμαστε σε αυτό που περιγράφει ο Lehmann (2006: 3) *το θέατρο ως performance*, δηλαδή το θέατρο διαχωρισμένο από το δράμα, έτσι όπως εδραιώθηκε στις τελευταίες δεκαετίες του 20ου αιώνα. Το συγκεκριμένο θέατρο μεταξύ άλλων αφορά την *εξορία του αληθινού* όπως ίσχυε στο κλασσικό δράμα και την ταυτόχρονη χρήση αληθινών ανθρώπων που επιτελούν κάτι στο εδώ και τώρα (Lehmann, 2006: 4).

Το μεταδραματικό θέατρο αξίζει να μας απασχολήσει όχι απλά και μόνο ως ένα σημαντικό κεφάλαιο του θεάτρου ή ως όρος που περιγράφει την χρονική στροφή του θεάτρου προς την επιτέλεση και γενικότερα προς οποιοδήποτε είδους εναλλακτικού θεάτρου. Η πρόσκληση αφορά την εντρύφηση και περαιτέρω εξερεύνηση των αγωνιών, των πιέσεων, των απολαύσεων και των παράδοξων που αφορούν την διαδικασία της επιτέλεσης (Lehmann, 2006: 4), την ανισορροπία, την κρίση, τη σύγκρουση, την ανολοκλήρωτη μεταμόρφωση που αφορά κάθε θεατρική τεχνική (Schechner, 2011: 22) και εντέλει την επαναθεατροποίηση του θεάτρου και «τον θάνατο του παλιού Ευρωπαϊού ανθρώπου», όπως έλεγε ο Αρτώ, προκειμένου να υποδεχθούμε τον νέο ολικό άνθρωπο, ο οποίος θα έχει ως κύριο στόχο τη σχέση με τον θεατή και όχι με τη σκηνή (Fischer-Lichte, 2012: 189).

Για να επιστρέψουμε στις αξίες όλων των ειδών, την ομολογία, την πίστη, την ταυτότητα και να μετατρέψουμε «τη φαντασία σε αληθινή οσμή ιδρώτα» (Μαρμαρινός, 2000: 33) χρειάζεται να συνειδητοποιήσουμε πως το μεταδραματικό θέατρο είναι η προφητεία μιας νέας εποχής (Fischer-Lichte, 2012: 190), κατά τη διάρκεια της οποίας ηθοποιοί και

θεατές συνυπάρχουν, αλληλεπιδρούν, δρουν μαζί κατά τη διάρκεια του θεατρικού δρώμενου και συναποφασίζουν μαζί τόσο για αισθητικά, όσο και για ηθικά θέματα (Fischer-Lichte, 2013: 24).

Η επιτέλεση μπορεί να λάβει χώρα σε οποιοδήποτε μέρος, κάτω υπό οποιοσδήποτε συνθήκες και να έχει πολλούς διαφορετικούς στόχους (Schechner, 2011: 13). Αφορά ένα γεγονός στο οποίο συμμετέχουν όλοι, κι αν έχουν διαφορετικούς ρόλους, την ίδια χρονική στιγμή και η πρόσληψη και η νοηματοδότηση των όποιων ερεθισμάτων συμβαίνει ταυτόχρονα με την παραγωγή πράξεων (Fischer-Lichte, 2013: 35). Οι συμμετέχοντες στο γεγονός αυτό ενδέχεται να συνδέονται με μια πολιτική ιδεολογία και να ζητάνε να εκφραστούν μέσω αυτού (Τσίχλη, 2008: 83), σε άλλες περιπτώσεις θέλουν να υποστηρίξουν κάποια θεωρία όπως είναι ο φεμινισμός ή το δικαίωμα στο queerness ή τη συμμετοχή των ατόμων με αναπηρίες ή ανθρώπων διαφόρων ηλικιών σε performances. Υπάρχει τόσο μια διαρκής αναζήτηση της ταυτότητας του καθενός που συμμετέχει όσο και μια πρόσκληση να αντιληφθούμε και να επαναπροσδιορίσουμε τον άλλον (Lehmann, 2006: 5).

«Το θέατρο είναι η τέχνη για την ιστορία των ανθρώπων», γράφει ο Μαρμαρινός (2000:21) και το μεταδραματικό θέατρο φαίνεται να θέλει να πει ιστορίες που μέχρι τώρα δεν ακούστηκαν ή να τις πει με διαφορετικό τρόπο, ενώ οι συμμετέχοντες σε αυτό, ηθοποιοί και θεατές, εξερευνούν νέες ιδέες, εικόνες, θέματα, ερεθίσματα που συμπεριλαμβάνουν μουσική, κίνηση, χορό, κείμενο, αντικείμενα (Oddey, 1994: 1). Μέσα από τη χρήση διαφορετικών μέσων και εργαλείων, γεννήθηκαν και αναπτύχθηκαν κάτω από την ομπρέλα του μεταδραματικού θεάτρου διάφορα θεατρικά είδη.

2.1 Είδη Μεταδραματικού Θεάτρου

Από τη δεκαετία του '90 πολλές θεατρικές ομάδες που ασχολούνται με το μεταδραματικό θέατρο συνδυάζουν τη σωματικότητα με live art, με τη χρήση εναλλακτικών χώρων κι εγκαταστάσεων, με performance, με οπτικά εφέ ή άλλες τεχνολογικές δυνατότητες και εμφανίζουν μίαν ανάγκη να επαναπροσδιοριστούν και να ξανά ονοματίσουν το είδος της τέχνης που υπηρετούν. Έτσι προκύπτουν πολλοί νέοι όροι, οι οποίοι φαίνεται πως έχουν ως στόχο το να δώσουν μια ξεχωριστή, μοναδική ταυτότητα σε αυτές τις θεατρικές ομάδες και στη δουλειά που κάνουν (Τσίχλη, 2008: 85). Παρακάτω, θα δούμε κάποια από

τα πιο γνωστά είδη Θεάτρου που συμπεριλαμβάνονται στο ευρύτερο μεταδραματικό θέατρο που χρησιμοποιήθηκαν και στην παρούσα μελέτη.

2.1.1 Σωματικό Θέατρο

Γιατί η κίνηση των σωμάτων είναι τόσο σημαντική στο θέατρο; Γιατί όπως είχε πει ο Constantin Stanislavski δε μπορούμε να ορίσουμε τα συναισθήματα, παρά μόνο τη σωματική δράση (Lerner, 1996: 522).

Η κίνηση αφορά κάθε τι στο θέατρο: Τους ηθοποιούς, τη σκηνή, τους θεατές, τον χορό, τα φώτα, τα κοστούμια, την ίδια την αρχιτεκτονική της σκηνής. Στο θέατρο βέβαια γίνεται μια προσπάθεια διερεύνησης και προσδιορισμού για ποιο λόγο κινούμαστε. Προσπαθώντας να ερμηνεύσουμε μια κίνηση ίσως προσπαθούμε να ερμηνεύσουμε μια ανάγκη ή από την άλλη ίσως δεν χρειάζεται να ερμηνευθεί κανένας σκοπός (Γαλάντης, 2018: 132).

Ο Γάλλος ηθοποιός και δάσκαλος θεατρικής κινησιολογίας Jaques Lecoq ασχολήθηκε όσο λίγοι με το ζήτημα του σώματος στη θεατρική πράξη. Ο ίδιος ως δάσκαλος ήταν το *σταθερό σημείο* και οι μαθητές του με αφετηρία αυτόν καλούνταν να γνωρίσουν τα όρια του εαυτού τους και των δυνάμεων τους (Λεκός, 1997: 17). Ένας ακόμη σπουδαίος θεατρικός σκηνοθέτης και θεωρητικός, ο Jerzy Grotowski, ασχολήθηκε όσο λίγοι, τόσο σε θεωρητικό όσο και σε πρακτικό επίπεδο με τη σωματική κίνηση στο θέατρο (Lerner, 1996: 521). Στο βιβλίο του *Για ένα φτωχό θέατρο* διαφαίνεται πως έδινε ιδιαίτερη προσοχή και έμφαση στη σωματική προετοιμασία κι εκπαίδευση των ηθοποιών μέσα από συγκεκριμένες ασκήσεις και αυτοσχεδιασμούς. Πίστευε πως ακόμη κι αν είναι προκαθορισμένες οι σωματικές ασκήσεις πάνω στις οποίες εξασκούνται οι ηθοποιοί, εντούτοις θα διαμορφώσουν οι ίδιοι στην πορεία τις δικές τους νοητικές συσχετίσεις και ιδέες σχετικά με αυτές. Αργά ή γρήγορα η φαντασία θα ενεργοποιηθεί (Grotowski, 2002: 134).

2.1.2 Θέατρο της Αποδόμησης

Σύμφωνα με τον θεμελιωτή της θεωρίας της Αποδόμησης, τον Γάλλο φιλόσοφο Jacques Derrida, δεν υπάρχει ένα συμπαγές κατασκευασμένο νόημα, αλλά ένα νόημα που διασπείρεται. Δεν υπάρχει η αναμενόμενη σύνδεση μεταξύ γλώσσας και νοήματος, αφού για κάθε λέξη ή φράση τα νοήματα μπορούν να είναι πολλαπλά και αντιφατικά μεταξύ

τους, εξαφανίζοντας την ύπαρξη αντικειμενικής πραγματικότητας. Έτσι εκεί που κυριαρχεί η ασάφεια και όχι η συνοχή μπορεί να υπάρξει ένα αέναο παιχνίδι με τις λέξεις και το νόημα τους. Κάθε είδους γραπτό κείμενο αξίζει πολλές αναγνώσεις, αφού τίποτα δεν είναι αυτονόητο. Κάθε άνθρωπος πρέπει να ξανά σκεφτεί την ατομική και την πολιτισμική ταυτότητά του (Ηλιοπούλου, Μπουτσινής & Ντάβαρη, 2014: 3). Στο θέατρο καμιά πράξη και καμιά εικόνα και καμιά φράση δεν πρέπει να θεωρηθεί αυτονόητη αλλά πρέπει να επανανοηματοδοτηθεί. Αυτό γίνεται για παράδειγμα στο θέατρο της επινοήσης, όταν όλα πρέπει να επινοηθούν από την αρχή, να δομηθούν ή και να αναδομηθούν πολλές φορές (Τσίχλη, 2004: XX).

2.1.3 Θέατρο Ντοκουμέντο

Το συγκεκριμένο είδος θεάτρου ασχολείται με αληθινά ιστορικά γεγονότα, με κοινωνικά και πολιτικά προβλήματα. Η αποτύπωση τους σκηνικά δεν γίνεται μόνο από επαγγελματίες ηθοποιούς αλλά και από απλούς πολίτες που δίνουν την δική τους οπτική για το θέμα μέσα από τις αφηγήσεις τους. Παράλληλα ο σκηνοθέτης ερευνά και συλλέγει ιστορικό ή πληροφοριακό υλικό προκειμένου να δημιουργήσει ένα ενιαίο έργο και με αυτό τον τρόπο να εκφράσει και την προσωπική του άποψη για τα θέματα που επεξεργάζεται μαζί με την υπόλοιπη ομάδα (Καναβούρα, 2019: XX).

Η Ζώνιου (2017: 18) τονίζει πως τα ντοκουμέντα προς χρήση μπορούν να είναι πολλά και διάφορα. Προσωπικές ιστορίες, αρχειοθετημένο υλικό, δημοσιογραφικό υλικό, επιστημονικά άρθρα, βίντεο, φωτογραφίες, προσωπικά αντικείμενα, χάρτες, δημόσια έγγραφα, πρακτικά δικών και ο,τιδήποτε άλλο μπορεί να θεωρηθεί αποδεικτικό μιας προσωπικής μαρτυρίας.

Ο Βραζιλιάνος σκηνοθέτης και θεωρητικός του θεάτρου Augusto Boal μέσα από το *Θέατρο του Καταπιεσμένου*, τόνιζε πόσο σημαντικό είναι ο ηθοποιός να είναι ένα ενεργό υποκείμενο με δική του φωνή κι όχι ένας άνθρωπος πίσω από έναν φανταστικό ρόλο. Ο ηθοποιός που λέει ουσιαστικά την αληθινή του ιστορία μπορεί να συνειδητοποιήσει τις τυχόν καταπιέσεις που βίωσε στη ζωή του, να βρει τρόπους να τις διαχειριστεί ενώ πρώτα και πάνω από όλα είναι ο ίδιος θεατής της προσωπικής του ιστορίας (Leao & Reno, 2021: 4).

2.1.4 Θέατρο Πολυμέσων

Εικόνες, ήχοι, βίντεο, εφέ κινηματογράφου, διαδραστικές οθόνες χρησιμοποιούνται σε θεατρικά δρώμενα για να δημιουργήσουν έντονα συναισθήματα και ενδεχομένως μια ονειρική αίσθηση στον εκάστοτε θεατή. Όταν η χρήση τεχνολογίας και η θεατρική πράξη συνυπάρχουν ισορροπημένα, τότε τα οφέλη της συνύπαρξης τους μπορούν να είναι πολλαπλά (Καραγεωργίου, 2016: 3). Η αφήγηση των ηθοποιών πλαισιώνεται και συμπληρώνεται από ένα βίντεο, μια φωτογραφία που προσφέρει δύναμη ή και αξία στα όσα λέγονται ενώ μπορεί να λειτουργεί και ως ντοκουμέντο, μια μουσική που αναδεικνύει τα υπάρχοντα συναισθήματα των ηθοποιών.

2.1.5 Θέατρο της Επινόησης

Το Θέατρο της Επινόησης έχει μια μακρά ιστορία υπέρβασης των παραδοσιακών θεατρικών ορίων (Govan, Nicholson & Normington, 2007: 3). Συνήθως μια ομάδα ανθρώπων αποφασίζουν να λειτουργήσουν ως συνεργάτες και συν-ερευνητές για να πειραματιστούν γύρω από έναν αρχικό άξονα ο οποίος μπορεί να συνδέεται με κάποια συγκεκριμένα ερεθίσματα, για παράδειγμα ένα μουσικό κομμάτι, έναν πίνακα ζωγραφικής, ένα αντικείμενο. Δεν υπάρχει κείμενο παράστασης εξ αρχής, αλλά μέσα από την αρμονική συνεργασία των συντελεστών παράγεται ένα προϊόν παράστασης. Μέσα από την ελευθερία, τον αυθορμητισμό, την συγκέντρωση και την επεξεργασία ιδεών και εμπειριών επινοείται μια αυθεντική, μοναδική και ανεπανάληπτη παράσταση (Τσίχλη, 2004: XX).

Αξίζει να επισημανθεί πως το Θέατρο της Επινόησης δημιουργείται και αναπτύσσεται όχι μόνο από δημιουργικές συλλογικότητες, αλλά κι ενίοτε από μεμονωμένους ερμηνευτές. Δεν πρόκειται για συγκεκριμένο θεατρικό είδος ή στυλ παράστασης, αλλά περισσότερο για μια θεατρική *ομπρέλα* κάτω από την οποία βρίσκονται όλα τα είδη θεάτρου (Govan, Nicholson & Normington, 2007: 4). Το θέατρο της επινόησης έχει ως αφετηρία τα πάντα (Τσίχλη, 2004: XX) άρα δύσκολα θα εξαιρεθεί κάποιο θεατρικό είδος από αυτό.

2.1.6. Θέατρο του Καταπιεσμένου

Ο πρωταρχικός στόχος του συγκεκριμένου είδους θεάτρου είναι η ανάλυση όσων έχουν καταπιεστεί μέσα στο μυαλό και το σώμα μας και ο στόχος είναι η έκφραση και η ενδυνάμωση του ανθρώπου προκειμένου να ανατρέψει σχέσεις εξουσίας σε κάθε τομέα της ζωής του, όπως είναι η οικογένεια, η εκπαίδευση, οι κοινωνικές σχέσεις. Βασικό θέμα συζήτησης είναι η κοινωνική αδικία αλλά αυτή η συζήτηση δε γίνεται μόνο με λέξεις αλλά

και με δράση, δηλαδή με κίνηση του σώματος, με έκφραση συναισθημάτων, με δημιουργικό τρόπο που βοηθούν στο μοίρασμα, σε μια δημιουργία κοινού βιώματος με αληθινή συμμετοχή και ισότητα όλων των εμπλεκομένων και με το τελικό όφελος να μοιράζεται μεταξύ κοινού και συντελεστών της εκάστοτε παράστασης (Ζώνιου, 2016: 96).

Με βάση όλες τις προηγούμενες αναφορές για τα διαφορετικά είδη του Μεταδραματικού Θεάτρου αξίζει να σημειωθεί η σύμπνοια όλων αυτών των ειδών δραματικής τέχνης με τις αρχές και τις πρακτικές της Αφηγηματικής Θεραπείας οι οποίες έχουν ως στόχο να αναδείξουν παραμελημένες ιστορίες, ανθρώπους και καταστάσεις που δεν είχαν τον χώρο και τον χρόνο να εκφραστούν, να αμφισβητήσουν κυρίαρχες ιδέες, να εμπνεύσουν τους ίδιους τους αφηγητές των ιστοριών που ξανά ακούν τη δικιά τους ιστορία αλλά και όσους ως εξωτερικοί μάρτυρες γίνονται κοινωνοί αυτών των ιστοριών, να αποκαταστήσουν αδικίες και να αμφισβητήσουν παγιωμένες κοινωνικές και πολιτισμικές πεποιθήσεις που τελικά κάποιες φορές περισσότερα προβλήματα δημιουργούν στην ανθρώπινη εμπειρία παρά λύνουν (Αυδή, 2010: 273).

Κεφάλαιο 3

Η συνάντηση της

Αφηγηματικής Θεραπείας με

το Μεταδραματικό Θέατρο

Η Αφηγηματική Θεραπεία ως μεταμοντέρνα οπτική τείνει να αντικαταστήσει τη συστημική ψυχοθεραπευτική προσέγγιση, όπως πριν πολλά χρόνια η συστημική αντικατέστησε την παραδοσιακή ψυχαναλυτική προσέγγιση (Bertrando, 2012: XX).

Η ψυχανάλυση του Αυστριακού φυσιολόγου, νευρολόγου και ψυχιάτρου Sigmund Freud (McLeod, 2023: XX) επηρέασε σε μεγάλο βαθμό το κλασικό θέατρο στις αρχές του 20ου αιώνα. Για παράδειγμα, ο Strindberg μέσα από τα έργα του στόχευε στην ανάλυση του ψυχισμού των ηρώων και των άορατων σχέσεων μεταξύ τους, οι οποίες αποκαλύπτονται, μέσω των συγκρούσεων. Εξετάζει τους κοινωνικούς ρόλους, τα κίνητρα του καθενός και την κοινωνική υποκρισία. Από την άλλη, ο Ίψεν ενδιαφέρεται περισσότερο για την επίδραση της κληρονομικότητας και την επίδραση που έχει το περιβάλλον στον άνθρωπο (Πετράκου, 2020: 9).

Με την στροφή της ανθρωπότητας στις επιτελεστικές ιδέες, τόσο στην τέχνη όσο και στην κοινωνική ζωή (Schechner, 2011: 15) δεν είναι τυχαίο που τόσο ο χώρος της Ψυχολογίας και της Ψυχοθεραπείας, όσο κι αυτός του Θεάτρου ακολούθησαν τα νέα ιδεολογικά και φιλοσοφικά κινήματα. Η πειθαρχία του 18ου και του 19ου αιώνα δίνει τη θέση της στο performance, στην αποδόμηση και στην επινόηση του 20ου και 21ου αιώνα και βλέπουμε πως μέσω της παγκοσμιοποίησης δημιουργείται μια άρρηκτη σύνδεση μεταξύ τέχνης, τεχνολογίας και επιχειρηματικού κόσμου. Μεταβάλλονται οι δομές εξουσίας και γνώσης (McKenzie, 2001: 2).

Η ιδέα της σύνδεσης και της συνεργασίας της Αφηγηματικής Θεραπείας και του Μεταδραματικού Θεάτρου στην παρούσα μελέτη έχει ως αφετηρία το γεγονός πως

πρόκειται για δύο ερευνητικά πεδία και δύο επαγγελματικές μεθόδους που άνθισαν και θεμελιώθηκαν την περίοδο του Μεταμοντερνισμού. Ο μεταμοντερνισμός αναπτύχθηκε τη δεκαετία του 1980 κι ακολούθησε του κινήματος του μοντερνισμού. Βασικός σκοπός του μεταμοντερνισμού ήταν να επαναφέρει πίσω στην κοινωνία όσα είχαν ξεχαστεί λόγω της επίδρασης του καπιταλισμού: τις ανθρώπινες αξίες, τη σημασία της ιστορίας, τη συγκέντρωση ανθρώπων σε ομάδες και τη δύναμη της συλλογικότητας ενάντια στην αποθέωση του ατομικισμού. Δεν είναι τυχαίο που ο μεταμοντερνισμός έχει καταφέρει να επηρεάσει τόσο τη λογοτεχνία, τη ζωγραφική και γενικότερα τις τέχνες, όσο και την κοινωνιολογία, τις πολιτικές επιστήμες κι ακόμη και την αρχιτεκτονική και τον σχεδιασμό των πόλεων (Βάρβογλη, 2012: 6). Έτσι λοιπόν μια ψυχοθεραπευτική μέθοδος κι ένα είδος θεάτρου που έχουν καταρχήν την ίδια ιδεολογική και φιλοσοφική αφετηρία, έχουν σίγουρα πολλά να μοιραστούν και για πολλά να συνομιλήσουν.

3.1 Κοινά σημεία μεταξύ Αφηγηματικής Θεραπείας και Μεταδραματικού Θεάτρου

Ακολουθούν τα βασικά σημεία σύγκλισης των δύο επαγγελματικών πεδίων που μελετούμε. Η παρακάτω λίστα είναι αδιαμφισβήτητα ατελής κι ενδεικτική καθώς δε θα ήταν δυνατόν να καταγραφεί μέχρι και η τελευταία ομοιότητα μεταξύ Αφηγηματικής Θεραπείας και Μεταδραματικού Θεάτρου. Πρόκειται για δυο πεδία υπό συνεχή διαμόρφωση και διερεύνηση (Πήτερσεν, 2017: XX) οπότε κανένας δε θα μπορούσε να ισχυριστεί πως κατέγραψε την πλήρη συνάφεια και ταύτιση μεταξύ τους. Η προσπάθεια λοιπόν να εντοπιστούν και να καταγραφούν τα σημεία συνάντησης μεταξύ Αφηγηματικής Θεραπείας και Μεταδραματικού Θεάτρου οφείλει να παραμείνει ενεργή τώρα και στο μέλλον.

3.1.1 Η Αποδόμηση Ιδεών

Η ιδέα της αποδόμησης των ιδεών κυριαρχεί τόσο στην Αφηγηματική Θεραπεία όσο και στο Μεταδραματικό Θέατρο. Ως μεταμοντέρνες προσεγγίσεις δεν δέχονται πως το νόημα για μια λέξη, για μια πράξη, για ένα γεγονός μπορεί να είναι ένα και μοναδικό. Επίσης, δεν δέχονται πως το νόημα είναι συμπαγές και δεν αλλάζει. Αντίθετα, με βάση τον Ντερντά που επηρέασε μοναδικά, τόσο την Αφηγηματική Θεραπεία όσο και το Μεταδραματικό Θέατρο, το νόημα διασπάται, αλλάζει, μας ξεφεύγει. Τα γραπτά κείμενα είναι γεμάτα αντιφάσεις, δεν υπάρχουν σωστές και λάθος απαντήσεις αφού οι απαντήσεις ίσως

κρύβονται μες τις ερωτήσεις, δεν υπάρχει μία και μοναδική Αλήθεια, οι απαντήσεις δε θα έρθουν εύκολα. Με αυτό το σκεπτικό, δεν υπάρχει μία πραγματικότητα, όλα είναι σχετικά και όχι αντικειμενικά στη ζωή μας. Είναι σημαντικό να αφήσουμε τα δίπολα και τις πάγιες κοινωνικές κατασκευές που έχουν επιβληθεί για χρόνια στον δυτικό τρόπο σκέψης και να δούμε την ποικιλία, τη διαφορετικότητα, το μη παραδοσιακό, το μη αναμενόμενο (Θεοδώρου, 2022: XX).

3.1.2 Η Αφήγηση Ιστοριών

Το ίδιο το όνομα της Αφηγηματικής Θεραπείας καταδεικνύει πως στον πυρήνα της συγκεκριμένης ψυχοθεραπευτικής μεθόδου βρίσκεται η αφήγηση. Οι άνθρωποι αφηγούνται και επανα αφηγούνται της ιστορίες της ζωής τους ώστε να οδηγηθούν σε μια *ζωή αλλιώς, μια εξωτική ζωή*, όπως έλεγε ο ένας εκ των δύο εμπνευστών της Αφηγηματικής Θεραπείας, ο Michael White. Μέσα από αυτές τις ιστορίες οι άνθρωποι αλληλεπιδρούν και συμβάλλουν με δραστικό τρόπο ο ένας στη ζωή του άλλου (Denborough, 2022: 11).

Αντίστοιχα, στο Μεταδραματικό Θέατρο οι αφηγήσεις μπορούν να απελευθερώσουν δυνάμεις που να αλλάξουν τον κόσμο και να προκαλέσουν κάθε είδους μεταμορφώσεις (Fischer-Lichte, 2013: 46). Μέσα από τις αφηγήσεις είναι σαν να ακούγεται η φωνή κάποιου που ίσως δεν είναι εδώ, ενός γεγονότος που έχει συντελεσθεί προ πολλού. *Οι ηθοποιοί είναι η παρουσία / ενσάρκωση αυτών που χάθηκαν πριν να μιλήσουν* (Μαρμαρινός, 2000: 29).

3.1.3 Η Κατάργηση Του Ειδικού, Του Επαγγελματία

Στην Αφηγηματική Θεραπεία, παρά το γεγονός πως ο θεραπευτής πρέπει να είναι επιδραστικός κατά τη διάρκεια της θεραπείας, εντούτοις δεν θεωρείται ο ειδικός, η αυθεντία που γνωρίζει τα πάντα (Βαγενάς, 2020: XX). Επίσης, ο θεραπευτής δεν προσπαθεί να επιβάλλει νέες ιστορίες στις ζωές των ανθρώπων, αλλά τους προσκαλεί να συνεργαστούν από κοινού και να βρουν νέα νοήματα και λύσεις σε γεγονότα και προβλήματα που συζητούν (Denborough, 2022: 15).

Με τον ίδιο τρόπο, το Μεταδραματικό Θέατρο δεν προσκαλεί μόνο επαγγελματίες ηθοποιούς να γίνουν οι τελεστές ενός δρώμενου αλλά και απλούς πολίτες να συμμετάσχουν, να δράσουν μέσα στην εκάστοτε επιτέλεση. Πρακτικές όπως η

performance θέτουν στο επίκεντρο όχι απλά την παρουσία κοινού, αλλά την ενεργή συμμετοχή του σε όσα διαδραματίζονται. Οι καλλιτέχνες και οι θεατές που γίνονται δρώντες λειτουργούν ισότιμα και συνεργατικά (Fischer-Lichte, 2013: 24).

3.1.4 Η Κοινοτική / Κοινωνική Πρακτική

Συχνά το όνομα της Αφηγηματικής Θεραπείας ακολουθείται από τον όρο Κοινοτική Πρακτική. Για παράδειγμα, το ελληνικό Ινστιτούτο της Αφηγηματικής Θεραπείας με έδρα τη Θεσσαλονίκη ονομάζεται *Ινστιτούτο Αφηγηματικής Θεραπείας & Κοινοτικής Πρακτικής* (ΙΑΨ, 2023: XX) ενώ αντίστοιχα υπάρχει και η *Ελληνική Εταιρεία Αφηγηματικής Θεραπείας & Κοινοτικής Πρακτικής* (ΕΛΑΦΕΤ, 2023: XX). Η Αφηγηματική Θεραπεία εφαρμόζεται τόσο ατομικά, όμως στοχεύει παράλληλα στο να βοηθήσει και να επηρεάσει οικογένειες, κοινωνικές ομάδες, κοινότητες ανθρώπων λόγω του κοινωνικού χαρακτήρα που την διαπνέει. Μέσα από τον τρόπο που λέγονται οι ιστορίες μέσα σε ομάδες οι άνθρωποι προσκαλούνται να νιώσουν πιο δυνατοί, να αντιληφθούν όσα είναι σημαντικά για τους ίδιους (Denborough, 2022: 13), ενώ παράλληλα σε κοινότητες που αντιμετωπίζουν κρίσεις και παντός είδους καταπίεση όπως συμβαίνει με μετανάστες, πρόσφυγες, κοινωνικά περιθωριοποιημένες ομάδες που δεν έχουν την ευκαιρία να εκφραστούν και να ακουστεί η φωνή τους, η Αφηγηματική κοινοτική πρακτική έχει αποδειχθεί ιδιαίτερος βοηθητική και αποτελεσματική στο να φέρει τους ανθρώπους πάλι σε σύνδεση με το δυναμικό τους και να τους βοηθήσει να επανέλθουν σε μια τροχιά οικονομικής και πολιτιστικής ανάπτυξης (ΙΑΨ, 2023: Αφηγηματική κοινοτική πρακτική).

Ο Arvaton, περιγράφοντας το θέατρο του μέλλοντος, λέει πως, το θέατρο πρέπει να γίνει ένα πειραματικό εργαστήριο σε συνεργασία με την κοινωνική πρακτική (Fischer-Lichte, 2012: 181). Στο Μεταδραματικό Θέατρο κυριαρχεί η παρουσία θεατρικών ομάδων που επεξεργάζονται και δουλεύουν πάνω σε θέματα *της κοινότητας*. Για παράδειγμα, στο Θέατρο Ντοκουμέντο μπορούν να συνυπάρχουν τόσο επαγγελματίες ηθοποιοί, όσο και απλοί πολίτες που φέρουν ντοκουμέντα ή ακόμη γίνονται *ντοκουμέντα του τώρα, της πόλης, της ιστορίας, του εαυτού τους*. «Μετατρέπονται σε ενδιάμεσα (media), αγγελιοφόρους» (Μαρμαρινός, 2000: 33) που συσπειρώνονται για να μιλήσουν για σημαντικά κοινωνικά ή πολιτικά ζητήματα. Επίσης χρησιμοποιούνται από τους σκηνοθέτες αυστηρά και μόνο δικές τους λέξεις από ηχογραφημένες συνεντεύξεις για να μεταφερθούν απόψεις και αναλλοίωτες οι μαρτυρίες τους (Cantrell, 2020: XX).

Ακόμη, ας μην ξεχνάμε πως στο performance, καλλιτέχνες και κοινό γίνονται ένα, μια ομάδα που πάλι επεξεργάζεται και δρα αναφορικά με ένα ζήτημα. Τα υποκείμενα είναι ενεργά εμπλεκόμενα σε όσα λαμβάνουν χώρα στο εδώ και τώρα κι ας υπάρχει μια αναφορά στο εκεί και τότε, δρουν και ταυτόχρονα αναστοχάζονται ηθικά, φανερώνουν προθέσεις και ίσως προσφέρουν πρωτότυπες αφηγήσεις αναφορικά με το γεγονός που επιτελείται (Schechner, 2011: 11).

3.1.5. Οι Μάρτυρες

Στην Αφηγηματική Θεραπεία *οι άλλοι* παίζουν σημαντικό ρόλο, αφού το σωστό ακροατήριο μπορεί να αλλάξει οριστικά και μοναδικά μian αφήγηση (Denborough, 2022: 13). Παράλληλα, μια από τις πιο δημοφιλείς και διαδεδομένες ως προς τη χρήση τους πρακτικές της Αφηγηματικής Θεραπείας, είναι αυτή των *εξωτερικών μαρτύρων*. Οι άνθρωποι που συμμετέχουν κι ακούν μian αφήγηση λειτουργούν υποστηρικτικά και ενδυναμωτικά απέναντι στον εκάστοτε αφηγητή, ενώ βοηθούν στον εμπλουτισμό των νοημάτων και στο να πέσει φως σε διαφορετικές όψεις της ιστορίας που ακούστηκε. Ακόμη, οι ίδιοι επανατοποθετούνται ως προς τις δικές τους εμπειρίες και πεποιθήσεις με βάση τα όσα άκουσαν (Γραμματοπούλου, 2018: 27).

Εξωτερικοί μάρτυρες μπορούν να γίνουν φίλοι ή μέλη της οικογένειας ενός ατόμου ή ακόμη και πρώην πελάτες του αφηγηματικού θεραπευτή οι οποίοι έχουν βιώσει παρόμοιες εμπειρίες κι ενδεχομένως μπορούν να συνεισφέρουν με τις αφηγήσεις τους στη διαχείριση του προβλήματος που μελετάται (Thrapogama, 2023: XX).

Στο μεταδραματικό θέατρο οι μάρτυρες είναι οι θεατές του θεατρικού δρώμενου που δεν παρακολουθούν, αλλά βιώνουν μια πραγματικότητα. Παράλληλα καλούνται να κατανοήσουν, να ερμηνεύσουν τα όσα βιώνουν και ίσως να κρίνουν και να πάρουν μian απόφαση (Fischer-Lichte, 2013: 24). Με τον ίδιο τρόπο και οι ηθοποιοί είναι μάρτυρες των συμπεριφορών και των αντιδράσεων των θεατών αφού τους προκαλούν να πάρουν θέση, να αντιδράσουν έντονα ή να παραμείνουν στη θέση τους, κι εντέλει γίνονται μάρτυρες του εκάστοτε αποτελέσματος, της εκάστοτε επιλογής του θεατή (Fischer-Lichte, 2013: 40).

3.1.6. Τα Τελετουργικά

Η ίδια η άσκηση της Αφηγηματικής Θεραπείας αποτελεί μια πρόσκληση του ανθρώπου να επαναφηγηθεί ιστορίες από τη ζωή του, να επεξεργαστεί και να συγγράψει εκ νέου μαζί με τον αφηγηματικό θεραπευτή αφηγήσεις για την ταυτότητά του (Denborough, 2022: 19). Οι θεραπευτικές συνεδρίες έχουν τη δομή τελετών προσδιορισμού και στόχος αυτών είναι ο εμπλουτισμός, η επαναφορά της αξίας στις εμπειρίες των ανθρώπων που ίσως κάποτε απαξιώθηκαν ή επικρίθηκαν για αυτές. Οι ευρείες κοινωνικές νόρμες είναι συχνά διχαστικές, επικεντρώνονται στη διαταραχή, την έλλειψη, την αποτυχία κι αυτό είναι που προσπαθούν να αλλάξουν και να αντιστρέψουν οι τελετές προσδιορισμού της Αφηγηματικής Θεραπείας, για παράδειγμα με την πρακτική των εξωτερικών μαρτύρων (White, 2021: 151).

Το μεταδραματικό θέατρο σφύζει από τελετουργικά, αφού με βάση την ιδέα της επιτέλεσης, στοιχεία τελετουργίας μπορούμε να βρούμε παντού και πάντα, ακόμη και στην καθημερινότητά μας, αφού οι άνθρωποι, είτε το καταλαβαίνουμε είτε όχι, κατασκευάζουμε και αναπαριστούμε ρόλους, διαμορφώνουμε πολλαπλές ταυτότητες (Schechner, 2011: 13). Αν θέλουμε να επικεντρωθούμε καθαρά στο κομμάτι της παράστασης, τότε οτιδήποτε αφορά την προετοιμασία της παράστασης, τόσο για τους τελεστές, όπως είναι η εκπαίδευση, οι πρόβες, οι παντός είδους προετοιμασίες για μια παράσταση, όσο και για τους θεατές, όπως είναι η απόφαση παρακολούθησης της παράστασης, η προετοιμασία για να φτάσουν στον χώρο, η άφιξη και η αναμονή να ξεκινήσει το δρώμενο, αποτελούν κομμάτι του όλου τελετουργικού στο οποίο όλοι συμμετέχουν έχοντας έναν ή περισσότερους ρόλους. Φυσικά κομμάτι του τελετουργικού είναι η ίδια η παράσταση και προφανώς ότι έπεται αυτής, δηλαδή η ηρεμία ή η ταραχή που μπορεί να αισθάνονται τελεστές και θεατές, η ανάγκη για ξεκούραση, η έντονη σκέψη και επεξεργασία όσων βιώθηκαν και συντελέστηκαν, η προσπάθεια αξιολόγησής τους (Schechner, 2011: 22).

3.1.7 Η Χρήση Νέων Μέσων

Στην Αφηγηματική Θεραπεία υπάρχει ελευθερία να χρησιμοποιηθεί κάθε είδους μέσο που μπορεί να βοηθήσει τον άνθρωπο να ανοιχτεί, να μιλήσει, να μοιραστεί και να βρει θεραπευτικό χρώμα σε όσα αφηγείται ή εξερευνά, αφού πρόκειται για ένα επαγγελματικό πεδίο δράσης που στόχο έχει τη διαρκή εξέλιξη και τον εμπλουτισμό του (Πήτερσεν, 2017: XX). Στην ιστοσελίδα του Dulwich Centre, του ιδρυτικού Ινστιτούτου

της Αφηγηματικής Θεραπείας στην Αυστραλία, μπορεί κάποιος να αποκτήσει μια πρώτη καλή ιδέα για τα μέσα και τα εργαλεία στα οποία είναι ήδη ανοιχτή και χρησιμοποιεί η Αφηγηματική Θεραπεία για να είναι πιο επιδραστική με τους ανθρώπους. Για παράδειγμα, διαβάζουμε τον τίτλο *Songs as a response to hardship and trauma*, δηλαδή τραγούδια που αφορούν και διαχειρίζονται τις δυσκολίες και το τραύμα. Ο αφηγηματικός θεραπευτής David Denborough (2002: XX) είχε αποκαλέσει *κοινοτική εγγραφή τραγουδιών* τη δημιουργία αυτών των τραγουδιών και θεωρούσε πως αυτά τα τραγούδια έχουν σίγουρα θέση σε κοινοτικές συγκεντρώσεις και σε τελετές προσδιορισμού.

Αν συνεχίσουμε την αναζήτηση στην ιστοσελίδα του Dulwich Centre θα βρούμε τη χρήση της ζωγραφικής ως μέσο έκφρασης σε συνεδρίες, για παράδειγμα στην τελετή προσδιορισμού των εξωτερικών μαρτύρων (Colic, 2011: XX) ή στην εικονογράφηση ιστοριών όταν πρόκειται για αφηγηματική οικογενειακή θεραπεία (Serneels, 2013: XX). Σε πολλά άρθρα γίνεται αναφορά στη συνδημιουργία συλλογικών ντοκουμέντων μεταξύ αφηγηματικών θεραπευτών και συγκεκριμένων κοινωνικών, πολιτικών ή επαγγελματικών ομάδων, κάποιες φορές περιθωριοποιημένων ή με δυσκολία πρόσβασης στο δημόσιο λόγο (Burns, 2015: XX), ενώ δεν είναι λίγες οι αναφορές στη χρήση και στη δημιουργία ποίησης ως θεραπευτική διαδικασία και πράξη αντίστασης σε δυσκολίες (Reynolds, Bahman, Hammoud-Beckett, Sanders & Haworth, 2014: XX) ή οι προτάσεις για χρήση διαφόρων μέσων τεχνολογίας, όπως είναι οι διαδικτυακές συνεδρίες θεραπείας ή εποπτείας, η δημιουργία εκπαιδευτικών ή θεραπευτικών βίντεο και η προώθησή τους μέσω social media, η ηχογράφηση podcasts, η γραφή θεραπευτικής αλληλογραφίας, η δημιουργία τηλεφωνικής γραμμής αφηγηματικής συμβουλευτικής προκειμένου η αφηγηματική θεραπεία να γίνει ακόμα πιο προσιτή και διαθέσιμη προς όλους (Dulwich Centre, 2020: XX).

Στο μεταδραματικό θέατρο φαίνεται να χωρούν επίσης πολλά νέα μέσα έκφρασης: Παιχνίδι, αθλήματα, χορός, τελετουργικά, επιτελέσεις μεγάλου μεγέθους (Schechner, 2011: 21). Η χρήση της μουσικής αλλά και των ήχων με αντισυμβατικό τρόπο, δηλαδή για παράδειγμα η παραγωγή ήχων από τους ακροατές και όχι από τους ηθοποιούς ή κάποια ορχήστρα κι αν υπάρχουν στον χώρο μουσικοί που δεν παίζουν νότα (Fischer-Lichte, 2013: 38), η χρήση κινηματογραφίας αφού το ιδεώδες θέατρο κατά τον Craig μοιάζει τεχνικά και καλλιτεχνικά με την τέχνη του κινηματογράφου (Fischer-Lichte,

2012: 177), η χρήση φωτογραφιών για να ειπωθεί και να βιωθεί μια ιστορία που αξίζει τον κόπο (Μαρμαρινός, 2000: 7), ο αντισυμβατικός τρόπος χρήσης του θεατρικού φωτισμού για την μέγιστη δυνατή επίδραση στη συναισθηματική κατάσταση των θεατών (Τζιορτζώτη, 2022: 2), η χρήση βίντεο, εφαρμογών σε υπολογιστές και πολυμέσων τελευταίας τεχνολογίας που ενθαρρύνουν μιας νέας μορφής συμμετοχή των θεατών και διαδραστικότητα μεταξύ κοινού και καλλιτεχνών (Papakosta, 2016: 324), η ιδιαίτερη χρήση των χώρων της σκηνής και της πλατείας του θεάτρου, η δημιουργία μιας νέας θεατρικής σημειολογικής γλώσσας με ήχους, κραυγές, χειρονομίες, στάσεις και σημεία που θα παραπέμπει σε μαγεία (Fischer-Lichte, 2012: 188) είναι μερικές μόνο ιδέες που αφορούν το μεταδραματικό θέατρο και ήδη εφαρμόζονται στην πράξη.

Με βάση όλα αυτά τα σημαντικά σημεία σύγκλισης μεταξύ Αφηγηματικής Θεραπείας και Μεταδραματικού Θεάτρου, προχωρούμε στην πρακτική εφαρμογή της *συνάντησης* όλων αυτών μέσα από τη διαδικασία σχεδιασμού κι υλοποίησης της παρούσας Μεταπτυχιακής διατριβής.

Κεφάλαιο 4

Σχεδιασμός της Μελέτης & Μέθοδος

Η βασική ιδέα της παρούσας μεταπτυχιακής διατριβής είναι η χρήση της Αφηγηματικής Θεραπείας τόσο στην προετοιμασία όσο και στην επιτέλεση ενός θεατρικού δρώμενου. Εφόσον το Μεταδραματικό Θέατρο συνδέεται ιδεολογικά τόσο στενά με την μεταμοντέρνα Αφηγηματική Θεραπεία κι εντέλει και τα δύο επαγγελματικά πεδία χρησιμοποιούν με ιδιαίτερα παρόμοιο τρόπο πρακτικές και καλλιτεχνικά και τεχνολογικά μέσα για την καλύτερη δυνατή εφαρμογή τους και την μέγιστη επίδρασή τους στους ανθρώπους που εμπλέκονται στα *τελετουργικά* τους, τότε έχει εξαιρετικό ενδιαφέρον να δούμε το αποτέλεσμα δημιουργίας μιας πειραματικής μεθόδου στην οποία θα εφαρμοστεί το *ισχύς εν τη ενώσει*.

Για τη δημιουργία της πειραματικής μεθόδου δημιουργήθηκαν ερωτηματολόγια με ερωτήσεις που παραπέμπουν σε συνεδρίες Αφηγηματικής Θεραπείας, τα οποία χρησιμοποιούνται ως ερευνητικά εργαλεία για την αποδόμηση του νοήματος συγκεκριμένων λέξεων (key-words), την αφήγηση προσωπικών ιστοριών, την πρόκληση ερεθισμάτων στους συμμετέχοντες κατά την προετοιμασία της επιτέλεσης. Όσοι συμμετέχουν στην προετοιμασία είναι παράλληλα οι αυριανοί ηθοποιοί που θα επιτελέσουν το θεατρικό δρώμενο, θα γίνουν αρκετές φορές μάρτυρες των ιστοριών των άλλων και θα κληθούν να δράσουν ή να εκφράσουν προσωπική θέση σχετικά με όσα παρακολουθούν. Μαζί με την αφηγηματική θεραπεύτρια / σκηνοθέτιδα της παράστασης συντελείται κατά τη χρονική περίοδο της προετοιμασίας μια απαιτητική αλλά πλούσια καταγραφή, η οποία θα αποτελέσει το βασικό υλικό πάνω στο οποίο θα ενορχηστρωθεί το παραστάσιμο μέρος του όλου εγχειρήματος. Το κείμενο, οι εικόνες, οι μουσικές, τα χρώματα, τα φώτα, οι κινήσεις βρίσκονται σε πολύ μεγάλο βαθμό σε αυτό το χρονοβόρο αλλά με πολλές πληροφορίες και ιδέες ντοκουμέντο που δημιουργούμε όλοι μαζί. Μέσα στις ερωτήσεις Αφηγηματικής Θεραπείας άλλοτε εμφανίζεται το Θέατρο της Αποδόμησης, ενίοτε το σωματικό θέατρο /θέατρο των Χειρονομιών και της Κίνησης, το Θέατρο Πολυμέσων, το Θέατρο Ντοκουμέντο το θέατρο της Επινόησης και μέσα από τις

κοινές ιδέες και πρακτικές που κάθε φορά μοιράζονται είναι σαν να απευθύνουν ταυτόχρονα ίδιας λογικής ερωτήσεις και προσκλήσεις σε δράσεις στους μελλοντικούς τελεστές.

4.1. Διαδικασία Και Συμμετέχοντες

Η δημιουργία της πειραματικής μεθόδου βασίστηκε στη χρήση ποιοτικών δεδομένων. Στην πρώτη φάση και συγκεκριμένα στην πρώτη εισαγωγική συνάντηση με τους ενδιαφερόμενους η αφηγηματική θεραπεύτρια και σκηνοθέτης του μελλοντικού θεατρικού δρώμενου εξήγησε την αρχική ιδέα για τη δημιουργία της πειραματικής μεθόδου που θα συνδυάζει πρακτικές της Αφηγηματικής Θεραπείας και τεχνικές του Μεταδραματικού Θεάτρου. Μέσα από συζήτηση οι συμμετέχοντες - ηθοποιοί κλήθηκαν να δηλώσουν τυχόν ιδέες και προσδοκίες για το όλο εγχείρημα, καθώς και το κατά πόσο πιστεύουν ότι μπορούν να δεσμευτούν με συνέπεια στο να έρχονται στις συναντήσεις μέχρι να ολοκληρωθεί η πειραματική διαδικασία και να υπάρχει μια ολοκληρωμένη παράσταση. Όσοι από τους παρόντες δεσμεύθηκαν να συνεχίσουν σε μια σειρά κατά προσέγγιση 10 συναντήσεων έδωσαν τη διαθεσιμότητά τους και ορίστηκε η ημερομηνία της επόμενης συνάντησης για να ξεκινήσει η συλλογή του υλικού της τελικής θεατρικής παράστασης.

Το πρώτο κάλεσμα συμμετεχόντων στην παρούσα μελέτη έγινε στη Θεατρική Ομάδα *Παρακμή* της Πολιτιστικής Ομάδας *Το Ελληνικό Σπίτι στο Ρότερνταμ* της Ένωσης Ελλήνων Ολλανδίας (Ένωση Ελλήνων Ολλανδίας, 2020: XX). Η πρώτη προσπάθεια για την ίδρυση θεατρικής ομάδας στον παραπάνω Σύλλογο έγινε στις αρχές του 2020 όμως οι εξελίξεις με την πανδημία Covid-19 έθεσαν αυτό το όνειρο σε αναστολή. Η δεύτερη και πιο επιτυχής προσπάθεια επιχειρήθηκε το φθινόπωρο του 2021 με την ελπίδα ότι οι συναντήσεις πλέον μιας ερασιτεχνικής θεατρικής ομάδας θα είναι πιο εύκολο να πραγματοποιηθούν. Πραγματικά οι συναντήσεις της νεοσύστατης θεατρικής ομάδας ξεκίνησαν με πρώτο διδάσκοντα, τον ηθοποιό και σκηνοθέτη Αντρέα Μαντά. Την άνοιξη του 2022 αποφασίστηκε από την πλειοψηφία των μελών της τότε θεατρικής ομάδας να δοθεί το όνομα *Παρακμή* στην θεατρική ομάδα.

Αρχικά υπήρξε ενδιαφέρον από 10 άτομα να συμμετάσχουν στην παρούσα έρευνα/στο παρόν ερευνητικό εγχείρημα. Οι επτά ήταν ήδη μέλη της Θεατρικής Ομάδας *Παρακμή* του Ελληνικού Σπιτιού στο Ρότερνταμ. Οι άλλοι τρεις ενδιαφερόμενοι ήταν σύντροφοι μελών της Θεατρικής Ομάδας και δεν είχαν κάποια προγενέστερη ενασχόληση με τη θεατρική τέχνη. Στην πορεία ένας εκ των επτά μελών της Θεατρικής Ομάδας αποχώρησε οικειοθελώς λόγω ιδιαίτερα φορτωμένου προγράμματος και κατόπιν συζητήσεων που

έγιναν ζητήθηκε από την αφηγηματική θεραπεύτρια και σκηνοθέτη να παραμείνουν και να συμμετάσχουν στις συναντήσεις οι έξι που αποτελούν και μέλη της θεατρικής ομάδας, ενώ στους υπόλοιπους τρεις ενδιαφερόμενους ζητήθηκε η κατανόησή τους για την αναστολή συμμετοχής τους στην παρούσα φάση, αφού αυτή συνέβη για καθαρά πρακτικούς λόγους. Το λίγο χρονικό διάστημα που ήταν διαθέσιμο για τη δημιουργία και την ολοκλήρωση της πειραματικής μεθόδου, ο όγκος πληροφοριών που είχαν να επεξεργαστούν οι συμμετέχοντες - ηθοποιοί με τη βοήθεια της αφηγηματικής θεραπεύτριας και σκηνοθέτιδος καθώς και οι πρόβες μέχρι την τελική θεατρική παράσταση, θα πραγματοποιούνταν ευκολότερα και ταχύτερα με τη συνεργασία μιας μικρής ομάδας συμμετεχόντων. Σαφώς η συμμετοχή περισσότερων συμμετεχόντων θα προσέφερε ιδιαίτερο πλούτο ιδεών, συναισθημάτων και ερεθισμάτων στην όλη διαδικασία αλλά τα χρονικά περιθώρια και η αντικειμενική αγωνία να ολοκληρωθεί το εγχείρημα με την μεγαλύτερη δυνατή αρτιότητα, έφερε των τελικό αριθμό των συμμετεχόντων να ανέρχεται στους έξι.

Στις πρώτες 5-6 συναντήσεις χρησιμοποιήθηκε ένα ερωτηματολόγιο προσαρμοσμένο σε δύο λέξεις κλειδιά, τη λέξη *Σπίτι* και τη λέξη *Ταξίδι*, το οποίο βρίσκεται στο Παράρτημα Α.1, στη σελίδα 59 και στο Παράρτημα Α.2, στη σελίδα 63. Το Ερωτηματολόγιο χρησιμοποιήθηκε για να παρθούν προσωπικές συνεντεύξεις από τους έξι συμμετέχοντες - ηθοποιούς. Έγινε καταγραφή των απαντήσεων των συμμετεχόντων μέσω ηχογράφησης και γραπτών σημειώσεων από την αφηγηματική θεραπεύτρια και σκηνοθέτιδα. Πάνω στις προσωπικές απαντήσεις των συμμετεχόντων βασίστηκε το κείμενο της θεατρικής παράστασης.

Παράλληλα με τις απαντήσεις στο ερωτηματολόγιο ζητήθηκε από τους συμμετέχοντες - ηθοποιούς να ζωγραφίσουν, να διαλέξουν μουσικές, να βρουν βίντεο και φωτογραφίες που θα μπορούσαν να χρησιμοποιηθούν στην τελική παρουσίαση του εγχειρήματος.

Σε μεταγενέστερο στάδιο ξεκίνησαν οι πρόβες όπου συνεργατικά μεταξύ αφηγηματικής θεραπεύτριας και σκηνοθέτιδος και των έξι συμμετεχόντων αποφασίστηκε η τελική κινησιολογική και σκηνοθετική μορφή της θεατρικής παράστασης. Μπήκαν σε σειρά με τη βοήθεια ηχητικού και βίντεο μοντάζ οι μουσικές, οι προσωπικές φωτογραφίες των συμμετεχόντων, τα βίντεο, οι ζωγραφιές τους και οτιδήποτε άλλο μπορούσε να

χρησιμοποιηθεί ως ντοκουμέντο και συμπληρωματική πληροφορία σε όσα διηγούνται καθ' όλη τη διάρκεια του έργου.

4.2. Ερευνητικά Εργαλεία

Για τη συλλογή των ποιοτικών δεδομένων δημιουργήθηκε ένα ερευνητικό εργαλείο, ένα ερωτηματολόγιο, που χρησιμοποιήθηκε για την ανάλυση των λέξεων *Σπίτι* και *Ταξίδι*. Το πλήρες ερωτηματολόγιο με τη λέξη *Σπίτι* βρίσκεται στο Παράρτημα Α.1, στη σελίδα 57 και το πλήρες ερωτηματολόγιο με τη λέξη *Ταξίδι* βρίσκεται στο Παράρτημα Α.2, στη σελίδα 61. Με βάση αυτό το ερωτηματολόγιο πάρθηκαν οι συνεντεύξεις από τους έξι συμμετέχοντες - ηθοποιούς και κρατήθηκαν γραπτές σημειώσεις και ηχογραφήθηκαν τα λόγια τους, μέρος των οποίων χρησιμοποιήθηκε για την τελική διαμόρφωση του κειμένου του θεατρικού δρώμενου.

Επιπροσθέτως, στις συναντήσεις κρατιόταν κάτι σαν Ημερολόγιο, παράλληλα με τις σημειώσεις που αφορούσαν τις απαντήσεις του ερωτηματολογίου. Οποιαδήποτε ενδιαφέρουσα φράση, οποιαδήποτε σκηνογραφική ιδέα, πρόταση για μουσική υπόκρουση ή κάποιο άλλο στοιχείο που θα μπορούσε να βοηθήσει στην υλοποίηση της τελικής θεατρικής παράστασης καταγραφόταν ημερολογιακά. Συνολικά πραγματοποιήθηκαν έξι συναντήσεις πριν την έναρξη των προβών όπου στήθηκε πλέον και πρακτικά το έργο.

Για την αποτίμηση του όλου εγχειρήματος αποφασίστηκε η συλλογή ποσοτικών και ποιοτικών δεδομένων από τους έξι συμμετέχοντες - ηθοποιούς. Δημιουργήθηκε μια κλίμακα - ερωτηματολόγιο με τίτλο *Ερωτηματολόγιο Εντυπώσεων για τους Χάρτες*. Το πλήρες ερωτηματολόγιο βρίσκεται στο Παράρτημα Α.3, στη σελίδα 68. Οι συμμετέχοντες- ηθοποιοί κλήθηκαν να απαντήσουν μετά την ολοκλήρωση και την παρουσίαση του θεατρικού δρώμενου μπροστά στο κοινό, στις 14 Μαΐου 2023.

Τέλος, στο κοινό δόθηκε η δυνατότητα να μοιραστεί την άποψη του και τις ιδέες του για αυτό που παρακολούθησε. Το Ερωτηματολόγιο *Παρακολουθώντας τους Χάρτες* το οποίο βρίσκεται στο Παράρτημα Α.4, στη σελίδα 70, απαντήθηκε από μια μερίδα θεατών μετά την παρακολούθηση της παράστασης.

4.2.1. Ερωτηματολόγιο για την ανάλυση των λέξεων *Σπίτι και Ταξίδι*

Το συγκεκριμένο ερωτηματολόγιο (Παράρτημα Α.1, σελίδα 59 και 63) χωρίζεται σε τμήματα με βάση τις ερωτήσεις και τη θεματική τους. Με αφορμή ένα key-word κάθε φορά καλείται ο κάθε συμμετέχοντας – ηθοποιός να απαντήσει σε προσωπικές ερωτήσεις οι οποίες δημιουργούν μια αυτοβιογραφική αφήγηση και οι οποίες παραπέμπουν τόσο σε ερωτήσεις που απαντώνται στην Αφηγηματική Θεραπεία όσο και σε είδη του Μεταδραματικού Θεάτρου, όπως στο Θέατρο της Αποδόμησης, το Θέατρο Ντοκουμέντο, το Θέατρο Πολυμέσων, το σωματικό Θέατρο. Ακόμη οι ερωτήσεις της *τελετής προσδιορισμού / τεχνική των εξωτερικών μαρτύρων* καθώς και αυτές της *σύνδεσης ζώων* είχαν ως στόχο να φέρουν μια σύνδεση ανάμεσα στους συμμετέχοντας - ηθοποιούς και να τους φέρουν σε μια θέση να μιλήσουν και να πάρουν θέση για τις ιστορίες των υπολοίπων αλλά και να στοχαστούν περισσότερο για το εάν και κατά πόσο επηρεάστηκαν από αυτά που είδαν κι άκουσαν από τους άλλους συμμετέχοντας - ηθοποιούς, ενώ είδαν πιθανές ομοιότητες και διαφορές ανάμεσα στη δική τους ιστορία και στις ιστορίες των άλλων.

4.2.2. Ημερολόγιο Συναντήσεων

Σε κάθε συνάντηση καταγραφόταν η ημερομηνία συνάντησης καθώς και ο αριθμός της συνάντησης, για παράδειγμα *τέταρτη συνάντηση*. Ζωγραφιές των συμμετεχόντων, μουσικές επιλογές τους για διαφορετικά κομμάτια της παράστασης, ιδέες για σκηνοθεσία μιας συγκεκριμένης σκηνής, καθώς και κάποια βίντεο με αυτοσχεδιασμούς αποτέλεσαν κομμάτια ενός αρχείου που ονομάστηκε Ημερολόγιο Συναντήσεων. Υπάρχουν καταγεγραμμένες σημειώσεις από έξι συναντήσεις, κατά τις οποίες μαζεύτηκε όλο το υλικό πάνω στο οποίο δομήθηκε και σκηνοθετήθηκε η τελική θεατρική παράσταση, ενώ λίγες σημειώσεις προστέθηκαν και κατά τις πρόβες πριν την τελική βιντεοσκόπηση.



Φωτογραφία 1: Σπίτι από τη Μαρία Ντόρρη

4.2.3. Ερωτηματολόγιο Εντυπώσεων για τους Χάρτες

Το *Ερωτηματολόγιο Εντυπώσεων για τους Χάρτες* (Παράρτημα Α.3, σελίδα 68) αποτελείται από δύο μέρη. Το πρώτο μέρος έχει 9 ερωτήσεις στις οποίες καλούνται να απαντήσουν είτε *Πολύ*, είτε *Αρκετά*, είτε *Μέτρια*, είτε *Λίγο*, είτε *Καθόλου* σχετικά με το πώς αντιλήφθηκαν και βίωσαν την όλη διαδικασία. Στο δεύτερο μέρος υπάρχουν 4 ερωτήσεις ανοιχτού τύπου για να απαντήσουν με δικά τους λόγια πάλι σχετικά με το τι κρατάνε από το όλο project και τι θα ήθελαν να δουν σε ένα μελλοντικό αντίστοιχο εγχείρημα.

4.2.4. Ερωτηματολόγιο Παρακολουθώντας τους Χάρτες

Αυτό το ερωτηματολόγιο (Παράρτημα Α.4, σελίδα 70) ετοιμάστηκε για να απαντηθεί από το κοινό την ημέρα που παρουσιάστηκε το θεατρικό δρώμενο μπροστά τους, δηλαδή στις 14 Μαΐου 2023.

4.3 Αποθήκευση Υλικού

Από την πρώτη κιόλας πρόβα συμφωνήθηκε η δημιουργία ενός φακέλου στην εφαρμογή Google Drive στην οποία σταδιακά προστέθηκε όλο το χρήσιμο κι αναγκαίο υλικό για την υλοποίηση της παράστασης: Οι ηχογραφήσεις των έξι πρώτων συναντήσεων, τα επιλεγμένα λόγια των συμμετεχόντων-ηθοποιών σε αρχεία word για να μπορούν να δεχθούν άμεση επεξεργασία, οι σκαναρισμένες ζωγραφιές των συμμετεχόντων για το *Ταξίδι* και το *Σπίτι*, οι προσωπικές φωτογραφίες και τα βίντεο που επέλεξαν οι συμμετέχοντες - ηθοποιοί για να μοιραστούν με το κοινό και να πλαισιώσουν τις αφηγήσεις τους στη σκηνή. Κατόπιν προστέθηκε αρχείο διαθέσιμο προς μελέτη και υπενθύμιση με τις αναλυτικές σκηνοθετικές και κινησιολογικές οδηγίες που συναποφάσισαν οι ηθοποιοί με την σκηνοθέτιδα, ενώ παράλληλα ανέβηκε ένα μονταρισμένο αρχείο με τις μουσικές, τις φωτογραφίες και τα βίντεο που θα αποτελούσαν το υλικό προβολής μέσω προτζέκτορα κατά τη διάρκεια της παράστασης.

4.4 Έγκαιρη Ενημέρωση Του Κοινού για τους Χάρτες

Πριν την τελική παρουσίαση του θεατρικού δρώμενου στο κοινό υπήρχε ενημέρωση προς πρόκειται για ένα πειραματικό φοιτητικό project που χρειάζεται τη συμμετοχή του κόσμου για να ολοκληρωθεί. Έτσι το κοινό θα είχε την ευκαιρία να επεξεργαστεί εκ των προτέρων την πληροφορία μιας πιθανής συνεισφοράς του στο όλο εγχείρημα και θα είχε τον χρόνο να σκεφτεί αν θα ήθελε να αναμειχθεί.

Η επικοινωνία για την παρακολούθηση του δρώμενου έγινε ηλεκτρονικά μέσω social media όταν ανακοινώθηκε η προπώληση εισιτηρίων για τη *Βραδιά Θεάτρου* που διοργάνωνε η πολιτιστική ομάδα της Ένωσης Ελλήνων Ολλανδίας στις 14 Μαΐου 2023. Στη συγκεκριμένη βραδιά οι *Χάρτες* ήταν το ένα από τα δύο θεατρικά δρώμενα που παρουσιάστηκαν στο κοινό. Το δεύτερο θεατρικό δρώμενο με τίτλο *Εξομολογήσεις* ήταν σκηνοθετημένο από άλλη σκηνοθέτη και παρέπεμπε σε πιο κλασσική δραματουργία. Στη διαδικτυακή ανακοίνωση συγκεκριμένα αναγραφόταν μεταξύ άλλων:

Η πολιτιστική Ομάδα “Το Ελληνικό Σπίτι στο Ρότερνταμ” της Ένωσης Ελλήνων Ολλανδίας σας προσκαλεί σε μια Βραδιά Θεάτρου!

Η θεατρική ομάδα “Παρακμή” του Ελληνικού Σπιτιού στο Ρότερνταμ υπό την καθοδήγηση της Βάλιας Ταμβάκη παρουσιάζει το θεατρικό έργο “Εξομολογήσεις” και υπό την καθοδήγηση της Φανής Τράικου το θεατρικό δρώμενο “Χάρτες”.

Σύντομη Περιγραφή για τους "Χάρτες": Ένα μεταμοντέρνο θεατρικό δρώμενο για τις αληθινές ζωές 6 ανθρώπων που μοιράζονται τις προσωπικές ιστορίες τους. Ένα πειραματικό project που ξεκίνησε ως μια φοιτητική εργασία κι έφτασε να γίνει ένα ολοκληρωμένο performance για το οποίο στο τέλος καλείστε να δώσετε το feedback σας ώστε να βοηθήσετε στην ολοκλήρωση του!

Σύντομη Περιγραφή για τις "Εξομολογήσεις": Εννιά άνθρωποι είναι καλεσμένοι σε ένα κοσμικό σαλόνι το ίδιο βράδυ. Ο οικοδεσπότης που τους κάλεσε δε λείει να εμφανιστεί και γρήγορα η αμήχανη αναμονή δίνει τη θέση της σε μία πιο εξομολογητική διάθεση!

Πρόγραμμα της Βραδιάς:

- 17:30: Ανοίγουν οι πόρτες - Έλεγχος εισιτηρίων
- 18:00: Παρουσίαση Θεατρικού δρώμενου "Χάρτες"
- 18:45 - 19:15 - Διάλειμμα
- 19:15: Παρουσίαση Θεατρικού Έργου "Εξομολογήσεις"
- 20:30: Λήξης Βραδιάς Θεάτρου

The screenshot shows a Facebook event page for 'Leeszaal Rotterdam West'. The event is organized by 'Het Griekse Huis in Rotterdam and Vereniging van Grieken in Nederland'. The location is 'Leeszaal Rotterdam West' at 'rijnhoutplein 3, Rotterdam'. The duration is 3 hours and it is a public event. The description includes information about the event's theme, the performers, and the program. The program is as follows:

- 17:30: Ανοίγουν οι πόρτες - Έλεγχος εισιτηρίων
- 18:00: Παρουσίαση Θεατρικού δρώμενου "Χάρτες"
- 18:45 - 19:15 - Διάλειμμα
- 19:15: Παρουσίαση Θεατρικού Έργου "Εξομολογήσεις"
- 20:30: Λήξης Βραδιάς Θεάτρου

The event is scheduled for May 14, 2023. The page also shows a map of the location, the number of guests (30 went, 33 interested), and a 'Message Friends' button.

Φωτογραφία 2: Απόσπασμα από την ανακοίνωση της Βραδιάς Θεάτρου στο Facebook

Η δεύτερη ενημέρωση για τη φύση του εγχειρήματος και του θεατρικού δρώμενου *Χάρτες* έγινε μέσω του εκτυπωμένου προγράμματος που μοιράστηκε στον κόσμο κατά την είσοδο του στον χώρο που διεξήχθη η *Βραδιά Θεάτρου*.



Φωτογραφία 3: Δείγμα από το εξώφυλλο του προγράμματος της *Βραδιάς Θεάτρου*

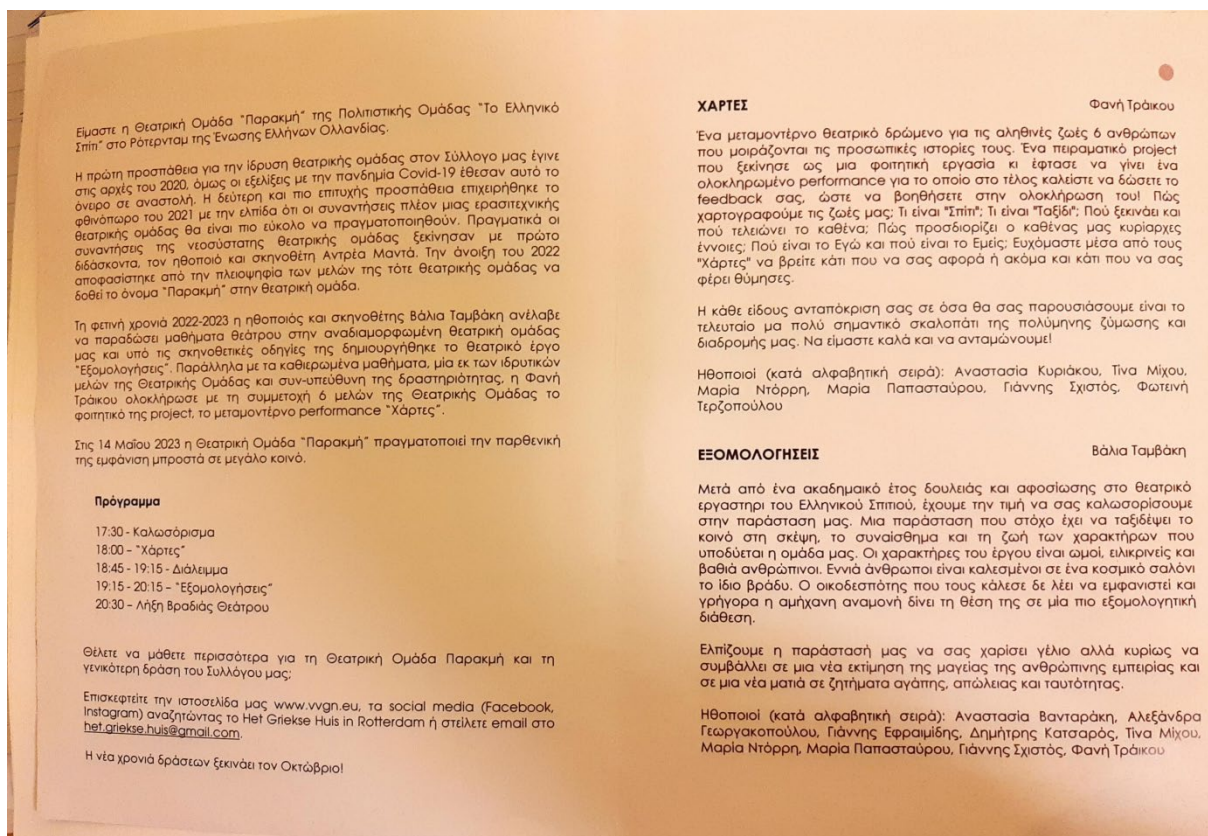
Στο εσωτερικό του δισέλιδου εκτυπωμένου προγράμματος συγκεκριμένα αναφερόταν για τους *Χάρτες*:

ΧΑΡΤΕΣ

Ένα μεταμοντέρνο θεατρικό δρώμενο για τις αληθινές ζωές 6 ανθρώπων που μοιράζονται τις προσωπικές ιστορίες τους. Ένα πειραματικό project που ξεκίνησε ως μια φοιτητική εργασία κι έφτασε να γίνει ένα ολοκληρωμένο performance για το οποίο στο τέλος καλείστε να δώσετε το feedback σας, ώστε να βοηθήσετε στην ολοκλήρωση του! Πώς χαρτογραφούμε τις ζωές μας; Τι είναι "Σπίτι"; Τι είναι "Ταξίδι"; Πού ξεκινάει και πού τελειώνει το καθένα; Πώς προσδιορίζει ο καθένας μας κυρίαρχες έννοιες; Πού είναι το Εγώ και πού είναι το Εμείς; Ευχόμαστε μέσα από τους "Χάρτες" να βρείτε κάτι που να σας αφορά ή ακόμα και κάτι που να σας φέρει θύμησες.

Η κάθε είδους ανταπόκριση σας σε όσα θα σας παρουσιάσουμε είναι το τελευταίο μα πολύ σημαντικό σκαλοπάτι της πολύμηνης ζύμωσης και διαδρομής μας. Να είμαστε καλά και να ανταμώνουμε!

Ηθοποιοί (κατά αλφαβητική σειρά): Αναστασία Κυριάκου, Τίνα Μίχου, Μαρία Ντόρρη, Μαρία Παπασταύρου, Γιάννης Σχιστός, Φωτεινή Τερζοπούλου



Φωτογραφία 4: Το εσωτερικό του προγράμματος της Βραδιάς Θεάτρου

4.5 Επεξεργασία Ποιοτικών Δεδομένων

Τα λόγια των έξι συμμετεχόντων - ηθοποιών αναλύθηκαν τόσο μέσα από τις γραπτές σημειώσεις που κρατήθηκαν όσο και μέσα από τις ηχογραφήσεις κατά τη διάρκεια των πρώτων έξι συναντήσεων. Στην πορεία η αφηγηματική θεραπεύτρια και σκηνοθέτις της παράστασης απομόνωσε κατά την κρίση της σημαντικές κι ενδιαφέρουσες φράσεις οι οποίες θα μπορούσαν να αποτελέσουν κομμάτι μιας αφήγησης με συνοχή. Αντικειμενικά έγινε επιλογή από τον τεράστιο όγκο του καταγεγραμμένου υλικού που βασίστηκε στις απαντήσεις και στις ιστορίες των έξι συμμετεχόντων, έτσι ώστε να προκύπτει κατά προσέγγιση ένα δισέλιδο κείμενο για τον καθένα και την κάθε μια. Τα πλήρη λόγια των συμμετεχόντων - ηθοποιών βρίσκονται στο Παράρτημα Β, στη σελίδα 73. Αυτό το δισέλιδο κείμενο ήταν ο προτεινόμενος ρόλος του κάθε συμμετέχοντα - ηθοποιού.

Κατά τη διάρκεια των πρώτων δύο προβών, παράλληλα με τη σκηνοθετική και κινησιολογική διερεύνηση κι εννοχρήστρωση του έργου, έγινε ένα τελικό ξεκαθάρισμα

στα λόγια του καθενός. Τι θα κρατηθεί στην τελική παρουσίαση και τι θα αφαιρεθεί ή θα τροποποιηθεί. Ήταν σημαντικό ο κάθε συμμετέχων να ασχοληθεί ενεργά με μια ενός είδους επανασυγγραφή του ρόλου του ώστε να νιώθει άνετα με όσα θα πει και στην ουσία θα μοιραστεί από τη ζωή του με το κοινό.

Όσον αφορά το υλικό του Google Drive, η σκηνοθέτιδα με την βοήθεια μιας ηθοποιού και συμμετέχουσας στο project οργάνωσε το υλικό για να μπορέσει να μονταρισθεί σε μορφή βίντεο το οποίο προβαλλόταν την ώρα της παράστασης μέσω προτζέκτορα, παράλληλα με την παρουσία των ηθοποιών στη σκηνή κι ενώ διηγούνταν τις ιστορίες τους στο κοινό.

4.6. Ανάλυση Δεδομένων Των Υπόλοιπων Ερευνητικών Εργαλείων

Οι απαντήσεις των συμμετεχόντων από το *Ερωτηματολόγιο Εντυπώσεων για τους Χάρτες* και του κοινού από το *Παρακολουθώντας τους Χάρτες* αναλύθηκαν τελευταίες αφού η συλλογή των δεδομένων αυτών και η όποια επεξεργασία τους απαιτούσε την αναμονή μέχρι και την τελική παράσταση μπροστά σε κοινό.

Αναφορικά με το *Ερωτηματολόγιο Εντυπώσεων για τους Χάρτες* (Παράρτημα Α.3, σελίδα 68) έγινε ποιοτική ανάλυση του πρώτου μέρους που αφορούσε την κλίμακα των 9 ερωτήσεων. Παρουσιάζεται πού κινήθηκαν γενικά οι απαντήσεις των συμμετεχόντων - ηθοποιών σε κάθε μια από τις 9 ερωτήσεις αναφορικά με τη δημιουργία και τη συμμετοχή τους στο όλο project.

Το δεύτερο μέρος του Ερωτηματολογίου έχει ερωτήσεις ανοιχτού τύπου οπότε γίνεται ποιοτική επεξεργασία των απαντήσεων των συμμετεχόντων - ηθοποιών. Έχει ιδιαίτερο ενδιαφέρον αν οι απαντήσεις αυτού του μέρους έρχονται σε συμφωνία με τις απαντήσεις του πρώτου μέρους ενώ είναι σημαντικό να μελετηθεί οποιαδήποτε άλλη επιπλέον πληροφορία θελήσουν να μοιραστούν οι έξι συμμετέχοντες - ηθοποιοί για τη συμμετοχή τους στο εγχείρημα.

Αναφορικά με το ερωτηματολόγιο *Παρακολουθώντας τους Χάρτες* (Παράρτημα Α.4, σελίδα 70), οι ανοιχτού τύπου ερωτήσεις είχαν σκοπό να αφήσουν να διαφανεί η πιθανή

ποικιλία ή εναλλακτικά ομοιομορφία που θα είχαν οι απαντήσεις του κοινού που παρακολούθησαν τη θεατρική παράσταση αναφορικά με το πώς τους φάνηκε, τι πιστεύουν για την παράσταση και κάποιες δικές τους ιδέες κι απόψεις για το τι θα μπορούσε να είναι διαφορετικό στην όλη παρουσίαση.

Κεφάλαιο 5

Αποτελέσματα & Γενική Αποτίμηση της Μεθόδου και της Παράστασης

5.1. Τα Αποτελέσματα Της Χρήσης Του Ερωτηματολογίου Για Την Ανάλυση Των λέξεων *Σπίτι* Και *Ταξίδι*

Με βάση αυτό το ερωτηματολόγιο απάντησαν οι έξι συμμετέχοντες- ηθοποιοί σχετικά με τις λέξεις κλειδιά *Σπίτι* και *Ταξίδι* (Παράρτημα Α.1, σελίδα 59 και Παράρτημα Α.2, σελίδα 63). Στις πρώτες έξι συναντήσεις στις οποίες έγινε όλη η συλλογή του αφηγηματικού υλικού, οι συζητήσεις μεταξύ των έξι συμμετεχόντων και της σκηνοθέτριας και αφηγηματικής θεραπεύτριας ηχογραφούνταν, ενώ γινόταν παράλληλη καταγραφή σημειώσεων. Οι περίπου 20 ώρες ηχογραφημένου υλικού και οι 60 σελίδες γραπτών σημειώσεων οδήγησαν στα κείμενα που έλαβαν στα χέρια τους οι έξι συμμετέχοντες – ηθοποιοί (Παράρτημα Β, σελίδα 73).

Το κάθε άτομο είχε περίπου τέσσερις σελίδες σημειώσεις – φράσεις στα χέρια του τις οποίες καλούταν να διαβάσει, να επεξεργαστεί, να δώσει έγκριση για να ειπωθούν μπροστά σε κοινό από το ίδιο το άτομο. Η σκηνοθέτης - αφηγηματική θεραπεύτρια είχε κάνει το πρώτο φιλτράρισμα των πολλών πρώτων καταγραφών, όμως τώρα έπρεπε οι ίδιοι οι συμμετέχοντες – ηθοποιοί να φιλτράρουν τα κείμενα, ουσιαστικά τα ίδια τους τα λόγια και να αποφανθούν αν ήταν καταρχάς σύμφωνοι με όσα διάβαζαν. Μερικοί θυμήθηκαν φράσεις που είχαν πει μήνες πριν και εντυπωσιάστηκαν, άλλοι προβληματίστηκαν. Μερικοί αποφάσισαν να αφαιρέσουν κάποια λόγια ή να γράψουν λίγο διαφορετικά όσα διάβαζαν. Η όλη διαδικασία που ουσιαστικά τους καλεί να

επινοήσουμε ένα νέο θεατρικό δρώμενο μαζί, ήταν ιδιαίτερα ενεργητική, δημιουργική αλλά και γεμάτη ελευθερία και συν-υπευθυνότητα. Καταλάβαιναν όλοι πως όλο αυτό το δημιουργούμε μαζί, δεν ήταν το εγχείρημα ενός και μόνο ανθρώπου. Αν το δούμε από την πλευρά της Αφηγηματικής Θεραπείας υπάρχει το αξίωμα ότι ψυχοθεραπευτής και θεραπευόμενος είναι συνεργάτες και ισότιμοι συν-ερευνητές προκειμένου να φτάσουν από κοινού σε κάποια ενδιαφέροντα συμπεράσματα (Denborough, 2022: 15). Αν το δούμε από τη σκοπιά του μεταδραματικού θεάτρου, για παράδειγμα του θεάτρου της επινόησης οι συμμετέχοντες - ηθοποιοί εκφράζουν τη δική τους φωνή, είναι οι πραγματικοί πρωταγωνιστές κι αυτοί που ελέγχουν τη συνθήκη και οι απόψεις τους, οι ενστάσεις τους, οι πρωτοβουλίες τους, οι ιδέες τους σχετικά με το κάθε τι γύρω από την κοινή δημιουργία του θεατρικού δρώμενου, είναι όχι απλά επιθυμητές αλλά απολύτως απαραίτητες (Τσίχλη, 2017: 13). Στο τέλος όλες οι εκτυπωμένες σημειώσεις είχαν πάνω σημειώσεις, μουντζούρες, αρίθμηση που αφορούσε τη σειρά που λέγεται η κάθε πρόταση, ενδείξεις για το ποιος μιλούσε μετά από ποιον στο έργο, παρατηρήσεις, σχόλια και ο,τιδήποτε άλλο φαινόταν χρήσιμο στον καθένα. Κάποιοι είπαν πως αυτές οι κόλλες χαρτί ήταν κάτι που άξιζε να κρατηθεί ενθύμιο γιατί δεν ήταν απλά τα λόγια που έλεγαν, αλλά όλη η επεξεργασία του υλικού και οι επιλογές του καταγεγραμμένες πάνω σε αυτό.

Είναι σημαντικό να διευκρινιστεί πως πριν ξεκινήσουν οι πρόβες που θα επικεντρώνονταν στη σωματική κίνηση των ηθοποιών και στο σκηνοθετικό στήσιμο του θεατρικού δρώμενου, έγιναν κάποιες τελευταίες αναγνώσεις των σημειώσεων που κρατούσε ο κάθε συμμετέχοντας προκειμένου να δημιουργηθεί μια αλληλουχία, μια φυσική ροή που θα θύμιζε ενός είδους κοινή ιστορία, ένας βασικός άξονας πάνω στον οποίο θα μπορούσαμε να ξεκινήσουμε, να προχωρήσουμε και να ολοκληρώσουμε αυτό που θα παρουσιάζαμε μπροστά στον κόσμο. Με άλλα λόγια, προσπαθήσαμε σκόρπιες φράσεις έξι διαφορετικών ανθρώπων και έξι διαφορετικών ζώων να τις βάλουμε σε μία σειρά ώστε μελλοντικά να μπορέσουν οι θεατές σχετικά εύκολα να καταλάβουν τι ακριβώς διαπραγματευόμασταν, για ποια θέματα συζητούσαμε όλους αυτούς τους μήνες. Για μεγαλύτερη ευκολία λοιπόν χωρίσαμε το έργο σε δύο μέρη με βάση τις λέξεις κλειδιά *Σπίτι* και *Ταξίδι*. Στη συνέχεια χωρίσαμε και το καθένα από αυτά τα δύο μέρη σε άλλα δύο μέρη. Το *Σπίτι* είχε το *Πριν / Παρελθόν* και το *Τώρα / Μετά* και το *Ταξίδι* είχε επίσης το *Πριν / Παρελθόν* και το *Τώρα / Μετά*. Αυτός ο θεματικός και χρονολογικός διαχωρισμός βοήθησε όλους μας να καταλάβουμε για ποιο θέμα μιλούσαμε σε κάθε στιγμή και φυσικά βοήθησε και στην επιλογή των κινήσεων και στη γενικότερη σκηνοθεσία του

έργου. Μέχρι το τέλος αυτής της επεξεργασίας των σημειώσεων το *Σπίτι* είχε τέσσερις επινοημένες θεματικές και το *Ταξίδι* είχε έξι επινοημένες θεματικές. Πάνω σε αυτές τις δέκα νέες θεματικές φτιάχτηκαν οι δέκα σκηνές του τελικού θεατρικού δρώμενου,

5.2. Η Χρήση Των Σημειώσεων Από Το Ημερολόγιο Συναντήσεων

Οι ζωγραφιές των συμμετεχόντων - ηθοποιών για το *Σπίτι* και το *Ταξίδι* χρησιμοποιήθηκαν για να φτιαχτεί το background βίντεο που θα έπαιζε παράλληλα με το θεατρικό δρώμενο μέσω προτζέκτορα. Από πολύ νωρίς όλοι γνωρίζαμε και ήμασταν σύμφωνοι πως ήχοι, εικόνες, βίντεο θα παίξουν σημαντικό ρόλο σε αυτό που καλούμαστε να παρουσιάσουμε.

Στο κοινό φάκελο Google Drive που όλοι μοιραζόμασταν ανέβασε ο καθένας φωτογραφίες και βίντεο που αφορούσαν την παιδική του ηλικία, την οικογένειά του ή τα άτομα που ορίζει ως οικογένεια, το σπίτι του ή αυτό που του δίνει την αίσθηση του σπιτιού, τα ταξίδια που έχει κάνει ή που θα ήθελε να κάνει, αντικείμενα που αγαπάει πολύ και έχουν συναισθηματική αξία, αγαπημένα κατοικίδια ζώα. Το κάθε στοιχείο ήταν μοναδικό και φανέρωνε διαφορετικό συναίσθημα. Άλλοτε χαρά, άλλοτε λύπη, άλλοτε απώλεια αγαπημένων προσώπων ή ζώων, άλλοτε αποχωρισμό ανθρώπων λόγω διαφορετικών επιλογών ζωής, άλλοτε ελπίδα και αισιοδοξία για το μέλλον. Ο προηγούμενος θεματικός διαχωρισμός σε δέκα θεματικές ενότητες βοήθησε και στην ταξινόμηση του υλικού κατά τον καλύτερο δυνατό τρόπο.

Μία εκ των συμμετεχόντων - ηθοποιών, η Μαρία Ντόρρη, είχε πολύ καλές γνώσεις βίντεο μοντάζ οπότε δέχθηκε σε συνεργασία με την αφηγηματική θεραπεύτρια / σκηνοθέτρια να φτιάξουν μαζί το background βίντεο επιλέγοντας από κοινού τη σειρά που θα παρουσιάζοντας φωτογραφίες, βίντεο, ζωγραφιές. Στη συνέχεια είδαν το πρώτο μονταρισμένο βίντεο και οι υπόλοιποι συμμετέχοντες - ηθοποιοί και πρότειναν αλλαγές, ενδεχόμενη αντικατάσταση φωτογραφιών ή εμπλουτισμό του βίντεο σε ορισμένα σημεία. Το βίντεο αναδιαμορφώθηκε με βάση τις νέες προτεινόμενες αλλαγές περιμένοντας σταδιακά την τελική μορφή που είχε και στην παράσταση.

Παράλληλα σε αυτό ενσωματώθηκαν αρκετά μουσικά κομμάτια που είχαν προτείνει όλα τα μέλη της ομάδας κατά τις πρώτες μας συναντήσεις, τα οποία είχαν καταγραφεί στο Ημερολόγιο Συναντήσεων. Η ευχάριστη και συγκινητική έκπληξη ήταν πως η Μαρία Ντόρρη, η οποία είχε αναλάβει το βίντεο μοντάζ, όντας επαγγελματίας μουσικός, συνέθεσε δύο μουσικά κομμάτια αποκλειστικά και μόνο για το δικό μας θεατρικό δρώμενο. Το *Waltz* και το *Blue Dreams* ακούστηκαν κατά τη διάρκεια της παράστασης και ακούγονται καθαρά στο βίντεο.

5.3. Η Σημασία Της Αποθήκευσης Του Υλικού

Κάθε καινούρια πληροφορία, κάθε τι που φτιαχνόταν και ήταν έτοιμο, αποθηκευόταν στον κοινό φάκελο που μοιραζόμασταν όλοι στο Google Drive. Μέχρι και τη μέρα της παρουσίασης της παράστασης όλα βρίσκονταν στη διάθεση όλων. Το background βίντεο που θα προβαλλόταν από τον προτζέκτορα, η λίστα με τα μουσικά κομμάτια, οι κινησιολογικές και σκηνοθετικές σημειώσεις αν ήθελε κάποιος να ρίξει μια ματιά, να θυμηθεί κάτι ή να πάρει κάποια πληροφορία που του διέφευγε. Όλο το υλικό παρέμεινε στο φάκελο ακόμη και μετά την παρουσίαση της παράστασης, ενώ αργότερα προστέθηκαν και τα τελικά βίντεο, με την παράσταση ολοκληρωμένη, έχοντας προσθέσει και τους τίτλους αρχής και τέλους.

5.4. Αποτελέσματα Ποιοτικών Δεδομένων

Παρακάτω γίνεται λεπτομερής αναφορά των αποτελεσμάτων που συλλέχθηκαν από τα ερευνητικά εργαλεία *Ερωτηματολόγιο Εντυπώσεων για τους Χάρτες* και *Παρακολουθώντας τους Χάρτες*.

5.4.1. Ερωτηματολόγιο Εντυπώσεων για τους Χάρτες

Στους έξι συμμετέχοντες - ηθοποιούς δόθηκε το συγκεκριμένο ερωτηματολόγιο (Παράρτημα Α.3, σελίδα 68) προκειμένου να δώσουν μια τελική αποτίμηση του όλου εγχειρήματος. Στις πρώτες 9 ερωτήσεις του ερωτηματολογίου έπρεπε να απαντήσουν είτε *Πολύ*, είτε *Αρκετά*, είτε *Μέτρια*, είτε *Λίγο*, είτε *Καθόλου* σχετικά με το πώς αντιλήφθηκαν και βίωσαν την όλη διαδικασία.

Στην πρώτη ερώτηση *Γνώριζες τον πειραματικό χαρακτήρα του εγχειρήματος;*, οι πέντε συμμετέχοντες - ηθοποιοί απάντησαν *Πολύ* κι ένας απάντησε *Αρκετά*. Άρα όλοι τους είχαν σε μεγάλο βαθμό αντιληφθεί πώς μαζί με την αφηγηματική θεραπεύτρια και σκηνοθέτη μπαίνουν σε κάτι καινούριο, σε ένα εγχείρημα με μια μέθοδο υπό δημιουργία.

Στη δεύτερη ερώτηση *Γνώριζες ότι θα κληθείς να απαντήσεις σε ερωτήσεις που συχνά εμφανίζονται στην Αφηγηματική Ψυχοθεραπεία και οι οποίες θα αφορούσαν τη ζωή σου;*, οι πέντε συμμετέχοντες - ηθοποιοί απάντησαν *Πολύ* κι ένας απάντησε *Αρκετά*. Ευχάριστο που κατάλαβαν επαρκώς πως το ένα από τα δύο βασικά κομμάτια της πειραματικής μεθόδου βασιζόταν σε μια ψυχοθεραπευτική μέθοδο και μέσω της εφαρμογής αυτής κλήθηκαν να καταθέσουν προσωπικά βιώματά τους.

Η τρίτη ερώτηση ήταν: *Γνώριζες πως θα κληθείς να γνωρίσεις και να διαχειριστείς τεχνικές που αφορούν το Μεταδραματικό Θέατρο; Για παράδειγμα να ζωγραφίσεις, να διαθέσεις προσωπικό σου υλικό, να διαλέξεις μουσικές για τη δημιουργία της τελικής παράστασης;* Οι πέντε συμμετέχοντες - ηθοποιοί απάντησαν *Πολύ* κι ένας απάντησε *Μέτρια*. Ενώ η πλειονότητα φαίνεται να αντιλήφθηκε επαρκώς τι τεχνικές του Μεταδραματικού Θεάτρου θα χρησιμοποιήσουμε, ίσως αυτός ο ένας συμμετέχοντας δεν αντιλήφθηκε κάτι στην αρχή του όλου εγχειρήματος ή δεν του ήταν ξεκάθαρη ή ίσως και επιθυμητή κάποια από τις προαναφερθείσες διαδικασίες.

Η τέταρτη ερώτηση είχε ως εξής: *Ένιωθες άνετα με το γεγονός πως το μελλοντικό θεατρικό δρώμενο που θα δημιουργούσατε με τους υπόλοιπους συμμετέχοντες θα είχε έναν προσωπικό / αυτοβιογραφικό χαρακτήρα;* Οι *Τρεις* συμμετέχοντες - ηθοποιοί απάντησαν *πολύ*, άλλοι *δύο* απάντησαν *Αρκετά* κι ένας απάντησε *Μέτρια*. Σημαντικό που οι συμμετέχοντες - ηθοποιοί ένιωθαν *πολύ* ή *αρκετά* άνετα με το γεγονός πως το μελλοντικό θεατρικό δρώμενο θα ήταν βασισμένο πάνω στις προσωπικές τους ιστορίες. Ο ένας που απάντησε *Μέτρια* πιθανόν να ένιωθε μια παραπάνω αμηχανία ή αμφιβολία για το μοίρασμα των ιστοριών του με το κοινό.

Στην πέμπτη ερώτηση *Ένιωθες άνετα να μιλάς μπροστά σε άλλους (υπόλοιπους συμμετέχοντες, κοινό κ.ά.) για προσωπικές σου εμπειρίες, προτιμήσεις, ιδέες, συναισθήματα;* τέσσερις συμμετέχοντες - ηθοποιοί απάντησαν *Πολύ*, ένας απάντησε *Αρκετά* κι ένας *Μέτρια*. Σημαντικό που και πάλι η πλειονότητα των συμμετεχόντων

ένιωθε πολύ ή αρκετά άνετα να μιλά μπροστά σε άλλους για ευαίσθητες προσωπικές πληροφορίες. Φυσιολογικό κι αναμενόμενο είναι που ένας απ' όλους ένιωθε μέτρια, δηλαδή ενίοτε βολικά και άλλοτε λιγότερο βολικά με τη διαδικασία του μοιράσματος.

Η έκτη ερώτηση ήταν: *Πόσο εύκολο ήταν να πεις ξανά τα δικά σου λόγια (τα οποία καταγράφηκαν στις πρώτες συναντήσεις) ως κομμάτι ενός υπό διαμόρφωση θεατρικού δρώμενου;* Ένας συμμετέχων απάντησε *Πολύ*, τρεις απάντησαν *Αρκετά* και δύο *Μέτρια*. Η αλήθεια είναι πως κάποιες φορές κατά τη διάρκεια προβών κάποιοι εξέφρασαν μια παραπάνω δυσκολία να επαναλάβουν ή να αποστηθίσουν τα ίδια τους τα λόγια. Για μερικούς ίσως ήταν λόγια μιας στιγμής ή μιας περιόδου που εν μέρει είχε παρέλθει, για άλλους η αποστήθιση κάποιων φράσεων που έμοιαζαν σαν αποφθέγματα, αλλά δεν βασιζόνταν πάνω σε δομημένο, γραμμικό έργο απαιτούσε μεγαλύτερη συγκέντρωση, προσοχή, κόπο και χρόνο μελέτης και επεξεργασίας.

Στην έβδομη ερώτηση *Υπήρξαν στιγμές που ένιωσες αμηχανία ή ανασφάλεια κατά τη διάρκεια των συνεντεύξεων ή κατά τη διάρκεια των τελικών προβών πριν την παρουσίαση του θεατρικού δρώμενου;*, Δύο συμμετέχοντες - ηθοποιοί απάντησαν *Καθόλου*, δύο απάντησαν *Μέτρια*, ένας *Αρκετά* κι ένας *Πολύ*. Η μεγάλη ποικιλία των απαντήσεων σε αυτή την ερώτηση δείχνει πως όλοι δε βίωναν με την ίδια σιγουριά και ασφάλεια την όλη εμπειρία και ενδέχεται σε διαφορετικές στιγμές να κυριαρχούσαν διαφορετικά συναισθήματα. Για παράδειγμα, ηρεμία την οποία διαδεχόταν το άγχος ή ίσως κάποια ανασφάλεια κατά τη διάρκεια των προβών.

Η όγδοη ερώτηση ανέφερε: *Πιστεύεις πως η συγκεκριμένη πειραματική μέθοδος θα είναι χρήσιμη στο μέλλον για τη δημιουργία νέων θεατρικών δρώμενων στο Μεταδραματικό Θέατρο;* Τέσσερις συμμετέχοντες - ηθοποιοί απάντησαν *Πολύ* και δύο απάντησαν *Αρκετά*, άρα όλοι είδαν την πειραματική αυτή μέθοδο με θετική ματιά.

Στην ένατη ερώτηση *Πιστεύεις πως αν σου ξανά δινόταν η ευκαιρία θα συμμετείχες στο μέλλον σε ένα αντίστοιχο θεατρικό εγχείρημα το οποίο θα είχε έναν εξίσου προσωπικό και δημιουργικό χαρακτήρα;*, Τέσσερις συμμετέχοντες - ηθοποιοί απάντησαν *Πολύ* και δύο απάντησαν *Αρκετά*. Συμπεραίνουμε πως όλοι τους περισσότερο ή λιγότερο δε μετάνιωσαν για τη συμμετοχή τους στο εγχείρημα και είναι θετικοί στο να ξανά

συμμετάσχουν σε κάτι αντίστοιχο στο μέλλον. Προφανώς δίνουν θετικό πρόσημο στην όλη εμπειρία.

Μετά τις ερωτήσεις κλειστού τύπου στις οποίες είχαν να απαντήσουν μονολεκτικά, ακολουθούσαν οι τέσσερις ερωτήσεις ανοιχτού τύπου στις οποίες κλήθηκαν να απαντήσουν ελεύθερα, όπως ακριβώς ήθελαν.

Η πρώτη ερώτηση ανοιχτού τύπου ήταν: *Πώς ένιωσες στις συναντήσεις για τους Χάρτες; Πώς ήταν για σένα η όλη διαδικασία;* Παρακάτω αναφέρω επακριβώς τις απαντήσεις των έξι συμμετεχόντων:

Ήταν υπέροχη. Με έκανε να γνωρίσω καλύτερα τον εαυτό μου.

Ήταν μια διαδικασία ενδοσκόπησης πρωτίστως, όπου με έκανε να σκεφτώ γιατί επιλέγω να ανασύρω και να αναδείξω συγκεκριμένες πτυχές και καταστάσεις αντί για άλλες. Προκάλεσε σκέψη και συνειδητοποίηση.

Ήταν μια πολύ ενδιαφέρουσα εμπειρία, ασυνήθιστη, πρωτότυπη. Ένωσα αρκετά άνετα να εκφραστώ και να πω αυτό που σκέφτομαι αφιltrάριστα. Σίγουρα επηρέασε ότι γνωριζόμασταν από πριν. Δεν ξέρω άτομα που δεν γνωρίζονται πόσο θα ανοιχτούν σε αυτό το πλαίσιο.

Η διαδικασία ήταν αρκετά πρωτόγνωρη για μένα. Με έκανε να σκεφτώ πράγματα για τη ζωή μου και ίσως να επαναπροσδιορίσω στοιχεία της.

Ένωθα πολύ άνετα να εκφραστώ, ασφάλεια, προσοχή στα λόγια μου. Ανακούφιση που μοιραζόμουν προσωπικά δεδομένα με ανθρώπους που μοιράστηκαν κι αυτοί μαζί μου. Εξιλέωση. Απελευθέρωση. Συνειδητοποίηση για το ποια είμαι.

Ήταν κάτι πολύ καινούριο. Μου δόθηκε η ευκαιρία να σκεφτώ πέρα από το προφανές. Μία όμορφη ευκαιρία να συνδεθώ με τις λέξεις Σπίτι και Ταξίδι.

Από τις απαντήσεις των συμμετεχόντων στην πρώτη ερώτηση γίνεται εύκολα αντιληπτό πως η όλη διαδικασία αν και πρωτόγνωρη και μη αναμενόμενη, καθότι πειραματική,

φαίνεται να αποδείχθηκε ευχάριστη και χρήσιμη. Οι συμμετέχοντες - ηθοποιοί φαίνεται να νιώθουν ότι κέρδισαν πράγματα μέσα από την όλη εμπειρία τους.

Στη δεύτερη ερώτηση ανοιχτού τύπου οι συμμετέχοντες – ηθοποιοί ρωτήθηκαν: *Τι θα πάρεις μαζί σου από αυτή τη διαδικασία / εμπειρία / διαδρομή;* Οι συμμετέχοντες - ηθοποιοί απάντησαν τα εξής:

Πολλά πράγματα.

Το ταξίδι της δημιουργίας μιας παράστασης / δρώμενου από το μηδέν, που όσο αυτοβιογραφικό και να είναι, γίνεται ιστορία, αποκτά ροή και υπόσταση.

Σίγουρα τις εμπειρίες και των υπολοίπων. Πως έχουν επηρεαστεί οι προσωπικότητες τους βάσει του πώς έχουν μεγαλώσει. Αντίστοιχα και για τον εαυτό μου. Κατάλαβα πως έχω φόβο με την απώλεια και δε μου αρέσει να φεύγουν οι άνθρωποι. Θα κρατήσω και πόσο δημιουργικός μπορείς να γίνεις και να ανοίξεις άλλες πόρτες όταν πας μέσα από αυτό το μονοπάτι.

Μαζί μου θα πάρω το πόσο καλύτερα γνώρισα εμένα αλλά και τα άλλα άτομα που συμμετείχαν. Ακούγοντας τις αφηγήσεις άλλων, γνώρισα καλύτερα εμένα και ανέλυσα τον τρόπο που σκέφτομαι.

Το πόσο γρήγορα και πολύ άλλαξε η ζωή μου σε αυτό το διάστημα των έξι μηνών. Ο χάρτης μου είναι μια εικόνα του εαυτού μου, μου έκανε εντύπωση το ποια είμαι σε σύγκριση με τους υπόλοιπους. Το πόσο διαφορετικοί είμαστε και πόσα κοινά έχουμε.

Ένα μεγάλο χαμόγελο. Νιώθω πολύ τυχερή που συμμετείχα σε αυτή τη διαδικασία. Μακάρι να δοθεί αυτή η ευκαιρία σε πολλούς ανθρώπους.

Είναι σημαντικό που όλοι αναφέρουν πως κρατούν πράγματα για αυτούς για το από εδώ κι έπειτα. Φαίνεται πως δε φεύγουν ίδιοι και ανεπηρέαστοι από αυτή την εμπειρία, απαντούν ειλικρινά για όσα νιώθουν ότι συνειδητοποίησαν και τα κέρδισαν μέσω αυτής της ολιγόμηνης διαδικασίας.

Στην τρίτη ερώτηση ανοιχτού τύπου *Τι θα ήθελες να κάνεις σε ένα μελλοντικό αντίστοιχο project;* οι έξι συμμετέχοντες - ηθοποιοί απάντησαν:

Να εξερευνήσουμε καινούριες λέξεις.

Ίσως να αναπτύξουμε και άλλες λέξεις – κλειδιά και να ανακαλύψουμε περισσότερες πτυχές οι οποίες θα προέρχονται και από μελλοντικά βιώματα και ερεθίσματα.

Να εστιάσω περισσότερο στο παρόν και στο μέλλον. Να είχαμε θεματολογίες που θα οδηγούσαν προς αυτή την κατεύθυνση.

Σε ένα αντίστοιχο project θα ήθελα να αναζητήσουμε και άλλες θεματικές, ίσως με περισσότερα άτομα.

Μου άρεσε ο τρόπος που κάναμε ενδοσκόπηση στα βιώματά μας. Θα εμπιστευόμουν οποιαδήποτε νέα ιδέα της Φανής με βάση την Αφηγηματική Ψυχοθεραπεία. Η αλληλεπίδραση με τους γύρω μας και οι σχέσεις των ανθρώπων είναι ενδιαφέρον θέμα.

Θα ήθελα να το ξανά ζήσω σίγουρα. Νέες λέξεις, πιο ζόρικες, να μου κοστίσει η ανάλυσή τους. Ήταν μια γλυκιά εμπειρία, η επόμενη ας γρατζουνίσει λίγο!

Είναι σημαντικό και ομολογουμένως ευχάριστο που όλοι οι συμμετέχοντες - ηθοποιοί δείχνουν διατεθειμένοι να ξανά συμμετάσχουν σε ένα αντίστοιχο εγχείρημα και να επεξεργαστούν με τον ίδιο τρόπο άλλες λέξεις – κλειδιά και μέσω αυτής της επεξεργασίας να οδηγηθούμε όλοι μαζί σε νέες συνειδητοποιήσεις.

Στην τελευταία ερώτηση ανοιχτού τύπου οι έξι συμμετέχοντες – ηθοποιοί ρωτήθηκαν: *Κάτι ακόμα που θα ήταν σημαντικό για εσένα να μοιραστείς;* Οι πέντε από τους έξι συμμετέχοντες – ηθοποιοί απάντησαν τα εξής:

Ζήσαμε το ταξίδι και δεθήκαμε περισσότερο!

Ευχαριστούμε για την εμπειρία Φανάρα! Είμαστε ομαδάρα και αυτό βγαίνει προς τα έξω!

Ήταν μια εμπειρία που με ώθησε στο να θυμηθώ το παρελθόν μου, να το ξανά ζήσω και να το χαρώ ακόμη μια φορά.

Βλέπεις τόσο πολύ την εξέλιξη σου μέσα σε 6 μήνες. Είναι μια σύντομη περίληψη της ζωής και αυτό σε βοηθάει. Είτε να είσαι περήφανος για αυτά που έχεις καταφέρει, είτε να βελτιώσεις το πώς βλέπεις τη ζωή σου. Η σύγκριση με τους υπόλοιπους με τοποθετεί ωμά στην κοινωνία και βλέπεις τον πραγματικό σου εαυτό πως λειτουργεί στο σύνολο. Θα το ξανά έκανα! Μου άρεσε που η Φανή με έκανε να την εμπιστευτώ και να χαλαρώσω, ήταν η ίδια αρχηγός. Οπότε όλο το project βγήκε χωρίς άγχος από τους συμμετέχοντες.

Ήταν μία θεραπευτική διαδικασία. Σκάλισα λίγο την ψυχή μου για αυτή τη δράση. Άλλαξα τον ορισμό του σπιτιού μέσω αυτής της διαδικασίας. Φανή, ευχαριστώ!

Αληθινά θετική η ανατροφοδότηση όταν εμπειριέχει και εκφράσεις ευγνωμοσύνης. Όταν διαφαίνεται χαρά, αίσθηση εμπιστοσύνης στην όλη μέθοδο και διαδικασία και διάθεση να ξανά επαναληφθεί μια αντίστοιχη διαδικασία στο μέλλον. Ενδιαφέρον και σημαντικό που κάποιοι συμμετέχοντες - ηθοποιοί παρά το γεγονός πως καλούνταν να μοιραστούν προσωπικές αφηγήσεις τους, εντούτοις δεν ένιωσαν μόνοι σε όλο αυτό, ανασφαλείς για το πόσα να μοιραστούνε και με ποιο τρόπο, χωρίς πληροφόρηση ή ιδέες για το πώς θα μπορούσαμε να προχωρήσουμε παρακάτω.



Φωτογραφία 5: Οι έξι συμμετέχοντες – ηθοποιοί στη σκηνή

5.4.2. Παρακολουθώντας τους Χάρτες

Το συγκεκριμένο ερωτηματολόγιο τεσσάρων ερωτήσεων (Παράρτημα Α.4, σελίδα 70) μοιράστηκε στο κοινό που παρακολούθησε τους Χάρτες την Κυριακή 14 Μαΐου 2023. Με βάση τα εισιτήρια που πουλήθηκαν 70 άτομα παρακολούθησαν το θεατρικό δρώμενο. Τα ερωτηματολόγια που επιστράφηκαν πίσω συμπληρωμένα ήταν 48.

Η πρώτη εκ των τεσσάρων ερωτήσεων ανοιχτού τύπου ανέφερε: *Περιγράψτε με λίγα ή περισσότερα λόγια πώς σας φάνηκε η παράσταση Χάρτες;* Παρακάτω αναφέρονται απαντήσεις από 10 τυχαία ερωτηματολόγια που απαντήθηκαν.

Ήταν μια πολύ όμορφη εμπειρία. Δημιουργήθηκαν δυνατά συναισθήματα ιδίως από την ταύτιση των σκέψεων και των εμπειριών. Συγχαρητήρια για την προσπάθεια.

Εξαιρετική, συγκινητική. Έδωσε αφορμή για συλλογισμό και ερωτήσεις για το σπίτι. Οικογένεια, αγάπη, συντροφικότητα.

Η παράσταση μου άρεσε κυρίως γιατί με έκανε να σκεφτώ και να ανατρέξω στα δικά μου βιώματα, κυρίως από την παιδική ηλικία.

Ενδιαφέρον, πολύ προσωπική και αισθηματική.

Μου άρεσε πάρα πολύ.

Μου φάνηκε αρκετά πρωτοποριακή και ιδιαίτερη. Αν ανατρέξω σε προηγούμενες παραστάσεις, πιστεύω πως διαφέρει αρκετά κι αυτό μου άρεσε πολύ.

Μου άρεσε το γεγονός ότι άνθρωποι που δεν γνωρίζω ανοίχτηκαν μπροστά μου και έμαθα πράγματα για τη ζωή τους και τα όνειρά τους.

Ως κάποια που γνωρίζει τα παιδιά συγκινήθηκα πάρα πολύ παρακολουθώντας το. Ήταν πολύ όμορφη η σύνδεση των κομματιών του καθενός και έβγαζε νόημα. Ήταν όλοι εξαιρετικοί και αληθινοί.

Με μια λέξη: ταυτίστηκα. Η ενσωμάτωση των προσωπικών αναμνήσεων βοήθησε στην περαιτέρω κατανόηση δικών μου συναισθημάτων.

Μια ενδιαφέρουσα προσπάθεια παρουσίασης προσωπικών βιωμάτων, συνδυασμένων με ιδιαίτερο τρόπο.

Σαν πρώτο γενικό σχόλιο μπορούμε να πούμε πως από τις παραπάνω απαντήσεις φαίνεται το κοινό να εισέπραξε με θετικό τρόπο όσα παρακολούθησε και είναι σημαντικό που πολλοί ένιωσαν μια σύνδεση με όσα διαδραματίζονταν επί σκηνής.

Στη δεύτερη ερώτηση το κοινό κλήθηκε να απαντήσει: Ποιο πιστεύετε πώς ήταν το κεντρικό νόημα / θέμα του έργου; Ακολουθούν άλλες 10 απαντήσεις από 10 άλλα τυχαία ερωτηματολόγια.

Να εξωτερικεύσει τη σκέψη διαφόρων ατόμων που ζουν στο εξωτερικό, σε ένα πλαίσιο διαφορετικών θεματικών.

Πως ο άνθρωπος είναι σε μια διαρκή αναζήτηση. Ψάχνει ηρεμία, αγάπη, ισορροπία στη ζωή του διαρκώς.

Αυτό που ένιωσα και κατάλαβα ήταν ότι οι άνθρωποι που είναι γύρω μας μας δίνουν χαρά, αγάπη, φροντίδα (συγγενείς και φίλοι). Όμως το ταξίδι της ζωής είναι μόνο δικό μας και εμείς έχουμε τις επιλογές ποιοι θα είναι συνοδοιπόροι.

Το πώς ο καθένας βιώνει την έννοια του σπιτιού, της ζωής γενικότερα.

Οι έννοιες σπίτι και ταξίδι μέσα από τα προσωπικά βιώματα των ηθοποιών.

Η περιγραφή της ζωής των παιδιών στην Ολλανδία / Ρότερνταμ και γενικότερα το ταξίδι της ζωής τους.

Ο κάθε άνθρωπος προσδιορίζει διαφορετικά την έννοια Σπίτι και Ταξίδι βασιζόμενος στα βιώματα, τις αναμνήσεις και τις εμπειρίες του.

Το ταξίδι της ζωής. Μέρη που είναι όμορφα, μέρη που αντιπαθώ.

Το ταξίδι της ζωής και οι άνθρωποι που μπαίνουν και βγαίνουν.

Το ταξίδι της ζωής. Ότι η ζωή έχει τα πάνω της και τα κάτω της. Και πως για τον καθένα το ταξίδι της ζωής είναι διαφορετικό.

Σημαντικό πως πολλοί αναγνωρίζουν πως παρακολούθησαν τα αληθινά βιώματα ανθρώπων και έχουν εντοπίσει τις λέξεις- κλειδιά που αναλύσαμε, δηλαδή το Σπίτι και το Ταξίδι.

Η τρίτη ερώτηση ήταν η εξής: Πώς νιώσατε και τι θα πάρετε μαζί σας μετά το τέλος της παράστασης; Ακολουθούν 10 απαντήσεις από άλλα 10 τυχαία ερωτηματολόγια που συμπληρώθηκαν από το κοινό.

Νοσταλγία, προβάλλοντας τις δικές μου αναμνήσεις στους πρωταγωνιστές.

Ένωσα οικεία ζώντας στο εξωτερικό και ένας ενεργός ηθοποιός και εγώ. Τα θετικά νοήματα της παράστασης.

Ένωσα πολλά και ανάμεικτα συναισθήματα.

Με άγγιξε το πώς διαμορφώνουμε αναμνήσεις και πώς συνδέουμε πράγματα – καταστάσεις ενώ εξελισσόμαστε στο ρου της ζωής.

Προσωπικά ένιωσα έντονη συγκίνηση και ταύτιση. Αυτό που κυρίως μου μένει είναι πως δεν είμαι μόνη μου σ' όλο αυτό και πως συναισθήματα και προβληματισμοί είναι κοινοί κυρίως σε όσους ζουν στο εξωτερικό.

Ένωσα όμορφα, κάποια θετικά συναισθήματα. Φόρτιση.

Πιστεύω πως κρατώ κάτι γλυκό από αυτό. Ένα μικρό μάθημα για το πώς η ζωή είναι ωραία και πάντα συνεχίζεται.

Συγκινήθηκα και ενθουσιάστηκα με τη δουλειά όλων σας. Αυτό που θα πάρω είναι ότι γνώρισα κάποιους λίγο περισσότερο!

Η έκθεση συναισθημάτων των παιδιών αλλά και τα δικά μου. Και την ευγνωμοσύνη που αυτά τα παιδιά τα αποκαλώ φίλους μου.

Ένωσα νοσταλγία για τα παιδικά μου χρόνια.

Κάτι που αξίζει να παρατηρηθεί είναι η ταύτιση του κοινού με τους performers καθώς όλοι – κοινό και performers – έχουν το βασικό χαρακτηριστικό ότι είναι μετανάστες που ζουν στο εξωτερικό και άρα προφανώς βιώνουν παρόμοια συναισθήματα, έχουν αντιμετωπίσει παραπλήσιες προκλήσεις, νοσταλγούν αντίστοιχες καταστάσεις και σχέσεις. Είναι άνθρωποι τρίτης κουλτούρας (Τράικου, 2020: XX).

Η τέταρτη και τελευταία ανοιχτού τύπου ερώτηση ήταν η εξής: *Υπάρχει κάτι που θα θέλατε να ήταν διαφορετικό στην παράσταση που παρακολουθήσατε; Άλλες 10 απαντήσεις ακολουθούν μέσα από 10 ακόμα τυχαία ερωτηματολόγια:*

Ήταν υπέροχο!

Όχι δε θα άλλαζα τίποτα! Keep going!

Δε θα άλλαζα ούτε ίντσα! Μακάρι να μπορέσω να συμμετάσχω κι εγώ σε κάτι παρόμοιο στο μέλλον.

Το βίντεο καμιά φορά δεν ήταν συγχρονισμένο με αυτά που έλεγαν οι ηθοποιοί.

Τα καθίσματα ακόμα και στην δεύτερη σειρά δεν μπορούσαμε να δούμε τα πρόσωπα και συνεπώς τις εκφράσεις και τις κινήσεις των ηθοποιών.

Καλύτερος συγχρονισμός του οπτικού υλικού με τις αφηγήσεις.

Πιο σύντομη και περιεκτική.

Θα ήθελα να υπάρχει μια μικρή εισαγωγή στην αρχή σχετικά με το έργο που παρακολουθήσαμε.

Ίσως λίγο περισσότερη κίνηση.

Να είχε λίγο παραπάνω συνοχή (ίσως μια κοινή ιστορία;) και κάποιο αιφνίδιο κωμικό στοιχείο.

Βλέπουμε μια ποικιλία στο τι θα μπορούσε να ήταν αλλιώς στους Χάρτες. Αρκετοί δήλωσαν πως δε θα άλλαζαν κάτι ή δεν είχαν να προτείνουν κάτι. Κάποιοι έκαναν τεχνικές παρατηρήσεις για τη μουσική ή ήθελαν περισσότερο συγχρονισμό του βίντεο με τις κινήσεις και τις αφηγήσεις των ηθοποιών. Κάποιοι ίσως ήθελαν μια αρχική επεξήγηση για αυτό που θα παρακολουθούσαν, άλλοι δυσκολεύτηκαν να βρουν συνοχή στις ιστορίες που ειπώθηκαν ή τις ήθελαν ειπωμένες αλλιώς, για παράδειγμα πιο κωμικά.

Κεφάλαιο 6

Επίλογος & Γενικά Συμπεράσματα

6.1. Από την αρχή μέχρι την τελική παράσταση

Η όλη προετοιμασία για την τελική παράσταση κράτησε περίπου 6 μήνες. Από τον Νοέμβριο του 2022 που έγινε η πρώτη αναγνωριστική συνάντηση με τους υποψήφιους συμμετέχοντες - ηθοποιούς στο εγχείρημα μέχρι τον Μάιο. Η πρώτη βιντεοσκόπηση για λόγους ασφαλείας, προκειμένου να εξασφαλιστεί καλός ήχος και εικόνα στο βίντεο, έγινε την Κυριακή 7 Μαΐου 2023. Η επίσημη παράσταση μπροστά σε κόσμο δόθηκε στις 14 Μαΐου 2023.

Το πρώτο κομμάτι και αντικειμενικά το πιο χρονοβόρο της όλης διαδικασίας ήταν η συλλογή του υλικού μέσα από τις ομαδικές κουβέντες που έγιναν με τους έξι συμμετέχοντες - ηθοποιούς καθώς απαντούσαν τις ερωτήσεις των δύο ερωτηματολογίων (Παράρτημα Α.1, σελίδα 59 και Παράρτημα Α.2, σελίδα 63). Ουσιαστικά τους πρώτους τρεις - τέσσερις μήνες, από τον Νοέμβριο του 2022 ως τα τέλη Φεβρουαρίου 2023 χρειάστηκαν έξι πολύωρες συναντήσεις για να ολοκληρωθεί η συλλογή απαντήσεων των έξι μελών, οι οποίες ηχογραφούνταν και παράλληλα η σκηνοθέτης και αφηγηματική θεραπεύτρια κρατούσε χειρόγραφες σημειώσεις. Αυτό που εκ των υστέρων ειπώθηκε από την ομάδα ήταν πώς άξιζε τον κόπο αυτή η χρονοβόρα αλλά και κάποιες φορές κουραστική διαδικασία συλλογής προσωπικών αφηγήσεων και το μοίρασμα εντός της ομάδας, αφού πάνω σε αυτές τις ιστορίες βασίστηκε όλο το θεατρικό δρώμενο και η όποια σημασία και αξία του.

6.2. Η σχέση των συμμετεχόντων – ηθοποιών με τη σκηνοθέτιδα – αφηγηματική θεραπεύτρια

Αναφορικά με το επιθυμητό κομμάτι το συνεργατικό και το συν-ερευνητικό του εγχειρήματος, υπήρχε μια αίσθηση από τους συμμετέχοντες – ηθοποιούς πως η σκηνοθέτης πρέπει να έχει τον πρώτο λόγο ή να παίρνει την τελική απόφαση. Αυτό χρειάστηκε να γίνει κάποιες φορές που οι απόψεις δίστανται ή οι διαδικασίες έπρεπε να προχωρήσουν σε συγκεκριμένο χρονικό διάστημα και για αυτό κάποιοι από τους συμμετέχοντες - ηθοποιούς σχολίασαν στα τελικά ερωτηματολόγια πως η *Φανή ήταν αρχηγός ή Εγώ ένιωσα ασφάλεια και την εμπιστευόμουν*. Παρ' όλα αυτά αξίζει να τονιστεί πως με βάση τόσο τις αρχές της Αφηγηματικής Θεραπείας περί μη ύπαρξης ειδικού αλλά και του Θεάτρου της Επινόησης περί ομαδικής δουλειάς και δημιουργίας του τελικού αποτελέσματος, έγινε μια προσπάθεια από τη σκηνοθέτρια και αφηγηματική θεραπεύτρια να φύγουμε από την κυρίαρχη ιδέα του *σκηνοθέτη-βασιλιά* που διατάζει και οι υπόλοιποι εκτελούν. Υπήρξε πολλές φορές ισοτιμία στις αποφάσεις, περιθώριο για πολλή συζήτηση, να ακουστούν γνώμες, να αλλάξει η αποφασισμένη σκηνοθεσία αν ερχόταν κάποια καλύτερη ιδέα από κάποιον άλλον κατά τη διάρκεια των προβών. Ακόμη στο κομμάτι των λόγων που είχε να πει ο καθένας υπήρξε σημαντική τροποποίηση κι επεξεργασία από τους ίδιους τους συμμετέχοντες – ηθοποιούς. Δέχτηκαν την ενθάρρυνση να πουν τα λόγια όπως ήθελαν, με τρόπο που να τα ένιωθαν φυσικά, σαν μία επαναδιήγηση της ιστορίας που είχαν αφηγηθεί λίγους μήνες πριν.

Σημαντικό επίσης ήταν πως οι συμμετέχοντες – ηθοποιοί δεν ένιωθαν κάποια πίεση να έρθουν στις συναντήσεις, να μάθουν τα λόγια τους, να κάνουν υποχρεωτικά κάτι. Το έκαναν εθελοντικά προφανώς αλλά ήταν σημαντικό να αντιληφθούν οι ίδιοι, χωρίς υπερβολική πίεση ή καθοδήγηση από τη σκηνοθέτη – αφηγηματική θεραπεύτρια πως βρίσκονται εκεί επειδή το έχουν επιλέξει, είναι συν-υπεύθυνοι και κομμάτι μιας ομάδας. Αν ζητούσαν τη γνώμη για το πόσο σημαντική θα ήταν η παρουσία τους σε μια συνάντηση ή στο σύνολο των συναντήσεων θα λάμβαναν την απάντηση πως η δουλειά που κάνουμε είναι ομαδική και συνεργατική, όμως και πάλι είχαν το δικαίωμα να αποφασίσουν πόσο θα εμπλακούν σε αυτό, τότε, με ποιο τρόπο. Ήταν σπουδαία η διαρκώς αυξανόμενη αφοσίωση και η σοβαρή και υπεύθυνη στάση όλων όσο πλησιάζαμε προς την ημερομηνία της παράστασης.

6.3. Τα αποτελέσματα του *Ερωτηματολογίου Εντυπώσεων για τους Χάρτες*

Όσον αφορά τα αποτελέσματα του *Ερωτηματολογίου Εντυπώσεων για τους Χάρτες*, (Παράρτημα Α.3, σελίδα 68) αξίζει να πούμε πως σε γενικές γραμμές όλοι οι συμμετέχοντες – ηθοποιοί δίνουν θετικό πρόσημο στην όλη διαδικασία από την αρχή μέχρι την τελική παράσταση. Κατάλαβαν αρκετά καλά την πειραματική φύση του όλου εγχειρήματος, οι περισσότεροι ένιωθαν άνετα ή αρκετά άνετα να διαθέσουν προσωπικό υλικό τους όπως φωτογραφίες, ζωγραφιές, βίντεο από τη ζωή τους και να μιλήσουν μπροστά στην ομάδα ή στο κοινό για προσωπικά βιώματά τους.

Είναι ενδιαφέρον που ενώ αναμενόταν να είναι πολύ εύκολο να επαναλάβουν τις ιστορίες τους, τα δικά τους λόγια, εντούτοις επέλεξαν να τα αλλάξουν και να τα τροποποιήσουν πολλές φορές και επίσης δυσκολεύτηκαν να τα αποστηθίσουν. Σίγουρα είναι διαφορετικό να αφηγείσαι για πρώτη φορά μια ιστορία, αλλά το να πρέπει να την αποστηθίσεις για να την πεις ξανά και ξανά είναι κάτι άλλο. Ίσως θα άξιζε μελλοντικά να ερωτηθούν οι συμμετέχοντες - ηθοποιοί για τις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν σχετικά με αυτή τη διαδικασία.

Επιπροσθέτως, δεν υπήρχε η διαδραστικότητα μεταξύ των συμμετεχόντων - ηθοποιών που ίσως θα υπήρχε σε μια άλλη μορφή θεατρικού δρώμενου και συχνά κάποιοι ένιωθαν πως όσα λένε είναι περισσότερο μονόλογος. Ήταν λογικό κάποιες στιγμές να ξεχνάνε κομμάτια αυτών των μονολόγων, κάτι που παρατηρήθηκε και στην τελική πρόβα λίγες ώρες πριν την παράσταση.

Κάτι ακόμα που αξίζει να τονιστεί είναι η ανασφάλεια που ένιωσαν κάποιοι σε κάποιο κομμάτι της διαδικασίας, είτε στη συλλογή του πρωτογενούς υλικού, δηλαδή στις αρχικές ομαδικές συζητήσεις – συνεντεύξεις, είτε αργότερα στις πρόβες για το τελικό στήσιμο του θεατρικού δρώμενου. Στην αρχή υπήρχαν αμφιβολίες αναφορικά με τη ρευστότητα του όλου εγχειρήματος, καθ' ότι δοκιμάζαμε κάτι πειραματικά, άρα για πρώτη φορά. Τονίζεται στις απαντήσεις που δόθηκαν στις ερωτήσεις ανοιχτού τύπου η εμπιστοσύνη των συμμετεχόντων – ηθοποιών προς το πρόσωπο της σκηνοθέτιδος – αφηγηματικής θεραπεύτριας όμως είναι φυσιολογικό και αναμενόμενο κατά τη διάρκεια των περίπου 6 μηνών που διήρκεσε η όλη διαδικασία να υπήρξαν ερωτηματικά, φόβοι και άγχος για το

τι πάμε να κάνουμε ή πώς θα παρουσιαστεί αυτό που ετοιμάζουμε μπροστά σε κοινό. Μια - δυο φορές εκφράστηκαν αμφιβολίες για το αν θα μπορέσουμε να έχουμε κάτι ικανοποιητικό για να παρουσιαστεί μπροστά σε κοινό, όταν τελειώσαμε με τις συζητήσεις μας και την καταγραφή των ιστοριών ακούστηκε η απορία *Τι θεατρικό έργο μπορεί να βγει από όσα έχουμε πει*; Υπήρχε και η διερώτηση για το αν οι ιστορίες ή τα λόγια του καθενός συνδέονται με ποιο τρόπο με όσα έχουν πει οι άλλοι. Πολλές απορίες που σιγά -σιγά λύθηκαν όσο προχωρούσαμε βήμα – βήμα τη διαδικασία και αμφιβολίες που σταδιακά ξεθώριαζαν όσο όλο αυτό έπαιρνε μορφή και *δυνάμωνα*. Με το που κατάφεραν να μάθουν όλοι οι ηθοποιοί-συμμετέχοντες τα λόγια τους τότε απελευθερώθηκαν και σωματικά και όλο το κομμάτι της κίνησης στην παράσταση δομήθηκε, σταθεροποιήθηκε και ολοκληρώθηκε.

Ενθαρρυντικό είναι που οι συμμετέχοντες - ηθοποιοί φεύγουν με θετική επίγευση από το εγχείρημα και όλοι δήλωσαν πως πιθανότατα θα το ξανά έκαναν προκειμένου να εμπιστευθούν και να δουλέψουν με διαφορετικά key words.

6.4. Τα αποτελέσματα του ερωτηματολογίου Παρακολουθώντας τους Χάρτες

Όσον αφορά τις απαντήσεις που έδωσε το κοινό στο ερωτηματολόγιο *Παρακολουθώντας τους Χάρτες* (Παράρτημα Α.4, σελίδα 70) μπορούμε γενικά να πούμε πως το κοινό εισέπραξε με αρκετά θετική στάση το θεατρικό δρώμενο που είδε. Πολλοί ταύτισαν όσα άκουσαν και είδαν με δικές τους προσωπικές ιστορίες, παραδέχθηκαν πως ένιωσαν διαφορετικά συναισθήματα, θυμήθηκαν γεγονότα από τις δικές τους ζωές, γνώρισαν καλύτερα πτυχές των συμμετεχόντων – ηθοποιών όσοι τους γνώριζαν από πριν. Πολλοί έκαναν συνειδητοποιήσεις για το πώς διαμορφώνουμε τις αναμνήσεις μας, ανακαλούμε ή αξιολογούμε γεγονότα και μετά τα διηγούμαστε σε τρίτους. Σημαντικό και χρήσιμο το πώς ο καθένας ερμήνευσε διαφορετικά τα όσα είδε, έδωσε το δικό του νόημα σε αυτό που παρακολούθησε, πιθανότατα παρατήρησε ή συγκράτησε όσα ήταν πιο σημαντικά και έντονα για τον ίδιο.

Στις προκλήσεις κατά την παρακολούθηση της παράστασης έγινε αντιληπτό πως κάποιιοι με βάση την τοποθέτηση των καθισμάτων στον χώρο δεν έβλεπαν καλά τους συμμετέχοντες - ηθοποιούς, κάποιιοι σχολίασαν πως ήθελαν καλύτερο συγχρονισμό του

βίντεο με τις αφηγήσεις των συμμετεχόντων – ηθοποιών, κάποιιοι ακόμα δεν βρήκαν τη συνοχή και την κατανόηση που ανέμεναν στις ιστορίες που παρακολουθούσαν. Η αλήθεια είναι πως τόσο στην ανακοίνωση που βγήκε στα social media για τη *Βραδιά Θεάτρου*, όσο και στο Πρόγραμμα που μοιράστηκε σε όλους πριν την παράσταση υπήρχαν κάποιες βασικές πληροφορίες εν είδει εισαγωγής για το θεατρικό δρώμενο που όλοι θα παρακολουθούσαν. Ενδεχομένως κάποιιοι να μην τα διάβασαν, κάποιιοι άλλοι να μην ικανοποιήθηκαν επαρκώς με όσες πληροφορίες εκ των προτέρων τους δόθηκαν. Είναι αναμενόμενο όταν παρουσιάζουμε ένα θεατρικό δρώμενο που στόχο έχει να προσκαλέσει τόσο τους συντελεστές όσο και το κοινό να βγάλουν τα συμπεράσματά τους ή να μοιραστούν τα όσα βίωσαν ή σκέφτηκαν σχετικά με αυτό, να λάβουμε από συγκινητικά και θετικά σχόλια μέχρι ουδέτερα ή σχόλια που κάποιος θα δηλώνει ότι δεν κατάλαβε ή δεν πήρε κάτι αξιοσημείωτο απ' όσα παρακολούθησε. Όλα είναι κομμάτι της ανατροφοδότησης και τροφή για μελλοντική σκέψη.

Κάτι που τελικά αξίζει να σημειωθεί είναι οι αντιδράσεις των συμμετεχόντων – ηθοποιών όταν έλαβαν σχόλια περί συγκίνησης και ταύτισης από ανθρώπους που βρισκόντουσαν στο κοινό. Ήταν σαν να επανεκτίμησαν τις ιστορίες τους και όσα τελικά μοιράστηκαν μετά τις αντιδράσεις που εισέπραξαν από τον κόσμο που για πρώτη φορά είδε το θεατρικό δρώμενο που είχαμε φτιάξει. Όταν σε μια πρόβα κάποιος επαναλαμβάνει ξανά και ξανά τα ίδια λόγια, τις ίδιες κινήσεις, την ίδια ιεροτελεστία, μοιραία φτάνει να τα βιώνει όλα πλέον μηχανικά κι αυτόματα, σαν να φεύγει το αρχικό νόημα, ακόμη και η σπουδαιότητα των όσων μοιράζεσαι. Χρειάζεται καμιά φορά η αυθόρμητη αντίδραση του κοινού για να υπενθυμίσει στον εκάστοτε ηθοποιό πως όσα λέει κι όσα δείχνει παραμένουν σημαντικά και έχουν νόημα και ενδιαφέρον. Απαντιέται έτσι και το ενδεχόμενο ερώτημα του κάθε συμμετέχοντα – ηθοποιού σε ένα αυτοβιογραφικό εγχείρημα: *Ποιος θέλει να ακούσει και νοιάζεται για όσα έχω να πω;* Επίσης ας μην ξεχνάμε πως το κοινό παίρνει τη θέση των εξωτερικών μαρτύρων και ξανά αντανακλούν από τη δική τους σκοπιά όσα οι ηθοποιοί μοιράζονται μαζί τους. Το κοινό μοιραία μέσα από τα σχόλια του, είτε προφορικά, είτε γραπτά επαναφηγείται τις ιστορίες που μόλις άκουσε.

Κεφάλαιο 7

Περιορισμοί της Μεταπτυχιακής Διατριβής και Προτάσεις για Περαιτέρω Διερεύνηση & Εφαρμογή

Η δημιουργία μιας πειραματικής μεθόδου που να αφορά τη σύμπραξη της Αφηγηματικής Θεραπείας και του Μεταδραματικού Θεάτρου μπορεί να αποδειχθεί τόσο δημιουργική διαδικασία που ειλικρινά μπορεί να ωθήσει σε ακόμη περισσότερες ιδέες για νέα εγχειρήματα, στα οποία οι δυνατότητες μπορούν να μοιάζουν απεριόριστες. Καλώς ή κακώς βέβαια το κάθε εγχείρημα έχει τους περιορισμούς του, τις προκλήσεις του και τα σημεία που χρήζουν περαιτέρω διερεύνησης ή εφαρμογής προκειμένου, τα μελλοντικά εγχειρήματα να εξελιχθούν πολύ περαιτέρω των πρωταρχικών και να δίνουν καρπούς διαχρονικά.

7.1. Ιδέες για διαφορετική σύνθεση της ομάδας συμμετεχόντων – ηθοποιών

Στο συγκεκριμένο εξάμηνο πειραματικό εγχείρημα συμμετείχαν μέλη μιας θεατρικής ομάδας οι οποίοι ήταν ήδη φίλοι και είχαν αρκετή οικειότητα μεταξύ τους. Μελλοντικά θα είχε ενδιαφέρον και να δοκιμαστούν άτομα που δε γνωρίζονται μεταξύ τους. Στις πρώτες συναντήσεις μέσα από θεατρικό παιχνίδι, αυτοσχεδιασμούς, σύντομες κυκλικές συζητήσεις αυτοπαρουσίασης θα μπορούν να γνωριστούν και να αποκτήσουν σταδιακά οικειότητα. Η πρόκληση να ανοιχτούν και να μιλήσουν μεταξύ τους θα είναι σίγουρα μεγαλύτερη, αλλά θα έχει και ενδιαφέρον να δούμε για το πού μπορεί να φτάσει η συνεργασία και το μοίρασμα μεταξύ αγνώστων μέσα σε μερικούς μήνες.

Μελλοντικά επίσης, θα είχε ξεχωριστό νόημα να δοκιμαστούν σε ένα αντίστοιχο εγχείρημα άτομα ενός διαφορετικού περιβάλλοντος, άνθρωποι που δεν ανήκουν ήδη σε μια θεατρική ομάδα και δεν έχουν μία έστω και ερασιτεχνική ενασχόληση με το θέατρο. Μπορεί όλο αυτό να οδήγησε σε ένα θεατρικό δρώμενο και να παρουσιάστηκε σε κοινό, όμως δικαίωμα συμμετοχής και τριβής με μια τέτοια διαδικασία δεν έχουν μόνο όσοι έχουν δηλώσει ερασιτέχνες ή επαγγελματίες ηθοποιοί. Ένα τέτοιο εγχείρημα θα μπορούσε να εφαρμοστεί για παράδειγμα σε σχολεία ή σε φυλακές. Για παράδειγμα, στη συλλογική έκδοση *ΕΓΚΛΕΙΣΤΟ ΦΕΓΓΑΡΙ – Στις φυλακές Τίρυνθας και Ναυπλίου* (2022), η οποία ουσιαστικά αποτελείται από 18 μικρά βιβλία, περιγράφεται πως η δραματική τέχνη μπορεί να είναι δημιουργική και ωφέλιμη στο περιβάλλον δύο σωφρονιστικών ιδρυμάτων. Στα δύο σωφρονιστικά ιδρύματα εφαρμόστηκαν μεταξύ άλλων αυτοσχεδιασμοί, τεχνικές συγγραφής ενός θεατρικού έργου, διαδικασίες προετοιμασίας μιας παράστασης. Άρα θα είχε ενδιαφέρον να εφαρμοστεί και η παρούσα πειραματική μέθοδος σε κάποιον αντίστοιχο, όχι τόσο προβλεπόμενο και εύκολα προσβάσιμο πληθυσμό.

Επιπροσθέτως, στο παρόν εγχείρημα συμμετείχαν Έλληνες μετανάστες της Ολλανδίας και μια κοπέλα Κυπριακής καταγωγής. Όλοι ελληνόφωνοι, με παρόμοια βιώματα, κουλτούρα και αναφορές. Σε παρόμοιο εγχείρημα στο μέλλον θα είχε σημασία να δούμε μια ζύμωση ανάμεσα σε άτομα διαφόρων κουλτουρών, εθνοτήτων ακόμη και θρησκειών. Ο καθένας θα φέρει από τη χώρα του, τις ιδέες και τις πεποιθήσεις με τις οποίες μεγάλωσε, ήθη κι έθιμα και ιδιαίτερα τελετουργικά και ίσως έτσι δημιουργηθεί ένα διαπολιτισμικό ψηφιδωτό εμπειριών γύρω από ένα θέμα που πιθανότατα θα δώσει απρόσμενες και πολύ ενδιαφέρουσες προεκτάσεις τόσο στον τρόπο διήγησης των ιστοριών όσο και στον πλούτο που θα εμπεριέχει το τελικό θεατρικό δρώμενο. Μεγαλύτερη διαφορετικότητα μεταξύ των συμμετεχόντων σημαίνει μεγαλύτερο κέρδος για όλους, συμμετέχοντες – ηθοποιούς και δημιουργούς του όλου εγχειρήματος και κοινό.

7.2. Ο χρόνος διεξαγωγής της Μεταπτυχιακής Διατριβής και οι περιορισμοί που έφερε ο προκαθορισμένος χρόνος

Όπως αναφέρθηκε και στο κομμάτι της Μεθοδολογίας, ο πειραματικός χαρακτήρας του όλου εγχειρήματος καθώς και η ανάγκη υλοποίησής του σε σύντομο χρονικό διάστημα

οδήγησε τη σκηνοθέτιδα – αφηγηματική θεραπεύτρια στο να προχωρήσει με μόλις έξι άτομα, ένα μικρό σύνολο ανθρώπων, στην όλη διαδικασία. Ένας από τους συμμετέχοντες – ηθοποιούς ζήτησε σε μελλοντικό εγχείρημα να συμμετάσχουν περισσότερα άτομα. Σίγουρα θα είχε ενδιαφέρον στο μέλλον να ξανά εφαρμοστεί η συγκεκριμένη μέθοδος και μέσω αυτής να δοκιμαστεί η αλληλεπίδραση μεγαλύτερου αριθμού ατόμων, οι δυνατότητες και οι προκλήσεις αυτής της συνθήκης.

Ο περιορισμένος χρόνος έφερε στην πορεία και άλλες προκλήσεις. Δεν ήταν λίγες οι φορές που συζητήθηκε μες στην ομάδα πως η όλη προετοιμασία γίνεται με στενά χρονικά περιθώρια κι αυτό ζητούσε επιπλέον χρόνο κι αφοσίωση απ' όλους τους εμπλεκόμενους, ενώ μοιραία δημιουργούσε στρες και ένταση ώστε να προλάβουμε να ολοκληρώσουμε με τον καλύτερο δυνατό τρόπο αυτό που θα παρουσιάζαμε μπροστά στο κοινό. Ίσως μελλοντικά θα έπρεπε να υπάρχει περισσότερος χρόνος για περισσότερη επεξεργασία του υλικού και πρόβες ώστε να μην υπάρχει το αίσθημα ότι ο χρόνος πιέζει κι ότι πρέπει να υπάρξει σε συγκεκριμένο χρονικό διάστημα, συγκεκριμένο αποτέλεσμα. Επί της ουσίας βέβαια κάθε θεατρική προετοιμασία ή κάθε άλλου είδους πόνημα έχει ένα χρονοδιάγραμμα και ο επιπλέον χρόνος δε σημαίνει απαραίτητα μεγαλύτερη χαλαρότητα και λιγότερη συνέπεια από τους συμμετέχοντες - ηθοποιούς σε αυτό. Είτε πρόκειται για ένα ακαδημαϊκό project είτε για μια παράσταση από μια ερασιτεχνική θεατρική ομάδα, ο χρόνος είναι πάντα ορισμένος και δε μπορεί η οποιαδήποτε ολοκλήρωση μιας καλλιτεχνικής διαδικασίας να αναβάλλεται επ' άπειρον.

7.3. Ο ρόλος του σκηνοθέτη – αφηγηματικού θεραπευτή

Παρά το γεγονός πως έγινε μια συνειδητή προσπάθεια από τη σκηνοθέτιδα – αφηγηματική θεραπεύτρια να κρατήσει μια όσο το δυνατόν ισότιμη σχέση με τους συμμετέχοντες – ηθοποιούς και μια όσο γίνεται μεγαλύτερη αποστασιοποίηση από την εικόνα του *ειδικού*, εντούτοις υπήρξαν φορές που δεν έλειψε η έκφραση της ανάγκης από τους συμμετέχοντες – ηθοποιούς να λάβουν συγκεκριμένη καθοδήγηση προκειμένου να συνεχίσουν με μια μικρότερη ή μεγαλύτερη διαδικασία μες το όλο εγχείρημα. Επιπροσθέτως, υπήρξαν περιπτώσεις που ο χρόνος πίεζε και έπρεπε να παρθούν πιο γρήγορα αποφάσεις κι αυτό ενδεχομένως περιόρισε τόσο το συν-ερευνητικό όσο και το συν-δημιουργικό κομμάτι μεταξύ των συμμετεχόντων – ηθοποιών και σκηνοθέτιδος –

αφηγηματικής θεραπεύτριας. Στο μέλλον θα έπρεπε να συνεχιστεί με εξίσου ή και ακόμα μεγαλύτερη συνέπεια η προσπάθεια για περισσότερη ελευθερία κινήσεων και πρωτοβουλιών από την πλευρά των συμμετεχόντων - ηθοποιών και ο περιορισμός του κυρίαρχου λόγου από τον εκάστοτε σκηνοθέτη, ο οποίος αν και είναι ο συντονιστής του όλου εγχειρήματος, εντούτοις πρέπει να αφήνει τον χώρο και τον χρόνο στους ηθοποιούς να φέρνουν όσα θέλουν και χρειάζονται στη διαδικασία, να τους παροτρύνει να σκέφτονται μαζί του, να μοιράζονται τις απόψεις τους, να νιώθουν συν-υπεύθυνοι για την πορεία και το τελικό αποτέλεσμα του εκάστοτε εγχειρήματος. Η βιβλιογραφία που αφορά τις ιδέες πάνω στις οποίες βασίζεται το Μεταδραματικό Θέατρο (Στυλιανού, 2010: 3) σίγουρα μπορεί να βοηθήσει και να ενημερώσει προς αυτή την κατεύθυνση, ενώ παράλληλα η συχνή και ουσιαστική επικοινωνία μεταξύ σκηνοθέτη και ηθοποιών για το ποιοι είναι οι κοινοί και διαρκείς στόχοι του εγχειρήματος μπορεί να παίζει καθοριστικό ρόλο.

Επίσης, σε ένα μελλοντικό αντίστοιχο εγχείρημα ενδέχεται ο αφηγηματικός θεραπευτής να είναι ένα διαφορετικό πρόσωπο από τον σκηνοθέτη του θεατρικού δρώμενου. Θα είχε εξαιρετικό ενδιαφέρον να δούμε τη σύμπραξη ενός αφηγηματικού θεραπευτή κι ενός σκηνοθέτη, το πώς θα κυλούσε η επικοινωνία και η συνεργασία τους, ενώ ο καθένας είναι υπεύθυνος για το δικό του κομμάτι αλλά παρ' όλα αυτά έχουν και οι δύο την πρόθεση να έχουν στο τέλος ένα δημιουργικό και επιδραστικό αποτέλεσμα σε συμμετέχοντες – ηθοποιούς, κοινό αλλά και στους ίδιους. Ήδη κάποιες προσπάθειες να συνδυαστεί η Αφηγηματική Θεραπεία με το Θέατρο Playback (Barak, 2013: XX) ή κάποιες πρώτες προσπάθειες να εμπλακούν και να συνδράμουν αφηγηματικοί θεραπευτές στη διαμόρφωση καλλιτεχνικών δρώμενων (Κοροξενίδη, 2023: XX) μπορούν να μας γεμίσουν ελπίδες για την μελλοντική καρποφόρα σύμπραξη επαγγελματιών από τα δύο αυτά πεδία.

Παράρτημα Α

Ερευνητικά εργαλεία

A.1 Ερωτηματολόγιο για το Σπίτι

Πρακτική της εξωτερίκευσης (Αφηγηματική Θεραπεία)

(Πριν τον αυτοσχεδιασμό) Πώς θα αναπαριστούσες το “σπίτι”;

Επέτρεψε μου να σου κάνω μερικές ερωτήσεις για το “σπίτι”:

Τι ξέρεις για τη λέξη “σπίτι”;

Τοπίο δράσης – Landscape of action

- Πιθανές ερωτήσεις -

- Πώς το φαντάζεσαι; Περιέγραψε το μου; Είναι μικρό ή μεγάλο; Είναι ζεστό ή κρύο μέσα; Έχει αυλή ή κήπο;
- Ζεις μέσα σε αυτό το σπίτι; Αν ναι, θυμάσαι την πρώτη σου μέρα μέσα σε αυτό;
- Εάν όχι, ετοιμάζεται αυτό το “σπίτι” για να ζήσεις μέσα σε αυτό;
- Πώς και γιατί διάλεξες αυτό το “σπίτι”;
- Έτσι όπως το σκέφτεσαι έχεις γωνιές /δωμάτια που αγαπάς περισσότερο σε αυτό το “σπίτι”;

Μιλάει το “σπίτι”;

Πού είναι το σπίτι; Πώς ζει το “σπίτι”;

Τι χρώματα και σχέδια και εικόνες έχει το “σπίτι”;

Όταν είσαι εκεί πώς σχετίζεται αυτό με το που βρίσκεσαι και τι ελπίζεις αυτή τη στιγμή της ζωής σου;

Παίρνουμε θέση σχετικά με την εξουσία – taking position on power

Ποιος άλλος βρίσκεται μες στο “σπίτι”;

Ποιοι είναι καλοδεχούμενοι στο “σπίτι” και ποιοι όχι;

Πώς αποφεύγεις τους ανεπιθύμητους καλεσμένους στο “σπίτι”;

Πώς αποφασίζεις ότι είναι ώρα κάποιος να φύγει από το “σπίτι”; Πώς το δείχνεις ή το εκφράζεις;

Θέατρο Χειρονομιών & Κίνησης

Πώς βρίσκεσαι και κινείσαι εσύ μέσα στο “σπίτι”;

Πού περνάς μέσα σε αυτό την περισσότερη ώρα της ημέρας;

Πώς αισθάνεσαι μες στο “σπίτι” κι όταν είσαι έξω από αυτό;

Αν ήσουν τώρα στο “σπίτι” τι θα έκανες;

Ποιες είναι οι συνήθειές σου μες στο “σπίτι”;

Πάρε λίγο τον χρόνο σου και σκέψου το σώμα σου μες στο “σπίτι”. Το σώμα σου είναι ένα όλο ή μοιάζει με ένα σύστημα;

Ζεις διαφορετικές φάσεις μες στο “σπίτι”;

Περνάς από την ένταση στην ηρεμία;

Από τον προσωπικό χώρο στον πιο δημόσιο/διαδραστικό;

Πώς αντιδρά το σώμα σου στις αλλαγές;

Βλέπεις κάποια σημεία του σώματος σου να διαφοροποιούνται;

Υπάρχουν σημεία του σώματος σου που χρησιμοποιείς περισσότερο σε ορισμένες καταστάσεις μες στο “σπίτι”;

Υπάρχουν στιγμές που διαφορετικά σημεία του σώματος σου έχουν διαφορετικές ανάγκες;

Κάποια που φωνάζουν περισσότερο από κάποια άλλα που σωπαίνουν;

Τα σημεία του σώματος σου δουλεύουν διαρκώς μαζί αρμονικά ή καμιά φορά τείνουν να διαφοροποιηθούν;

Δίνεις περισσότερη φροντίδα μες στο “σπίτι” σε κάποιο σημείο του σώματος σου και σε κάποιο άλλο λιγότερη;

Αν μιλούσαν τα σημεία του σώματος σου μεταξύ τους τι συζητήσεις θα μπορούσαμε να καταγράψουμε;

Θέατρο της Αποδόμησης & Πιθανές ερωτήσεις Αφηγηματικής Θεραπείας

Θα έδινες κάποιο εναλλακτικό όνομα στο “σπίτι”;

Εάν “ναι”:

Πώς είναι το “σπίτι” τώρα; Έχει αλλάξει μορφή;

Μήπως βλέπεις κάτι καινούριο σε σχέση με νωρίτερα;

Μιλάει αλλιώςτικα;

Άλλαξε το πώς σχετίζεσαι εσύ μαζί του και το τι ελπίζεις εσύ σχετικά με αυτό;

Μήπως τώρα δεν είναι απλά το “σπίτι” και είναι και κάτι ακόμα; Τι άλλο θα μπορούσε να είναι;

Θέατρο Πολυμέσων

Υπάρχει μουσική να ταιριάζει στο “σπίτι” σου;

Υπάρχουν εικόνες/φωτογραφίες/βίντεο να ταιριάζουν με το “σπίτι” σου;

Ζωγράφισε μας κάτι που να θυμίζει το “σπίτι” σου;

Σκέψου ένα τραγούδι που ταιριάζει στο “σπίτι” σου;

Θέατρο Ντοκουμέντο

Έχεις ένα αγαπημένο αντικείμενο που να θυμίζει το “σπίτι” σου;

Έχεις κάποιο έγγραφο, κάποια συνέντευξη ή κάποια μαρτυρία που να το αφορά;

Έχεις υλικό που να λέει σημαντικά πράγματα που θες να πεις για το “σπίτι” σου;

Θα ήθελες εσύ να κατασκευάσεις κάποιο έγγραφο που θες να μας παρουσιάσεις;

Τι θες να ξέρουμε; Σε τι χρειάζεσαι να γίνουμε μάρτυρες;

Τελετές προσδιορισμού / εξωτερικών μαρτύρων (Αφηγηματική Θεραπεία)

Τι σου τράβηξε την προσοχή στο “σπίτι” του; Σε όσα είπε και έδειξε;

Τι εντύπωση σου έκανε σε αυτό που παρακολούθησες;

Τι εντύπωση σου δίνει αυτός ο άνθρωπος για τις αξίες, τα όνειρα του;

Τι αίσθηση σου δίνει για το τι είναι σημαντικό για αυτόν;

Ήρθαν κάποιες εικόνες στο μυαλό σου;

Σου θύμισαν όσα είδες κι άκουσες κάποιες δικές σου ιστορίες;

Πώς μετακινείσαι εσύ σε σχέση με όσα παρακολούθησες; Με ποιο τρόπο είσαι διαφορετικός μετά απ’ αυτό που είδες;

Αφού όλοι έχουν παρουσιάσει αυτοσχεδιασμούς και έχουν μιλήσει για το “σπίτι” τους:

Αφηγηματική Θεραπεία (σύνδεση με την ομάδα) – Taking a position & Linking lives

Με ποιον άλλον νιώθεις πως μοιράζεσαι πράγματα για το “σπίτι” και θες να έρθεις κοντά του;

Τι θες να πεις σε αυτόν τον άνθρωπο για το “σπίτι” του;

Τι μπορείτε να κάνετε εσείς οι δύο με τα “σπίτια” σας;

Τι θα μπορούσε ο ένας να κάνει στο “σπίτι” του άλλου;

A.2 Ερωτηματολόγιο για το Ταξίδι **Πρακτική της εξωτερίκευσης (Αφηγηματική Θεραπεία)**

(Πριν τον αυτοσχεδιασμό) Πώς θα αναπαριστούσες το “ταξίδι”;

Επέτρεψε μου να σου κάνω μερικές ερωτήσεις για το “ταξίδι”:

Τι ξέρεις για το “ταξίδι”;

Τοπίο δράσης - Landscape of action

Πώς το φαντάζεσαι;

Θυμάσαι την πρώτη μέρα που ταξίδεψες;

Πώς και γιατί διάλεξες αυτό το “ταξίδι”;

Τι αγαπάς περισσότερο και τι λιγότερο στο “ταξίδι” σου;

Είσαι με το “ταξίδι” ή βιώνεις το “ταξίδι”;

Τι μορφή έχει;

Μιλάει το “ταξίδι”;

Πού είναι το “ταξίδι”; Πώς ζει το “ταξίδι”;

Τι χρώματα και σχέδια και εικόνες έχει το “ταξίδι”;

Όταν είσαι με/βιώνεις το “ταξίδι” πώς σχετίζεται αυτό με το που βρίσκεσαι και τι ελπίζεις αυτή τη στιγμή της ζωής σου;

Παίρνουμε θέση σχετικά με την εξουσία - taking position on power

Ποιος άλλος βρίσκεται μαζί σου στο “ταξίδι”;

Ποιοι είναι καλοδεχούμενοι στο “ταξίδι” και ποιοι όχι;

Πώς αποφεύγεις τους ανεπιθύμητους στο “ταξίδι”;

Πώς αποφασίζεις ότι είναι ώρα κάποιος να φύγει από το “ταξίδι”; Πώς το δείχνεις ή το εκφράζεις;

Θέατρο Χειρονομιών & Κίνησης

Βρίσκεσαι αυτή τη στιγμή σε “ταξίδι”;

Πώς βρίσκεσαι και κινείσαι εσύ σχετικά με το “ταξίδι”;

Πώς αισθάνεσαι το σώμα σου σχετικά με το “ταξίδι”;

Αν ήσουν τώρα σε “ταξίδι” τι θα έκανες;

Ποιες είναι οι συνήθειές σου στο “ταξίδι”;

Πάρε λίγο τον χρόνο σου και σκέψου το σώμα σου μες στο “ταξίδι”. Το σώμα σου είναι ένα όλο ή μοιάζει με ένα σύστημα;

Ζεις διαφορετικές φάσεις μες στο “ταξίδι”;

Περνάς από την ένταση στην ηρεμία;

Από τον προσωπικό χώρο στον πιο δημόσιο/διαδραστικό;

Πώς αντιδρά το σώμα σου στις αλλαγές;

Βλέπεις κάποια σημεία του σώματος σου να διαφοροποιούνται;

Υπάρχουν σημεία του σώματος σου που χρησιμοποιείς περισσότερο σε ορισμένες καταστάσεις μες στο “ταξίδι”;

Υπάρχουν στιγμές που διαφορετικά σημεία του σώματος σου έχουν διαφορετικές ανάγκες;

Κάποια που φωνάζουν περισσότερο από κάποια άλλα που σωπαίνουν;

Τα σημεία του σώματος σου δουλεύουν διαρκώς μαζί αρμονικά ή καμιά φορά τείνουν να διαφοροποιηθούν;

Δίνεις περισσότερη φροντίδα μες στο “ταξίδι” σε κάποιο σημείο του σώματος σου και σε κάποιο άλλο λιγότερη;

Αν μιλούσαν τα σημεία του σώματος σου μεταξύ τους τι συζητήσεις θα μπορούσαμε να καταγράψουμε;

Θέατρο της Αποδόμησης & Πιθανές ερωτήσεις Αφηγηματικής Θεραπείας

Θα έδινες κάποιο εναλλακτικό όνομα στο “ταξίδι”;

Εάν “ναι”:

Πώς είναι το “ταξίδι” τώρα; Έχει αλλάξει μορφή;

Μήπως βλέπεις κάτι καινούριο σε σχέση με νωρίτερα;

Μιλάει αλλιώς;

Άλλαξε το πώς σχετίζεσαι εσύ μαζί του και το τι ελπίζεις εσύ σχετικά με αυτό;

Μήπως τώρα δεν είναι απλά το “ταξίδι” και είναι και κάτι ακόμα; Τι άλλο θα μπορούσε να είναι;

Θέατρο Πολυμέσων

Υπάρχει μουσική να ταιριάζει στο “ταξίδι” σου;

Υπάρχουν εικόνες/φωτογραφίες/βίντεο να ταιριάζουν με το “ταξίδι” σου;

Ζωγράφησε μας κάτι που να θυμίζει το “ταξίδι” σου;

Σκέψου ένα τραγούδι που ταιριάζει στο “ταξίδι” σου;

Θέατρο Ντοκουμέντο

Έχεις ένα αγαπημένο αντικείμενο που να θυμίζει το “ταξίδι” σου;
Έχεις κάποιο έγγραφο, κάποια συνέντευξη ή κάποια μαρτυρία που να το αφορά;
Έχεις υλικό που να λέει σημαντικά πράγματα που θες να πεις για το “ταξίδι” σου;
Θα ήθελες εσύ να κατασκευάσεις κάποιο έγγραφο που θες να μας παρουσιάσεις;
Τι θες να ξέρουμε; Σε τι χρειάζεσαι να γίνουμε μάρτυρες;

Τελετές προσδιορισμού / εξωτερικών μαρτύρων (Αφηγηματική Θεραπεία)

Τι σου τράβηξε την προσοχή στο “ταξίδι” του; Σε όσα είπε και έδειξε;
Τι εντύπωση σου έκανε σε αυτό που παρακολούθησες;
Τι εντύπωση σου δίνει αυτός ο άνθρωπος για τις αξίες, τα όνειρα του;
Τι αίσθηση σου δίνει για το τι είναι σημαντικό για αυτόν;

Ήρθαν κάποιες εικόνες στο μυαλό σου;
Σου θύμισαν όσα είδες κι άκουσες κάποιες δικές σου ιστορίες;
Πώς μετακινείσαι εσύ σε σχέση με όσα παρακολούθησες; Με ποιο τρόπο είσαι διαφορετικός μετά απ’ αυτό που είδες;

Αφού όλοι έχουν παρουσιάσει αυτοσχεδιασμούς και έχουν μιλήσει για το “ταξίδι” τους:

Αφηγηματική Θεραπεία (σύνδεση με την ομάδα) – Linking lives

Με ποιον άλλον νιώθεις πως μοιράζεσαι πράγματα για το “ταξίδι” και θες να έρθεις κοντά του;

Τι θες να πεις σε αυτόν τον άνθρωπο για το “ταξίδι” του;

Τι μπορείτε να κάνετε εσείς οι δύο με τα “ταξίδια” σας;

Τι θα μπορούσε ο ένας να κάνει στο “ταξίδι” του άλλου;

A.3 Ερωτηματολόγιο Εντυπώσεων για τους Χάρτες

Παρακαλώ για κάθε μίαν ερώτηση να δώσεις μία και μόνο απάντηση:

		Πολύ	Αρκετά	Μέτρια	Λίγο	Καθόλου
1	Γνώριζες τον πειραματικό χαρακτήρα του εγχειρήματος <i>Χάρτες</i> ;					
2	Γνώριζες ότι θα κληθείς να απαντήσεις σε ερωτήσεις που συχνά εμφανίζονται στην Αφηγηματική Ψυχοθεραπεία και οι οποίες θα αφορούσαν τη ζωή σου;					
3	Γνώριζες πως θα κληθείς να γνωρίσεις και να διαχειριστείς τεχνικές που αφορούν το Μεταδραματικό Θέατρο; Για παράδειγμα να ζωγραφίσεις, να διαθέσεις προσωπικό σου υλικό, να διαλέξεις μουσικές για τη δημιουργία της τελικής παράστασης;					
4	Ένωθες άνετα με το γεγονός πως το μελλοντικό θεατρικό δρώμενο που θα δημιουργούσατε με τους υπόλοιπους συμμετέχοντες θα είχε έναν προσωπικό / αυτοβιογραφικό χαρακτήρα;					
5	Ένωθες άνετα να μιλάς μπροστά σε άλλους (υπόλοιπους συμμετέχοντες, κοινό κ.ά.) για προσωπικές σου εμπειρίες, προτιμήσεις, ιδέες, συναισθήματα;					

6	Πόσο εύκολο ήταν να πεις ξανά τα δικά σου λόγια (τα οποία καταγράφηκαν στις πρώτες συναντήσεις) ως κομμάτι ενός υπό διαμόρφωση θεατρικού δρώμενου;					
7	Υπήρξαν στιγμές που ένιωσες αμηχανία ή ανασφάλεια κατά τη διάρκεια των συνεντεύξεων ή κατά τη διάρκεια των τελικών προβών πριν την παρουσίαση του θεατρικού δρώμενου;					
8	Πιστεύεις πως η συγκεκριμένη πειραματική μέθοδος θα είναι χρήσιμη στο μέλλον για τη δημιουργία νέων θεατρικών δρώμενων στο Μεταδραματικό Θέατρο;					
9	Πιστεύεις πως αν σου ξανά δινόταν η ευκαιρία θα συμμετείχες στο μέλλον σε ένα αντίστοιχο θεατρικό εγχείρημα το οποίο θα είχε έναν εξίσου προσωπικό και δημιουργικό χαρακτήρα;					

Παρακαλώ απάντησε στις παρακάτω ερωτήσεις:

Πώς ένιωσες στις συναντήσεις για τους Χάρτες; Πώς ήταν για σένα η όλη διαδικασία;

.....

.....

.....

.....

Τι θα πάρεις μαζί σου από αυτή τη διαδικασία / εμπειρία / διαδρομή;

.....

.....

.....
.....
Τι θα ήθελες να κάνεις σε ένα μελλοντικό αντίστοιχο project;

.....
.....
.....
.....
Κάτι ακόμα που θα ήταν σημαντικό για εσένα να μοιραστείς;

A.4 Ερωτηματολόγιο Παρακολουθώντας τους Χάρτες

Η Παράσταση Χάρτες ήταν το τελικό αποτέλεσμα μιας πολύμηνης πειραματικής διαδικασίας με σκοπό να δημιουργηθεί από το μηδέν ένα θεατρικό δρώμενο και να ολοκληρωθεί η μεταπτυχιακή μου διατριβή για το μεταπτυχιακό πρόγραμμα των *Θεατρικών Σπουδών* στο Ανοικτό Πανεπιστήμιο Κύπρου.

Οι απαντήσεις σας στις παρακάτω ερωτήσεις θα με βοηθήσουν σε μια τελική αποτίμηση του όλου εγχειρήματος, καθώς το κοινό σε κάθε μορφή τέχνης έχει τον τελευταίο λόγο και είναι καλό να έχει το βήμα να δίνει την ανατροφοδότηση του.

Σας ζητώ να αφιερώσετε λίγα λεπτά από τον χρόνο σας και να απαντήσετε στις παρακάτω ερωτήσεις. Στη διάθεσή σας για οποιεσδήποτε διευκρινίσεις ή περαιτέρω συζήτηση για αυτό που μόλις παρακολουθήσατε.

Με εκτίμηση,

Φανή Τράικου

email επικοινωνίας: fani.traikou1@st.ouc.ac.cy

1. Περιγράψτε με λίγα ή περισσότερα λόγια πώς σας φάνηκε η παράσταση *Χάρτες*;

.....
.....
.....
.....

2. Ποιο πιστεύετε πώς ήταν το κεντρικό νόημα / θέμα του έργου;

.....
.....
.....
.....

3. Πώς νιώσατε και τι θα πάρετε μαζί σας μετά το τέλος της παράστασης;

.....
.....
.....

4. Υπάρχει κάτι που θα θέλατε να ήταν διαφορετικό στην παράσταση που παρακολουθήσατε;

.....
.....
.....

Παράρτημα Β

Τα Λόγια Των Συμμετεχόντων Στην Παράσταση

Β.1 Λόγια Φωτεινής Τερζοπούλου Σπίτι

Πριν...

Πορτοκαλί, χαλί, μαμά, μπαμπάς, αδελφή, ασφάλεια, άνετα ρούχα, Χριστούγεννα, κάνουμε κουλουράκια...

Εύλο, μικρό, ζεστό. Ηλιόλουστο μεσημέρι στην κουζίνα – Σημείο συνάντησης. Κυριακάτικα τραπέζια, τεράστιες συζητήσεις. Από την κουζίνα μεταφερόμαστε στο σαλόνι – party.

Ήμουν 5 χρονών όταν χτιζόταν το σπίτι. Η πρώτη μου κίνηση ήταν να ανοίξω τη μπαλκονόπορτα...

Το σπίτι μιλάει και λέει ότι όλα θα πάνε καλά. Το σπίτι μένει ακέραιο, φροντίζει τον εαυτό του, καθαρίζεται, ανανεώνεται, καλοδέχεται όποιον μπει, είναι φωτεινό, ευάερο. Έχει ηρεμία μόλις κλείνει η πόρτα. Οι πόρτες στα δωμάτια είναι ανοιχτές και μιλάμε μεταξύ μας.

Η μαμά είναι μες στο σπίτι. Άνθρωποι με καλές προθέσεις, οι περισσότεροι καλοδεχούμενοι.

Κάποιους όμως δεν τους καλώ ή απλά κλείνω πόρτες. Όταν κάποιος μιλά για τον εαυτό του και με βάζει σε θέση ακροατή ενώ δεν το θέλω, θέλω να φύγει.

Το σπίτι στην Ελλάδα είναι η αποφόρτιση μου. Δεν χρειάζεται να κάνω τίποτα. Είμαι παιδί εδώ.

Τώρα....

Είμαι στην Ολλανδία. Το σπίτι μου (σήμερα) είμαι εγώ. Μου αρέσει η μοναξιά και να κάνω ό,τι γουστάρω. Μ' αρέσει να με φροντίζω. Όταν κλείνει η πόρτα θέλω να είμαι ήρεμη και να πιστεύω ότι όλα θα πάνε καλά.

Περνάω από ένταση σε ηρεμία. Δεν κάθομαι. Κάποιες φορές σταματώ γιατί απλά δε μπορώ άλλο.

Εδώ είναι το οχυρό μου. Ονειρεύομαι για τα πράγματα που θα συμβούν στη ζωή. Ό,τι σκέφτομαι το κάνω. Εδώ είμαι ενήλικη.

Το σπίτι το λέω “μυρμηγκοφωλιά” γιατί μου αρέσουν τα μυρμήγκια που είναι εργατικά και ασταμάτητα!

Τώρα σκέφτομαι εκτός από την Ελλάδα και την Ολλανδία. Εκεί δεν επέλεξα το παιδικό μου δωμάτιο. Εδώ έχω την ευθύνη μου.

Θέλω να αισθανθώ το σπίτι πραγματικά δικό μου. Να γεμίσει αγάπη για να ξεκουραστώ. Το σπίτι είναι φροντίδα, όπως με φροντίζει η μαμά.

Ταξίδι

Πριν...

Θα μου άρεσε να κάνω πολλά ταξίδια αλλά ταξιδεύω περισσότερο με το μυαλό. Όταν απομονώνομαι και κάνω ενδοσκόπηση, ταξιδεύω.

Η καλή παρέα έχει σημασία στο ταξίδι, όχι το μέρος. Μαθαίνεις πολλά για αυτούς που ταξιδεύεις.

Η ζωή είναι ένα ταξίδι. Μαθαίνω πράγματα για μένα και τους άλλους μέσα απ' αυτό. Θέλω να ταξιδεύω και μόνη και με παρέα. Τα θέλω και τα δύο.

Πρώτη φορά πήγα εκδρομή με το δημοτικό σχολείο. Ήμουν ενθουσιασμένη. Έπαιρνα όλα τα κουκλάκια μου και κοιμόμασταν μαζί για να γιορτάσουμε ότι αύριο θα πάμε εκδρομή. Ανυπομονούσα για την εκδρομή.

Είχα δυσκολίες να κάνω φίλους. Χανόμουν γιατί ήθελα να μιλώ με όλους.

Στο Γυμνάσιο έζησα την πιο δύσκολη περίοδο της εφηβείας μου. Ζούσα δυο ζωές. Το σχολείο δε μου άρεσε και οι συμμαθητές μου δε μου ταίριαζαν. Όμως στην κωπηλασία ένιωθα τέλεια, είχα φίλους.

Τώρα...

Στο ταξίδι είμαι μόνη μου αλλά συναντώ κόσμο. Πάνε κι έρχονται άνθρωποι. Ίσως τώρα ένα άτομο – μια φίλη – είναι στο πλάι μου αλλά έχει κι αυτή το δικό της ταξίδι. Ρωτάει για το δικό μου.

Και βιώνω το ταξίδι και με είμαι με το ταξίδι. Αν ακολουθήσεις το ταξίδι κάποιου άλλου δεν είναι ωραίο ειδικά αν ο άλλος δε θέλει να σε βάλει σε αυτό αλλά σου λέει τα πάντα.

Μετά από ένα ταξίδι μπορεί δυο άνθρωποι να μην ξανά μιλήσουν ποτέ. Δε θέλω τοξικούς ανθρώπους, οι οποίοι πάντα γυρνάνε. Αυτοί δεν προχωράνε.

Είμαι μέσα σε ένα ταξίδι. Περπατάω με πάρα πολύ αργά – ρομποτικά βήματα. Μέσα μου όμως βράζω. Είμαι περήφανη. Όλο αυτό θα το θυμάμαι σαν παραμύθι. Τι υπάρχει παρακάτω; Τι θα συμβεί;

Ένα ταξίδι έχει υγρή μορφή, δεν είναι συμπαγές. Δεν ξέρεις ποτέ πώς θα καταλήξει. Κάτι θα μείνει αλλά δεν ξέρεις πώς. Αλλάζει συνεχώς μορφή, αλλάζει χρώμα. Αλλάζω εγώ η ίδια κάθε χρόνο άρα αλλάζει και το ταξίδι. Για αυτό είμαι περήφανη.

Το ταξίδι μου μιλάει, μου βάζει διλήμματα, προκλήσεις, μου πετάει “τυράκια”. Πώς θα αντιμετωπίσω την παρέα και τον προορισμό;

Το ταξίδι με καθοδηγεί, μου δίνει πράγματα να προχωρήσω. Το ταξίδι είναι πάντα μαζί μου, ζει με τις επιλογές μου. Με βοηθάει, κάποιες φορές προσπαθεί να με αποτρέψει. Γελάει, με επιβραβεύει, μου βάζει εμπόδια αλλά δεν τα βλέπω πάντα.

Δε μ’ ενδιαφέρει ο προορισμός, αλλά να ξέρω τι θέλω και να το κάνω. Να αντιλαμβάνομαι το παρόν και να μη μετανιώνω στο μέλλον.

Τώρα μπαίνω σε ένα ταξίδι. Θέλω να χαλαρώσω και να το απολαύσω γιατί εγώ το επέλεξα!

B.2 Λόγια Γιάννη Σχιστού

Σπίτι

Πριν...

Μέχρι την 6η δημοτικού σχεδόν κάθε μέρα θα διάβαζα και μετά θα κλωτσούσα οποιοδήποτε αντικείμενο έβρισκα. Παντόφλα, παπούτσι, μπάλα... Χρησιμοποιούσα ένα παλιό τραπέζι της γιαγιάς για τέρματα. Ξέδινα εκεί γιατί δεν είχα τους συμμαθητές μου κοντά μου. “Γιάννη, κάνεις φασαρία” μου έλεγαν και σταματούσα. Το τραπέζι της γιαγιάς μου φαινόταν πολύ άσχημο. Εντέλει σήμερα το έχω συνδυάσει με αυτό που θεωρώ σπίτι.

Το σπίτι δε με κόφτει αν είναι μικρό ή μεγάλο. Θέλω να είναι ζεστό. Με μπαλκόνι ή κήπο για να παρακολουθώ τον έξω κόσμο από μέσα.

Ίσως σκέφτομαι το χωριό μου. Το σπίτι ζει μόνο όταν υπάρχει κόσμος μέσα. Είναι μακριά από την πόλη. Βλέπω τα φώτα της πόλης αλλά δεν ακούω την πόλη. Ακούω μόνο το σπίτι μου.

Συνέχεια βρίσκεται η οικογένεια μες στο σπίτι. Κάποιες φορές φίλοι που περνάνε καλά. Όλοι είναι καλοδεχούμενοι αλλά αν χρειαστεί πετάω κόσμο έξω από το σπίτι. Όταν νιώσω ότι παραβιάζεται η οικογένεια μου θα πω “Φύγε”. Ή θα φύγει κλοτσηδόν.

Μέσα μου κουβαλώ στιγμές σαν οικογενειακές φωτογραφίες. Όλοι μαζί σε οικογενειακές γιορτές.

Τώρα....

Ετοιμάζω τώρα το ένα σπίτι για να ζήσω μέσα σε αυτό. Ταιριάζει πάρα πολύ στο σπίτι που είχα στα παιδικά μου χρόνια.

Ο κήπος θα είναι ο αγαπημένος μου, το σαλόνι ζεστό με τζάκι. Θα έχω μια συγκεκριμένη γωνία: Μια πολυθρόνα για διάβασμα που θα κοιτάει ένα παράθυρο.

Το σπίτι κάνει ήχους. Ο ήχος που κάνει στο τζάκι το ξύλο όταν καίγεται. Το περπάτημα στο παρκέ. Το κρεβάτι που τρίζει. Ο ήχος όταν μαγειρεύεται κάτι στην κουζίνα.

Το σπίτι έχει έντονο πράσινο χρώμα στον κήπο. Μέσα έχει κόκκινο, καφέ, φιστικί σε συνδυασμό με ξύλο. Έχει σχέδιο σαγρέ σε ορισμένα σημεία. Όταν φτάνω σπίτι αγγίζω τον τοίχο του σπιτιού, τα κάγκελα της σκάλας.

Σε κάποια μέρη του σπιτιού κολυμπάω για να πάω. Με ένταση. Στο σπίτι έχω γραφείο και δουλεύω. Μαγειρεύω. Διαβάζω βιβλία. Φτιάχνω τον κήπο. Μπορώ να φτιάχνω πράγματα με τα χέρια μου για το σπίτι. Τρώω σε αυτό το σπίτι αλλά πάντα με παρέα. Παίζω επιτραπέζια με οικογένεια ή φίλους.

Θα ήθελα να κάνω πολλά πράγματα ταυτόχρονα και να μη με νοιάζει να κοιμηθώ. Να το καταευχαριστιέμαι.

Το σπίτι ονομάζεται "οικογένεια". Το σπίτι εμπλουτίζεται. Καινούρια μέρη, καινούριες εικόνες. Ελπίζω να μείνω γρήγορα σε αυτό το σπίτι.

Θα ακούω κλασική μουσική όταν διαβάζω κι ελληνική μουσική όταν έχω οικογένεια και φίλους γύρω μου.

Ταξίδι

Πριν...

Το ταξίδι είναι διαδικασία. Το πού καταλήγεις είναι διαφορετικό από το πού ξεκίνησες. Δεν έχει όρια, δεν έχει σημασία αν είσαι στατικός ή αν κινείσαι.

Το ταξίδι είναι νοητικό. Το μυαλό “πετάει”.

Πρώτη φορά ταξίδεψα 3-4 ετών. Ήταν η πρώτη μέρα που πήγα για κολύμπι. Νομίζω ότι είναι το πιο μεγάλης διάρκειας ταξίδι που θυμάμαι. Κράτησε 14 χρόνια.

Αγαπώ τους ανθρώπους που γνώρισα, το πόσα μου έμαθαν, το πόσο με άλλαξαν.

Τώρα...

Κάποιες φορές το ταξίδι έχει μοναξιά. Είσαι μόνος με τη σκέψη σου. Περιμένεις να ακουμπήσεις στον τοίχο για να μιλήσεις σε κάποιον.

Βιώνω το ταξίδι, είμαι κομμάτι του. Από μπροστά μου περνούν σαν εικόνες όλες οι στιγμές του.

Το ταξίδι παίρνει τη μορφή που του δίνεις εσύ. Δεν μπορείς να το πιάσεις, μόνο να το φαντάζεσαι. Έχει απ’ όλα τα χρώματα αφού κάθε στιγμή μπορεί να έχει κι άλλο χρώμα.

Το ταξίδι σου μιλάει. “Καλώς ήρθες”, “Έχεις ακόμα λίγο, πάμε”. “Πώς σου φάνηκα;”

Το ταξίδι είναι παντού και πουθενά. Μπορεί να μην ξέρεις ότι το ζεις, οπότε δεν ξέρεις ότι είναι εκεί. Όταν το καταλάβεις μπορεί να είναι όλη σου η ζωή. Ζει μέσα από τις θύμησες των στιγμών; Ίσως ένα ταξίδι μπορεί να ζει μέσα σε ένα άλλο ταξίδι, σαν μπάμπουσκα!

Οι άνθρωποι μπαίνουν και βγαίνουν. Είτε ξεκινούν μαζί σου και τους χάνεις στην πορεία ή ξεκινάς μόνος και τους βρίσκεις στην πορεία. Κάθε ταξίδι συνδυάζεται με συγκεκριμένα πρόσωπα. Είναι ένας ή περισσότεροι που έχουν ξεχωριστή σημασία.

Είναι καλοδεχούμενοι όλοι στο ταξίδι. Από όλους θα πάρεις κάτι. Όμως, το ποιος θα φύγει και ποιος θα μείνει είναι δικό μου θέμα. Όταν κάποιος μου χαλάει το ταξίδι μου ή όταν το ταξίδι δεν αφορά το ταξίδι, τότε είναι η ώρα κάποιος να φύγει.

Βρισκόμαστε σε παραπάνω από ένα ταξίδια. Περνάω από το ένα ταξίδι στο άλλο. Στο μυαλό μου περπατάω, αλλά το σώμα μου είναι σαν ζελέ. Ελαστικός από τη μέση και πάνω γιατί από τη μέση και κάτω θέλω να περπατάω. Το περπάτημα είναι πρόοδος.

Το ταξίδι είναι οι εμπειρίες. Και τα πρόσωπα. Οι άνθρωποι.

Το ταξίδι όσο περνάει ο καιρός μου μιλάει όλο και περισσότερο. “Κάνε με Γιάννη, κάνε με” μου λέει.

Θέλω να ζω διαφορετικά ταξίδια. Δε θέλω την επανάληψη. Δε θα διάβαζα το ίδιο βιβλίο, αλλά θα έβλεπα την ίδια ταινία με παρέα. Η παρέα αλλάζει όλο το βίωμα.

B.3 Λόγια Μαρίας Ντόρρη

Σπίτι

Πριν...

Ζεστασιά, ασφάλεια, οικογένεια. Μια συγκεκριμένη μυρωδιά. Μυρίζει μαμά. Ζει μέσα από τα βιώματα και τις αναμνήσεις μας.

Στο σαλόνι μαζεύεται η οικογένειά μου για να μοιραστούμε στιγμές και ιστορίες. Το δωμάτιο μου είναι ο προσωπικός μου χώρος στον οποίο νιώθω ελεύθερη.

Οι γονείς μου είναι μες στο σπίτι, η γιαγιά, πολύ καλοί οικογενειακοί φίλοι. Καλοδεχούμενοι είναι αυτοί που σέβονται την οικογένειά μου και τους αγαπάω.

Αν δε θέλω να δω κάποιον απλά δε θα βγω από το δωμάτιό μου. Αν θέλω να φύγει κάποιος θα πω ότι είμαι πολύ κουρασμένη και θέλω να το λήξουμε. Δε θέλω κανένας να παραβιάζει τον χώρο μου.

Τώρα....

Το σπίτι των ονείρων μου θα μου άρεσε να είναι μεγάλο, ζεστό, φωτεινό. Με κήπο για να έρχομαι σε επαφή με τον έξω κόσμο.

Καφέ ανοιχτό, παστέλ χρώματα, κόκκινο. Πίνακες στους τοίχους και κυρίως στο σαλόνι.

Το σπίτι μιλάει μέσα από τη μουσική μου. Θα έγραφα ένα βιβλίο μες στο σπίτι. Δουλεύω από το σπίτι μπροστά από έναν υπολογιστή ή ένα αναλόγιο με το οποίο μελετάω.

Χορεύω, κάνω κινήσεις με τ' οτιδήποτε, τραγουδάω. Διαβάζω, κάνω βίντεο – μοντάζ, παίζω πιάνο. Τώρα δουλεύω σε ένα σπουδαίο project: Παντρεύω κάποια είδη μουσικής, ως πούμε ροκ με κλασική μουσική.

Το σπίτι μου έχει ανεξαρτησία, ηρεμία κι ευτυχία.

Ταξίδι

Πριν...

Τα πάντα μπορεί να είναι ταξίδι. Ταξίδι σε ξένο μέρος, νέες περιπέτειες και γνωριμίες, άνθρωποι, ένα βιβλίο που διαβάζεις και σε ταξιδεύει στον κόσμο του συγγραφέα. Μπορεί να ακούς ένα κομμάτι και να θυμάσαι ένα μέρος. Εγώ μαζεύω κούπες από κάθε μου ταξίδι!

Πρώτη φορά ταξίδεψα όταν ήμουν 6 χρονών κι ανέβηκα σε ένα ασανσέρ που κατέληγε στην αίθουσα του Ωδείου που ξεκίνησα. Όλα μου φαινότανταν μεγάλα. Θυμάμαι τον διευθυντή που μου έπαιρνε συνέντευξη. Σήμερα βλέπω πως όλα δεν ήταν τόσο μεγάλα όσο νόμιζα τότε.

Πάντα βρίσκομαι σε ταξίδι. Περπατάω. Υπάρχουν πολλά ταξίδια μέσα μου. Αγχώνομαι πάντα να τελειώσω ταξίδια ή να προλάβω ταξίδια.

Τώρα...

Αγαπώ το χειροκρότημα και την αγάπη του κόσμου. Τους διαφορετικούς ανθρώπους με τις διάφορες ιδέες που μπορούμε να συνδυάσουμε. Δεν αγαπώ τ' ότι ο περισσότερος κόσμος δεν ξέρει ότι χρειάζεται ώρες προετοιμασίας όλο αυτό. Μετά από μια παράσταση μπορεί να είσαι κουρασμένος ψυχικά γιατί τα έχεις δώσει όλα.

Είμαι με το ταξίδι και βιώνω το ταξίδι. Είναι μέρος της ζωής μου. Μ' αρέσει να είμαι ξεναγός, να δίνω πληροφορίες. Να σας πω για τη Θεσσαλονίκη ή για το σπίτι του Μπετόβεν στη Βόννη;

Είναι μοναχικό πολλές φορές αλλά συχνά μπαίνουν άνθρωποι και ταξιδεύετε μαζί. Άλλοι μένουν κι άλλοι μπορεί να φύγουν. Θα αφήνα τον οποιονδήποτε να μπει. Δίνεις ευκαιρία κι αν δεις ότι δεν πάει, απλά δεν έρχεται στο επόμενο ταξίδι.

Συχνά κρατάω αποστάσεις γιατί δε θέλω να χαλάσω την υγεία μου. Έχω κουραστεί πολύ με ανθρώπους και καταστάσεις.

Το ταξίδι έχει τη μορφή της θάλασσας. Κάποιες φορές είναι ήρεμη, κάποιες φορές έχει φουρτούνες. Είναι ρηχή ή βαθιά. Να μια αγαπημένη μου φωτογραφία (τη δείχνει). Αναδύομαι μέσα από τη θάλασσα και παίζω βιολί.

Μιλάει το ταξίδι μέσα από καταστάσεις, στιγμές... “Συνέχισε”, “Καλώς ήρθες!”, “Μπορείς!”.

Ζει μέσα σου το ταξίδι, το κουβαλάς. Παντού ζει, από μια καφετέρια μέχρι....

Χρώματα πολλά, μαζί κόκκινο ή μαύρο. Βλέπω την εικόνα της θάλασσας, του αέρα μέσα από το αεροπλάνο.

Ονειρεύομαι αρκετά κι αυτό με κάνει να ελπίζω, να μην τα παρατήσω, να συνεχίσω το ταξίδι. Το ταξίδι είναι ελπίδα.

Να ζήσω λίγο παραπάνω αυτά τα ταξίδια που είμαι. Να ζω πιο αυθόρμητα.

Το ταξίδι είναι στόχος. Βλέπω πιο θετικά κάποια πράγματα σε σχέση με παλιά. Όσα δε γίνονται είναι για κάποιο λόγο.

B.4 Λόγια Μαρίας Παπασταύρου

Σπίτι

Πριν...

Ασφάλεια, χαλάρωση, άνετα, Κύπρος, είμαι ο εαυτός μου...

Χειμώνας, κρύο συνήθως, πολλά σκαλιά. 23 χρόνια εκεί ήμουν. Εκεί γεννήθηκα. Σκαρφάλωνα στο κρεβάτι με το κάγκελο κι από εκεί στο κομοδίνο. Έπεφτα πάνω στον μπαμπά.

Στην Κύπρο έχω έναν αγαπημένο καναπέ. “Ο καναπές της Μαρίας”. Λιώνω εκεί βλέποντας σειρές, ταινίες. Νιώθω εγώ εκεί. (Δείχνει μια φωτογραφία). Εγώ μικρό πάνω στον καναπέ. Φορώ πιτζάμες Μίκυ-Μάους.

Διαμέρισμα. Το έχτισε ο μπαμπάς. Μεγάλο μπεζ καθιστικό με μπλε καναπέδες και χρυσαφί μαξιλάρια. Καφέ και μαύρο, τετράγωνα τραπεζάκια. Το γραφείο με το μεγάλο παράθυρο. Όταν βρέχει βλέπουμε πως γεμίζει η απέναντι ταράτσα. Έχουμε μεγάλο μπαλκόνι, φυσάει ωραίο αεράκι.

Η μαμά είναι μες στο σπίτι κι ως τον περασμένο Αύγουστο ο Κώστος, το χρυσόψαρο. Στην κουζίνα έχουμε ένα ψηλό σκαμπό. Κάθομαι εκεί όσο μαγειρεύει η μαμά για να μιλάμε.

Στην πρώτη Γυμνασίου αποφάσισα πρώτη φορά να μαγειρέψω. Ο μπαμπάς ήταν στο νοσοκομείο και η μαμά μου έλεγε από το τηλέφωνο πώς να κάνω μακαρόνια. Ήθελα να φτιάξω τη διάθεση στη μαμά μου και τα έβαλα τα καλά σερβίτσια και τα καλά τα ρούχα. Σαν εστιατόριο έγινε το σπίτι.

Απλωμένη στον καναπέ με το laptop στα πόδια, γλιστρώ στα μάρμαρα. Έχουμε έναν καθρέφτη στην είσοδο. Χορεύω μπροστά σε αυτόν, θα φορέσω τις πουέντ και θα κάνω μια άσκηση μπαλέτου.

Καλοδεχούμενοι στο σπίτι είναι μόνο όσοι ξέρουμε. Τα αδέρφια μου με τις νύφες και τα μωρά. Καλώ μόνο όσους αγαπώ και εμπιστεύομαι οπότε όσοι μένουν τους ευχαριστιέμαι.

Δεν έχω μεγαλώσει να ακούγεται μουσική στο σπίτι μου. Υπάρχει ησυχία. Αν τύχει να ακουστεί κάποιο τραγούδι θα είναι μέσα από ελληνικές ταινίες.

Τώρα....

Τώρα βρίσκομαι σε διάλειμμα από την κανονική μου ζωή. Όταν πάω είμαι σε διακοπές. Θα συνδεθώ ξανά με τους ανθρώπους μου πριν ξανά φύγω.

Το σπίτι εδώ είναι για να είμαι μόνη, χαλαρή. Να είμαι καλά με τον εαυτό μου, να βγάλω reflections, να σκεφτώ.

Εδώ θα πάω στο δωμάτιο μου για να ηρεμήσω ή για να κοιμηθώ. Μόνο στο δωμάτιο μου είμαι χαλαρή. Δεν είμαι όπως στην Κύπρο, δε χορεύω. Εδώ είμαι πιο τσιτωμένη, επιθετική, στακάτη. Θέλω να με αφήσουν στην ησυχία μου!

Αλλάζω εδώ. Άλλαξε το πώς θέλω να γίνει το σπίτι μου. Δεν έχω τόσο ευτυχισμένες θύμισες από την Κύπρο. Υπήρχε για πολλά χρόνια πένθος γιατί έλειπε ο πατέρας μου. Ενηλικιώθηκα πιο γρήγορα. Δεν ήθελα να δημιουργώ προβλήματα. Υιοθέτησα τον ρόλο του γελωτοποιού για να ελαφρύνω την ατμόσφαιρα στο σπίτι.

Χαρά, αγάπη, χαμόγελα. Αυτά άκουγα από τα σπίτια των άλλων. Στο δικό μου σπίτι έλειπε η χαρά. Άγχος, μιζέρια, ένα “Τι θα γίνει τώρα;”. Όλοι έχουν να πουν χαρούμενες στιγμές και είναι κρίμα που εγώ δε θα σκεφτώ πρώτα τα ευχάριστα.

Ταξίδι

Πριν...

Το ταξίδι μας στη ζωή είναι πολλά μικρά ταξίδια που είναι μέρος ενός μεγαλύτερου ταξιδιού.

8 ώρες έκανα να γεννηθώ αλλά ήμουν κουκλάκι. Αυτό έχω ακούσει.

Το πρώτο ταξίδι που θυμάμαι ήταν από το κρεβατάκι μου μέχρι το κομοδίνο. Το δεύτερο ταξίδι μου ήταν όταν ήμουν 3-4 ετών και τα είχα κάνει πάνω μου κι ο αδερφός μου με έβαλε από το κρεβατάκι στο δικό του μεγάλο κρεβάτι. Level up: Από το μικρό στο μεγάλο κρεβάτι!

Τώρα...

Βιώνω και είμαι με το ταξίδι. Η ζωή μου είναι το ίδιο το ταξίδι. Δεν το συνειδητοποιούμε αλλά όταν συμβεί μπορούμε να δούμε την εξέλιξη, τα λάθη, τις επιλογές μας.

Παρατηρώ τον εαυτό μου απ' έξω. Με βλέπω από χρόνο σε χρόνο να αλλάζω. Where I was and where I am now.

Δύσκολο το ταξίδι. Αλλά έχει και πολλές ομορφιές, χαρές, παρέες, χαμόγελα. Φυσικά έχει και απώλειες, αρρώστιες. Είναι συνονθύλευμα.

Αγαπώ τα ωραία φαγητά, τους ωραίους ανθρώπους. Βρίσκομαι σε περισσότερα από ένα ταξίδια. Σε κάποια κινούμαι με ενθουσιασμό κι αυτοπεποίθηση. Σε άλλα με άγχος. Πάντα έχω την όρεξη να προχωρήσω μπροστά. Μπροστά. Πάντα χορεύω. Πάντα θα θέλω να χορεύω.

Καμιά φορά αγαπάς που έφυγαν μερικοί άνθρωποι γιατί βλέπεις ότι η φυγή τους σου έκανε καλό. Όμως δεν αγαπώ τις δυσκολίες που υποχρεωτικά θα έρθουν μαζί μέχρι να καταλάβω για ποιο λόγο έγινε κάτι και για ποιο λόγο έφυγε κάποιος. Αυτό το μισώ. Το πόσο διαρκεί.

Το ταξίδι είναι κύμα. Ανεβαίνει – κατεβαίνει. Μιλάει το ταξίδι. “Μπορείς κι άλλο; (χ3)”, “Πού θα φτάσουν τα όρια σου;” Παντού και πουθενά είναι το ταξίδι.

Υπάρχει ένα δίκτυο ανθρώπων και οι κλωστές που μας ενώνουν με τους άλλους είναι το πού βρισκόμαστε στο ταξίδι. Τον ποιον έχουμε επηρεάσει, μέσα σε ποιον έχουμε υπάρξει. Ακόμη κι αν κάποιες φορές το νιώθουμε μοναχικό το ταξίδι, δεν είναι. Οι κλωστές πάντα υπάρχουν.

Το ταξίδι είναι ένας τοίχος με φωτογραφίες Polaroid. Γεμάτος απ’ όλες τις σημαντικές στιγμές μας. Μια γραμμή μαύρη και μια άλλη άσπρη.

Είμαι με το ταξίδι κι αυτό σχετίζεται με το πού είναι τα όνειρά μου. Απλά δεν ξέρω αν έχω όνειρα. Οι ελπίδες είναι συγκεκριμένες και απλοϊκές: Να παραμείνουν όλοι εδώ.

Δε θέλω να κάνουν κακό στο ταξίδι μου. Δε θέλω να καταλήξει να μην είναι το ταξίδι μου. Θέλω να ορίζω το ταξίδι, δε θέλω ανθρώπους να έρχονται και να φεύγουν. Αν δεν είναι να μείνουν, να φύγουν, να πάνε στο καλό.

Σε αυτή τη φάση χρειάζομαι μάρτυρες στην αποφοίτησή μου. Στο πώς αλλάζω διαρκώς μες στο ταξίδι. Σε ένα μήνα αλλάζουν πολλά! Το βλέπω πιο θετικά το ταξίδι! Τώρα λέω “Μπορείς κι άλλο!”

B.5 Λόγια Τίνας Μίχου

Σπίτι

Πριν...

Αυτό είναι ευτυχία. Αγάπη, στήριξη, γέλια, χαζές ταινίες, η γκρίνια μου.

Οινόφυτα. Καταφύγιο. Μπαμπάς και μαμά. Ο,τιδήποτε κι αν συμβαίνει στη ζωή σου, όσο δύσκολα κι αν είναι τα πράγματα στο καταφύγιο θα το κάνουμε καλύτερα. Αισιοδοξία πάντα!

“Τίνα, βγες από τη θάλασσα να πας να κοιμηθείς νωρίς, να πάμε αύριο να δεις το σπίτι” μου φωνάζει ο μπαμπάς. Όλα λευκά, σαν νοσοκομείο. Απαίσια.

Η αδελφή μου γεμίζει το μικρό, χουχουλιάρικο σπίτι. Ο γάτος είναι η ψυχοθεραπεία μου, τον λατρεύω. Εγώ στην αυλή ποτίζω τα 50 γλαστράκια της μαμάς. Το ένα λουλουδάκι μιλάει στο άλλο λουλουδάκι και λέει “Κοίταξε, εγώ διψάω κι εσύ έχεις νερό”. Ποτίζω και της γειτόνισσας.

Δύο αδεσποτούλες γατούλες, η Πατουσίτσα και η μικρή Πατουσίτσα. Ο βασιλιάς του σπιτιού, ο Φλαφάκος, ο γάτος μου και ο άλλος ο μαλάκας, ο γάτος της αδερφής μου.

Ο μπαμπάς μου ακούει Καίτη Γαρμπή, η μάνα μου ακούει κλασική μουσική, η αδερφή μου ακούει Σνικ! Τρελοκομείο! Δικό μου αγαπημένο τραγούδι “Όλα θα πάνε καλά” του Χατζηγιάννη.

Κοίτα αυτή τη φωτογραφία (τη δείχνει). Έχει βγάλει η αδερφή μου τον γάτο μου κι εμένα να κοιμάμαι. Το ξέρεις ότι η αδελφή μου κόντεψε να καεί ζωντανή όταν πήγε να βράσει τα μακαρόνια με ελαιόλαδο;

Τώρα....

Ολλανδία. Το σπίτι είναι ησυχαστήριο. Μόλις δω τον άντρα μου και μου μιλήσει ή μου χαμογελάσει, βρίσκω το κέντρο. Την ισορροπία μου.

Το σπίτι γελάει, μιλάει, κλαίει, φωνάζει. Τρέφεται με γέλια και χαρές. “Αν το σπίτι αναπνέει θα πάνε όλα καλά”. Το σπίτι θέλει να είναι ανοιχτό, να καλοδέχεται, να ταΐζει,

να μην είμαστε μόνοι αλλά μαζί. Βάζουμε στο σπίτι μας ανθρώπους που αγαπάμε κι εμπιστευόμαστε, όχι ανθρώπους που θα παρεξηγηθούμε αν και ανέχομαι ακόμα κι ανεπιθύμητους καλεσμένους.

Κάνω ησυχία εκτός από όταν κυνηγώ τον γάτο μου για αγκαλιά. Κάθομαι στις γωνιές μου τυλιγμένη σαν μπουρίτο με το βελουτέ κουβερτάκι μου. Θέλω πάντα παρέα τον Θωμά, είτε στο σαλόνι είτε στην κρεβατοκάμαρα. Δε μου αρέσει η μοναξιά, δεν την προτιμώ. Πάντα κάποιον κυνηγάω.

Σπίτι μου είναι εκεί που είναι ο Θωμάς (Φωτογραφία του Θωμά). Αυτός είναι η οικογένειά μου. Εδώ είναι το σπίτι μου με όλα τα καλά και τα κακά. Εδώ το σπίτι μου θέλω να το γεμίσω με φίλους. Η ελπίδα μου είναι να κάνω μια όμορφη οικογένεια και τα παιδιά μου να είναι περήφανα για μένα όπως εμείς για τους γονείς μας.

Ταξίδι

Πριν...

Το ταξίδι το φαντάζομαι κάθε φορά διαφορετικό, με άλλη δυναμική. Ταξιδεύω με ο,τιδήποτε με κάνει να ξεφεύγω από την καθημερινότητα, ν' αλλάζω, να χαίρομαι. Η χαρά και η προσμονή είναι οι σταθερές.

Πρώτη φορά ταξίδεψα με τους γονείς μου όταν ήμουν μικρή. Καλοκαίρι στη Χίο. Παραλία με τα μαύρα βόλια. Ένας κύριος μας εξηγούσε για ποιο λόγο δεν πρέπει να πάρουμε μαύρο βόλι από την παραλία. Κοντά εκεί που μέναμε είχε μια πλατεία με κάτι σαν ψηφιδωτό.

Τώρα...

Είμαι πολύ οργανωτική. Πριν από κάθε ταξίδι φτιάχνω power point. Τα λατρεύω! Παλιά είχα το μπλοκάκι μου κι έγγραφα. Το υιοθέτησα από τον μπαμπά μου και το εφαρμόζω παντού. Υπολογίζω τα κόστη, βάζω και διάφορα σχεδιάκια στο power point. Ο Θωμάς τραβάει τα μαλλιά του!

Χειμερινές διακοπές. Χρώμα κίτρινο και μπλε. Πολύ φαγητό και ποτό. Πολλά τοπία, πολύ περπάτημα. Σχήμα καρδούλες.

Αγαπώ τον εαυτό μου και το πώς ζω στις διακοπές. Χαλαρώνω γιατί γενικά είμαι στην τσίτα. Δε μου αρέσει που έχω συνέχεια άγχος. Διακοπές έχω να πάω 7 χρόνια.

Έχω την πρόθεση να βρεθώ στο ταξίδι. Δεν προλαβαίνω να το βιώσω όπως θέλω. Έχω την ανάγκη να νιώσω έναν χώρο ως χώρο μου. Να τον οριοθετήσω, ίσως μέσα από ένα τελετουργικό.

Το ταξίδι αλλάζει μορφή με τον χρόνο γιατί είμαι εγώ σε άλλες φάσεις. Πάντα βρίσκομαι σε ένα ταξίδι. Αναγκαστικά είναι πολλά μαζί.

Διψάω να δω νέες εικόνες, χαμογελάω, κολυμπάω λίγο. Αγαπώ να βλέπω τη θάλασσα. Προτιμώ να μην έχει πολύ κόσμος στην παραλία, ούτε δυνατή μουσική και δε μπορώ τη μυρωδιά της μπύρας.

Το ταξίδι χαμογελάει, σε προσκαλεί να το ζήσεις, να περάσεις όμορφα. Σε πιάνει από το χέρι και σου δείχνει τα πιο όμορφα. Ίσως σε καθοδηγεί. Μιλάς με ανθρώπους, ακούς τις ιστορίες τους, βλέπεις αυτά που πραγματικά αξίζουν. Πολλές φορές θα νιώσεις πληγωμένος, όμως σου δείχνει το αισιόδοξο.

Το ταξίδι ζει μέσα από τις εμπειρίες μας και κάνει ανθρώπους και ζώα χαρούμενα. Ζει στις μνήμες μας και σε κάποιες φωτογραφίες. Ένα ταξίδι δε θα σε απογοητεύσει ποτέ, είτε δεις καινούριους πολιτισμούς, είτε ταξιδέψεις κοντά σε δικούς σου ανθρώπους για νιώσεις πως όλα περίπου είναι όπως τα άφησες.

Θα ήθελα να ταξιδέψω μόνη μου, αλλά φοβάμαι. Καλοδεχούμενοι είναι οι θετικοί άνθρωποι στο ταξίδι μου, όχι οι απαιτητικοί και οι ισχυρογνώμονες. Δε θα περάσουν αυτοί καλά. Ή εγώ θα επιβιώσω ή αυτοί!

Θα ήθελα να ταυτίζομαι με την παιδικότητα γιατί την έχω αποβάλλει από μικρή. Δεν την εκδηλώνω. Θέλω να είμαι αυθόρμητη.

B.6 Λόγια Αναστασίας Κυριακού

Σπίτι

Πριν...

Comfort zone, ζεστασιά, χαλάρωση. Άνθρωποι που δεν είναι μια γεωγραφική τοποθεσία. Σκύλος. Ξενοδοχείο σε μια άλλη χώρα. Ασφαλής κι ελεύθερος.

Το πρώτο σπίτι στην Ξάνθη. Εκεί ενηλικιώθηκα. Μικρό και κρύο για πρακτικούς λόγους αλλά με άλλου είδους ζεστασιά. Η πρώτη φορά που έμεινα μόνη μου χωρίς τη μαμά. Μπαλκόνι μεγάλο με θέα. Πρώτη μέρα που πήγα να μείνω ήταν πολύ περίεργο το συναίσθημα. “Τώρα τι κάνουμε;”. Μύριζαν τα έπιπλα καινούρια. Το κρεβάτι μου το αγαπούσα. Πολύ ζεστό πάπλωμα, ωραία μαξιλάρια.

Ο Φρίξος που έφυγε πριν 1,5 χρόνο έζησε μαζί μου (δείχνει φωτογραφία του). Κοίτα κι αυτές τις φωτογραφίες που βρήκα. Εδώ είμαι 6-7 χρονών και πίνω φραπέ.

Θυμήθηκα την πρώτη φορά που έκανα κέικ στα 9 μου.

Τώρα....

Το σπίτι δε μιλάει. Μας κάνει να σκεφτόμαστε. Ζει στον αυτόματο. Πάει αργά. Κάνει σταδιακές αλλαγές. Έχει φροντίδα και προσωρινότητα. Μ' αρέσουν και δε μ' αρέσουν οι αλλαγές. Δεν έχει έρθει ή δεν ξέρω αν θα υπάρξει μόνιμη κατοικία.

Είμαι μόνη. Χαλαρώνω στο γραφείο ή στον καναπέ. Παίζει ταινία ή μουσική στο background. Ίσως το soundtrack της Αμελί.

Καλοδεχούμενος είναι ο κύκλος μου στο σπίτι. Αν δεν θέλω δε θα έρθει κάποιος. Αν νυστάζω δε θα το πω γιατί ο άλλος θα το καταλάβει και θα φύγει.

Έχουν σημασία οι άνθρωποι για όλους.

Ταξίδι

Πριν...

Μια κίνηση, μια ροή, μια αφορμή για αλλαγή. Αλλαγές εσωτερικές και εξωτερικές. Μέσο για να δραπετεύσεις από την τωρινή πραγματικότητα. Όταν επιστρέφεις από το ταξίδι αντιμετωπίζεις τη ζωή με διαφορετικό μάτι.

Μετάβαση. Νέοι τόποι. Γνώση, αντίληψη, αλλαγή. Πρώτο ταξίδι στο Λονδίνο με φίλους. 19-20 ετών. Αρκετά διδακτικό. Οργανώναμε εμείς τα πάντα. Είχαμε ευθύνες. Παίρναμε αποφάσεις. Μου έμαθε το ταξίδι αυτό τι μου αρέσει και τι δε μου αρέσει. Έφερε σκέψη κι ενθουσιασμό για επόμενες περιπέτειες. Είχα κάνει λίγα ταξίδια στο εξωτερικό και είδα τι σημαίνει αυστηρό πρόγραμμα που εντέλει δε μου αρέσει. Διαφορετικό το να βλέπεις από το να ζεις κάποια πράγματα.

Τώρα...

Βιώνω το ταξίδι αν και δεν είναι πάντα εύκολο.

Έχει διάφορες μορφές και η μορφή του εξαρτάται από εμάς. Από κοινού μορφοποιούμαστε.

Νομίζω το ταξίδι είναι πορτοκαλοκόκκινο, σαν την ανατολή ή τη δύση. Και είναι κύκλος.

Μιλάει το ταξίδι αλλά εξαρτάται τι λέει. Οριακά μαθήματα ζωής. “Μπράβο σου, κατάφερες κάτι” ή “Αυτό θα μπορούσε να ήταν διαφορετικό ή δεν πήγε πολύ καλά”.

Είναι παντού. Δίπλα μας, μέσα μας. Αν δεν του δώσουμε εμείς ζωή δε θα υπάρχει.

Να φουσήξουμε και μετά να πετάξουμε. Πότε ξεκινά το ταξίδι;

Προσπαθώ να αφουγκραστώ το μέρος και πριν φύγω απ' το προηγούμενο ταξίδι να σκεφτώ το μέλλον, την ελπίδα του επόμενου ταξιδιού. Προσμονή.

Συνήθως είναι μοναχικό το ταξίδι. Μόνο τα πρόσωπα αλλάζουν. Όσο περνάνε τα χρόνια μικραίνει το φάσμα των ανθρώπων που ανεχόμαστε στο ταξίδι. Έχω μια σταθερή συνοδοιπόρο, τη "φίδι" Νάταλι.

Σε ένα ταξίδι είμαι, όχι σε πολλά. Κινούμαι αργά. Υπάρχει μια πρόοδος, αλλαγές επιθυμητές. Έχω την επιθυμία να πάει το σώμα μου πιο γρήγορα.

Το σώμα μου είναι ένα σύστημα και βιώνει αλλαγές. Εντονότερες και περισσότερες κινήσεις αλλά πνευματική ηρεμία.

Θέλω να εξερευνήσω το χτίσιμο νέων συνηθειών. Να ξυπνάω μια σταθερή ώρα, να κάνω yoga ή διαλογισμό στην άλλη μεριά του κόσμου.

Θέλω να επηρεάσω άτομα. Να παίρνω έμπνευση και να δίνω έμπνευση.

Παράρτημα Γ

Γ.1. Φωτογραφίες από τις πρόβες



Φωτογραφία 6: Σε μία από τις τελευταίες πρόβες



Φωτογραφία 7: Στη δοκιμαστική λήψη παραμονές της παράστασης

Γ.2. Φωτογραφίες από την παράσταση



Φωτογραφία 8: Οι ηθοποιοί την ώρα της παράστασης



Φωτογραφία 9: Οι ηθοποιοί την ώρα της παράστασης



Φωτογραφία 10: Οι ηθοποιοί την ώρα της παράστασης

Βιβλιογραφία

Ελληνική βιβλιογραφία

Αυδή Ε. & Καραμπά, Θ. (2010). Η συμβολή της Αφηγηματικής Προσέγγισης στην κατανόηση της εμπειρίας του καρκίνου του μαστού. *Επιστημονική Επετηρίδα της Ψυχολογικής Εταιρείας Βορείου Ελλάδος*, 269 – 294.

Bertrando, P. (2012) Κείμενο Και Πλαίσιο: Αφηγηματική, Μεταμοντερνισμός Και Κυβερνητική. *ΕΕΣΣΚΕΨΟ Συστημική Σκέψη & Ψυχοθεραπεία*, 1, XX.

Γαλάντης Γ. (2017). Εκδοχές της Κίνησης στο Θέατρο: Κυνηγώντας την Κίνηση στις Ασταμάτητες Διαδρομές της. *Σύγκριση*, 5, 131-148.

Denborough, D. (2022). *Λέγοντας Ξανά Τις Ιστορίες Της Ζωής Μας*. Αθήνα: Oposito.

Ζώνιου, Χ. (2017). Παραστάσεις θεάτρου-ντοκουμέντο με νέους, εφήβους, παιδιά και μη επαγγελματίες ενήλικες: ένας πρακτικός οδηγός για εμψυχωτές. *Εκπαίδευση & Θέατρο*, 18, 42-49.

Fischer-Lichte, E. 2013. *Θέατρο και Μεταμόρφωση*. Αθήνα: Πατάκης.

Fischer-Lichte, E. 2012. *Ιστορία Ευρωπαϊκού Δράματος και Θεάτρου*. Αθήνα: Πλέθρον.

Λεκόκ, Ζ. (1997). *Το Ποιητικό Σώμα*. Αθήνα: Κοάν.

Μαρμαρινός Μ. (2000). *Εθνικός Ύμνος. Η σκηνοθεσία ως δραματουργία – Ένα θεώρημα για την ομαδικότητα*. Αθήνα: Κοάν.

Morgan, A. (2011). *Τι είναι η αφηγηματική θεραπεία. Μια ευκολοδιάβαστη εισαγωγή*. Αθήνα: University Studio Press.

Πετράκου, Κ. (2020). *Οδηγός Μελέτης Ο πατέρας του Στρίνμπεργκ*. Ανοιχτό Πανεπιστήμιο Κύπρου, Λευκωσία.

Schechner, R. (2011). *Θεωρία της Επιτέλεσης*. Αθήνα: Τελέθριον.

Συλλογική Έκδοση (2022). *ΕΓΚΛΕΙΣΤΟ ΦΕΓΓΑΡΙ – Στις φυλακές Τίρυνθας & Ναυπλίου*. Αθήνα: Άπαρσις.

White, M. (2021) *Χάρτες Αφηγηματικής Πρακτικής*. Αθήνα: Oposito & Εταιρεία Αφηγηματικής Ψυχοθεραπείας.

Ξένη βιβλιογραφία

Barak, A. (2013). Playback Theatre and Narrative Therapy: Introducing a New Model. *Dramatherapy*, 35 (2), 108-119.

Burns, C. (2015). 'My story to be told': Explorations in narrative documentation with people from refugee backgrounds. *International Journal of Narrative Therapy and Community Work*, 4, XX-XX.

Colic, M. (2011). Extending outsider-witness practices: Drawing on words and pictures. *International Journal of Narrative Therapy and Community Work*, 4, XX-XX.

Etchells, T. (1999). *Certain Fragments. Contemporary Performance and Forced Entertainment*. London: Routledge.

Govan, E., Nicholson, H. & Normington, K. (2007). *Making a performance. Devising Histories and Contemporary Practices*. New York: Routledge.

Leão, A., & Renó, S. R. (2021). What is the Oppressed Theater a powerful strategy for? An experience of the "Education through Work Program for Health" at the Psychosocial Care Center for Alcohol and other Drugs. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, 29, 1-12.

Lerner, G. (1996). Reviewed Work: At Work with Grotowski on Physical Actions by Thomas Richards. *Theatre Journal*, 48 (4), 521-522.

Lehmann, H. T. (2006). *Postdramatic Theatre*. London: Routledge.

Mckenzie, J. (2001). *Perform or else: From Discipline to Performance*. New York: Routledge.

Oddey, A. (1994). *Devising Theatre*. London: Routledge.

Reynolds, V., Bahman, Hammoud-Beckett, S., Sanders, C. J., & Haworth, G. (2014). Poetic resistance: Witnessing Bahman's resistance to torture and political violence. *International Journal of Narrative Therapy and Community Work*, 2, XX-XX.

Serneels, A. (2013). Picturing stories: Drawings in narrative family therapy with children. *International Journal of Narrative Therapy and Community Work*, 4, XX-XX.

Swale, J. (2012). *Drama Games: For Devising*. London: Nick Hern Books.

Ιστοτόποι

Ackerman, C. E. (2017). 19 Best Narrative Therapy Techniques & Worksheets <https://positivepsychology.com/narrative-therapy/> [Πρόσβαση: 5.10.2022]

Βαγενάς, Δ. (2020) Αφηγηματική Θεραπεία: Ξαναγράφοντας Την Ιστορία Της Ζωής Μας. <https://www.animartists.com/2020/07/03/323498/> [Πρόσβαση: 20.01.2023].

Βάρβογλη, Χ. (2012). Ο Μεταμοντερνισμός και το κίνημα του New Urbanism. <http://ikee.lib.auth.gr/record/133370/files/VARVOGLIee.pdf> [Πρόσβαση: 24.01.2023].

Cantrell, T. (2020). Documentary & Verbatim Theatre. <https://www.york.ac.uk/arts-creative-technologies/research/tfti/current-projects/documentary/> (Πρόσβαση: 12.05.2023).

Complicite, XX. Devising notes for teachers. http://www.complicite.org/media/1439372000Complicite_Teachers_pack.pdf (Πρόσβαση: 5.10.2022).

Γραμματοπούλου, Ε. (2018). Αξιολόγηση μιας παρέμβασης βασισμένης στην αφηγηματική ψυχοθεραπεία σε γονείς εφήβων με ειδικές ανάγκες: Ποσοτικά και ποιοτικά αποτελέσματα. <http://ikee.lib.auth.gr/record/298811/files/GRI-2018-22026.pdf> [Πρόσβαση: 24.01.2023].

Denborough, D. (2002). Community song writing and narrative practice. <https://dulwichcentre.com.au/community-song-writing/> (Πρόσβαση: 23.01.2023).

Dulwich Centre, (2020). Narrative practice improvisations – Getting creative with technology. <https://dulwichcentre.com.au/getting-creative-with-technology/> (Πρόσβαση: 25.01.2023).

ΕΛΑΦΕΤ (2023). Ελληνική Εταιρεία Αφηγηματικής Θεραπείας & Κοινωνικής Πρακτικής. <https://www.elafet.gr/> [Πρόσβαση: 25.01.2023].

Ένωση Ελλήνων Ολλανδίας (2020): 1η Συνάντηση Θεατρικής Ομάδας Ελληνικού Σπιτιού στο Ρότερνταμ. <https://vvgn.eu/el/2020/02/23/1%CE%B7-%CF%83%CF%85%CE%BD%CE%AC%CE%BD%CF%84%CE%B7%CF%83%CE%B7-%CE%B8%CE%B5%CE%B1%CF%84%CF%81%CE%B9%CE%BA%CE%AE%CF%82-%CE%BF%CE%BC%CE%AC%CE%B4%CE%B1%CF%82-%CE%B5%CE%BB%CE%BB%CE%B7%CE%BD%CE%B9%CE%BA/> (Πρόσβαση: 20.03.2023).

Ζώνιου, Χ. (2016). Η συμβολή του Θεάτρου του Καταπιεσμένου και άλλων δραματικών τεχνικών στην ανάπτυξη της διαπολιτισμικής ικανότητας των εκπαιδευτικών. <https://www.didaktorika.gr/eadd/handle/10442/40052> (Πρόσβαση: 15.05.2023).

Ηλιοπούλου, Ε., Μπουτσνής, Κ. & Ντάβαρη, Φ. (2014). ΑΠΟΔΟΜΗΣΗ. http://www.teiath.gr/userfiles/eadsa_web_admin/lessons/e_semester/spoudastes/2013-14_Deconstruction.pdf [Πρόσβαση: 24.01.2023].

Θεοδώρου, Β. (2022). Ζακ Ντεριντά: Ο φιλόσοφος της Αποδόμησης. <https://tvxs.gr/news/%CF%83%CE%B1%CE%BD-%CF%83%CE%AE%CE%BC%CE%B5%CF%81%CE%B1/jacque-derrida-o-%C2%AB%CE%B1%CE%BA%CE%B1%CF%84%CE%B1%CE%BD%CF%8C%CE%B7%CF%84%CE%BF%CF%82%CF%84%CE%B7%CF%82-%CF%86%CE%B9%CE%BB%CE%BF%CF%83%CE%BF%CF%86%CE%AF%CE%B1%CF%82> (Πρόσβαση: 23.01.2023).

ΙΑΨ (2023). Ινστιτούτο Αφηγηματικής Θεραπείας & Κοινωνικής Πρακτικής. <https://narrativetherapy.gr/> (Πρόσβαση: 25.01.2023).

Ντούμα, Α. (2020) Αφηγηματική Θεραπεία: Μια Νέα Προσέγγιση Στη Θεραπεία. <https://www.maxmag.gr/psychologia/afigmatiki-therapeia-mia-nea-proseggisi-sti-therapeia/> [Πρόσβαση: 15.01.2023].

Etchells, T., O' Connor, T. & Russell, H. XX. *Making Performance: Forced Entertainment – Interactions*. <https://docplayer.gr/32343791-Making-performance-forced-entertainment-interactions-direction-edit-tim-etchells-terry-o-connor-helen-russell.html> (Πρόσβαση: 3.10.2022).

Forced Entertainment. (2002). (<https://www.forcedentertainment.com/projects/the-travels/>) (Πρόσβαση: 3.10.2022).

Odendahl – James, J. (2011). A Brief History of American Documentary Theatre. <http://www.mikewileyproductions.com/pdfs/plays/Documentary%20Theatre.pdf> (Πρόσβαση 15.05.2023).

Parakosta, A. (2016). Ο ψηφιακός κόσμος και οι νέες τεχνολογίες στην υπηρεσία της πολιτισθητηριακής σημείωσης στο σύγχρονο θέατρο για κοινό ανηλίκων θεατών. <https://www.academia.edu/43283730/%CE%9F%CF%88%CE%B7%CF%86%CE%B9%CE%B1%CE%BA%CF%8C%CF%82%CE%BA%CF%8C%CF%83%CE%BC%CE%BF%CF%82%CE%BA%CE%B1%CE%B9%CE%BF%CE%B9%CE%BD%CE%AD%CE%B5%CF%82%CF%84%CE%B5%CF%87%CE%BD%CE%BF%CE%BB%CE%BF%CE%B3%CE%AF%CE%B5%CF%82%CF%83%CF%84%CE%B7%CE%BD%CF%85%CF%80%CE%B7%CF%81%CE%B5%CF%83%CE%AF%CE%B1%CF%84%CE%B7%CF%82%CF%80%CE%BF%CE%BB%CF%85%CE%B1%CE%B9%CF%83%CE%B8%CE%B7%CF%84%CE%B7%CF%81%CE%B9%CE%B1%CE%BA%CE%AE%CF%82%CF%83%CE%B7%CE%BC%CE%B5%CE%AF%CF%89%CF%83%CE%B7%CF%82%CF%83%CF%84%CE%BF%CF%83%CF%8D%CE%B3%CF%87%CF%81%CE%BF%CE%BD%CE%BF%CE%B8%CE%AD%CE%B1%CF%84%CF%81%CE%BF%CE%B3%CE%B9%CE%B1%CE%BA%CE%BF%CE%B9%CE%BD%CF%8C%CE%B1%CE%BD%CE%B7%CE%BB%CE%AF%CE%BA%CF%89%CE%BD%CE%B8%CE%B5%CE%B1%CF%84%CF%8E%CE%BD> (Πρόσβαση: 26.01.2023).

Πήτερσεν, Κ. (2017). Τι Είναι Η Αφηγηματική Θεραπεία; <https://kassandrapedersen.gr/narrative-therapy/what-is-it/> (Πρόσβαση: 10.01.2023)

Καναβούρα, (2019). Γνωριμία με το Θέατρο Ντοκουμέντο. <https://www.maxmag.gr/theatro/gnorimia-me-to-theatro-ntokoymento/> [Πρόσβαση: 24.01.2023].

Καραγεωργίου, Ζ. (2016). Πολυμέσα και Θέατρο: Μια νέα διάσταση δημιουργίας στη θεατρική πράξη. <https://apothesis.eap.gr/handle/repo/32970> [Πρόσβαση: 26.01.2023].

Κοροξενίδη, Α. (2023). «Κλιματική Βουλή. Αφηγήσεις του μη ανθρώπινου»: Η ξεχωριστή συλλογική δράση από τη φετινή Μπιενάλε Θεσσαλονίκης. <https://elculture.gr/klimatiki-vouli-afigiseis-tou-mi-anthropinou-i-xechoristi-sylogiki-drasi-apo-ti-fetini-bienale-thessalonikis/> (Πρόσβαση: 10.05.2023).

McLeod, S. (2023). Sigmund Freud: Theories And Influence On Psychology. <https://www.simplypsychology.org/sigmund-freud.html> (Πρόσβαση: 12.05.2023).

Στυλιανού, Χ. (2010). Προς ένα θέατρο πέρα από το δράμα: Μεταδραματικά ζητούμενα στη σύγχρονη θεατρική γραφή. <http://ikee.lib.auth.gr/record/123193/files/ChristosPaper.pdf> (Πρόσβαση: 15.05.2023).

Τζιορτζιώτη, Μ. (2022). Το φως μέσα μας. Η συμβολή του φωτός στο θέατρο και η επίδρασή του στην συναισθηματική κατάσταση των θεατών. <https://apothesis.eap.gr/handle/repo/57422> (Πρόσβαση: 24.01.2023).

Thpanorama (2023). Αφηγηματική Θεραπεία: Τι είναι αυτό και πώς λειτουργεί; <https://el.thpanorama.com/articles/trastornos-mentalespsicopatologa/terapia-narrativa-qu-es-y-cmo-funciona.html> (Πρόσβαση: 22.01.2023).

Τράικου, Φ. (2020). Άνθρωποι τρίτης κουλτούρας: Μια προσωπική ιστορία. <https://www.psychologynow.gr/arthra-psyxikis-ygeias/katatheseis-psyxis/9508-anthropoi-tritis-koultoyras-mia-prosopiki-istoria.html> (Πρόσβαση: 13.05.2023).

Τσίχλη, Α. (2017). Το θέατρο της Επινόησης Devised Theatre Άννα Τσίχλη Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών -Τμήμα Θεατρικών Σπουδών Σχολή Καλών Τεχνών Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου. <https://slideplayer.gr/slide/11649109/> (Πρόσβαση: 13.05.1988).

Τσίχλη, Α. (2008). Πολιτικές και κοινωνικές συνιστώσες στο ευρωπαϊκό θέατρο του τέλους του 20ού αιώνα: μια μελέτη των performances και του θεάτρου της επινόησης. <https://www.didaktorika.gr/eadd/handle/10442/18813> (Πρόσβαση: 3.10.2022).

Τσίχλη, Α. (2004). Μικρή εισαγωγή στο "θέατρο της επινόησης" (devised theatre). <http://theatroedu.gr/%CE%91%CF%81%CF%87%CE%B5%CE%AF%CE%BF/m%CE%B9%CE%BA%CF%81%CE%AE->

%CE%B5%CE%B9%CF%83%CE%B1%CE%B3%CF%89%CE%B3%CE%AE-
%CF%83%CF%84%CE%BF-%CE%B8%CE%AD%CE%B1%CF%84%CF%81%CE%BF-
%CF%84%CE%B7%CF%82-
%CE%B5%CF%80%CE%B9%CE%BD%CF%8C%CE%B7%CF%83%CE%B7%CF%82-
devised-theatre (Πρόσβαση: 12.05.2023).