

**WOMEN  
interACT**



**Το Συμμετοχικό Θέατρο  
ως Εργαλείο Κοινωνικής Αλλαγής**  
**ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ**



Διευρωπαϊκή προση  
Union Européenne

**Creative  
Europe  
Desk Polska**



**Uniwersytet  
SWPS**

**Wrocław**  
miasto społeczne



**Ministerstwo Kultury  
i Dziedzictwa Narodowego**



Το Συμμετοχικό Θέατρο  
ως Εργαλείο Κοινωνικής Αλλαγής

**WOMEN**  
**interACT**



**Uniwersytet  
SWPS**

**Kobietostan.**



**RESTART**  
THEATER ATHENS

**Εισαγωγή:** Iwona Konecka

**Μέρος I:** Ερευνήτριες, εκπρόσωποι του Πανεπιστημίου SWPS του Βρότσλαβ (Σχολή Νομικής και Κοινωνικής Επικοινωνίας):

Dr. Agnieszka Młodziejowska-Graneek – Τμήμα Δημοσιογραφίας και

Κοινωνικής Επικοινωνίας, Ινστιτούτο Κοινωνικών Επιστημών.

Paulina Woźniak-Dębińska – Τμήμα Γραφιστικού Σχεδιασμού, Εργαστήριο Σχεδιασμού Επικοινωνίας.

**Μέρος II:** Iwona Konecka, βασισμένο σε δηλώσεις καλλιτεχνών που δραστηριοποιούνται σε συνεργαζόμενους οργανισμούς: Anja Bezlova Završnik – Društvo ZIZ, Agnieszka Bresler – Kobietostan Association, Αγγελική Κασόλα – Restart Theater Athens, Ειρήνη Μελά – Restart Theater Athens, Barbara Polajnar – Društvo ZIZ.

**Σχεδιασμός εξωφύλλου:** Ομάδα ZNAK

**Σελιδοποίηση (Layout):** Ομάδα ZNAK

**Στοιχειοθεσία:** Ομάδα ZNAK

**Μετάφραση στα Ελληνικά:** Αγγελική Κασόλα Restart Theater Athens

**Εκδότης:** Kobietostan Association

Βρότσλαβ 2026

Η παρούσα έκδοση διατίθεται υπό τη διεθνή άδεια Creative Commons Αναφορά Δημιουργού 4.0 (CC BY 4.0).

### **Λογότυπα:**

Υπουργείο Πολιτισμού και Εθνικής Κληρονομιάς (MKiDN), Δήμος του Βρότσλαβ, και συγχρηματοδότηση από την Ε.Ε.

Η έκδοση αυτή δημιουργήθηκε στο πλαίσιο του έργου «WOMEN interACT – το συμμετοχικό θέατρο ενάντια στον διπλό αποκλεισμό των γυναικών», το οποίο συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση στο πλαίσιο του προγράμματος «Δημιουργική Ευρώπη», από το Υπουργείο Πολιτισμού και Εθνικής Κληρονομιάς της Πολωνίας μέσω του Ταμείου Προώθησης Πολιτισμού (ένα κρατικό ταμείο ειδικού σκοπού), καθώς και από τον Δήμο του Βρότσλαβ. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τον/τους συγγραφέα/είς και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΚΕΑ). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο ΕΑΚΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για αυτές.



# ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

### ΜΕΡΟΣ Ι. ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

Ο αντίκτυπος των δραστηριοτήτων του συμμετοχικού θεάτρου στην ενεργοποίηση συμμετεχουσών ομάδων που διατρέχουν κίνδυνο κοινωνικού αποκλεισμού

1. Ορισμοί και λειτουργίες του συμμετοχικού θεάτρου --12
2. Βασικές θεωρητικές έννοιες --13
  - 2.1 Η επικοινωνία ως διαπραγμάτευση νοημάτων --13
  - 2.2 Ο κοινωνικός αποκλεισμός ως περιορισμένη πρόσβαση ή συμμετοχή --18
  - 2.3 Η συμμετοχή ως αντίδοτο στον κοινωνικό αποκλεισμό --23
  - 2.4 Η κοινωνική αλλαγή ως αποτέλεσμα μιας διαδικασίας 3 σταδίων --28
3. Ανάλυση - η οπτική γωνία των διοργανωτών και των συμμετεχόντων --30
  - 3.1 Μεθοδολογία της έρευνας -30
  - 3.2 Έρευνα μέσω ομάδων εστίασης (focus groups) --39
  - 3.3 Παρατηρήσεις --94
4. Το συμμετοχικό θέατρο ως εργαλείο κοινωνικής αλλαγής; - συμπεράσματα έρευνας --99

### ΜΕΡΟΣ ΙΙ. ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

Στάδια και ενδεικτικά εργαλεία εργασίας στο συμμετοχικό θέατρο

1. Πριν ξεκινήσουμε --107
  2. Η ομάδα έρχεται πρώτη --110
    - 2.1 Περιγραφή σταδίου --110
    - 2.2 Εργαλεία: το συμβόλαιο και η παρατήρηση του σώματος σε κίνηση --118
  3. Δημιουργική εξερεύνηση --118
    - 3.1 Περιγραφή σταδίου --132
    - 3.2 Εργαλείο: δημιουργώντας από το τέλος --132
  4. Επιτέλους - η παράσταση --138
    - 4.1 Περιγραφή σταδίου --144
    - 4.2 Εργαλείο: «Αυτό που θέλω να πω» - ένα παιχνίδι --144
- ΣΥΝΟΨΗ --151
- ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ --180
- ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΠΙΝΑΚΩΝ ΚΑΙ ΕΙΚΟΝΩΝ --164



## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Για χρόνια υλοποιούμε καλλιτεχνικές δράσεις, παρατηρώντας τις εντάσεις, τις αλλαγές, και τις στιγμές ρήξης και μετασχηματισμού που αναδύονται μέσα από αυτές. Ταυτόχρονα, μας έλειπαν τα εργαλεία που θα μας επέτρεπαν όχι μόνο να περιγράψουμε αυτή τη διαδικασία, αλλά και να εξετάσουμε κριτικά τα αποτελέσματά της. Περιμέναμε για πολύ καιρό μια αξιόπιστη ανάλυση του αντίκτυπου των εργαλείων και των μεθόδων που χρησιμοποιούμε. Θέλαμε να κατανοήσουμε τι πραγματικά συμβαίνει στις διαδικασίες του συμμετοχικού θεάτρου – και αν αυτές οδηγούν όντως σε ουσιαστική αλλαγή.

Ο οδηγός αυτός γεννήθηκε από την ανάγκη να σταθούμε σε αυτά τα ερωτήματα. Χρειαζόμασταν κάτι που θα έπαιρνε στα σοβαρά την καλλιτεχνική πρακτική, την εμπειρία των συμμετεχόντων και τον ερευνητικό στοχασμό. Αναζητήσαμε αξιόπιστους τρόπους για να αναλύσουμε τον αντίκτυπο των δικών μας δράσεων – όχι μόνο για να επιβεβαιώσουμε την αποτελεσματικότητά τους, αλλά και για να κατανοήσουμε καλύτερα τους περιορισμούς, τις εντάσεις και τις ευθύνες που συνδέονται με αυτές.

Η έκδοση δημιουργήθηκε τελικά στο πλαίσιο του έργου WOMEN interACT που υλοποιήθηκε από τέσσερις συνεργαζόμενους οργανισμούς: το Σύλλογο Stowarzyszenie Kobietostan από την Πολωνία, την ΑΜΚΕ Θεατρικού Πολιτισμού Restart Theater Athens από την Ελλάδα, το Σύλλογο Društvo ZIZ από τη Σλοβενία και το Πανεπιστήμιο Ανθρωπιστικών και Κοινωνικών Σπουδών SWPS από την Πολωνία. Σε καθεμία από τις τρεις χώρες, εργαστήκαμε με γυναίκες που βιώνουν διάφορες μορφές περιθωριοποίησης και κοινωνικού αποκλεισμού. Το εργαλείο μας ήταν το συμμετοχικό θέατρο – ένα θέατρο που καλεί το κοινό όχι μόνο να μοιραστεί τις απόψεις ή τις ιστορίες του, αλλά και να συνδημιουργήσει μια καλλιτεχνική φόρμα.

Αν και τα τοπικά πλαίσια, οι μέθοδοι εργασίας και οι γλώσσες διέφεραν, γρήγορα αποδείχθηκε ότι επιστρέφουμε σε παρόμοια ερωτήματα: σχετικά με την ασφάλεια, την αυτενέργεια (agency), τα όρια, τις σχέσεις εξουσίας, την ορατότητα και την ευθύνη. Δεν μας ενδιέφερε μόνο το συμμετοχικό θέατρο ως δημιουργικό εργαλείο. Μας ενδιέφερε επίσης ο τρόπος με τον οποίο λειτουργεί η τέχνη σε χώρους που συνδέονται με τον κοινωνικό αποκλεισμό – τι επιτρέπει, τι εμποδίζει, ποιες σχέσεις ενισχύει σκόπιμα και ποιες μπορεί ασυνείδητα να αναπαράγει.

Ο οδηγός αποτελείται από δύο μέρη.

**Μέρος I – η ερευνητική προσέγγιση** επικεντρώνεται στην ανάλυση του αντικτύπου του συμμετοχικού θεάτρου στην ενεργοποίηση ομάδων που διατρέχουν κίνδυνο κοινωνικού αποκλεισμού. Περιλαμβάνει θεωρητικά πλαίσια, μεθοδολογία έρευνας, καθώς και ανάλυση των εμπειριών των συμμετεχόντων και των διοργανωτών του έργου. Αυτό το μέρος γράφτηκε σε πιο αναλυτική γλώσσα και μπορεί να είναι ιδιαίτερα χρήσιμο για άτομα που ασχολούνται με την έρευνα, την αξιολόγηση, τον σχεδιασμό κοινωνικών δράσεων και την ανάλυση αντικτύπου. Αυτό το μέρος μπορεί επίσης να φανεί χρήσιμο σε όσους ασκούν την κοινωνική και συμμετοχική τέχνη στην πράξη. Μπορεί να βοηθήσει στην κατονομασία μηχανισμών που γίνονται αντιληπτοί διαισθητικά, στην καλύτερη κατανόηση των διαδικασιών που λαμβάνουν χώρα στην ομάδα, στον πιο συνειδητό σχεδιασμό δραστηριοτήτων και στην εύρεση μιας γλώσσας για την περιγραφή της δικής τους πρακτικής.

**Μέρος II – η πρακτική προσέγγιση** προκύπτει απευθείας από την εμπειρία των καλλιτεχνών και των εμπυχωτών που συνδημιούργησαν το έργο. Είναι μια συνάντηση διαφορετικών πρακτικών, μεθόδων και τρόπων σκέψης. Δεν προσπαθήσαμε να εξομαλύνουμε τις διαφορές ή να οικοδομήσουμε μια ενιαία, δεσμευτική μεθοδολογία. Αντιθέτως, μας ενδιέφερε να καταδείξουμε πώς διαφορετικές πρακτικές συναντώνται γύρω από παρόμοια ερωτήματα.

Γι' αυτό οι άμεσες φωνές των καλλιτεχνών είναι τόσο σημαντικές για εμάς. Τα παραθέματα δεν λειτουργούν εδώ ως προσθήκη ή εικονογράφηση – αποτελούν ισότιμο μέρος αυτής της έκδοσης. Συχνά ωθούν την αφήγηση προς τα εμπρός, της δίνουν κατεύθυνση και μας επιτρέπουν να δούμε τη διαδικασία από διαφορετικές οπτικές γωνίες.

Πολλά θέματα επανέρχονται τόσο στο ερευνητικό όσο και στο πρακτικό μέρος. Το εκλαμβάνουμε αυτό ως ένα σημαντικό σήμα: οι διαισθήσεις των καλλιτεχνών και των εμπυχωτών βρήκαν συχνά επιβεβαίωση στις φωνές των συμμετεχόντων και στα αποτελέσματα της έρευνας. Χάρη σε αυτό, παρόμοια ερωτήματα – σχετικά με την ασφάλεια, την αυτενέργεια, τις σχέσεις εξουσίας, την οικοδόμηση μιας κοινότητας, τα όρια της συμμετοχής ή τη διάρκεια της αλλαγής – μπορούν να εξεταστούν από πολλές πλευρές ταυτόχρονα, ελέγχοντας πώς η θεωρία συναντά την πράξη.

Επίσης, δεν προϋποθέτουμε ότι η παρούσα έκδοση πρέπει να διαβαστεί από την αρχή μέχρι το τέλος. Μπορείτε να τη μεταχειριστείτε σαν χάρτη και να χαράξετε τη δική σας διαδρομή. Ξεκινήστε από τα εργαλεία αν καθοδηγείτε

μια ομάδα. Ή από το ερευνητικό μέρος αν σας ενδιαφέρει ο κοινωνικός αντίκτυπος. Επιστρέψτε σε αυτήν σε στιγμές κρίσης, κατά τον σχεδιασμό νέων δραστηριοτήτων ή μετά από χρόνια πρακτικής – όταν τα ίδια ερωτήματα αρχίσουν να σημαίνουν κάτι διαφορετικό.

Η έκδοση αυτή δεν είναι ούτε εγχειρίδιο ούτε ένα κλειστό σύστημα μεθόδων. Είναι μια καταγραφή πρακτικής, μια απόπειρα κατονομασίας εμπειριών και μια πρόσκληση για περαιτέρω ανάπτυξη, μετασχηματισμό και αμφισβήτηση των τρόπων εργασίας που περιγράφονται εδώ. Ελπίζουμε ότι θα αποτελέσει όχι μόνο πηγή εργαλείων, αλλά και έναν χώρο για τη διατύπωση ερωτημάτων – σχετικά με την τέχνη, την ευθύνη, τη συνδημιουργία και την αλλαγή.



## 1. Ορισμοί και λειτουργίες του συμμετοχικού θεάτρου

Κατά την άποψη της Claire Bishop, μίας από τις σημαντικότερες θεωρητικούς στον τομέα της συμμετοχικής τέχνης, πρόκειται για μια πρακτική στην οποία:

*οι άνθρωποι αποτελούν το κεντρικό καλλιτεχνικό μέσο και υλικό, με τον τρόπο του θεάτρου και της περφόρμανς.*

(Bishop, 2012, p. 2).

Η συγγραφέας τονίζει ότι από τη δεκαετία του 1990 έχει υιοθετηθεί η άποψη ότι η συμμετοχική τέχνη είναι η «απόλυτη πολιτική τέχνη» (Bishop, 2012, σ. 1) και ότι, ενθαρρύνοντας το κοινό να συμμετάσχει, ο καλλιτέχνης μπορεί να προωθήσει νέες, χειραφετητικές κοινωνικές σχέσεις.

Το συμμετοχικό θέατρο μπορεί επομένως να επιτελέσει μια χειραφετητική και πολιτική λειτουργία (Boal 1979, Freire 1970), αλλά και μια κοινωνική-κοινοτική (Erel, Reynolds & Kaptani, 2017), εκπαιδευτική (Freire, 1970), ακόμη και θεραπευτική λειτουργία (Shaughnessy, 2016). Μία από τις βασικές λειτουργίες που μπορεί να προσφέρει ένα τέτοιο θέατρο είναι η κοινωνική ένταξη και η εκπροσώπηση περιθωριοποιημένων ομάδων (Siwiak, Klaić, 2014). Οι παραδοχές που περιγράφονται με αυτόν τον τρόπο συνάδουν με την ερευνητική προσέγγιση που υιοθετήσαμε.

Ο πρωταρχικός μας στόχος ήταν να συστηματοποιήσουμε τη γνώση γύρω από το συμμετοχικό θέατρο ως εργαλείο ενεργοποίησης ομάδων που διατρέχουν κίνδυνο κοινωνικού αποκλεισμού και τις δυνατότητές του στη διαμόρφωση κοινωνικών αλλαγών. Η έρευνα εντάχθηκε στο πεδίο των κοινωνικών επιστημών, στο πλαίσιο των κλάδων της κοινωνικής επικοινωνίας και των επιστημών των μέσων ενημέρωσης, καθώς και των επιστημών διοίκησης και ποιότητας.

Ως μέρος του υιοθετημένου ορισμού και της μελέτης των λειτουργιών του συμμετοχικού θεάτρου, διακρίναμε τέσσερις τομείς που αποτέλεσαν τη βάση των αναλύσεων στο έργο WOMEN interACT:

- επικοινωνία,
- κοινωνικός αποκλεισμός,
- συμμετοχή,
- κοινωνική αλλαγή.

## 2. Βασικές θεωρητικές έννοιες

### 2.1. Η Επικοινωνία ως διαπραγμάτευση νοημάτων

Ήδη από τα πρώτα στάδια της εκπαίδευσης, μαθαίνουμε ότι η επικοινωνία είναι μια διαδικασία που περιλαμβάνει έναν πομπό και έναν δέκτη, ή ότι επικοινωνία σημαίνει η επίτευξη μιας συμφωνίας ή η ανταλλαγή πληροφοριών.

Το επικοινωνιακό μοντέλο του Jakobson (Jakobson, 1960/1987) που αναφέρθηκε στην αρχή προϋποθέτει τη ροή ενός μηνύματος από εκείνον που κωδικοποιεί το μήνυμα (πομπός) σε εκείνον που το αποκωδικοποιεί (δέκτης). Μεταξύ των στοιχείων που εγγυώνται την αποτελεσματικότητα της επικοινωνίας, ο συγγραφέας (εκτός από το ίδιο το μήνυμα, φυσικά) αναφέρει:

- πλαίσιο (σημείο αναφοράς),
- επαφή (κανάλι),
- κώδικας (κατανοητός και από τις δύο πλευρές).

Μια κριτική ανάλυση αυτής της έννοιας, καθώς και των άλλων δύο (η επικοινωνία ως επίτευξη συμφωνίας, η επικοινωνία ως μετάδοση πληροφοριών) πραγματοποιήθηκε, μεταξύ άλλων, από τον καθηγητή Michael Fleischer (Fleischer, 2020).

<p>Επιλεγμένες παρατηρήσεις για την έννοια του Jakobson</p>	<p>Επιλεγμένες παρατηρήσεις για την επικοινωνία που εξισώνεται με την επίτευξη συμφωνίας</p>	<p>Επιλεγμένες παρατηρήσεις για την επικοινωνία που νοείται ως μετάδοση πληροφοριών</p>
<p>Σύμφωνα με τον Fleischer, το γενικό επίπεδο αυτού του μοντέλου το καθιστά χρησιμοποιήσιμο για να εικονογραφήσει τόσο την πορεία της επικοινωνίας όσο και την κυκλοφορία του ηλεκτρικού ρεύματος.</p> <p>Αυτή η προσέγγιση είναι υπερβολικά ευρεία· δεν εξηγεί ούτε τον μηχανισμό ούτε το φαινόμενο της επικοινωνίας.</p> <p>Ο συγγραφέας χρησιμοποιεί μια έξυπνη σύγκριση, λέγοντας ότι είναι σαν να περιγράφεις έναν σκύλο ως ένα ζώο που έχει τέσσερα πόδια και μια ουρά. Και ενώ (συνήθως) αυτό είναι αλήθεια, το ίδιο μπορεί να ισχύει για ένα άλογο ή μια γάτα.</p> <p>Παρεμπιπτόντως, ο συγγραφέας σημειώνει ότι ο Jakobson άντλησε το παρουσιαζόμενο μοντέλο από τους Shannon και Weaver, οι οποίοι</p>	<p>Ο συγγραφέας επισημαίνει ότι σε αυτή την προσέγγιση, τίθεται άδικα ένα σημάδι ισότητας μεταξύ του αποτελέσματος και του παραγωγού της διαδικασίας.</p> <p>Η συμφωνία είναι ένα (και σίγουρα όχι το μοναδικό) από τα αποτελέσματα της επικοινωνίας ή από τους λόγους για τους οποίους την ξεκινάμε.</p> <p>Εάν, ως αποτέλεσμα της επικοινωνίας, δεν επιτευχθεί συμφωνία, η επικοινωνία εξακολουθεί να παραμένει επικοινωνία. Με άλλα λόγια (ακολουθώντας τον Fleischer): η σπορά ενός καρότου δεν είναι καρότο, και ο ωρολογοποιός δεν είναι ρολόι.</p>	<p>Ο Fleischer σημειώνει ότι αναζητώντας την απλούστευση, πολύ συχνά αντιμετωπίζουμε την πληροφορία ως συνώνυμο του μηνύματος.</p> <p>Αν εξισώσουμε την πληροφορία με κάτι που μαθαίνουμε, η έννοια γίνεται τόσο ευρεία που καθίσταται λειτουργικά κενή. Στο πλαίσιο της θεωρίας πληροφορίας των Shannon και Weaver, η πληροφορία είναι η άρση της άγνοιας / η απόκτηση γνώσης.</p> <p>Σε αυτή την προσέγγιση, η πληροφορία μπορεί να δοθεί και να μετρηθεί μόνο για έναν μεμονωμένο οργανισμό· είναι μια ατομική διαδικασία. Μόνο ένα ξεχωριστό σύστημα συνείδησης μπορεί να άρει την άγνοια. Το κάνει αυτό με βάση την ατομική, τρέχουσα γνώση του. Επομένως, η πληροφορία δεν μπορεί απλώς να «μεταδοθεί» από το</p>

Επιλεγμένες παρατηρήσεις για την έννοια του Jakobson	Επιλεγμένες παρατηρήσεις για την επικοινωνία που εξισώνεται με την επίτευξη συμφωνίας	Επιλεγμένες παρατηρήσεις για την επικοινωνία που νοείται ως μετάδοση πληροφοριών
διατύπωσαν αυτή την έννοια αυστηρά στο πλαίσιο της θεωρίας της πληροφορίας το 1949.		ένα σύστημα στο άλλο..

Πίνακας 1 Τρεις παραδοσιακές έννοιες της επικοινωνίας. Ιδία επεξεργασία βασισμένη στο: Fleischer (2020, κεφάλαιο 4.2).

Ο Fleischer, καθώς και όσοι ακολουθούν την πορεία του, βασίζουν τις δραστηριότητές τους στα επιτεύγματα του κονστρουκτιβισμού (δομητισμού). Υπό αυτή την προσέγγιση:

«[...] η επικοινωνία είναι μια διαδικασία διαπραγμάτευσης νοημάτων, η οποία έχει ως αποτέλεσμα (ακούσια) τη δημιουργία και τη διατήρηση σε κίνηση του κοινωνικού συστήματος. Τίποτα λιγότερο, τίποτα περισσότερο.

Από την άλλη πλευρά, θέλοντας να δικτυώσουμε τα επικοινωνιακά φαινόμενα με το κοινωνικό σύστημα, και αυτό με το βιολογικό σύστημα και με το φυσικό σύστημα, τα παραπάνω ευρήματα συνεπάγονται τη δυνατότητα διατύπωσης του ακόλουθου αλγορίθμου, με βάση τους τρεις οργανωτικούς τρόπους που δημιουργούν αυτά τα συστήματα: οι αλληλεπιδράσεις είναι ο γεννήτορας των φυσικών συστημάτων, η αντίληψη είναι ο γεννήτορας των βιολογικών συστημάτων και η επικοινωνία είναι ο γεννήτορας του κοινωνικού συστήματος. Με λίγα λόγια:  $\{[(\text{αλληλεπιδράσεις} + \text{οργανισμός}) = \text{αντίληψη}] + \text{σημεία}\} = \text{επικοινωνία}$ »

(Fleischer, 2020, σελ. 180)

Ο παραπάνω ορισμός μπορεί να εξεταστεί ως απάντηση στο ερώτημα τι είναι η επικοινωνία. Εφόσον «γνωρίζουμε» το *τι*, αξίζει να ψάξουμε βαθύτερα και να αναλογιστούμε: *για ποιο σκοπό;*

Ακολουθώντας τον Fleischer, παραθέτουμε επίσης μια λίστα με τους λόγους για τους οποίους μιλάμε (νοούμενο ως όλοι οι τρόποι επικοινωνίας):

*-«μιλάμε πρωτίστως για να διατηρήσουμε την ομιλία σε κίνηση,*

*-μιλάμε για να συμμετέχουμε και να ανήκουμε (σε κάτι), επειδή μέσω αυτού μπορούμε να υποθέσουμε (να πιστέψουμε) ότι είμαστε μέλη ομάδων, οργανισμών, κοινωνιών κ.λ.π. και αισθανόμαστε όμορφα με αυτό,*

*-μιλάμε επειδή όλοι οι άλλοι μιλούν επίσης,*

*-μιλάμε για να ελέγξουμε αν ο τρόπος που μιλάμε χρησιμοποιείται και από άλλους,*

*-μιλάμε για να ελέγξουμε αν τα νοητικά σχήματα (constructs) που χρησιμοποιούνται για τον σκοπό αυτό χρησιμοποιούνται και από άλλους με τον ίδιο τρόπο και σημασιοδοτούνται με τον ίδιο τρόπο,*

*-μιλάμε για να ανακαλύψουμε κατά τη διάρκεια της ομιλίας αν οι άλλοι λένε επίσης πώς και τι λέμε,*

*-μιλάμε επειδή θέλουμε και μπορούμε να προσανατολιστούμε μέσω αυτής,*

*-μιλάμε για να μάθουμε αν η κατάσταση της γνώσης μας είναι η ίδια με την κατάσταση της γνώσης των άλλων,*

*-μιλάμε για ατομικούς λόγους, για να ικανοποιήσουμε τις προσωπικές*

*μας ανάγκες,*

*-μιλάμε επειδή οι θεσμοί κοινωνικοποίησης μας αναγκάζουν να το κάνουμε,*

*-μιλάμε επειδή τα λειτουργικά κοινωνικά συστήματα μας αναγκάζουν να το κάνουμε,*

*-μιλάμε για να αποφύγουμε περιορισμούς κοινωνικού χαρακτήρα,*

*-μιλάμε επειδή οι κατάλληλοι θεσμοί, οργανισμοί, μηχανισμοί είναι έτσι προσανατολισμένοι ώστε να διατηρούνται σε κίνηση από τη δική μας ομιλία,*

*-μιλάμε επειδή δεν έχουμε άλλη επιλογή και δεν μας δίνεται άλλη επιλογή.»*

(Fleischer, 2020, σ. 181)

Στο πλαίσιο του έργου WOMEN interACT, μία από τις σημαντικότερες αιτιολογήσεις της ομιλίας είναι το ζήτημα του ανήκειν, όπως το περιγράφει ο Fleischer. Αυτό αντανακλάται άμεσα στο γιατί και στο πώς μιλάμε (Fleischer, 2001). Η εξήγηση μπορεί να αναζητηθεί, μεταξύ άλλων, στην πολιτισμική και γλωσσική εικόνα του κόσμου, καθώς και στις κοινωνικές διαστρωματώσεις που συνδέονται άμεσα με αυτές.

- πολιτισμός (πολιτισμικές ομάδες, υποκουλτούρες, ατομικός πολιτισμός, διαπολιτισμικότητα),
- λόγος / discourse (λόγος, δια-λόγος [interdiscourse], εξειδικευμένος λόγος, διαπολιτισμικός λόγος).

Το αίσθημα του ανήκειν συνδέεται επίσης σε μεγάλο βαθμό με το ζήτημα του κοινωνικού αποκλεισμού, το οποίο αποτέλεσε έναν ακόμη σημαντικό άξονα ανάλυσης για εμάς.

Το ανήκειν συνδέεται επίσης σε μεγάλο βαθμό με το ζήτημα του κοινωνικού αποκλεισμού, ο οποίος αποτέλεσε έναν άλλο σημαντικό τομέα ανάλυσης για εμάς.

## 2.2. Ο κοινωνικός αποκλεισμός ως περιορισμένη πρόσβαση ή συμμετοχή

Στην έκθεση με τίτλο *Joint Report on Social Inclusion* (Κοινή Έκθεση για την Κοινωνική Ένταξη), η οποία αποτελεί ένα από τα σημαντικότερα στρατηγικά έγγραφα στην ιστορία της κοινωνικής πολιτικής της Ευρωπαϊκής Ένωσης, ο κοινωνικός αποκλεισμός ορίστηκε ως εξής:

*Ο κοινωνικός αποκλεισμός είναι μια διαδικασία κατά την οποία ορισμένα άτομα ωθούνται στο περιθώριο της κοινωνίας και εμποδίζονται να συμμετάσχουν πλήρως λόγω της φτώχειας τους, ή της έλλειψης βασικών ικανοτήτων και ευκαιριών διά βίου μάθησης, ή ως αποτέλεσμα διακρίσεων. Αυτό τους απομακρύνει από ευκαιρίες απασχόλησης, εισοδήματος και εκπαίδευσης, καθώς και από κοινωνικά και κοινοτικά δίκτυα και δραστηριότητες. Έχουν ελάχιστη πρόσβαση στην εξουσία και στα όργανα λήψης αποφάσεων και έτσι συχνά αισθάνονται ανίσχυροι και ανίκανοι να αναλάβουν τον έλεγχο των αποφάσεων που επηρεάζουν την καθημερινή τους ζωή.*

(European Commission, 2004, σ. 10).

Στην επιστημονική βιβλιογραφία συναντά κανείς πολλές διαφορετικές προσεγγίσεις για τον ορισμό του κοινωνικού αποκλεισμού. Μια πολύτιμη συστηματοποίησή τους έγινε, μεταξύ άλλων, από την Jolanta Grotowska-Leder (Grotowska-Leder, 2005). Η συγγραφέας επισημαίνει ότι η έννοια του κοινωνικού αποκλεισμού άρχισε να αποκτά ευρύτερη διάδοση κατά τη δεκαετία του 1960, όταν έπαψε να ταυτίζεται αποκλειστικά με ένα πολιτικό ή οικονομικό φαινόμενο και άρχισε να προσεγγίζεται κυρίως ως κοινωνιολογικό ζήτημα, δηλαδή ως διαδικασία αποδυνάμωσης ή διάρρηξης

των κοινωνικών δεσμών. Ανάμεσα στις θεωρητικές προσεγγίσεις που παραθέτει συγκαταλέγονται, μεταξύ άλλων:

- συγκρουσιακές προσεγγίσεις της άνισης κατανομής (πόρων / προνομίων – ευρύτερα: η σκέψη των M. Weber, F. Parkin, B. Jordan, R. Collins, R. Dahrendorf),
- πολιτισμικές θεωρίες σχετικά με τη ριζοβολία του ανθρώπου στην κοινωνική δομή· έννοιες της «ξενότητας» και της «παρουσίας» (ευρύτερα οι σκέψεις των E. Durkheim, G. Simmel, R. Park και E. Stonequist).

Η Grotowska-Leder προσθέτει επίσης τα επιτεύγματα του M. Foucault στη λίστα των θεωρητικών πηγών. Ακολουθώντας τον Szacki, χαρακτηρίζει ουσιαστικά τη σκέψη του. Σημειώνει ότι, σύμφωνα με τον Φουκώ, σε κάθε κοινωνία υπάρχουν περιθώρια, και επομένως στο κοινωνικό πεδίο θα υπάρχουν πάντα αποκλεισμοί. Μεταξύ των συστημάτων αποκλεισμού που παραθέτει βασιζόμενη σε αυτόν, περιλαμβάνονται:

- αποκλεισμός από την εργασία και την οικονομική παραγωγή,
- αποκλεισμός από τη διαδικασία της αναπαραγωγής,
- αποκλεισμός από την παραγωγή συμβόλων (από τον λόγο / discourse),
- αποκλεισμός από την παιγνιώδη δραστηριότητα (ludic activity).

Είναι σημαντικό ότι ένα δεδομένο άτομο μπορεί να βιώσει ένα μόνο ή πολλαπλά συστήματα αποκλεισμού ταυτόχρονα. Η Grotowska-Leder τονίζει επιπλέον ότι οφείλουμε στον Φουκώ τη θέση ότι ο αποκλεισμός πρέπει να θεωρείται ως ένα καθολικό φαινόμενο που παρουσιάζει διαβαθμίσεις.

Εκτός από τη θεωρητική εισαγωγή, η συγγραφέας κάνει επίσης μια πολύ πολύτιμη ανάλυση των ορισμών του κοινωνικού αποκλεισμού. Διακρίνει τρεις βασικές κατηγορίες:

- αναλυτικοί – χαρακτηριστικά του φαινομένου και των μηχανισμών πίσω από αυτό· αναφορά σε αίτια και εκδηλώσεις,
- λειτουργικοί (working) – επιχειρησιακή εφαρμογή (operationalization) του αποκλεισμού για τη διεξαγωγή έρευνας,

- επίσημοι – αναφέρονται σε διάφορους τύπους εγγράφων, π.χ. πολιτικές.

Από την οπτική γωνία αυτού του έργου, θεωρήσαμε ως σημαντικότερη τη συνοπτική περιγραφή των δύο πρώτων τύπων, ενώ ένα παράδειγμα του τρίτου δόθηκε στην αρχή αυτού του υποκεφαλαίου.

Σύμφωνα με την Grotowska-Leder, οι αναλυτικοί ορισμοί μπορούν να χωριστούν σε

- συμμετοχικούς – δίνοντας έμφαση στο νήμα της (περιορισμένης) συμμετοχής ατόμων και ομάδων σε σημαντικούς τομείς της κοινωνικής ζωής (κυρίως πολιτικό, οικονομικό, κοινωνικό) ή σε μεμονωμένες καταστάσεις όπου οι συστημικοί φραγμοί ή τα ατομικά ελλείμματα αποτελούν εμπόδιο,
- διανεμητικούς – σχετίζονται με την (περιορισμένη) πρόσβαση σε υπηρεσίες και πόρους (κυρίως στην αγορά εργασίας, την εκπαίδευση, την υγειονομική περίθαλψη, τα κοινωνικά επιδόματα και προνοιακά οφέλη, καθώς και την κατανάλωση).

Μεταξύ των ορισμών που συγκεκριμενοποιούν την προσέγγιση του αποκλεισμού για τους σκοπούς της επιστημονικής έρευνας, η συγγραφέας χαρακτηρίζει επίσης δύο κύριες προσεγγίσεις:

- απομάκρυνση από μια ολιστική προσέγγιση του αποκλεισμού προς όφελος της ανάλυσης συγκεκριμένων πτυχών ή ομάδων που διατρέχουν κίνδυνο (π.χ. άτομα σε κατάσταση αστεγίας, άτομα με αναπηρία),
- επικέντρωση στην πτυχή της συμμετοχής (λαμβάνοντας υπόψη δείκτες όπως π.χ. η δραστηριότητα στην αγορά εργασίας, η συμμετοχή στην κοινωνική ζωή).

Μεταξύ των πιο διαδεδομένων εννοιών για τα αίτια και τους μηχανισμούς του κοινωνικού αποκλεισμού, τις οποίες θεωρήσαμε επίσης σημαντικές στο πλαίσιο της ερευνητικής δραστηριότητας στο έργο WOMEN interACT, η Grotowska-Leder παραθέτει τις προσεγγίσεις των Hilary Silver και Ruth Levitas.

Η Silver τονίζει στην ανάλυσή της ότι ο κοινωνικός αποκλεισμός δεν είναι ένα ενιαίο φαινόμενο, και έτσι είναι δύσκολο να οριστεί μονοσήμαντα (Silver, 1994). Αναφέρεται, μεταξύ άλλων, σε οικονομικές, πολιτικές ή

πολιτισμικές διαστάσεις. Σημειώνει ότι ο τρόπος με τον οποίο γίνεται κατανοητός συνδέεται σε μεγάλο βαθμό με την τοπική κουλτούρα (κυρίως την πολιτική) και τον κυρίαρχο τρόπο σκέψης. Θεωρεί αυτή την πτυχή ιδιαίτερα σημαντική στο πλαίσιο του σχεδιασμού στρατηγικών ένταξης (συμπερίληψης).

Η συγγραφέας επισημαίνει ότι ο κοινωνικός αποκλεισμός μπορεί να αποτυπωθεί μέσα σε τρία εννοιολογικά μοντέλα (παραδείγματα):

- αλληλεγγύη (με ρίζες στη γαλλική ρεπουμπλικανική παράδοση.) – ένα ιδιαίτερο χαρακτηριστικό ενός ατόμου ως απειλή για την κουλτούρα/ταυτότητα της ομάδας· ο αποκλεισμός ως διάρρηξη του δεσμού μεταξύ του ατόμου και της κοινωνίας (*lien social*),
- εξειδίκευση (με ρίζες στον αγγλοαμερικανικό φιλελευθερισμό) – η κοινωνία ως δίκτυο ανταλλαγής· η διαφοροποίηση της κοινωνίας (π.χ. στην οικονομική διάσταση) οδηγεί στον αποκλεισμό που νοείται ως έλλειψη ή περιορισμένες δυνατότητες συμμετοχής στην ανταλλαγή (διακρίσεις),
- μονοπώλιο (με ρίζες στη σοσιαλδημοκρατία) – ο αποκλεισμός ως αποτέλεσμα του μονοπωλίου πρόσβασης σε πόρους (π.χ. υλικά, πολιτιστικά αγαθά) από προνομιούχες ομάδες· δημιουργία φραγμών για την προστασία των «ιδίων συμφερόντων».

Με τη σειρά της, η Ruth Levitas (αναφέρεται βάσει του: Grotowska-Leder, 2005) διακρίνει τρεις έννοιες για τα αίτια του κοινωνικού αποκλεισμού:

- αναδιανεμητική προσέγγιση (ο αποκλεισμός ως συνέπεια της φτώχειας· έλλειψη επαρκών πόρων για πλήρη συμμετοχή σε δραστηριότητες τυπικές για την κοινότητα· ένταξη μέσω της αύξησης των επιδομάτων),
- επανενταξιακή προσέγγιση (ο αποκλεισμός ως συνέπεια του να μένει κανείς σε μια κατάσταση χωρίς τη δυνατότητα απόκτησης μέσων διαβίωσης· ένταξη μέσω της αύξησης του αριθμού των θέσεων εργασίας και της επαγγελματικής ενεργοποίησης των αποκλεισμένων ατόμων),
- ηθικολογική προσέγγιση (ο αποκλεισμός ως συνέπεια της ανθρώπινης συμπεριφοράς· μαθημένη αδυναμία και εξάρτηση από προγράμματα βοήθειας που αναπαράγονται σε επόμενες γενιές

των κατώτερων κοινωνικών στρωμάτων [underclass]· ένταξη μέσω της ενίσχυσης της αυτενέργειας και της ανεξαρτησίας των αποκλεισμένων ατόμων).

Μια εκτενής ανασκόπηση ζητημάτων που σχετίζονται με τον κοινωνικό αποκλεισμό, τόσο θεωρητικών όσο και πρακτικών, έγινε επίσης στη μονογραφία με τίτλο *Διάφοροι τομείς κοινωνικού αποκλεισμού στην Πολωνία* (Becker-Pestka συν., 2017).

Στην έκδοση που χωρίζεται σε 3 κύρια θεματικά νήματα, οι συγγραφείς τοποθέτησαν διαδοχικά: μια ανάλυση των διαδικασιών κοινωνικού αποκλεισμού στην Πολωνία (με φόντο τον ευρωπαϊκό ορίζοντα), μια ανασκόπηση των κοινωνιολογικών θεωριών και προσεγγίσεων στο ζήτημα, καθώς και πρακτικά παραδείγματα υποστήριξης που παρέχεται σε άτομα που διατρέχουν κίνδυνο αποκλεισμού. Μέσα στο πλήθος των προσεγγίσεων που παρέθεσαν, θεωρήσαμε ιδιαίτερα σημαντικό από την οπτική γωνία αυτού του έργου να επιστήσουμε την προσοχή στις διαφορές μεταξύ επιστημονικών και καθομιλουμένων προσεγγίσεων.

*Σε καθημερινούς όρους, η έννοια του κοινωνικού αποκλεισμού μερικές φορές ταυτίζεται με, μεταξύ άλλων, τις διακρίσεις, τη φτώχεια ή τις κοινωνικές ανισότητες. Δεν είναι σπάνιο να δίνεται και ως συνώνυμο της περιθωριοποίησης. Ωστόσο, αυτό δεν αντικατοπτρίζεται στο θεωρητικό πεδίο, σύμφωνα με το οποίο αυτά τα φαινόμενα διαφέρουν στο επίπεδο της έντασης. Ενώ η περιθωριοποίηση αναφέρεται στον περιορισμό της συμμετοχής ατόμων ή ομάδων στους βασικούς θεσμούς μιας δεδομένης δημόσιας τάξης ή στην οριακή συμμετοχή σε σημαντικές πτυχές της κοινωνικής ζωής, ο κοινωνικός αποκλεισμός απορρέει άμεσα από τον βαθμό έντασης αυτού του φαινομένου.*

(Łojko, 2017, σ. 9)

Παρά το πλήθος των θεωρητικών προσεγγίσεων για τον κοινωνικό αποκλεισμό, θα πρέπει να σημειωθεί ότι στις περισσότερες από αυτές αναφέρεται ως διαδικασία. Η Majka Łojko, συγγραφέας ενός από τα κεφάλαια της αναφερόμενης έκδοσης, συνθέτει τα υπόλοιπα νήματα που επανέρχονται σε επόμενους ορισμούς.

*Οι παρουσιαζόμενες προσεγγίσεις για τον αποκλεισμό τονίζουν το πρόβλημα του περιορισμού και συχνά επίσης της αποξένωσης από την κοινωνική και θεσμική ζωή ατόμων ή κοινωνικών ομάδων. Στους περισσότερους ορισμούς, ο κοινωνικός αποκλεισμός εξετάζεται με όρους αδυναμίας συμμετοχής σε σημαντικές πτυχές της κοινωνικοοικονομικής και πολιτικο-πολιτισμικής ζωής μιας δεδομένης κοινωνίας, η οποία δεν είναι αποτέλεσμα ατομικής επιλογής του προσώπου αλλά των εμποδίων που αντιμετωπίζει.*

(Łojko, 2017, σ. 11)

### **2.3. Η συμμετοχή ως αντίδοτο στον κοινωνικό αποκλεισμό**

Οι έννοιες του κοινωνικού αποκλεισμού και της συμμετοχής αλληλοσυμπληρώνονται: η έλλειψη συμμετοχής μπορεί να σημαίνει αποκλεισμό. Εξετάσαμε ερευνητικές προοπτικές που μας επέτρεψαν να αναλύσουμε τα νήματα της συμμετοχής στο έργο ανθρώπων που δήλωσαν συμμετοχή όντας σε κίνδυνο κοινωνικού αποκλεισμού. Αναρωτηθήκαμε τι τους παρακινεί, ποιοι είναι οι λόγοι για την απόφασή τους να ενταχθούν σε αυτό το εγχείρημα.

Μία από τις θεωρίες που επιχειρούν να ερμηνεύσουν το ζήτημα του κινήτρου για την υιοθέτηση και εφαρμογή της αλλαγής είναι η θεωρία του αυτοκαθορισμού (self-determination theory) των Edward Deci και Richard Ryan (1985, 2000). Πρόκειται για μία από τις σημαντικότερες σύγχρονες θεωρίες κινήτρων, η οποία εστιάζει στους ενδογενείς μηχανισμούς της ανθρώπινης κινητοποίησης, καθώς και στις κοινωνικο-περιβαλλοντικές συνθήκες που ενισχύουν ή υπονομεύουν την ψυχολογική ανάπτυξη, τη δέσμευση και την ευημερία.

Σύμφωνα με τη θεωρία, τα άτομα παρουσιάζουν υψηλότερα επίπεδα ενδογενούς κινήτρου και μεγαλύτερη δέσμευση όταν ικανοποιούνται τρεις βασικές ψυχολογικές ανάγκες:

- αυτονομία – η αίσθηση ότι το άτομο έχει έλεγχο και επηρεάζει τις δικές του πράξεις και αποφάσεις,

- ικανότητα – η αίσθηση ότι το άτομο διαθέτει επάρκεια και αποτελεσματικότητα στην εκτέλεση των καθηκόντων του,
- συσχέτιση / συνδεσιμότητα (relatedness) – η αίσθηση ότι το άτομο αναπτύσσει θετικές, υποστηρικτικές σχέσεις με άλλους ανθρώπους

Στο πλαίσιο του ζητήματος του αποκλεισμού, δηλαδή του τρόπου με τον οποίο η συμπερίληψη σε διαδικασίες αυτενέργειας μπορεί να συμβάλει στην ανατροπή αυτής της εμπειρίας, εξετάσαμε ειδικότερα τέσσερις ομάδες θεωρητικών εννοιών που συγκροτούν ένα αναλυτικό πλαίσιο, και συγκεκριμένα:

- την κλίμακα συμμετοχής της Arnstein (Arnstein's ladder of participation, 1969),
- τη θεωρία της ενδυνάμωσης και αποκατάστασης της αυτενέργειας (empowerment theory – Rappaport, 1981, 1987),
- έννοιες που σχετίζονται με τη δημιουργία κοινωνικού κεφαλαίου (Putnam, 2000· Bourdieu, 1986),
- την κυρίαρχη λογική των υπηρεσιών (service-dominant logic – Vargo & Lusch, 2014), με έμφαση στη συν-δημιουργία αξίας από άτομα που βιώνουν αποκλεισμό.

Και οι τέσσερις ομάδες επισημαίνουν το ίδιο θεμελιώδες πρόβλημα του αποκλεισμού: δεν πρόκειται μόνο για έλλειψη υλικών πόρων, αλλά για έλλειψη αυτενέργειας, αναγνώρισης και συμμετοχής στις διαδικασίες που διαμορφώνουν τις συνθήκες διαβίωσης. Η συμμετοχή, επομένως, δεν είναι μια προσθήκη στις δραστηριότητες κατά του αποκλεισμού, αλλά ο πυρήνας τους.

Η κλίμακα συμμετοχής της Sherry Arnstein (Arnstein, 1969) αποτελεί άμεση απάντηση στην παρατήρηση ότι τα κοινωνικά προγράμματα συχνά εμπλέκουν μόνο φαινομενικά τις αποκλεισμένες ομάδες, προκειμένου να νομιμοποιήσουν αποφάσεις που έχουν ήδη ουσιαστικά ληφθεί. Η τυπολογία των οκτώ βαθμίδων που προτείνει παρουσιάζει τα διαφορετικά επίπεδα συμμετοχής των πολιτών στις διαδικασίες λήψης αποφάσεων: από την έλλειψη επιρροής (χειραγώγηση) έως την πλήρη εξουσία (έλεγχος από τους πολίτες).

Η κλίμακα διαρθρώνεται σε τρεις κύριες κατηγορίες:

- «μη συμμετοχή» (nonparticipation),
- συμβολική ή προσχηματική συμμετοχή (tokenism),
- εξουσία των πολιτών (citizen power). (Arnstein, 1969).

Τις δύο χαμηλότερες βαθμίδες – τη χειραγώγηση και τη θεραπεία – η Arnstein τις ορίζει ως «μη συμμετοχή». Οι μεσαίες τρεις βαθμίδες (ενημέρωση, διαβούλευση, καθυσυχασμός) συγκροτούν την προσχηματική συμμετοχή (tokenism): οι αποκλεισμένες ομάδες διαθέτουν φωνή, αλλά δεν έχουν πραγματική επιρροή στις αποφάσεις. Μια ουσιαστική μετατόπιση στη θέση των αποκλεισμένων ομάδων επιτυγχάνεται μόνο στις ανώτερες βαθμίδες της κλίμακας, δηλαδή στην εταιρική σχέση, στην εκχωρημένη εξουσία και στον πλήρη έλεγχο από τους πολίτες.

Στο πλαίσιο του συμμετοχικού θεάτρου, η κλίμακα μπορεί να επιτελέσει διττή λειτουργία. Πρώτον, λειτουργεί ως διαγνωστικό εργαλείο, καθώς επιτρέπει τον προσδιορισμό του επιπέδου στο οποίο οι συμμετέχοντες από αποκλεισμένα περιβάλλοντα εμπλέκονται πραγματικά: είτε καλούνται απλώς να αφηγηθούν την ιστορία τους, η οποία στη συνέχεια επεξεργάζεται από τους διοργανωτές σύμφωνα με το δικό τους καλλιτεχνικό όραμα (tokenism), είτε συμμετέχουν με πραγματική επιρροή στη μορφή, το περιεχόμενο και το νόημα της παράστασης.

Δεύτερον, η κλίμακα μπορεί να λειτουργήσει ως εργαλείο σχεδιασμού, όταν η συνειδητή επιδίωξη υψηλότερων βαθμίδων συμμετοχής μετατρέπεται σε κριτήριο και μέτρο φιλοδοξίας για την ουσιαστική ένταξη των συμμετεχόντων στο καλλιτεχνικό έργο.

Ο Julian Rappaport (1981, 1987), ως εισηγητής της θεωρίας της αποκατάστασης της αυτενέργειας («ενδυνάμωση» / empowerment), την όρισε ως μια διαδικασία μέσω της οποίας άτομα, ομάδες και κοινότητες αποκτούν έλεγχο πάνω στη δική τους ζωή. Η θεωρία αυτή είναι άμεσα συνδεδεμένη με το ζήτημα του αποκλεισμού, καθώς εκκινεί από τη διάγνωση της αίσθησης αδυναμίας (powerlessness) ως κεντρικού μηχανισμού περιθωριοποίησης. Ο Rappaport διακρίνει τρία αλληλοεπισχυσόμενα επίπεδα ενδυνάμωσης:

- ατομικό επίπεδο (αφορά τον μετασχηματισμό της υποκειμενικής αίσθησης αυτενέργειας, όταν το αποκλεισμένο άτομο αναγνωρίζει ότι οι πράξεις του έχουν νόημα και συνέπειες),
- ομαδικό επίπεδο (η ενδυνάμωση πραγματοποιείται μέσω συλλογικής δράσης και της συγκρότησης κοινής ταυτότητας· τα αποκλεισμένα άτομα αναγνωρίζουν την εμπειρία τους ως κοινή και όχι μόνο ως ατομική),
- δομικό επίπεδο (αφορά την αλλαγή των θεσμικών και συστημικών συνθηκών που αναπαράγουν την περιθωριοποίηση ή, ευρύτερα, τον αποκλεισμό).

Για το συμμετοχικό θέατρο, αυτή η δομή τριών επιπέδων είναι εξαιρετικά γόνιμη. Ο θεατρικός χώρος μπορεί να λειτουργήσει ως ένα περιβάλλον στο οποίο ενεργοποιούνται παράλληλα και τα τρία επίπεδα ενδυνάμωσης: το συμμετέχον πρόσωπο ασκεί την αυτενέργειά του στο πλαίσιο της δημιουργικής διαδικασίας (ατομικό επίπεδο), αναγνωρίζει την κοινότητα των εμπειριών με άλλους συμμετέχοντες (ομαδικό επίπεδο) και το ίδιο το έργο γίνεται μια φωνή που κατευθύνεται προς θεσμούς και φορείς λήψης αποφάσεων (δομικό επίπεδο). Όλα αυτά έχουν πιθανότητα να συμβούν εάν η αποκατάσταση της αυτενέργειας αποτελεί πραγματικό αποτέλεσμα της δράσης και όχι απλώς μια διακηρυγμένη πρόθεση – τα συμμετέχοντα άτομα (σε κίνδυνο κοινωνικού αποκλεισμού) πρέπει να ορίσουν τα ίδια τις ανάγκες τους.

Οι Robert Putnam (2000) και Pierre Bourdieu (1986) περιγράφουν έναν συναφή μηχανισμό: ο κοινωνικός αποκλεισμός συνιστά σε μεγάλο βαθμό αποκλεισμό από δίκτυα σχέσεων, πόρων και αναγνώρισης. Ο αποκλεισμός συχνά συνεπάγεται ένα πλεόνασμα κοινωνικού κεφαλαίου συσπείρωσης (bonding capital) και ένα έλλειμμα κοινωνικού κεφαλαίου γεφύρωσης (bridging capital): οι αποκλεισμένες ομάδες χαρακτηρίζονται από υψηλή εσωτερική συνοχή, ενώ ταυτόχρονα παραμένουν αποκομμένες από δίκτυα που παρέχουν πρόσβαση σε πόρους, θεσμούς και διαδικασίες λήψης αποφάσεων.

Ο Bourdieu προσθέτει σε αυτή την ανάλυση μια συμβολική διάσταση: το πολιτισμικό και το συμβολικό κεφάλαιο καθορίζουν ποιες πρακτικές, γλώσσες και μορφές έκφρασης αναγνωρίζονται ως πολύτιμες και νομιμοποιημένες μέσα σε ένα συγκεκριμένο κοινωνικό πεδίο. Υπό αυτό το

πρίσμα, το συμμετοχικό θέατρο μπορεί να λειτουργήσει ως χώρος συνάντησης διαφορετικών κοινωνικών ομάδων, παράγοντας γεφυρωτικό κοινωνικό κεφάλαιο (bridging social capital), καθώς δημιουργεί δεσμούς μεταξύ ανθρώπων που, υπό κανονικές συνθήκες, δεν θα έρχονταν σε επαφή.

Οι Vargo και Lusch (2014) προτείνουν μια θεμελιώδη μετατόπιση στην κατανόηση της αξίας: από την αξία που είναι ενσωματωμένη σε ένα προϊόν στην αξία που συνδημιουργείται στη διαδικασία χρήσης. Στη λογική των υπηρεσιών, κάθε συμμετέχων αποτελεί μια εν δυνάμει οντότητα που φέρει γνώση, δεξιότητες και εμπειρία στη διαδικασία δημιουργίας αξίας. Ο συνδυασμός αυτής της οπτικής με το πρόβλημα του αποκλεισμού αναδεικνύει έναν μηχανισμό στον οποίο τα παραδοσιακά μοντέλα κοινωνικής πρόνοιας και πολιτιστικών δραστηριοτήτων αντιμετωπίζουν τα αποκλεισμένα άτομα ως αποδέκτες (ωφελομένους). Αντίθετα, σύμφωνα με την Κυρίαρχη Λογική των Υπηρεσιών (Service-Dominant Logic – SDL), το σχήμα αυτό αντιστρέφεται: η εμπειρία του αποκλεισμού αποτελεί έναν πόρο τον οποίο δεν διαθέτουν ούτε οι θεσμοί ούτε οι άνθρωποι «στην άλλη πλευρά». Ένας αποκλεισμένος συμμετέχων σε ένα συμμετοχικό θέατρο φέρει πόρους που δεν είναι διαθέσιμοι σε κανέναν άλλον. Μέσα από μια τέτοια μετατόπιση (εφόσον τα συμμετέχοντα άτομα συν-δημιουργούν το εγχείρημα), η αξία του έργου μπορεί να οριστεί από τα ίδια τα άτομα. Τότε, η διαχείριση του έργου μετατρέπεται σε διαχείριση της διαδικασίας συν-δημιουργίας, και η αξιολόγηση πρέπει να λαμβάνει υπόψη την αξία που δημιουργείται από τα ίδια τα συμμετέχοντα άτομα και όχι μόνο την αξία που «παρέχεται» σε αυτά από έναν δεδομένο θεσμό.

## 2.4. Κοινωνική αλλαγή ως αποτέλεσμα μιας διαδικασίας 3 σταδίων

Στη μορφογενετική προσέγγιση της Margaret Archer (1996, 2019), η κοινωνική αλλαγή νοείται ως το αποτέλεσμα μιας διαδοχικής διαδικασίας στην οποία οι κοινωνικές δομές και οι ανθρώπινες ενέργειες παραμένουν αναλυτικά διακριτές, αν και αλληλεπιδρούν μεταξύ τους.

Η κοινωνική αλλαγή συμβαίνει σε έναν μορφογενετικό κύκλο, ο οποίος αποτελείται από τρεις φάσεις:

- T1 Δομικός προσδιορισμός (Structural conditioning): δηλαδή οι υπάρχουσες δομές και οι θεσμοί καθορίζουν το πλαίσιο δράσης, δημιουργώντας ευκαιρίες για ορισμένους δρώντες, ενώ επιβάλλουν περιορισμούς σε άλλους.
- T2-T3 Κοινωνική αλληλεπίδραση (Social interaction): εντός της οποίας οι δρώντες, εξοπλισμένοι με αναστοχαστικότητα, αναλαμβάνουν δράσεις ως απάντηση στις υπάρχουσες συνθήκες, διαπραγματεύονται, αναπαράγοντας ή αμφισβητώντας την υπάρχουσα τάξη πραγμάτων.
- T4 Μορφογένεση ή μορφόσταση (Morphogenesis or morphostasis): όπου το αποτέλεσμα της αλληλεπίδρασης είναι είτε η δομική αλλαγή (μορφογένεση) είτε η αναπαραγωγή των υπαρχουσών ρυθμίσεων (μορφόσταση).



Εικ. 1. Η μορφογενετική προσέγγιση της Margaret Archer (στο πλαίσιο του συμμετοχικού θεάτρου). Επεξεργασία από τις συγγραφείς του Μέρους Ι, βασισμένη στο: Margaret S. Archer, *Kultura i sprawczość*, Narodowe Centrum Kultury, 2019.

Επίπεδα:

- T1 (εισορή) – κοινωνικές συνθήκες γύρω από την εμπειρία του αποκλεισμού.
- T2-T3 (θέατρο) – ένα εργαλείο συμμετοχής· η στιγμή των κοινωνικών αλληλεπιδράσεων.
- T4 (εκροή) – αποτελέσματα – η σταθερότητα της επανένταξης, δηλαδή μπορεί το θέατρο ως εργαλείο συμμετοχής να είναι ένα από τα αποτελεσματικά εργαλεία κοινωνικής αλλαγής;

Στις ερευνητικές μας αναλύσεις αναφερόμαστε εν μέρει και στη θεωρία του Kurt Lewin για τη διαχείριση της (οργανωσιακής) αλλαγής (1943, 1946, 1947), η οποία βασίζεται σε τρεις κύριους πυλώνες:

- τη δυναμική του πεδίου δυνάμεων (force field dynamics),
- το μοντέλο των τριών σταδίων,
- την έρευνα δράσης (action research).

Η δυναμική του πεδίου δυνάμεων αναφέρεται σε κοινωνικές καταστάσεις που νοούνται ως ένα πεδίο εντάσεων μεταξύ κινητήριων δυνάμεων, οι οποίες ωθούν προς την αλλαγή, και ανασταλτικών δυνάμεων, οι οποίες διατηρούν το status quo. Η ισορροπία μεταξύ αυτών των δυνάμεων συνιστά μια κατάσταση την οποία ο Lewin αποκαλεί οιοονεί σταθερή ισορροπία (quasi-stationary equilibrium).

Το μοντέλο των τριών σταδίων περιλαμβάνει διαδοχικά:

- το ξεπάγωμα / unfreezing (που συνίσταται στην αποσταθεροποίηση της υπάρχουσας κατάστασης ισορροπίας),
- την αλλαγή / change (φάση ενεργού αναζήτησης νέων συμπεριφορών, αξιών και τρόπων δράσης),
- το ξαναπάγωμα / refreezing (σταθεροποίηση της νέας κατάστασης).

Η έρευνα δράσης (action research) συνιστά ένα μοντέλο αλλαγής που βασίζεται σε μια σπειροειδή διαδικασία: σχεδιασμός – δράση – παρατήρηση – στοχασμός – επανασχεδιασμός. Η προσέγγιση του Lewin στηρίζεται στην αντίληψη ότι η κοινωνική αλλαγή αποτελεί ερευνητική διαδικασία: δεν μπορεί να σχεδιαστεί χωρίς την κατανόηση της δυναμικής του πεδίου μέσα στο οποίο λαμβάνει χώρα, ενώ η συμμετοχή των ίδιων των εμπλεκόμενων μερών δεν αποτελεί απλώς προσθήκη στη διαδικασία αλλαγής, αλλά αναγκαία προϋπόθεσή της.

### **3. Ανάλυση - η οπτική γωνία των διοργανωτών και των συμμετεχόντων**

#### **3.1 Μεθοδολογία της έρευνας**

Ο στόχος της έρευνας που διεξαγάγαμε στο πλαίσιο του έργου WOMEN interACT ήταν να προσδιορίσουμε τον αντίκτυπο των δραστηριοτήτων του συμμετοχικού θεάτρου στην ενεργοποίηση συμμετεχουσών ομάδων που διατρέχουν κίνδυνο κοινωνικού αποκλεισμού. Εφαρμόσαμε μια ερμηνευτική (interpretivist) ερευνητική προσέγγιση. Αυτή επέτρεψε την ανάλυση των δομικών συνθηκών στο πλαίσιο παραγόντων που αναφέρονται στο ζήτημα της ενεργοποίησης κοινωνικών ομάδων που διατρέχουν κίνδυνο αποκλεισμού. Το αντικείμενο της έρευνας ήταν το συμμετοχικό θέατρο ως εργαλείο δυναμικής κοινωνικής αλλαγής και ενεργοποίησης των υπό εξέταση ομάδων.

Μεταξύ των ερωτηθέντων διακρίναμε τις ακόλουθες ομάδες:

- συμμετέχουσες στη διαδικασία (άτομα που επιλέχθηκαν μέσω ανοιχτών προσκλήσεων [open calls] οι οποίες διεξήχθησαν ανεξάρτητα από τους 3 οργανισμούς που υλοποιούν το έργο WOMEN interACT: το Σύλλογο Društvo ZIZ από τη Σλοβενία, την AMKE Θεατρικού Πολιτισμού Restart Theater Athens από την Ελλάδα και το Σύλλογο Stowarzyszenie Kobietostan από την Πολωνία· ως ερευνήτριες δεν συμμετείχαμε στη διαμόρφωση των κριτηρίων σχετικά με την εμπειρία του αποκλεισμού για τους σκοπούς της στρατολόγησης [recruitment] των συμμετεχόντων

- στο έργο,
- διοργανωτές του έργου (εκπρόσωποι καθενός από τους τρεις προαναφερθέντες οργανισμούς, εμπυχωτές/συντονιστές των διαδικασιών του συμμετοχικού θεάτρου).

Παρουσιάζουμε για άλλη μια φορά τα τέσσερα ζητήματα που αποτέλεσαν το σημείο εκκίνησης για εμάς κατά τον σχεδιασμό και τη διεξαγωγή της έρευνας:

- επικοινωνία,
- κοινωνικός αποκλεισμός,
- συμμετοχή,
- κοινωνική αλλαγή.

Στην περίπτωση της ανάλυσης του ζητήματος της επικοινωνίας, η έρευνα βασίστηκε κυρίως στα επιτεύγματα του κονστρουκτιβισμού και στη Γενική Θεωρία της Επικοινωνίας του Michael Fleischer (Fleischer, 2007). Όσον αφορά τον κοινωνικό αποκλεισμό, αναφερθήκαμε σε επιλεγμένες κοινωνιολογικές προσεγγίσεις, συμπεριλαμβανομένων των έργων της Hilary Silver (1994) και της Ruth Levitas (1998).

- η θεωρία του αυτοκαθορισμού των Edward Deci και Richard Ryan (1985, 2000),
- η κλίμακα συμμετοχής της Sherry Arnstein (Arnstein, 1969),
- η θεωρία της ενδυνάμωσης / αποκατάστασης της αυτενέργειας (empowerment theory – Rappaport, 1981, 1987),
- έννοιες που σχετίζονται με τη δημιουργία κοινωνικού κεφαλαίου (Putnam, 2000· Bourdieu, 1986),
- η Κυρίαρχη Λογική των Υπηρεσιών (Service-Dominant Logic – Vargo & Lusch, 2014).

Το νήμα της κοινωνικής αλλαγής εντάχθηκε στη μορφογενετική προσέγγιση της Margaret Archer (2019), καθώς και στη θεωρία του Kurt Lewin για τη διαχείριση της αλλαγής (1943, 1946, 1947).

Στην έρευνα χρησιμοποιήσαμε τριγωνοποίηση δεδομένων (data triangulation) προκειμένου να διασφαλίσουμε μεγαλύτερη αξιοπιστία και

εγκυρότητα των αποτελεσμάτων:

- δευτερογενή έρευνα (desk research),
- έρευνα μέσω ομάδων εστίασης (focus group research): με τις συμμετέχουσες (στην αρχή και στο τέλος του έργου, χωρισμένες ανά οργανισμό),
- με τους διοργανωτές (στην αρχή και στο τέλος του έργου), εξωγενείς (μη συμμετοχικές) παρατηρήσεις των συμμετεχόντων κατά τη διάρκεια της γενικής δοκιμής (πρόβας τζενεράλε) ή των προετοιμασιών για την πρεμιέρα της παράστασης.

Στην περίπτωση της έρευνας μέσω ομάδων εστίασης, υιοθετήσαμε την αρχή της διεξαγωγής της στην αρχή και στο τέλος του έργου, γεγονός που μας έδωσε την ευκαιρία να παρατηρήσουμε πτυχές που αφορούν την πιθανή αλλαγή, σύμφωνα με τις ερευνητικές παραδοχές που είχαμε υιοθετήσει.

Χωρίσαμε την έρευνα των ομάδων εστίασης σε τέσσερα μέρη, σύμφωνα με τα ερευνητικά πεδία που προσδιορίσαμε. Αυτά τα πεδία δεν άλλαξαν ανάλογα με την ομάδα (διοργανωτές/συμμετέχουσες) ή τη στιγμή διεξαγωγής της έρευνας (αρχή/τέλος του έργου).

Για κάθε πεδίο αναπτύξαμε διαφορετικά ερευνητικά ερωτήματα, τα οποία αποτελούσαν το σημείο εκκίνησης για τη συζήτηση των ερωτηθέντων. Ως αποτέλεσμα, διαμορφώσαμε τέσσερα σενάρια έρευνας ομάδων εστίασης, τα οποία διέφεραν ανάλογα με:

- την ομάδα
  - συμμετέχουσες
  - διοργανωτές
- τη στιγμή της διεξαγωγής της έρευνας
  - αρχή του έργου
  - τέλος του έργου

## ΣΕΝΑΡΙΑ ΟΜΑΔΩΝ ΕΣΤΙΑΣΗΣ (FOCUS GROUPS) ΜΕ ΤΟΥΣ ΔΙΟΡΓΑΝΩΤΕΣ

ΑΡΧΗ ΤΟΥ ΕΡΓΟΥ	ΤΕΛΟΣ ΤΟΥ ΕΡΓΟΥ
<b>ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ</b>	
<p>Τι είναι η επικοινωνία και σε τι χρησιμεύει;</p> <p>Σε τι χρησιμεύει η επικοινωνία στο θέατρο;</p>	<p>Τι μορφές πήρε η επικοινωνία και ποιους στόχους πέτυχε σε αυτό το έργο;</p>
<b>ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΣ ΑΠΟΚΛΕΙΣΜΟΣ</b>	
<p>Τι πιστεύετε ότι είναι ο κοινωνικός αποκλεισμός; Ποιες είναι οι διαστάσεις του;</p> <p>Ποιες κοινωνικά αποκλεισμένες ομάδες συζητούνται συχνότερα στη χώρα σας; Αναφέρετε τρία παραδείγματα των πιο συχνά εμφανιζόμενων αποκλεισμών.</p> <p>Παρατηρείτε κάποιες κοινωνικά αποκλεισμένες ομάδες που παραλείπονται από αυτή τη συζήτηση; Γιατί πιστεύετε ότι συμβαίνει αυτό;</p> <p>Ποια είναι η εμπειρία σας στην εργασία με αποκλεισμένες ομάδες;</p>	<p>Μετά από αυτό το έργο, έχετε κάποιες νέες σκέψεις σχετικά με τον κοινωνικό αποκλεισμό; Ποιες είναι αυτές;</p> <p>Επηρέασε με κάποιον τρόπο τη δουλειά σας το νήμα των αποκλεισμών που βιώνουν οι Συμμετέχουσες; Πώς;</p> <p>Τι θεωρείτε σημαντικό όσον αφορά τη διαχείριση έργων που απευθύνονται σε ομάδες που διατρέχουν κίνδυνο αποκλεισμού;</p>

ΑΡΧΗ ΤΟΥ ΕΡΓΟΥ	ΤΕΛΟΣ ΤΟΥ ΕΡΓΟΥ
<b>ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ</b>	
<p>Με τι συνδέετε τη συμμετοχή;</p> <p>Γιατί συμμετοχικό θέατρο και όχι απλώς θέατρο;</p> <p>Πώς πιστεύετε ότι εξελίσσεται μια υποδειγματική/πρότυπη διαδικασία εργασίας με τη μέθοδο του συμμετοχικού θεάτρου;</p> <p>Τι αυξάνει και τι μειώνει τη δέσμευση/συμμετοχή στη διαδικασία εργασίας με τη μέθοδο του συμμετοχικού θεάτρου;</p>	<p>Πιστεύετε ότι η διαδικασία στην οποία ήσασταν συμμετέχοντες και εμπυχωτές είχε συμμετοχικό χαρακτήρα; Γιατί;</p> <p>Μετά από αυτό το έργο, έχετε κάποιες νέες σκέψεις για το συμμετοχικό θέατρο; Ποιες είναι αυτές;</p> <p>Το επίπεδο δέσμευσης των συμμετεχουσών αυξήθηκε ή μειώθηκε κατά τη διάρκεια της διαδικασίας; Συντονίσατε/κατευθύνατε αυτή τη δέσμευση με κάποιον τρόπο, και αν ναι, πώς;</p>
<b>ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΑΛΛΑΓΗ</b>	
<p>Μπορεί το συμμετοχικό θέατρο να αποτελέσει εργαλείο κοινωνικής αλλαγής; Γιατί;</p> <p>Όταν εργάζεστε με κοινωνικά αποκλεισμένες ομάδες, συζητάτε μαζί τους για την κατάστασή τους;</p> <p>Σχεδιάζετε μια αλλαγή αυτής της κατάστασης; Πώς;</p> <p>Υπάρχει περαιτέρω συνεργασία με</p>	<p>Ποιες αλλαγές παρατηρήσατε στις συμμετέχουσες (ατομικά και στην ομάδα) κατά τη διάρκεια της διαδικασίας;</p> <p>Κατά τη γνώμη σας, τι θα έπρεπε να συμβεί ώστε αυτή η αλλαγή να είναι μόνιμη;</p> <p>Πιστεύετε ότι αυτό το έργο μπορεί να αποτελέσει στοιχείο</p>

ΑΡΧΗ ΤΟΥ ΕΡΓΟΥ	ΤΕΛΟΣ ΤΟΥ ΕΡΓΟΥ
<p>αποκλεισμένα άτομα; Πραγματοποιείτε περαιτέρω δραστηριότητες που ενισχύουν την επιδιωκόμενη (αναμενόμενη) αλλαγή;</p>	<p>διαμόρφωσης μιας ευρύτερης κοινωνικής αλλαγής; Γιατί;</p>

Πίνακας 2. Σενάρια ομάδων εστίασης με τους διοργανωτές (στην αρχή και στο τέλος του έργου). Επιμέλεια από τους συγγραφείς του Μέρους Ι.

## ΣΕΝΑΡΙΑ ΟΜΑΔΩΝ ΕΣΤΙΑΣΗΣ (FOCUS GROUPS) ΜΕ ΤΙΣ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΣΕΣ

ΑΡΧΗ ΤΟΥ ΕΡΓΟΥ	ΤΕΛΟΣ ΤΟΥ ΕΡΓΟΥ
<b>ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ</b>	
<p>Τι πιστεύετε ότι είναι η επικοινωνία; Σε τι χρησιμεύει;</p> <p>Τι είναι η επικοινωνία στο ZIZ / Restart / Kobietostan; Τι σας προσφέρει, τι σας επιτρέπει;</p>	<p>Τι σημαίνει για εσάς η επικοινωνία μέσω του θεάτρου;</p> <p>Πιστεύετε ότι μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τους κανόνες της «επικοινωνίας μέσω του θεάτρου» στην καθημερινή ζωή; Με ποιόν τρόπο;</p>

<b>ΑΡΧΗ ΤΟΥ ΕΡΓΟΥ</b>	<b>ΤΕΛΟΣ ΤΟΥ ΕΡΓΟΥ</b>
-----------------------	------------------------

<b>ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΣ ΑΠΟΚΛΕΙΣΜΟΣ</b>	
-------------------------------	--

<p>Τι πιστεύετε ότι είναι ο κοινωνικός αποκλεισμός;</p> <p>Αισθάνεστε μερικές φορές αποκλεισμένες στην καθημερινή σας ζωή; Πότε; Γιατί;</p>	<p>Μετά από αυτή την εμπειρία, έχετε κάποιες νέες σκέψεις για τον κοινωνικό αποκλεισμό; Ποιες είναι αυτές;</p> <p>Από την αρχή της διαδικασίας μέχρι τώρα – νιώσατε την αίσθηση του ανήκειν στην ομάδα; Άλλαξε αυτό το συναίσθημα σε κάποια στιγμή;</p>
---	---

<b>ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ</b>	
------------------	--

<p>Αισθάνεστε στην καθημερινή σας ζωή ότι έχετε επιρροή σε κάτι; Αν ναι, σε τι;</p> <p>Αισθάνεστε ότι ανήκετε σε αυτή την ομάδα; Σε τι έχετε επιρροή εδώ;</p> <p>Υπάρχουν κανόνες που σας δεσμεύουν εδώ; Ποιος τους όρισε; Πώς επηρεάζουν τη λειτουργία σας;</p> <p>Πώς πάει η συνεργασία σας με τους εκπροσώπους των ZIZ / Restart / Kobietostan; Πώς θα περιγράφατε τον ρόλο τους; Για τι πράγμα είναι υπεύθυνοι;</p>	<p>Τι πιστεύετε ότι ήταν το πιο σημαντικό πράγμα κατά την προετοιμασία για την πρεμιέρα;</p> <p>Αισθανθήκατε ότι είχατε επιρροή σε αυτή τη διαδικασία; Με ποιον τρόπο;</p> <p>Πιστεύετε ότι αυτή η αίσθηση επιρροής θα αλλάξει τον τρόπο που ενεργείτε στην καθημερινή ζωή; Έχετε παρατηρήσει αν κάποια άτομα στην ομάδα άρχισαν να αναλαμβάνουν συγκεκριμένους ρόλους (για παράδειγμα: ηγέτες);</p> <p>Θα θέλατε να συμμετάσχετε ξανά σε ένα τέτοιο έργο; Γιατί;</p>
---	---

<p>Κατά τη γνώμη σας, ποιο είναι το πιο σημαντικό πράγμα κατά τη διάρκεια των δοκιμών (προβών); Πώς αισθάνεστε εδώ; Ποιες συνθήκες πρέπει να πληρούνται ώστε να αισθάνεστε σημαντικό μέρος αυτής της ομάδας;</p> <p>Αν συγκρίνετε αυτή την εμπειρία με προηγούμενες δικές σας, υπάρχει κάτι ξεχωριστό σε αυτήν; Τι την κάνει να ξεχωρίζει;</p>	
<b>ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΑΛΛΑΓΗ</b>	
<p>Πιστεύετε ότι η συμμετοχή σε αυτό το έργο θα επηρεάσει το μέλλον σας; Τι θα μπορούσε να αλλάξει;</p> <p>Σας έχει ήδη επηρεάσει η συμμετοχή στο έργο; Πώς; Παρατηρείτε κάποια οφέλη ήδη από τώρα;</p> <p>Τι θα έπρεπε να συμβεί, ποιες συνθήκες θα έπρεπε να πληρούνται, για να διατηρηθούν οι θετικές αλλαγές μετά το τέλος του έργου;</p>	<p>Αισθάνεστε ότι αυτό το έργο σας έχει αλλάξει με κάποιον τρόπο; Αν ναι, με ποιον τρόπο;</p> <p>Πιστεύετε ότι αυτή η αλλαγή θα μείνει μαζί σας για μεγαλύτερο διάστημα; Τι θα μπορούσε να βοηθήσει στη διατήρησή της;</p>

Πίνακας 3. Σενάρια ομάδων εστίασης με τις συμμετέχουσες (στην αρχή και στο τέλος του έργου). Επιμέλεια από τους συγγραφείς του Μέρους Ι.

Βασίσαμε τις φανερές παρατηρήσεις σε δύο πεδία: την επικοινωνία και τη συμμετοχή (λόγω της αδυναμίας να αναλυθούν ο κοινωνικός αποκλεισμός και η κοινωνική αλλαγή κατά τη διάρκεια της παρατήρησης). Η έρευνα παρατήρησης αφορούσε αποκλειστικά τις συμμετέχουσες (επίσης στο πλαίσιο της σχέσης τους με τους διοργανωτές). Κατά τη διάρκεια της παρατήρησης (πριν από την παράσταση της πρεμιέρας σε καθεμία από τις τρεις χώρες) καταγράψαμε συστηματικά συμπεριφορές και αλληλεπιδράσεις. Κατά την ανάλυση των αποτελεσμάτων, χρησιμοποιήσαμε αφηγηματική ανάλυση (narrative analysis), η οποία επέτρεψε την ερμηνεία της αλληλουχίας των γεγονότων που παρατηρήσαμε.

### **ΣΕΝΑΡΙΟ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗΣ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΣΩΝ - ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΑ ΕΡΩΤΗΜΑΤΑ**

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ	ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ
Με ποιον τρόπο επικοινωνούν οι συμμετέχουσες μεταξύ τους;	Είναι οι συμμετέχουσες ενεργές στην υλοποίηση του έργου;
Πώς εξελίσσεται αυτή η επικοινωνία;	Σε ποιο βαθμό;
Προκύπτουν συγκρούσεις;	Ποιες είναι οι εκδηλώσεις αυτής της ενεργούς συμμετοχής;
Κυριαρχεί η εντύπωση της αμοιβαίας κατανόησης;	Με ποιον τρόπο συμπεριφέρονται η μία προς την άλλη;
Ποιες είναι οι εκδηλώσεις της λεκτικής και της μη λεκτικής επικοινωνίας;	Δείχνουν ότι ανήκουν στην ομάδα; Νοιάζονται για τα άλλα άτομα στην ομάδα;
Με ποιον τρόπο επικοινωνούν οι συμμετέχουσες με τους διοργανωτές;	Αναδύονται διακριτοί ρόλοι (team roles) στις ομάδες;

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ	ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ
<p>Επικρατεί η επικοινωνία στο πλαίσιο όλης της ομάδας ή σε υποομάδες/ατομικά;</p> <p>Αναλαμβάνει κάποιο άτομο αντιπροσωπευτικούς ρόλους;</p>	

Πίνακας 4. Σενάρια παρατήρησης συμμετεχουσών. Επιμέλεια από τους συγγραφείς του Μέρους Ι.

## 3.2 Έρευνα μέσω ομάδων εστίασης

### Η οπτική γωνία των διοργανωτριών στην αρχή του έργου

Στην έρευνα μέσω ομάδων εστίασης, την οποία διεξαγάγαμε στις 10 Ιανουαρίου 2025, συμμετείχαν διμελείς και τριμελείς αντιπροσωπεΐες των τριών συνεργαζόμενων οργανισμών:

- Društvo ZIZ από τη Σλοβενία
- Restart Theatre Athens από την Ελλάδα,
- Stowarzyszenie Kobietostan από την Πολωνία.

Η έρευνα πραγματοποιήθηκε στα αγγλικά, χρησιμοποιώντας ένα ερευνητικό σενάριο το οποίο αποτελούνταν συνολικά από 14 ερωτήσεις ή προτάσεις, χωρισμένες σε τέσσερα κύρια θεματικά νήματα: επικοινωνία, κοινωνικός αποκλεισμός, συμμετοχή και κοινωνική αλλαγή. Οι τοποθετήσεις των ατόμων που έλαβαν μέρος στην έρευνα απομαγνητοφωνήθηκαν και στη συνέχεια υποβλήθηκαν σε ποιοτική ανάλυση και συνοπτική περιγραφή, την οποία παρουσιάζουμε παρακάτω.

## Μέρος I: Επικοινωνία

Τι είναι η επικοινωνία και σε τι χρησιμεύει;  
Σε τι χρησιμεύει η επικοινωνία στο θέατρο;

### Ομάδα 1 – Restart Theater Athens

Οι εκπρόσωποι αυτού του θεατρικού οργανισμού ταύτισαν διαισθητικά το νήμα της επικοινωνίας με την επικοινωνία στο θεατρικό πεδίο. Το γεγονός αυτό μπορεί να αποδείξει μια ισχυρή δέσμευση στην επιτελούμενη δραστηριότητα και την αντίληψη του κόσμου μέσα από το πρίσμα της. Με μια ευρύτερη έννοια, η επικοινωνία είναι γι' αυτούς πρωτίστως ο διάλογος και η δημοκρατία. Στις δηλώσεις τους αναφέρθηκαν στις ρίζες του ελληνικού θεάτρου, το οποίο εξ ορισμού αποτελούσε μια μορφή κοινωνικής επικοινωνίας (διάλογος).

Κατά τη γνώμη τους, η πεμπτουσία του θεάτρου είναι η επικοινωνία, η οποία λαμβάνει χώρα μεταξύ:

- των μελών της ομάδας κατά τη διάρκεια των προετοιμασιών,
- των ατόμων που παίζουν στη σκηνή κατά τη διάρκεια της παρουσίασης,
- των ερμηνευτών και του κοινού (τοπική κοινότητα).

Η τρίτη πτυχή υποδείχθηκε από τις ερωτηθείσες της Restart Theater Athens ως καθοριστική, όχι μόνο στο πλαίσιο της ανταλλαγής λεκτικών μηνυμάτων, αλλά και της ενέργειας και της διαμόρφωσης μιας συγκεκριμένης ατμόσφαιρας.

Μεταξύ των στόχων που αναφέρθηκαν ήταν η κινητοποίηση για:

- δράση (ενίσχυση της αυτενέργειας / agency),
- κοινωνική επανένταξη (καταπολέμηση της απομόνωσης/αποκλεισμού), επικέντρωση σε κοινές εμπειρίες: συναισθήματα, προβλήματα.

### Ομάδα 2 – Društvo ZIZ

Σύμφωνα με αυτή την αντιπροσωπεία, η επικοινωνία λαμβάνει χώρα κυρίως κατά τη διάρκεια των ζωντανών συναντήσεων (σε λεκτική και μη λεκτική μορφή). Σε αυτή τη μορφή, αποτελεί αναπόσπαστο στοιχείο της

ανθρώπινης ύπαρξης. Καθοριστική είναι η ικανότητα όχι μόνο να ακούς/κοιτάς (λήψη ερεθισμάτων), αλλά πάνω απ' όλα – να αφουγκράζεσαι, να βλέπεις (ενσυναίσθηση, προσπάθεια κατανόησης, ερμηνεία). Η επικοινωνία χρησιμοποιείται κυρίως για το μοίρασμα της γνώσης και την επαλήθευση των ατομικών μας πεποιθήσεων ή παρατηρήσεων με τους άλλους. Οι εκπρόσωποι αυτού του οργανισμού αναφέρθηκαν επίσης στις διαφορετικές συνθήκες και ομάδες μεταξύ των οποίων λαμβάνει χώρα η επικοινωνία στο θεατρικό πεδίο.

Ανέφεραν:

- την επικοινωνία μέσα στην ομάδα (κατά τις προετοιμασίες και τις παρουσιάσεις),
- Την επικοινωνία μεταξύ της σκηνής (το περιεχόμενο της καλλιτεχνικής έκφρασης) και του κοινού: conscious - people who came to the performance,
  - συνειδητό κοινό – οι άνθρωποι που ήρθαν για την παράσταση,
  - τυχαίο κοινό – άνθρωποι που, για παράδειγμα, βρίσκονται στο πάρκο όπου πραγματοποιούνται οι δοκιμές.

Μεταξύ των δράσεων και των στόχων της θεατρικής επικοινωνίας ανέφεραν:

- το περιεχόμενο,
- την προώθηση, καθώς και
- την οικοδόμηση κοινότητας (εντός και εκτός του θεάτρου):
  - «Πώς να ενσωματώσουμε την ομάδα κατά τη διάρκεια των προετοιμασιών και να μεριμνήσουμε για την ελευθερία και την ισότητα της έκφρασης;»
  - «Πώς μπορούν οι σκηνικές παρουσιάσεις να εντάξουν το κοινό – την τοπική κοινότητα κατά τη διάρκεια και μετά τις παραστάσεις;»
  - «Κινητοποιεί το μήνυμα από τη σκηνή την τοπική κοινότητα να αλλάξει τον τρόπο σκέψης της / να διαμορφώσει νέες συνήθειες;»

### **Ομάδα 3 – Stowarzyszenie Kobietostan**

Οι συντονίστριες του έργου όρισαν την επικοινωνία μέσα από ένα κοινωνικό πρίσμα. Κατά τη γνώμη τους, χρησιμοποιείται κυρίως για:

- τη συνεργασία, η οποία κατά την άποψή τους αποτελεί εγγύηση για την επίτευξη καλύτερων αποτελεσμάτων: «δύο άνθρωποι που εργάζονται μαζί μπορούν να καταφέρουν πολύ περισσότερα από ένα άτομο μόνο του». «χωρίς επικοινωνία δεν υπάρχει συνεργασία»,
- τη μείωση του κινδύνου παρεξηγήσεων,
- την επίλυση συγκρούσεων.

Οι εκπρόσωποι του Συλλόγου Kobietostan διέκριναν τρία επίπεδα επικοινωνίας στο θεατρικό πεδίο:

- σκηνή – κοινό – σκηνή (το περιεχόμενο της παράστασης και η πρόκληση συγκεκριμένων συναισθημάτων - αντιδράσεων· η απάντηση του κοινού – λεκτικές και μη λεκτικές αντιδράσεις),
- σκηνή (κατά τη διάρκεια της παράστασης και των προετοιμασιών – εξάσκηση της μη λεκτικής επικοινωνίας με σκοπό τη διαχείριση απρόβλεπτων σκηνικών γεγονότων),
- διαδικασία (τα άτομα που εμφανίζονται στη διαδικασία προετοιμασίας· εκμάθηση της Μη Βίαιης Επικοινωνίας [NVC - Nonviolent Communication]· καθορισμός κανόνων συνεργασίας [συμβόλαιο]).

## Μέρος II: Κοινωνικός αποκλεισμός

Τι πιστεύετε ότι είναι ο κοινωνικός αποκλεισμός; Ποιες είναι οι διαστάσεις του;

Ποιες κοινωνικά αποκλεισμένες ομάδες συζητούνται συχνότερα στη χώρα σας; Αναφέρετε τρία παραδείγματα των πιο συχνά εμφανιζόμενων αποκλεισμών.

Παρατηρείτε κάποιες κοινωνικά αποκλεισμένες ομάδες που παραλείπονται από αυτή τη συζήτηση; Γιατί πιστεύετε ότι συμβαίνει αυτό;

Ποια είναι η εμπειρία σας στην εργασία με αποκλεισμένες ομάδες

## Ομάδα 1 – Restart Theater Athens

Οι εκπρόσωποι του οργανισμού, στον ορισμό που έδωσαν για τον αποκλεισμό, σημείωσαν ότι αποτελεί μια μέθοδο των ελίτ για τον έλεγχο της κοινωνίας και τη διαχείριση της κατανομής των αγαθών. Κατά τη γνώμη τους, ο διαχωρισμός των ανθρώπων σε διαφορετικές κατηγορίες τούς κάνει να βλέπουν ο ένας τον άλλον εχθρικά, γεγονός που συχνά εμποδίζει την επικοινωνία που θα μπορούσε να οδηγήσει στην ενοποίηση και την κοινωνική αλλαγή.

Οι ερωτηθείσες ταύτισαν την εμπειρία του αποκλεισμού με συναισθήματα όπως: αδυναμία, θυμός, αδικία, περιορισμός της ελευθερίας να είναι κανείς ο εαυτός του και της αυτοέκφρασης.

Σύμφωνα με τις εκπροσώπους, η εμπειρία του κοινωνικού αποκλεισμού μπορεί να οδηγήσει σε δύο σενάρια:

- τη διαμόρφωση μιας αίσθησης αδυναμίας, την υιοθέτηση της στάσης του θύματος, την ευάλωτη ροπή προς την επιθετικότητα,
- την πρόκληση θυμού, ο οποίος μπορεί να γίνει πηγή δύναμης και να διαμορφώσει τη στάση ενός «φορέα αλλαγής» (agent of change). Σε αυτή τη διαδικασία, ο ακτιβισμός και η συνάντηση με άλλους ανθρώπους που μοιράζονται παρόμοιες εμπειρίες είναι βοηθητικά στοιχεία.

Σύμφωνα με τις ερωτηθείσες, το θέατρο μπορεί να παίξει σημαντικό ρόλο στη μείωση του συναισθήματος του αποκλεισμού (μέρος μιας κοινότητας / αίσθηση του ανήκειν σε μια ομάδα).

Σύμφωνα με τις εκπροσώπους, οι αποκλεισμένες ομάδες που συζητούνται συχνότερα στην Ελλάδα είναι:

- πρόσφυγες (η χώρα δέχεται ενεργά πρόσφυγες από διάφορες περιοχές: Αφρική, Ασία και από εμπόλεμες ζώνες, γεγονός που συνδέεται με μεγάλο πληθυσμό)· αυτή η κατάσταση συνέβαλε στην αύξηση της δημοτικότητας νεοναζιστικών κομμάτων και της φασιστικής ιδεολογίας, ενώ ταυτόχρονα άνθρωποι με προσοδευτικές απόψεις μάχονται για δικαιοσύνη και αναζητούν τρόπους ένταξης,
- ΛΟΑΤΚΙ+ κοινότητα (ιδιαίτερα στο πλαίσιο των γάμων ομοφύλων,

- της τεκνοθεσίας, των τρανς γυναικών),
- γυναίκες (ειδικότερα: γυναίκες που βιώνουν βία· το κύμα βίας και οι γυναικοκτονίες αποτελούν ένα από τα μεγαλύτερα κοινωνικά προβλήματα). Οι ερωτηθείσες επισήμαναν ότι οι γυναίκες στην Ελλάδα αποκλείονται με διάφορους τρόπους – π.χ. μέσω του οικονομικού και επαγγελματικού αποκλεισμού.

Οι εκπρόσωποι ανέφεραν αποκλεισμένες ομάδες που συχνά παραλείπονται από τη συζήτηση, όπως:

- άτομα με αναπηρία ή ψυχικά προβλήματα,
- η κοινότητα των Ρομά,
- άνθρωποι που εκφράζουν εναντίωση στο σύστημα,
- η νεολαία και οι ηλικιωμένοι,
- εργαζόμενοι/ες στο σεξ,
- άνεργοι.

Οι ερωτηθείσες αιτιολόγησαν την έλλειψη συζήτησης ή κοινωνικής ευαισθησίας απέναντι στις προαναφερθείσες ομάδες με τους εξής λόγους:

- κυβερνητικές αποφάσεις σχετικά με τον περιορισμό των επιδοτήσεων για άτομα με ειδικές ανάγκες,
- φόβος (π.χ. το εγκληματικό πλαίσιο που λανθασμένα ή γενικευμένα συνδέεται με την κοινότητα των Ρομά ή τους αναρχικούς),
- άγνοια ή δυσκολία αναγνώρισης (π.χ. στο πλαίσιο των ψυχικών ασθενειών),
- δημογραφική δομή (η ελληνική κοινωνία γερνάει· ταυτόχρονα: υπάρχει έλλειψη προσαρμογής των χώρων στις ανάγκες των ηλικιωμένων, οι οίκοι ευγηρίας είναι πολύ ακριβοί, οι οικογένειες είναι υπεύθυνες για τη φροντίδα των ηλικιωμένων, οι οποίοι συχνά περνούν ολόκληρες μέρες στο σπίτι – έλλειψη ορατότητας).

Οι εκπρόσωποι επισήμαναν ότι παρόλο που ο οργανισμός τους είναι νέος, ως επικεφαλής του είχαν την ευκαιρία να συνεργαστούν πολύ νωρίτερα. Από το 2010 έχουν υλοποιήσει πολλά κοινωνικά έργα, παραστάσεις και πολυάριθμα εργαστήρια, στα οποία συμμετείχαν διαφορετικές ομάδες. Ως

Restart Theater Athens στο πλαίσιο ενός από τα έργα τους, δημοσίευσαν μια ανοιχτή πρόσκληση, στην οποία κάλεσαν τόσο άνδρες όσο και γυναίκες, συμπεριλαμβανομένων ατόμων από διάφορες ομάδες που διατρέχουν κίνδυνο κοινωνικού αποκλεισμού. Ωστόσο, ανταποκρίθηκαν μόνο γυναίκες. Έτσι δημιουργήθηκε το έργο «Φωνές Γυναικών». Ήταν η πρώτη φορά που εργάστηκαν σε μια αμιγώς γυναικεία ομάδα. Οι ίδιες οι συμμετέχουσες δεν ήθελαν να μπουν άνδρες στην ομάδα – πίστευαν ότι αυτό θα άλλαζε την ενέργεια και τον τρόπο λειτουργίας της ομάδας. Οι εκπρόσωποι σημείωσαν ότι χάρη σε αυτό το έργο ανακάλυψαν μια εντελώς νέα δυναμική ομαδικής εργασίας και ένιωσαν ότι ήθελαν να την εξερευνήσουν περαιτέρω.

Οι εκπρόσωποι της Restart Theater Athens είχαν την ευκαιρία να συνεργαστούν, μεταξύ άλλων, με:

- γυναίκες που υπέστησαν βία (συμπεριλαμβανομένης της σεξουαλικής βίας),
- άνεργους προ-συνταξιοδοτικής ηλικίας και ηλικιωμένους,
- άτομα από τη ΛΟΑΤΚΙ+ κοινότητα,
- χήρες που έχουν τερματίσει την επαγγελματική τους σταδιοδρομία και παλεύουν με τη μοναξιά (σε αυτό το σημείο, οι ερωτηθείσες πρόσθεσαν ότι πολλές μεγαλύτερες Ελληνίδες οργανώνουν εναλλακτικές μορφές στέγασης από τη βάση, μοιραζόμενες διαμερίσματα και έξοδα υγειονομικής περίθαλψης, τα οποία το κράτος δεν παρέχει).

Οι ερωτηθείσες τόνισαν ότι μέχρι τώρα δεν χρησιμοποιούσαν τον όρο «κοινωνικά αποκλεισμένες ομάδες». Η στρατολόγησή τους ήταν ανοιχτή σε όλους, ανεξαρτήτως ηλικίας ή κατάστασης ζωής.

## **Ομάδα 2 – Društvo ZIZ**

Οι εκπρόσωποι του οργανισμού στη δήλωσή τους κατέγραψαν τις ακόλουθες εκδηλώσεις του κοινωνικού αποκλεισμού, καθώς και τους μηχανισμούς που τις καθορίζουν:

- φόβος/έλλειψη αποδοχής απέναντι στην ετερότητα/διαφορετικότητα,
- κοινωνικές ανισότητες,
- στερεότυπα, προκαταλήψεις, ταμπελάρισμα, γενίκευση (δημιουργία της εικόνας ολόκληρης της ομάδας με βάση μεμονωμένα παραδείγματα), συστημικός εξοστρακισμός προς άτομα που δεν τηρούν τους (άγραφους) κανόνες που επικρατούν σε μια δεδομένη ομάδα,
- ανταγωνισμός.

Σύμφωνα με τις εκπροσώπους του Društvo ZIZ, οι αποκλεισμένες ομάδες που συζητούνται συχνότερα στη Σλοβενία είναι:

- η κοινότητα των Ρομά,
- η ΛΟΑΤΚΙ+ μειονότητα,
- οι μετανάστες,
- οι ηλικιωμένοι,
- άνθρωποι σε κατάσταση αστεγίας,
- οι «διαγραμμένοι» (erased).

Σημείωση για τους «διαγραμμένους»: Μετά τον πόλεμο, όταν η Σλοβενία ανέκτησε την ανεξαρτησία της, ορισμένοι άνθρωποι από την πρώην Γιουγκοσλαβία δεν έκαναν αίτηση για ιθαγένεια. Ως αποτέλεσμα, ζουν στη Σλοβενία αλλά δεν είναι εγγεγραμμένοι ως πολίτες κανενός κράτους, οπότε επίσημα δεν υπάρχουν. Αυτό είναι σημαντικό γιατί αυτοί οι άνθρωποι (ή οι γονείς τους) δεν έλαβαν ποτέ καμία αποζημίωση για τα δεινά που υπέστησαν κατά τη διάρκεια και μετά τον πόλεμο. Το θέμα αυτής της ομάδας δεν είναι δημοφιλές στα κυρίαρχα μέσα ενημέρωσης, αλλά οι κοινωνικοί ακτιβιστές προσπαθούν να ευαισθητοποιήσουν το κοινό γύρω από αυτό.

Σύμφωνα με τις εκπροσώπους, το θέατρο μπορεί να αποτελέσει μια μορφή δημόσιας παρέμβασης και να ευαισθητοποιήσει το κοινό σε σημαντικά θέματα.

Οι ερωτηθείσες σημείωσαν ότι στη Σλοβενία δεν γίνεται συχνά συζήτηση για ομάδες όπως:

- άτομα με αναπηρία,
- ηλικιωμένοι,
- άνθρωποι σε κατάσταση αστεγίας,
- ανήλικοι που έχουν διαπράξει αξιόποινες πράξεις,
- ανύπαντρες μητέρες και όσες συνάπτουν σχέση με κάποιον άλλον εκτός από τον βιολογικό πατέρα των παιδιών,
- όλες οι άλλες ομάδες που βιώνουν αποκλεισμό, αλλά δεν έχουμε επίγνωση της ύπαρξής τους.

Μεταξύ των λόγων, αναφέρθηκαν πτυχές όπως:

- η έλλειψη ορατότητας στον δημόσιο χώρο (κοινωνική απομόνωση, ειδικές εγκαταστάσεις για τους ασθενείς ή τους ηλικιωμένους),
- η αποφυγή της δυσφορίας (από την πλευρά της κυρίαρχης κοινωνίας),
- η πεποίθηση περί δικαιολογημένου αποκλεισμού (είναι δική τους επιλογή / δικό τους σφάλμα),
- η στάση των ανθρώπων που ανήκουν σε αυτές τις ομάδες (δεν μάχονται για την ορατότητα και την ακουστικότητά τους, δεν ξεκινούν συζητήσεις, ίσως υπάρχει επίσης έλλειψη συμμάχων).

Οι εκπρόσωποι του οργανισμού επισήμαναν ότι δεν έχουν εμπειρία στην υλοποίηση έργων που προσανατολίζονται αποκλειστικά στη συνεργασία με άτομα από μια συγκεκριμένη κοινωνικά αποκλεισμένη ομάδα. Ταυτόχρονα, σημείωσαν ότι τόσο στην ομάδα τους όσο και στις ομάδες των εργαστηρίων υπάρχουν άνθρωποι που εκπροσωπούν διάφορες ομάδες που βιώνουν αποκλεισμό (π.χ. λόγω έλλειψης απασχόλησης, σεξουαλικού προσανατολισμού, ηλικίας, σωματικής αναπηρίας ή ψυχικών προβλημάτων). Οι ερωτηθείσες μοιράστηκαν επίσης έναν αναστοχασμό σημαντικό από την άποψη της διαχείρισης του έργου WOMEN interACT.

Σημείωσαν ότι μια σημαντική πρόκληση, ακόμη και κίνδυνος, μπορεί να είναι η οργάνωση μιας στρατολόγησης (open call) που είναι ρητά στοχευμένη με όρους κοινωνικού αποκλεισμού. Για πολλούς ανθρώπους, οι πτυχές που σχετίζονται με την εμπειρία του αποκλεισμού δεν είναι εκείνες μέσα από το πρίσμα των οποίων θέλουν να αυτοπροσδιορίζονται ή να προσδιορίζονται από τους άλλους (παράδειγμα: όταν οργανώνεις ένα

εργαστήριο που απευθύνεται σε ανέργους, με έναν τρόπο τούς βάζεις ταμπέλα και, διαχωρίζοντάς τους, τους αποκλείεις εκ νέου).

### **Ομάδα 3 – Stowarzyszenie Kobietostan**

Οι εκπρόσωποι του οργανισμού επιχείρησαν μια συστημική διάγνωση του κοινωνικού αποκλεισμού. Κατά τη γνώμη τους, ως άνθρωποι χτίζουμε ομοιογενείς κοινότητες για να διασφαλίσουμε την ασφάλειά μας και, ως εκ τούτου, την επιβίωσή μας. Αυτός ο μηχανισμός συνδέεται με τη δημιουργία μιας διάκρισης: *εμείς / αυτοί – οι άλλοι*. Για να διατηρήσουμε τη συνοχή, αποκλείουμε εκείνα τα άτομα που με κάποιον τρόπο τη διαταράσσουν. Με αυτόν τον τρόπο, αποποιούμαστε επίσης την ευθύνη και την ενοχή, έχοντας τη δυνατότητα να κατηγορήσουμε το πρόσωπο ή την ομάδα X για προβλήματα/ελλείψεις (μηχανισμός του αποδιοπομπαίου τράγου).

Σύμφωνα με τις εκπροσώπους του Stowarzyszenie Kobietostan, οι ακόλουθες ομάδες αναφέρονται συχνότερα στα πολωνικά μέσα ενημέρωσης:

- η ΛΟΑΤΚΙ+ μειονότητα (δεξιά κυβέρνηση, ισχύουσα νομοθεσία και περιορισμοί),
- οι μετανάστες (διεθνής κατάσταση, γεγονότα στα σύνορα),
- οι γυναίκες, ιδιαίτερα εκείνες που έλαβαν μέρος σε διαδηλώσεις κατά της αυστηροποίησης του νόμου περί αμβλώσεων, υποστηρίζουν την άμβλωση, παραιτούνται συνειδητά από τη μητρότητα και σπάνε τις παραδοσιακές αντιλήψεις για τον ρόλο της γυναίκας.

Οι εκπρόσωποι του οργανισμού παρέθεσαν αρκετές ομάδες που περιλαμβάνονται σχετικά σπάνια στις συζητήσεις για τον αποκλεισμό:

- άτομα με αναπηρία (και όσοι τα φροντίζουν),
- η κοινότητα των Ρομά,
- άνθρωποι που εκτίουν ποινή φυλάκισης (επί του παρόντος ή στο παρελθόν),
- άνθρωποι που ζουν σε συνθήκες φτώχειας,

- άνθρωποι σε κατάσταση αστεγίας.

Ένας σημαντικός αναστοχασμός που προέκυψε από τη συζήτηση αφορούσε την έννοια του έμφυλου χάσματος (gender gap) στο πλαίσιο της αναφοράς σε κοινωνικά αποκλεισμένες ομάδες. Οι ερωτηθείσες επισήμαναν ότι, όταν σκεφτόμαστε άτομα που εκτίουν ποινή φυλάκισης ή βιώνουν συνθήκες αστεγίας, η νοητική μας εικόνα τείνει συχνά να κατευθύνεται προς ανδρικές φιγούρες. Οι επικρατούσες κοινωνικές αντιλήψεις δεν ευθυγραμμίζουν εύκολα την εικόνα μιας γυναίκας με τα στερεοτυπικά πρότυπα του κρατουμένου ή του άστεγου ατόμου. Επιπλέον, η περιορισμένη εκπροσώπηση των γυναικών σε αυτές τις κοινωνικές κατηγορίες συμβάλλει περαιτέρω στην αορατοποίησή τους, τόσο στον δημόσιο λόγο όσο και στη συλλογική φαντασία..

Οι συντονίστριες του έργου ανέφεραν τους ακόλουθους λόγους για την έλλειψη συζήτησης γύρω από τις προαναφερθείσες ομάδες:

- η πεποίθηση περί δικαιολογημένου αποκλεισμού (π.χ. στο πλαίσιο ατόμων που εκτίουν ή έχουν εκτίσει ποινή φυλάκισης – είναι δικό τους σφάλμα),
- η μείωση των αριθμών – μείωση της ορατότητας,
- η έλλειψη ουσιαστικής προετοιμασίας για συζήτηση και οι δυσκολίες ταξινόμησης (κυρίως στο πλαίσιο των ατόμων με αναπηρία και των φροντιστών τους),
- ο φόβος για επιπλέον συναισθηματική επιβάρυνση (η συζήτηση για τη δύσκολη, και μερικές φορές τραγική κατάσταση άλλων ανθρώπων μπορεί να είναι υπερβολικά φορτική),
- ο κίνδυνος που σχετίζεται με την έκθεση της ανικανότητας (της δικής μας ή του συστήματος).

Οι εκπρόσωποι του οργανισμού παραδέχθηκαν ότι, κατά μία έννοια, εξειδικεύονται στην εργασία με κοινωνικά αποκλεισμένες ομάδες. Αυτό σχετίζεται με τη φύση των δραστηριοτήτων τους και το γεγονός ότι επισκέπτονται χώρους όπου διαμένουν αυτά τα άτομα (συχνά απομονωμένα από την υπόλοιπη κοινωνία). Μεταξύ αυτών των ομάδων είναι, μεταξύ άλλων:

- άνθρωποι που εκτίουν ποινή φυλάκισης (ιδιαίτερα γυναίκες),
- οικογένειες κρατουμένων (ιδιαίτερα παιδιά),
- τρόφιμοι σωφρονιστικών ιδρυμάτων και ιδρυμάτων αγωγής ανηλίκων,
- γυναίκες σε κατάσταση αστεγίας,
- γυναίκες με εμπειρία ψυχικής ασθένειας.

Επιπλέον, η εκπρόσωπος του Kobietostan αναφέρθηκε στις εμπειρίες της από την υλοποίηση κοινωνικών έργων (κυρίως θεατρικών), τα οποία απευθύνονταν σε γυναίκες με τη φόρμουλα της ανοιχτής πρόσκλησης (open call). Μια τέτοια μορφή είχε ως φυσικό αποτέλεσμα μια μεγάλη ποικιλομορφία συμμετεχουσών. Η ομάδα περιλάμβανε, μεταξύ άλλων: μετανάστριες από την Ουκρανία και τη Λευκορωσία, μια ανύπαντρη μητέρα που μεγαλώνει 6 παιδιά, μια μητέρα παιδιού με αναπηρία και γυναίκες με εμπειρία ψυχικής κρίσης. Αυτή η ομάδα επέστησε επίσης την προσοχή στην πρόκληση που σχετίζεται με την επικοινωνία του έργου. Προκειμένου να μην χρησιμοποιούν τον όρο «κοινωνικά αποκλεισμένες γυναίκες», οι διοργανώτριες ανέπτυξαν μια εναλλακτική διατύπωση: γυναίκες με διαφορετικές εμπειρίες.

Και πάλι, το ζήτημα του κινδύνου της αρνητικής ετικετοποίησης (negative labelling) και της ανάγκης για ενσυνειδητότητα (mindfulness), ώστε να μην αναπαράγονται κοινωνικά σχήματα, αναδείχθηκε στη συζήτηση.

*Μερικές φορές το θέατρο μπορεί να είναι χρήσιμο ως εργαλείο συνηγορίας (advocacy) για μια συγκεκριμένη ομάδα. Ωστόσο, όταν έχουμε σε μια ομάδα γυναίκες με διαφορετικές εμπειρίες που μιλούν για τις δυσκολίες της γυναικείας φύσης, δεν θέλουμε το κοινό να τις προσλαμβάνει μέσα από το πρίσμα του αποκλεισμού. Δεν θέλουμε να λειτουργούν στον ρόλο των εκπροσώπων συγκεκριμένων ομάδων. Μας ενδιαφέρει το κοινό να δει συγκεκριμένους ανθρώπους και να ακούσει τι έχουν να πουν.*

### **Μέρος III: Συμμετοχή**

Με τι συνδέετε τη συμμετοχή; Γιατί συμμετοχικό θέατρο και όχι απλώς θέατρο; Πώς πιστεύετε ότι εξελίσσεται μια

υποδειγματική/πρότυπη διαδικασία εργασίας με τη μέθοδο του συμμετοχικού θεάτρου;

Τι αυξάνει και τι μειώνει τη δέσμευση/εμπλοκή στη διαδικασία εργασίας με τη μέθοδο του συμμετοχικού θεάτρου;

### **Ομάδα 1 – Θέατρο Restart Αθήνα**

Για αυτή την ομάδα, η συμμετοχή είναι μια συναισθηματικά θετική έννοια. Οι πρώτοι συνειρμοί τους ήταν η χαρά και η ευτυχία. Αντιλήφθηκαν τη συμμετοχή ως πλήρη παρουσία, με ισχυρή έμφαση στην προσωπική έκφραση, ανάπτυξη κι ενδυνάμωση. Η σχεσιακή διάσταση επανερχόταν στις δηλώσεις:

- ανταλλαγή ενέργειας με άλλους,
- συνδημιουργία και μάθηση από διαφορετικές κουλτούρες και οπτικές γωνίες.

Οι ερωτηθείσες επέστησαν επίσης την προσοχή στη φιλοσοφική ένταση που τις ενδιαφέρει ανάμεσα στο να είσαι μια ολότητα ως άτομο και ταυτόχρονα μέρος μιας μεγαλύτερης ομάδας. Από την οπτική τους γωνία, το θέατρο ήταν εξ ορισμού συμμετοχικό από τη φύση του (αναφορά στους πολιτικούς χορούς στην αρχαία Ελλάδα) και η ταμπέλα «συμμετοχικό» έγινε αναγκαία μόνο μετά την επαγγελματικοποίηση του θεάτρου και την απώλεια αυτού του χαρακτηριστικού. Για εκείνες, το συμμετοχικό θέατρο διακρίνεται από τρεις παράγοντες:

- Η δυναμική της εξουσίας μεταξύ σκηνης και κοινού είναι θεμελιωδώς διαφορετική: το κοινό δεν αναμένεται να κάθεται παθητικά, και οι σωματικές και συναισθηματικές του αντιδράσεις είναι ευπρόσδεκτες.
- Η ίδια η δημιουργική διαδικασία είναι διαφορετική: οι ηθοποιοί (άνδρες και γυναίκες) είναι αυθεντικοί συνεργάτες και όχι εργαλεία στα χέρια του σκηνοθέτη.
- Ο χρόνος και ο διάλογος μετρούν: η παράσταση είναι ένα «ζέσταμα» πριν από την πραγματική συνάντηση, η οποία λαμβάνει χώρα στη συζήτηση μετά από αυτήν, μερικές φορές κατά τη διάρκεια ενός κοινού γεύματος.

Οι ερωτηθείσες έκαναν επίσης μια διάκριση βασισμένη σε αξίες – το συμβατικό

θέατρο στοχεύει να εντυπωσιάσει και να δημιουργήσει «αστέρια», ενώ το συμμετοχικό θέατρο επικεντρώνεται στην προσφορά προς την κοινότητα.

Με πάνω από 15 χρόνια εμπειρίας στο κοινωνικό συμμετοχικό θέατρο, το κύριο συμπέρασμα της ομάδας ήταν ότι δεν υπάρχει τέλεια διαδικασία όσον αφορά τα εργαλεία ή τις μεθόδους. Αυτό που μετράει είναι η ηθική, η συγκεκριμένη εσωτερική στάση του εμπυχωτή. Την περιέγραψαν ως επίγνωση, ιδεολογική ελευθερία και αυθεντική περιέργεια για τους άλλους ανθρώπους. Μια βασική προειδοποίηση αφορά το κίνητρο: εάν ο καλλιτέχνης κινείται από την ανάγκη για προσωπική αναγνώριση, το έργο μπορεί να φαίνεται συμμετοχικό με την πρώτη ματιά, αλλά στην πραγματικότητα να «ρουφάει» ενέργεια από τις συμμετέχουσες αντί να την ανταλλάσσει ισότιμα. Η πραγματικά συμμετοχική εργασία, κατά τη γνώμη τους, απαιτεί προσφορά στους άλλους και όχι στο εγώ του καλλιτέχνη. Στην πράξη, αυτό σημαίνει επίσης μεγάλη ευελιξία – ετοιμότητα για αυτοσχεδιασμό, εγκατάλειψη σχεδίων και εργασία με το απρόβλεπτο.

Αυτή η ομάδα επικεντρώθηκε σε δύο κύριους παράγοντες δέσμευσης:

- Οικοδόμηση εμπιστοσύνης μέσω της ασφάλειας, της ακεραιότητας και της ειλικρίνειας: παρατήρησαν ότι ιδιαίτερα οι κοινότητες της περιφέρειας είναι συχνά αρχικά καχύποπτες απέναντι στους καλλιτέχνες, υποθέτοντας ότι θέλουν να χρησιμοποιήσουν τους συμμετέχοντες για ιδίους σκοπούς, και η υπέρβαση αυτού απαιτούσε συνεπή, αυθεντική δέσμευση.
- Ισότιμη προσοχή: η διασφάλιση ότι κανένα/καμμία συμμετέχων/ουσα δεν αισθάνεται παραμελημένος/η ή λιγότερο πολύτιμος/η από τα άλλα μέλη της ομάδας· από την άλλη πλευρά, η ομάδα επισήμανε τα κυρίαρχα άτομα που καταλαμβάνουν δυσανάλογο χώρο, χρόνο και προσοχή, γεγονός που μπορεί να κατακλύσει και να φιμώσει αποτελεσματικά λιγότερο εξωστρεφή άτομα.

## **Ομάδα 2 – Društvo ZIZ**

Αυτή η ομάδα προσέγγισε τη συμμετοχή από μια κοινωνική και πολιτική σκοπιά. Τόνισαν τον διάλογο, τη συμπερίληψη και την ομαδική εργασία ως βασικά στοιχεία της συμμετοχής, σημειώνοντας ότι η αυθεντική συμμετοχή απαιτεί την έξοδο από τη ζώνη άνεσης. Οι εκπρόσωποι υπέδειξαν 4 βασικές προϋποθέσεις

για ουσιαστική συμμετοχή:

- ασφαλής χώρος,
- ενδυνάμωση (δραστηριότητα, όχι παθητικότητα),
- σύνδεση,
- απουσία κριτικής.

Επέστησαν επίσης την προσοχή σε ένα σημαντικό πολιτικό επιχείρημα: ο παθητικός πολίτης θεωρείται επικίνδυνος, επειδή επιτρέπει σε ακραίες ή ανεύθυνες οντότητες να καλύψουν το κενό. Η συμμετοχή, επομένως, θεωρείται πολιτικό καθήκον. Το βασικό τους επιχείρημα ήταν ότι το συμμετοχικό θέατρο είναι ολιστικό, εμπλέκει ολόκληρο τον άνθρωπο (μυαλό και σώμα) σε όλη τη διαδικασία (από τις προετοιμασίες έως την παρουσίαση). Είναι σημαντικό ότι τόνισαν πως οι συμμετέχουσες δεν χρειάζεται να είναι επαγγελματίες του θεάτρου. Αυτή η αυθεντική ανθρώπινη δέσμευση δημιουργεί μια βαθύτερη σύνδεση με το θέμα. Τόνισαν επίσης τη θεραπευτική διάσταση: η εμπειρία είναι προσωπική, ουσιαστική και διερευνητική με έναν τρόπο που σπάνια συμβαίνει στο συμβατικό θέατρο.

Οι ερωτηθείσες σημείωσαν ότι ο Σύλλογος Društvo ZIZ βασίζει το έργο του, μεταξύ άλλων, στη μεθοδολογία του Θεάτρου του Καταπιεσμένου. Το εκτιμούν ακριβώς επειδή η συμμετοχή είναι εγγεγραμμένη σε κάθε στάδιο: από το μοίρασμα προσωπικών ιστοριών που γίνονται συλλογικές ιστορίες, μέσω της συνδημιουργίας κειμένων, έως τις παραστάσεις στις οποίες το κοινό καλείται στη σκηνή. Αυτή η διαδικασία περιγράφεται ως ρευστή και ανοιχτή, σχεδόν οργανική – οι άνθρωποι μπορούν να έρχονται και να φεύγουν, να επανέρχονται, η ομάδα διαμορφώνει αυτό το ταξίδι μαζί. Οι ερωτηθείσες σημείωσαν επίσης ότι οι ανοιχτές συζητήσεις με το κοινό συνεχίζονται συχνά μετά τις παραστάσεις τους, γεγονός που συχνά διαμορφώνει τις επόμενες εκδοχές των σκηνικών παρουσιάσεων.

Η ομάδα παρουσίασε μια αρκετά αισιόδοξη προσέγγιση όσον αφορά τη δέσμευση: κάθε στάδιο της διαδικασίας, εάν διεξαχθεί σωστά, οικοδομεί δέσμευση. Ο ασφαλής χώρος είναι το κλειδί.

Οι εκπρόσωποι τόνισαν επίσης το νήμα του συναισθηματικού ρίσκου: μερικές φορές η εργασία αγγίζει ένα ευαίσθητο ή επώδυνο σημείο μιας συμμετέχουσας. Ο εμπυχωτής αντιμετωπίζει ένα δίλημμα: να πιέσει απαλά ώστε να αναπτυχθεί κάτι σημαντικό, ή να ρισκάρει μια κίνηση που μπορεί να αναγκάσει το συγκεκριμένο άτομο (και ενδεχομένως την ομάδα) να αποσυρθεί εντελώς. Διέκριναν τον ατομικό πόνο, ο οποίος είναι σημαντικός στο πλαίσιο της

επικοινωνίας κάποιου πράγματος προς τον κόσμο, από την ευθύνη για την ενσυναισθητική διαχείρισή του. Η παραβίαση των ορίων (όχι το επίπεδο του συναισθηματικού βάθους, αλλά η ακατάλληλη προσέγγισή του· η υπερβολική πίεση) αναγνωρίστηκε ως βασικός παράγοντας που μπορεί να διαρρήξει τη δέσμευση.

### **Ομάδα 3 – Stowarzyszenie Kobietostan**

Αυτή η ομάδα υιοθέτησε μια πιο δομική και εννοιολογική προσέγγιση. Οι επικεφαλής όρισαν τη συμμετοχή ως έναν μηχανισμό που επιτρέπει στους ανθρώπους να είναι ενεργοί

- στο θέατρο: επιρροή, μεταξύ άλλων, στο περιεχόμενο, τα σκηνικά, την οργάνωση
- στη δημοκρατία: όπου το να είσαι πολίτης δεν σημαίνει αυτόματα και συμμετοχή.

Η πιο χαρακτηριστική συμβολή τους στη συζήτηση ήταν η άμεση σύνδεση της συμμετοχής με τον αποκλεισμό και τη συμπερίληψη: μια πραγματικά συμμετοχική διαδικασία δεν αποκλείει κανέναν, και ο αποκλεισμός νοείται ως άμεσο αποτέλεσμα της στέρησης της δυνατότητας συμμετοχής. Κατά τη γνώμη τους: δεν υπάρχει θέατρο χωρίς συμμετοχή, χωρίς αυτήν είναι απλώς ένα άδειο κτίριο.

Οι ερωτηθείσες περιέγραψαν το φάσμα της συμμετοχής, από την παθητική φυσική παρουσία, μέσω της συναισθηματικής εμπλοκής και της έκφρασης λόγου, έως: τη συνδημιουργία του δικού της ρόλου, του χαρακτήρα, του έργου, ακόμη και της ίδιας της θεατρικής οργάνωσης. Καθοριστικό είναι ότι αυτή η ομάδα σύνδεσε το επίπεδο συμμετοχής άμεσα με την κλίμακα των οφελών. Όσο πιο συμμετοχική είναι η διαδικασία, τόσο μεγαλύτερα είναι τα ατομικά και κοινωνικά οφέλη, συμπεριλαμβανομένων:

- της οικοδόμησης κοινότητας,
- της επίλυσης συγκρούσεων,
- της αυτοθεραπείας,
- της διεκδίκησης των δικαιωμάτων κάποιου και της δημοκρατικής πρακτικής.

Αυτή η ομάδα απέρριψε επίσης την ιδέα μιας τέλει διαδικασίας, ενώ πρότεινε μια συγκεκριμένη λίστα ελέγχου (checklist). Μια διαδικασία κοντά στο ιδανικό

απαιτεί, σύμφωνα με τις επικεφαλής, διαφάνεια σχετικά με το τι είναι και τι δεν είναι συμμετοχικό. Οι συμμετέχουσες θα πρέπει:

- να γνωρίζουν ποιες αποφάσεις ανήκουν σε αυτές και ποιες στις επικεφαλής,
- να έχουν επίγνωση σαφώς καθορισμένων ευθυνών και καθηκόντων,
- να έχουν την αίσθηση της πλήρους εθελοντικής συμμετοχής.

Το σημαντικότερο επιχείρημά τους ήταν ότι η συμμετοχή δεν μπορεί να εξαναγκαστεί: τη στιγμή που γίνεται υποχρεωτική, παύει να είναι αληθινή συμμετοχή. Η ασφάλεια εμφανίστηκε και πάλι ως ένα μη διαπραγματεύσιμο θεμέλιο. Εκτός από αυτήν, ως παράγοντα που συμβάλλει στην αύξηση του επιπέδου δέσμευσης, οι επικεφαλής υπέδειξαν το κοινό παιχνίδι. Κατά τη γνώμη τους, αυτά τα δύο στοιχεία μειώνουν τα εμπόδια και κάνουν τη συμμετοχή να φαίνεται πολύτιμη και όχι απειλητική. Η δέσμευση μειώνεται όταν υπάρχει έλλειψη εμπιστοσύνης, και ειδικά όταν οι άνθρωποι φοβούνται ότι θα κριθούν ή θα βρεθούν αντιμέτωποι με προσδοκίες που αδυνατούν να εκπληρώσουν. Η προσέγγισή τους υποδηλώνει ότι ο φόβος είναι ο κύριος εχθρός της συμμετοχής, και ο ρόλος του εμπυχωτή συνίσταται κυρίως στη δημιουργία συνθηκών στις οποίες ο φόβος θα περιοριστεί στο ελάχιστο.

## Μέρος IV: Κοινωνική αλλαγή

Μπορεί το συμμετοχικό θέατρο να αποτελέσει εργαλείο κοινωνικής αλλαγής; Γιατί;  
Όταν εργάζεστε με κοινωνικά αποκλεισμένες ομάδες, συζητάτε μαζί τους για την κατάστασή τους;  
Σχεδιάζετε μια αλλαγή αυτής της κατάστασης; Πώς;  
Υπάρχει περαιτέρω συνεργασία με αποκλεισμένα άτομα;  
Πραγματοποιείτε περαιτέρω δραστηριότητες που ενισχύουν την επιδιωκόμενη (αναμενόμενη) αλλαγή;

## Ομάδα 1 – Restart Theater Athens

Σύμφωνα με αυτή την ομάδα, το βασικό επιχείρημα για την αλλαγή είναι ότι το συμμετοχικό θέατρο φέρνει σε επαφή ανθρώπους που κανονικά δεν θα συναντιούνταν ποτέ και ότι, κατά τη διάρκεια αυτής της διαδικασίας, η αρχική επίκριση και η απροθυμία μετασχηματίζονται σταδιακά σε αυθεντική φιλία. Οι εκπρόσωποι, πέρα από την έμφαση στην ατομική αλλαγή, περιέγραψαν την ίδια τη θεατρική ομάδα ως μια μικρογραφία της κοινωνίας, στην οποία οι συμμετέχουσες μπορούν να εξασκήσουν τη δημοκρατία, την ενδυνάμωση, ακόμη και μια εναλλακτική οικονομία, μοιραζόμενες δεξιότητες και πόρους που επηρεάζουν την καθημερινή τους ζωή πολύ μετά το τέλος των εργαστηρίων.

Επισήμαναν ότι προσεγγίζουν την έννοια της αλλαγής με προσοχή, σεβόμενες τις ηθικές της διαστάσεις. Από την αρχή αποδέχονται ότι η αλλαγή θα διαφέρει ανά άτομο. Στη δήλωσή τους σημείωσαν ρητά ότι η χειραγώγηση ή ο έλεγχος του τρόπου με τον οποίο αλλάζουν οι άνθρωποι θα παραβίαζε τον κώδικα δεοντολογίας τους.

Η ομάδα μίλησε ανοιχτά για το δομικό πρόβλημα: η εξωτερική χρηματοδότηση καθιστά πρακτικά αδύνατη τη διατήρηση της επίσημης συνεργασίας μετά την ολοκλήρωση του έργου, γεγονός που απειλεί να ανακόψει τη διαδικασία αλλαγής. Αντίθετα, οι άτυπες διαπροσωπικές σχέσεις συνεχίζουν να υφίστανται: ορισμένες συμμετέχουσες επιστρέφουν για να βοηθήσουν σε μελλοντικά έργα, άλλες γίνονται τακτικές θεατές και άλλες οργανώνουν συναντήσεις ακόμη και χρόνια αργότερα.

Όσον αφορά τη διαρκή αλλαγή, οι ερωτηθείσες τόνισαν ότι, χωρίς ένα αφοσιωμένο άτομο που θα διατηρήσει τους νέους κανόνες και την ποιότητα της κοινωνικής ζωής μετά την αποχώρηση των εμψυχωτριών, οι ομάδες τείνουν να επιστρέφουν στις παλιές τους συνήθειες. Η πραγματική, διαρκής αλλαγή σε επίπεδο κοινότητας απαιτεί μακροπρόθεσμες δομές και όχι μεμονωμένα έργα.

Η βαθύτερη στάση τους βασίζεται στην πεποίθηση ότι η κοινωνική αλλαγή συμβαίνει ένα άτομο τη φορά: περισσότερο εσωτερικά απελευθερωμένα άτομα μπορούν σταδιακά να δημιουργήσουν έναν υγιέστερο κοινωνικό

ιστό, ακόμη και αν αυτή η διαδικασία είναι αργή και δύσκολα μετρήσιμη.

### **Ομάδα 2 – Društvo ZIZ**

Η ομάδα επιβεβαίωσε τις δυνατότητες του θεάτρου ως φορέα κοινωνικής αλλαγής, μιλώντας ταυτόχρονα με ειλικρίνεια για τους περιορισμούς του. Κατά τη γνώμη τους, το συμμετοχικό θέατρο αποτελεί ένα σημείο εκκίνησης, δηλαδή κάτι που κινητοποιεί τους ανθρώπους. Ωστόσο, η διαρκής κοινωνική αλλαγή απαιτεί μια δομική εφαρμογή που υπερβαίνει το ίδιο το θέατρο. Οι ερωτηθείσες τόνισαν επίσης ότι, κατά την άποψή τους, οι βασικοί μηχανισμοί αλλαγής είναι η ενδυνάμωση, ο διάλογος, η αυτοεπίγνωση και η ικανότητα να σκέφτεται κανείς τοπικά ενώ δρα παγκόσμια.

Η ομάδα παραδέχθηκε ότι, όταν το έργο ολοκληρώνεται, οι δυνατότητές της να συνεχίσει δράσεις κοινωνικής αλλαγής είναι περιορισμένες: συνήθως χάνει την επαφή με τις συμμετέχουσες και δεν διαθέτει τρόπο να αποτιμήσει τη διαρκή αλλαγή. Η προσέγγισή τους συνίσταται στην παροχή εργαλείων και στη δημιουργία εμπειριών, με την εμπιστοσύνη ότι οι συμμετέχουσες θα αξιοποιήσουν ό,τι χρειάζονται. Δεν κατευθύνουν τους ανθρώπους προς την αλλαγή, αλλά δημιουργούν χώρο για αυτήν.

Παρά ταύτα, η εργασία τους συνοδεύεται πάντα από έναν συγκεκριμένο στόχο: κάθε έργο ξεκινά με έναν επιδιωκόμενο κοινωνικό αντίκτυπο, και η εργασία χωρίς αυτή την αίσθηση σκοπού τους φαίνεται αδύνατη. Όπως οι περισσότερες ΜΚΟ, το έργο τους εξαρτάται πλήρως από επιχορηγήσεις, γεγονός που δημιουργεί έναν ρυθμό «εκκίνησης-διακοπής» (start-stop), ο οποίος δυσχεραίνει την ουσιαστική οικοδόμηση κοινότητας γύρω από το θέατρο. Το κεντρικό και ανοιχτό ερώτημά τους —πώς μπορούν να αναπτύσσονται δράσεις συμμετοχικού θεάτρου εκτός ενός πλαισίου βασισμένου σε έργα (projects)— παραμένει αναπάντητο.

### **Ομάδα 3 – Stowarzyszenie Kobietostan**

Στη δήλωσή τους, οι εκπρόσωποι του Συλλόγου Stowarzyszenie Kobietostan έδωσαν έμφαση στην προοπτική της ορατότητας και της προσβασιμότητας. Επέστησαν την προσοχή στο πρακτικό πλαίσιο: το συμμετοχικό θέατρο μπορεί να λειτουργήσει ως ένα νόμιμο σημείο εισόδου

σε κλειστά ιδρύματα που είναι συνήθως απρόσιτα για τους κοινωνικούς ακτιβιστές. Τότε δεν είναι μόνο ένας χώρος στοχασμού, αλλά ένα στρατηγικό εργαλείο για την προσέγγιση των πιο αποκλεισμένων και αόρατων μελών της κοινωνίας. Τους δίνεται μια σκηνή (κυριολεκτικά και μεταφορικά) ώστε να μπορούν να ιδωθούν και να ακουστούν με τους δικούς τους όρους. Επιπλέον, οι επικεφαλής σημείωσαν ότι το θέατρο προσφέρει ένα πολύτιμο μέσο: επιτρέπει την αφήγηση προσωπικών ιστοριών χρησιμοποιώντας μάσκες, μεταφορές και φανταστικούς χαρακτήρες, χωρίς την ανάγκη να αποδοθεί δημόσια η ιστορία στον εαυτό του.

Αμφισβήτησαν το κατά πόσο ο «σχεδιασμός της κοινωνικής αλλαγής» είναι καθόλα το σωστό πλαίσιο, επισημαίνοντας ότι δεν διαθέτουν εργαλεία για να παρακολουθήσουν τι συμβαίνει στις συμμετέχουσες στα έργα μετά το τέλος τους. Αυτό που μπορούν να παρατηρήσουν και να εργαστούν μαζί του είναι η αλλαγή που συμβαίνει κατά τη διάρκεια του ίδιου του εργαστηρίου. Ως εκ τούτου, εστιάζουν στη μεγιστοποίηση των αποτελεσμάτων κατά τη διάρκεια της διαδικασίας αναπτύσσοντας, μεταξύ άλλων, δεξιότητες στην:

- επικοινωνία,
- συνεργασία,
- επίλυση συγκρούσεων,
- οικοδόμηση θάρρους για την έκφραση συναισθημάτων και την παρουσίαση της τρωτότητας.

Σε αυτό το πλαίσιο, οι επικεφαλής επέστησαν επίσης την προσοχή στην ενίσχυση της αίσθησης της αυτενέργειας μέσα από την εμπειρία δημιουργίας μιας πραγματικής θεατρικής παράστασης, κυρίως χωρίς προηγούμενη επαγγελματική προετοιμασία προς αυτή την κατεύθυνση. Σημείωσαν επίσης ότι ο πρωταρχικός τους στόχος είναι η ομάδα να βρίσκεται σε καλύτερη κατάσταση μετά από κάθε έργο σε σχέση με την κατάσταση στην οποία βρισκόταν πριν από την έναρξή του. Επομένως, εστιάζουν στην οικοδόμηση δεσμών εντός της ομάδας και όχι μεταξύ της ομάδας και των ίδιων.

## Η οπτική γωνία των διοργανωτών στο τέλος του έργου

Στην έρευνα μέσω ομάδων εστίασης, την οποία διεξαγάγαμε στις 10 Μαΐου 2026, συμμετείχαν εκπρόσωποι των τριών συνεργαζόμενων οργανισμών:

- Društvo ZIZ από τη Σλοβενία,
- Restart Theater Athens από την Ελλάδα,
- Stowarzyszenie Kobietostan από την Πολωνία.

Η έρευνα πραγματοποιήθηκε στα αγγλικά, χρησιμοποιώντας ένα ερευνητικό σενάριο το οποίο αποτελούνταν συνολικά από 10 ερωτήσεις ή προτάσεις, χωρισμένες σε τέσσερα κύρια θεματικά νήματα:

- επικοινωνία,
- κοινωνικός αποκλεισμός,
- συμμετοχή
- και κοινωνική αλλαγή.

Οι δηλώσεις των ατόμων που έλαβαν μέρος στην έρευνα απομαγνητοφωνήθηκαν και στη συνέχεια υποβλήθηκαν σε ποιοτική ανάλυση και συνοπτική περιγραφή, την οποία παρουσιάζουμε παρακάτω.

### Μέρος I: Επικοινωνία

Τι μορφές πήρε η επικοινωνία και ποιους στόχους πέτυχε σε αυτό το έργο;

#### Ομάδα 1 – Θέατρο Restart Αθήνα

Οι εκπρόσωποι του θεατρικού οργανισμού διέκριναν δύο βασικούς άξονες επικοινωνίας στο έργο, οι οποίοι κατά τη γνώμη τους ήταν οι σημαντικότεροι:

- οι εμπυχωτές της διαδικασίας και η ομάδα των συμμετεχουσών (καθώς και το κοινό της παράστασης),
- οι συνεργαζόμενοι οργανισμοί.

Περιέγραψαν την επικοινωνία εντός της ομάδας ως ανοιχτή, διαφανή και ισότιμη. Κατά τη γνώμη τους, κατάφεραν να δημιουργήσουν έναν ασφαλή χώρο συζήτησης, ο οποίος επέτρεψε την έκφραση αναγκών και τη μοιρασιά δύσκολων εμπειριών (στο πλαίσιο της θεραπευτικής διάστασης της διαδικασίας). Κάθε συμμετέχουσα μπορούσε να μοιραστεί εμπειρίες σημαντικές για την ίδια, στον χρόνο της επιλογής της και στον βαθμό που ήταν έτοιμη. Σημείωσαν ότι ο ρόλος τους ως εμπυχωτριών περιοριζόταν συχνά στην ενεργητική ακρόαση και στην υποστήριξη της διαδικασίας εύρεσης του τι και πώς θα ήθελε να εκφράσει η εκάστοτε ερμηνεύτρια επί σκηνής.

Ως στόχο της επικοινωνίας μεταξύ των συνεργαζόμενων οργανισμών προσδιόρισαν την υποστήριξη (μέσω αμοιβαίων διαβουλεύσεων) και την ανταλλαγή εμπειριών. Θεώρησαν ότι η επικοινωνία εντός της κοινοπραξίας βασίστηκε στον σεβασμό, την ειλικρίνεια και την υπευθυνότητα, και συνοδευόταν από μια αίσθηση κοινότητας και αλληλεγγύης.

## **Ομάδα 2 – Društvo ZIZ**

Κατά τη διάρκεια των ζωντανών συναντήσεων με τις συμμετέχουσες, οι συντονίστριες χρησιμοποιούσαν συχνά το σχήμα του κύκλου (ισότητα των φωνών). Ως σημαντικό στοιχείο που καθόρισε, μεταξύ άλλων, τους κανόνες επικοινωνίας, οι εκπρόσωποι αυτού του οργανισμού υπέδειξαν το συμβόλαιο που αναπτύχθηκε με την ομάδα. Η δεκτικότητα στο μοίρασμα απόψεων (feedback) ήταν επίσης σημαντική για αυτές. Επειδή εμφανίστηκαν πολλές εντάσεις στη διαδικασία (συμπεριλαμβανομένων δυσκολιών που προκλήθηκαν από μία από τις συμμετέχουσες, η οποία τελικά αποχώρησε από την ομάδα), χρησιμοποίησαν θεατρικά εργαλεία (π.χ. θέατρο του καταπιεσμένου) για τη διαχείριση συγκρούσεων και προβληματικών καταστάσεων.

Σημείωσαν ότι η επικοινωνία με τις συμμετέχουσες εκτός των συναντήσεων ήταν λειτουργική και τυποποιημένη (e-mail), γεγονός που προέκυψε από την πεποίθηση για την ανάγκη διατήρησης αποστάσεων (απουσία οικοδόμησης ιδιωτικών σχέσεων). Οι συντονίστριες και οι εμπυχωτές της διαδικασίας βρίσκονταν σε συνεχή επαφή μεταξύ τους (ζωντανές συναντήσεις, τηλεφωνήματα, καθώς και τακτικές οργανωτικές συναντήσεις της κολεκτίβας). Αυτή η ομάδα τόνισε επίσης την αξία των συναντήσεων με τους υπόλοιπους συνεργαζόμενους οργανισμούς (διαδικτυακές εποπτείες, ζωντανές συναντήσεις εργαστηρίων που χρησίμευαν όχι μόνο για την ανταλλαγή θεατρικών εργαλείων αλλά και για διαβουλεύσεις σχετικές, μεταξύ άλλων, με τη δυναμική της ομάδας). Η επικοινωνία εντός της κοινοπραξίας έδινε μια αίσθηση ασφάλειας και του ότι εισακούγονται.

### **Ομάδα 3 – Stowarzyszenie Kobietostan**

Στον τομέα της επικοινωνίας, οι εκπρόσωποι αυτού του οργανισμού διέκριναν τρεις σημαντικούς στόχους

- την ανάπτυξη του περιεχομένου και της μορφής του παραστατικού γεγονότος,
- την οικοδόμηση σχέσεων,
- τη διαχείριση οργανωτικών ζητημάτων.

Εκτός από τις ζωντανές συναντήσεις (εργασία σε εργαστήρια, συζητήσεις σε φόρουμ), οι διοργανώτριες και οι συμμετέχουσες είχαν μια κοινή ομάδα στο WhatsApp, η οποία χρησίμευε όχι μόνο για τη λειτουργική επικοινωνία, αλλά και για την ανταλλαγή έμπνευσης και το μοίρασμα υλικών που χρησιμοποιήθηκαν στη δημιουργική διαδικασία. Δεν στέλνονταν όλα τα μηνύματα στην κοινή ομάδα (ορισμένες συμμετέχουσες επικοινωνούσαν ατομικά, π.χ. με μία από τις σκηνοθέτριες). Στην αρχή της διαδικασίας αναπτύχθηκε ένα συμβόλαιο, το οποίο αφορούσε και ζητήματα σχετικά με την επικοινωνία· οι συμμετέχουσες και οι διοργανώτριες επέστρεφαν στις διατάξεις του σε επόμενα στάδια. Η επικοινωνία με τους συνεργάτες γινόταν κατά τη διάρκεια ζωντανών και διαδικτυακών συναντήσεων (ανταλλαγή εμπειριών και καλών πρακτικών, οικοδόμηση σχέσεων,

οργανωτικά θέματα). Πρόσθετα εργαλεία για τη λειτουργική επικοινωνία: e-mail και Google Drive, καθώς και Messenger. Το εσωτερικό εργαλείο επικοινωνίας στο Stowarzyszenie Kobietostan είναι το Slack. Οι σκηνοθέτριες παρέμεναν σε συνεχή επαφή μεταξύ τους (συζητήσεις σε ντουέτο) και χρησιμοποιούσαν επίσης τη βοήθεια μιας επόπτριας.

## Μέρος II: Αποκλεισμός

Μετά από αυτό το έργο, έχετε κάποιες νέες σκέψεις σχετικά με τον κοινωνικό αποκλεισμό; Ποιες είναι αυτές;

Επηρέασε με κάποιον τρόπο τη δουλειά σας το νήμα των αποκλεισμών που βιώνουν οι συμμετέχουσες;

Πώς;

Τι θεωρείτε σημαντικό όσον αφορά τη διαχείριση έργων που απευθύνονται σε ομάδες που διατρέχουν κίνδυνο αποκλεισμού;

### Ομάδα 1 – Restart Theater Athens

Οι εκπρόσωποι του συγκεκριμένου θεατρικού οργανισμού σημείωσαν ότι το έργο επιβεβαίωσε τις παραδοχές τους πως η εμπειρία του κοινωνικού αποκλεισμού και οι διάφορες εκφάνσεις της παραμένουν ένα ιδιαίτερα συχνό φαινόμενο μεταξύ των Ελληνίδων. Επέστησαν την προσοχή, μεταξύ άλλων, σε μορφές έμφυλων διακρίσεων (εδραιωμένη πατριαρχία, μισθολογική ανισότητα), στην πίεση που σχετίζεται με την αναπαραγωγή, καθώς και στα υψηλά ποσοστά έμφυλης βίας, κυρίως με σεξουαλικό υπόβαθρο. Τόνισαν επίσης τις ελλείψεις στο εκπαιδευτικό σύστημα, καθώς και το χαμηλό επίπεδο κοινωνικής εμπιστοσύνης προς τις συμβατικές μορφές θεραπευτικής υποστήριξης. Σημείωσαν ότι, σε ό,τι αφορά την πρόληψη του κοινωνικού αποκλεισμού και τη δημιουργία μηχανισμών ένταξης και συμπερίληψης, εξακολουθούν να υπάρχουν, κατά την άποψή

τους, σημαντικά περιθώρια βελτίωσης. Το έργο WOMEN interACT επιβεβαίωσε την πεποίθησή τους ότι το συμμετοχικό θέατρο μπορεί να λειτουργήσει συμπληρωματικά ως προς την κάλυψη αυτών των ελλείψεων και να συμβάλει στη διαμόρφωση κοινωνικής αλλαγής.

Οι ερωτηθείσες δήλωσαν ότι, τόσο για τις ίδιες όσο και για τις συμμετέχουσες, η από κοινού διερεύνηση του ζητήματος του κοινωνικού αποκλεισμού και η ανάδειξη των διαφορετικών διαστάσεων του υπήρξαν εξαιρετικά πολύτιμες. Οι εμπειρίες των συμμετεχουσών σε σχέση με τον κοινωνικό αποκλεισμό αποτέλεσαν έναν από τους βασικούς άξονες της δημιουργικής διαδικασίας και αποτυπώθηκαν στη σκηνική πράξη. Κάθε μία μοιράστηκε την προσωπική της ιστορία, επιλέγοντας η ίδια τόσο τον τρόπο όσο και τη στιγμή της αφήγησής της.

Ταυτόχρονα, σύμφωνα με τις διοργανώτριες, η εργασία με τόσο δύσκολες εμπειρίες υπήρξε απρόβλεπτη και συναισθηματικά απαιτητική, καθώς η ιστορία κάθε συμμετέχουσας μπορούσε να προκαλέσει διαφορετικές, βαθιά προσωπικές αντιδράσεις — για παράδειγμα, να λειτουργήσει ενθαρρυντικά, παρακινώντας κάποια να αφηγηθεί τη δική της εμπειρία ή, αντίθετα, να οδηγήσει σε μπλοκάρισμα, ιδίως όταν το άτομο δεν ήταν ακόμη έτοιμο να αναδείξει συγκεκριμένα βιώματα. Οι διοργανώτριες επισήμαναν το φαινόμενο του «ντόμινο», τόσο ως προς τη δυνατότητά του να ενισχύσει την κινητοποίηση όσο και ως προς τον κίνδυνο πρόκλησης κρίσης. Η φύση του έργου απαιτούσε υψηλό βαθμό συντονισμού της διαδικασίας, καθώς και ευελιξία και ικανότητα διατήρησης της κατάλληλης συναισθηματικής απόστασης. Παράλληλα, ήταν απαραίτητη η συνειδητή διαχείριση των συναισθημάτων τους, με βασική προτεραιότητα τη διατήρηση της ψυχραιμίας και την αποκλιμάκωση των εντάσεων σε συνθήκες κρίσης.

Τόσο οι συμμετέχουσες όσο και οι διοργανώτριες είχαν τη δυνατότητα να βασίζονται στην υποστήριξη μιας θεραπεύτριας που συνόδευε τη διαδικασία. Κατά την άποψή τους, η συνεργασία αυτή συνέβαλε ουσιαστικά στη διατήρηση της συνοχής της ομάδας και στην επιτυχή ολοκλήρωση του έργου.

Ιδιαίτερη σημασία αποδόθηκε στη συνειδητή παρατήρηση των ομαδικών

διεργασιών, στην ενίσχυση της αίσθησης του ανήκειν — σε αντιδιαστολή με τις προηγούμενες εμπειρίες αποκλεισμού — καθώς και στη θέσπιση σαφών ορίων, συμπεριλαμβανομένης της διαχείρισης της συμμετοχής ατόμων που ενδέχεται να διαταράσσουν τη διαδικασία. Επιπλέον, τέθηκε το ζήτημα του καθορισμού των ορίων της υποστηρικτικής και θεραπευτικής διάστασης της παρέμβασης, δηλαδή του κατά πόσο και με ποιον τρόπο αυτή θα πρέπει να ενσωματώνεται στη διαδικασία. Τέλος, επισημάνθηκε ότι, σε ένα ιδανικό σενάριο, θα πρέπει να υπάρχει σαφής σχεδιασμός για τη διατήρηση και, ενδεχομένως, την ενίσχυση της αλλαγής που έχει επιτευχθεί μετά την ολοκλήρωση του έργου

## **Ομάδα 2 – Društvo ZIZ**

Η ομάδα του εργαστηρίου περιλάμβανε άτομα που βίωναν διαφορετικά επίπεδα αποκλεισμού, καθώς και πίεση σχετική με την ανάγκη να εναρμονιστούν με προσδοκίες και πρότυπα. Η σκηνοθέτρια σημείωσε ότι η εμπειρία της συμμετοχικής εργασίας, με μια τόσο δεσμευμένη, συναισθηματική και εκφραστική ομάδα, απαιτούσε από την ίδια υψηλό επίπεδο ευελιξίας, αλλά και θέσπιση ορίων και επαναπροσδιορισμό του ρόλου της (διαπραγματεύσεις με το δικό της εγώ).

Οι διοργανώτριες από το ZIZ (ακριβώς όπως και οι εκπρόσωποι των άλλων οργανισμών) αντιμετώπισαν προκλήσεις σχετικές με την παρουσία στην ομάδα ενός ατόμου που είχε καταστροφικό αντίκτυπο στη δυναμική της ομάδας. Η συμπεριφορά της μείωνε την αίσθηση ασφάλειας και το επίπεδο άνεσης των επιμέρους ατόμων. Παρά τις πολλές προσπάθειες, η κατάσταση δεν βελτιώθηκε, γεγονός που επηρέασε την απόφαση να τερματιστεί η συνεργασία νωρίτερα. Ήταν μια πολύ δύσκολη και απαιτητική εμπειρία. Εκ των υστέρων, οι εκπρόσωποι αυτού του οργανισμού δήλωσαν ότι πήραν την απόφαση να χωρίσουν οι δρόμοι τους με αυτό το άτομο πολύ αργά.

Ταυτόχρονα, τόνισαν ότι οι εποπτείες με τους υπόλοιπους συνεργάτες ήταν εξαιρετικά χρήσιμες για τη διαχείριση αυτής της κατάστασης και τη λήψη της τελικής απόφασης. Υπογράμμισαν πόσο σημαντική είναι η δυνατότητα αμοιβαίων διαβουλεύσεων σε αυτού του είδους τα έργα.

### **Ομάδα 3 – Stowarzyszenie Kobietostan**

Οι επικεφαλής της κοινοπραξίας διατύπωσαν σημαντικούς προβληματισμούς σχετικά με μία από τις βασικές παραδοχές του έργου, δηλαδή την εστίαση στον διπλό αποκλεισμό των γυναικών. Επανήλθαν στα ευρήματα της πρώτης έρευνας με ομάδες εστίασης, όταν είχαν ανακύψει ερωτήματα σχετικά με τον τρόπο οργάνωσης της στρατολόγησης των συμμετεχουσών, ώστε καμία να μη νιώσει ότι της αποδίδεται μια ταυτότητα ή ακόμη και ότι στιγματίζεται.

Παραδέχθηκαν ότι, στα επόμενα στάδια της διαδικασίας, άρχισαν να απομακρύνονται από την έννοια του διπλού αποκλεισμού. Κατά την άποψή τους, η ίδια η έννοια του αποκλεισμού είναι σύνθετη και πολυσήμαντη, ενώ ακόμη πιο προβληματική είναι η προσπάθεια ποσοτικοποίησής της. Αναγνώρισαν ότι το ζήτημα αυτό χρειάζεται περαιτέρω συζήτηση στο εσωτερικό της οργάνωσης, καθώς δεν έχουν ακόμη διαμορφώσει μια κοινή και συνεκτική θέση.

Ως πιθανές εναλλακτικές προσεγγίσεις ανέφεραν, μεταξύ άλλων, την έννοια του πολλαπλού μειονεκτήματος (multiple disadvantage) και εκείνη της εμπειρίας της κρίσης, η οποία, κατά την εκτίμησή τους, ανταποκρινόταν περισσότερο στις εμπειρίες των γυναικών που συμμετείχαν στο έργο.

Ταυτόχρονα, σημείωσαν ότι κατά τη διάρκεια των εργαστηρίων δεν διερεύνησαν μαζί με τις συμμετέχουσες τις δικές τους προσωπικές εμπειρίες κοινωνικού αποκλεισμού. Από την άλλη πλευρά, ορισμένες συμμετέχουσες ανέφεραν ότι η συμμετοχή τους στο έργο αποτέλεσε αφορμή για να αναστοχαστούν πάνω στο ζήτημα αυτό, για παράδειγμα σε σχέση με την πεποίθηση της ετερότητας, την τάση για παραίτηση ή αυτοαποκλεισμό, αλλά και τη δυνατότητα να επιτρέψει κανείς στον εαυτό του να βιώσει, ίσως για πρώτη φορά, την αίσθηση του ανήκειν.

Οι ερωτηθείσες παραδέχθηκαν ότι η εργασία με αυτή την ομάδα αποτέλεσε για τις ίδιες πηγή έμπνευσης, προβληματισμού και θαυμασμού. Πέρα από την εντυπωσιακή ικανότητα των συμμετεχουσών να επινοούν δημιουργικές λύσεις και τη δεκτικότητά τους στον αυτοσχεδιασμό, εντυπωσιάστηκαν από το υψηλό επίπεδο επίγνωσης και ευαισθησίας που

επέδειξαν. Η φυσική τους ανάγκη να διασφαλίζουν την άνεση τόσο τη δική τους όσο και των υπολοίπων είχε ως αποτέλεσμα, ιδιαίτερα στην αρχή της διαδικασίας, να προσεγγίζουν τα ζητήματα με μεγάλη προσοχή και σχολαστικότητα, για παράδειγμα κατά τη διαμόρφωση του συμβολαίου της ομάδας. Καθώς για τις περισσότερες η συμμετοχή σε μια ομάδα δεν αποτελούσε πρωτόγνωρη εμπειρία, αξιοποίησαν όσα είχαν αποκομίσει από προηγούμενες εμπειρίες, λαμβάνοντας προληπτικά υπόψη παράγοντες που θα μπορούσαν να προκαλέσουν δυσφορία είτε στις ίδιες είτε σε κάποιο άλλο μέλος της ομάδας. Αυτό επιμήκυνε ορισμένα στάδια της διαδικασίας και απαιτούσε από τις διοργανώτριες σημαντική ευελιξία, για παράδειγμα ως προς την επιλογή και την προσαρμογή των εργαλείων ή των σκηνικών λύσεων.

Οι εκπρόσωποι του Συλλόγου Kobietostan έκριναν ότι στην υλοποίηση αυτού του τύπου έργων είναι εξαιρετικά σημαντικό να:

- διασφαλίζεται ότι το συμβόλαιο της ομάδας είναι ένα πραγματικό εργαλείο και όχι απλώς μια τυπική διαδικασία,
- υπάρχει η δυνατότητα χρήσης εποπτείας,
- υπάρχει ενσυνείδητη ηγεσία (δημιουργία χώρου για συζήτηση, ικανότητα ακρόασης αλλά και ετοιμότητα για τη θέσπιση ορίων και τη λήψη αποφάσεων).

## Μέρος III: Συμμετοχή

Πιστεύετε ότι η διαδικασία στην οποία ήσασταν συμμετέχοντες και εμπυχωτές είχε συμμετοχικό χαρακτήρα; Γιατί;

Μετά από αυτό το έργο, έχετε κάποιες νέες σκέψεις για το συμμετοχικό θέατρο; Ποιες είναι αυτές;

Το επίπεδο δέσμευσης των συμμετεχουσών αυξήθηκε ή μειώθηκε κατά τη διάρκεια της διαδικασίας;

Συντονίσατε/κατευθύνατε αυτή τη δέσμευση με κάποιον τρόπο, και αν ναι, πώς;

### Ομάδα 1 – Restart Theater Athens

Οι διοργανώτριες απάντησαν μέσα από το πρίσμα του τι θεωρούν απαραίτητο ώστε η διαδικασία να είναι πραγματικά συμμετοχική, υποδεικνύοντας συγκεκριμένες συνθήκες και εργαλεία που, από κοινού, συγκροτούν ένα συμμετοχικό σύνολο:

- συμβόλαιο – ως θεμέλιο κοινών κανόνων και αμοιβαίων υποχρεώσεων,
- ομότιμη εποπτεία (peer supervision) – αμοιβαία υποστήριξη στον ρόλο των εμπυχωτριών,
- ενεργητική ακρόαση – ενσυνείδητη προσοχή στις φωνές των συμμετεχουσών ως βάση για δράση,
- ισχυρή ηγεσία – υπεύθυνη καθοδήγηση της ομάδας χωρίς κυριαρχία,
- διατήρηση των ορίων της ομάδας – προκειμένου να διαφυλαχθεί ένας ασφαλής χώρος,
- εύρεση συστήματος υποστήριξης (π.χ. εποπτεία) – ως στοιχείο που βοηθά στη διαχείριση του τραύματος,
- διαθεσιμότητα ψυχολόγου,
- διατήρηση της ψυχραιμίας,
- αναστοχασμός για το μέλλον – σκέψη γύρω από το τι θα ακολουθήσει μετά την ολοκλήρωση του έργου.

Οι διοργανώτριες τόνισαν ότι η διαδικασία είχε συμμετοχικό χαρακτήρα από την αρχή έως το τέλος, καθώς κάθε άτομο συμμετείχε σε ένα συγκεκριμένο επίπεδο λήψης αποφάσεων, τόσο ως συμμετέχουσα όσο και ως μέλος της οργανωτικής ομάδας. Η ενεργός συμμετοχή αφορούσε και στο περιεχόμενο της παράστασης: οι συμμετέχουσες αποφάσιζαν οι ίδιες τι θα πουν στη σκηνή, γράφοντας τα δικά τους κείμενα, ορισμένες μάλιστα για πρώτη φορά. Οι διοργανώτριες προέβαιναν μόνο σε μικρές διορθώσεις, αφήνοντας στις συμμετέχουσες την αυτενέργεια ως προς τον λόγο και τη σκηνική τους παρουσία. Σύμφωνα με τις διοργανώτριες, στο πλαίσιο του συμμετοχικού θεάτρου δεν προέκυψε κάτι θεμελιωδώς νέο. Ωστόσο, μετά την ολοκλήρωση της διαδικασίας, αισθάνονται μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση και είναι ακόμη πιο πεπεισμένες ότι η θεατρική τέχνη αποτελεί ένα ισχυρό εργαλείο για την εμβάθυνση της δημοκρατίας και της συμμετοχής.

## **Ομάδα 2 – Društvo ZIZ**

Μια νέα ματιά στο συμμετοχικό θέατρο μετά από αυτό το έργο προέκυψε από την ανακάλυψη ότι οι συμμετέχουσες ήταν το δικό τους υλικό: με το μυαλό και το σώμα τους. Όχι μόνο ερμήνευαν σκηνές, αλλά και τις συνδημιουργούσαν οι ίδιες. Για τους διοργανωτές, αυτή είναι η βασική κατανόηση της συμμετοχής: η δημιουργική ύλη της παράστασης αναδύεται από τις ίδιες τις συμμετέχουσες και δεν τους επιβάλλεται από έξω. Μια σημαντική νέα σκέψη ήταν επίσης η επισήμανση της αξίας της ανατροφοδότησης (feedback) που έρεε και προς τις δύο κατευθύνσεις, γεγονός που έδωσε στη διαδικασία τον χαρακτήρα ενός ισότιμου διαλόγου. Οι διοργανωτές παρατήρησαν ότι χρησιμοποίησαν τα ίδια εργαλεία με πριν, αλλά αυτή τη φορά λειτούργησε καλύτερα. Ένας βασικός αναστοχασμός αφορούσε τον δικό τους ρόλο ως εμπυχωτριών και σκηνοθετριών. Μέσα από τη διαδικασία ανακάλυψαν νέους τρόπους εργασίας στο πλαίσιο του συμμετοχικού θεάτρου, όχι μόνο σε σχέση με τις συμμετέχουσες, αλλά και με τις συναδέλφους, τις συνεργάτιδές τους και τους εταίρους από τους άλλους οργανισμούς. Το συμμετοχικό θέατρο αναδείχθηκε έτσι σε έναν χώρο μάθησης της συμμετοχής σε πολλαπλά επίπεδα: στο εσωτερικό της ομάδας, μεταξύ των διοργανωτριών και στη σχέση τους με τις συμμετέχουσες.

### **Ομάδα 3 – Stowarzyszenie Kobietostan**

Οι εκπρόσωποι τόνισαν ότι σε αυτό το έργο άφησαν στις συμμετέχουσες πολύ χώρο για αυτοσχεδιασμό, γεγονός που τους έδειξε επίσης ένα νέο πρόσωπο δημιουργικών εξερευνήσεων. Ο ρόλος τους ως σκηνοθετριών περιοριζόταν συχνά στην επιλογή ιδεών. Σημείωσαν ότι παρά την απρόβλεπτη μορφή και την εξαιρετικά περιορισμένη επιρροή, ένιωσαν ικανοποιημένες ως καλλιτέχνιδες. Παρά τη συγκεκριμένη φόρμουλα, είχαν την πεποίθηση ότι δεν εγκατέλειψαν το δικό τους όραμα. Με άλλα λόγια: συμμετοχικό θέατρο δεν σήμαινε για εκείνες ολοκληρωτική υποταγή στις συμμετέχουσες εις βάρος της δικής τους καλλιτεχνικής ακεραιότητας.

Χάρη σε αυτή την εμπειρία, απέκτησαν νέες σκέψεις και για το θέμα της ηγεσίας. Για πρώτη φορά αποφάσισαν να συν-σκηνοθετήσουν. Επιπλέον, διαπίστωσαν ότι σε μια τέτοια εκδοχή, το συμμετοχικό θέατρο απαιτεί από το σκηνοθετούν πρόσωπο την ετοιμότητα να παραχωρήσει τον έλεγχο και τη δεκτικότητα σε αυτό που δεν γνωρίζει ακόμα. Στη δήλωσή τους, αποτυπώθηκε μια νέα αντίληψη για τη συμμετοχή: συμμετοχή σημαίνει επίσης να λες «όχι» – η συμμετοχή δεν σημαίνει μόνο συμφωνία και συμπερίληψη, αλλά περιλαμβάνει επίσης το δικαίωμα στην άρνηση και τη θέσπιση ορίων.

### **Μέρος IV: Κοινωνική αλλαγή**

Ποιες αλλαγές παρατηρήσατε στις συμμετέχουσες (ατομικά και στην ομάδα) κατά τη διάρκεια της διαδικασίας;

Κατά γνώμη σας, τι θα έπρεπε να συμβεί ώστε αυτή η αλλαγή να είναι μόνιμη;

Πιστεύετε ότι αυτό το έργο μπορεί να αποτελέσει στοιχείο διαμόρφωσης μιας ευρύτερης κοινωνικής αλλαγής; Γιατί;

## **Ομάδα 1 – Θέατρο Restart Αθήνα**

Οι διοργανώτριες παρατήρησαν πολλές αλλαγές στις συμμετέχουσες. Το μοίρασμα εμπειριών στο φόρουμ βοήθησε τα επόμενα άτομα να ανοιχτούν. Στιγμές καμπής εμφανίστηκαν στη διαδικασία: ορισμένες συμμετέχουσες, που προηγουμένως είχαν μοιραστεί μόνο δευτερεύουσες ιστορίες, άρχισαν να μιλούν πιο δυνατά για τις δικές τους εμπειρίες. Σε επίπεδο ομάδας, η αλλαγή ήταν σαφής: μέσα από το μεγαλύτερο άνοιγμα, η ομάδα έγινε πιο αλληλέγγυα. Κατά τη διάρκεια της διαδικασίας εμφανίστηκε περισσότερη υπομονή, υποστήριξη και αγάπη.

Οι εκπρόσωποι σημείωσαν στο πλαίσιο της κοινωνικής αλλαγής ότι γνωρίζουν πως μετά το τέλος του έργου, οι συμμετέχουσες μπορεί να επιστρέψουν στις παλιές συνήθειες (το αν θα χρησιμοποιήσουν αυτή την εμπειρία εξαρτάται από τις ίδιες). Ταυτόχρονα, τόνισαν ότι σε αυτό το πλαίσιο θα ήταν εξαιρετικά σημαντικό να δημιουργηθούν περαιτέρω ευκαιρίες για συνεργασία, αν και ορισμένες συμμετέχουσες είναι αρκετά ικανοποιημένες με όσα πέτυχαν, ώστε να μην χρειάζονται συνέχεια. Οι ερωτηθείσες σημείωσαν ότι για να πυροδοτηθεί η κοινωνική αλλαγή, χρειάζονται πολλές μικρές δράσεις που συμβαίνουν ταυτόχρονα σε διαφορετικά μέρη σε όλο τον κόσμο. Χρειάζεται επίσης χρόνος για να φανούν και να αξιολογηθούν τα αποτελέσματα. Τόνισαν ότι πρέπει να υπάρξει ένας συνδυασμός: άνθρωποι που εργάζονται για τη βελτίωση των κοινωνικών συνθηκών, που εκπροσωπούν το θέατρο, εμείς οι ίδιοι και άλλοι· μόνο η κοινή δράση διαφόρων οντοτήτων μπορεί να υποστηρίξει και να εδραιώσει την πραγματική κοινωνική αλλαγή.

## **Ομάδα 2 – Društvo ZIZ**

Οι διοργανώτριες παρατήρησαν ότι στην αρχή υπήρχαν πολλές αποσυρμένες, κλειστές ή δύσκολες στάσεις. Ωστόσο, δημιούργησαν έναν χώρο που άρχισε να αναπτύσσεται και να ωριμάζει: οι συμμετέχουσες ανέκτησαν τη δύναμη, το χάρισμα και την παρουσία τους. Η βασική αλλαγή ήταν η μετάβαση από το κλείσιμο και την αντίσταση στην αρχή, στην άνθηση και τη διεκδίκηση του εαυτού τους καθώς η διαδικασία συνεχιζόταν, γεγονός που οι οργανωτές αποδίδουν κυρίως στη δημιουργία ενός κατάλληλου, ασφαλούς χώρου για κάθε συμμετέχουσα.

Πρόσθεσαν ότι οι συμμετέχουσες θέλουν να συνεχίσουν να εργάζονται μαζί με το Društvo ZIZ. Σημείωσαν ότι βλέπουν την ανάγκη να κλείσει η διαδικασία που συνέβη στο πλαίσιο αυτού του έργου. Υπέδειξαν έναν συγκεκριμένο τομέα αντίκτυπου: το συμμετοχικό θέατρο θα μπορούσε να υποστηρίξει νέους ανθρώπους με προβλήματα ψυχικής υγείας, τα οποία γίνονται όλο και πιο σοβαρά. Αυτό, κατά τη γνώμη τους, είναι ένα πραγματικό μονοπάτι προς έναν ευρύτερο κοινωνικό αντίκτυπο.

### **Ομάδα 3 – Stowarzyszenie Kobietostan**

Οι διοργανώτριες παρατήρησαν μια αύξηση στο επίπεδο του θάρρους στην ομάδα: οι συμμετέχουσες άρχισαν να λένε τη δική τους αλήθεια δυνατά. Κάποιες από αυτές έμαθαν να προσαρμόζονται στην ομάδα και ταυτόχρονα επέκτειναν τη ζώνη άνεσής τους. Έγιναν όλο και πιο ανοιχτές, επίσης στη σκηνή. Μια σημαντική αλλαγή ήταν το σπάσιμο των φραγμών χωρίς εξαναγκασμό: οι συμμετέχουσες το έκαναν με τη δική τους ελεύθερη βούληση, με τον δικό τους ρυθμό. Οι συμμετέχουσες βίωσαν μια νέα αίσθηση του ανήκειν στην ομάδα, η οποία άλλαξε την εικόνα που είχαν για τον εαυτό τους. Ως αποτέλεσμα, ένιωσαν πιο πολύτιμες, εμφανίστηκε μια εσωτερική φωνή: «Είμαι αρκετή». Η ομάδα σημείωσε ότι η αλλαγή δεν εξαρτάται από τις ίδιες (δεν θέλουν να είναι υπεύθυνες για αυτήν), αλλά από τις ίδιες τις συμμετέχουσες. Οι επικεφαλής τόνισαν ότι υπάρχει ανάγκη για πολλά παρόμοια έργα και ανθρώπους που θα εφαρμόσουν αυτού του είδους την πρακτική. Σημείωσαν ότι κάθε μικρή αλλαγή προς αυτή την κατεύθυνση είναι απαραίτητη και πολύτιμη.

## Η οπτική γωνία των συμμετεχουσών στην αρχή του έργου

Η έρευνα μέσω ομάδων εστίασης διεξήχθη χρησιμοποιώντας ένα ερευνητικό σενάριο, το οποίο αποτελούνταν συνολικά από 13 ερωτήσεις ή προτάσεις, χωρισμένες σε τέσσερα κύρια θεματικά νήματα:

- επικοινωνία,
- κοινωνικός αποκλεισμός,
- συμμετοχή
- και κοινωνική αλλαγή.

Τις πραγματοποιήσαμε με τις ακόλουθες μορφές και ημερομηνίες:

- 10 Ιανουαρίου 2026 (διαδικτυακή μορφή, συμπληρωματικά στα αγγλικά και τα σλοβενικά)· συμμετέχουσες στο συμμετοχικό θέατρο στο Društvo ZIZ.
- 2 Φεβρουαρίου 2026 (διαδικτυακή μορφή, συμπληρωματικά στα αγγλικά και τα ελληνικά)· συμμετέχουσες στο συμμετοχικό θέατρο στη Restart Theater Athens
- 5 Μαρτίου 2026 (ζωντανή συνάντηση, πολωνική γλώσσα)· συμμετέχουσες στο συμμετοχικό θέατρο στο Stowarzyszenie Kobietostan.

Οι δηλώσεις των ατόμων που έλαβαν μέρος στην έρευνα απομαγνητοφωνήθηκαν και στη συνέχεια υποβλήθηκαν σε ποιοτική ανάλυση και συνοπτική περιγραφή, την οποία παρουσιάζουμε παρακάτω.

### Μέρος I: Επικοινωνία

Τι πιστεύετε ότι είναι η επικοινωνία; Σε τι χρησιμεύει;  
Τι είναι η επικοινωνία στο ZIZ / Restart / Kobietostan;  
Τι σας προσφέρει, τι σας επιτρέπει;

## **Ομάδα 1 – Θέατρο Restart Αθήνα**

Οι συμμετέχουσες συμφώνησαν ότι η επικοινωνία είναι μια διαδικασία στην οποία είναι παρόντες ένας πομπός και ένας δέκτης. Ταυτόχρονα σημείωσαν ότι είναι μια έννοια που μπορεί να γίνει κατανοητή με διάφορους τρόπους: π.χ. ως λεκτική επικοινωνία, αλλά και ως μη λεκτική (εμφάνιση ή γλώσσα του σώματος). Κάθε μία από τις συμμετέχουσες έδωσε μια απάντηση-λέξη κλειδί στο ερώτημα τι είναι η επικοινωνία για εκείνη. Η λίστα περιλάμβανε, μεταξύ άλλων: ανάγκη, κατανόηση, συναισθήματα, δημιουργία, σεβασμός, ενεργή ακρόαση.

Η επικοινωνία στη Restart Theater Athens ταυτίστηκε από τις συμμετέχουσες με τον σεβασμό, τη συνεργασία που βασίζεται σε σαφείς κανόνες, το να εισακούγονται και να μαθαίνουν να ακούν, την αλληλεπίδραση, την αλληλεγγύη, τη χαλάρωση, την υποστήριξη, την ασφάλεια, την απουσία κριτικής και τη θετική παρακίνηση. Θεώρησαν ότι η επικοινωνία στη Restart Theater Athens τους δίνει μια αίσθηση ενότητας και κοινότητας (αλληλεγγύη), γαλήνη, ενδυνάμωση (empowerment), μια αίσθηση αποδοχής, τη δυνατότητα να εκφραστούν και να εξερευνήσουν τον εσωτερικό κόσμο, ευκαιρίες για παιχνίδι, αλλά και για την αντιμετώπιση προκλήσεων. Οι συμμετέχουσες μοιράστηκαν επίσης τον αναστοχασμό ότι σε στιγμές κρίσης (αίσθηση αποτυχίας) τυχαίνει να ξεχνούν όλα τα προαναφερθέντα οφέλη.

## **Ομάδα 2 – Društvo ZIZ**

Οι συμμετέχουσες όρισαν την επικοινωνία ως μια διαδικασία που συμβαίνει μεταξύ δύο ή περισσότερων ανθρώπων, στόχος της οποίας είναι η επίτευξη μιας συμφωνίας (νοούμενη ως μια κατάσταση στην οποία οι ανάγκες όλων εισακούγονται). Διαισθητικά άρχισαν επίσης να αξιολογούν την επικοινωνία. Χαρακτήρισαν την καλή επικοινωνία ως εκείνη που βασίζεται σε ισότιμες σχέσεις, χωρίς στοιχεία επιβολής γνώμων ή πεποιθήσεων. Υπέδειξαν ότι είναι μια διαδικασία στην οποία μπορεί κανείς να μιλήσει ανοιχτά (ακόμη και για τα αρνητικά), χωρίς να χρησιμοποιεί χειραγωγικά τεχνάσματα και επίσης χωρίς να παίρνει τα λόγια του συνομιλητή πολύ προσωπικά. Οι ερωτηθείσες θεώρησαν την ικανότητα για

ενεργή ακρόαση ως βασικό στοιχείο της επικοινωνίας. Ταυτόχρονα, σύμφωνα με κάποιες, το «να είσαι καλός στην επικοινωνία» (νοούμενο ως υψηλό επίπεδο επικοινωνιακών δεξιοτήτων και ικανοτήτων) είναι απαραίτητο, όχι μόνο για την επίτευξη επιτυχίας, αλλά και για την «επιβίωση» στον σημερινό κόσμο. Προσοχή δόθηκε επίσης στην ιδιαιτερότητα της σλοβενικής γλώσσας, στην οποία ο τρόπος προσφώνησης (χρήση συγκεκριμένων τύπων ευγενείας) μπορεί να υποδηλώνει ιεραρχία και το πλεονέκτημα ενός ατόμου έναντι ενός άλλου. Σε αυτό το πλαίσιο, οι συμμετέχουσες αναφέρθηκαν στην αγγλική γλώσσα, την οποία θεώρησαν πιο άμεση και ευνοϊκή για την επίλυση προβλημάτων.

Χαρακτηρίζοντας την επικοινωνία στο Σύλλογο ZIZ, οι συμμετέχουσες σημείωσαν ότι είναι εθελοντική, γεμάτη σεβασμό και υποστήριξη (όλοι έχουν χρόνο να μιλήσουν και δικαίωμα να ακουστούν, αλλά δεν υπάρχει καταναγκασμός για ενεργό συμμετοχή). Σημείωσαν επίσης ότι θεμέλιο της είναι η εμπιστοσύνη και ο σεβασμός της ιδιωτικότητας (π.χ. στο πλαίσιο του να μην μεταφέρονται οι συζητούμενες ιστορίες εκτός της ομάδας). Αναφέρθηκαν επίσης στο συμβόλαιο που συνέταξαν από κοινού. Τόνισαν τη χρησιμότητά του, π.χ. σε καταστάσεις σύγκρουσης, τις οποίες θεώρησαν αναπόσπαστο στοιχείο της διαδικασίας. Επιπλέον, υπογράμμισαν ότι η αίσθηση ασφάλειας και επικοινωνιακής άνεσης που τις συνοδεύει, από τη μια πλευρά επιτρέπει το κοινό παιχνίδι και τις ανοησίες, και από την άλλη τη βαθιά εργασία εργαστηρίου με τα συναισθήματα.

### **Ομάδα 3 – Stowarzyszenie Kobietostan**

Οι συμμετέχουσες αναφέρθηκαν σε διαφορετικά είδη επικοινωνίας, όπως η επικοινωνία σε επίπεδο τοπικής κοινότητας, η επικοινωνία μέσω εικόνας και οι τηλεπικοινωνίες. Αρχικά αντιλαμβάνονταν τη διαπροσωπική επικοινωνία ως μια διαδικασία μετάδοσης με συγκεκριμένο πομπό και δέκτη. Επισήμαναν τις διαφορετικές μορφές της (λεκτική και μη λεκτική), καθώς και τους διαύλους και τα μέσα μέσω των οποίων πραγματοποιείται. Ως βασικούς σκοπούς της επικοινωνίας προσδιόρισαν την επίτευξη συμφωνίας και τη μετάδοση πληροφοριών.

Σημείωσαν ότι στο πλαίσιο του έργου η επικοινωνία αναπτύσσεται σε πολλά επίπεδα και μέσω διαφορετικών διαύλων. Αναφέρθηκαν στην

ομάδα στο WhatsApp, η οποία χρησιμοποιείται όχι μόνο για τη συζήτηση οργανωτικών ζητημάτων, αλλά και για την ανταλλαγή ιδεών και πηγών έμπνευσης. Την περιέγραψαν ως έναν κοινό ψηφιακό χώρο. Παρατήρησαν ότι κατά τις διά ζώσης συναντήσεις επικοινωνούν τόσο λεκτικά όσο και μέσω της σωματικής έκφρασης. Τόνισαν ότι η επικοινωνία αποτελεί τρόπο ανοίγματος προς την άλλη και καθιστά δυνατή τη συνδημιουργία. Λειτουργεί ως μέσο γνωριμίας με τον εαυτό και τους άλλους, μετάδοσης νοημάτων και ρύθμισης των συναισθημάτων. Οι συμμετέχουσες διέκριναν επίσης τη διατύπωση ενός μηνύματος από τον διάλογο. Τέλος, αναφέρθηκαν στο «μενού», δηλαδή στο συμβόλαιο που διαμόρφωσαν στην αρχή της διαδικασίας.

## Μέρος II: Κοινωνικός αποκλεισμός

Τι πιστεύετε ότι είναι ο κοινωνικός αποκλεισμός;  
Αισθάνεστε μερικές φορές αποκλεισμένες στην  
καθημερινή σας ζωή; Πότε; Γιατί;

### Ομάδα 1 – Restart Theater Athens

Οι συμμετέχουσες όρισαν τον κοινωνικό αποκλεισμό ως μια κατάσταση κατά την οποία ένα άτομο δεν ανταποκρίνεται στην κυρίαρχη αντίληψη για το τι θεωρείται κοινωνικά αποδεκτό. Ένα τέτοιο άτομο βιώνει περιθωριοποίηση και έλλειψη ισότητας. Η διαφορετικότητά του δεν γίνεται αποδεκτή, ενώ δεν έχει τη δυνατότητα να εκφράσει τα συναισθήματα ή τις πεποιθήσεις του. Μεταξύ των παραγόντων που μπορούν να αποτελέσουν λόγο κοινωνικού αποκλεισμού, οι συμμετέχουσες ανέφεραν, μεταξύ άλλων:

- οικονομικά ζητήματα,
- θρησκεία,
- σεξουαλικό προσανατολισμό,
- επίπεδο εκπαίδευσης,
- φυλή,
- οικογενειακή κατάσταση.

Δήλωσαν ομόφωνα ότι καθεμία από αυτές είχε βιώσει κάποια μορφή κοινωνικού αποκλεισμού (π.χ. στην εργασία, στις οικογενειακές σχέσεις ή σε άλλες κοινωνικές περιστάσεις). Μίλησαν για αποκλεισμό λόγω φύλου, εμπειρίας σεξουαλικής βίας, ηλικίας, εμφάνισης και οικογενειακής ή συζυγικής κατάστασης. Σημείωσαν ότι, ως γυναίκες, βιώνουν πολύ συχνά μια περιορισμένη αίσθηση ασφάλειας, για παράδειγμα όταν μετακινούνται μόνες.

## **Ομάδα 2 – Društvo ZIZ**

Αρχικά, οι συμμετέχουσες όρισαν τον κοινωνικό αποκλεισμό μέσα από το πρίσμα των ανθρώπων που τον βιώνουν. Κατά τη γνώμη τους, πρόκειται για μια κατάσταση στην οποία ένα άτομο, για κάποιον λόγο, αισθάνεται ότι δεν μπορεί να συμμετέχει ισότιμα στην κοινωνία. Νιώθει ότι δεν ανήκει και ότι δεν υπάρχει χώρος γι' αυτό.

Επισημάναν επίσης ότι ο κοινωνικός αποκλεισμός αποτελεί μια διαδικασία. Τον περιέγραψαν μέσα από δύο οπτικές: αφενός ως μια διαδικασία που μπορεί να ξεκινήσει από την ίδια την ομάδα, εντός της οποίας συντελείται ο αποκλεισμός, και αφετέρου ως μια διαδικασία που μπορεί να ξεκινήσει από το ίδιο το άτομο, το οποίο τελικά οδηγείται στον αποκλεισμό. Μεταξύ των παραγόντων που μπορούν να αποτελέσουν λόγο κοινωνικού αποκλεισμού, οι συμμετέχουσες ανέφεραν, μεταξύ άλλων:

- χαρακτηριστικά της προσωπικότητας,
- δεξιότητες,
- φυλή,
- φύλο,
- σεξουαλικό προσανατολισμό.

Αναφέρθηκαν επίσης στο φαινόμενο της αναλυτικής παράλυσης (analysis paralysis), το οποίο μπορεί να βιώσει ένα άτομο που υφίσταται κοινωνικό αποκλεισμό. Σε μια τέτοια περίπτωση, δυσκολεύεται να αξιολογήσει κριτικά τη λειτουργία της ομάδας και εστιάζει αποκλειστικά στα δικά του ελαττώματα και τις ελλείψεις του, θεωρώντας ότι αυτά αποτελούν την αιτία του αποκλεισμού του.

Οι συμμετέχουσες δήλωσαν ομόφωνα ότι όλες είχαν βιώσει κάποια μορφή κοινωνικού αποκλεισμού, για παράδειγμα:

- στην εργασία (σε μια ομάδα ή στο στάδιο της αναζήτησης εργασίας, π.χ. θέσεις που προορίζονται αποκλειστικά για άνδρες ή διακρίσεις εις βάρος ανύπαντρων μητέρων),
- στις κοινωνικές σχέσεις (ειδικά στο αρχικό στάδιο μιας γνωριμίας),
- σε δημόσιες υπηρεσίες (π.χ. στο πλαίσιο των κριτηρίων για τη χορήγηση οικονομικής υποστήριξης),
- σε ιατρεία.

### **Ομάδα 3 – Stowarzyszenie Kobietostan**

Οι συμμετέχουσες ξεκίνησαν τη συζήτηση διερευνώντας συνειρμούς γύρω από τον όρο κοινωνικός αποκλεισμός. Ανέφεραν λέξεις-κλειδιά όπως: εξοστρακισμός, στιγματισμός, άνιση πρόσβαση, κοινωνική πίεση, απανθρωποποίηση, περιορισμός της αυτενέργειας. Εκτός από την παράθεση εννοιών, ανέλαβαν να δημιουργήσουν τον δικό τους ορισμό. Κατά τη γνώμη τους, ο κοινωνικός αποκλεισμός είναι μια κατάσταση στην οποία ένα άτομο στερείται ή έχει περιορισμένη πρόσβαση σε δικαιώματα ή πόρους.

Μεταξύ των παραγόντων κοινωνικού αποκλεισμού αναφέρθηκαν: το φύλο, το σωματικό βάρος, οι εθισμοί, η μονογονεϊκότητα, η φτώχεια, καθώς και η ψυχική υγεία ή η ηλικία. Οι συμμετέχουσες σημείωσαν ότι μια από τις μη προφανείς εκδηλώσεις αποκλεισμού μπορεί να είναι, για παράδειγμα, η υπερπροστατευτική στάση.

Ανέδειξαν επίσης το ζήτημα του «να είσαι κολλημένος στον αποκλεισμό». Επισήμαναν την ανεπάρκεια των εργαλείων που μπορούν να αποτρέψουν τον αποκλεισμό ή να υποστηρίξουν τη συμπερίληψη, τόσο σε κοινωνικό όσο και σε ατομικό/προσωπικό επίπεδο.

### Μέρος III: Συμμετοχή

Αισθάνεστε στην καθημερινή σας ζωή ότι έχετε επιρροή σε κάτι; Αν ναι, σε τι;

Αισθάνεστε ότι ανήκετε σε αυτή την ομάδα; Σε τι έχετε επιρροή εδώ; Υπάρχουν κανόνες που σας δεσμεύουν εδώ; Ποιος τους όρισε; Πώς επηρεάζουν τη λειτουργία σας; Πώς πάει η συνεργασία σας με τους εκπροσώπους των ZIZ / Restart / Kobietostan;

Πως θα περιγράφατε τον ρόλο τους; Για τι πράγμα είναι υπεύθυνοι;

Κατά τη γνώμη σας, ποιο είναι το πιο σημαντικό πράγμα κατά τη διάρκεια των δοκιμών (προβών);

Πώς αισθάνεστε εδώ; Ποιες συνθήκες πρέπει να πληρούνται ώστε να αισθάνεστε σημαντικό μέρος αυτής της ομάδας;

Αν συγκρίνετε αυτή την εμπειρία με προηγούμενες δικές σας, υπάρχει κάτι ξεχωριστό σε αυτήν; Τι την κάνει να ξεχωρίζει;

#### Ομάδα 1 – Θέατρο Restart Αθήνα

Οι συμμετέχουσες υπέδειξαν πολλούς τομείς στους οποίους αισθάνονται ότι έχουν επιρροή στην καθημερινή τους ζωή. Ήδη από τις πρώτες εβδομάδες της συνεργασίας, τόνισαν την ουσία της εμπειρίας της εργασίας σε μια αποκλειστικά γυναικεία ομάδα, όπου για πρώτη φορά ένιωσαν ότι η φωνή τους ακούστηκε με μεγαλύτερη προσοχή από ό,τι πριν. Αρκετές ερωτηθείσες σημείωσαν ότι το ανήκειν σε αυτή την ομάδα δεν ήταν προφανές από την αρχή: το ξεκίνημα ήταν δύσκολο, αλλά η ομάδα εξελίχθηκε με τον χρόνο. Οι ερωτηθείσες υπογράμμισαν ότι η ψυχολογική υποστήριξη παίζει πολύ σημαντικό ρόλο, η οποία κυκλοφορεί τόσο μεταξύ τους όσο και από τη θεραπεύτρια που είναι παρούσα στην ομάδα. Ήδη στο στάδιο της αρχικής διερεύνησης, οι συμμετέχουσες ένιωθαν επιρροή σε τρία επίπεδα ταυτόχρονα:

- • στη δυναμική της ομάδας,
- στον εαυτό τους,
- στη μορφή της παράστασης.

Δήλωσαν ότι η θεατρική διαδικασία τις βοηθά να αναγνωρίσουν τα δικά τους προβλήματα και να ξεπεράσουν τους περιορισμούς. Ένιωθαν ότι μπορούσαν να εκφράσουν ό,τι ήθελαν και να έχουν πραγματικό μερίδιο στη διαμόρφωση της παράστασης. Δούλεψαν μια κοινή σκηνική γλώσσα και ομαδική ενέργεια, κάτι σαν έναν κοινό κώδικα που ανήκει αποκλειστικά σε αυτές. Υπογράμμισαν τη σημασία του συμβολαίου, δηλαδή ενός συνόλου κανόνων που επεξεργάστηκαν μαζί. Το συμβόλαιο κάλυπτε τόσο οργανωτικά όσο και σχεσιακά ζητήματα. Η ομάδα δήλωσε ότι μεριμνά ώστε κάθε γυναίκα να βλέπεται και να ακούγεται σε ισότιμο βαθμό.

Οι συμμετέχουσες συμφώνησαν ότι το πόσο καλά λειτουργεί η συνεργασία ευνοεί τη συμμετοχή. Ορισαν τον ρόλο των επικεφαλής ως έναν συνδυαστικό κρίκο (είναι εκείνες που ενθαρρύνουν τις γυναίκες να ξεπεράσουν τους φόβους τους και να εκφράσουν αυτό που αισθάνονται και θέλουν). Οι συμμετέχουσες τόνισαν ότι οι επικεφαλής είναι εξαιρετικά βοηθητικές στην πραγμάτωση της παράστασης: εμπνέουν, ακούν και δίνουν κουράγιο. Υπογράμμισαν τη σημασία ενός ασφαλούς περιβάλλοντος, χωρίς διακρίσεις. Κάποιες από αυτές είχαν συμμετάσχει προηγουμένως σε άλλες θεατρικές ομάδες που δεν διέθεταν αυτά τα στοιχεία και παρατήρησαν τη διαφορά. Συμφώνησαν ότι παρόλο που το έργο θα διαρκέσει λίγο ακόμα, αυτό που έχουν ήδη βρει σε αυτό είναι κάτι νέο και πολύτιμο για εκείνες. Η αίσθηση της σημασίας συνέβαλε επίσης στην οικοδόμηση αμοιβαίας εμπιστοσύνης και αναπτυσσόμενων σχέσεων μεταξύ των συμμετεχουσών – η επίγνωση ότι βρίσκονται στην ίδια πλευρά, ότι καταλαβαίνουν η μία την άλλη, ότι μέσα από την κοινή εργασία έρχονται πιο κοντά.

## **2 – Društvo ZIZ**

Οι συμμετέχουσες συμφώνησαν ότι έχουν επιρροή σε ορισμένες πτυχές της ζωής τους, αν και σημείωσαν ότι πρόκειται για ένα ζήτημα που αφορά κυρίως το άτομο. Θεώρησαν τις αντιδράσεις και τις συμπεριφορές τους στις διαπροσωπικές σχέσεις πρωτίστως ως τομείς στους οποίους έχουν ουσιαστική επιρροή. Η αίσθηση της επιρροής, κατά τη γνώμη τους, έχει κυρίως εσωτερική διάσταση και αφορά τις δικές τους επιλογές και όχι εξωτερικές συνθήκες. Οι ερωτηθείσες δήλωσαν ότι ανήκουν στην ομάδα και αναλαμβάνουν την ευθύνη που συνδέεται

με αυτό. Ένα σημαντικό στοιχείο για αυτές ήταν το συναίσθημα της αποδοχής – σε αυτή την ομάδα δεν χρειάζεται να προσποιείσαι ή να προσαρμόζεσαι με το ζόρι στις προσδοκίες· μπορείς να είσαι ο εαυτός σου χωρίς τον φόβο της απόρριψης.

Οι συμμετέχουσες υπέδειξαν ότι εντός της ομάδας αισθάνονται κάποια μορφή εσωτερικής δύναμης και την ικανότητα να ξεπεράσουν τα δικά τους όρια. Τη διαδικασία στην οποία συμμετέχουν τη βίωσαν ως κάτι που τις ωθεί έξω από τη ζώνη άνεσής τους, αλλά με θετικό τρόπο. Επιβεβαίωσαν ότι υπάρχουν κανόνες στην ομάδα (ένα γραπτό συμβόλαιο). Οι κανόνες θεσπίστηκαν από τα άτομα που καθοδηγούν τα θεατρικά εργαστήρια και οι συμμετέχουσες τους αποδέχθηκαν τη στιγμή της ένταξής τους στην ομάδα. Στο ερώτημα σχετικά με τον αντίκτυπο των κανόνων στη λειτουργία της ομάδας, οι συμμετέχουσες επισήμαναν ένα παράδοξο: η πειθαρχία είναι μια μορφή ελευθερίας. Χάρη στους κανόνες, κανείς δεν αισθάνεται χαμένος κατά τη διάρκεια των συναντήσεων· αντίθετα, η άνεση και η αίσθηση ασφάλειας αυξάνονται – ακόμη κι αν σε κάποιο βαθμό αυτό συνίσταται στην προσαρμογή στο επιβληθέν πλαίσιο.

Οι συμμετέχουσες περιέγραψαν τη συνεργασία με τις διοργανώτριες ως πολύ υποστηρικτική. Τόνισαν επίσης ένα σημαντικό πλαίσιο: ως γυναίκες έμαθαν σε όλη τους τη ζωή να κάνουν ό,τι τους λένε. Εν τω μεταξύ, σε αυτή τη διαδικασία ενθαρρύνονται να είναι ο εαυτός τους. Δήλωσαν ότι αυτή η εμπειρία είναι μια ευκαιρία για αυτές να μάθουν την αυτοαγάπη, τον σεβασμό για τον εαυτό τους και για τους άλλους. Ανέδειξαν αρκετές πτυχές που διακρίνουν αυτό το έργο από άλλες εμπειρίες.

Get smarter responses,

- μοναδικότητα της σύνθεσης της ομάδας, μόνο γυναίκες, πολύ διαφορετικών ηλικιών· ατμόσφαιρα θάρρους και ειλικρίνειας,
- επαγγελματική, παιδαγωγική προσέγγιση των διοργανωτριών στην καθοδήγηση της ομάδας,
- σαφής φιλοσοφική διάσταση του έργου: οι συμμετέχουσες εξερεύνησαν τις έννοιες του θύματος και της καταπίεσης και αναρωτήθηκαν πώς να προκαλέσουν τις ίδιες και την κοινωνία σε στοχασμό,
- εργασία πάνω στο εγώ όχι στο πλαίσιο της υπερβολικής επέκτασής του, αλλά στη μάθηση για τις δικές του αδυναμίες και τους τομείς που απαιτούν ανάπτυξη.

### Ομάδα 3 – Stowarzyszenie Kobietostan

Στο στάδιο της διεξαγωγής της έρευνας, οι συμμετέχουσες επιβεβαίωσαν με συνέπεια την αίσθηση του ανήκειν στην ομάδα. Τόνισαν ότι οι σχέσεις μεταξύ τους βρίσκονται ακόμη σε διαδικασία διαμόρφωσης. Έννοιες που αναδύονται επαναλαμβανόμενα σε αυτό το πλαίσιο είναι: «χρόνος και μη αποκλεισμός» και «εμπιστοσύνη». Τόνισαν μια ισχυρή αίσθηση επιρροής σε αυτό που δημιουργούν από κοινού και ότι εμπνέουν αμοιβαία η μία την άλλη. Σημείωσαν ότι με γνώμονα την άνεση, την ελευθερία και τη συναίνεση, δημιούργησαν ένα συμβόλαιο (κοινούς κανόνες), το οποίο τους έδωσε μια αίσθηση:

- ανήκειν στην ομάδα,
- αυτενέργειας,
- του να είσαι μέρος κάποιου πράγματος σημαντικού.

Οι συμμετέχουσες περιέγραψαν τις εκπροσώπους του Συλλόγου Kobietostan ως παρατηρήτριες, αλλά και συνοδούς που αποτελούν μέρος της ίδιας διαδικασίας – τη συντονίζουν, αλλά ταυτόχρονα συμμετέχουν ενεργά σε αυτήν. Τόνισαν ότι η συνεργασία τους βασίζεται στην αρχή της ισότητας. Οι ερωτηθείσες ανέδειξαν αρκετά βασικά στοιχεία που είναι πιο σημαντικά για αυτές κατά τη διάρκεια των προβών και τα οποία τις κάνουν να αισθάνονται σημαντικό μέλος της ομάδας:

- αίσθηση ασφάλειας,
- δεκτικότητα σε αυτό που είναι,\
- δυνατότητα να είναι αυθεντικές, απουσία κριτικής.

Μεταξύ των όρων που ταιριάζουν σε αυτή τη διαδικασία, ανέφεραν: την αδελφосύνη (sisterhood), την ωριμότητα και την επέκταση του πεδίου για εξερεύνηση, αναζήτηση και νέες εμπειρίες. Σημείωσαν ότι δεν υπάρχει ιεραρχία σε αυτήν, και αυτό που την περιγράφει με ακρίβεια είναι το συναίσθημα της «επικύρωσης/αναγνώρισης» (validation) – σε αντίθεση με την ακύρωση.

## Μέρος IV: Κοινωνική αλλαγή

Πιστεύετε ότι η συμμετοχή σε αυτό το έργο θα επηρεάσει το μέλλον σας; Τι θα μπορούσε να αλλάξει;  
Σας έχει ήδη επηρεάσει η συμμετοχή στο έργο; Πώς;  
Παρατηρείτε κάποια οφέλη ήδη από τώρα; Τι θα έπρεπε να συμβεί, ποιες συνθήκες θα έπρεπε να πληρούνται, για να διατηρηθούν οι θετικές αλλαγές μετά το τέλος του έργου;

### Ομάδα 1 – Restart Theater Athens

Οι συμμετέχουσες σημείωσαν ότι βλέπουν μια πραγματική δυνατότητα για αλλαγή, τονίζοντας ότι δεν πρόκειται για ριζικές αλλαγές στη ζωή, αλλά μάλλον για λεπτές, εσωτερικές μετατοπίσεις που μπορούν σταδιακά να βελτιώσουν την ποιότητα ζωής. Μια από τις πιο σημαντικές αλλαγές ήταν η συνειδητοποίηση ότι οι δικές τους εμπειρίες, που μέχρι τώρα τους φαίνονταν εξαιρετικά δύσκολες ή ντροπιαστικές, στην πραγματικότητα είναι πολύ πιο κοινές από ό,τι πίστευαν. Αυτή η ανακάλυψη έφερε ανακούφιση και γέννησε ενσυναίσθηση, τόσο προς τον εαυτό τους όσο και προς τις άλλες γυναίκες. Αυτό συνοδεύτηκε από μια σταδιακή απελευθέρωση από το αίσθημα ενοχής και, κατά συνέπεια, από μια μορφή εσωτερικής απελευθέρωσης.

Δήλωσαν ότι το έργο θρυμματίζει σταδιακά τις παγιωμένες πεποιθήσεις για τον εαυτό τους. Μαθαίνουν να μιλούν πιο τολμηρά και να ακούν πιο προσεκτικά και ανακαλύπτουν ότι η τέχνη μπορεί να είναι ένα εργαλείο για τη διαχείριση των δικών τους δυσκολιών. Δήλωσαν ότι ήδη σε αυτό το στάδιο έχουν αποκτήσει μεγαλύτερη δύναμη έκφρασης για να λένε στην οικογένεια, στην εργασία, στην καθημερινή ζωή: «Έχω τα δικαιώματά μου και σκοπεύω να μιλήσω για αυτά». Οι ερωτηθείσες ήταν ομόφωνες ότι για την εμπέδωση και την εμβάθυνση των αλλαγών, η ομάδα θα πρέπει να διατηρήσει την επαφή και την επικοινωνία και μετά το τέλος του έργου.

## **Ομάδα 2 – Društvo ZIZ**

Οι συμμετέχουσες συμφώνησαν ότι το έργο έχει ήδη αλλάξει τη ζωή τους και σίγουρα θα έχει αντίκτυπο στο μέλλον τους. Ένιωσαν πιο γειωμένες και έμαθαν να θέτουν όρια, ανακαλύπτοντας ότι δεν είναι μόνες σε αυτό. Βρήκαν παρηγοριά στη συνειδητοποίηση ότι και άλλες γυναίκες βιώνουν καταπίεση. Αυτή η αίσθηση της κοινότητας αποδείχθηκε πολύ σημαντική. Στο μέλλον θα ήθελαν να μεταφέρουν όσα έμαθαν: τόσο τις σχέσεις που εγκαθίδρυσαν όσο και την παιδαγωγική προσέγγιση των διοργανωτριών, στην καθημερινή τους ζωή.

Μίλησαν για την επιθυμία να γίνουν μέντορες για άλλες γυναίκες. Σε προσωπικό επίπεδο, οι συμμετέχουσες σημείωσαν ότι μαθαίνουν την αυτορρύθμιση σε καταστάσεις όπου κάνουν λάθη, είναι σε θέση να θέτουν όρια και ταυτόχρονα διατηρούν την αυθεντικότητά τους. Εμφανίστηκε η ιδέα να πηγαίνουν στο θέατρο πιο συχνά και να διατηρήσουν την αίσθηση κοινότητας που έχτισαν στην ομάδα. Το θεώρησαν καθοριστικό να αναπαράγουν τις ασκήσεις ή τουλάχιστον τις ιδέες που κρύβονται πίσω από αυτές στην καθημερινή ζωή, στην οικογένεια, στον ελεύθερο χρόνο. Οι συμμετέχουσες ένιωσαν επίσης μια μεγαλύτερη κοινωνική ευθύνη. Μίλησαν για το πώς να μεταφράσουν τις ιδέες από τα εργαστήρια στη δυναμική της οικογένειας και πώς να κάνουν πράξη την ιδέα της αλληλεγγύης και της γυναικείας κοινότητας. Τέλος, οι συμμετέχουσες τόνισαν ότι θέλουν να τιμήσουν αυτό το κομμάτι της προσωπικότητάς τους, το οποίο ανέπτυξαν μέσω της εμπειρίας του συμμετοχικού θεάτρου.

## **Ομάδα 3 – Stowarzyszenie Kobietostan**

Οι συμμετέχουσες εξέφρασαν την πεποίθηση ότι το έργο θα επηρεάσει το μέλλον τους. Ένιωσαν ενδυναμωμένες από το γεγονός ότι η φωνή τους λαμβάνεται υπόψη. Απέκτησαν πρόσβαση στην επεξεργασία ορισμένων εμπειριών μέσω του σώματος, χώρο για να φροντίσουν τον εαυτό τους, ενώ υπήρξε μια αφύπνιση της δημιουργικότητας και της φαντασίας. Η συμμετοχή στο έργο βοήθησε στη ρύθμιση της καθημερινότητας και του καθημερινού τους προγράμματος. Είναι σημαντικό ότι η ευεξία τους μέσα στην ομάδα των γυναικών ενισχύθηκε. Τα μεγαλύτερα οφέλη για τα οποία μίλησαν ήταν το θάρρος να ζήσουν, να μιλήσουν, να ονειρευτούν και να εκφραστούν.

Η βασικότερη προϋπόθεση για την αλλαγή, από τη δική τους οπτική, είναι η συνέχιση της επαφής μεταξύ των συμμετεχουσών μετά το τέλος του έργου.

Ιδανικά, το έργο θα διαρκούσε περισσότερο ή θα επαναλαμβανόταν με κάποια μορφή. Είναι επίσης σημαντικό να μην παραμελήσουν όσα ανακάλυψαν, αλλά να καλλιεργήσουν ενεργά μια νέα κατανόηση του εαυτού τους και να την εφαρμόσουν στη ζωή. Οι συμμετέχουσες υπέδειξαν ότι αυτές οι αλλαγές έχουν ήδη συμβεί και είναι πραγματικές.

## **Η οπτική γωνία των συμμετεχουσών στο τέλος του έργου**

Η έρευνα διεξήχθη χρησιμοποιώντας ένα ερευνητικό σενάριο, το οποίο αποτελούνταν συνολικά από 10 ερωτήσεις ή προτάσεις, χωρισμένες σε τέσσερα κύρια θεματικά νήματα:

- επικοινωνία,
- κοινωνικός αποκλεισμός,
- συμμετοχή,
- κοινωνική αλλαγή.

Τις πραγματοποιήσαμε με τις συμμετέχουσες στις ακόλουθες ημερομηνίες και τοποθεσίες:

- 26 Μαρτίου 2026 (Μάριμπορ, συμπληρωματικά στα αγγλικά και τα σλοβενικά)· συμμετέχουσες στο συμμετοχικό θέατρο στο Društvo ZIZ.
- 25 Απριλίου 2026 (Αθήνα, συμπληρωματικά στα αγγλικά και τα ελληνικά)· συμμετέχουσες στο συμμετοχικό θέατρο στη Restart Theater Athens
- 10 Μαΐου 2026 (Βρότσλαβ, πολωνική γλώσσα)· συμμετέχουσες στο συμμετοχικό θέατρο στο Stowarzyszenie Kobietostan.

Οι δηλώσεις των ατόμων που έλαβαν μέρος στην έρευνα απομαγνητοφωνήθηκαν και στη συνέχεια υποβλήθηκαν σε ποιοτική ανάλυση και συνοπτική περιγραφή, την οποία παρουσιάζουμε παρακάτω.

## Μέρος I: Επικοινωνία

Τι σημαίνει για εσάς η επικοινωνία μέσω του θεάτρου;  
Πιστεύετε ότι μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τους κανόνες της «επικοινωνίας μέσω του θεάτρου» στην καθημερινή ζωή; Με ποιον τρόπο;

### Ομάδα 1 – Restart Theater Athens

Σύμφωνα με τις ερωτηθείσες, η επικοινωνία μέσω του θεάτρου παρέχει περισσότερες δυνατότητες έκφρασης. Είναι μια ευκαιρία να δει κανείς τον εαυτό του στον χαρακτήρα που υποδύεται και χάρη σε αυτό να μάθει περισσότερα για τον εαυτό του (υπό τον μανδύα μιας ηρωίδας ή ενός ήρωα μπορεί επίσης να εκφράσει κάποια αλήθεια για τον εαυτό του). Επιπλέον – από τη σκηνή μπορεί κανείς να αναδείξει κοινωνικά σημαντικά θέματα, τα οποία μπορούν να γίνουν αφορμή για την έναρξη εις βάθος συζητήσεων.

Οι συμμετέχουσες σημείωσαν επίσης ότι η επικοινωνία μέσω του θεάτρου μπορεί να έχει διάφορες μορφές. Πρώτον: το στάδιο της προετοιμασίας, το οποίο στην περίπτωση τους είχε ως πολύ σημαντικό στοιχείο τις συζητήσεις για τις ατομικές εμπειρίες και όχι μόνο τις οργανωτικές διευθετήσεις. Δεύτερη μορφή: η παρουσίαση της παράστασης και οι συνέπειές της. Οι συμμετέχουσες συμφώνησαν ότι η εμπειρία της επικοινωνίας μέσω του θεάτρου μπορεί να έχει θετικό αντίκτυπο στη λειτουργία τους στο μέλλον (θέσπιση ορίων, εκμάθηση της συνεργασίας και της πειθαρχίας, καλύτερη κατανόηση άλλων οπτικών γωνιών, ικανότητα ερμηνείας συμπεριφορών και ταύτισης με ένα άλλο πρόσωπο, δημόσια ομιλία). Επισήμαναν ότι στην καθημερινή ζωή παίζουν επίσης διαφορετικούς ρόλους.

### Ομάδα 2 – Društvo ZIZ

Σύμφωνα με τις συμμετέχουσες, η επικοινωνία μέσω του θεάτρου μπορεί να έχει θετικό αντίκτυπο στην οικοδόμηση επίγνωσης και στην αίσθηση αυτοπεποίθησης. Η ερμηνεία ενός χαρακτήρα επιτρέπει την απόκρυψη πίσω από μια παροιμιώδη μάσκα, κάτι που για πολλούς ανθρώπους μπορεί να είναι

απελευθερωτικό (επίσης στο πλαίσιο της ανάδειξης δύσκολων θεμάτων). Οι ερωτηθείσες δήλωσαν ότι η επικοινωνία μέσω του θεάτρου διευκόλυνε τη δημιουργία σχέσεων. Στην «κανονική ζωή» αυτό θα ήταν πολύ πιο δύσκολο. Συμφώνησαν ότι η εμπειρία της επικοινωνίας στο θέατρο και μέσω του θεάτρου μπορεί να είναι χρήσιμη για αυτές στην καθημερινή λειτουργία. Έμαθαν να ακούν ενεργά, διεύρυναν τους ορίζοντές τους, γνώρισαν διαφορετικές οπτικές γωνίες και πάνω απ' όλα – χάρη στο συναίσθημα της αποδοχής απέκτησαν μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση. Σημείωσαν ότι κάποιες από αυτές είχαν αρχικά ανησυχίες για το πώς θα γίνονταν δεκτές, αν θα ταίριαζαν. Επισήμαναν επίσης ότι στην αρχή της διαδικασίας υπήρχε ένα άτομο στην ομάδα που την επηρέαζε καταστροφικά. Την αποχώρησή της και το πώς αυτή επηρέασε τη δυναμική της ομάδας τη διαχειρίστηκαν επίσης ως ένα πολύτιμο μάθημα.

### **Ομάδα 3 – Stowarzyszenie Kobietostan**

Σύμφωνα με τις συμμετέχουσες, η επικοινωνία μέσω του θεάτρου έλαβε χώρα σε αυτό το έργο σε διάφορα επίπεδα, με διαφορετικές μορφές και εκπλήρωσε διαφορετικές λειτουργίες:

- στο εσωτερικό της ομάδας (οργανωτικά θέματα, αλλά πρωτίστως δημιουργική εργασία με χρήση θεατρικών εργαλείων: εξάλειψη της αβεβαιότητας, ροή συναισθημάτων, διεύρυνση των οπτικών γωνιών, γνωριμία με τον εαυτό τους και τους άλλους μέσω μορφών διαφορετικών από τη συζήτηση, αύξηση του ανοίγματος),
- με το κοινό (κατά τη διάρκεια της παρουσίασης – στενή αλληλεπίδραση σε συνδυασμό με ένα μεταφορικό μήνυμα· μετά την παρουσίαση – άμεση και πιο κυριολεκτική επικοινωνία).

Οι συμμετέχουσες σημείωσαν ότι η επικοινωνία μέσω του θεάτρου κατά τη γνώμη τους ξεπερνά σίγουρα το πλαίσιο της προφορικής γλώσσας και είναι μια πιο ευρύχωρη μορφή. Η εμπειρία της ήταν πηγή νέων αναστοχασμών και δεξιοτήτων για αυτές, τις οποίες θα μπορούν να χρησιμοποιήσουν στο μέλλον. Ανέφεραν, μεταξύ άλλων, μεγαλύτερη ευκολία στην κατονομασία και την έκφραση συναισθημάτων, καθώς και στη λειτουργία με μεταφορές και αναλογίες – προκειμένου να εξηγήσουν την οπτική τους γωνία ή δύσκολα ζητήματα (επίσης στην επικοινωνία με τα παιδιά). Έστρεψαν την προσοχή στο πόσο σημαντικό είναι στα έργα (όχι μόνο στα θεατρικά) να ορίζεται από κοινού ένας στόχος. Ταυτόχρονα σημείωσαν ότι η επίτευξή του δεν θα πρέπει καθόλου να σημαίνει το

τέλος της εργασίας («κάτι έχει βλαστήσει, τώρα πρέπει να καλλιεργηθεί»). Κάποιες από αυτές υπογράμμισαν ότι χάρη στη χρήση διαφόρων θεατρικών εργαλείων και εργασιών σχετικών με τον αυτοσχεδιασμό, μπόρεσαν να δουν οι ίδιες ποια μορφή έκφρασης ή ρύθμισης είναι πιο κατάλληλη για αυτές (π.χ. ο χορός). Σημείωσαν ότι η εμπειρία της συλλογικής δημιουργικής εργασίας όχι μόνο τις ευαισθητοποίησε, αλλά και πλημμύρισε με πολλές αναμνήσεις που πήραν μια πολύ συγκεκριμένη μορφή (π.χ. ένα τραγούδι που τραγουδήθηκε κατά τη διάρκεια της παράστασης). Αυτό έκανε κάποιες από αυτές να αισθάνονται εξοπλισμένες με περισσότερα «σημεία αγκύρωσης» για την εδραίωση των αναμνήσεων και των πολύτιμων στοχασμών.

## Μέρος II: Αποκλεισμός

Μετά από αυτή την εμπειρία, έχετε κάποιες νέες σκέψεις για τον κοινωνικό αποκλεισμό; Ποιες είναι αυτές;  
Από την αρχή της διαδικασίας μέχρι τώρα – νιώσατε την αίσθηση του ανήκειν στην ομάδα; Άλλαξε αυτό το συναίσθημα σε κάποιο σημείο;

### Ομάδα 1 – Restart Theater Athens

Οι συμμετέχουσες σημείωσαν ότι η διαδικασία εργασίας ήταν μια ευκαιρία για αυτές να εξερευνήσουν βαθιά το θέμα του αποκλεισμού και των εμπειριών που σχετίζονται με αυτόν. Μέσα από το μοίρασμα των δικών τους ιστοριών, γνώρισαν τις διάφορες εκδηλώσεις και μορφές του. Χωρίς αμφιβολία θεώρησαν ότι στο έργο ένιωσαν ότι ανήκουν στην ομάδα. Είχαν την αίσθηση ότι βίωσαν όλα τα πιθανά στάδια σχηματισμού της ομάδας, διαμόρφωσης της αίσθησης ασφάλειας και οικοδόμησης σχέσεων.

### Ομάδα 2 – Društvo ZIZ

Μοιραζόμενες νέες σκέψεις για τον αποκλεισμό, οι συμμετέχουσες πρωτίστως σημείωσαν ότι συμβαίνει ένα δεδομένο άτομο να παίρνει την απόφαση να αποκλειστεί μόνο του (πριν το αποκλείσει η ομάδα). Εννοούσαν κυρίως την ανεξάρτητη απόσυρση, τη θέσπιση περιορισμών για τον εαυτό τους (μια από αυτές σημείωσε ότι ελπίζει πως χάρη σε αυτή την εμπειρία δεν θα αποκλείσει

ποτέ ξανά τον εαυτό της). Δήλωσαν ομόφωνα ότι πριν ενταχθούν στο έργο, καθεμία από αυτές είχε βιώσει τον αποκλεισμό και την επίκριση. Στην παράσταση έθιξαν νήματα που κατά τη γνώμη τους συνδέονταν με αυτό το θέμα: την πορνεία, την άνοια, την πνευματικότητα, το μπότοξ, την πίεση των influencers και το body shaming.

Επέστρεψαν ξανά στο νήμα του ατόμου που αρχικά εντάχθηκε στο έργο, αλλά δεν σεβάστηκε τους από κοινού θεσπισμένους κανόνες (π.χ. σχετικά με το γεγονός ότι τα θέματα που συζητούνταν κατά τις συναντήσεις δεν θα έπρεπε να βγαίνουν έξω). Κάποιες από τις γυναίκες ένιωσαν προσωπική επίθεση από αυτήν. Παρά τις πολλές συζητήσεις, η κατάσταση δεν βελτιώθηκε και πάρθηκε η απόφαση να τερματιστεί η συνεργασία. Οι συμμετέχουσες έστρεψαν την προσοχή στο γεγονός ότι, αν και το έργο WOMEN interACT υποτίθεται ότι κατά κάποιο τρόπο αντισταθμίζει τον αποκλεισμό, παραδόξως αυτός ο συμβολικός αποκλεισμός είχε θετικό αντίκτυπο στην ομάδα. Ήταν αισθητό ότι αυτή η εμπειρία ήταν εξαιρετικά σημαντική για αυτές και, παρόλο που έχει περάσει πολύς καιρός, είναι ακόμα ζωντανή. Οι συμμετέχουσες παρουσίασαν διαφορετική στάση απέναντι σε αυτή την κατάσταση (μια από αυτές τη διαχειρίστηκε ως μια μορφή αποτυχίας που υπέστησαν ως ομάδα).

### **Ομάδα 3 – Stowarzyszenie Kobietostan**

Οι απαντήσεις των συμμετεχουσών διέφεραν, κάποιες από αυτές τόνισαν ότι το έργο τους έδειξε πόσο κοινό είναι το φαινόμενο της σεξουαλικοποίησης των γυναικών. Σημείωσαν ότι στην πραγματικότητα οποιοσδήποτε σε κάποιο σημείο της ζωής του μπορεί να βιώσει τον αποκλεισμό (σε οποιαδήποτε διάσταση). Επισημάναν ότι η συμμετοχή στο έργο τους έδειξε μορφές αποκλεισμού που δεν είχαν σκεφτεί πριν (π.χ. γλωσσικός αποκλεισμός των ξένων στο πλαίσιο των θεατρικών γεγονότων). Το νήμα του αυτό-αποκλεισμού εμφανίστηκε στη συζήτηση (περιορισμός της συμμετοχής κάποιου λόγω της πεποίθησης περί ετερότητας). Σημείωσαν ότι το συμμετοχικό θέατρο μπορεί να ευνοήσει το να δει κανείς τον εαυτό του στην εμπειρία του αποκλεισμού και να οδηγήσει στον επαναπροσδιορισμό της δικής του ετερότητας (η ετερότητα ως πλεονέκτημα).

Οι συμμετέχουσες συμφώνησαν ότι η αίσθηση του ανήκειν σε μια ομάδα μπορεί σίγουρα να επηρεάσει την αύξηση του επιπέδου αποδοχής απέναντι στον εαυτό τους. Δήλωσαν ότι σε διάφορες στιγμές ένιωσαν ότι ανήκουν σε αυτή τη συγκεκριμένη ομάδα. Για κάποιες ήταν η ημέρα της γενικής πρόβας, για τις

περισσότερες το σημείο καμπής ήταν το εργαστήριο που διηύθυνε μια προσκεκλημένη εκπρόσωπος του Društvo ZIZ. Οι συμμετέχουσες σημείωσαν ότι σε αυτό θα μπορούσε επίσης να έχει επηρεάσει το γεγονός ότι αφιέρωσαν δύο ημέρες για κοινές δραστηριότητες. Αυτή η μορφή παρέκκλινα από τον χαρακτήρα των εβδομαδιαίων, βραδινών συναντήσεων μετά τη δουλειά. Παραδέχθηκαν ότι κατά τη διάρκεια της διαδικασίας είχαν διάφορες κρίσεις και αμφιβολίες, κάποιες είχαν σκέψεις παραίτησης (ορισμένα άτομα πήραν μια τέτοια απόφαση και αποχώρησαν από την ομάδα). Ταυτόχρονα, όσες έμειναν σημείωσαν ότι συνοδεύονταν από την πεποίθηση ότι δεν θέλουν να απογοητεύσουν τις υπόλοιπες. Κάποια άτομα υπογράμμισαν ότι ήταν η στάση των άλλων που αποτελούσε υποστήριξη και έμπνευση για αυτές (κινητήρια δύναμη για δράση).

### Μέρος III: Συμμετοχή

Τι πιστεύετε ότι ήταν το πιο σημαντικό πράγμα κατά την προετοιμασία για την πρεμιέρα; Αισθανθήκατε ότι είχατε επιρροή σε αυτή τη διαδικασία; Με ποιον τρόπο;  
Πιστεύετε ότι αυτή η αίσθηση επιρροής θα αλλάξει τον τρόπο που ενεργείτε στην καθημερινή ζωή;  
Έχετε παρατηρήσει αν κάποια άτομα στην ομάδα άρχισαν να αναλαμβάνουν συγκεκριμένους ρόλους (για παράδειγμα: ηγέτες);  
Θα θέλατε να συμμετάσχετε ξανά σε ένα τέτοιο έργο; Γιατί;

#### Ομάδα 1 – Restart Theater Athens

Οι συμμετέχουσες περιέγραψαν ότι βρέθηκαν αντιμέτωπες με κάτι νέο και δύσκολο για πολλές ώρες προβών, και το τελικό αποτέλεσμα τους έφερε μεγάλη ικανοποίηση. Ήταν πεπεισμένες ότι είχαν επιρροή, και το εξέφρασαν μέσω της δράσης και δεν φοβήθηκαν να αλλάξουν πράγματα που δεν τους ταίριαζαν· αυτές ήταν προσωπικές τους επιλογές. Οι επικεφαλής της ομάδας έκαναν τις συμμετέχουσες να αισθάνονται πολύ ασφαλείς και να έχουν την ελευθερία να εκφράσουν αυτό που αισθάνονται. Αυτή η εργασία μεταφράζεται ήδη στην καθημερινή τους λειτουργία, αλλάζοντας τη στάση τους απέναντι στον εαυτό τους

και τον περιβάλλοντα κόσμο. Οι ρόλοι που αναδύθηκαν σε αυτό το έργο είναι: γραμματέας, μεταφράστρια, ελέγκτρια, σκηνοθέτρια, ηγέτιδα, υποστηρίκτρια, φροντίστρια/μαγείρισσα και χρονομέτρης. Ορισμένες συμμετέχουσες παραδέχθηκαν ότι, ορισμένες φορές, η διαδικασία ήταν ιδιαίτερα έντονη, κυρίως όταν τις έφερε αντιμέτωπες με τα δικά τους συναισθήματα.

## **Ομάδα 2 – Društvo ZIZ**

Για τις συμμετέχουσες, το να βρίσκονται στη σκηνή αποδείχθηκε ιδιαίτερα σημαντικό. Στην προπαρασκευαστική διαδικασία είχαν μεγάλη επιρροή σε πολλά στοιχεία, απολάμβαναν μεγάλη δημιουργική ελευθερία. Αισθάνθηκαν επίσης πολύ υποστηριζόμενες και οι μέντορες τους έδωσαν πολύ χώρο για ανακάλυψη. Πολύ σαφείς προσωπικές αλλαγές εμφανίστηκαν σε αυτές. Μια από τις συμμετέχουσες σημείωσε ότι σταμάτησε να φοβάται να κάνει λάθη. Το καθοδηγητικό της σύνθημα έγινε: «Όχι πια φόβος». Οι συμμετέχουσες τόνισαν επίσης ότι υποστηρίζουν και εμπυχώνουν η μία την άλλη αμοιβαία· αυτή η ικανότητα να χαίρεσαι για τους άλλους μεταφράζεται επίσης σε μεγαλύτερη καλοσύνη προς τον εαυτό τους.

Επιβεβαίωσαν ομόφωνα ότι συγκεκριμένοι ρόλοι αναδύθηκαν στην ομάδα, εν μέρει σχετικοί με τους χαρακτήρες που υποδύονταν. Κατέγραψαν τους ακόλουθους τύπους: ηγέτιδα, «μαντάμ», μεσολαβήτρια, «δεν δίνω δεκάρα» (αυτή που δεν την νοιάζει τι λένε οι άλλοι), η χάρη, η μοιραία γυναίκα (femme fatale) και το υποστηρικτικό πρόσωπο/φροντίστρια. Όλες οι συμμετέχουσες απάντησαν ομόφωνα ότι θα ήθελαν να συμμετάσχουν ξανά σε ένα τέτοιο έργο. Για κάποιες από αυτές ήταν ένα βήμα προς τα εμπρός, επειδή ένιωσαν ότι συμπεριλαμβάνονται, υποστηρίζονται και μπορούσαν να μιλήσουν για θέματα σημαντικά για αυτές σε ένα βαθύτερο επίπεδο. Τόνισαν ότι ήταν ένας οικείος χώρος, ελεύθερος από αξιολόγηση, που τους έδωσε την ευκαιρία να βιώσουν κάτι που δεν είχαν γνωρίσει ποτέ πριν.

## **Ομάδα 3 – Stowarzyszenie Kobietostan**

Οι συμμετέχουσες ανέφεραν αρκετά βασικά στοιχεία της δημιουργικής διαδικασίας. Στη σκηνική προοπτική, δόθηκε η μεγαλύτερη έμφαση στο ζήτημα της σχέσης με το κοινό – αφιέρωσαν πολλή προσοχή στο πώς να διατηρήσουν το δικό τους μήνυμα παρά τις προγραμματισμένες, δύσκολο να προβλεφθούν αλληλεπιδράσεις. Στο πλαίσιο της συνεργασίας, η ατμόσφαιρα της εθελοντικής

συμμετοχής και της προσαρμογής σε κάθε άτομο ήταν σημαντική για αυτές. Τόνισαν το συναίσθημα του να βρίσκονται σε ισοτιμία με τις σκηνοθέτριες – την εμπειρία του να εισακούγονται πλήρως. Η ανοιχτή συζήτηση και ο διάλογος για όλες τις σκηνές αποδείχθηκαν πολύ σημαντικά. Οι συμμετέχουσες υπογράμμισαν τη σημασία της φροντίδας για την άνεση, την ευεξία και τη μη παραβίαση των ορίων κάποιου. Το νήμα της καρδιάς ως εμπειρία αγάπης, αίσθησης ενσυναίσθησης εμφανίστηκε επανειλημμένα· στιγμές που αγγίζουν πολύ βαθιά και φτάνουν σε μέρη όπου η καθημερινότητα δεν φτάνει.

Μέσα στην ομάδα, οι συμμετέχουσες ένιωθαν ενωμένες και αντιλαμβάνονταν τον εαυτό τους ως μέρος ενός ευρύτερου συνόλου, με βαθιές ρίζες και ισχυρούς δεσμούς. Η εμπιστοσύνη στον εαυτό τους και στη διαδικασία ήταν επίσης σημαντική. Τόνισαν ότι ένιωθαν πως δεν έπρεπε να κάνουν τίποτα και μπορούσαν να βρίσκονται σε αρμονία με τον εαυτό τους. Οι ερωτηθείσες ήταν ομόφωνες ότι το συναίσθημα της επιρροής στην καθημερινή ζωή εξαρτάται από τον τομέα της ζωής. Η εμπειρία στο θέατρο τους έδωσε μια αίσθηση αυτενέργειας: «Μπορώ». Σήμερα μπορούν να αισθάνονται το ίδιο και έξω από το θέατρο, σε άλλους τομείς της ζωής. Κατέγραψαν πολλά ατομικά οφέλη από τη συμμετοχή στο έργο. Μια από τις συμμετέχουσες είπε ευθέως:

«Είμαι πιο ευγενική με τον εαυτό μου».

Ρόλοι αναδύθηκαν στην ομάδα: φροντίστρια, ηγέτιδα, διδάσκον πρόσωπο, οργανώτρια, μέντορας, αυτή που προσφέρει αγκαλιές («hugger»), οραματίστρια, το πνεύμα της ομάδας και η επαγγελματίας. Οι ερωτηθείσες σημείωσαν ότι ορισμένοι ρόλοι καλύπτονταν από διαφορετικά άτομα (ανάλογα με τις περιστάσεις). Όλες οι συμμετέχουσες απάντησαν ομόφωνα ότι σίγουρα θα ήθελαν να συμμετάσχουν ξανά σε ένα τέτοιο έργο. Μίλησαν για το ότι αισθάνονται ανικανοποίητες επειδή υπάρχει μεγάλη δυναμική σε αυτή την ομάδα. Τόνισαν ότι δεν είναι μόνο μια δημιουργική διαδικασία, αλλά και μια δύσκολη μετασχηματιστική διαδικασία.

## Μέρος IV: Κοινωνική αλλαγή

Αισθάνεστε ότι αυτό το έργο σας έχει αλλάξει με κάποιον τρόπο; Αν ναι, με ποιον τρόπο; Πιστεύετε ότι αυτή η αλλαγή θα μείνει μαζί σας για μεγαλύτερο διάστημα; Τι θα μπορούσε να βοηθήσει στη διατήρησή της;

### Ομάδα 1 – Restart Theater Athens

Οι συμμετέχουσες δήλωσαν ότι το έργο συνέβαλε σε μια αύξηση της αυτοπεποίθησής τους. Έγιναν επίσης πιο οργανωμένες και τα συναισθήματά τους πιο οργανωμένα. Το γεγονός ότι μπορούσαν να πουν την ιστορία τους τους έδωσε μια αίσθηση δύναμης. Επειδή πέρασαν από διάφορες εμπειρίες (συχνά τραυματικές), συχνά έχαναν την επαφή με το δικό τους σώμα – χάρη σε αυτό το έργο, την ανέκτησαν εν μέρει. Ένωσαν πιο ανάλαφρες: είναι πιο εύκολο για αυτές να μοιράζονται όσα τους συνέβησαν. Χάρη σε αυτό το έργο βίωσαν επίσης τη δύναμη της ομαδικής εργασίας.

Απάντησαν ομόφωνα ότι πιστεύουν πως η αλλαγή θα μείνει μαζί τους για μεγαλύτερο διάστημα. Θέλουν να εργαστούν σκληρά για να την εδραιώσουν. Ως τρόπο για τη διατήρηση της αλλαγής ανέφεραν, μεταξύ άλλων, τη μνήμη της ιστορίας της κάθε συμμετέχουσας. Αυτό μπορεί να βοηθήσει στην υπέρβαση των εμποδίων – συνάντησαν άλλες ισχυρές γυναίκες που κατάφεραν να ξεπεράσουν δυσκολίες· αποτελούν πρότυπα η μία για την άλλη.

### Ομάδα 2 – Društvo ZIZ

Οι περισσότερες συμμετέχουσες παραδέχθηκαν ότι πραγματικές αλλαγές συνέβησαν σε αυτές. Ένωσαν πιο συμπαγείς και σταθερές· έμαθαν να αποδέχονται τον εαυτό τους σε μεγαλύτερο βαθμό. Μια μεγαλύτερη εμπιστοσύνη στη διαδικασία εμφανίστηκε επίσης σε αυτές. Το θάρρος έγινε ένα κοινό μοτίβο. Μια από αυτές περιέγραψε ότι βγήκε έξω από τα τετριμμένα μοτίβα σκέψης για τον εαυτό της, σημειώνοντας ότι ήταν έτσι και πριν, αλλά η κοινωνία την έκανε να το ξεχάσει – το έργο τη βοήθησε να επιστρέψει στον εαυτό της. Υπογραμμίστηκε επίσης ότι το να βλέπει κανείς απλώς ότι τέτοια έργα είναι εφικτά στην κοινωνία

αποτελεί μια τεράστια ελπίδα και απόδειξη ότι η αλλαγή μπορεί να συμβεί. Μια από τις συμμετέχουσες σημείωσε ότι σταμάτησε να σιωπά στο σπίτι, άρχισε να εκφράζεται όχι μόνο στον χώρο της ομάδας, αλλά και στην καθημερινή ζωή, βρήκε τη φωνή της σε διάφορες σχέσεις και πλαίσια, και οι θετικές αντιδράσεις του περιβάλλοντος της έδωσαν δύναμη για περαιτέρω δράση. Οι συμμετέχουσες εξέφρασαν την ελπίδα ότι αυτές οι αλλαγές θα μείνουν μαζί τους μόνιμα. Ταυτόχρονα τόνισαν ότι το τι θα συμβεί στη συνέχεια είναι καθοριστικό· εάν η συνέχιση των επαφών και η συμμετοχή σε περαιτέρω παρόμοια έργα θα είναι εφικτή.

### **Ομάδα 3 – Stowarzyszenie Kobietostan**

Οι συμμετέχουσες σημείωσαν ότι ο κυκλικός χαρακτήρας των συναντήσεων, ως μια ορισμένη μορφή πειθαρχίας, διευθέτησε την πραγματικότητά τους για τις τελευταίες εβδομάδες. Αυτό τους έδειξε τη χρησιμότητα σταθερών στοιχείων (ρουτίνας) στην καθημερινή λειτουργία. Κάποιες από αυτές υπογράμμισαν ότι επαναπροσδιόρισαν την ατομική τους αντίληψη για το ανήκειν στην ομάδα (η ετερότητα ως πλεονέκτημα, όχι ως παράγοντας αποκλεισμού). Αρκετές συμμετέχουσες μίλησαν για αλλαγή του τρόπου που κοιτάζουν τον εαυτό τους· για μεγαλύτερη αποδοχή, αλλά και για το γεγονός ότι αποφάσισαν να εστιάσουν περισσότερο στον εαυτό τους και στη δύναμή τους. Η διαδικασία ήταν μια ευκαιρία για αυτές να παρατηρήσουν τον εαυτό τους σε διάφορες (μερικές φορές αφηρημένες) περιστάσεις. Χάρη σε αυτό μπορούσαν να παρατηρήσουν τους μηχανισμούς που τις καθοδηγούν. Έμαθαν περισσότερα για τις ανάγκες τους, π.χ. σχετικά με τον ρυθμό εργασίας, τον χρόνο που απαιτείται για την επεξεργασία των πληροφοριών· τον στοχασμό. Στο πλαίσιο της εμπέδωσης της αλλαγής – υπέδειξαν τόσο εσωτερικούς παράγοντες (αποκτηθέν κεφάλαιο νέων εμπειριών, σκέψεων, γνώσης κ.λπ.), όσο και συγκεκριμένες εξωτερικές συνθήκες. Μια ισχυρή επιθυμία (και μάλιστα ανάγκη) για συνέχιση των δραστηριοτήτων εκφράστηκε αρκετές φορές. Ορίστηκε διαφορετικά (αναζήτηση ευκαιριών συνεργασίας σε αυτή την ομάδα, άνοιγμα σε άλλες κοινότητες, ίσως χρήση των γνωστών εργαλείων σε πρωτότυπες δραστηριότητες και δικές τους πρωτοβουλίες).

Στο πλαίσιο του τέλους του έργου, έγινε μια δήλωση, την οποία θα χρησιμοποιήσουμε επίσης για να κλείσουμε αυτό το υποκεφάλαιο:

*Θα τελειώσει όταν όλοι μας, γυναίκες και άνδρες,  
αποφασίσουμε ότι έχει τελειώσει.*

### 3.3 Παρατηρήσεις

Βασίσαμε τις φανερές παρατηρήσεις στην ανάλυση δύο πεδίων:

- συμμετοχή (π.χ. ατμόσφαιρα, επίπεδο δέσμευσης, σχέσεις, ρόλοι ομάδας).
- επικοινωνία (π.χ. μορφή, πορεία),

Η έρευνα παρατήρησης αφορούσε αποκλειστικά τις συμμετέχουσες (επίσης στο πλαίσιο των σχέσεων τους με τους διοργανωτές). Κατά την ανάλυση των αποτελεσμάτων της παρατήρησης χρησιμοποιήσαμε αφηγηματική ανάλυση, τη σύνοψη της οποίας περιλάβαμε στους παρακάτω πίνακες.

Πραγματοποιήσαμε τις παρατηρήσεις του Društvo ZIZ στις 27 Μαρτίου 2026 κατά τη διάρκεια της γενικής πρόβας (Μάριμπορ, χώρος της πρεμιέρας).

Επικοινωνία	Συμμετοχή
<p>Λεκτική και μη λεκτική επικοινωνία, σε διάφορες διαμορφώσεις (προσωπικές αλλαγές στις αλληλεπιδράσεις).</p> <p>Λεκτική επικοινωνία: συχνή, θετική, με στοιχεία χιούμορ, ενσυναισθητική, χαμηλόφωνη, χωρίς συγκρούσεις, μη ιεραρχική (μεταξύ των συμμετεχουσών), ιεραρχική μεταξύ της σκηνοθέτριας και των συμμετεχουσών (σχόλια στο φόρουμ της ομάδας και ατομικές συζητήσεις, πρόσθετες ερωτήσεις και διευκρινίσεις, επεξήγηση λαθών).</p> <p>Μη λεκτική επικοινωνία: αξιοσημείωτο υψηλό επίπεδο ελευθερίας, π.χ. σωματικής (αλλαγή ρούχων)· χειρονομίες που αποδεικνύουν εγγύτητα (άγγιγμα), υποστήριξη (χτυπήματα στην πλάτη, μασάζ, αγκαλιές, high-fives)· συγκέντρωση, άγχος πριν από την εμφάνιση (κινητοποίηση του σώματος με χτυπήματα)· ανάγκη για αποφόρτιση (ο χορός ως μορφή χαλάρωσης).</p> <p>Χώρος: οργανωμένος, αντιμετωπίζεται υπεύθυνα ως κοινός, με σεβασμό προς όλα τα συμμετέχοντα άτομα.</p>	<p>Κυρίαρχη στάση: φροντίδα/προστασία (αισθητή στη συμπεριφορά των περισσότερων συμμετεχουσών, φροντίδα σε σχέση με τα άλλα άτομα, αλλά και σε σχέση με τον χώρο, τα σκηνικά αντικείμενα και άλλα στοιχεία που αποτελούσαν τη διαδικασία και το αποτέλεσμα).</p> <p>Παρατηρηθέντες ρόλοι: συντονίστρια (επιβολή ησυχίας, ευαισθησία σε τεχνικές πτυχές), η ψυχή της ομάδας (εκτόνωση της έντασης μέσω χειρονομιών, αστειών).</p> <p>Ατμόσφαιρα: συγκέντρωση, ενσυνειδητότητα (προς τους άλλους ανθρώπους και όσα συμβαίνουν στη σκηνή), εγγύτητα, ελευθερία, υποστήριξη, αίσθηση κοινής ευθύνης, ομαδική εργασία (σε συνδυασμό με τον σεβασμό για την ανάγκη στιγμιαίας απομόνωσης).</p> <p>Σύνοψη: γενική εντύπωση πλήρους δέσμευσης, κινητοποίησης, συνοχής και ομαδικής εργασίας. Έντονα τονισμένη «θηλυκότητα» ως στοιχείο της ομαδικής ταυτότητας: μακιγιάζ, φορέματα, χτενίσματα, τρόπος ύπαρξης.</p>

Πίνακας 5. Σύνοψη φανερών (μη συμμετοχικών) παρατηρήσεων των συμμετεχουσών από το Društvo ZIZ. Επιμέλεια από τους συγγραφείς του Μέρους Ι.

<p>Πραγματοποιήσαμε τις παρατηρήσεις στη Restart Theater Athens στις 25 Απριλίου 2026 κατά τη διάρκεια της γενικής πρόβας (Αθήνα, χώρος της πρεμιέρας).</p>	
Επικοινωνία	Συμμετοχή
<p>Λεκτική και μη λεκτική επικοινωνία, σε διάφορες διαμορφώσεις (προσωπικές αλλαγές στις αλληλεπιδράσεις).</p> <p>Λεκτική επικοινωνία: όχι πολύ έντονη, συγκρατημένη, λειτουργική, προσανατολισμένη στο έργο, χαμηλόφωνη, χωρίς συγκρούσεις, μη ιεραρχική (μεταξύ των συμμετεχουσών), ιεραρχική μεταξύ της σκηνοθέτριας και των συμμετεχουσών (αισθητή αυθεντία, κυριαρχούν τα σχόλια στο φόρουμ της ομάδας, υψηλό επίπεδο συγκέντρωσης), ορατός δεσμός με τους άλλους διοργανωτές (π.χ. συζητήσεις με τη θεραπεύτρια που είναι παρούσα στον χώρο).</p> <p>Μη λεκτική επικοινωνία: αυθόρμητη (χειρονομίες, βλέμματα), διακριτική σωματική επαφή, η κίνηση ως τρόπος εκτόνωσης της έντασης και κινητοποίησης του σώματος για δράση (π.χ. πηδηματάκια).</p> <p><b>Χώρος:</b> κοινά παρασκήνια γεμάτα με πρόσθετα αντικείμενα, έλλειψη «ατομικών σταθμών».</p>	<p>Κυρίαρχη στάση: ατομική συγκέντρωση στην ποιότητα της παράστασης (οι συμμετέχουσες επικεντρώνονται στον δικό τους ρόλο: επανάληψη κειμένων, κινητοποίηση του σώματος). Ταυτόχρονα: εκδηλώσεις αμοιβαίας υποστήριξης (χειροκροτήματα, υποστηρικτικές φωνές).</p> <p>Εντύπωση μιας ολοκληρωμένης, διαγενεακής ομάδας· φιλικές, επαγγελματικές σχέσεις (κοινή επιδίωξη για την υψηλότερη δυνατή ποιότητα), έλλειψη εκδηλώσεων βαθιάς εγγύτητας και ομαδικής οικειότητας.</p> <p>Παρατηρηθέντες ρόλοι: η ψυχή της ομάδας (εκτόνωση της έντασης μέσω αστείων ή φροντίδα για την ευεξία των άλλων, π.χ. μασάζ, προσφορά φαγητού), ειδικός και συντονιστής (υποστήριξη των διοργανωτών στη διαχείριση της διαδικασίας).</p> <p>Ατμόσφαιρα: συγκέντρωση, άγχος, κινητοποίηση, επαγγελματισμός, προσανατολισμός στο έργο, ενσυνειδητότητα και υπευθυνότητα (προς τους άλλους ανθρώπους και όσα συμβαίνουν στη σκηνή).</p> <p>Σύνοψη: εντύπωση υψηλού επιπέδου κινητοποίησης και φροντίδας για την ποιότητα της τελικής παρουσίασης· επαγγελματισμός· ατομικισμός σε συνδυασμό με ομαδική εργασία.</p>

Πίνακας 6. Σύνοψη φανερών (μη συμμετοχικών) παρατηρήσεων των συμμετεχουσών από το Θέατρο Restart Αθήνα. Επιμέλεια από τους συγγραφείς του Μέρους Ι.

Λόγω του επιτελεστικού (performative) χαρακτήρα της εκδήλωσης του Stowarzyszenie Kobietostan (έλλειψη αυστηρού διαχωρισμού σε σκηνή και κοινό, όλα τα άτομα στον «παίζοντα» χώρο όλη την ώρα), πραγματοποιήσαμε τις παρατηρήσεις κατά τη διάρκεια των προετοιμασιών για τη γενική πρόβα και την παρουσίαση της πρεμιέρας (8 και 9 Μαΐου 2026 στον χώρο της πρεμιέρας στο Βρότσλαβ).

Επικοινωνία	Συμμετοχή
<p>Λεκτική και μη λεκτική επικοινωνία, κυριαρχία της επικοινωνίας στο φόρουμ· σύντομες, λειτουργικές αλληλεπιδράσεις σε μικρότερες ομάδες (π.χ. δίνοντας μια συγκεκριμένη συμβουλή).</p> <p>Λεκτική επικοινωνία: διάφορες μορφές, επικοινωνία ως επί το πλείστον συγκρατημένη, ομοιόμορφη, ενσυνείδητη. Το φαινόμενο της «μετάδοσης από στόμα σε στόμα» (grapevine) – μεταβίβαση μιας οδηγίας από άτομο σε άτομο· μερικές φορές φωνές ως λειτουργικός τρόπος για να ακουστεί κανείς από την ομάδα, π.χ. για να καλέσει όλους σε ένα συγκεκριμένο σημείο. Κατά τη διάρκεια της συζήτησης στο φόρουμ, μη ιεραρχική επικοινωνία, αναπτυγμένη κουλτούρα ανατροφοδότησης (feedback), καθένας δίνει ελεύθερα προτάσεις, μοιράζεται σκέψεις (με εμφανή συνεκτίμηση του ρόλου της σκηνοθέτριας ως εκείνης που</p>	<p>Κυρίαρχη στάση: συγκοινωνούνται δοχεία (ατομικές εργασίες ως στοιχείο ενός μεγαλύτερου συνόλου), κοινή ευθύνη, υψηλό επίπεδο αμοιβαίας ενσυνειδητότητας, πρόσθετη ανάδειξη των ιδεών άλλων ανθρώπων που θεωρήθηκαν πολύτιμες.</p> <p>Παρατηρηθέντες ρόλοι: μεταβατικοί, μεταβλητοί, πολλά άτομα έδειξαν ευχέρεια στη δημιουργία ιδεών και ελευθερία σχολιασμού λύσεων (δημιουργός/αξιολογητής)· επιπλέον: ηγετικός ρόλος και ρόλος μεταφράστριας στο πλαίσιο της συνεργασίας με εκπροσώπους της Restart Theater Athens.</p> <p>Ατμόσφαιρα: μεταβλητή και πολύ ποικιλόμορφη· χάος, κόπωση, αβεβαιότητα, περιέργεια σχετικά με το τι θα συμβεί· κοινός πειραματισμός και συνεχής δημιουργική αναζήτηση, υψηλό επίπεδο άγχους, αλλά και συγκέντρωση.</p> <p>Σύνοψη: κατάσταση δημιουργικού χάους, διαφορετικό επίπεδο</p>

Επικοινωνία	Συμμετοχή
<p>κάνει την επιλογή και λαμβάνει αποφάσεις)· κυρίαρχη αφήγηση στον πληθυντικό αριθμό (εμείς).</p> <p>Μη λεκτική επικοινωνία: σπάνια, λειτουργική (π.χ. σιωπηλή υπόδειξη πού βρίσκεται κάτι), χειρονομίες ως εκδηλώσεις έγκρισης για αυτό που έχει κάνει ένα δεδομένο άτομο (μη λεκτικό σχόλιο). Κατά τη διάρκεια της συζήτησης στο φόρουμ, διαισθητικός και εθμικός σχηματισμός κύκλου. Επιπλέον, οι συμμετέχουσες βρίσκονται σε συνεχή κίνηση, επικράτηση ανοιχτών στάσεων σώματος. Ανεπαίσθητη σωματική επαφή.</p> <p>Χώρος: έλλειψη σαφώς διαχωρισμένων παρασκηνίων, γεγονός που προέκυψε άμεσα από την επιτελεστική μορφή (ολόκληρος ο χώρος «έπαιζε»)</p>	<p>δέσμευσης με ταυτόχρονη εντύπωση ισχυρής αίσθησης του ανήκειν και κοινής ευθύνης (ομαδική εργασία). Έλλειψη σωματικής επαφής ως εκδήλωση υποστήριξης ή εγγύτητας των σχέσεων</p>

Πίνακας 7. Σύνοψη φανερών (μη συμμετοχικών) παρατηρήσεων των συμμετεχουσών από το Stowarzyszenie Kobietostan. Επιμέλεια από τους συγγραφείς του Μέρους Ι.

## 4. Το συμμετοχικό θέατρο ως εργαλείο κοινωνικής αλλαγής – Συμπεράσματα έρευνας

Επιστρέφουμε στην Claire Bishop και τον ορισμό της για την ευρύτερα εννοούμενη συμμετοχική τέχνη, στον οποίο τονίζει ότι πρόκειται για μια πρακτική όπου:

*οι άνθρωποι αποτελούν το κεντρικό καλλιτεχνικό μέσο και υλικό, με τον τρόπο του θεάτρου και της περφόρμανς (Bishop, 2012, σ. 2)*

και ταυτόχρονα είναι:

*η απόλυτη πολιτική τέχνη. (Bishop, 2012, σ. 2)*

Από τη δική μας οπτική γωνία, αυτό συνεπάγεται ότι το συμμετοχικό θέατρο έχει τη δυναμική να παράγει πραγματική κοινωνική αλλαγή, και η έρευνα που διεξαγάγαμε στο πλαίσιο του έργου το επιβεβαίωσε σε μεγάλο βαθμό. Παρακάτω, παρουσιάζουμε τα βασικά συμπεράσματα, τα οποία ελπίζουμε ότι θα χρησιμεύσουν ως σημείο εκκίνησης για περαιτέρω συζήτηση σχετικά με τον τρόπο αξιοποίησης της τεράστιας δυναμικής που προσφέρει αυτή η μορφή τέχνης.

# ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ ΕΡΕΥΝΑΣ ΧΩΡΙΣΜΕΝΑ ΣΕ ΤΕΣΣΕΡΙΣ ΤΟΜΕΙΣ ΑΝΑΛΥΣΗΣ

## ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

Σύμφωνα με την έννοια του M. Fleischer όπως παρουσιάστηκε από εμάς, η επικοινωνία είναι η διαπραγμάτευση νοημάτων, η οποία δημιουργεί και διατηρεί το κοινωνικό σύστημα. Μιλάμε, μεταξύ άλλων, για να νιώσουμε το αίσθημα του ανήκειν και να ικανοποιήσουμε τις προσωπικές μας ανάγκες (Fleischer, 2007). Η έρευνα που διεξαγάγαμε το επιβεβαίωσε αυτό: για τις συμμετέχουσες, το θέατρο ήταν ένας χώρος όπου, μέσω της ομιλίας και της συνδημιουργίας, ικανοποίησαν τη βασική ανάγκη του ανήκειν. Η ανάπτυξη του δικού τους ομαδικού «κώδικα» και της σκηνικής γλώσσας ήταν ένα εργαλείο για να χτίσουν μια κοινότητα.

Οι συμμετέχουσες και οι διοργανώτριες τόνισαν επανειλημμένα τον βασικό ρόλο του λεγόμενου συμβολαίου. Η αποτελεσματική επικοινωνία (στις συμμετοχικές διαδικασίες, αλλά και ευρύτερα) απαιτεί επομένως τη θέσπιση και τον σεβασμό σαφώς καθορισμένων κανόνων. Οι αμοιβαίες και εξωτερικές εποπτείες αποδείχθηκαν εξίσου σημαντικές από την οπτική γωνία των διοργανωτριών. Η συμμετοχή στη δημιουργική διαδικασία βοήθησε τις συμμετέχουσες να αποκτήσουν νέα επικοινωνιακά εργαλεία και ικανότητες, τα οποία άρχισαν φυσικά να μεταφέρουν έξω από την αίθουσα των προβών – ανέκτησαν ή ενίσχυσαν τη «φωνή» που οι κοινωνικά αποκλεισμένες ομάδες συχνά στερούνται συστηματικά.

## ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΣ ΑΠΟΚΛΕΙΣΜΟΣ

Η έρευνα που διεξαγάγαμε επιβεβαίωσε την ετερογένεια του φαινομένου του κοινωνικού αποκλεισμού (Silver, 1994). Οι διοργανώτριες και οι συμμετέχουσες έστρεψαν επανειλημμένα την προσοχή στη διαθεματική (intersectional) φύση του, που συνδυάζει, μεταξύ άλλων, το φύλο, τη σεξουαλικοποίηση, τη βία, τον σεξουαλικό προσανατολισμό, την ψυχική κατάσταση και την υλική κατάσταση. Αυτό τους οδήγησε να αντιληφθούν τον κοινωνικό αποκλεισμό με όρους «πολυεπίπεδου μειονεκτήματος» – κάτι που ταιριάζει στη συμμετοχική και διανεμητική προσέγγιση (Grotowska-Leder, 2005).

Οι ερωτηθείσες σημείωσαν ότι τα αποκλεισμένα άτομα συχνά εσωτερικεύουν τους συστημικούς φραγμούς – αντικατοπτρίζοντας μια ηθικολογική προσέγγιση που κατηγορεί τα θύματα (Levitas, 1998). Ως αποτέλεσμα, εμφανίζεται αναλυτική παράλυση και το φαινόμενο του «αυτοαποκλεισμού»: τα άτομα κατηγορούν τον εαυτό τους και στερούν από τους εαυτούς τους το δικαίωμα να συμμετάσχουν προτού καν η ομάδα έχει την ευκαιρία να το κάνει. Η ίδια η χρήση του όρου «κοινωνικά αποκλεισμένες» αποδείχθηκε ένα εξίσου σημαντικό ζήτημα. Σε έργα που απευθύνονται σε ομάδες που διατρέχουν κίνδυνο αποκλεισμού ή είναι κοινωνικά αποκλεισμένες, αξίζει πρώτα να εγκαθιδρυθεί μια συγκεκριμένη ορισμολογική προσέγγιση (πώς κατανοούμε τον κοινωνικό αποκλεισμό και σε ποιους, επομένως, κατευθύνουμε το έργο;) και στη συνέχεια να αναπτυχθεί μια κατάλληλη επικοινωνιακή στρατηγική, ώστε οι χρησιμοποιούμενοι όροι να μην έχουν τα χαρακτηριστικά του υπερβολικού ταμπελαρίσματος ή του στιγματισμού.

## **ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ**

Οι συμμετέχουσες στην έρευνα υπέδειξαν ομόφωνα ότι το θέατρο χωρίς συμμετοχή είναι μια κενή φόρμα («Δεν υπάρχει θέατρο χωρίς συμμετοχή, χωρίς αυτήν είναι απλώς ένα άδειο κτίριο»), και ο αποκλεισμός νοείται ως άμεσο αποτέλεσμα της στέρησης της δυνατότητας συμμετοχής. Αυτό αντιστοιχεί άμεσα στη θέση του Rappaport (1981, 1987) για την ενδυνάμωση ως διαδικασία αποκατάστασης της αυτενέργειας: η απουσία συμμετοχής είναι η απουσία ελέγχου πάνω στην ίδια τη ζωή κάποιου. Τα αποτελέσματα της έρευνας δείχνουν ότι όλες οι ομάδες διακρίνουν την τυπική συμμετοχή από την πραγματική συμμετοχή και αντιμετωπίζουν αυτή τη διαφορά ως καθοριστική. Αυτό αντιστοιχεί άμεσα στη διαγνωστική εφαρμογή της κλίμακας συμμετοχής της Arnstein (1969): το ερώτημα δεν είναι «προσκαλούμε;», αλλά «σε ποιο σκαλοπάτι της κλίμακας βρισκόμαστε πραγματικά;». Μια πραγματική αλλαγή στη θέση των αποκλεισμένων συμβαίνει μόνο με την εταιρική σχέση, την εκχώρηση εξουσίας και τον πλήρη κοινωνικό έλεγχο.

Η ασφάλεια αναδύεται ως ένα θεμέλιο χωρίς το οποίο κανένα επίπεδο συμμετοχής δεν είναι εφικτό. Αυτό σχετίζεται με τη θεωρία του αυτοκαθορισμού των Deci και Ryan (1985, 2000): οι άνθρωποι έχουν

μεγαλύτερο κίνητρο όταν ικανοποιούνται τρεις βασικές ψυχολογικές ανάγκες: αυτονομία, ικανότητα και σχετίζεσθαι. Ο φόβος της αξιολόγησης, της έκθεσης ή της αποτυχίας εκπλήρωσης των προσδοκιών μπλοκάρει πρωτίστως την αίσθηση της αυτονομίας και του σχετίζεσθαι, κάτι που οι συμμετέχουσες περιέγραψαν ως τον «κύριο εχθρό της συμμετοχής».

Οι συμμετέχουσες τόνισαν τη σημαντική διάσταση της συνάντησης με διαφορετικές οπτικές γωνίες: την ανταλλαγή ενέργειας και τη μάθηση από διαφορετικούς πολιτισμούς· την οικοδόμηση μιας βαθύτερης σύνδεσης με το θέμα μέσω της αυθεντικής ανθρώπινης εμπλοκής· την οικοδόμηση κοινότητας και την επίλυση συγκρούσεων. Αυτό αντιστοιχεί στη διάκριση του Putnam (2000) μεταξύ κοινωνικού κεφαλαίου συσπείρωσης (bonding) και γεφύρωσης (bridging): το συμμετοχικό θέατρο λειτουργεί όταν οι αποκλεισμένες ομάδες έχουν πλεόνασμα κεφαλαίου συσπείρωσης (ισχυρή εσωτερική συνοχή) και έλλειμμα κεφαλαίου γεφύρωσης (έλλειψη δεσμών με άλλες ομάδες και θεσμούς). Το θέατρο γίνεται ένας χώρος παραγωγής ακριβώς αυτού του ελλείποντος κεφαλαίου γεφύρωσης. Αυτό συμπληρώνεται από την οπτική γωνία του Bourdieu (1986): η συμπερίληψη των προοπτικών των αποκλεισμένων στη γλώσσα και τη μορφή της παράστασης είναι μια αναγνώριση του πολιτισμικού και συμβολικού τους κεφαλαίου. Σύμφωνα με την έννοια της Κυρίαρχης Λογικής των Υπηρεσιών (SDL), οι συμμετέχουσες έφεραν τους μοναδικούς τους πόρους (εμπειρίες) στη σκηνή και απέκτησαν μια πλατφόρμα για να διαμορφώσουν τις δικές τους αφηγήσεις. Αντί να είναι το αντικείμενο της συζήτησης, έγιναν οι συν-παραγωγοί της.

## **ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΑΛΛΑΓΗ**

Στη μορφογενετική προσέγγιση της Archer (1996, 2019), το σημείο εκκίνησης κάθε κύκλου αλλαγής είναι οι υπάρχουσες δομές και οι θεσμοί (T1 – δομικός προσδιορισμός). Τα αποτελέσματα της έρευνας δείχνουν ότι ο αποκλεισμός των συμμετεχουσών ήταν δομικά ριζωμένος, και το θέατρο χρησιμοποιήθηκε συνειδητά ως ένα «νόμιμο σημείο εισόδου» σε χώρους που κανονικά είναι απρόσιτοι. Ταυτόχρονα, οι ίδιες δομές αποδείχθηκαν περιορισμός για τις ίδιες τις διοργανώτριες: η εξάρτηση από τη χρηματοδότηση μέσω επιχορηγήσεων επέβαλε έναν ρυθμό «εκκίνησης-διακοπής» (start-stop): το έργο τελειώνει προτού οι νέες πρακτικές

προλάβουν να ριζώσουν. Η κοινωνική αλλαγή, επομένως, δεν μπορούσε να υπάρξει ως συστημικό αποτέλεσμα.

Η φάση της αλληλεπίδρασης (T2–T3) είναι η στιγμή στο μοντέλο της Archer όπου οι δρώντες, εξοπλισμένοι με αναστοχαστικότητα, μπορούν να αναλάβουν δράσεις διαπραγμάτευσης ή αμφισβήτησης της υπάρχουσας τάξης πραγμάτων. Σε αυτό το στάδιο, τα αποτελέσματα της έρευνας είναι απερίφραστα θετικά: συγκεκριμένες αλλαγές καταγράφηκαν κατά τη διάρκεια της διαδικασίας. Συμμετέχουσες που ήταν αρχικά κλειστές και αποσυρμένες με τον χρόνο «ανέκτησαν τη δύναμη, το χάρισμα και την παρουσία τους» και βίωσαν μια νέα αίσθηση του ανήκειν. Έτσι, η φάση της κοινωνικής αλληλεπίδρασης πραγματικά έλαβε χώρα, και το θέατρο λειτούργησε αποτελεσματικά ως ένας χώρος όπου οι δρώντες μπορούσαν να διαπραγματευτούν τις ταυτότητες και τις σχέσεις τους.

Το κρίσιμο στάδιο στο μοντέλο της Archer είναι το T4 – δομική επεξεργασία (αλλαγή). Το ερώτημα είναι αν το αποτέλεσμα της αλληλεπίδρασης είναι η πραγματική δομική αλλαγή (μορφογένεση) ή απλώς η αναπαραγωγή των υπαρχόντων συστημάτων (μορφόσταση). Τα αποτελέσματα της έρευνας υποδηλώνουν μια ασυμμετρία: σε ατομικό και ομαδικό επίπεδο, η αλλαγή είναι αξιόπιστη και τεκμηριωμένη. Οι συμμετέχουσες εξέρχονται από τη διαδικασία με διευρυμένη αίσθηση αυτενέργειας, ένα νέο δίκτυο σχέσεων και διαρκείς φιλίες, με επικοινωνιακά εργαλεία και την εμπειρία της ολοκλήρωσης μιας παράστασης, συχνά με μια ανασυγκροτημένη αίσθηση αυταξίας. Σε δομικό επίπεδο (θεσμοί, πολιτικές, συνθήκες που δημιούργησαν τον αποκλεισμό), δεν υπάρχει αλλαγή ή αυτή είναι μη επαληθεύσιμη. Υπάρχει επίσης έλλειψη εργαλείων για την παρακολούθηση των μακροπρόθεσμων αποτελεσμάτων. Χωρίς το T4 σε δομικό επίπεδο, ο μορφογενετικός κύκλος παραμένει ανοιχτός, γεγονός που δεν σημαίνει αποτυχία, αλλά δείχνει ότι η προϋπόθεση για συστημική αλλαγή θα έπρεπε να είναι ένας άλλος, συσσωρευμένος κύκλος που θα καλύπτει θεσμούς και πολιτικές.

Το μοντέλο ανάλυσης του πεδίου δυνάμεων του Lewin (1943, 1946, 1947) περιγράφει τις κοινωνικές καταστάσεις ως ένα πεδίο έντασης μεταξύ κινητήριων δυνάμεων που ωθούν προς την αλλαγή και ανασχετικών δυνάμεων που διατηρούν το στάτους κβο. Στα ερευνηθέντα έργα, οι κινητήριες δυνάμεις ήταν: ο ασφαλής χώρος και η εμπιστοσύνη που έχτισαν οι διοργανώτριες, η καλλιτεχνική θεατρική μορφή που μείωνε το κατώφλι εισόδου, η κοινή εμπειρία της δημιουργικής διαδικασίας και η

δέσμευση των συμμετεχουσών. Οι ανασχετικές δυνάμεις αποδείχθηκαν: η δομική εξάρτηση από τις επιχορηγήσεις (ο ρυθμός «start-stop»), η έλλειψη ενός ατόμου για τη διατήρηση των νέων κανόνων μετά την αποχώρηση των εμπυχωτριών και το περιορισμένο εύρος αντικτύπου των έργων σε σχέση με την κλίμακα του αποκλεισμού.

Το μοντέλο τριών σταδίων του Lewin (ξεπάγωμα, αλλαγή και ξαναπάγωμα) επιτρέπει την ακριβέστερη περιγραφή της τροχιάς της αλλαγής στο ερευνηθέν έργο. Η φάση του ξεπαγώματος προχώρησε αποτελεσματικά: οι διοργανώτριες έχτισαν με συνέπεια έναν ασφαλή χώρο, ο οποίος αποσταθεροποίησε τις προηγούμενες, κλειστές στάσεις των συμμετεχουσών. Η φάση της αλλαγής ήταν δυναμική και ορατή – οι συμμετέχουσες μετακινήθηκαν από την αντίσταση και την απόσυρση προς το άνοιγμα, το θάρρος και την αίσθηση αυταξίας. Το πρόβλημα έγκειται στη φάση του ξαναπαγώματος: η σταθεροποίηση της νέας κατάστασης απαιτεί μακροπρόθεσμες δομές και όχι μεμονωμένα έργα. Εάν η δομή δεν μπορεί να σταθεροποιηθεί, μπορεί κανείς τουλάχιστον να ενισχύσει τα άτομα αρκετά ώστε η αλλαγή να συμβεί μέσα τους, ανεξάρτητα από τις εξωτερικές συνθήκες. Έτσι, η αλλαγή συνέβη, αλλά στην ατομική και ομαδική διάσταση. Ωστόσο, το «πάγωμα» της αλλαγής σε δομικό επίπεδο παραμένει ένα ανοιχτό ζητούμενο, που απαιτεί τη συσσώρευση πολλών τέτοιων δράσεων, πολλών οντοτήτων και μακροπρόθεσμων θεσμικών πλαισίων.





ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

# Στάδια και ενδεικτικά εργαλεία εργασίας στο συμμετοχικό θέατρο

## 1. Πριν ξεκινήσουμε

Αυτός ο οδηγός γεννήθηκε μέσα από την πράξη. Από συζητήσεις μετά τις πρόβες, από στιγμές αβεβαιότητας, από καταστάσεις που λειτούργησαν απροσδόκητα καλά – και από εκείνες που μας ανάγκασαν να σταματήσουμε και να ξανασκεφτούμε τις δικές μας μεθόδους εργασίας. Δημιουργήθηκε χάρη στις εμπειρίες τριών εταίρων του έργου WOMEN interACT: του Društvo ZIZ από τη Σλοβενία, της Restart Theater Athens από την Ελλάδα και του Stowarzyszenie Kobietostan από την Πολωνία. Όλοι μας εργαζόμαστε στο συμμετοχικό θέατρο για χρόνια, συχνά σε περιβάλλοντα που χαρακτηρίζονται από περιθωριοποίηση, ένταση και κοινωνική ευθραυστότητα. Ακριβώς πάνω σε αυτές τις εμπειρίες –σε ό,τι αποδείχθηκε υποστηρικτικό, αλλά και σε ό,τι απαίτησε ιδιαίτερη ενσυνειδητότητα– οικοδομήθηκε αυτή η έκδοση.

Δεν προσπαθούμε να προτείνουμε μία καθολική μέθοδο. Αντίθετα, μας ενδιαφέρει να μοιραστούμε πρακτικές που λειτούργησαν σε συγκεκριμένες συνθήκες και σε εργασία με συγκεκριμένες ομάδες – συχνά με γυναίκες των οποίων οι ιστορίες και οι εμπειρίες παραμένουν αόρατες στον δημόσιο χώρο.

Επομένως, παράλληλα με τα εργαλεία και τις ασκήσεις, θα βρείτε επίσης σκέψεις για το τι βοηθά τις συμμετοχικές διαδικασίες να αναπτυχθούν και τι μπορεί να τις αποδυναμώσει, να τις περιπλέξει ή να τις θέσει σε δοκιμασία.

Όταν αρχίσαμε να χαρτογραφούμε τις εμπειρίες μας, γρήγορα αποδείχθηκε ότι παρά τις διαφορές στις γλώσσες εργασίας και την καλλιτεχνική αισθητική, όλοι αναγνωρίζουμε τρία επαναλαμβανόμενα

στάδια της δημιουργικής διαδικασίας:

- οικοδόμηση της ομάδας,
- συγκέντρωση του υλικού,
- δημιουργία της παράστασης.

Ωστόσο, δεν τα αντιμετωπίζουμε ως άκαμπτες, διαχωρισμένες φάσεις. Η θεατρική διαδικασία σπάνια εξελίσσεται γραμμικά – μοιάζει περισσότερο με σπειροειδή κίνηση παρά με μια ευθεία διαδρομή από το σημείο Α στο σημείο Β. Επιστρέφουμε σε προηγούμενα στάδια, πηγαίνουμε προς τα πίσω και αλλάζουμε κατεύθυνση. Αυτό που αρχικά χρησιμεύει για την οικοδόμηση σχέσεων μπορεί αργότερα να γίνει σκηνικό υλικό. Αυτό που φαινόταν κλειστό μπορεί να ανοίξει ξανά.

Σε αυτόν τον οδηγό, αφιερώνουμε τον περισσότερο χώρο στο πρώτο στάδιο – την οικοδόμηση της ομάδας. Από τη δική μας οπτική γωνία, εδώ δημιουργείται το θεμέλιο ολόκληρης της επόμενης διαδικασίας. Ιδιαίτερα στη συμμετοχική εργασία, η οποία βασίζεται στις σχέσεις, την εμπιστοσύνη και την ετοιμότητα για συνδημιουργία.

Κάθε στάδιο συνοδεύεται από την περιγραφή ενός επιλεγμένου εργαλείου – μιας πρακτικής που αναπτύχθηκε από έναν από τους συνεργαζόμενους οργανισμούς. Εξάιρεση αποτελεί το πρώτο κεφάλαιο, το οποίο περιλαμβάνει επιπλέον το Συμβόλαιο – ένα κοινό εργαλείο όλων των εταίρων του έργου. Είναι αυτό που δημιουργεί το βασικό πλαίσιο εργασίας με την ομάδα και μας βοηθά να οικοδομήσουμε μια κοινή ευθύνη για τη διαδικασία.

Αυτό το μέρος του οδηγού προέκυψε από τις εμπειρίες, τις δοκιμές, τα λάθη, τις εντάσεις και τις ανακαλύψεις των καλλιτεχνών που συνδημιούργησαν το έργο WOMEN interACT. Η επιμέλεια του συνόλου προετοιμάστηκε από την Iwona Konecka από το Stowarzyszenie Kobietostan, ωστόσο, δεν πρόκειται για μια απλή ιστορία που εξιστορείται από μία μόνο φωνή. Είναι μάλλον μια συνάντηση πολλών προοπτικών –

άλλοτε παρόμοιων, άλλοτε πολύ διαφορετικών– οι οποίες αλληλοσυμπληρώνονται και διευρύνουν η μία την άλλη.

Δεν προσπαθήσαμε να εξομαλύνουμε αυτές τις διαφορές. Αντίθετα – θέλαμε να διατηρήσουμε τόσο αυτό που μας συνδέει (και αποδείχθηκε ότι είναι εκπληκτικά πολύ) όσο και αυτό που προκύπτει από διαφορετικές διαισθήσεις, μεθόδους εργασίας ή τοπικά πλαίσια. Γι' αυτό οι άμεσες φωνές των καλλιτεχνών είναι τόσο σημαντικές για εμάς.

Τα παραθέματα δεν εξυπηρετούν τη λειτουργία μιας προσθήκης ή εικονογράφησης εδώ – αποτελούν ισότιμο μέρος αυτής της έκδοσης. Συχνά μεταφέρουν την αφήγηση προς τα εμπρός, της δίνουν κατεύθυνση και μας επιτρέπουν να δούμε τη διαδικασία από διαφορετικές οπτικές γωνίες.

Οι περιγραφές των εργαλείων παραμένουν στα χέρια των δημιουργών τους.

Η έκδοση αυτή δεν είναι εγχειρίδιο ούτε ένα κλειστό σύστημα μεθόδων. Είναι μάλλον μια καταγραφή πρακτικής –και μια πρόσκληση για περαιτέρω ανάπτυξη, μετασχηματισμό και αμφισβήτηση αυτών των εμπειριών στη δική σας εργασία. Το σύνολο παρουσιάζεται ως μια διαδικασία: από την έναρξη της εργασίας με την ομάδα έως την πρεμιέρα της παράστασης. Στις επόμενες ενότητες περιγράφουμε τα στάδια αυτής της διαδικασίας και τα χαρακτηριστικά τους, μαζί με ενδεικτικά εργαλεία εργασίας.

## 2. Πρώτα και πάνω απ' όλα, η ομάδα

### 2.1 Περιγραφή σταδίου

Στα συμμετοχικά έργα, όλα ξεκινούν από την ομάδα. Είναι στην αρχή της διαδικασίας που χτίζεται αργά ένας χώρος σχέσης, εμπιστοσύνης και κοινής ευθύνης – συνθήκες χωρίς τις οποίες είναι δύσκολο να μιλήσουμε για γνήσια συνδημιουργία.

Αυτό το στάδιο είναι καθοριστικό στην εμπειρία όλων των εταίρων του WOMEN interACT. Οι καλλιτέχνες από το Društvo ZIZ τονίζουν ότι το θεμέλιο της διαδικασίας είναι η οικοδόμηση σχέσεων που βασίζονται στην εμπιστοσύνη –τόσο μεταξύ των ίδιων των συμμετεχουσών όσο και μεταξύ της ομάδας και των εμπυχωτών. Πρόκειται για τη δημιουργία ενός κοινού χώρου κατανόησης, αναγνωρίζοντας ταυτόχρονα τους ατομικούς τρόπους έκφρασης του κάθε

Η Restart Theater Athens επισημαίνει ότι χωρίς μια στέρεη διαδικασία οικοδόμησης κοινότητας, είναι δύσκολο να μιλήσουμε για συνδημιουργία που πραγματικά ενδυναμώνει τις συμμετέχουσες. Όπως σημειώνουν:

*Αν αυτό το στάδιο δεν είχε επιτευχθεί, θα ήταν εξαιρετικά δύσκολο να προχωρήσουμε σε μια διαδικασία συνδημιουργίας που να ενδυναμώνει τις συμμετέχουσες – και αυτός ήταν ο βασικός στόχος του έργου.*

- Αγγελική Κασόλα, Restart Theater Athens

Η οικοδόμηση της ομάδας, επομένως, δεν είναι απλώς μια προετοιμασία για την καλλιτεχνική εργασία. Είναι το ίδιο το θεμέλιο της διαδικασίας.

### **Δημιουργούμε έναν χώρο όπου μπορείς να εργαστείς**

Ένα από τα σημαντικότερα καθήκοντα στην αρχή της διαδικασίας είναι η δημιουργία ενός χώρου όπου μπορεί κανείς να αισθανθεί ασφαλής – ψυχολογικά, σχεσιακά και ηθικά.

*Αυτή η αίσθηση ασφάλειας επιτρέπει στην ομάδα πρώτα να εδραιωθεί, να χτίσει και να νιώσει μια αίσθηση κοινότητας και, σε ένα μεταγενέστερο στάδιο εργασίας, να διαφοροποιηθεί, να εξερευνήσει τη δική της δημιουργικότητα και να ανακαλύψει την ποικιλομορφία μέσα στην ομάδα.*

- Agnieszka Bresler, Stowarzyszenie Kobietostan

Όπως τονίζει η Restart Theater Athens:

*Στις συμμετοχικές και κοινωνικά δεσμευμένες καλλιτεχνικές διαδικασίες –ιδιαίτερα σε εκείνες που διαχειρίζονται εμπειρίες αποκλεισμού, διακρίσεων και βίας– η ασφάλεια δεν είναι μια δευτερεύουσα συνθήκη, αλλά ένα μεθοδολογικό θεμέλιο.*

- Αγγελική Κασόλα, Restart Theater Athens

Μία από τις σημαντικότερες πρακτικές, κοινή στις διαδικασίες μας, είναι η δημιουργία ενός Συμβολαίου –από κοινού θεσπισμένων κανόνων εργασίας, ορίων και τρόπων αντίδρασης σε δύσκολες καταστάσεις. Είναι σημαντικό για εμάς αυτοί οι κανόνες να μην επιβάλλονται από τα πάνω, αλλά να δουλεύονται μαζί με την ομάδα. Συχνά, η ίδια η διαδικασία δημιουργίας του Συμβολαίου απαιτεί περισσότερες από μία συναντήσεις.

Η οικοδόμηση μιας αίσθησης ασφάλειας απαιτεί συχνά και πρόσθετες μορφές υποστήριξης. Συναντηθήκαμε σε συνεδρίες αμοιβαίας εποπτείας των επικεφαλής των ομάδων, συμβουλευτήκαμε ψυχολόγους και, σε ορισμένες περιπτώσεις, καλέσαμε επίσης θεραπευτές στη διαδικασία, οι οποίοι υποστήριξαν τις συμμετέχουσες σε πιο δύσκολες στιγμές.

Ωστόσο, οι επιμέρους ομάδες διέφεραν στην προσέγγισή τους όσον αφορά την εργασία με τις προσωπικές ιστορίες των συμμετεχουσών. Στα έργα της Restart Theater Athens, η ψυχολογική υποστήριξη ενσωματώθηκε απευθείας στο πλαίσιο της καλλιτεχνικής διαδικασίας, επειδή οι συμμετέχουσες είχαν έντονη ανάγκη να μοιραστούν τις δικές τους εμπειρίες.

*Η συμπερίληψη της θεραπευτικής υποστήριξης στο καλλιτεχνικό πλαίσιο*

*μας επέτρεψε έτσι να διατηρήσουμε μια ισορροπία μεταξύ της δημιουργικής εξερεύνησης και της ψυχολογικής ευθύνης. Ταυτόχρονα, προσπαθήσαμε να διευκρινίσουμε ότι το έργο δεν ήταν μια θεραπευτική παρέμβαση, αλλά μια διαδικασία καλλιτεχνικής συνδημιουργίας. Η διατήρηση αυτής της διάκρισης ήταν σημαντική από ηθική άποψη.*

- Ειρήνη Μελά, Restart Theater Athens

Η Restart Theatre Athens τονίζει επίσης ότι η ενσωμάτωση της επίγνωσης του τραύματος (trauma awareness) στη μεθοδολογία εργασίας συνέβαλε καθοριστικά ώστε η διαδικασία να παραμείνει ενδυναμωτική και όχι επιβαρυντική ή εξαντλητική. Η ευαισθησία αυτή λειτούργησε ως πλαίσιο προστασίας τόσο για τις συμμετέχουσες όσο και για τις εμπυχώτριες, διασφαλίζοντας ρυθμό, όρια και συναισθηματική ασφάλεια κατά τη διάρκεια της δημιουργικής διαδικασίας.

Αντίστοιχα, οι θεατρικοί οργανισμοί ZIZ και Kobietostan υιοθετούν μια συγγενή προσέγγιση, παρότι συχνά εργάζονται μέσα από το σώμα, την εικόνα, τη μεταφορά και επιτελεστικές πρακτικές, δίνοντας λιγότερη έμφαση στην άμεση αυτοβιογραφική αφήγηση. Η επιλογή αυτή μετατοπίζει το βάρος από τη ρητή εξιστόρηση προσωπικών εμπειριών προς μορφές έμμεσης έκφρασης, όπου το βίωμα αποδίδεται μέσω σκηνικών δράσεων και συμβολικών αναπαραστάσεων.



Σε όλες τις δράσεις μας, ωστόσο, ένα πράγμα ήταν σημαντικό: ο σαφής καθορισμός του πλαισίου της διαδικασίας. Αν και αντιμετωπίζουμε το θέατρο ως χώρο συνάντησης, ανάπτυξης και επαφής με τη δική μας ευαισθησία, από την αρχή προσπαθούμε να επικοινωνήσουμε

καθαρά ότι είμαστε εδώ πρωτίστως για να δημιουργήσουμε τέχνη μαζί. Δεν είμαστε θεραπευτές. Είμαστε καλλιτέχνες που εργάζονται συλλογικά –και

τα εργαλεία και οι μέθοδοί μας πηγάζουν ακριβώς από αυτή την προοπτική.

## **Μπαίνουμε στο παιχνίδι, στη φωνή και στην εργασία με το σώμα**

Εξοικειώνουμε σταδιακά τις συμμετέχουσες με τη δική τους δημιουργικότητα. Δεν πρόκειται για τη «δημιουργία μιας παράστασης» αμέσως, αλλά για το άνοιγμα πρώτα ενός χώρου όπου μπορεί κανείς να αρχίσει να πειραματίζεται ελεύθερα, να αντιδρά, να παίζει και να υπάρχει μαζί με άλλους.

*Μέσα από παιχνίδια, αυτοσχεδιασμούς, αφηγήσεις, πρακτικές βασισμένες στην εργασία με το σώμα και το κοινό τραγούδι, η ομάδα άρχισε να βιώνει τη δημιουργικότητα ως μια κοινή διαδικασία και όχι ως ένα ατομικό επίτευγμα. Αυτές οι δραστηριότητες υποστήριξαν τον αυθορμητισμό, την ευαισθησία και τη χαρά, βοηθώντας να διαλυθούν σταδιακά οι αρχικές αναστολές και ιεραρχίες στην ομάδα. Οι συμμετέχουσες έμαθαν να θαυμάζουν η μία την άλλη, να υποστηρίζουν και να αντιδρούν η μία στην άλλη, ενισχύοντας τις σχέσεις παράλληλα με την ανάπτυξη καλλιτεχνικών δεξιοτήτων.*

- Αγγελική Κασόλα, Restart Theater Athens

Εργαζόμαστε μέσα από ομαδικά και κινητικά παιχνίδια, τον αυτοσχεδιασμό, το κοινό τραγούδι, ασκήσεις με τη φαντασία και τους συνειρμούς. Αναζητούμε εργαλεία που επιτρέπουν την είσοδο στη δημιουργική διαδικασία χωρίς την ανάγκη για πρόωρη έκθεση του εαυτού. Μας ενδιαφέρει επίσης να προσφέρουμε ποικίλες μορφές έκφρασης –έτσι ώστε το κάθε άτομο να μπορεί να βρει μια μορφή συμμετοχής κοντά σε αυτό.

*...επιτρέποντας στις συμμετέχουσες να καταλάβουν ότι στη διαδικασία που προτείνουμε, θα υπάρχει χώρος για διάφορα δυναμικά, ικανότητες και ενδιαφέροντα. Αποφεύγουμε επίσης εργασίες που δυνητικά προκαλούν συγκρούσεις και ενισχύουν τον ανταγωνισμό, και χρησιμοποιούμε εκείνες*

*που χτίζουν την ομαδική εργασία, τη συνεργασία και αποκαθιστούν τον παιδικό αυθορμητισμό. Εστιάζουμε στη χαρά και το παιχνίδι ως έναν χώρο όπου χτίζεται η αμοιβαία συμμαχία και υποστήριξη, οι εντάσεις απελευθερώνονται, η εσωτερική άμυνα πέφτει και το αίσθημα της δυσπιστίας μειώνεται.*

- Agnieszka Bresler, Stowarzyszenie Kobietostan

Οι καλλιτέχνες από το Društvo ZIZ τονίζουν επίσης πόσο σημαντικό είναι να λαμβάνεται ιδιαίτερη μέριμνα για τα πιο αποσυρμένα άτομα –έτσι ώστε να μπορούν να εισέλθουν με ασφάλεια στη διαδικασία και να βιώσουν σταδιακά τη δική τους αυτενέργεια.

*Χρησιμοποιήσαμε διάφορες ασκήσεις, συζητήσεις και αναστοχασμούς πάνω στις σχέσεις εξουσίας, τους μηχανισμούς αποκλεισμού και συμπερίληψης, την καταπίεση και τη δυναμική της ομάδας για να δημιουργήσουμε ένα πιο ισότιμο και συμπεριληπτικό περιβάλλον για όλες τις συμμετέχουσες.*

- Barbara Polajnar, Društvo ZIZ

Η Restart Theater Athens από την άλλη πλευρά, επικεντρώθηκε έντονα στην αυτενέργεια που συνδέεται με την εξιστόρηση των δικών τους ιστοριών. Οι συμμετέχουσες ανακάλυψαν ότι η ίδια ιστορία μπορεί να εκφραστεί με πολλούς διαφορετικούς τρόπους. Αυτή η εμπειρία ενίσχυσε την αίσθηση της επιρροής και επέτρεψε τη μετάβαση από το απλό μοίρασμα μιας εμπειρίας στο να είναι οι δημιουργοί και οι ερμηνεύτριες των δικών τους αφηγήσεων.

Η ομάδα του Kobietostan σε αυτό το στάδιο εργάζεται ιδιαίτερα έντονα με τη φωνή –κάτι που μας φαίνεται σημαντικό, ειδικά στο πλαίσιο των δυσκολιών που αντιμετωπίζουν πολλές γυναίκες στην πρόσβαση στη δική τους, γεμάτη και ισχυρή φωνή.

*Η εργασία με τη φωνή –που αποτελεί το θεμέλιο της περαιτέρω εργασίας– επιτρέπει στις συμμετέχουσες να ανακαλύψουν και να ενισχύσουν τη φωνή τους, να εκφραστούν και μεταφορικά να σταθούν πίσω από τον*

*εαυτό τους. Δίνοντας φωνή. Έχοντας ακούσει τον εαυτό μας και η μία την άλλη, σπάμε την πρώτη αντίσταση, το πρώτο εσωτερικό εμπόδιο, ξεπερνάμε τον πρώτο φόβο, βιώνουμε τον πρώτο θαυμασμό και μπορούμε να προχωρήσουμε μπροστά –προς τη δημιουργικότητα.*

- Agnieszka Bresler, Stowarzyszenie Kobietostan

Είναι επίσης η στιγμή που αρχίζουμε σταδιακά να εισάγουμε τα βασικά στοιχεία της επιτελεστικής εργασίας –τη σκηνική παρουσία, την κατάληψη του χώρου, τις σχέσεις μεταξύ των σωμάτων ή τη δυναμική της εξουσίας και της ορατότητας στη σκηνή.

## **Καθορίζουμε το πλαίσιο για την από κοινού εργασία**

Σε αυτό το στάδιο, ξεκινάμε επίσης να χτίζουμε κοινές δομές εργασίας. Στην πρακτική του Kobietostan, το σχήμα του κύκλου παίζει σημαντικό ρόλο –τόσο ως φυσικός τρόπος οργάνωσης του χώρου όσο και ως σύμβολο ισότητας και συνεργασίας.

*Μας ενδιαφέρει να χτίσουμε μια ομάδα στην οποία –όπως σε έναν κύκλο– κάθε μία από τις συμμετέχουσες είναι εξίσου ορατή και ακούγεται, αλλά στην οποία εμείς –ως εμπυχώτριες– δεν εισερχόμαστε σε μια ιεραρχική σχέση ανωτερότητας. Ναι, καθ' όλη τη διάρκεια της εργασίας μας επαγρυπνούμε και καθοδηγούμε τις συμμετέχουσες, αλλά δεν πρόκειται για μια παντοδύναμη, αυθεντική καθοδήγηση, αλλά μάλλον όσο το δυνατόν πιο συνεργατική και διαφανής. Μια τέτοια στρατηγική όχι μόνο απελευθερώνει μεγαλύτερη συμμετοχή από τις συμμετέχουσες, αλλά ταυτόχρονα δεν μας επιβαρύνει με υπερβολική ευθύνη για την ομάδα.*

- Agnieszka Bresler, Stowarzyszenie Kobietostan

Στην εργασία όλων των εταίρων του WOMEN interACT, επιστρέφουμε τακτικά στο να τονίζουμε ότι κάθε συμμετέχουσα είναι συνυπεύθυνη τόσο για τη δική της ευεξία όσο και για όσα φέρνει στην ομάδα.

*Μια συμμετοχική διαδικασία βασίζεται στην ελευθερία της έκφρασης, αλλά αυτή η ελευθερία περιλαμβάνει επίσης την επίγνωση των ορίων του ίδιου του ατόμου.*

- Barbara Polajnar, Društvo ZIZ

Θέλουμε να διασφαλίσουμε ότι η ευθύνη δεν διαχέεται στην ομάδα, αλλά επίσης δεν βαρύνει αποκλειστικά τους εμπυχωτές. Η εμπειρία μας δείχνει ότι ακριβώς αυτά τα από κοινού αναπτυγμένα πλαίσια γίνονται ένα σταθερό σημείο αναφοράς για την περαιτέρω δημιουργική εργασία. Παρέχουν μια αίσθηση συνέχειας, διαφάνειας και υπευθυνότητας –και έτσι επιτρέπουν στις συμμετέχουσες να αναλαμβάνουν σταδιακά καλλιτεχνικά ρίσκα και να εισέρχονται βαθύτερα στη διαδικασία της συνδημιουργίας.

### **Τι προσέχουμε: Να μην χάσουμε όσα συμβαίνουν στην ομάδα**

Η φάση της οικοδόμησης της κοινότητας απαιτεί όχι μόνο χρόνο αλλά και πολύ προσεκτική παρατήρηση της δυναμικής της ομάδας. Στις συμμετοχικές διαδικασίες συναντώνται άνθρωποι με διαφορετικές εμπειρίες, ιδιοσυγκρασίες και επίπεδα αυτοπεποίθησης. Εντάσεις, ανισότητες στην κατάληψη του χώρου ή επικοινωνιακές δυσκολίες προκύπτουν φυσικά. Ένα από τα σημαντικά καθήκοντα των εμπυχωτών είναι να παρατηρούν αυτούς τους μηχανισμούς και να αντιδρούν με τέτοιο τρόπο ώστε να προστατεύουν τόσο τα άτομα όσο και την ίδια τη δημιουργική διαδικασία.

Η διατήρηση της ισορροπίας σχετικά με το ποιων οι φωνές ακούγονται είναι μια συχνή πρόκληση. Ορισμένα άτομα καταλαμβάνουν εύκολα χώρο και μπαίνουν γρήγορα στη δράση, ενώ άλλα χρειάζονται περισσότερο χρόνο για να αισθανθούν ασφαλή. Γι' αυτό είναι τόσο σημαντικό να επιστρέφουμε συνεχώς στους κοινούς κανόνες επικοινωνίας και να υποστηρίζουμε τις συμμετέχουσες στην ανάπτυξη της επίγνωσης του τρόπου λειτουργίας της ομάδας.

Η οικοδόμηση μιας κοινότητας συνδέεται επίσης μερικές φορές με δύσκολες αποφάσεις. Κάποιες φορές συμβαίνει κάποιο άτομο να αδυνατεί

να λειτουργήσει εντός των συμφωνημένων πλαισίων ή να αποσταθεροποιεί τη διαδικασία με τη συμπεριφορά του. Η συνοδεία τέτοιων καταστάσεων απαιτεί ενσυναίσθηση και ετοιμότητα ανάληψης ευθύνης για αποφάσεις που αφορούν την περαιτέρω συμμετοχή του συγκεκριμένου ατόμου στην εργασία της ομάδας.

Αξίζει επίσης να θυμόμαστε ότι αυτό το πρώτο στάδιο σπάνια είναι θεαματικό.

*Αυτό το πρώτο στάδιο είναι ιδιαίτερα χρονοβόρο, μπορεί να είναι επίπονο και θυελλώδες (κι εμείς θέλουμε να τρέξουμε προς τη δημιουργικότητα, προς την παράσταση!), αλλά δεν πρέπει να το βιαζόμαστε.*

- Agnieszka Bresler, Stowarzyszenie Kobietostan

Είναι ακριβώς αυτός ο χρόνος που επιτρέπει τη σταδιακή δημιουργία ενός ασφαλούς και υγιούς χώρου εργασίας –χωρίς αυτόν, η δημιουργική διαδικασία δεν έχει πού να στηριχτεί.



Διάφορες μορφές υποστήριξης για τους εμπυχωτές αποδεικνύονται επίσης πολύ βοηθητικές στην αντιμετώπιση των προκλήσεων. Μία από αυτές είναι η εποπτεία. Όλοι εργαστήκαμε τόσο σε ζευγάρια συν-εμπύχωσης (χρησιμοποιώντας την

ομότιμη εποπτεία), όσο και με διαβουλεύσεις μεταξύ των συνεργαζόμενων οργανισμών και επαγγελματική ψυχολογική εποπτεία. Αυτό μας βοήθησε να κατανοήσουμε καλύτερα τη δυναμική της ομάδας, να κατονομάσουμε τις αναδυόμενες συγκρούσεις και να αναζητήσουμε κατάλληλους τρόπους αντίδρασης.

Η φροντίδα για τη δυναμική της ομάδας, η υπομονή και η ετοιμότητα αντίδρασης στις εντάσεις αποτελούν επομένως αναπόσπαστο μέρος αυτού

του σταδίου εργασίας. Ακόμη και αν πολλές από αυτές τις δράσεις παραμένουν αόρατες από έξω, είναι αυτές που σε μεγάλο βαθμό καθορίζουν εάν η δημιουργική διαδικασία θα μπορέσει να αναπτυχθεί με έναν ασφαλή και πραγματικά συνεργατικό τρόπο.

Η οικοδόμηση μιας κοινότητας δεν είναι μόνο η αρχή της διαδικασίας. Είναι κάτι που διαρκεί καθ' όλη τη διάρκεια της εργασίας –απλώς σε διαφορετικές μορφές. Η εμπιστοσύνη, η υπευθυνότητα και η προσοχή δεν εμφανίζονται μια για πάντα. Χρειάζονται συνεχή φροντίδα και συνεχή ανανέωση.

Στην επόμενη ενότητα, εξετάζουμε δύο συγκεκριμένα εργαλεία που μας υποστήριξαν στη δημιουργία ενός τέτοιου χώρου εργασίας. Το πρώτο είναι το Συμβόλαιο της Ομάδας –μια πρακτική παρούσα σε όλους τους εταίρους του WOMEN interACT, που βοηθά στον από κοινού καθορισμό των κανόνων συνεργασίας, των ορίων και των τρόπων αντίδρασης σε δύσκολες καταστάσεις.

Το δεύτερο είναι η πρόταση του Društvo ZIZ – «Παρατήρηση του σώματος σε κίνηση» –μια πρακτική που αναπτύσσει την επίγνωση της παρουσίας, των σχέσεων και της σωματικής έκφρασης, υποστηρίζοντας τις συμμετέχουσες στη μετάβαση από τους καθημερινούς τρόπους λειτουργίας σε μια πιο συνειδητή επιτελεστική παρουσία.

## 2.2 Εργαλεία

### Το Συμβόλαιο

(Αγγελική Κασόλα, Restart Theater Athens & Iwona Konecka, Stowarzyszenie Kobietostan)

Το θεμέλιο της φάσης οικοδόμησης της ομάδας για εμάς είναι ένα εργαλείο που ονομάζουμε *Το Συμβόλαιο*. Δεν το αντιμετωπίζουμε ως ένα επίσημο έγγραφο ή ένα σύνολο άκαμπτων κανόνων. Το Συμβόλαιο είναι μάλλον μια ζωντανή πρακτική –κάτι που δημιουργείται από κοινού με τις συμμετέχουσες και διαμορφώνει σταδιακά τον τρόπο που εργαζόμαστε,

επικοινωνούμε και φροντίζουμε η μία την άλλη καθ' όλη τη διάρκεια της διαδικασίας. Με τον χρόνο, γίνεται η ραχοκοκαλιά της κοινής εργασίας – μια δομή που υποστηρίζει την ηθική, σχεσιακή, δημιουργική και πρακτική της διάσταση. Όλα αυτά τα στοιχεία είναι απαραίτητα εάν η συνδημιουργία πρόκειται να είναι πραγματικά υπεύθυνη και ουσιαστική.

## Περιγραφή εργαλείου

Παρακάτω παρουσιάζουμε έναν πιο επεξεργασμένο τρόπο δημιουργίας ενός Συμβολαίου. Για όσους έχουν ήδη εμπειρία με παρόμοιες πρακτικές, τους επιτρέπει να προχωρήσουν πέρα από έτοιμες, σχηματικές φόρμουλες και να ανακτήσουν μια πιο αυθεντική επαφή με αυτή τη διαδικασία. Για όσους τη συναντούν για πρώτη φορά, μπορεί να γίνει μια ήπια είσοδος στην ομαδική εργασία και να τους βοηθήσει να κατανοήσουν το νόημα του από κοινού καθορισμού των κανόνων.

Χωρίζουμε την εργασία πάνω στο Συμβόλαιο σε διάφορα στάδια. Σε συντομότερες διαδικασίες, το πρώτο και το δεύτερο βήμα μπορούν να παραλειφθούν.

### 1. Αυτοστοχασμός

Καλούμε τις συμμετέχουσες να κλείσουν τα μάτια τους ή να εστιάσουν το βλέμμα τους σε ένα σημείο και να αφιερώσουν μια στιγμή σε προσωπικό στοχασμό:

Πώς λειτουργούσα σε ομάδες στο παρελθόν;

Πώς αισθανόμουν μέσα σε αυτές;

Τι ήταν δύσκολο ή άβολο για μένα;

Τι χρειαζόμουν;

Και τι παρατηρώ στον εαυτό μου τώρα –βρισκόμενη σε αυτή τη συγκεκριμένη ομάδα;

## 2. Χαρτογράφηση αναγκών

Μοιράζουμε μαρκαδόρους και αυτοκόλλητα σημειώματα (sticky notes). Κάθε άτομο καταγράφει τις ανάγκες του που σχετίζονται με τη λειτουργία στην ομάδα –μία ανάγκη ανά σημείωμα.

Στη συνέχεια, ένα άτομο διαβάζει το πρώτο του σημείωμα και το τοποθετεί στο κέντρο του κύκλου ή το κολλάει σε ένα μεγάλο φύλλο χαρτιού. Μπορεί να πει λίγα λόγια για αυτό.

Τα άτομα που βρίσκουν μια παρόμοια ανάγκη στον εαυτό τους τοποθετούν τα σημειώματά τους δίπλα σε αυτό –με αυτόν τον τρόπο, το πρώτο «νησί» αρχίζει να σχηματίζεται στον χάρτη της ομάδας.

Ένα άλλο άτομο μοιράζεται τη δική του ανάγκη και η διαδικασία επαναλαμβάνεται. Σχηματίζονται επόμενα νησιά.

Συνεχίζουμε μέχρι όλα τα άτομα που θέλουν να συνεισφέρουν να έχουν τον χώρο να το κάνουν. Δεν υπάρχει υποχρέωση να αποκαλυφθούν τα πάντα –ορισμένα πράγματα μπορούν να παραμείνουν ιδιωτικά.

## 3. Δημιουργία κοινών συμφωνιών

Μαζί κοιτάζουμε τον χάρτη των αναγκών και θέτουμε ερωτήματα:

Ποιοι κανόνες μπορούν να υποστηρίξουν αυτές τις ανάγκες στην ομάδα μας;

Υπάρχουν ανάγκες που δεν μπορούμε να φροντίσουμε εδώ;

Μιλάμε, διαπραγματευόμαστε και αναζητούμε διατυπώσεις με τις οποίες όλοι μπορούν να συμφωνήσουν. Βήμα προς βήμα, αναδύεται ένα σύνολο κοινών κανόνων.

Στο τέλος, τονίζουμε ότι το Συμβόλαιο είναι ένα ζωντανό έγγραφο – μπορεί να αλλάξει, να εξελιχθεί και να συμπληρωθεί, πάντα με τη συγκατάθεση της ομάδας.

## 4. Τίτλος και υπογραφές

Κάθε ομάδα δίνει στο δικό της Συμβόλαιο τον δικό της τίτλο. Είναι ένα μικρό στοιχείο, αλλά συχνά βοηθά στο χτίσιμο μιας αίσθησης κοινής ομαδικής κουλτούρας και πυροδοτεί τη δημιουργικότητα.

Στο τέλος, όλα τα άτομα που συνδημιούργησαν το Συμβόλαιο το υπογράφουν.

### **Τι προσφέρει αυτό το εργαλείο σε αυτό το στάδιο της διαδικασίας**

Στο επίκεντρο του Συμβολαίου βρίσκεται η δημιουργία ενός χώρου που βασίζεται στην ασφάλεια και την εμπιστοσύνη. Προτού καταστεί δυνατή μια βαθύτερη δημιουργική ή προσωπική εργασία, χρειαζόμαστε το συναίσθημα ότι μπορούμε να μοιραστούμε εμπειρίες και να εξερευνήσουμε δημιουργικά χωρίς τον φόβο της επίκρισης ή της πληγής. Μαζί θεσπίζουμε κανόνες σχετικά με την εμπιστευτικότητα, την προσεκτική ακρόαση, την εθελοντική φύση του μοιράσματος προσωπικών ιστοριών και το δικαίωμα αποχώρησης από τη διαδικασία ανά πάσα στιγμή. Αυτοί οι κανόνες δεν επιβάλλονται από τα πάνω –προκύπτουν μέσα από τον διάλογο και συνδημιουργούνται από την ομάδα, χάρη στην οποία οι συμμετέχουσες έχουν πραγματική επιρροή στις συνθήκες εργασίας.

Το Συμβόλαιο βοηθά επίσης στο χτίσιμο πρακτικών δομών που υποστηρίζουν τη διαδικασία. Μαζί καθορίζουμε ένα ρεαλιστικό πρόγραμμα λαμβάνοντας υπόψη τη ζωή και τις δυνατότητες των συμμετεχουσών, μιλάμε για τους τρόπους λήψης αποφάσεων, την επικοινωνία και την αντίδραση στις συγκρούσεις.

Στο έργο WOMEN interACT, η διαδικασία δημιουργίας του Συμβολαίου περιλάμβανε επίσης συζητήσεις σχετικά με τις διαθέσιμες μορφές υποστήριξης –τόσο την καλλιτεχνική καθοδήγηση (mentoring) όσο και την ψυχολογική υποστήριξη– έτσι ώστε το κάθε άτομο να γνωρίζει ότι μπορεί να χρησιμοποιήσει αυτούς τους πόρους εάν τους χρειαστεί. Όλα αυτά τα στοιχεία εισήγαγαν μεγαλύτερη σταθερότητα και διαφάνεια, επιτρέποντας στις συμμετέχουσες να επικεντρωθούν με μεγαλύτερη ψυχική ηρεμία στη δημιουργική εργασία και την ανάληψη καλλιτεχνικών ρίσκων.

Με τον χρόνο, το Συμβόλαιο γίνεται ένας χώρος όπου η εμπιστοσύνη, η δημιουργικότητα και η κοινή ευθύνη μπορούν να αναπτυχθούν. Επιτρέπει στις συμμετέχουσες να δεσμευτούν πλήρως στη διαδικασία, να εξερευνήσουν τις δικές τους ιστορίες και να τους δώσουν μια επιτελεστική μορφή ως δημιουργοί τους.

## **Πλαίσιο και συνθήκες εργασίας**

Δημιουργούμε το Συμβόλαιο στην αρχή της διαδικασίας –αν και αυτό δεν σημαίνει πάντα την πρώτη συνάντηση. Στον Kobietostan, ειδικά με μεγαλύτερες σε διάρκεια διαδικασίες, δίνουμε συχνά χρόνο στην ομάδα (2-3 συναντήσεις) ώστε οι άνθρωποι να γνωριστούν μεταξύ τους και να αρχίσουν να αισθάνονται τη δυναμική της ομάδας προτού αρχίσουμε να εργαζόμαστε πάνω στο Συμβόλαιο.

Το Συμβόλαιο μπορεί να δημιουργηθεί –σε διάφορες μορφές– με ομάδες οποιασδήποτε ηλικίας και με διαφορετικές εμπειρίες. Η εμπειρία μας δείχνει, ωστόσο, ότι είναι ιδιαίτερα σημαντικό στην εργασία με ανθρώπους που έχουν βιώσει περιθωριοποίηση.

Δεν χρειάζεται να είναι πάντα σε γραπτή μορφή, αν και τις περισσότερες φορές επιλέγουμε αυτή τη μορφή. Οι συζητήσεις γύρω από τους επιμέρους κανόνες χτίζουν μια κοινή κατανόηση της διαδικασίας, ενώ ένα γραπτό Συμβόλαιο επιτρέπει την επιστροφή σε αυτό σε διάφορα στάδια της εργασίας –ειδικά σε πιο δύσκολες στιγμές.

Είναι σημαντικό όχι μόνο να δημιουργείται το Συμβόλαιο, αλλά και να εφαρμόζεται στην πράξη. Η τακτική επιστροφή στις κοινές συμφωνίες, ο έλεγχος του τρόπου λειτουργίας τους, η χρήση τους κατά την επίλυση δυσκολιών ή η διάθεσή τους σε άτομα που εισέρχονται στη διαδικασία, το κρατά ζωντανό. Ένα από τα σαφέστερα μηνύματα ότι το Συμβόλαιο λειτουργεί πραγματικά είναι η στιγμή που οι ίδιες οι συμμετέχουσες αρχίζουν να αναφέρονται στους κανόνες του από μνήμης.

## **Πότε αξίζει να αλλάξει η μορφή εργασίας;**

Σε συντομότερα έργα, οι εμπυχωτές μπορούν να προτείνουν μια βασική έκδοση του Συμβολαίου και στη συνέχεια να καλέσουν την ομάδα σε μια συζήτηση για το τι είναι σημαντικό για αυτήν και τι θα ήθελε να προσθέσει.

Σε τέτοιες καταστάσεις, εμφανίζονται συνήθως συμφωνίες σχετικά με:

- την εθελοντική συμμετοχή σε ασκήσεις και συζητήσεις με ταυτόχρονη προσδοκία δέσμευσης,
- την ομιλία από την οπτική γωνία του «Εγώ» –αναφορά στη δική του εμπειρία αντί για την ερμηνεία των άλλων,
- τη δομή του χρόνου εργασίας –ρυθμός συναντήσεων, διαλείμματα και οργάνωση της διαδικασίας.

## **Τι αξίζει να έχουμε κατά νου**

Η δύναμη του Συμβολαίου έγκειται στο γεγονός ότι από την ίδια την αρχή φέρνει διαφάνεια, ασφάλεια και μια αίσθηση κοινής ευθύνης στη διαδικασία. Δεν λειτουργεί ως ένα σύνολο επιβεβλημένων κανόνων, αλλά ως ένα από κοινού χτισμένο πλαίσιο που επιτρέπει στην ομάδα να συν-αποφασίζει για τον τρόπο εργασίας. Χάρη σε αυτό, ενισχύει την αυτενέργεια των συμμετεχουσών, χτίζει εμπιστοσύνη και βοηθά στη μετάφραση αφηρημένων αξιών –όπως η φροντίδα, η προσβασιμότητα ή η συνδημιουργία– σε καθημερινές πρακτικές και συγκεκριμένες συμπεριφορές.

Το Συμβόλαιο οργανώνει επίσης την πρακτική διάσταση της διαδικασίας: την επικοινωνία, την αντίδραση στις δυσκολίες, τη λήψη αποφάσεων και την οργάνωση της εργασίας. Δημιουργεί μια σταθερή βάση από την οποία μπορεί κανείς να αναλάβει με ασφάλεια δημιουργικά ρίσκα.

Ταυτόχρονα, αυτό είναι ένα εργαλείο που απαιτεί χρόνο, υπομονή και προσεκτική εμφύχωση. Η απλή καταγραφή των κανόνων δεν είναι αρκετή. Είναι εξίσου σημαντικό να επιστρέφουμε σε αυτούς, να κατονομάζουμε τις στιγμές που παραβιάζονται και να αντιδρούμε στις αναδυόμενες εντάσεις.

Βλέπουμε τη μεγαλύτερη δυναμική του Συμβολαίου στη δυνατότητα οικοδόμησης μιας ώριμης ομαδικής κουλτούρας που βασίζεται στον διάλογο, τη διαφάνεια και την επίγνωση των ορίων. Αυτό που αξίζει ιδιαίτερα να προσέξουμε είναι η στιγμή που το Συμβόλαιο γίνεται αποκλειστικά μια διακήρυξη –κάτι που ακούγεται καλά αλλά δεν εφαρμόζεται στην πράξη. Τότε οι κοινοί κανόνες χάνουν γρήγορα το νόημά τους και οι εντάσεις αρχίζουν να λειτουργούν κάτω από την επιφάνεια.

<b>Τι υποστηρίζει;</b>	<b>Τι απαιτεί;</b>
<p>Αίσθηση ασφάλειας και διαφάνειας.</p> <p>Την αυτενέργεια των συμμετεχουσών.</p> <p>Εμπιστοσύνη και κοινή ευθύνη.</p> <p>Επικοινωνία και οργάνωση εργασίας.</p> <p>Σταθερό πλαίσιο για δημιουργικό ρίσκο.</p>	<p>Χρόνο και υπομονή.</p> <p>Προσεκτική εμφύχωση της διαδικασίας.</p> <p>Τακτική επιστροφή στις συμφωνίες.</p> <p>Ετοιμότητα για ανταπόκριση σε συγκρούσεις και εντάσεις.</p> <p>Μετάφραση των αξιών σε συγκεκριμένες δράσεις.</p>
<b>Τι μπορεί να προσφέρει;</b>	<b>Τι μπορεί να πάει λάθος;</b>
<p>Ανάπτυξη ώριμης ομαδικής κουλτούρας.</p> <p>Μεγαλύτερη επίγνωση των ορίων και των αναγκών.</p> <p>Εμπειρία κοινής επιρροής και διαπραγμάτευσης.</p> <p>Πιο ειλικρινή και θαρραλέα δημιουργική διαδικασία.</p> <p>Ικανότητα προσαρμογής των κανόνων στις μεταβαλλόμενες συνθήκες.</p>	<p>Αντιμετώπιση του Συμβολαίου ως κενής διακήρυξης.</p> <p>Δημιουργία κανόνων υπερβολικά γενικών ή μη ρεαλιστικών.</p> <p>Έλλειψη αντίδρασης σε παραβιασμένες συμφωνίες.</p> <p>Αποσιώπηση των εντάσεων.</p> <p>Χρήση γλώσσας υπερβολικά επίσημης ή αφηρημένης.</p>

Πίνακας 9. Ανάλυση του εργαλείου: συμβόλαιο. Ιδία επεξεργασία από τους συγγραφείς του Μέρους II

## Παρατήρηση του σώματος σε κίνηση

(Anja Bezlova Završnik, Društvo ZIZ)

Ως ένα από τα βασικά εργαλεία στη φάση οικοδόμησης της ομάδας, επιλέγω τη διαδικασία με τίτλο *«Παρατήρηση του σώματος σε κίνηση»*. Αυτό το εργαλείο βασίζεται στη σκέψη για το σώμα ως τον πρωταρχικό τόπο γνώσης, ευαισθησίας και καλλιτεχνικής έκφρασης. Είναι το σώμα που αποτελεί το θεμέλιο της θεατρικής γλώσσας –και εξερευνώντας την κίνηση στον χώρο, οι συμμετέχουσες μπορούν να αρχίσουν σταδιακά να κατανοούν πώς γεννιέται η δημιουργικότητα.

Ο στόχος αυτής της πρακτικής δεν είναι απλώς η ανάπτυξη επιτελεστικών (performative) δεξιοτήτων. Είναι εξίσου σημαντικό να καθοδηγηθούν οι συμμετέχουσες προς μια μεγαλύτερη αυτοεπίγνωση και βαθύτερη επαφή με τους δικούς τους πόρους –συναισθήματα, εμπειρίες ζωής, φαντασία, τραύματα και επιθυμίες. Παρατηρώντας και εξερευνώντας το σώμα που παίζει, οι συμμετέχουσες χτίζουν μια σχέση με τον χώρο, με άλλα σώματα και με τη δική τους παρουσία.

Αυτή η διαδικασία επιτρέπει στο κάθε άτομο να ανακαλύψει πώς διαφορετικοί ρόλοι ή σχήματα πυροδοτούν συγκεκριμένες δυναμικές – τόσο μέσα τους όσο και στο ευρύτερο κοινωνικό πλαίσιο– και πώς φέρουν συγκεκριμένες δυνάμεις και δημιουργικά δυναμικά.

### Περιγραφή εργαλείου

Το εργαλείο είναι σχεδιασμένο για μια ομάδα περίπου δέκα ατόμων και διαρκεί περίπου δύο ώρες.

#### 1. Θεωρητική εισαγωγή (περίπου 30 λεπτά)

Η διαδικασία ξεκινά με μια κοινή εισαγωγή σε κύκλο. Η εμπυχώτρια εξηγεί τον σκοπό της άσκησης και καθορίζει με σαφήνεια τι θα προσέξουμε κατά τη διάρκεια της παρατήρησης. Το σημείο εκκίνησης είναι η καθημερινή κίνηση –χωρίς στυλιζάρισμα. Οι συμμετέχουσες δεν πρέπει να δημιουργήσουν έναν χαρακτήρα ή να προσποιηθούν ότι είναι κάποια άλλη. Καλούνται απλώς να κινηθούν όπως κάνουν κάθε μέρα.

Η παρατήρηση επικεντρώνεται σε συγκεκριμένα στοιχεία της στάσης και της κίνησης, όπως:

- τοποθέτηση του κεφαλιού,
- θέση των χεριών και των ώμων,
- άνοιγμα ή κλείσιμο του θώρακα,
- ευθυγράμμιση των γοφών,
- τρόπος τοποθέτησης των ποδιών και στάση σώματος,
- κίνηση και θέση των χεριών,
- τρόπος βαδίσματος,
- έναρξη της κίνησης, ρυθμός, σταμάτημα και αλλαγή κατεύθυνσης.

Ο στόχος είναι να αναπτυχθεί μια ακριβής αντίληψη της δυναμικής του σώματος –χωρίς κριτική ή ερμηνεία.

## 2. Παρατήρηση και αντιστροφή ρόλων (περίπου 45 λεπτά)

Οι συμμετέχουσες χωρίζονται σε δύο ομάδες των πέντε ατόμων. Η μία ομάδα κινείται στον χώρο, η άλλη παρατηρεί. Τα άτομα που κινούνται δεν γνωρίζουν ποιος τα παρατηρεί. Μετά από κάποιο χρονικό διάστημα, οι ομάδες αλλάζουν ρόλους.

Στο επόμενο βήμα, τα άτομα που παρατηρούσαν προσπαθούν να αναπαράγουν τον τρόπο με τον οποίο κινούνταν το άτομο που παρατηρούσαν όσο το δυνατόν πιο ακριβώς. Τα άτομα που παρατηρήθηκαν προηγουμένως προσπαθούν να αναγνωρίσουν ποιος καθρεφτίζει την κίνησή τους. Αυτό το στάδιο βαθαίνει την επίγνωση των ατομικών ποιοτήτων κίνησης.

## 3. Στοχασμός και μοίρασμα εμπειρίας (περίπου 30 λεπτά ή περισσότερο)

Η εμπυχώτρια καλεί κάθε ζευγάρι να μοιραστεί τις παρατηρήσεις και τις εμπειρίες του με την ομάδα: τι παρατήρησαν, ποιες ποιότητες κίνησης ήταν ιδιαίτερα έντονες, τι τους εξέπληξε. Μαζί αναλογιζόμαστε επίσης ποιο σκηνικό δυναμικό ή τι είδους χαρακτήρας θα μπορούσε να προκύψει από έναν δεδομένο τρόπο κίνησης.

Στη συνέχεια, ακολουθεί ένας κοινός στοχασμός για το τι ήταν πιο ενδιαφέρον, τι ήταν πιο απαιτητικό και τι ανακάλυψαν οι συμμετέχουσες για τον εαυτό τους.

#### 4. Προς τη δημιουργία χαράκτηρα

Στο επόμενο βήμα, η επιλεγμένη ποιότητα κίνησης ή το σωματικό στοιχείο απομονώνεται και μεγεθύνεται. Μέσα από περαιτέρω ανάπτυξη, η συμμετέχουσα απομακρύνεται σταδιακά από την καθημερινή κίνηση και αρχίζει να χτίζει μια νέα σκηνική παρουσία.

Με αυτόν τον τρόπο, το πραγματικό σώμα αρχίζει να μεταβαίνει σε αυτό που ονομάζουμε «ποιητικό σώμα» –ένα σώμα που φέρει καλλιτεχνικό νόημα.

#### **Τι προσφέρει αυτό το εργαλείο σε αυτό το στάδιο της διαδικασίας**

Αυτό το εργαλείο ήταν κεντρικό στην αρχική φάση της διαδικασίας, επειδή επέτρεψε στις συμμετέχουσες να αναπτύξουν μια βαθύτερη κατανόηση του εαυτού τους –ειδικά του σώματος ως μέσου έκφρασης. Πολλοί άνθρωποι βιώνουν το δικό τους σώμα κυρίως ως ένα λειτουργικό εργαλείο, λιγότερο συχνά ως έναν χώρο νοημάτων και επικοινωνίας. Η άσκηση βοηθά να παρατηρήσει κανείς τις δικές του κινητικές συνήθειες, να αναγνωρίσει χαρακτηριστικές σωματικές ποιότητες και να ανακαλύψει το εκφραστικό τους δυναμικό.

Ταυτόχρονα, αυτή η πρακτική παίζει σημαντικό ρόλο στην εξοικείωση με το σκηνικό άγχος (stage fright). Επειδή βασίζεται στη φυσική, καθημερινή κίνηση, δεν θέτει τις συμμετέχουσες υπό την πίεση της «ερμηνείας», αλλά τις εισάγει απαλά στη δημιουργική διαδικασία. Χάρη σε αυτό, μειώνει την αίσθηση της έκθεσης και υποστηρίζει το χτίσιμο της ασφάλειας.

Το εργαλείο βοηθά επίσης στη δημιουργία μιας αίσθησης κοινότητας. Οι συμμετέχουσες γνωρίζονται μεταξύ τους με μη λεκτικό τρόπο –μέσα από τη δράση και την κοινή εμπειρία. Επειδή όλες περνούν από την ίδια διαδικασία παρατήρησης και ενσάρκωσης, αναδύεται μια αίσθηση ισότητας και σύνδεσης.

Η άσκηση πραγματοποιείται συχνά σε μια ατμόσφαιρα ελαφρότητας και χιούμορ, γεγονός που βοηθά στο χτίσιμο μιας καλής ομαδικής ατμόσφαιρας και της εμπιστοσύνης που απαιτείται για την περαιτέρω δημιουργική εργασία.

Χωρίς αυτό το εργαλείο, η διαδικασία πιθανότατα δεν θα έφτανε στο επίπεδο του ανοίγματος, της ασφάλειας και της ενσώματης επίγνωσης που απαιτείται για την ανάπτυξη του «ποιητικού σώματος» και τη δημιουργία σκηνικών χαρακτήρων.

## Πλαίσιο και συνθήκες εργασίας

Αυτό το εργαλείο λειτουργεί καλύτερα στην αρχή της δημιουργικής διαδικασίας –όταν εστιάζουμε στο χτίσιμο της δυναμικής της ομάδας και την εμπάθυνση της σωματικής επίγνωσης. Είναι ιδιαίτερα αποτελεσματικό σε ομάδες που έχουν ήδη τουλάχιστον μια ελάχιστη εμπειρία κοινής εργασίας ή βασική επαφή με τη θεατρική πρακτική, καθώς απαιτεί ένα ορισμένο επίπεδο ανοίγματος και ικανότητας για στοχασμό.

Το φύλο των συμμετεχουσών είναι άσχετο εδώ –οι συνθήκες εργασίας είναι το κλειδί. Η διαδικασία χρειάζεται έναν ασφαλή, κλειστό χώρο που υποστηρίζει την εμπιστευτικότητα και τη συγκέντρωση.



Τουλάχιστον δύο συνεχόμενες ώρες είναι απαραίτητες, επειδή τόσο το πρακτικό μέρος όσο και ο στοχασμός είναι εξίσου σημαντικά για την αποτελεσματικότητα αυτού του εργαλείου.

Η ομάδα πρέπει επίσης να είναι έτοιμη για κοινό στοχασμό και διάλογο –αυτά είναι που επιτρέπουν τη μετάβαση από το καθημερινό σώμα στο «ποιητικό σώμα».

## **Πότε αξίζει να αλλάξει η μέθοδος ή να εγκαταλειφθεί;**

Δεν θα χρησιμοποιούσαμε αυτό το εργαλείο σε εργασία με παιδιά και νεότερους εφήβους, επειδή απαιτεί ένα ορισμένο επίπεδο σωματικής επίγνωσης, συναισθηματικής σταθερότητας και την ικανότητα στοχασμού πάνω στη δική τους παρουσία.

Επίσης, δεν θα λειτουργήσει σε καταστάσεις με μεγάλο χρονικό περιορισμό ή όταν ο εμπυχωτής δεν έχει εμπειρία στην καθοδήγηση διαδικασιών που βασίζονται στην εργασία με το σώμα. Η δομή αυτής της άσκησης απαιτεί ακριβή εμπύχωση και μεγάλη ευαισθησία στη δυναμική της ομάδας.

Η μέθοδος επίσης δεν είναι κατάλληλη για πολύ μεγάλες ομάδες (άνω των 20 ατόμων), επειδή μειώνει την ακρίβεια της παρατήρησης και την ποιότητα της ατομικής εμπειρίας.

Θα αποφεύγαμε επίσης τη χρήση της σε μικτές ομάδες, που αποτελούνται τόσο από άτομα με όσο και χωρίς σωματικές αναπηρίες –εκτός εάν η μεθοδολογία είχε προσαρμοστεί πολύ προσεκτικά εκ των προτέρων. Η άσκηση βασίζεται στο άμεσο καθρέφτισμα της κινητικής δυναμικής. Η βασική προϋπόθεση παραμένει ένα ασφαλές και προστατευμένο περιβάλλον εργασίας. Χωρίς αυτό, η μέθοδος δεν μπορεί να εκπληρώσει τον σκοπό της.

## **Τι αξίζει να έχουμε κατά νου**

Η δύναμη αυτού του εργαλείου έγκειται στην ικανότητά του να χτίζει γρήγορα εμπιστοσύνη και μια αίσθηση κοινότητας. Επειδή όλοι οι άνθρωποι περνούν από την ίδια διαδικασία παρατήρησης και παρατήρησης από άλλους, αναδύεται μια εμπειρία ισότητας και κοινής δέσμευσης. Η μέθοδος δεν απαιτεί προηγούμενη σκηνική εμπειρία, παραμένοντας έτσι προσβάσιμη.

Η έντασή της επιτρέπει τη μετακίνηση πέρα από την επιφανειακή επαφή – η προσεκτική παρατήρηση της κίνησης αποκαλύπτει ατομικές ποιότητες και επιτελεστικά δυναμικά.

Ταυτόχρονα, το εργαλείο απαιτεί υψηλή επίγνωση και εμπειρία από τον εμπυχωτή. Η διαδικασία είναι χρονοβόρα, βασίζεται στην εργασία σε ζευγάρια και χρειάζεται μια ασφαλή ατμόσφαιρα, επειδή η ίδια η εμπειρία της παρατήρησης μπορεί αρχικά να είναι δύσκολη ή άβολη για ορισμένες συμμετέχουσες.

Αυτό που μπορεί να ανοίξει το εργαλείο είναι μια μετάβαση από την καθημερινή παρουσία σε μια πιο συνειδητή επιτελεστική παρουσία –καθώς και η ανάπτυξη της ενσυναίσθησης, της προσοχής και της αυτοπεποίθησης στην ομάδα.

Ο μεγαλύτερος κίνδυνος εμφανίζεται όταν η διαδικασία διακόπτεται ή κλείνει πολύ γρήγορα. Χωρίς χρόνο για στοχασμό και μοίρασμα της εμπειρίας, η άσκηση μπορεί να χάσει τη συνοχή και το βάθος της.

### Τι υποστηρίζει

### Τι απαιτεί

<p>Γρήγορη οικοδόμηση εμπιστοσύνης και δεσμών στην ομάδα.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>•Προσβασιμότητα για ανθρώπους χωρίς σκηνική εμπειρία.</li></ul> <p>Εμβάθυνση της επίγνωσης του σώματος και της κίνησης.</p> <p>Προσοχή προς τον εαυτό και τους άλλους.</p> <p>Αναγνώριση ατομικών επιτελεστικών δυναμικών.</p>	<p>Έμπειρη και προσεκτική εμπύχωση.</p> <p>Έναν ασφαλή χώρο εργασίας.</p> <p>Επαρκή χρόνο για την πλήρη διαδικασία.</p> <p>Σταδιακή εισαγωγή στην άσκηση.</p> <p>Ετοιμότητα για παρατήρηση και παρατήρηση από άλλους.</p>
--	---

Τι μπορεί να προσφέρει;	Τι μπορεί να πάει λάθος;
<p data-bbox="213 424 646 487">Ανάπτυξη συνειδητής σκηνικής παρουσίας.</p> <p data-bbox="213 639 646 702">Μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση και αίσθηση ατομικότητας.</p> <p data-bbox="213 854 646 917">Μεγαλύτερη ενσυναίσθηση και προσοχή στην ομάδα.</p> <p data-bbox="213 1070 646 1165">Υλικό για περαιτέρω αυτοσχεδιασμούς και εργασία με χαρακτήρες.</p> <p data-bbox="213 1317 646 1412">Βαθύτερη κατανόηση του σώματος και της σχεσιακής δυναμικής.</p>	<p data-bbox="690 439 1123 502">Διακοπή της διαδικασίας πριν από το στάδιο του στοχασμού.</p> <p data-bbox="690 654 1123 717">Δυσφορία που σχετίζεται με την παρατήρηση από άλλους.</p> <p data-bbox="690 870 1123 932">Πολύ γρήγορη μετακίνηση μεταξύ των σταδίων.</p> <p data-bbox="690 1085 1123 1148">Απώλεια της αίσθησης ασφάλειας με κακή εμφύχωση.</p> <p data-bbox="690 1300 1123 1395">Οργανωτικές δυσκολίες στην εργασία σε ζευγάρια ή σε μεγαλύτερες ομάδες.</p>

Πίνακας 10. Ανάλυση του εργαλείου: παρατήρηση του σώματος σε κίνηση. Ιδία επεξεργασία από τους συγγραφείς του Μέρους II.

## 3. Δημιουργική εξερεύνηση

### 3.1. Περιγραφή σταδίου

Η στιγμή της μετάβασης στην εργασία με το υλικό είναι σπάνια σαφώς ορατή. Δεν υπάρχει μία συγκεκριμένη ημέρα κατά την οποία «ξεκινάμε να φτιάχνουμε μια παράσταση». Κάτι απλώς αρχίζει να μετατοπίζεται. Οι ίδιες ασκήσεις που προηγουμένως χρησίμευαν για την οικοδόμηση σχέσεων και εμπιστοσύνης αρχίζουν σταδιακά να παράγουν σκηνικό υλικό. Οι αυτοσχεδιασμοί μετατρέπονται σε σκηνές, οι συνειρμοί σε δομές και οι συζητήσεις γίνονται οι σπόροι των κειμένων.

Εξακολουθούμε να εργαζόμαστε με το σώμα, τη φωνή και τη φαντασία – αλλά με ένα διαφορετικό είδος προσοχής. Αρχίζουμε να στεκόμαστε σε αυτό που συμβαίνει: σε μια χειρονομία, μια πρόταση, την ποιότητα της κίνησης, την ένταση ανάμεσα στους ανθρώπους. Μαθαίνουμε σιγά σιγά να αναγνωρίζουμε και να κατονομάζουμε τι φέρει σκηνικό δυναμικό –χωρίς να χρειάζεται ακόμα να το ορίσουμε ή να το κλείσουμε σε μια συγκεκριμένη μορφή.

Σε αυτό το στάδιο, το πιο σημαντικό πράγμα δεν είναι ακόμα η δημιουργία, αλλά το να επιτρέψουμε σε κάτι να αναδυθεί. Δεν επιλέγουμε ούτε οργανώνουμε ακόμα. Συλλέγουμε. Το υλικό πρέπει πρώτα να υπάρξει προτού μπορέσει να αξιολογηθεί.

Κείμενα, εικόνες, δράσεις, αποσπάσματα σκηνών, μεμονωμένες προτάσεις, ρυθμοί, ποιότητες κίνησης εμφανίζονται. Μερικές φορές πρόκειται για απλά προσχέδια, άλλοτε για σχεδόν έτοιμα αποσπάσματα. Μπορείτε να σκεφτείτε αυτό το στάδιο ως τη δημιουργία ενός κοινού αρχείου –μιας συλλογής που δεν είναι ακόμη παράσταση, αλλά περιέχει ήδη τη δυναμική της.

#### Αφυπνίζουμε τη δημιουργικότητα

Για πολλές συμμετέχουσες, αυτή είναι η πρώτη στιγμή που έρχονται πραγματικά σε επαφή με τη δική τους δημιουργικότητα. Επομένως, ξεκινάμε με δραστηριότητες που δεν απαιτούν δεξιότητες ή «ταλέντο», παρά μόνο ανοιχτότητα και δέσμευση: παιχνίδια, αυτοσχεδιασμούς, απλές ασκήσεις κίνησης και γραφής –οτιδήποτε επιτρέπει την είσοδο στη διαδικασία χωρίς την πίεση ενός αποτελέσματος.

*Με τον χρόνο, αυτές οι δραστηριότητες αρχίζουν να διευρύνονται. Το παιχνίδι μεταβαίνει στη δομή, η δομή σε σκηνή. Όπως αναφέρει το Stowarzyszenie Kobietostan:*

*Η δημιουργικότητα μπορεί να είναι ιδιότροπη, μπορεί να είναι απωθημένη, κρυμμένη, ασυνείδητη. Η ουσία του σταδίου δημιουργίας υλικού είναι επομένως η ενεργοποίησή της, η πυροδότηση, η εκκίνησή της. Αυτό συμβαίνει μέσα από το παιχνίδι, μετατρέποντας τα παιχνίδια σε πιο ανοιχτές δομές, και τέλος μέσα από ομαδικές και ατομικές εργασίες που πυροδοτούν τον αυθορμητισμό και την εφευρετικότητα.*

- Agnieszka Bresler, Stowarzyszenie Kobietostan

Σε αυτή τη διαδικασία, είναι επίσης σημαντικό να παρατηρήσουμε τι υπάρχει ήδη μέσα στις συμμετέχουσες. Μερικές φορές πρόκειται για δεξιότητες που έχουν εγκαταλειφθεί προ πολλού, άλλοτε για μικρές διαισθήσεις που δεν έχουν κατονομαστεί ποτέ πριν. Η ανάσυρση αυτών των «λανθανουσών δυνατοτήτων» είναι μερικές φορές μια από τις πιο συγκινητικές στιγμές αυτού του σταδίου.

## Δημιουργούμε χρόνο και δομή

Η Barbara Polajnar από το Društvo ZIZ τονίζει ιδιαίτερα την ανάγκη δημιουργίας συνθηκών υπό τις οποίες μπορεί κανείς να εξερευνήσει. Το υλικό δεν εμφανίζεται κατά παραγγελία. Χρειάζεται χρόνο, επαναλήψεις, ελευθερία και την αίσθηση ότι δεν χρειάζεται όλα να είναι «καλά» αμέσως.

Γι' αυτό είναι τόσο σημαντικό να μην βιαζόμαστε σε αυτή τη φάση. Να δίνουμε χώρο για δοκιμές, για να χαθούμε, για να επιστρέψουμε στις ίδιες ιδέες από διαφορετικές οπτικές γωνίες. Να χτίζουμε μια σταθερή δυναμική ομάδα όπου οι συμμετέχουσες μπορούν να ρισκάρουν –ακόμη και αν αυτό σημαίνει στιγμές αβεβαιότητας ή αμηχανίας.

Η εισαγωγή εξωτερικών ερεθισμάτων –ένα εργαστήριο υπό την καθοδήγηση ενός νέου προσώπου, ένα διαφορετικό εργαλείο, ένας διαφορετικός τρόπος εργασίας– αποδεικνύεται επίσης πολύτιμη. Τέτοιες στιγμές μπορούν να ανοίξουν τη διαδικασία και να απελευθερώσουν εντελώς απροσδόκητο υλικό. Στο πλαίσιο του WOMEN interACT, επισκεφτήκαμε η μία την άλλη ακριβώς για να διευρύνουμε το φάσμα των εργαλείων, να μάθουμε η μία από την άλλη και να φέρουμε νέα ερεθίσματα και δυνατότητες στις ομάδες.

## Εργαζόμαστε με την εμπειρία

Στην πρακτική της Restart Theater Athens, αυτό το στάδιο μετατοπίζεται ξεκάθαρα προς την προσωπική εμπειρία. Καθώς η εμπιστοσύνη μεγαλώνει, οι συμμετέχουσες αρχίζουν να φτάνουν βαθύτερα –οι ιστορίες τους γίνονται πιο πολυεπίπεδες, αλλά και πιο εκτεθειμένες.

Είναι μια στιγμή μεγάλης έντασης. Ότι αναδύεται μπορεί να αντηχήσει ισχυρά –τόσο για εκείνες που μιλούν όσο και για εκείνες που ακούν. Επομένως, παράλληλα με την ίδια τη δημιουργία, η παύση γίνεται εξίσου σημαντική: η δημιουργία χώρου για συζήτηση, η συλλογική συγκράτηση και υποστήριξη όσων έχουν αγγιχτεί. Δεν πρόκειται για την προστασία των συμμετεχουσών από τη δική τους έκφραση, αλλά για τη συνοδεία της –έτσι ώστε η διαδικασία να παραμείνει ασφαλής και ουσιαστική.

Υπό αυτή την έννοια, η δημιουργία υλικού γίνεται κάτι περισσότερο από προετοιμασία για μια παράσταση:

*Μέσα από αυτές τις πολυεπίπεδες εμπειρίες –βαθιά προσωπική αποκάλυψη, κοινό στοχασμό, σωματική εξερεύνηση και σατιρική αναπλαισίωση των βιωμάτων– η διαδικασία της επινόησης (devising) αναδείχθηκε σε έναν χώρο όχι μόνο για το χτίσιμο της παράστασης, αλλά και για την ανάκτηση της αφηγηματικής αυτενέργειας. Οι γυναίκες δεν περιορίζονταν πλέον στο να αφηγούνται όσα τους είχαν συμβεί· άρχισαν να διαμορφώνουν οι ίδιες τον τρόπο με τον οποίο οι ιστορίες τους θα γίνονταν ορατές, αισθητές και κατανοητές επί σκηνής*

.- Αγγελική Κασόλα, Restart Theater Athens

## Τι επιδιώκουμε σε αυτό το στάδιο

### Δημιουργούμε μαζί

Ένας από τους βασικούς στόχους αυτού του σταδίου είναι να οικοδομηθεί μια πραγματική αίσθηση ότι η παράσταση δημιουργείται από κοινού. Κάθε άτομο χρειάζεται χώρο για να φέρει κάτι δικό του –ένα θέμα, μια χειρονομία, ένα κείμενο, έναν τρόπο σκέψης– και να δει ότι γίνεται μέρος ενός μεγαλύτερου συνόλου. Αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό επειδή τα μεταγενέστερα στάδια θα περιλαμβάνουν επιλογή και δύσκολες αποφάσεις. Επομένως, η εμπειρία της συνδημιουργίας πρέπει να εμφανιστεί τώρα. Όπως αναφέρει το Stowarzyszenie Kobietostan:

*Όλοι οι άνθρωποι που εμπλέκονται στη διαδικασία πρέπει επομένως να έχουν τον χώρο να προσθέσουν κάτι δικό τους στην κοινή δεξαμενή και να νιώσουν ότι οι ιδέες μας συνδέονται σε ένα σύνολο, δημιουργούν μια κοινή εικόνα, όραμα, μήνυμα – και ότι ακόμη και αν σε μεταγενέστερο στάδιο αυτή η εικόνα εστιάσει, προβληθεί σε ένα συγκεκριμένο φως ή μέσα από ένα επιλεγμένο φίλτρο – όλοι συμμετείχαμε στη διαδικασία της δημιουργίας της.*

- Agnieszka Bresler, Stowarzyszenie Kobietostan)

Αυτό το συναίσθημα της από κοινού δημιουργίας γίνεται αργότερα το θεμέλιο για τη μετάβαση στη σύνθεση –χωρίς να χαθεί η αίσθηση του ανήκειν.

### **Μαθαίνουμε να βλέπουμε δημιουργικό υλικό παντού**

Σημαντικός στόχος αυτού του σταδίου είναι επίσης η ανάπτυξη της θεατρικής επίγνωσης –όχι ως θεωρητική γνώση, αλλά ως εμπειρία του τι είναι το σκηνικό υλικό και πώς μπορείς να εργαστείς με αυτό. Η εργασία με το ίδιο θέμα μέσα από διαφορετικές φόρμες –κείμενο, κίνηση, ομαδική δράση, εικόνα– επιτρέπει στις συμμετέχουσες να δουν ότι η σκηνή δεν χρησιμεύει για την αναπαραγωγή της πραγματικότητας, αλλά για τον μετασχηματισμό της. Το υλικό παύει να είναι κάτι «δεδομένο» και γίνεται κάτι που μπορεί να διαμορφωθεί, να αλλάξει και να συντεθεί συνειδητά.

### **Ενισχύουμε την παρουσία και την αυτενέργεια**

Ταυτόχρονα, προσπαθούμε να διατηρήσουμε το πεδίο της έκφρασης όσο το δυνατόν πιο ανοιχτό. Δεν στενεύουμε ακόμη τη γλώσσα της παράστασης –αντίθετα, τη διευρύνουμε. Πειραματιζόμαστε με διαφορετικές φόρμες, οπτικές γωνίες και θεατρικές γλώσσες. Το ίδιο περιεχόμενο μπορεί να εμφανιστεί ως μονόλογος, ομαδική σκηνή, σωματική δράση ή γραπτό κείμενο.

Όπως σημειώνει η Restart Theater Athens:

*Η πρόθεση δεν ήταν ακόμη να σταθεροποιηθούν οι σκηνές ή να καθοριστεί τι θα εντασσόταν στην τελική σύνθεση, αλλά να διερευνηθούν διαφορετικές φόρμες, οπτικές γωνίες και θεατρικές γλώσσες, ώστε η διαμόρφωση της τελικής παράστασης να αποτελέσει προϊόν συνειδητών*

*επιλογών των ίδιων των γυναικών, οι οποίες συμμετείχαν ενεργά ως συνδημιουργοί*

.- Αγγελική Κασόλα, Restart Theater Athens



Αυτή η διεύρυνση του πεδίου των δυνατοτήτων βοηθά τις συμμετέχουσες να βρουν εκείνες τις μορφές έκφρασης που είναι πιο αυθεντικές για τις ίδιες. Παράλληλα, καθώς αποκτούν μεγαλύτερη ευχέρεια να μετακινούνται ανάμεσα σε διαφορετικές μορφές έκφρασης, ενισχύεται και η αυτοπεποίθησή τους,

τόσο στη σκηνή όσο και σε προσωπικό επίπεδο. Η εμπειρία των δοκιμών, των αλλαγών, των επιστροφών και της εξέτασης του ίδιου υλικού από διαφορετικές οπτικές γωνίες καλλιεργεί την εμπιστοσύνη στις δικές τους αποφάσεις. Οι συμμετέχουσες αρχίζουν να αισθάνονται ότι έχουν πραγματική επιρροή στον τρόπο με τον οποίο αφηγούνται οι ίδιες τις ιστορίες τους

## **Γνωρίζουμε τις συμμετέχουσες**

Αυτό το στάδιο είναι επίσης η στιγμή που οι εμπυχωτές αρχίζουν να γνωρίζουν τις συμμετέχουσες πιο βαθιά. Μπορούμε να κάνουμε ένα βήμα πίσω και να παρατηρήσουμε τι αναδύεται –όχι μόνο όσον αφορά τα θέματα, αλλά και την ενέργεια, τα στυλ εργασίας ή τη σκηνική παρουσία.

Συγκεντρώνουμε γνώση σχετικά με το τι είναι σημαντικό για τις συμμετέχουσες, ποια μοτίβα επαναλαμβάνονται, ποιες φόρμες φαίνονται φυσικές και ποιες απαιτούν υποστήριξη. Χάρη σε αυτό, αρχίζει να εμφανίζεται μια διαίσθηση σχετικά με την πιθανή δομή της παράστασης – όχι ακόμη ως κλειστή φόρμα, αλλά ως κατεύθυνση. Πρόκειται επομένως για μια διπλή διαδικασία: η ομάδα παράγει υλικό και οι εμπυχωτές μαθαίνουν πώς να το κατανοούν και πώς να το συγκρατούν.

## Τι φροντίζουμε σε αυτό το στάδιο

### Προστατεύουμε τη διαδικασία από την πρόωρη κρίση

Αυτό είναι ένα από τα πιο ζωντανά –αλλά και τα πιο ευάλωτα– στάδια ολόκληρης της διαδικασίας. Η ένταση μεγαλώνει ταυτόχρονα σε καλλιτεχνικό, σχεσιακό και συναισθηματικό επίπεδο. Το υλικό πυκνώνει, οι ιστορίες βαθύνουν και οι συμμετέχουσες μπαίνουν πιο ολοκληρωμένα στην έκφραση.

Θέλουμε να πάμε βαθύτερα –να επιτρέψουμε την αυθεντικότητα, το ρίσκο, την έκθεση. Ταυτόχρονα, μεριμνούμε συνεχώς για τη συναισθηματική ασφάλεια των συμμετεχουσών. Αυτό σημαίνει να είμαστε σε εγρήγορση για στιγμές που πρέπει να σταματήσουμε, να επιβραδύνουμε ή να αλλάξουμε την κατεύθυνση της εργασίας..

Όπως λέει η Αγγελική Κασόλα:

*Για μένα, ως σκηνοθέτρια, αυτό το στάδιο απαιτούσε επίσης υπομονή: να αντισταθώ στον πειρασμό να οριστικοποιήσω τη δομή πρόωρα και να επιτρέψω στη διαδικασία της εξερεύνησης να αναπτυχθεί με τον δικό της ρυθμό. Τελικά, η μεγαλύτερη ευθύνη μου ήταν να προστατεύσω τόσο τη συναισθηματική ευημερία των συμμετεχουσών όσο και την ακεραιότητα της δημιουργικής διαδικασίας, ώστε η ομάδα να μπορεί να συνεχίσει να εξελίσσεται, παρά τις δυσκολίες που αναδύονταν*

.- Αγγελική Κασόλα, Restart Theater Athens

Αυτή είναι μια στιγμή που οι συμμετέχουσες μπορούν εύκολα να αποσυρθούν –ειδικά αν πρόκειται για την πρώτη τους σκηνική εμπειρία. Γι' αυτό ο τρόπος που αντιδρούμε έχει τεράστια σημασία. Δεν πρόκειται για την αποφυγή της ανατροφοδότησης (feedback), αλλά για τη διαίσθηση της κατάλληλης στιγμής.

Όπως τονίζει η Anja Bezlova Završnik:

*Το κλειδί ήταν να διατηρηθεί ένας ασφαλής χώρος εργασίας, δίνοντας παράλληλα ενδυναμωτική, θετική ανατροφοδότηση –έτσι ώστε οι συμμετέχουσες να μην αποσυρθούν ή εγκαταλείψουν το δικό τους υλικό.*

- Anja Bezlova Završnik, Društvo ZIZ

Πρέπει επίσης να παραμείνουμε προσεκτικοί στους διαφορετικούς ρυθμούς εργασίας και δημιουργίας. Όπως λέει η Agnieszka Bresler:

*Η δημιουργικότητα ενεργοποιείται με τον χρόνο, πρέπει πρώτα να παραβιάσει αρκετές καλά λαδομένες κλειδαριές, να παρακάμψει τον εσωτερικό κριτή, να αφήσει τις ασφαλείς ιδέες να περάσουν πρώτες – οπότε απαιτεί υπομονή. Αν ξεκινήσουμε τη διαδικασία της αξιολόγησης (ή της αυτοαξιολόγησης) πολύ νωρίς, δεν θα την αφήσουμε να μιλήσει.*

- Agnieszka Bresler, Stowarzyszenie Kobietostan

Η ξεκούραση είναι επίσης μέρος της δημιουργικής διαδικασίας. Τα διαλείμματα, οι συζητήσεις, ο χρόνος χωρίς εργασία ή στόχο είναι εξίσου σημαντικά με την ίδια την εργασία. Ταυτόχρονα, χρειάζεται δομή –ένα θέμα, μια κατεύθυνση, ένα πλαίσιο– όχι για να περιορίσει, αλλά για να προσφέρει υποστήριξη.

## 3.2 Εργαλεία

### Δημιουργία από το τέλος

(Iwona Konecka, Stowarzyszenie Kobietostan)

Ως εργαλείο που υποστηρίζει το στάδιο της συγκέντρωσης υλικού, θα ήθελα να μοιραστώ μια μέθοδο που ονομάζω «δημιουργία από το τέλος». Η ουσία της έγκειται στην αντιστροφή της σειράς που πολλοί άνθρωποι έχουν συνηθίσει όταν εργάζονται σε μια σκηνή.

Σε ένα πιο κλασικό μοντέλο, καθορίζουμε πρώτα τον στόχο της σκηνής, αναλύουμε το νόημά της, δοκιμάζουμε ιδέες στη δράση και μόνο στο τέλος επιλέγουμε τα υλικά ή τα αντικείμενα που θα χρησιμοποιήσουμε.

Στον Kobietostan μερικές φορές εργαζόμαστε ανάποδα –ξεκινάμε με ένα αντικείμενο, υλικό ή ουσία, και μόνο αργότερα προχωράμε στα νοήματα και τις δραματουργικές λειτουργίες. Αυτό το εργαλείο μας καλεί να σκεφτούμε τη σκηνή όχι μόνο μέσα από το θέμα, την αφήγηση ή τις λέξεις, αλλά και μέσα από τη δράση, την εικόνα, τον ρυθμό και τη σχέση με την ύλη. Χάρη σε αυτό, οι συμμετέχουσες εμπλέκονται όχι μόνο στη δημιουργία περιεχομένου αλλά και στο χτίσιμο του οπτικού και μορφολογικού επιπέδου της παράστασης.

## Περιγραφή εργαλείου

Η άσκηση μπορεί να προσαρμοστεί σε διαφορετικά θέματα και τρόπους εργασίας. Τις περισσότερες φορές, οι συμμετέχουσες εργάζονται σε ομάδες των τριών ή τεσσάρων ατόμων.

### 1. Υλικό

Το σημείο εκκίνησης είναι η επιλογή ενός αντικειμένου, υλικού ή ουσίας. Μερικές φορές πηγάζει απευθείας από το θέμα της εργασίας, άλλοτε εμφανίζεται πιο διαισθητικά. Για παράδειγμα, στη Σλοβενία, εργαστήκαμε με επιδέσμους και τσίχλες, αναζητώντας υλικά που κολλάνε και συνδέουν –το θέμα ήταν η αδελφοσύνη. Στην Ελλάδα, επιλέξαμε διαισθητικά καλσόν.

Τα αντικείμενα που πολλαπλασιάζονται εύκολα και τα υλικά που είναι εύκαμπτα και επιδεικτικά μετασχηματισμού λειτουργούν καλύτερα. Έχουμε ήδη εργαστεί, μεταξύ άλλων, με χαλιά, κύπελλα, χαρτί, μπαλόνια, επιδέσμους, χώμα και νερό, τσίχλες ή συνδετήρες.

### 2. Εξερεύνηση

Κάθε ομάδα λαμβάνει ένα σύνολο αντικειμένων και δημιουργεί έναν χάρτη δυνατοτήτων. Στη μέση ενός κομματιού χαρτιού γράφουν το όνομα του αντικειμένου και γύρω από αυτό όλες τις δράσεις που μπορούν να πραγματοποιηθούν με αυτό. Ταυτόχρονα, οι συμμετέχουσες ενθαρρύνονται να αγγίξουν, να τεντώσουν και να δοκιμάσουν φυσικά το υλικό.

Σε αυτό το στάδιο, υπενθυμίζουμε συνεχώς: δεν ψάχνουμε για καλές ιδέες –ψάχνουμε για όλες τις πιθανές ιδέες, συμπεριλαμβανομένων των παράλογων, παράξενων ή παράλογων. Αυτή είναι μερικές φορές μια δύσκολη στιγμή επειδή οι συμμετέχουσες συχνά περνούν γρήγορα στην ερμηνεία. Μας ενδιαφέρει, ωστόσο, η κατονομασία καθαρών επιτελεστικών δράσεων και όχι έτοιμων νοημάτων.

Για παράδειγμα: το *«τραβάω ένα καλσόν πάνω από το κεφάλι»* είναι μια δράση, ενώ το *«ληστεύω μια τράπεζα με αυτό»* είναι ήδη μια ερμηνεία και μια σκηνική πρόθεση.

Εργαζόμαστε με αυτόν τον τρόπο επειδή η πολύ γρήγορη απόδοση νοημάτων περιορίζει τις περαιτέρω δημιουργικές δυνατότητες. Οι ομάδες συνεχίζουν να εργάζονται μέχρι να δημιουργήσουν τουλάχιστον είκοσι δράσεις. Στη συνέχεια επιλέγουν μία έως τέσσερις και τις παρουσιάζουν στην υπόλοιπη ομάδα. Σε αυτό το στάδιο, είναι σημαντικό να μην

προβάλλουμε ακόμη νοήματα, αλλά απλώς να οργανώσουμε τις δράσεις σε μια παρουσιάσιμη δομή –ποιος κάνει τι, μετά από ποιον, με ποια σειρά– καθοδηγούμενοι από τη διαίσθηση και τη φόρμα, όχι από το «τι θέλουμε να πούμε».

### 3. Απόδοση νοημάτων

Μετά από κάθε παρουσίαση, η ομάδα δίνει ανατροφοδότηση σε δύο επίπεδα:

- τι βιώσαμε ως θεατές,
- ποια νοήματα, συνειρμοί ή συναισθήματα εμφανίστηκαν κατά την παρακολούθηση.

Χάρη σε αυτό, οι συμμετέχουσες αρχίζουν να βλέπουν πώς οι δράσεις επηρεάζουν το κοινό και ποιες αισθήσεις μπορούν να ενεργοποιηθούν.

### 4. Στόχος

Μόνο στο τέλος συνδέουμε τις δράσεις με την πρόθεση: τι θέλουμε να πούμε μέσα από αυτές και ποια θέση μπορούν να πάρουν στη μεγαλύτερη δομή της παράστασης.

Τι προσφέρει αυτό το εργαλείο σε αυτό το στάδιο της διαδικασίας

Προτού αρχίσω να χρησιμοποιώ αυτή την άσκηση, ήταν δύσκολο για μένα να εμπλέξω τα συμμετέχοντα άτομα –συχνά χωρίς επαγγελματική θεατρική εμπειρία– όχι μόνο στη δημιουργία περιεχομένου, αλλά και στο χτίσιμο του οπτικού και μορφολογικού επιπέδου της παράστασης. Αυτό το εργαλείο ανοίγει ακριβώς έναν τέτοιο χώρο.

Επειδή όλοι οι άνθρωποι ξεκινούν από ένα κοινό στοιχείο –υλικό ή αντικείμενο– η ομάδα εργάζεται μέσα σε ένα κοινό πλαίσιο. Ταυτόχρονα, η άσκηση επιτρέπει μια τεράστια ποικιλία ιδεών, διατηρώντας παράλληλα μια ορισμένη οπτική συνοχή.

Η μέθοδος παράγει μεγάλο αριθμό νέων ιδεών, χτίζει ενέργεια στην ομάδα και υποστηρίζει τη σκέψη για το θέατρο μέσω της δράσης, της ύλης και της εικόνας –και όχι αποκλειστικά του κειμένου ή της αφήγησης. Για μένα ως εμπυχώτρια, φέρνει επίσης ένα πολύ συγκεκριμένο συνθετικό αποτέλεσμα. Κατά τη διάρκεια αυτής της εξερεύνησης εμφανίζονται

έτοιμες μικρο-σκηνές ή επιτελεστικές δράσεις, οι οποίες μπορούν αργότερα να γίνουν στοιχεία μιας μεγαλύτερης δομής παράστασης.

## Πλαίσιο και συνθήκες εργασίας

Αυτό το εργαλείο μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε διαφορετικές ομάδες, αν και τα καλλιτεχνικά αποτελέσματα θα ποικίλλουν. Λειτουργεί ιδιαίτερα καλά όταν η ομάδα έχει ήδη καταφέρει να χτίσει βασική εμπιστοσύνη και μια αίσθηση ασφάλειας, αλλά βρίσκεται ακόμα στη φάση της εξερεύνησης.

Η άσκηση επιτρέπει την παρουσίαση ιδεών σε μικρή κλίμακα –χωρίς την πίεση της δημιουργίας πλήρων σκηνών. Χάρη σε αυτό, λιγότερο δραστήρια άτομα μπορούν να εισέλθουν με μεγαλύτερη ασφάλεια στη διαδικασία.

## Πότε αξίζει να αλλάξει η μέθοδος ή να εγκαταλειφθεί;

Δεν θα χρησιμοποιούσα αυτό το εργαλείο στην ίδια την αρχή της διαδικασίας –προτού εμφανιστεί έστω και ένα ελάχιστο επίπεδο εμπιστοσύνης στην ομάδα. Θα το απέφυγα επίσης σε καταστάσεις όπου η ομάδα έχει τάση για έντονη αμοιβαία κριτική ή βρίσκεται σε ενεργή σύγκρουση. Η άσκηση απαιτεί ανοιχτότητα και ετοιμότητα για μοίρασμα ιδεών.

Αν δω ότι η ομάδα λειτουργεί καλύτερα μέσω της δράσης παρά μέσω του λεκτικού στοχασμού, τροποποιώ την άσκηση και παραλείπω το στάδιο της γραφής. Σε τέτοιες καταστάσεις, οι συμμετέχουσες εργάζονται απευθείας με αντικείμενα και ένα άτομο λειτουργεί ως παρατηρητής και καταγράφει τις πιο ενδιαφέρουσες δράσεις. Αυτό επιτρέπει τη διατήρηση της ρευστότητας της δημιουργικής διαδικασίας.

## Τι αξίζει να έχουμε κατά νου

Η δύναμη αυτού του εργαλείου έγκειται στην πυροδότηση της δημιουργικότητας μέσω της δράσης, του υλικού και του φυσικού πειραματισμού –όχι αποκλειστικά μέσω της γλώσσας ή της ανάλυσης. Ανοίγει τη διαδικασία για ανθρώπους που δεν αισθάνονται σιγουριά δουλεύοντας με κείμενο ή σκέφτονται πιο διαισθητικά –μέσα από εικόνες και κίνηση.

Ένα κοινό σημείο εκκίνησης δίνει στην ομάδα μια αίσθηση υποστήριξης, και ταυτόχρονα αφήνει χώρο για πολύ διαφορετικές ιδέες και βοηθά στο χτίσιμο αισθητικής συνοχής. Σημαντικό στοιχείο αυτής της μεθόδου είναι ο διαχωρισμός του σταδίου δημιουργίας από το στάδιο της αξιολόγησης. Χάρη

σε αυτό, είναι ευκολότερο να σιωπήσει ο εσωτερικός κριτής και να επιτραπεί μεγαλύτερη ελευθερία εξερεύνησης.

Ταυτόχρονα, το εργαλείο απαιτεί προσεκτική εμφύχωση. Οι συμμετέχουσες συχνά μετακινούνται πολύ γρήγορα στην ερμηνεία και την απόδοση νοημάτων, γεγονός που μπορεί να κλείσει περαιτέρω διαδικασίες αναζήτησης. Για ορισμένους ανθρώπους, η πολυεπίπεδη δομή της άσκησης μπορεί επίσης να είναι απαιτητική.

Αυτό που επιτρέπει η μέθοδος είναι η συνδημιουργία όχι μόνο του περιεχομένου της παράστασης, αλλά και της οπτικής και επιτελεστικής της γλώσσας –διατηρώντας ταυτόχρονα μια κοινή αισθητική. Ο κίνδυνος εμφανίζεται όταν η ομάδα παραμένει για πολύ μεγάλο χρονικό διάστημα στο στάδιο της παραγωγής ιδεών ή, αντίθετα, κλείνει τα νοήματα πολύ γρήγορα, προτού το υλικό προλάβει να αναπτυχθεί πραγματικά.

<b>Τι υποστηρίζει;</b>	<b>Τι απαιτεί;</b>
<p>Δημιουργικότητα βασισμένη στη δράση, την εικόνα και την ύλη.</p> <p>Συμπερίληψη ανθρώπων με λιγότερη αυτοπεποίθηση στην εργασία με κείμενο.</p> <p>Κοινή αισθητική διατηρώντας παράλληλα την ποικιλία των ιδεών.</p> <p>Χαλάρωση της επίδρασης του εσωτερικού κριτή.</p>	<p>Προσεκτική εμφύχωση.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Συγκράτηση της πρόωρης ερμηνείας.</li></ul> <p>Ετοιμότητα των συμμετεχουσών για πειραματισμό.</p> <p>Χρόνο για εξερεύνηση και δοκιμές.</p>

<b>Τι υποστηρίζει;</b>	<b>Τι απαιτεί;</b>
Σκέψη για τη σκηνή μέσω του ρυθμού, της δράσης και της εικόνας.	Σαφή εξήγηση της λογικής της διαδικασίας.
<b>Τι μπορεί να προσφέρει;</b>	<b>Τι μπορεί να πάει λάθος;</b>
<p>Συνδημιουργία του οπτικού επιπέδου της παράστασης.</p> <p>Ανάπτυξη μικρο-σκηνών και επιτελεστικών δράσεων.</p> <p>Αύξηση της αυτοπεποίθησης και της επιτελεστικής αυτενέργειας.</p> <p>Ανακάλυψη μη προφανών νοημάτων και συνειρμών.</p> <p>Οικοδόμηση μιας κοινής αισθητικής γλώσσας.</p>	<p>Κόλλημα στο στάδιο παραγωγής ιδεών.</p> <p>Πολύ γρήγορο κλείσιμο των νοημάτων.</p> <p>Απογοήτευση ανθρώπων που χρειάζονται πιο ακριβείς οδηγίες.</p> <p>Αίσθηση χάους με αδύναμη εμπύχωση.</p> <p>Πτώση σε κλισέ και υπερβολικά προφανείς λύσεις.</p>

**Πίνακας 11.** Ανάλυση του εργαλείου: δημιουργία από το τέλος. Ιδία επεξεργασία από τους συγγραφείς του Μέρους II.

## **4. Επιτέλους – η παράσταση**

### **4.1. Περιγραφή σταδίου**

Το στάδιο της δημιουργίας της παράστασης ξεκινά όταν το συσσωρευμένο υλικό αρχίζει να απαιτεί μια φόρμα. Αυτή είναι η στιγμή της μετάβασης από την εξερεύνηση στη σύνθεση, από τις πολλές πιθανές κατευθύνσεις στις αποφάσεις που δίνουν στο σύνολο ρυθμό, δομή και νόημα.

Αυτό δεν σημαίνει, ωστόσο, ότι η διαδικασία γίνεται ξαφνικά κλειστή ή εξ ολοκλήρου υποταγμένη στη σκηνοθεσία. Αντίθετα –είναι μια από τις πιο λεπτές στιγμές στο πλαίσιο της συνδημιουργίας. Πρέπει να οργανώσουμε το υλικό, να πάρουμε αποφάσεις, να χτίσουμε την παράσταση –και ταυτόχρονα να μην χάσουμε αυτό που αποτελούσε το θεμέλιο της διαδικασίας από την αρχή: τη συνιδιοκτησία, την εμπιστοσύνη και την αυτενέργεια των συμμετεχουσών.

Όπως γράφει η Αγγελική Κασόλα:

*Μετά την ανοιχτότητα και την πολλαπλότητα του σταδίου συγκέντρωσης υλικού, έπρεπε να αρχίσουμε να κινούμαστε προς τη δραματουργική σύνθεση, λαμβάνοντας αποφάσεις, διαμορφώνοντας τον ρυθμό, οργανώνοντας τις μεταβάσεις και δημιουργώντας ένα δραματουργικό τόξο ικανό να φέρει το συναισθηματικό βάρος αυτών των ιστοριών.*

- Αγγελική Κασόλα, Θέατρο Restart Αθήνα

Κάθε διαδικασία σύνθεσης μιας παράστασης φαίνεται διαφορετική. Εξαρτάται από τον χρόνο, την ομάδα, τον τύπο του υλικού, το μοντέλο εμπύχωσης και το επίπεδο εμπιστοσύνης που έχει οικοδομηθεί.

Όπως το περιγράφει το Kobietostan:

*Προσπαθούμε να λάβουμε υπόψη τις φωνές και τις ιδέες τους, να αναζητήσουμε λύσεις μαζί, και ταυτόχρονα επιφυλασσόμαστε του δικαίωματος για τον "τελευταίο λόγο".*

- Agnieszka Bresler, Stowarzyszenie Kobietostan

Αυτή η ένταση –μεταξύ της κοινής αναζήτησης και της αναγκαιότητας λήψης αποφάσεων– γίνεται μία από τις κεντρικές δυναμικές αυτού του σταδίου.

Και παρόλο που αυτή είναι ήδη η τελευταία φάση της διαδικασίας, δεν σημαίνει ότι δεν υπάρχουν επιστροφές. Ακριβώς όπως και πριν, μετακινούμαστε μεταξύ των σταδίων, επιστρέφουμε, πηγαίνουμε πίσω, ξεκινάμε εκ νέου. Πολύ συχνά, κατά το χτίσιμο της δομής, αποδεικνύεται ότι κάτι εξακολουθεί να λείπει –και τότε επιστρέφουμε στο στάδιο της παραγωγής υλικού.

## **Τι επιδιώκουμε σε αυτό το στάδιο**

### **Μετατρέπουμε την εξερεύνηση σε δομή**

Σε αυτό το στάδιο, αρχίζουμε να θέτουμε ερωτήματα: τι ακολουθεί τι; Ποιο ταξίδι περνάει το κοινό; Ποιο ταξίδι περνούν οι ερμηνεύτριες; Πού χρειαζόμαστε ένταση και πού χρειαζόμαστε χώρο για αναπνοή; Πότε πρέπει οι λέξεις να αντηχούν μόνες τους και πότε χρειάζονται την υποστήριξη του σώματος, της μουσικής, της εικόνας ή της παρουσίας της ομάδας;

Το υλικό που συγκεντρώθηκε νωρίτερα –κείμενα, χειρονομίες, εικόνες, αυτοσχεδιασμοί, σκηνές, ρυθμοί, τραγούδια ή χορογραφίες– πρέπει να οργανωθεί. Δεν πρόκειται, ωστόσο, για μια μηχανική συναρμολόγηση αποσπασμάτων. Πρόκειται για την εύρεση μιας δραματουργικής λογικής που θα επιτρέψει στο υλικό να αναπνεύσει, να αναπτυχθεί, να αλλάξει τόνο και να καθοδηγήσει το κοινό μέσα από μια εμπειρία.

Στην εργασία της Restart Theater Athens η δημιουργία μιας δομής ικανής να συγκρατήσει τα κείμενα των συμμετεχουσών ήταν ιδιαίτερα σημαντική. Από την αρχή, οι γυναίκες δήλωσαν ξεκάθαρα ότι ήθελαν οι ιστορίες τους να ειπωθούν με τα δικά τους λόγια:

*Δεν ήθελαν οι ιστορίες τους να μεταφραστούν πρωτίστως σε συμβολισμούς ή αφαίρεση, ούτε να φιλτραριστούν μέσα από φωνές άλλων ανθρώπων. Ήθελαν γλώσσα –άμεση, προσωπική, χωρίς απολογητική διάθεση. Αυτή η επιθυμία καθόρισε την κατεύθυνση ολόκληρης της σύνθεσης.*

- Αγγελική Κασόλα, Restart Theater Athens

Αυτή η ανάγκη διαμόρφωσε ολόκληρη την παράσταση. Η δομή έπρεπε να είναι αρκετά ισχυρή για να κρατήσει το κείμενο, αλλά ταυτόχρονα αρκετά ευέλικτη ώστε να μην το εγκλωβίσει.

## **Προστατεύουμε τη συνδημιουργία**

### **καθ' όλη τη διάρκεια της διαδικασίας**

Ένας από τους σημαντικότερους στόχους αυτού του σταδίου είναι η διατήρηση της αίσθησης ότι η παράσταση εξακολουθεί να ανήκει στην ομάδα. Αυτό είναι ιδιαίτερα δύσκολο επειδή η σύνθεση περιλαμβάνει πάντα επιλογή. Δεν θα προβληθούν τελικά όλα όσα έχουν δημιουργηθεί στο κοινό. Ορισμένα αποσπάσματα θα συντομευτούν, άλλα θα μετακινηθούν, κάποια θα εξαφανιστούν εντελώς. Η πίεση του χρόνου και η αυξανόμενη επίγνωση της δημόσιας έκθεσης εντείνουν περαιτέρω την ένταση αυτής της στιγμής.

Γι' αυτό είναι τόσο σημαντικό για τις συμμετέχουσες να αισθάνονται ότι το υλικό τους δεν «χρησιμοποιείται» από τη σκηνοθέτρια ή τη δραματουργό, αλλά μετασχηματίζεται από κοινού σε μια καλλιτεχνική φόρμα. Όπως λέει η Barbara Polajnar:

Επρόκειτο για τη δημιουργία μιας αίσθησης κοινής ιδιοκτησίας του υλικού –έτσι ώστε οι σκηνές να μην "χρησιμοποιούνται", αλλά να διαμορφώνονται συνειδητά και να μετατρέπονται σε τέχνη.

- Barbara Polajnar, Društvo ZIZ

Παρομοίως, στην πρακτική του Kobietostan, η κοινή αναζήτηση παραμένει κεντρική:

*Τελικά, μπορούμε να βρούμε μια ντουζίνα λύσεις σε ένα δεδομένο πρόβλημα. Η επιλογή θα ανήκει στις σκηνοθέτριες, αλλά οι κοινές αναζητήσεις μάς επιτρέπουν να διατηρήσουμε τη συμμετοχή της ομάδας.*

- Agnieszka Bresler, Stowarzyszenie Kobietostan

Αυτή είναι μια σημαντική διάκριση. Συμμετοχή δεν σημαίνει ότι κάθε απόφαση λαμβάνεται από κοινού. Σημαίνει μάλλον ότι οι άνθρωποι που εμπλέκονται κατανοούν τη διαδικασία, έχουν πραγματική επιρροή, ακούγονται και μπορούν να αναγνωρίσουν τη συμβολή τους στο τελικό έργο.

## Ενισχύουμε τις ερμηνεύτριες και τις δημιουργούς

Η δημιουργία μιας παράστασης είναι επίσης η στιγμή που οι συμμετέχουσες αρχίζουν να βλέπουν τους εαυτούς τους πιο καθαρά ως ερμηνεύτριες. Δεν παράγουν μόνο υλικό, αλλά μαθαίνουν να το φέρουν –μπροστά στην ομάδα, στη σκηνή και τελικά μπροστά σε ένα κοινό.

Όπως περιγράφεται από την οπτική γωνία του ZIZ, ήταν σημαντικό:

*ώστε κάθε συμμετέχουσα ως ερμηνεύτρια να αισθάνεται σιγουριά και άνεση –τόσο με τον εαυτό της όσο και με την ομάδα– στεκόμενη στη σκηνή, κρατώντας την ιδέα της και παρουσιάζοντάς την στο κοινό.*

- Barbara Polajnar, Društvo ZIZ

Σε αυτό το στάδιο αναπτύσσονται πολύ συγκεκριμένες δεξιότητες: σκηνική παρουσία, δημόσια ομιλία, τραγούδι, κίνηση, ακρίβεια, ρυθμός ή επίγνωση του κοινού. Αλλά ο στόχος είναι κάτι περισσότερο από την τεχνική προετοιμασία. Πρόκειται επίσης για την ανάπτυξη επιτελεστικής αυτονομίας:

*...ώστε οι συμμετέχουσες να είναι σε θέση να δημιουργούν και να διαμορφώνουν ανεξάρτητα το σκηνικό υλικό.*

- Barbara Polajnar, Društvo ZIZ

Το ζήτημα της ορατότητας παραμένει επίσης κεντρικό:

*Ενίσχυση της ορατότητας και της φωνής των γυναικών, οι οποίες πολύ συχνά παραμένουν αόρατες στη σκηνή.*

- Barbara Polajnar, Društvo ZIZ



Αυτή η πρόταση αποτυπώνει καλά ένα από τα κύρια νοήματα ολόκληρης της διαδικασίας: η σκηνή γίνεται ένας χώρος όπου άνθρωποι που συνήθως περιθωριοποιούνται εμφανίζονται όχι ως θέμα, αλλά ως δημιουργοί και ερμηνευτές.

## **Επιδιώκουμε την καλλιτεχνική ποιότητα**

Στις συμμετοχικές διαδικασίες, είναι εύκολο να υποκύψει κανείς στον πειρασμό να σκεφτεί ότι η απλή παρουσία περιθωριοποιημένων φωνών στη σκηνή είναι αρκετή. Για τους εταίρους του WOMEN interACT, ωστόσο, ήταν σημαντικό να φτάσουν παραπέρα –να δημιουργήσουν έργα που δεν είναι μόνο κοινωνικά σημαντικά, αλλά και καλλιτεχνικά ισχυρά.

Όπως γράφει η Barbara Polajnar:

*...να δημιουργήσουμε συλλογικά μια πραγματικά καλή παράσταση –μια παράσταση πίσω από την οποία όλοι οι εμπλεκόμενοι άνθρωποι μπορούν να σταθούν και την οποία θέλουν να συνεχίσουν να δείχνουν και να επαναλαμβάνουν.*

- Barbara Polajnar, Društvo ZIZ

*Η πρακτική μας δείχνει όχι μόνο ότι «οι φωνές των περιθωριοποιημένων ανθρώπων μπορούν να δημιουργήσουν υψηλής ποιότητας, επαγγελματική τέχνη*

- Barbara Polajnar, Društvo ZIZ

αλλά και ότι η διατήρηση της καλλιτεχνικής φιλοδοξίας αυξάνει την πιθανότητα η παράσταση να συγκινήσει πραγματικά το κοινό και να μείνει μαζί του για μεγαλύτερο διάστημα. Όπως γράφει το Kobietostan:

*Τα δίνουμε όλα, βάζουμε τον πήχη έτσι ώστε να τον φτάσουμε, αλλά να έχουμε μεγάλη ικανοποίηση από αυτό το άλμα –αποδεικνύουμε στους εαυτούς μας ότι μπορούμε, ότι τα καταφέρνουμε, ότι είμαστε άξιες.*

- Agnieszka Bresler, Stowarzyszenie Kobietostan

## **Τι φροντίζουμε σε αυτό το στάδιο**

### **Κάνουμε επιλογές χωρίς να απορρίπτουμε τη συνεισφορά**

Η πιο ευαίσθητη στιγμή αυτής της φάσης είναι η επιλογή. Το υλικό που συγκεντρώθηκε νωρίτερα με ανοιχτότητα και φροντίδα πρέπει τώρα να διαμορφωθεί. Δεν θα μείνουν όλα. Στην εργασία με προσωπικό υλικό, αυτό απαιτεί ιδιαίτερη προσοχή. Η συντόμευση ή η αφαίρεση αποσπασμάτων μπορεί να εκληφθεί όχι ως δραματουργική απόφαση, αλλά ως ακύρωση

της εμπειρίας κάποιου. Γι' αυτό το Restart έδωσε ιδιαίτερη έμφαση στη διαφάνεια και τη συγκατάθεση:

*Ήταν σημαντικό κανείς να μην αισθανθεί μειωμένος ή λιγότερο ορατός στην τελική δομή. Σε κάθε στάδιο, διασφαλίζαμε ότι οι αλλαγές και οι περικοπές εισάγονταν με τη συγκατάθεση των συμμετεχουσών.*

- Ειρήνη Μέλα, Θέατρο Restart Αθήνα

## **Καθοδηγούμε ενώ ακούμε**

Οι εμπυχωτές πρέπει να συγκρατούν όλες τις φωνές, λαμβάνοντας ταυτόχρονα αποφάσεις. Πρέπει να παραμένουν ανοιχτοί, αλλά και υπεύθυνοι για τη δομή, τον ρυθμό και την ποιότητα της παράστασης. Αυτή η ένταση δεν εξαφανίζεται –πρέπει να μάθει κανείς να τη διατηρεί. Η υπερβολική ανοιχτότητα μπορεί να διαλύσει τη δομή, ο υπερβολικός έλεγχος μπορεί να υπονομεύσει τη συνδημιουργία. Η εργασία συνίσταται στη συνεχή αναζήτηση ισορροπίας.

## **Φροντίζουμε για την ποιότητα χωρίς να χάνουμε τη νοερή φροντίδα**

Αυτό το στάδιο ενέχει επίσης τον κίνδυνο υπέρβασης των ορίων. Η πίεση του χρόνου, η καλλιτεχνική φιλοδοξία και η ευθύνη για το σύνολο μπορούν να κάνουν τους εμπυχωτές να αρχίσουν να πιέζουν υπερβολικά.

Το Kobietostan το λέει αυτό πολύ ρητά:

*Αυτό το στάδιο μπορεί να γίνει το πιο δύσκολο και το πιο επικίνδυνο. Μπορεί να παρασυρθούμε από τον ενθουσιασμό της δημιουργίας ενός κόσμου, μιας ατέρμονης ροής ιδεών –ενώ η ομάδα μπορεί να αρχίσει να χάνει την αίσθηση του ανήκειν, να βιώνει απογοήτευση ότι "τελειώνει όπως συνήθως –με πίεση, βία, εξαναγκασμό.*

- Agnieszka Bresler, Stowarzyszenie Kobietostan

Αυτή είναι μια σημαντική προειδοποίηση. Η καλλιτεχνική ποιότητα δεν μπορεί να οικοδομηθεί εις βάρος της ασφάλειας, της εμπιστοσύνης και της αυτενέργειας. Ταυτόχρονα, η φροντίδα δεν σημαίνει εγκατάλειψη της φιλοδοξίας.

Όπως γράφει το ZIZ:

«...να διατηρήσουμε υψηλή καλλιτεχνική ποιότητα, παραμένοντας παράλληλα ανοιχτοί και συμπεριληπτικοί.»

- Barbara Polajnar, Društvo ZIZ

## **Κινούμαστε μέσα από την πίεση της πρεμιέρας**

Καθώς η πρεμιέρα πλησιάζει, η ένταση ανεβαίνει. Προκύπτουν αμφιβολίες: δένει η παράσταση; Είναι το υλικό ακόμα πολύ διάσπαρτο; Θα υπάρξει αρκετός χρόνος; Αυτό ισχύει τόσο για τις συμμετέχουσες όσο και για τους εμπυχωτές. Σε τέτοιες στιγμές, η ηρεμία και η διαφάνεια γίνονται κλειδιά. Όχι να προσποιούμαστε ότι όλα είναι έτοιμα, αλλά να αναγνωρίζουμε ότι η ένταση είναι μέρος της διαδικασίας. Μερικές φορές μια παράσταση δένει πραγματικά μόνο την τελευταία στιγμή.

*Αποδέχομαι ότι η εργασία θα συνεχιστεί μέχρι το τέλος και προσπαθώ να μιλήσω ανοιχτά για αυτό με την ομάδα –διαβεβαιώνοντάς τες ότι θα τα καταφέρουμε, ότι είναι ικανές, ότι το σημείο όπου βρισκόμαστε τώρα είναι μέρος της διαδικασίας.*

- Agnieszka Bresler, Stowarzyszenie Kobietostan

Η διατήρηση του ηθικού της ομάδας γίνεται έτσι όχι μόνο ένα συναισθηματικό καθήκον, αλλά και ένα καλλιτεχνικό.

## **Χτίζουμε μια προσαρμόσιμη δομή**

Η εργασία με μη επαγγελματίες ερμηνευτές –ειδικά με ανθρώπους που ζουν σε δύσκολες ή ασταθείς συνθήκες– απαιτεί ανοιχτότητα στο απρόβλεπτο. Κάποιο άτομο μπορεί να χάσει μια πρόβα, να αρρωστήσει ή να αποσυρθεί από τη διαδικασία. Επομένως, η δομή της παράστασης πρέπει να παραμείνει ευέλικτη. Όπως περιγράφει η Restart Theater Athens:

Τα αφηγηματικά τμήματα σε κάθε μέρος σχεδιάστηκαν με γνώμονα την ευελιξία, έτσι ώστε να μπορούν να προστεθούν ή να αφαιρεθούν κείμενα χωρίς να κινδυνεύει να καταρρεύσει ολόκληρο το δραματουργικό τόξο. Κανένας μεμονωμένος μονόλογος δεν εξυπηρετούσε μια αναντικατάστατη δομική λειτουργία.

- Αγγελική Κασόλα, Restart Theater Athens

Παρομοίως, οι ομαδικές χορογραφίες μπορούν να χτιστούν με τέτοιο τρόπο ώστε να μην καταρρέουν σε περίπτωση απουσίας ενός ατόμου.

## **Συνδέουμε κείμενο, σώμα και φόρμα**

Σε πολλές διαδικασίες, οι συμμετέχουσες έχουν έντονη ανάγκη να μιλήσουν με τα δικά τους λόγια. Ταυτόχρονα, η κίνηση και η εικόνα δεν πρέπει να γίνουν απλώς μια εικονογράφηση του κειμένου.

Όπως λέει η Αγγελική Κασόλα:

*Το σώμα πρέπει να υποστηρίζει τον λόγο, όχι να τον ανταγωνίζεται.*

- Αγγελική Κασόλα, Restart Theater Athens

Αυτή η πρόταση εικονογραφεί καλά ένα από τα σημαντικότερα συνθετικά καθήκοντα: την εύρεση της σχέσης μεταξύ φωνής και σώματος, μεταξύ μαρτυρίας και φόρμας. Μια παρόμοια ένταση εμφανίστηκε στην εργασία του ZIZ με την αισθητική του καμπαρέ:

*...ώστε η παράσταση να μην παραμείνει απλώς μια συλλογή μαρτυριών, αλλά να γίνει μια θεατρική φόρμα –κοφτερή, ειρωνική και διαμορφωμένη από την αισθητική του καμπαρέ.*

- Barbara Polajnar, Društvo ZIZ

Το προσωπικό υλικό χρειάζεται φόρμα όχι για να κρυφτεί, αλλά για να μπορέσει να αντηχήσει πιο ισχυρά.

## **4.2 Εργαλεία**

### **«Αυτό που θέλω να πω» – ένα παιχνίδι**

(Αγγελική Κασόλα, Restart Theater Athens)

Στο στάδιο της δημιουργίας της παράστασης, αξιοποίησα ως εργαλείο το «Αυτό που θέλω να πω» – ένα απλό αφηγηματικό, αυτοσχεδιαστικό και επιτελεστικό παιχνίδι που δημιούργησα πριν από περίπου δεκαπέντε χρόνια. Το εργαλείο αυτό σχεδιάστηκε για ομάδες με ελάχιστη ή καθόλου σκηνική εμπειρία, και ειδικά για άτομα που δυσκολεύονται να εκτεθούν,

## Περιγραφή εργαλείου

Το εργαλείο αυτό οργανώνει μια σύντομη παράσταση μέσα από μια σταθερή δομή πέντε φράσεων-εναυσμάτων:

- Το όνομά μου είναι...
- Μου αρέσει πολύ όταν...
- Δεν μου αρέσει καθόλου όταν...
- Δεν πειράζει όμως, δεν πειράζει...
- Αυτό που εγώ θέλω να πω είναι...

Οι συμμετέχουσες καθοδηγούνται βήμα προς βήμα. Κάθε άτομο επιλέγει τον τρόπο εισόδου του στη σκηνή, εκφωνεί το κείμενο συμπληρώνοντας τις προτάσεις με προσωπικό περιεχόμενο και ολοκληρώνει τη σύντομη παρουσία του με μια χειρονομιακή κατακλείδα (πόζα και υπόκλιση), η οποία σηματοδοτεί και την αποδοχή του χειροκροτήματος του κοινού.

Το άτομο που έχει ήδη ολοκληρώσει την παρουσίασή του παραμένει στη σκηνή, μετακινείται διακριτικά στο πλάι και υποδεικνύει την είσοδο για το επόμενο άτομο. Η διαδικασία συνεχίζεται μέχρι όλα τα μέλη της ομάδας να έχουν εισέλθει στη σκηνή και να έχουν παρουσιάσει το δικό τους μέρος. Στο τέλος, ολόκληρη η ομάδα βρίσκεται επί σκηνής και υποκλίνεται μαζί.

Η συγκεκριμένη παραστασιακή δομή δημιουργεί ένα πλαίσιο ασφάλειας, ενώ ταυτόχρονα επιτρέπει την ανάδυση του αυθορμητισμού και του προσωπικού υλικού. Η άσκηση ενεργοποιεί δύο βασικούς συναισθηματικούς πόλους –τη συμπάθεια και την αντιπάθεια–, οι οποίοι πλαισιώνονται από έναν ενδιάμεσο μεταβατικό χώρο («Δεν πειράζει όμως, δεν πειράζει...»), πριν καταλήξουν σε μια τελική δήλωση: «Αυτό που εγώ θέλω να πω είναι...». Η αλληλουχία αυτή συγκροτεί ένα μικρό δραματουργικό τόξο μέσα σε κάθε σύντομη σκηνική τοποθέτηση.

Το εργαλείο μπορεί να αξιοποιηθεί με δύο βασικούς τρόπους. Στην πρώτη εκδοχή, το άτομο μιλά ως ο εαυτός του και εκφράζει αυτό που πραγματικά θέλει να πει. Στη δεύτερη, δημιουργεί έναν φανταστικό χαρακτήρα και μιλά και δρα μέσα από τη δική του οπτική. Και οι δύο εκδοχές μπορούν να παράγουν πλούσιο δραματουργικό υλικό, το οποίο μπορεί να λειτουργήσει είτε αυτόνομα είτε ως μέρος μιας ευρύτερης δραματουργικής σύνθεσης.

Παράλληλα, τα μέλη της ομάδας καλλιεργούν σταδιακά τη σκηνική τους επίγνωση. Εξασκούνται στο να στέκονται μπροστά σε κοινό, να απευθύνονται άμεσα στους θεατές και να πειραματίζονται με διαφορετικές συναισθηματικές ποιότητες, μεταβάσεις και σκηνικούς χαρακτήρες – από ρεαλιστικούς έως κλόουν και γκροτέσκους. Μαθαίνουν επίσης να διατηρούν ενεργή σκηνική παρουσία ακόμη και όταν δεν έχουν τον λόγο, παραμένοντας επί σκηνής και υποστηρίζοντας εκείνους που μιλούν εκείνη τη στιγμή. Οι δεξιότητες αυτές αποδεικνύονται ιδιαίτερα χρήσιμες στη διαδικασία δημιουργίας της παράστασης.

Στη συγκεκριμένη δημιουργική διαδικασία, το εργαλείο λειτούργησε τόσο ως εργαλείο διερεύνησης και δημιουργίας δραματουργικού υλικού όσο και ως η τελική σκηνή που έκλεινε την παράσταση.

### **Τι προσφέρει αυτό το εργαλείο σε αυτό το στάδιο της διαδικασίας**

Το εργαλείο αυτό αποδείχθηκε ιδιαίτερα σημαντικό, καθώς εισήγαγε μια αίσθηση ασφάλειας, τόσο σε καλλιτεχνικό όσο και σε συναισθηματικό επίπεδο. Ακόμη και όταν το μεγαλύτερο μέρος της παράστασης βρισκόταν ακόμη υπό διαμόρφωση, το **«Αυτό που εγώ θέλω να πω»** πρόσφερε ένα σαφές και γιορτινό κλείσιμο – αρχικά για τις συμμετέχουσες και αργότερα για το κοινό.

Το να γνωρίζει η ομάδα προς ποια κατεύθυνση κινείται η παράσταση μειώνει την αβεβαιότητα και την ένταση. Υπό την πίεση του χρόνου, η αίσθηση ότι «δεν ξέρουμε πού πηγαίνουμε» μπορεί εύκολα να αποδυναμώσει το ηθικό της ομάδας. Όταν όμως η αρχή και το τέλος της παράστασης είχαν ήδη διαμορφωθεί, δημιουργήθηκε ένα σταθερό πλαίσιο μέσα στο οποίο το ενδιάμεσο μέρος μπορούσε να συνεχίσει να αναπτύσσεται. Η δομή αυτή παρείχε κατεύθυνση και στήριξη κατά τη φάση της δημιουργίας και της σύνθεσης του υλικού, η οποία διαφορετικά θα μπορούσε εύκολα να γίνει χαοτική.

Το εργαλείο επέτρεψε επίσης να πέσουν οι θεατρικές «μάσκες» στην τελική σκηνή της παράστασης. Μετά από σκηνές δραματικής αφήγησης, έντονης ενσάρκωσης, σάτιρας και μεταμόρφωσης, οι συμμετέχουσες μπορούσαν να κάνουν ένα βήμα μπροστά απλώς ως ο εαυτός τους. Χωρίς χαρακτήρα, χωρίς υπερβολή, χωρίς ρόλο· μόνο με τη φωνή τους, παρούσες στη συγκεκριμένη στιγμή.

Η τελική αυτή σκηνή λειτούργησε ως μια στιγμή ενδυνάμωσης: ένας χώρος ελεύθερης έκφρασης, όπου οι συμμετέχουσες μπορούσαν να παρουσιάσουν όπως οι ίδιες επέλεξαν. Έκλεινε το προσωπικό αλλά και συλλογικό ταξίδι της ομάδας, προσκαλώντας το κοινό να αναγνωρίσει και να γιορτάσει την παρουσία όχι μόνο των ερμηνευτριών, αλλά και των ανθρώπων που έφεραν τις ιστορίες τους στη σκηνή, τις μοιράστηκαν με θάρρος και επέτρεψαν στον εαυτό τους να μετασχηματιστεί μέσα από αυτή τη μακρά δημιουργική διαδικασία.

Είναι ενδιαφέρον ότι το περιεχόμενο της τελευταίας σκηνής συνέχιζε να μεταβάλλεται μέχρι το τέλος της διαδικασίας, αντανακλώνοντας τις διαρκώς εξελισσόμενες ανάγκες των συμμετεχουσών σε σχέση με το ερώτημα: **«Αυτό που εγώ θέλω να πω είναι...»**. Με τον τρόπο αυτό, το εργαλείο προσέφερε στην παράσταση έναν σαφή προορισμό και ένα συναισθηματικά απελευθερωτικό κλείσιμο.

### **Πλαίσιο και συνθήκες εργασίας**

Το εργαλείο λειτουργεί ιδιαίτερα αποτελεσματικά στην εργασία με μη επαγγελματίες ερμηνευτές, οι οποίοι χρειάζονται ταυτόχρονα δομή και ελευθερία. Αποδεικνύεται εξίσου χρήσιμο σε μεταβατικές στιγμές της δημιουργικής διαδικασίας, καθώς, ανάλογα με τη φάση στην οποία εφαρμόζεται, μπορεί να επιτελέσει διαφορετικές λειτουργίες.

Στα αρχικά στάδια, μπορεί να αξιοποιηθεί ως μια ελαφριά, παιγνιώδης εισαγωγική άσκηση, ανοίγοντας τη διαδικασία και βοηθώντας τις συμμετέχουσες να εξοικειωθούν μεταξύ τους, αλλά και να δοκιμάσουν διαφορετικούς τρόπους παρουσίασης του εαυτού τους στη σκηνή ή δημιουργίας επιμέρους χαρακτήρων, χωρίς πίεση. Σε αυτή την εκδοχή, λειτουργεί αποτελεσματικά και η χρήση χαρούμενης, ρυθμικής μουσικής υπόκρουσης.

Σε μεταγενέστερα στάδια, το εργαλείο λειτουργεί ως μέσο ενδυνάμωσης της φωνής και της αυτενέργειας. Επιτρέπει στις συμμετέχουσες να διατυπώνουν με σαφήνεια και δημόσια τις ιστορίες τους μέσα σε ένα ασφαλές και δομημένο πλαίσιο, αποκτώντας έλεγχο ως προς το τι λέγεται και με ποιον τρόπο.

Η μεγαλύτερη δυναμική του εργαλείου αναδεικνύεται στο πλαίσιο του κοινωνικού συμμετοχικού θεάτρου, όταν η προσωπική αφήγηση βρίσκεται στο επίκεντρο και η ομάδα έχει ήδη αναπτύξει επαρκή εμπιστοσύνη ώστε να οδηγηθεί σε πιο αυθεντικές μορφές έκφρασης. Για το κοινό, η στιγμή αυτή αποτελεί επίσης μια ιδιαίτερα σημαντική και συγκινητική εμπειρία, καθώς έρχεται σε επαφή με τα ίδια τα πρόσωπα πίσω από τις ιστορίες που έχει παρακολουθήσει προηγουμένως.

## **Πότε αξίζει να αλλάζει η μέθοδος ή να εγκαταλείπεται**

Από την εμπειρία μου, το εργαλείο αυτό είναι ευέλικτο και μπορεί συνήθως να χρησιμοποιηθεί στη βασική του μορφή. Ωστόσο, ενδέχεται να χρειαστεί προσαρμογή όταν η λεκτική έκφραση δεν είναι εφικτή ή δεν είναι επιθυμητή.

Οι πιθανές παραλλαγές περιλαμβάνουν:

- ομιλία σε gibberish (επινοημένη γλώσσα χωρίς νόημα), η οποία εισάγει ελαφρότητα και παιγνιώδη διάθεση,
- αντικατάσταση των λέξεων με ήχο και σωματική χειρονομία,
- την εκφορά του κειμένου με τη μορφή τραγουδιού.

Οι παραλλαγές αυτές διατηρούν τη δομή και την πρόθεση του εργαλείου – την ενίσχυση της αυτοπεποίθησης και της σκηνικής παρουσίας, την εξερεύνηση των συναισθημάτων και τη δυνατότητα έκφρασης – ενώ ταυτόχρονα το προσαρμόζουν στις ανάγκες και τη δυναμική της εκάστοτε ομάδας.

## **Τι αξίζει να έχουμε κατά νου**

Η δύναμη αυτού του εργαλείου έγκειται στην απλότητά του. Μια σαφής, επαναλαμβανόμενη δομή προσφέρει υποστήριξη στις συμμετέχουσες, μειώνει το σκηνικό άγχος, καλλιεργεί επιτελεστικές δεξιότητες και επιτρέπει μια άμεση είσοδο στην προσωπική έκφραση. Κάθε άτομο λαμβάνει τον ίδιο χώρο, ενώ η επαναληψιμότητα των κοινών φράσεων-εναυσμάτων και των καταληκτικών δηλώσεων δημιουργεί έναν κοινό ρυθμό, εστίαση και μια αίσθηση συμμετοχής σε μια συλλογική διαδικασία.

Το εργαλείο μπορεί να λειτουργήσει ως μια στιγμή ριζικής ορατότητας, καθώς κάθε συμμετέχουσα μιλά με τη δική της φωνή, χωρίς τη μεσολάβηση χαρακτήρα ή μεταφορικής απόστασης.



Ταυτόχρονα, αυτή η απλότητα απαιτεί προσεκτική δραματουργική διαχείριση. Χωρίς επαρκή εμβάθυνση, οι δηλώσεις μπορεί να καταστούν προβλέψιμες ή υπερβολικά ομοιόμορφες. Η μεγαλύτερη δυναμική του εργαλείου έγκειται στη δυνατότητά του να δημιουργεί ένα εορταστικό κλείσιμο της διαδικασίας –

μια εμπειρία ενός συλλογικού «χορού» ατομικών φωνών.

Ο σημαντικότερος κίνδυνος αφορά τη συναισθηματική έκθεση. Επειδή η άσκηση απαιτεί άμεση προσωπική δήλωση, προϋποθέτει ήδη διαμορφωμένο επίπεδο εμπιστοσύνης, κατάλληλη προετοιμασία και ετοιμότητα των εμπυχωτών να παρέχουν υποστήριξη. Επιπλέον, καθώς βασίζεται στη λεκτική έκφραση, στην αρχική φάση μπορεί να είναι δύσκολη για άτομα με έντονο σκηνικό άγχος, γλωσσικό φραγμό ή δυσφορία απέναντι στη δημόσια ομιλία.

<b>Τι υποστηρίζει;</b>	<b>Τι απαιτεί;</b>
<p>Πυροδοτεί τη δημιουργικότητα που βασίζεται στον λόγο, τη δράση, την εικόνα του σώματος, την εργασία με τον χαρακτήρα και το αφηγηματικό υλικό.</p> <p>Επιτρέπει συμπερίληψη ανθρώπων με λιγότερη αυτοπεποίθηση στο κείμενο – κείμενο που απομνημονεύεται εύκολα.</p> <p>Χτίζει μια κοινή αισθητική, αφήνοντας χώρο για μεγάλη ποικιλία ιδεών.</p> <p>Αποδυναμώνει την επιρροή του «εσωτερικού κριτή» μέσω του παιχνιδιού, του αυτοσχεδιασμού και της θετικής ενίσχυσης.</p> <p>Ενθαρρύνει τη σκέψη για τη σκηνή μέσω της παρουσίας, της δράσης, του ρυθμού και της εικόνας.</p> <p>Επιτρέπει αυθεντική εξερεύνηση βασικών συναισθημάτων και μεταβάσεων μεταξύ τους.</p>	<p>Προσεκτική εμφύχωση.</p> <p>Συγκράτηση της ομάδας από το να προχωρήσει πολύ γρήγορα στην ερμηνεία.</p> <p>Ετοιμότητα των συμμετεχουσών για πειραματισμό.</p> <p>Χρόνο για εξερεύνηση και δοκιμές.</p> <p>Καθοδήγηση των συμμετεχουσών στη λογική της άσκησης βήμα προς βήμα.</p>

<b>Τι υποστηρίζει;</b>	<b>Τι απαιτεί;</b>
<p>Αναπτύσσει τη δυναμική της εισόδου στη σκηνή και την ικανότητα απευθείας απεύθυνσης στο κοινό.</p> <p>Βοηθά στην υπέρβαση του σκηνικού άγχους και της δυσφορίας της δημόσιας ομιλίας.</p>	
<b>Τι μπορεί να προσφέρει;</b>	<b>Τι μπορεί να πάει λάθος;</b>
<p>Συνδημιουργία του οπτικού και αφηγηματικού επιπέδου της παράστασης.</p> <p>Ανάπτυξη μικρο-σκηνών και επιτελεστικών δράσεων.</p> <p>Ενίσχυση του επιτελεστικού θάρρους και της αυτενέργειας.</p> <p>Ανακάλυψη απροσδόκητων νοημάτων και συνειρμών.</p>	<p>Η ομάδα μπορεί να κολλήσει στο στάδιο παραγωγής ιδεών.</p> <p>Τα νοήματα μπορεί να κλείσουν πολύ γρήγορα.</p> <p>Απογοήτευση ατόμων που χρειάζονται σαφέστερες οδηγίες, περισσότερη θετική ενίσχυση ή περισσότερο χρόνο για να νιώσουν άνετα και ασφαλή – ειδικά αν ο εσωτερικός κριτής είναι ακόμα ισχυρός.</p> <p>Συναισθηματικά έντονο υλικό μπορεί να αποκαλυφθεί σε</p>

Τι υποστηρίζει;	Τι απαιτεί;
<p>Οικοδόμηση της κοινής αισθητικής και της αλληλεγγύης της ομάδας.</p> <p>Αυτοπεποίθηση στο να στέκεται κανείς μπροστά σε άλλους ανθρώπους και να λέει αυτό που πραγματικά θέλει.</p> <p>Επίγνωση των μεταβαλλόμενων εκφραστικών αναγκών σε διαφορετικά στάδια της διαδικασίας.</p> <p>Αίσθηση ενδυνάμωσης, επιτεύγματος και απελευθέρωσης από την πλευρά των συμμετεχουσών.</p>	<p>απροσδόκητη στιγμή και να ασκήσει πίεση σε άλλους ανθρώπους να αποκαλύψουν περισσότερα από όσα είναι έτοιμοι.</p> <p>Αίσθηση χάους με αδύναμη εμπύχωση.</p> <p>Οι λύσεις μπορεί να γίνουν κοινότοπες, κλισέ ή υπερβολικά προφανείς.</p>

Πίνακας 12. Ανάλυση του εργαλείου: «Αυτό που θέλω να πω» – ένα παιχνίδι. Ιδία επεξεργασία από τους συγγραφείς του Μέρους II.

# ΣΥΝΟΨΗ

Στον παρουσιαζόμενο οδηγό, θέλαμε ιδιαίτερα να υποστηρίξουμε την ανάπτυξη των πρακτικών του συμμετοχικού θεάτρου με συστηματικό τρόπο χρησιμοποιώντας επιστημονικές μεθόδους και, περαιτέρω, συγκεκριμένες πρακτικές και εργαλεία εργασίας. Όλα αυτά για να ανοίξουν νέες προοπτικές για θεσμική και μη θεσμική υποστήριξη προς τη βελτίωση της ποιότητας της κοινωνικής ζωής.

Είχαμε την ευκαιρία να παρατηρήσουμε πόσες νέες δυνατότητες ανοίγει το συμμετοχικό θέατρο για όλα τα εμπλεκόμενα μέρη. Μας ενδιαφέρει το υλικό που συγκεντρώθηκε σε αυτή την έκδοση να χρησιμεύσει ως ένα πραγματικό εργαλείο υποστήριξης για διάφορες κοινωνικές ομάδες. Πιστεύουμε ότι αυτού του είδους η δράση μπορεί να βαθύνει την κατανόηση της συμμετοχής:

*Συμμετοχή σημαίνει επίσης να λες "όχι" –συμμετοχή δεν σημαίνει μόνο συγκατάθεση και συμπερίληψη, αλλά περιλαμβάνει επίσης το δικαίωμα άρνησης και θέσπισης ορίων.*

- Iwona Konecka, Stowarzyszenie Kobietostan

Ταυτόχρονα, δεν αντιμετωπίζουμε το συμμετοχικό θέατρο ως μια καθολική λύση ή ένα αυτόματο εργαλείο αλλαγής. Οι εμπειρίες μας έδειξαν ότι η δυναμική του αποκαλύπτεται πρωτίστως όταν η διαδικασία οικοδομείται πάνω στην ενσυνειδητότητα, τις σχέσεις, τη διαφάνεια και την ετοιμότητα για καταμερισμό της ευθύνης. Μια κακώς εμψυχωμένη διαδικασία μπορεί να ενισχύσει τις υπάρχουσες ανισότητες εξίσου αποτελεσματικά με το πώς μια καλά εμψυχωμένη διαδικασία μπορεί να τις αμφισβητήσει.

Αυτό, κατά τη γνώμη μας, είναι ένα από τα θεμέλια μιας δημοκρατικής κοινωνίας των πολιτών, για την οποία το κοινό καλό, ο σεβασμός, η αίσθηση της κοινότητας και η αμοιβαία ενδυνάμωση αποτελούν πρωταρχικές αξίες.

Ελπίζουμε ότι η έκδοση θα γίνει όχι μόνο μια συλλογή εργαλείων και αναστοχασμών, αλλά και μια πρόσκληση για περαιτέρω πειραματισμό, διατύπωση ερωτημάτων και ανάπτυξη των δικών σας συμμετοχικών πρακτικών —σε ιδρύματα, οργανισμούς, τοπικές κοινότητες και όπου η τέχνη συναντά έναν άλλον άνθρωπο.



## BIBLIOGRAFIA

- Archer, M. S. (2019). *Kultura i sprawczość*. Narodowe Centrum Kultury.
- Arnstein, S. R. (1969). A ladder of citizen participation. *Journal of the American Institute of Planners*, 35(4), 216–224.
- Becker-Pestka, D., Kubiński, G., & Łojko, M. (2017). *Różne obszary wykluczenia społecznego w Polsce. Wybrane zagadnienia*. Exante.
- Bishop, C. (2012). *Artificial hells: Participatory art and the politics of spectatorship*. Verso.
- Boal, A. (1979). *Theatre of the oppressed* (C. A. McBride & M. L. McBride, Trans.). Pluto Press.
- Bourdieu, P. (1986). The forms of capital. In J. G. Richardson (Ed.), *Handbook of theory and research for the sociology of education* (pp. 241–258). Greenwood Press.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Plenum Press.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.
- European Commission. (2004). *Joint report on social inclusion*. Office for Official Publications of the European Communities.
- Fleischer, M. (2001). *Teoria kultury i komunikacji*. Wydawnictwo Dolnośląskie.
- Fleischer, M. (2007). *Ogólna teoria komunikacji*. Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Fleischer, M. (2020). *Communication design, czyli projektowanie komunikacji* (2nd ed.). Primum Verbum.
- Freire, P. (1970). *Pedagogy of the oppressed* (M. B. Ramos, Trans.). Continuum/Seabury Press.

- Grotowska-Leder, J. (2005). Ekсклюzja społeczna – aspekty teoretyczne i metodologiczne. In J. Grotowska-Leder & K. Faliszek (Eds.), *Ekсклюzja i inkluzja społeczna. Diagnoza – uwarunkowania – kierunki działań* (pp. 25–44). Wydawnictwo Edukacyjne „AKAPIT”.
- Jackson, T. (1993). *Learning through theatre: New perspectives on theatre in education*. Routledge.
- Jakobson, R. (1987). Linguistics and poetics. In K. Pomorska & S. Rudy (Eds.), *Language in literature* (pp. 62–94). Harvard University Press.
- Klaić, D. (2014). *Gra w nowych dekoracjach. Teatr publiczny pomiędzy rynkiem a demokracją*. Instytut Teatralny im. Zbigniewa Raszewskiego; Konfrontacje Teatralne; Centrum Kultury w Lublinie.
- Levitas, R. (1998). *The inclusive society? Social exclusion and New Labour*. Macmillan.
- Lewin, K. (1943). Defining the "field at a given time". *Psychological Review*, 50(3), 292–310.
- Putnam, R. D. (2000). *Bowling alone: The collapse and revival of American community*. Simon and Schuster.
- Rappaport, J. (1981). In praise of paradox: A social policy of empowerment over prevention. *American Journal of Community Psychology*, 9(1), 1–25.
- Rappaport, J. (1987). Terms of empowerment/exemplars of prevention: Toward a theory for community psychology. *American Journal of Community Psychology*, 15(2), 121–148.
- Shaughnessy, N. (2016). Valuing performance: Purposes at play in participatory theater practice. In D. J. Elliott, M. Silverman, & W. Bowman (Eds.), *Artistic citizenship: Artistry, social responsibility, and ethical praxis* (pp. 483–508). Oxford University Press.
- Silver, H. (1994). Social exclusion and social solidarity: Three paradigms. *International Labour Review*, 133(5–6), 531–578.
- Siwiak, A. (2014). Projekt publiczny. *Notatnik Teatralny*, (77).
- Vargo, S. L., & Lusch, R. F. (2014). *Service-dominant logic: Premises, perspectives, possibilities*. Cambridge University Press.

## Κατάλογος Πινάκων και Εικόνων

Πίνακας 1. Τρεις παραδοσιακές αντιλήψεις της επικοινωνίας. Ίδια επεξεργασία βάσει: Fleischer (2020, κεφ. 4.2), σελ. 14-15.

Εικ. 1. Η μορφογενετική προσέγγιση της Margaret Archer (στο πλαίσιο του συμμετοχικού θεάτρου), σελ. 28.

Πίνακας 2. Σενάρια ομαδικών συνεντεύξεων εστίασης (focus groups) με τις διοργανώτριες (στην αρχή και στο τέλος του έργου), σελ. 34-35..

Πίνακας 3. Σενάρια ομαδικών συνεντεύξεων εστίασης (focus groups) με τις συμμετέχουσες (στην αρχή και στο τέλος του έργου), σελ. 35-37

Πίνακας 4. Πρωτόκολλα παρατήρησης των συμμετεχουσών, σελ. 38-39.

Πίνακας 5. Σύνοψη των φανερών (μη συμμετοχικών) παρατηρήσεων των συμμετεχουσών από τον οργανισμό Drustvo ZIZ, σελ. 95.

Πίνακας 6. Σύνοψη των φανερών (μη συμμετοχικών) παρατηρήσεων των συμμετεχουσών από τη Restart Theater Athens. Ίδια επεξεργασία των συγγραφέων του Μέρους Ι, σελ. 96.

Πίνακας 7. Σύνοψη των φανερών (μη συμμετοχικών) παρατηρήσεων των συμμετεχουσών από το Σύλλογο Kobietostan. Ίδια επεξεργασία των συγγραφέων του Μέρους Ι, σελ. 97-98.

Πίνακας 9. Ανάλυση του εργαλείου: Το Συμβόλαιο. Ίδια επεξεργασία των συγγραφέων του Μέρους ΙΙ, σελ. 124.

Πίνακας 10. Ανάλυση του εργαλείου: Παρατηρώντας το σώμα σε κίνηση. Ίδια επεξεργασία των συγγραφέων του Μέρους ΙΙ, σελ. 131.

Πίνακας 11. Ανάλυση του εργαλείου: Δημιουργώντας από το τέλος. Ίδια επεξεργασία των συγγραφέων του Μέρους ΙΙ, σελ. 143-144.

Πίνακας 12. Ανάλυση του εργαλείου: «Αυτό που εγώ θέλω να πω». Ίδια επεξεργασία των συγγραφέων του Μέρους ΙΙ, σελ. 159.



ISBN: 978-83-977666-2-4

Εκδότης: Stowarzyszenie Kobietostan

Η παρούσα έκδοση διατίθεται με ελεύθερη άδεια χρήσης.

Βρότσλαβ, 2026



Ministerstwo Kultury  
i Dziedzictwa Narodowego



Dofinansowane przez  
Unię Europejską



Το έργο WOMEN interACT – Συμμετοχικό θέατρο ενάντια στον διπλό αποκλεισμό των γυναικών (Σύμβαση επιχορήγησης αρ. 101174087) συγχρηματοδοτήθηκε από την Ευρωπαϊκή Ένωση στο πλαίσιο του προγράμματος Δημιουργική Ευρώπη (Creative Europe), καθώς και από το Υπουργείο Πολιτισμού και Εθνικής Κληρονομιάς της Πολωνίας, μέσω του Ταμείου Προώθησης του Πολιτισμού – κρατικού ταμείου ειδικού σκοπού – και από τον Δήμο Βρότσλαβ.

Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται στην παρούσα έκδοση ανήκουν αποκλειστικά στον/στους συγγραφέα/-είς και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκην τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA).

Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη για το περιεχόμενο της παρούσας έκδοσης.







