|  |  |
| --- | --- |
| ***Заглавие на дейността*** | ***Описание*** |
| ***Истина или дълг*** | Всички седят в кръг на пода. Ако искате, можете да зададете личен въпрос на друг човек в кръга. Интервюираният може да избира между истината или дълга. Ако избере истината, тя/той трябва да отговори честно на въпроса. Въпреки това, ако тя/той не иска да отговори на въпроса, защото той надхвърля собствената й/му вътрешна граница, тя/той може да избере дълг. След това питащият трябва да измисли малка задача, която интервюираният трябва да изпълни. Ако искането надхвърли вътрешния лимит на интервюирания играч, той може да каже „вето“ и да отхвърли искането. В този случай въпросното лице е преминало два пъти вътрешните граници на своя партньор и е „загубило“, тъй като целта на тази игра е да бъде оценен другия човек възможно най-правилно. Последната стъпка във финалния кръг е да проучите вътрешната перспектива. Играчите разменят в големи групи, или по двойки информация по следните въпроси: Кога (при какви обстоятелства) разкривам много? Кога разкривам малко? Кога казвам истината? Кога крия нещо? Защо? |
| ***Моят път до тук*** | - Поставете предмет или маркирайте с X центъра на пространството, където работите. Това представлява тук и сега.  - Един по един всеки член на групата ще избере място в стаята, което представлява мястото, където са родени. Ако са родени много близо до знака например, те започват доста близо до него. Ако са родени в чужда държава или друга област, те ще бъдат по-далеч.  - Започвайки от мястото, което представлява тяхното родно място, един по един всеки член на групата ще отдели 5 минути (или повече, ако имате време), за да разкаже историята за това как са пристигнали в театралната работилница. Докато разказват историята, те се местят на различни места в стаята според това къде са отишли ​​през живота си. Докато говорят, насърчете ги да демонстрират своята история чрез действия. Пътуването на всеки човек най-накрая ще завърши при знака в средата на стаята, докато всички не пристигнат там.  - Много елементи от тези истории и действия могат да дадат на фасилитаторите богат изходен материал, от който да се създават пиеси, танци, истории и песни, които да бъдат изпълнявани по-късно. |
| ***Столът на истината*** | - Поставете един стол или предмет в центъра на пространството.  - Този стол е „столът на истината“  - Участниците обикалят пространството в различни посоки.  - Фасилитаторът ще извика изявления относно проблеми, свързани с работата (фасилитаторът може да започне с няколко изявления, които са само за забавление, като начало)  - В отговор на изреченото изявление, участниците ще се поставят спрямо стола.  - Ако смятат, че твърдението, извикано от фасилитатора, е абсолютно 100% вярно, тогава те застават възможно най-близо до стола. Те дори могат да седнат на стола. Ако вярват, че твърдението е 75% вярно, тогава те се поставят малко по-далеч. Ако смятат, че твърдението е глупост, тогава се поставят възможно най-далеч от стола.  - Фасилитаторът трябва първо да покани групата да помисли как са поставени телата в пространството. Дори това ще повиши осведомеността на групата за това как поставянето ви в пространство може да засили драматичното послание.  - След това фасилитаторът може да покани хората да коментират защо са избрали да стоят там, където са. След това може да се започне някакъв дебат.  - Важно е обаче никой да не се крещи и да се ценят различията в мненията и да се уважава правото да вярваш в различни неща.  - Фасилитаторът моли групата да се раздвижи отново и извиква друго твърдение.  - Този процес продължава, докато се постигне добро ниво на дебат по различни въпроси.  - След това фасилитаторът може да предаде щафетата на различни членове на компанията, за да извикат изявления и да „ръководят“ дебата. |
| ***Кръг на историята*** | - Групата седи в кръг. Те ще създадат история заедно, като кажат по едно изречение.  - Един човек започва историята с изречение. Следващият продължава историята с изречение, следващият и т.н.  - Историята трябва да има смисъл.  - Насърчете групата да слуша внимателно какво е казано преди, кои са героите, къде се развива историята, кои обекти фигурират в историята. Насърчете групата да се придържа към параметрите на историята и да обедини всички елементи до края. |
| ***Истории от предмети*** | Ще ви трябва торба с предмети, които ще разпалят въображението на групата. Тези предмети може да принадлежат на групата, може да са намерени или закупени в района, в който се намира общността, може също да има необичайни, непознати предмети, които събуждат други възможности.  - Групата играе „кръг на историята“ по-горе, за да се подготви.  - Този път участниците не се ограничават само с едно изречение, а могат да предложат по няколко изречения.  - Участниците започват своята част от историята, като поставят ръка в чантата и без да гледат, изваждат предмет. Този предмет ще вдъхнови тяхното разказване. Те трябва да използват обекта по някакъв начин в историята.  - Следващият човек взема предмет, продължава историята, вгражда обекта си и така нататък ...  - Както и преди, историята на групите трябва да има смисъл. Участниците трябва да слушат внимателно какво се е случило преди това.  След като създадете спонтанни истории, предлагам да вземете традиционен мит или народна приказка от вашата общност и да ги драматизирате. |
| ***Покажи и разкажи историята*** | Може да искате да разполагате с прости предмети за разказване на истории, като плат, пръчки, кутии или табуретки, достатъчно здрави, за да стоите или да строите с тях.  - Групата седи в кръг. Разказвачът стои.  - Разказвачът бавно започва да разказва историята. Във всяка точка от действието участниците скачат, влизат в кръга и създават неподвижно или движещо се изображение, което изразява съответния елемент от историята.  - Започнете с използване на традиционна народна приказка. След упражнението помолете групата да идентифицира проблемите, повдигнати в историята. Сега опитайте упражнението отново, но го разкажете от гледна точка на скрити герои или герои, на които традиционно не се дава глас в историята. |
| ***Подпомогнато разказване на истории*** | Упътвания:  - Групата седи в кръг. В центъра един играч разказва история - такава, която знае или измислена.  - Публиката слуша.  - По всяко време разказвачът може да бъде заменен от зрител, ако въпросният зрител смята, че разказвачът е загубил сюжета или има нужда от спасяване.  - Ако това се случи, разказвачът трябва да седне и бива заменен от член на спасителната група. |
| ***Пилот / помощник пилот*** | Упътвания:  - Разказвачът разказва своята история не на цялата група, а лично на друг член на групата.  - След това вторият пилот интерпретира тази история обратно на групата, може би като изображение, част от движение, монолог или импровизация. Това, което се надяваме да уловим, е истинска същност.  Вторият пилот трябва да стигне до същността на чувството и емпатично да изгради образен свят около него.  - Веднъж представен, пилотът може да го оцени и да каже „Да, това заснема нещо“ или „Не, не го разпознавам“. Много често това, което откривате, е, че нещо е уловено и разпознато, но от друга гледна точка. Например вторият пилот може да се е съсредоточил върху гледната точка на друг играч в историята или по-малко очевиден драматичен момент, но такъв, който все още има чувства, свързани с него. |
| ***Емоционалната карта*** | - Упражнението се прави по двойки. Има един разказвач и един слушател.  - Разказвачът хваща слушателя за ръка и те влизат в собственото си пространство.  - Разказвачът не планира предварително какво ще разкаже, а просто извършва действието, като дръпва въображаема завеса и „вижда това, което вижда“.  - От това виждане те намират спомен от собствения си живот. Те описват какво се случва, но извън себе си: „Това съм аз, седя на бюрото си ... там е учителят ...“ Те могат да се движат около изображението, водейки партньора си за ръка.  - Партньорът мълчи. Те трябва да се стремят да разкажат колкото могат повече за това, което „виждат“, дори да влязат „вътре в главата“, за да видят допълнителни спомени, ако е необходимо.  - След това ролите се разменят и слушателят се превръща в разказвач, развеждайки партньора си около негов спомен.  - След като спомените са разказани, слушателят оставя разказвача да седне и изпълнява, черпейки от историята на разказвача.  - След това си разменят ролите. Може би всеки играч ще получи два или три шанса да се представи, като в този случай те редуват изпълнението до края на упражнението.  - В обратната връзка разказвачът може да коментира какво е разпознал. Какви аспекти на паметта са заловени? Видяха ли себе си в тази интерпретация? Или се чувстваха разочаровани, че важни аспекти са били пренебрегнати? Възможно ли е да се поемат повече рискове? В този момент разказвачът говори като публика в пиесата на своя собствен живот. Те могат да поискат повече от всичко, което решат - в края на краищата това е техният материал. |
| ***Непосредствени истории*** | - Групата се разделя между разказвачи, изпълнители и публика.  - Всеки от разказвачите се редува, за да артикулира история. Те я измислят на момента.  - При даден сигнал функцията за разказване се предава на друг разказвач.  - Междувременно изпълнителите сядат на ръба на сцената, идват в средата и разиграват историята, както е разказана.  - Те сядат и стават според изискванията на историята. |
| ***Мостът*** | - Важно е да имате правилния брой играчи за това упражнение; четири, осем или шестнадесет.  - Предварително е зададена тема за упражнението.  - Всеки играч отива отделно до своето място в стаята. Те решават кои са, къде са и какво правят – във връзка с темата. Например, ако темата е „работа“, действието на техните герои трябва да се свързва по някакъв начин, героят да работи или да избягва работа.  - След това те „репетират“ кратък момент на действие.  - След това всеки играч се сдвоява с друг и всеки показва на другия какво е създал.  След това обсъждат как сцените могат да бъдат съчетани. Те трябва да ги свържат в една и съща кратка пиеса. Преходът за свързване може да бъде между сцените или преди или след двете сцени.  Всеки начален момент трябва да се запази „такъв, какъвто е“ - да не се поврежда. (Ако вторият играч е пилот на самолет, който търси черната си кутия след катастрофа, тогава този момент трябва да се свърже с този на безработната жена, която брои фактури.)  - Когато всяка двойка съедини сцените си, те се обединяват с друга двойка и процесът се повтаря.  - И накрая, група от четирима или осем може да се „покаже“ на друга група от четирима или осем.  - Вариант: Няма тема, но всеки отбор от четирима получава инструкции за героите. Например, един герой е загубил нещо, един е намерил нещо, един търси нещо и един е на път да загуби нещо. |
| ***Колективно разказване на истории*** | Един участник започва да разказва история, друг продължава, след това трети, докато всички се включат.  Друга група едновременно представя историята невербално.  Въображението не познава граници. В по-нататъшния ход на съвместната театрална работа акцентът все повече се поставя върху съдържанието. Един участник разказва нещо, което му се е случило, останалите първоначално описват инцидента невербално или с текст. Едва след като завършат описанието си, разликите с преживяната ситуация се обсъждат, участникът може да сравни своето поведение в описаната реална ситуация с това на актьорите. |