

Τίτλος δραστηριότητας	Περιγραφή
Θάρρος ή αλήθεια;	<p>Όλοι κάθονται κυκλικά στο πάτωμα. Εάν θέλετε, μπορείτε να κάνετε μια προσωπική ερώτηση σε άλλο άτομο στον κύκλο. Ο ερωτώμενος μπορεί να επιλέξει μεταξύ αλήθειας ή θάρρους. Αν επιλέξει την αλήθεια, πρέπει να απαντήσει στην ερώτηση με ειλικρίνεια. Ωστόσο, αν δεν θέλει να απαντήσει στην ερώτηση επειδή ξεφεύγει από τα διακριτικά όρια, μπορεί να επιλέξει το θάρρος. Στη συνέχεια, ο ερωτών πρέπει να επινοήσει μια μικρό καθήκον που πρέπει να εκτελέσει ο ερωτώμενος. Εάν το αίτημα υπερβαίνει τα διακριτικά όρια του παίκτη που ερωτήθηκε, μπορεί να πει "βέτο" και να αρνηθεί το αίτημα. Σε αυτή την περίπτωση, το εν λόγω άτομο έχει περάσει δύο φορές τα εσωτερικά όρια του αντιπάλου του και «έχασε» καθώς ο στόχος αυτού του παιχνιδιού είναι να αξιολογήσει το άλλο άτομο όσο το δυνατόν σωστά. Το τελευταίο βήμα στον τελικό γύρο είναι να ακούγεται η εσωτερική προοπτική. Οι παίκτες ανταλλάσσουν είτε σε μεγάλες ομάδες είτε σε ζευγάρια στις ακόλουθες ερωτήσεις: Πότε (υπό ποιες συνθήκες) αποκαλύπτω πολλά; Πότε αποκαλύπτω λίγα; Πότε λέω την αλήθεια; Πότε κρύβω κάτι; Γιατί;</p>
Το ταξίδι μου μέχρι εδώ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Τοποθετήστε ένα αντικείμενο ή σημειώστε ένα X στο κέντρο του χώρου όπου κάνετε το εργαστήριο. Αυτό αντιπροσωπεύει το εδώ και τώρα.</li> <li>- Κάθε μέλος της ομάδας θα επιλέξει ένα σημείο στο δωμάτιο που αντιπροσωπεύει το μέρος που γεννήθηκε. Για παράδειγμα αν γεννήθηκε πολύ κοντά στο σημάδι ( στο μέρος που βρίσκεστε) , διαλέγει ένα σημείο κοντά σε αυτό. Αν γεννήθηκε σε ξένη χώρα ή άλλη περιοχή, θα είναι πιο μακριά. - Ξεκινώντας από τον τόπο που αντιπροσωπεύει τον τόπο γέννησής του, κάθε μέλος της ομάδας θα πάρει 5 λεπτά (ή περισσότερα αν έχετε χρόνο) για να πει την ιστορία του πώς έφτασαν στο θεατρικό εργαστήριο. Καθώς αφηγούνται την ιστορία, μετακινούνται σε διαφορετικά μέρη στο δωμάτιο ανάλογα με το πού πήγαν στη ζωή τους. Καθώς μιλούν, ενθαρρύνετέ τους να δείξουν την ιστορία τους με πράξεις. Το ταξίδι κάθε ατόμου θα τελειώσει τελικά στο σημάδι στη μέση του δωματίου μέχρι να φτάσουν όλοι εκεί.</li> <li>- Πολλά στοιχεία αυτών των ιστοριών και δράσεων μπορεί να δώσουν στους διαμεσολαβητές πλούσιο υλικό πηγής από το οποίο θα δημιουργήσουν θεατρικά έργα, χορούς, ιστορίες και τραγούδια για να τα παίξουν αργότερα</li> </ul>

Η καρέκλα της αλήθειας	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Τοποθετήστε μια καρέκλα ή ένα αντικείμενο στο κέντρο του χώρου.</li> <li>- Αυτή η καρέκλα είναι η "καρέκλα της αλήθειας"</li> <li>- Οι συμμετέχοντες περπατούν στον χώρο προς διαφορετικές κατευθύνσεις.</li> <li>- Ο συντονιστής θα πει κάποιες φράσεις που σχετίζονται αρνητικά με το εργαστήριο (ο συντονιστής μπορεί να ξεκινήσει με μερικές ευχάριστες, αστείες δηλώσεις στην αρχή</li> <li>- Σε αντίδραση στη φράση που ειπώθηκε καλούνται οι συμμετέχοντες να τοποθετηθούν σε σχέση με την έδρα.</li> <li>- Εάν πιστεύουν ότι η φράση που είπε ο συντονιστής είναι απολύτως 100% αληθινή, τότε στέκονται όσο πιο κοντά μπορούν στην καρέκλα. Μπορούν ακόμη και να καθίσουν στην καρέκλα. Εάν πιστεύουν ότι η φράση είναι 75% αληθινή, τότε τοποθετούνται λίγο πιο μακριά. Εάν πιστεύουν ότι η φράση είναι ανοησία, τότε τοποθετούνται όσο το δυνατόν πιο μακριά από την καρέκλα.</li> <li>- Ο συντονιστής θα πρέπει να προσκαλέσει την ομάδα πρώτα να σκεφτεί πώς έχουν τοποθετηθεί στο χώρο. Ακόμη και αυτό θα αυξήσει την επίγνωση της ομάδας για το πώς η τοποθέτηση του εαυτού τους σε έναν χώρο μπορεί να ενισχύσει ένα δραματικό μήνυμα.</li> <li>- Ο συντονιστής μπορεί στη συνέχεια να προσκαλέσει τους συμμετέχοντες να σχολιάσουν γιατί επέλεξαν να σταθούν εκεί που βρίσκονται. Μπορεί τότε να ξεκινήσει κάποια συζήτηση.</li> <li>- Είναι σημαντικό, ωστόσο, να μην επιδοκιμάζεται κανείς και να εκτιμώνται οι διαφορετικές απόψεις και να γίνεται σεβαστό το δικαίωμα να πιστεύει κανείς διαφορετικά πράγματα.</li> <li>- Ο συντονιστής ζητά από την ομάδα να μετακινηθεί ξανά και κάνει μια άλλη δήλωση.</li> <li>- Αυτή η διαδικασία συνεχίζεται έως ότου επιτευχθεί ένα καλό επίπεδο συζήτησης για διάφορα θέματα.</li> <li>- Ο συντονιστής μπορεί στη συνέχεια να παραδώσει σε διάφορα μέλη της εταιρείας να κάνουν δηλώσεις και να «προεδρεύσουν» στη συζήτηση.</li> </ul>
------------------------	--

Ο κύκλος της ιστορίας	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Η ομάδα κάθεται σε κύκλο. Θα δημιουργήσουν μαζί μια ιστορία λέγοντας μια πρόταση ο καθένας.</li> <li>- Ένα άτομο ξεκινά την ιστορία με μια πρόταση. Ο επόμενος συνεχίζει την ιστορία με μια πρόταση και ο επόμενος κ.ο.κ.</li> <li>- Η ιστορία πρέπει να έχει νόημα.</li> <li>- Ενθαρρύνετε την ομάδα να ακούσει προσεκτικά τι έχει ειπωθεί πριν, ποιοι είναι οι χαρακτήρες, πού διαδραματίζεται η ιστορία, ποια αντικείμενα εμφανίζονται στην ιστορία. Ενθαρρύνετε την ομάδα να παραμείνει εντός των παραμέτρων της ιστορίας και να συγκεντρώσει όλα τα στοιχεία μέχρι το τέλος.</li> </ul>
-----------------------	---

<p>Οι ιστορίες των αντικειμένων</p>	<p>Θα χρειαστείτε μια τσάντα με αντικείμενα που θα εξάψουν τη φαντασία της ομάδας. Αυτά τα αντικείμενα μπορεί να ανήκουν στην ομάδα, μπορεί να έχουν βρεθεί ή να έχουν αγοραστεί από την περιοχή, μπορεί επίσης να υπάρχουν ασυνήθιστα, άγνωστα αντικείμενα που θα αφυπνίζουν και άλλο τη φαντασία.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Η ομάδα παίζει τον «κύκλο ιστορίας» παραπάνω για να προετοιμαστεί.</li> <li>- Αυτή τη φορά οι συμμετέχοντες δεν περιορίζονται σε μία μόνο πρόταση, μπορούν να πουν μερικές προτάσεις ο καθένας.</li> <li>- Οι συμμετέχοντες ξεκινούν την ενότητα της ιστορίας βάζοντας ένα χέρι στην τσάντα και χωρίς να κοιτάζουν παίρνουν ένα αντικείμενο. Αυτό το αντικείμενο θα εμπνεύσει την αφήγηση τους. Πρέπει να χρησιμοποιήσουν το αντικείμενο με κάποιο τρόπο στην ιστορία.</li> <li>- Το επόμενο άτομο παίρνει και αυτό ένα αντικείμενο, συνεχίζει την ιστορία χτίζοντάς την με το αντικείμενό του και ούτω καθεξής ...</li> <li>- Όπως και πριν, η ιστορία των ομάδων πρέπει να βγάζει νόημα. Οι συμμετέχοντες πρέπει να ακούν προσεκτικά τι έχει ειπωθεί πριν.</li> </ul> <p>Αφού δημιουργήσετε αυθόρμητες ιστορίες, προτείνω να πάρετε έναν παραδοσιακό μύθο ή μια ιστορία από την κοινότητά σας και να τον ζωντανέψετε,</p>
-------------------------------------	--

<p>Δείξε πες την ιστορία</p>	<p>Μπορεί να θέλετε να έχετε διαθέσιμα απλά αντικείμενα αφήγησης, όπως ύφασμα, μπαστούνια, κουτιά ή σκαμπό αρκετά δυνατά για να σταθείτε ή να χτίσετε με αυτά. - Η ομάδα κάθεται σε κύκλο. Ο αφηγητής στέκεται.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ο αφηγητής αρχίζει σιγά σιγά να λέει την ιστορία. Σε κάθε σημείο της δράσης οι συμμετέχοντες πηδούν, μπαίνουν στον κύκλο και δημιουργούν είτε μια ακίνητη είτε μια κινούμενη εικόνα που εκφράζει αυτό το στοιχείο της ιστορίας.</li> <li>- Ξεκινήστε χρησιμοποιώντας ένα παραδοσιακό λαϊκό παραμύθι. Μετά την δραστηριότητα ζητήστε από την ομάδα να εντοπίσει τα προβλήματα που τέθηκαν στην ιστορία. Τώρα δοκιμάστε ξανά την δραστηριότητα, αλλά λέγοντάς την από την άποψη κρυμμένων χαρακτήρων ή χαρακτήρων στους οποίους δεν δίνεται παραδοσιακά φωνή στην ιστορία.</li> </ul>
------------------------------	--

<p>Υποστηριζόμενη διήγηση παραμυθιών</p>	<p>Κατευθύνσεις:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Η ομάδα κάθεται σε κύκλο. Στο κέντρο, ένας παίκτης λέει μια ιστορία - μια που ξέρουν ή μια που επινοούν.</li> <li>- Το κοινό ακούει.</li> <li>- Ανά πάσα στιγμή, ο αφηγητής θα πρέπει να αντικαθίσταται από έναν θεατή, εάν αυτός ο θεατής πιστεύει ότι ο αφηγητής έχει χάσει την πλοκή ή χρειάζεται βοήθεια. - Εάν συμβεί αυτό, ο αφηγητής πρέπει να καθίσει και αντικαθίσταται από το μέλος της ομάδας που εκδήλωσε ενδιαφέρον να βοηθήσει.</li> </ul>
<p>Κυβερνήτης/ συγκυβερνήτης</p>	<p>Κατευθύνσεις:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ο αφηγητής λέει την ιστορία του όχι σε ολόκληρη την ομάδα αλλά ιδιωτικά σε ένα μέλος της ομάδας.</li> <li>- Στη συνέχεια, αυτό το μέλος (συγκυβερνήτης) ερμηνεύει αυτή την ιστορία πίσω στην ομάδα, είτε ως εικόνα ή ως κίνηση, ή με έναν μονόλογο ή έναν αυτοσχεδιασμό. Αυτό που ελπίζουμε να συλλάβουμε, είναι μια αληθινή αίσθηση.</li> </ul> <p>Ο συγκυβερνήτης πρέπει να φτάσει στο βασικό συναίσθημα και να κατασκευάσει με ενσυναίσθηση έναν κόσμο εικόνων γύρω του.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Μόλις παρουσιαστεί, ο πιλότος (αρχικός αφηγητής) μπορεί να το αξιολογήσει και να πει "Ναι, αυτό καταγράφει κάτι" ή "Όχι, δεν το αναγνωρίζω". Πολύ συχνά αυτό που διαπιστώνεις είναι ότι κάτι αποτυπώνεται και αναγνωρίζεται αλλά από άλλη οπτική γωνία. Για παράδειγμα, ο συγκυβερνήτης μπορεί να είχε επικεντρωθεί στην οπτική γωνία ενός διαφορετικού παίκτη στην ιστορία ή σε μια λιγότερο προφανή δραματική στιγμή, αλλά σε μια στιγμή που εξακολουθεί να έχει συναισθήματα.</li> </ul>
<p>Ο χάρτης των συναισθημάτων</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Η δραστηριότητα γίνεται σε ζευγάρια. Υπάρχει ένας αφηγητής και ένας ακροατής. - Ο αφηγητής παίρνει τον ακροατή από το χέρι και επιλέγουν το χώρο τους.</li> <li>- Ο αφηγητής δεν σχεδιάζει εκ των προτέρων τι πρόκειται να πουν, αλλά απλώς κάνει την ενέργεια να παραμερίσει μια φανταστική κουρτίνα και να «βλέπει αυτό που βλέπουν».</li> <li>- Από αυτό, βρίσκουν μια ανάμνηση από τη ζωή τους και περιγράφουν τι συμβαίνει αλλά έξω από τους εαυτούς τους: «Αυτός είμαι εγώ, κάθομαι στο γραφείο μου... εκεί είναι ο δάσκαλος...» Μπορούν να κινηθούν γύρω από την εικόνα, οδηγώντας το ζευγάρι τους από το χέρι.</li> <li>- Το άλλο μέλος μένει σιωπηλό. Θα πρέπει να στοχεύουν να πουν όσα περισσότερα μπορούν για αυτό που «βλέπουν», ακόμη και να πηγαίνουν «μέσα στο κεφάλι» για να δουν περαιτέρω αναμνήσεις, αν χρειαστεί.</li> <li>- Στη συνέχεια οι ρόλοι αντιστρέφονται και ο ακροατής γίνεται αφηγητής, φέρνοντας τον άλλο τώρα γύρω από μια ανάμνησή τους.</li> <li>- Μόλις εξιστορηθούν οι αναμνήσεις, ο ακροατής λέει στον αφηγητή να καθίσει και ακολούθως δραματοποιεί/παιζει την ιστορία που άκουσε από τον αφηγητή.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Μετά αντιστρέφουν τους ρόλους. Ίσως κάθε παίκτης να έχει δύο ή τρεις ευκαιρίες να εκτελέσει, οπότε θα εναλλάσσεται μέχρι το τέλος της άσκησης.</li> <li>- Στην ανατροφοδότηση, ο αφηγητής μπορεί να σχολιάσει αυτό που αναγνώρισε. Ποιες πτυχές της μνήμης επιλέχθηκαν; Είδαν τον εαυτό τους σε αυτή την ερμηνεία; Ή ένιωσαν απογοητευμένοι που αγνοήθηκαν σημαντικές πτυχές; Θα μπορούσαν να είχαν αναληφθεί περισσότεροι κίνδυνοι; Σε αυτό το σημείο, ο αφηγητής μιλάει ως κοινό στο έργο της δικής του ζωής. Μπορούν να ζητήσουν περισσότερα από ό,τι επιλέξουν - τελικά, είναι το υλικό τους</li> </ul>
--	--

Μίμηση ιστοριών	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Η ομάδα χωρίζεται μεταξύ αφηγητών, ερμηνευτών και κοινού. – Ένας ένας από τους αφηγητές με τη σειρά εξιστορούν μια ιστορία την οποία συνθέτουν στη στιγμή.</li> <li>- Μετά από ένα σήμα, η αφήγηση μεταβιβάζεται σε άλλον αφηγητή.</li> <li>- Εν τω μεταξύ οι ερμηνευτές, κάθονται στην άκρη της σκηνής, μπαίνουν στη μέση και παίζουν την ιστορία όπως την ακούνε.</li> <li>- Κάθονται και σηκώνονται σύμφωνα με τις απαιτήσεις της ιστορίας.</li> </ul>
-----------------	--

Η γέφυρα	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Είναι σημαντικό να έχετε τον σωστό αριθμό συμμετεχόντων για αυτήν τη δραστηριότητα. Τέσσερις, οκτώ ή δεκαέξι.</li> <li>- Το θέμα είναι προκαθορισμένο για την δραστηριότητα.</li> <li>- Κάθε συμμετέχοντας πηγαίνει χωριστά στον δικό του χώρο στο δωμάτιο. Αποφασίζουν ποιοι είναι, πού είναι και τι κάνουν - σε σχέση με το θέμα. Για παράδειγμα, αν το θέμα είναι «εργασία», η δράση των χαρακτήρων τους πρέπει να συνδέεται με κάποιο τρόπο, να δουλεύει ή να αποφεύγει την εργασία.</li> <li>- Στη συνέχεια «κάνουν πρόβα» μια μικρή στιγμή δράσης.</li> <li>- Μετά από αυτό, κάθε συμμετέχοντας γίνεται ζευγάρι με έναν άλλο και ο καθένας δείχνει στον άλλο τι έχει δημιουργήσει.</li> <li>- Στη συνέχεια συζητούν πώς θα μπορούσαν να γεφυρωθούν οι στιγμές. Πρέπει να τα συνδέσουν στο ίδιο σύντομο παιχνίδι. Το κομμάτι της γέφυρας θα μπορούσε να έρθει μεταξύ των στιγμών ή πριν από και τα δύο ή μετά και τα δύο.</li> <li>- Κάθε αρχική στιγμή πρέπει να διατηρείται "όπως ήταν" - όχι αλλοιωμένη. (Αν ο δεύτερος παίκτης είναι πιλότος αεροσκάφους που αναζητά το πίσω κουτί του μετά από μια συντριβή, τότε αυτή η στιγμή πρέπει να γεφυρωθεί με εκείνη της άνεργης γυναίκας που μετράει τιμολόγια)</li> <li>- Όταν κάθε ζευγάρι έχει ενώσει τα κομμάτια του, ενώνονται με ένα άλλο ζευγάρι και η διαδικασία επαναλαμβάνεται.</li> <li>- Τέλος, μια ομάδα τεσσάρων ή οκτώ μπορεί να «δείξει» σε μια</li> </ul>
----------	---

	<p>άλλη ομάδα τεσσάρων ή οκτώ.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Παραλλαγή: Δεν υπάρχει θέμα, αλλά σε κάθε ομάδα τεσσάρων ατόμων δίνονται οδηγίες χαρακτήρων. Για παράδειγμα, ένας χαρακτήρας έχει χάσει κάτι, κάποιος έχει βρει κάτι, κάποιος ψάχνει για κάτι και κάποιος πρόκειται να χάσει κάτι.</li> </ul>
<p>Συλλογική αφήγηση</p>	<p>Ένας συμμετέχων αρχίζει να λέει μια ιστορία, ένας άλλος συνεχίζει, μετά ένας τρίτος μέχρι να εμπλακούν όλοι.</p> <p>Μια άλλη ομάδα παρουσιάζει ταυτόχρονα την ιστορία μη λεκτικά.</p> <p>Η φαντασία δεν γνωρίζει όρια. Στην πορεία της κοινής θεατρικής δραστηριότητας, η έμφαση δίνεται όλο και περισσότερο στο περιεχόμενο. Ένας συμμετέχων λέει κάτι που του συνέβη, οι άλλοι αρχικά περιγράφουν το περιστατικό μη λεκτικά ή με κείμενο. Μόνο όταν ολοκληρώσουν την περιγραφή τους, συζητηθούν οι διαφορές στην βιωμένη κατάσταση, ο συμμετέχων μπορεί να συγκρίνει τη συμπεριφορά του στην περιγραφόμενη πραγματική κατάσταση με αυτή των ηθοποιών.</p>