

SPEKTAKLE WŁĄCZAJĄCE SENIORÓW

CHĘĆ ZASPOKOJENIA POTRZEB OSÓB STARSZYCH I WŁĄCZANIA ICH W ŻYCIE SPOŁECZNE BYŁA IMPULSEM DO STWORZENIA PROJEKTU „SENIORALNE PORUSZENIE PRZED SCENĄ I NA SCENIE”, WYKORZYSTUJĄCEGO WIDZOAKTORSTWO I METODĘ DRAMY. TO JEDNA Z CIEKAWSZYCH FORM TERAPEUTYCZNO-KULTURALNYCH, DZIĘKI KTÓREJ UDAŁO SIĘ ZAANGAŻOWAĆ SENIORÓW W REALIZACJĘ TWÓRCZYCH PRZEDSIĘWZIĘĆ.

dr Nina Woderska, Kinga Mistrzak

Projekt „Senioralne poruszenie przed sceną i na scenie” polegał na realizacji warsztatów dramowych, w których uczestniczyli seniorzy. Ich zadaniem było wypracowanie autorskiego scenariusza improwowanego spektaklu przeznaczonego dla swoich rówieśników. Aktywni seniorzy wystawili dwa przedstawienia w poznańskich domach pomocy społecznej. Improwizacja i zastosowana metoda dramy zachęciły mieszkańców DPS-ów do aktywnego udziału w spektaklach.

PO PIERWSZE DIAGNOZA

Bardzo ważne było przeprowadzenie diagnozy, na którą złożyły się rozmowy eksperckie z seniorami, badania sondażowe zrealizowane w poznańskich klubach seniora, obserwacja uczestnicząca w wydarzeniach dla seniorów, a także rozmowy z osobami odwiedzającymi Centrum Inicjatyw Senioralnych oraz z pracownikami domów pomocy społecznej.

Dzięki temu można było poznać potrzeby osób w wieku senioralnym oraz stworzyć

adekwatną propozycję ich zaspokojenia do zaimplementowania w domach pomocy społecznej.

Wnioski po przeprowadzeniu diagnozy:

- » widoczny jest deficyt twórczych form aktywności, które są realizowane przez seniorów i dla seniorów,
- » seniorzy zazwyczaj znajdują się przed sceną, a nie na scenie (występy w DPS-ach często realizowane są przez młodzież i dzieci),
- » osoby w wieku senioralnym sygnalizują potrzebę rozrywki, przy czym preferują zabawę przy muzyce, taniec, ruch, kabaret,
- » wśród senierek i seniorów można wyróżnić grupę osób szczególnie aktywnych, którym bycie jedynie odbiorcami wydarzeń nie wystarcza, są to osoby wyjątkowo twórcze i chętnie dzielące się swoją pasją,
- » wśród senierek i seniorów można wskazać również osoby o umiarkowanej aktywności, które chętnie biorą udział w różnego rodzaju wydarzeniach,

- jednak same z siebie nie wychodzą poza rolę widza,
- » w opozycji do tych dwóch grup występują seniorzy zależni, których aktywność jest znacznie ograniczona (jak mieszkańcy DPS-ów),
 - » dla senierek i seniorów zazwyczaj występują osoby młode/młodsze, a nie ich rówieśnicy, co może umacniać ich w roli widzów, a nie aktywnych uczestników wydarzeń,
 - » seniorzy wskazują na potrzebę poszerzenia ofert klubów, większej aktywizacji jej członków,
 - » seniorzy wskazują na potrzebę integracji, pogłębienia i wzmocnienia więzi oraz relacji wśród osób starszych.

INKLUZJA SPOŁECZNA I NIE TYLKO

Niebywałą rolę odgrywa tutaj **inkluzja seniorów zależnych**, która polega na umożliwieniu seniorom powrotu do społeczeństwa, udziału w życiu społecznym – także

kulturalnym. Celem inkluzji społecznej jest więc ograniczenie liczby osób pozostających na marginesie życia społecznego lub będących poza nim z powodu wykluczenia. To istotne, by uświadomić mieszkańcom DPS-ów, jakie drzemią w nich zasoby, a tym samym zachęcić ich do angażowania się w różnorakie przedsięwzięcia.

Projekt miał na celu pokazanie seniorom, w jaki sposób mogą skutecznie podejmować i realizować działania, ale także odpowiednio komunikować ich potrzebę. Często bowiem osoby starsze nie wiedzą, jak mają pokazać, że są aktywne, ważne dla społeczeństwa.

Z projektu wynika, że kultura powinna stać się dla seniorów elementem dającym im szansę do dialogu, polem konstruowania pytań, wspólnego szukania odpowiedzi. Oferty kulturalne stwarzają szansę do samorozwoju osób w wieku senioralnym, zwiększenia ich samooceny, pewności siebie. Umożliwiają również wyrażenie swoich





potrzeb i emocji bez obaw przed krytyką i odrzuceniem, sprzyjają nawiązaniu głębszych relacji. Niezwykle ważną rolę w tym modelu odgrywa otwartość dyrekcji i pracowników domu na wprowadzenie tej formy terapeutyczno-kulturalnej.

CELE PROJEKTU

Pomysłodawczyniom „Senioralnego poruszenia” zależało na zaangażowaniu osób starszych z różnych środowisk (seniorów-członków klubów seniora oraz seniorów-mieszkańców DPS-ów) do stworzenia wspólnej przestrzeni do spotkań i dialogu opartej na improwizowanych spektaklach, które będą tworzone przez i dla seniorów.

Istotne było także:

- » zaaktywizowanie osób 60+ i dotarcie do grupy „nieprojektowej”, która pierwsza nie wychodzi z inicjatywą,
- » dostarczenie rozrywki seniorom przez innych seniorów poprzez dzielenie się tym, co wynika z ich własnych pasji (seniorzy jako eksperci w swojej własnej dziedzinie),

- » podniesienie kompetencji w spontanicznym wyrażaniu siebie, dzieleniu się swoimi emocjami i swobodnym przeżywaniu radości,
- » obniżenie lęku przed narażeniem się na śmieszność, kompromitację,
- » włączenie grupy seniorów zależnych (z DPS-ów),
- » zakwestionowanie granicy pomiędzy widzem a wykonawcą występującym na scenie, tak by także odbiorcy wydarzenia poczuli się zaangażowani w jego wykonanie i odnaleźli w sobie twórczy potencjał,
- » wzmocnienie poczucie sprawstwa i zaangażowania w przebieg wydarzeń oraz dodanie śmiałości i pewności siebie w wyrażaniu swoich pomysłów.

POMYSŁ NA „PRYWATKĘ”

Dzięki realizacji projektu grupa 12 senierek i seniorów (grupa SEPOR) aktywnie uczestniczyła w warsztatach dramatycznych, podczas których opracowała scenariusz przedstawienia dla osób zależnych z DPS-ów. Tak powstał pomysł na „Prywatkę” – czyli na wydarzenie



o improwizacyjnym i kabaretowym charakterze. Jego realizacji w projekcie podjęła się trenerka dramy stosowanej Olga Stobiecka-Rozmiarek.

Ideą blisko półtoragodzinnego przedstawienia był powrót do czasu młodości, przywołanie wspomnień związanych z udziałem w prywatkach i potańcówkach. Seniorzy po części integracyjnej i improwizacyjnej zostali zaproszeni przez aktorów do wspólnych tańców w rytm przebojów z dawnych lat. Mieszkańcy DPS-ów zaangażowali się w taneczną część wydarzenia. Do wspólnego tańca włączyły się także osoby poruszające się na wózkach inwalidzkich czy o kulach.

ZACHĘCENIE DO AKTYWNOŚCI

Z początku seniorzy zależni byli zaskoczeni formą inscenizacji, niepewni swojej roli, ale w miarę upływu czasu podejmowali kolejne aktywności – np. odpowiadali na pytania, wykonywali wspólne ćwiczenia czy też zaangażowali się w dyskusję o wspomnieniach z młodzieńcych lat.

Dzięki aktywnemu udziałowi seniorów w warsztatach (a następnie w próbach) doszło do osiągnięcia kolejnych założeń projektu, czyli do:

- » **podniesienia kompetencji** uczestników warsztatów w wyrażaniu siebie, dzieleniu się swoimi emocjami,
- » **wzmocnienia pewności siebie** w spontanicznym wyrażaniu siebie oraz swobodnym przeżywaniu radości,
- » **obniżenia lęku** przed narażeniem się na śmieszność, kompromitację.

Osiągnięcie tych kompetencji o charakterze edukacyjnym i rozwojowym deklarowali uczestnicy projektu w anonimowych ankietach.

PROJEKT NA MIARĘ OCZEKIWAŃ

Dla niektórych uczestników i obserwatorów projektu zaskakująca mogła być siła improwizacji i metod dramowych, a także moc ruchu i tańca. Delikatny kontakt fizyczny i ruch ciała (także ciała na wózku inwalidzkim czy ciała osoby z niepełnosprawnościami) mają niesamowitą siłę przełamywania barier. Te narzędzia sprawdzają się w pracy z grupą seniorów aktywnych, a także w kontakcie z seniorami zależnymi.

Wartościami dodanymi projektu były także:

- » duża identyfikacja uczestników z grupą SEPOR (oddolna potrzeba nadania sobie nazwy, chęć dalszego kontynuowania działań, przenoszenie ich nie tylko na teren DPS-ów i klubów seniora na terenie Poznania, ale także poza województwem),
- » spotkanie/kontakt aktywnych seniorów z grupy SEPOR z osobami zależnymi mieszkającymi w DPS-ie (przebywanie w tym samym budynku, bardzo bliskie spotkanie z jego mieszkańcami oparte na rozmowie i wspólnym tańcu wywarło na seniorach z grupy SEPOR bardzo silne wrażenie),
- » przełamanie stereotypów przez poznanie realiów działania tego typu placówek opieki społecznej, a także uświadomienie sobie tego, z jak dużymi niepełnosprawnościami psychofizycznymi i w jakich warunkach żyją ich rówieśnicy,
- » realizacja spektakli włączających wywoływała w nich (w trakcie oraz po przedstawieniu) silne emocje, którymi dzielili się na forum grupy,
- » nawiązanie głębszych relacji pomiędzy seniorami z grupy SEPOR, które rozwijały się poza projektem, w niektórych przypadkach na stopie prywatnej.

TWÓRCZE DZIAŁANIA

Przedstawienia w DPS-ach były przede wszystkim polem do wspólnych działań twórczych seniorów aktywnych i zależnych, podczas których:

- » zakwestionowano granicę pomiędzy widzem a wykonawcą występującym na scenie, tak by odbiorcy wydarzenia poczuli się zaangażowani w jego wykonanie i odnaleźli w sobie twórczy potencjał,
- » seniorzy dostarczyli rozrywkę swoim rówieśnikom,
- » częściowo zaangażowano seniorów z DPS-u w przebieg wydarzeń oraz dodano im śmiałości i pewności siebie w wyrażaniu swoich emocji.

Wnioski te oparto na obserwacji uczestniczącej, wypowiedziach pracowników DPS-ów oraz wypowiedziach samych seniorów zależnych, którzy uczestniczyli w przedstawieniu.

PODSUMOWANIE

Dzięki realizacji warsztatów improwizowanych udało się z powodzeniem wprowadzić do DPS-ów **nową formę o charakterze terapeutyczno-kulturalnym**, która angażuje mieszkańców tych jednostek opieki społecznej, nie pozostawiając ich – jak dotychczas – w roli biernego uczestnika występów tam realizowanych. Warto wskazać na innowacyjny charakter takich działań, który z początku spotkał się z zaskoczeniem ze strony seniorów zależnych. Jednak z czasem seniorzy zaczęli rozumieć koncept improwizacji i włączać się (pozostając w swojej strefie komfortu) w proponowane aktywności.



Po więcej artykułów omawiających projekty realizowane przez dr Ninę Woderską w DPS-ach zapraszamy na elektroniczną platformę na rzecz uczenia się dorosłych w Europie EPALE, której jest ambasadorką. Platforma jest miejscem, w którym edukatorzy osób dorosłych, w tym seniorów, mogą znaleźć inspiracje, propozycje nowych rozwiązań oraz sposoby motywowania dorosłych do nauki (www.ec.europa.eu/epale/pl/).



Grupa SEPOR nie zakończyła swojej działalności. W lipcu zaplanowana została kolejna edycja projektu – tym razem dla uczestniczek i uczestników poznańskich klubów seniora, dziennych domów pomocy społecznej oraz ŚDS-ów.

Placówki zainteresowane udziałem i przyjęciem grupy SEPOR prosimy o kontakt pod adresem mailowym: mistrzak.kinga@gmail.com lub kontakt@ninawoderska.pl.

Autorem zdjęć wykorzystanych w artykule jest Piotr Bedliński

NINA WODERSKA

Doktor nauk społecznych w zakresie pedagogiki. Badaczka i trenerka edukacji obywatelskiej. Animatorka działań wolontaryjnych i senioralnych. Cały czas poszukuje nowych inspiracji i zawodowych wyzwań, dlatego w 2019 r. otworzyła Pracownię Integracji Pokoleń. Ambasadorka EPALE



KINGA MISTRZAK

Animatorka, artystka, kognitywistka. Instruktorka intermedialnych warsztatów rozbudzających indywidualny potencjał twórczy osób w różnym wieku. Autorka projektów z zakresu animacji i edukacji kulturowej. Pracuje w Centrum Inicjatyw Senioralnych w Poznaniu

