



Pufizzunk együtt a világra! Milyen hatással lehet a művészet a kamaszok személyiségfejlődésére? – Tanulmány a Tanulságokról

BAJKA-BARABÁS Réka

La Perla Egyesület

office@pufi-theatre.ro

Abstract: Let's Pufizing the world! How can Art affect the Personality Development of Teenagers? – A Study about the Lessons Learned

Pufi Theatre is a unique theatre-project in Transylvania. Pufi reaches out to her audience through mime shows, school projects and different programs involving TIE (Theatre in Education). Since the beginnings, October 12, 2015, "Pufi and her little ones" had 424 shows with workshop all around the country. The workshops for adults try to present the way how to use effectively the complex instruments of theatrical arts and mime. There are important aspects of self-knowledge, of building communities and improving abilities shown through different plays and tasks. At this conference we explore what's the effect of making art with youngsters for their personal development.

Keywords: *Theatre in Education; Mime; Play; Pufi Theatre; Personal development*

A Pufi Színház 2015. október 12-én mutatta be első színházi nevelési előadását Tuszánodon. Azóta 424 foglalkozással egybekötött előadásra került sor Erdély városaiban, falvaiban. A felnőtteknek szóló műhelymunkákon a színházművészet, a pantomim és a pedagógia komplex eszköztáranak eredményes felhasználását bontakoztatjuk ki. Adott élethelyzeteken keresztül önismereti-, közösségépítő- és különböző készségfejlesztő foglalkozásokra kerül sor. Jelen tanulmányban főként azt járjuk körbe, hogy milyen hatással lehet a művészet a kamaszok személyiségfejlődésére.

Tanulmányomat a gyerekekkel, kamaszokkal és felnőttekkel végzett úgymond „pufizásaimra” és különféle szakértői meglátásokra alapozom. Elsősorban színész vagyok, továbbá Pufi, egy kamasz manó és nem utolsósorban intenzíven kiképzett drámatanár. Fontos számomra a színházi nevelés útját járni, továbbá a szívet meg az észet összehangban működtető kezdeményezések után keresgélni. Műhelyvezetőként lényegesnek találok úgy az általam megtervezett foglalkozás részletes bemutatását, motivációim feltárását, mint a résztvevők részéről érkezett visszaigazolások publikálását. A lábjegyzeteket, füljegyzeteket nem áll módomban kihagyni, ezen felül bátorítom a kedves olvasót saját szívjegyzeteinek rögzítésére.

A Pufi Színház megalakulásakor elhatároztam, hogy nem fogok felnőttekkel foglalkozni, nekik előadást készíteni, képzést tartani, mert csakis a gyermeki lelkiület az, ami megérti a pantomim finom, csendes világát és félő, hogy a színházi nevelés lepereg egy kész egyéniséggel, princípiumokkal rendelkező felnőtt komoly elvekkkel, előítéllettel körülvevett várfaláról. A tantermi turnézásaim során viszont hamar kiderült számomra,



hogy nem elég a gyermekek lelkébe élményeket írni, a felnőtteken múlik, hogy beengedik-e egyáltalán a Pufi Színház nevelési programját az osztályokba. A legaggasztóbb helyzet a felső tagozatos diákok esetén állt elő, amikor már a pedagógusok teljesen lemondtak a kamaszok nyitottságáról, nevelhetőségéről. Magyartanárok, osztályfőnökök, iskolaigazgatók hosszú sora utasította el az előzetesen két évre tervezett Pufis programot, megfosztva a kiskamaszokat az egyszeri találkozás lehetőségétől is. Amikor sikerült valahogyan belopnom a kis manót az V–VIII. osztályos tanulókhoz, megbénított a reakciók sekélyessége, a párbeszédre való hajlam csökkenése és az őszinte reakciók szinte teljes hiánya az előadás és az azt követő foglalkozás alatt. Ki kellett dolgoznom egy olyan programot, mely ráhangoló játékokkal kezdődik, hogy az előadás idejére fellazulhassanak a diákok, nyitottá váljanak egyfajta mágikus valóság befogadására. Kisebb-nagyobb sikerekkel efféle felépítésű programokkal járom az országot és puhítom a kamaszságot.

Egy szívszorító esetet aztért hadd osszak meg a kedves olvasóval: Székelyföld egyik csücskében, aznap a harmadik Pufi és pöttömségei előadásra készülve az általános iskola felső tagozatosainak kezdtem el a „cooling down” típusú játékaimat bevezetni, körben állva. Nagyon koncentráltam, hogy a jól felépített gyakorlatsort végigvigyem, alig néztem a résztvevők szemébe, hisz kamaszok, könnyen kikölkenthetnek egy fintorral vagy gúnyos mosollyal. Amikor vettem a bátorságot szembenézni a játszótársaimmal, nemhogy unalomra hajazó gesztust, de semmit nem láttam rajtuk. Álltak, robotikusan végezték utánam a testkoordinációs gyakorlatokat, arcuk sápadt, tekintetük üveges volt. Addig próbálkoztam a szakszerűséggel, amíg majdnem teljesen csődöt mondtam. Egyszer csak előtört belőlem egy gyerekdal, el kezdtem dúdolni. Egy-két lány félénken csatlakozott, majd egyre többen és többen, jöttek a basszusok, mígnem teljes kacagásban törtünk ki. A langaléta kosárlabdás fiú, aki a falkavezér szerepét töltheti be az osztályközösségben, egyszer csak elkezdett egyfajta kacsatáncot, mi pedig teljes mellbedobással beálltunk a mókába, és énekeltük a *Tó vize, tó vize csupa nádszál* című dalocskát.

Sokszor azt gondoljuk, hogy a kamaszok nevelését a művészeteken keresztül valahogyan „modernkedve” kell kitaposnunk, holott az egyszerű rigmusok, játékok azok, amelyek segítségével egy kis időre megszabadulhatnak a kamaszsággal járó szorongástól, lázadástól, a szélsőséges érzelmi megnyilvánulások feszültségétől. Azóta is sokszor gyerekdallal készülök a kamasz közönséghez, sőt, a felnőtteket is a bennük élő gyermeket megszólítva érem el.

Ha összegeznem kellene, hogyan működik, a *Pufizzunk együtt a világra!* című kezdeményezés, akkor a bennünk élő gyermek megszólítását emelném ki kulcsfontosságú lépésként. Akármekkora a növünk széltében vagy hosszában, mindig bennünk lesz az örök gyermek, aki már alig várja, hogy megszeretgessék. Lassan, finoman kell közelednünk mindenkihez, elvégre a mindennapok súrlódásai, sebei óvatosságra intenek, mert nem ismerjük egymás történetét, nem tudhatjuk, hogy mi van például egy helyes, ügyes kamaszlány morcosságának hátterében. Csakis szeretve lehet nevelni, az ősbizalmat játékosan életre hívni. A játék az a terep, ahol biztonságban, jól



meghatározott keretek között mozoghatunk, és Platónnak tulajdonított, már szinte közmondás szerű kijelentése szerint többet megtudhatunk egymásról egy óra játék, mint egy év beszélgetés alatt.” Bár a patinás bölcsességek manapság már közhelyesen hangzanak, véleményem szerint mégis óriási jelentőséggel bírnak és bátran kapaszkodhatunk beléjük. Minden egyes pufis program végeztével rámosolyog egy-egy ilyen kaliberű aforizma, melyből visszaigazolást nyerhetek. Sőt, színházi műhelymunkát vegyes életkorú közönségnek csakis ilyen jellegű bölceletekre, aforizmákra építtem, melynek következtében elmélyült beszélgetések, csodás egymásrahangelődások tanuja lehettem. A hatvanéves nagymama egy számára idegen kamaszfiúval való páros gyakorlat véghezvitele után olyan élményeket osztott meg velünk, hogy mi is katartikus állapotot éltünk meg egy nemrég megszervezett esélyegyenlőségi fesztivál keretében. Helyes, megengedett vagy veszélyes az effajta megnyílás idegen emberek között egy drámapedagógiai eszköztárat működtető program esetében?

Tari Annamária pszichológus figyelmeztet bennünket az érzelmi inkontinencia jelenség felbukkanását illetően (Tari, 2017, 196). Kutatásai alapján a mai kor embere vagy erőteljesen elnyomja az érzelmeit vagy pedig túlságosan kiteszi azokat mindenféle szűrők igénybevétele nélkül. A jelenséget kockázatosnak ítéli meg, mivel hamarkodottan posztolunk a közösségi média különböző területein, az undort vagy az örült állapotjelöléseket meggondolatlanul szórjuk szét a virtuális világban. Időt sem adunk egy-egy túlfokozott érzelmi hatás leülepedésére, feldolgozására, továbbá személyiségünk fejlődésének egyik fontos lépcsőfokát hagyjuk ki. Bereczki Enikő ifjúsági és generációs szakértő főként az Y és Z generációt félti a jelenség ártalmaitól (Bereczki, 2018). Nekem Pufiként az a tapasztalatom, hogy a színházi nevelés adta lehetőségek hozzájárulnak egy tudatos énkép kialakításához, a rejtett érzelmek felszínre hozásához és igazi emberi kapcsolatok kiépítéséhez. Önnevelő jellegűek a szerepjátékok, a maszk mögé bújások és a pantomimes gyakorlatok korosztálytól függetlenül. Annál több lehetőségem van kapcsolódni egy adott közösséghez, minél nyíltabbak az érzelmi megnyilvánulások. Ott, ahol vagy a pedagógus elnyomásának köszönhetően, vagy valamilyen más korlátozó hatalom létének hatására visszafogják magukat a gyerekek, a fiatalok, számomra nehezebb igazi párbeszédet, interakciót kezdeményezni velük. Példaként és vészjelzőként osztom meg egy budapesti magániskolában tartott programom tapasztalatát, ahol a második kisiskolások még csak el sem mosolyodtak az előadásom gag jellegű viccein, féltve magukat a pedagógus ítékezésétől, aki karba font kézzel nézte végig a programot és jelét sem adta tetszésének. Utólag kiderült, hogy tulajdonképpen a pedagógus szorongott, hogy vajon a másfél éves munkájának megvan-e a gyümölcse, érzem-e külsőként, hogy ő a csapatszellem kialakításán fáradozik, és vajon az osztálya csapatként „jól veszi-e a lapot?” A feldolgozó résznél, ahol nem az iskolapadokban ültek, hanem bemozdulhattak, helyet cseréltek, a művészet, a színház végre nem valami szokatlan, távolinak tűnő világról szólt, ahol passzív szemtanúkként ültek a fapadokban, valami megváltozott. Alkotótársakká váltak a tanítónénivel együtt, végtelen szabadságot éltek meg, ahol nem



volt veszélyben a személyiségük, megítéltségük, az osztályközösség feloldódott a játék világában, és közös erővel munkálkodtak a feladott rejtvény megoldásán.

Fontosnak találtam a konferencia résztvevőinek is bizakodó élményeket és bármikor előkapható oldott-áldott gyakorlatokat bemutató foglalkozást vinni. Oldott, mert a játék oldásos akció-reakció, áldott, mert a drámapedagógia nagyjai áldásukat adták az összegyűjtött játékokra és azokra, akik továbbfejlesztik a konkrét közösségi igényekhez, játékhelyzetekhez mérten.

Test-elme-szív élenkítésnek nevezem a drámapedagógia „cooling down” vagy „warming up”-szerű gyakorlatait. A testkoordinációs blokkot egy pantomimes gyakorlattal zártuk, melynek során falat építettünk, és ki-ki a saját fantáziájára hagyatkozva kellett átjusson a fal túlsó oldalára. Itt már mindannyian éreztük, hogy bármi megtörténhet, ha átlépjük a falainkat. Az élmények megosztásakor további biztatásokat fogalmaztak meg a résztvevők. Beszédgyakorlatok, légzőgyakorlatok, nyelvtörök következtek sok mosoly kíséretében, s az egyik résztvevő kiegészítette a rekeszizom beazonosításának gyakorlatával a sort. Azóta is beépítem a további foglalkozásaimba az ott tanult canto gyakorlatot. Jegyzeteimben a „név+gesztus 5 perc” szerepel következő pontként, majd „Ez nem egy bohócorr, hanem egy...” kötött mondatkezdéses, tárgyanimációs, képzeletet megmozgató gyakorlat. A Dixit kártyás ön-, és társismereti részben mindenki elmondhatta, hogy miért ezt a műhely választotta, melyek az elvárásai, és milyen területen, korcsoporttal szeretné hasznosítani az itt tanultakat.

Vettem a bátorságot, egy pár héttel korábbi, eszköztelenül elpróbált Pufi a fergetegben előadást ülve, csak arcjátékkal és apró, visszafogott mozdulatokkal mutattam be a műhely résztvevőinek. Könnyedén tudtam őket instruálni, mert amikor kértem, hogy húnyják be a szemüket, egyből sikerült, nem mint a kamaszok esetén szokott történni intimebb, csendesebb légkör megteremtésekor. Résztvevőim pontosan érezték, hogy mikor szeretnék kinyitani a szemüket, volt, aki szinte végig csukott szemmel „nézte” az előadást. Azóta is hálás vagyok az élményért, mert bebizonyosodott számomra, hogy nem minden a technikai pontosságon és eltűzött gesztusokon múlik a pantomimben, hanem egy értőbb közönség már egyenesen szív alapú egymásrahangoaltságot is képes átélni Pufival. Innen már csak egy rövid élménymegosztás s suhantunk át az egyik legizgalmasabb részhez, mely során egy pillanatnyi önvizsgálódásra adódott lehetőség, a Pufi Színház zeneszerzőjének, Barabás Tamásnak a muzsikáját hívva segítségül (Barabás *Lack*, 2018). Az előadás világához kapcsolódó, kissé bonyolult cetlik kiosztása következett, melyeket egy csillámos kalapba gyűjtöttem össze. A cetlin ez a három kérdés szerepelt:

1. Elragad a fergeteg (nyitottan hagyom), mi az első szó, ami megszületik benned? (hangutánzó, hangulatfestő szó is lehet)
2. Mi a megállapításod? Mit kérdezel?
3. Mit határozol? Mit lépsz? Mit döntesz?



Egy páros jelenetes, improvizációs rész után felolvastam a válaszokat és hihetetlen nagy kontrasztokra lettem figyelmes: volt, akinek pozitív jelenséssel bírt a fergeteg, és volt, akinél félelmet és múltbéli szerelem felidézését hozta elő. Itt eszembe jutott egy Down-szindrómás kislány, aki az egyik előadásomon magára terítette édesanyja áttetsző vállkendőjét, amikor meghallotta az előadásban szereplő kihangosított szívdobogást, s onnan kísért figyelmével a további fergetegeken át.

Néma, maszkos egyszemélyes, karakterformáló és térhasználatot tudatosan igénybevevő gyakorlat volt a következő. Majd az előző gyakorlatban kialakított párok cseréltek, és egy zárómondat kihúzása után körülbelül 8 perc múlva jelenetet mutattak be. A *ki, hol, mikor, hogyan, mi történik* kérdésekre kellett választ adniuk a jelenet felépítése és bemutatása által, végül egy utolsó élmény megosztás, egy pár fotó készítése következett.

Két írásos visszajelzést olvashatnak a jelenlévőktől:

„Játékba csalogató pantomim helyzettel indult a műhely: szinte észrevétlenül váltunk az előadás részévé, az előadó szó szerint belecserkészt mindannyiunkat a játékába: mire észbe kaptunk volna, már nyakig benne voltunk mindannyian a mókában. Színes, alaposan átgondolt, élményekben dús, dinamikus együttlétnek lehettünk részesei. A bemutatott, változatos játékok nemcsak serdülőkorúakkal való foglalkozás során alkalmazhatóak: jómagam óvónőként is gazdagodtam olyan ötletekkel, amelyeket az életkori sajátosságokhoz igazítva óvodáskorúakkal is alkalmazhatok. Köszönjük szépen, Pufi!” (résztevő)

Élménybeszámoló

„A nyáron lehetőségem adódott részt venni a Pufi Theatre által felnőtteknek megszervezett műhelymunkán, amelyet Bajka-Barabás Réka vezetett. A tevékenység színhelye a marosvásárhelyi színművészeti egyetem volt. A műhelymunkán a színházművészet, a pantomim és a pedagógia komplex eszköztárainak eredményes felhasználását bontakoztatták ki. Adott élethelyzeteken keresztül önismereti, közösségépítő és különböző készségfejlesztő gyakorlatra került sor.

A tevékenység egyik legfontosabb célja a művészet hatásának megvizsgálása volt a kamaszok személyiségfejlesztésére vonatkozóan. Nagyon sok választékos és változatos játékokra és rövid szerepjátékokra is sor került. Volt A típusú gyakorlatsor és ennek több fajtája, mint például, mintha játék, koncentrációfejlesztő gyakorlatsor, készség és képességfejlesztő gyakorlat, térkitöltő játék stb. A szerepjátékban nekem is lehetőségem adódott szereplőként bevonódni. A gyakorlatsorokat a résztvevőkkel együtt végeztük. A résztvevők többségében színészek, tanárok voltak. Számomra nagyon



hasznos és hatékony tevékenység volt, úgy gondolom, hogy nagyon sok új, érdekes és hasznos dolgot tanulhattam, amit a tanári munkámban is hasznosíthatok, akár az osztályfőnöki munkát is segíthetik. A tevékenységvezető, Réka, nagyon ügyesen próbált minket rávezetni a tevékenységre, játékokra, színjátszásra fokozatosan levezetve a feszültséget, amit az ilyen jellegű tevékenységek okozhatnak a nem színész résztvevők számára. Réka, a pozitív kisugárzásával minket is jókedvre derített, annak ellenére, hogy a tevékenység időpontja délután volt. Felüdülve mentem haza a tevékenységről, egyáltalán nem éreztem magam fáradtnak az ott eltöltött néhány óra után.

Úgy gondolom, hogy az ilyen jellegű tevékenységek nagyon hasznosak színészek, pedagógusok számára, de nem csak, mindenkinek ajánlanám, akik felnőttekkel vagy gyerekekkel dolgoznak. Nagyon hasznos volna gyakrabban szervezni ilyen jellegű továbbképzőket, műhelymunkákat, tanfolyamokat, amelyek a tanárokat is kimozdítanák a sablonos oktatás kereteiből, és lehetőséget biztosítanak színesebb, érdekesebb órák megszervezésére. Nagyon örülök, hogy részt vehettem ezen a tevékenységen, és bátran állítom, hogy ha még lehetőségem adatik részt venni ilyen tevékenységen, bármikor szívesen részt vennék.” (résztevő)

Összegzés

Kamaszosnak, felnőttnek tudunk látszani, tudunk bizony okosságokat egybe gyűjteni, de milyen jó néha megnyílni, egymásnak segítő jobbot adni, rácsodálkozni, kérdezni, főként pedig játszani. A tanulmány megírása során egy lényeges kérdés fogalmazódott meg bennem, mint Pufiban, színészen és drámatanárnak. Innen folytatom utam és várom a következő megmértetéseket: Merek-e igazából gyerek lenni?

Végezetül pedig nézzék meg Marcel Marceau Youth, Maturity, Old age and Death jelenetét 1965-ből. (Marceaux, 2012)

KÖNYVÉSZET

BERECZKI, Enikő, 2018. *Milyenek is a 21. századi kamaszok?*

https://panpeterstop.blog.hu/2018/11/29/a_duna_tv-ben_a_21_szazadi_kamasz_okrol_beszeltgettunk_more14404030 (letöltés dátuma: 2018. december 15).

TARI, Annamária, 2017. *Bátor generációk*, Tericum Kiadó, Debrecen.

A zene és gesztusok szemléltetésére felhasznált anyagok

BARABÁS, Tamás, 2018. *Lack*, <https://soundcloud.com/t-barabass/lack> (letöltés dátuma: 2018. április 2).

MARCEAUX, Marcel, 2012. *Youth, Maturity, Old Age And Death*, <https://www.youtube.com/watch?v=OIU-LmoT6a0> (letöltés dátuma: 2018. április 2).