

## ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ПЛЕЙБЕК-ТЕАТРУ В РОБОТІ З ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИМИ ОСОБАМИ

*Савінов Володимир Вікторович,  
молодший науковий співробітник Інституту соціальної  
та політичної психології НАПН України,  
психолог Будинку дитячої творчості Подільського району м. Києва,  
керівник Відділення плейбек-театру ВГО “Арт-терапевтична  
асоціація”, Київського плейбек-театру “Дежа вю плюс”,  
секції гештальт-терапії Київської філії УСП,  
Української школи плейбек-театру (Київ)*

Метою даного аналізу буде пошук особливостей виступу плейбек-театру для групи ВПО. Чи змінюється структура та динаміка перформансу? Які теми та феномени слід обходити стороною, а які акцентувати? На що варто особливо звертати увагу, аби не зачепити загострені почуття і не спричинити ретравматизації? Де шукати психологічний ресурс і яким чином? Які важливі психологічні нюанси у взаємодії з переселеними сім'ями, дітьми? Як відновитися самим, якщо травматичні історії дуже зачепили плейбек-команду?.. Над цими запитаннями намагатимемося поміркувати.

Отже, плейбек-театр починається з **позиціонування** для аудиторії, яке варто робити з **акцентом** не на психологічних ефектах, а **на самому мистецькому дійстві, театрі**. Особливістю становища переселених людей є не лише психологічні труднощі, а на сьогодні, й насиченість, якщо не перенасиченість, психологічною допомогою. При цьому інші соціально-побутові проблеми є основною, суб'єктивно найближчою реальністю, з якою треба поратись, вправлятися, тому психологія/психотерапія/тренінг часто сприймаються як щось не зовсім обов'язкове, додаткове, ба й “невчасно” відволікаюче від основних турбот виживання. Театр є більш зрозумілим, традиційним заняттям, тому, з нашого досвіду, люди готові з більшим ентузіазмом виділити час на перегляд перформансу, спектаклю чи як його ще назвати. Наші приїзди до них, наприклад, ми описували як виступ “театру імпровізації реальних історій глядачів”.

Знаючи основні особливості аудиторії, про них варто ніби “забути”, тобто **не створювати у групі жодних настанов**, не формувати очікування історій, наприклад, про горе, психологічні травми, політи-

ку, неприйняття умов життя, обуреність на когось, почуття жалості і т. д. Йти до аудиторії у стані “табула раса”, “чистого листа”, який готовий точно сприйняти будь-яку історію, не очікуючи чогось конкретного, зокрема й негативного. Тим більше, що у людей, які живуть в стресових умовах, пригнічене почуття довіри, оскільки ті, хто приходить допомагати, не пережили всього, що довелося пережити їм. Тож кондактору варто також ставитись до аудиторії без жодних специфічних настанов, а у вступному слові відмежуватися від упередженої позиції, чітко знати і нейтрально **донести свою зацікавленість, мету плейбек-театру і роль у спілкуванні** з ними.

Для використання плейбек-театру з метою реагування на психо-соціальні потреби ВПО варто користуватись і напрацюваннями фахівців з психологічної допомоги, терапії ПТСР та ускладненого горювання, корекції, супроводу тощо. Так, наприклад, у моделі реабілітації біженців “Йди” угорського фонду “Корделія” фахівці відвідують найбільш психічно травмованих людей прямо вдома (на їхній житловій площі, напр., в притулку для біженців) задля **психологічного ефекту “господаря”**, коли постраждали відчують хоч якусь владу й контроль, що символізує для них “перше безпечне місце” [3, с. 28] у нових нестабільних умовах вимушеного переселення.

У плейбек-театрі для переселених осіб так само: дуже важливо підкреслювати, що саме “ми прийшли до вас у гості”, “це ваш дім, ваша територія”, а по змісту дійства – також **акцентувати, що** й “перформанс знаходиться **під вашим контролем і владою**, оскільки, за ритуалом, саме ви задаєте зміст всього того, що відбуватиметься на сцені...”. Крім того, **розподіл відповідальності** як принцип психологічної допомоги (у т. ч. профілактики споживацтва) також варто підкреслювати у плейбек-театрі – ми для вас робимо перформанс, а ви для нас що? Розповідатимете власні історії...

Для травматичних історій, які потенційно можуть бути розказані, варто спочатку **сформуувати** надійний ґрунт – **психологічний ресурс**, до якого можна буде в будь-який момент апелювати у важких моментах перформансу. Звідки його взяти? Це абсолютна творчість кондактора, про що запитувати і яким чином спрямовувати аудиторію на початку перформансу, але при цьому можна підкреслювати, скласти одна до одної “цеглини” позитивних, ресурсних відгуків/почуттів глядачів: про стан прямо “тут і тепер” в аудиторії, про повсякденні вирішувані турботи, про переваги перебування в цьому місці прожи-

вання та соціальному середовищі (наприклад, нові знайомства, щирих друзів, поновлення сімейних зв'язків, розрив нездорових стосунків [2, с. 62]), про приємні моменти з минулого, надихаючі плани і мрії для майбутнього, “дрібні” успіхи й радощі теперішнього тощо.

Коли аудиторія вже насичена психологічними ресурсами – висловлене найбільш актуальне, зіграні почуття залу, дві-три малих форми, проговорено спільні позитивні чи умовно позитивні моменти, лише тоді можна переходити до повної “свободи” глядачів. При цьому варто усвідомлювати, що травмована аудиторія – це не те саме, що травматична історія. Хоча другі можуть виникнути у окремих оповідачів, але вони не об'єктивуються, не будуть розказані, якщо не буде створено **достатніх соціально-психологічних умов** – довіри, щирості, відкритості, прийняття, неспішності тощо. Те саме і з **темпоритмом** розповідей – варто бути більш терплячими в очікуванні дозрівання наступної історії, не заважати їй виникнути, а оповідачеві – наважитись вийти і розповісти... Іноді паузи можуть бути удвічі, утричі більшими, ніж на пересічних плейбек-перформансах, нехай вони будуть нерівномірними, але у тиші народжується суттєве.

І тут ми користуємось **принципом клубка ниток** – не можна підганяти і “тягнути” аудиторію “за язика”, от розкажіть нам про найважливіші історії, які вас турбують, діліться тими ситуаціями, де вам було найтяжче, розкажіть про головну проблему чи психологічну травму, будьте якомога щирішими й відвертішими і т. і. А якщо сформувалася справжня довіра, то глядачі самі дійдуть до розповіді найважливішого, найбільючішого, того, у чому їм насправді потрібна психологічна підтримка. І **динаміка перформансу**, послідовність історій не відрізняється від традиційної, тобто **вибудовується в умовну параболу** (U-образну арку), де зміст розгортається від поверхні до глибини або, точніше, від легкого, позитивного до важкого, негативного – і потім знову на “поверхню”, у ресурсну ситуацію, з виходом оптимізм, свідому рівновагу, можливо, через самокритику та гумор. Як у постмодерній арт-терапії, коли “дії кожного перетворюються в значущу подію для всіх, що зачіпає почуття кожного” [1, с. 34], не завадить підкреслювати значущість цієї спільності і мати на увазі оновлену наративну структуру даної групи. Цю **параболічність** спільної **червоної стрічки** перформансу варто уважно і вдумливо **прослідковувати кондактору** для того, щоб: зрозуміти, як пов'язані історії одна з однією, іноді проговорюючи ці зв'язки; вчасно відчувти, оповідача з якою історією викликати наступ-

ним; зробити акценти-зв'язки у плейбек-інтерв'ю, погоджуючи/запитуючи цю інтерпретацію з кожним оповідачем; вловити “найвагомішу” історію перформансу – яка і дуже психологічно важка і водночас достатньо спільна для всіх, аби приділити їй більшої уваги, певним чином пропрацювати; побачити, коли треба завершувати – не раніше історії-“відповіді” на найважчу історію, але й не пізніше потужного позитивного виплеску, зрозумілого для оповідача і такого, що поділяється більшістю аудиторії; сформулювати (обрати спільно з глядачами) точну, лаконічну і зв'язну назву перформансу, а також червону стрічку-оповідь про нього: що розповідали, чим же ми живемо зараз, як починалося і до чого прийшли.

Саме розігрування у плейбек-театрі найважчих (зазвичай “найвагоміших” у перформансі) історій – окрема тема [див.: 6]. Тут зазначаємо лише те, що методологічно відновлення життєвої неперервності (когнітивної, міжособистісної, функціональної та особистісної) – важливий орієнтир психологічної допомоги тим, хто пережив психотравмуючі події [2, с. 67–68]. А оскільки плейбек-театр сприяє створенню наративу, тобто зв'язної оповіді про себе, то саме під час оповіді та її візуалізації, втілення на сцені **відбувається і робота над відновленням неперервності** життя глядачів. Загалом, якщо плейбек-команда справді знаходиться у режимі служіння, намагання щиро зрозуміти та втілити суть кожної історії, то, як показали наші емпіричні дослідження, **спрацьовуватимуть такі основні відновлювальні ефекти**: 1) знаходження нових зв'язків між складовими травматичної історії, тобто часткова переінтерпретація ситуації із самостійним виявленням прихованих ресурсів; 2) відчуття підтримки з боку інших людей завдяки переживанню почутості, розділеності емоційного стану; 3) власне катарсичний ефект, коли актори виражають почуття людини, які вона не в змозі самостійно і повно виразити; 4) ефект відстороненості, “неучасті” – підкріплення розуміння людиною того, що вона вже не знаходиться у пережитій ситуації [7, с. 142]. Ми сподіваємося, що у плейбек-театрі перегляд найважчих ситуацій, в т. ч. втрати, з поступовим виходом на психологічний ресурс також сприятиме психологічному відновленню, не нашкодивши оповідачеві.

Багато історій звучать про родини та близьких людей, оскільки переселення – це обов'язково зміна психологічного простору особистості, розставання з родичами, інше коло й розпорядок спілкування, трансформації стосунків у сім'ї та ін. Так, наприклад, у вимушено пе-

реселених дітей дуже вірогідне погіршення стосунків з батьками через пережиті обставини та важке звикання до нових умов життя, часто відбувається захисне витіснення “неприємних відтінків взаємин”, змінюється типова поведінка у стосунках, природно сформована – “безпечна” (надійна) або “амбівалентна” (умовно ненадійна) – прив’язаність дітей до матері (чи, рідше, батька) порушується, набуваючи ознак “уникаючого” типу (ненадійного) [4, с. 61]. Відбувається так звана “психологічна інкапсуляція” дітей, з іншого боку, конфлікти з батьками обумовлені тим, що *діти трошки швидше й легше адаптуються* до нових соціальних умов, а батьки, не поспішаючи за ними, намагаються утримати попередні усталені взаємини. Тобто *відновлення здорової прив’язаності дітей до батьків*, обережної відкритості, щирості у почуттях та взагалі можливості їх проговорювати – точка контролю плейбек-театру під час виступів для ВПО, якщо там є родини з дітьми.

Був цікавий випадок, коли одна з груп ВПО самі дописали на афіші нашого перформансу “тільки для дорослих”. Можливо, після першого виступу, зрозумівши, яким чином все відбувається і які у нас створені можливості для них, дорослі хотіли розповідати свої найбільш важкі історії, які не можна чути дітям? А можливо, вони підсвідомо відчували, що самі адаптуються повільніше за дітей, і тому більше потребують підтримки? Хто знає...

Сама соціально-психологічна адаптація, як відомо, має чотири основні стратегії: інтеграція, асиміляція, сепаратизм та маргіналізація, залежно від комбінування ідентичності вже існуючої та нової, ближчої до теперішнього соціального середовища. Найбільш здоровою в психологічному відношенні вважається стратегія *інтеграції* [5, с. 83], коли особистість включається в оновлене середовище, не полишаючи при цьому свою ідентичність, тобто гармонійно поєднуючи “збережене старе” з “вимушеним новим”. Тобто у виступі плейбек-театру для даної аудиторії *не бажано*: підсилювати власну активність та ініціативність, а радше стимулювати ці якості у глядачів; підкреслювати свою автономність, більше відшуковуючи спільне між театром і аудиторією; і *бажано*: пам’ятати про важливість ідентифікації глядачів як з персонажами, так і з самим акторами, тобто критерії глибини розуміння суті історії та достовірності й влучності її втілення ставити на перше місце, а креативність, яскравість, артистизм – на друге; почуватись компетентним у тому, що робимо, а саме: чітко знати мету плей-

бек-театру, його цінність для глядачів, всі правила і обмеження, психотерапевтичні ефекти і естетичну роль тощо.

### Література:

1. *Вознесенська О. Л.* Арт-терапевтичний простір постмодерністського часу / Олена Вознесенська // Простір арт-терапії : зб. наук. статей / УМО НАПН України, ВГО “Арт-терапевтична асоціація” ; [редкол. : Лушин П. В., Чуприков А. П. та ін.]. – К. : Золоті ворота, 2013. – Вип. 1 (13). – С. 26–37.

2. *Гундертайло Ю. Д.* Арт-терапевтичні технології надання психологічної допомоги внутрішньо переміщеним особам : розд. 7 / Ю. Д. Гундертайло // Способи підвищення соціально-адаптивних можливостей людини в умовах переживання наслідків травматичних подій : метод. рек. / НАПН України, Ін-т соц. та політ. психології ; за наук. ред. Т. М. Титаренко. – Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2017. – 80 с. – С. 61–69. – Режим доступу: <http://lib.iitta.gov.ua/708240/>

3. *Лазос Г. П.* Психотерапія постраждалих внаслідок тортур: огляд сучасних досліджень та психотерапевтичних моделей / Лазос Г. П. // Актуальні проблеми психології. Т. III : Консультаційна психологія і психотерапія : зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України / за ред. Максименка С. Д. – К. : Логос, 2017. – Вип. 13. – 264 с. – С. 8–46. – Режим доступу: <http://lib.iitta.gov.ua/711158/>

4. *Омельченко Я. М.* Відновлення безпечних стосунків психотерапевта з дітьми внутрішньо переміщених родин / Омельченко Я. М. // Актуальні проблеми психології. Т. III : Консультаційна психологія і психотерапія : зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України / за ред. Максименка С. Д. – К. : Логос, 2017. – Вип. 13. – 264 с. – С. 46–73. – Режим доступу: <http://lib.iitta.gov.ua/711158/>

5. *Плескач Б. В., Уркаєв В. С.* Соціально-психологічні аспекти психотерапевтичної допомоги внутрішньо переміщеним особам / Б. В. Плескач, В. С. Уркаєв // Актуальні проблеми психології. Т. III : Консультаційна психологія і психотерапія : зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України / за ред. Максименка С. Д. – К. : Логос, 2017. – Вип. 13. – 264 с. – С. 74–91. – Режим доступу: <http://lib.iitta.gov.ua/711272/>

6. *Савінов В. В.* Важкі історії в плейбек-театрі: ресурс теперішнього для прийняття минулого / Савінов Володимир // Простір арт-терапії: творча інтеграція та трансформація в епоху плинного модерну : матер. XV міжнар. міждисциплін. наук.-практ. конф. (м. Львів, 16–18 лютого 2018 р.) / за наук. ред. А. П. Чуприкова, Л. А. Найдюнової, О. Л. Вознесенської, О. М. Скар. – Львів : ЛНУ ім. І. Франка, 2018. – 196 с. – С. 171–173. – Режим доступу: <https://www.academia.edu/36138956/>

7. *Савінов В. В.* Идеи об игре травмы в плейбек-театре / Владимир Савинов. – Режим доступу (з 15 серпня 2016 року): [https://vk.com/topic-118203482\\_34606378](https://vk.com/topic-118203482_34606378)