

SPARKS PROJEKT - Liverpool (10.-14.April, 2015)

Alexandra Streitová

Prvý deň som si vybrala workshop s Katy Dymoke a Holly so zrakovým oslabením. Skúsenostný zážitok bol zameraný na zmysly – sluch, vôňa, teplotu. Úvod bol venovaný vnímaniu okolia, dotyku s prostredím, vnímaním ľudí okolo zrakom aj prostredníctvom dotyku.

Nasledujúce cvičenie v pároch bolo o striedaní voľného pohybu jedného z nás a blokácii partnera, ktorý sa hýbe. Po tomto cvičení vo mne rezonovala otázka dôležitosť kvality pohybu, ktorý vedie k rôznym druhom odpovedí na podnet. Je to yield/uvolnenie, či iniciácia pohybu z tohto miesta a či nasledovanie svojho pôvodného pohybu? Odpovedí na toto cvičenie je možno i viac. U mňa sa objavili tri vyššie uvedené.

Prenášanie váhy v rôznych smeroch dávalo možnosti partnerovi, aby len sledoval jemné vychýľovanie dotýkaného. To viedlo k vzájomnému naladeniu sa. Partner viac počúval a vnímal pohyb druhého, než ho inicioval.

Popoludní mal Kevin Carey (riaditeľ Royal National Institute for the Blind - RNIB) neuveriteľnú prednášku, pri ktorej využíval vlastné poznámky napísané Braillovým písmom). Spomínal sebadisciplínu - sami so sebou, spoluprácu s inými, autistickými ľuďmi. Slepí ľudia potrebujú veľkú dávku dôvery, ktorá je potrebná, aby sa pohybovali v prostredí našej spoločnosti. Vraj je štatisticky dokázané, že 2/3 slepých ľudí vo Veľkej Británii ani nevychádza von. Témy pre moje zamyslenie sú: VOĽNOSŤ A ĽAHKOSŤ POHYBU, TANEC, CITLIVOSŤ, DÁVKA MOŽNOSTÍ.

Na podvečer sme pracovali vo dvojiciach s Lisou, ktorá nám sprostredkovala svoj spôsob práce v nemocnici s ťažkými postihnutiami. Jeden človek predstavoval ju ako podporovateľa a druhý bol klient alebo pacient. Podporujúci si vybral niekoľko pomôcok (klbko vlny, stužky, roľničky a pod.) a cieľom bolo podporiť klienta/pacienta v tom, čo chce robiť. Prostredníctvom načúvania klienta, došlo k veľmi jemnému naladeniu sa navzájom, ktoré viedlo k harmonickej hre medzi oboma zúčastnenými. Tento spôsob by som rada uplatnila aj v mojej práci s malými deťmi a rovnako aj pri vzdelávaní dospelých, ktorí chcú pracovať s malými deťmi.

Druhý deň sme mali stretnutie s riaditeľom St. Vincent School, ktorý je zaangažovaný v sociálnej mestskej sfére a spolupodieľa sa na možnosti ako možno znížiť kriminalitu, zvýšiť vzdelávanie detí a podporiť deti k práci. Jeho aktivity vychádzajú z kreativity - využívať ju, ale na druhej strane aj ponúknuť ju deťom. Jeho cieľom je nachádzať u detí silné i slabé stránky. Chce viac zakomponovať tanec do vyučovania, ktorý ponúka EMA organizácia, ktorá s nimi spolupracuje už 18 mesiacov.

Po jeho vystúpení sa predstavili členovia EMA organizácie – Katy, Lisa a Paula. Lisa pracuje v nemocnici s ťažkými postihnutiami. Začala tam pôsobiť prostredníctvom jedného projektu SMALL THINGS, kde vytvárali dôkazy o pôsobení jej práce na deti. Po stretnutiach sa stretli rodičia, opatrovatelia, zdravotné sestry a diskutovali o vplyve jej činnosti na jednotlivé deti.

Paula je učiteľkou tanca a choreografkou. Skúmala Alexandrovu terapiu, Feldenkraisa. Venuje sa tancu 25 rokov. Bližšie informácie sú o nej na www.licstudio.co.uk.

Katy nám položila otázku: „Čo znamená pojem SOMATICKÝ?“ Katy ako tanečnica povedala, že je to hýbanie sa v priestore bez rozprávania. Iný tanečník doplnil, že je to vonkajší priestor bunky ako koža a my sa s ňou môžeme pohybovať. Pri práci so zrakovo oslabenými sa Katy zaoberala otázkami: ČO JE BYTIE V PRIESTORE? AKO TO MÔŽEME FACILITOVAŤ? V Dánsku zistila, že pri práci so slepými, musela zabudnúť úplne všetko o tanci. Cieľom práce so slepými bolo iniciovať pohyb z miesta, kde ho nikdy nevykonali prostredníctvom dotyku a kontaktu. BMC prístup Katy poskytol somatické pohybové vzdelávanie poznatky o svojom tele. Po jej štúdiách začala pracovať v denných centrách a nemocniciach s ľuďmi so špeciálnymi potrebami.

Ďalšia, Lucinda Jarrett pracuje s dotykom a improvizáciou v nemocnici. Zaujala ma jej myšlienka o možnosti vizualizovať, že napr. zdvíhame nohu. Je to oveľa ľahšie než povedať: Zdvihni svoju nohu! Tak je telo oveľa viac pripravené na pohyb. Instinktívne môžeme hľadať spôsob na pohyb a zároveň hľadať spojenie k sebe.

Popoludni sme sa rozdelili do malých skupín. Ja som bola v skupine, ktorej témou bolo: AKÝ JE JAZYK? ČO MU POMÁHA? Prišli rôzne nápady: ako podporiť človeka a nezničiť kúzlo, prostredníctvom vibrácie učiteľa, prelomiť bariéry a adaptovať sa, ale nestratiť svoju osobnosť, nechať priestor pre nájdenie seba, byť empatický k predchádzajúcim skúsenostiam klienta, nájsť „háčiky“ na chytenie sa navzájom, radosť nasledovať pohyb/cvičenie.

Venovali sme sa téme, čo obsahuje naša práca. Objavili sa nasledovné myšlienky: *dať ľuďom bezpečnosť, hru, našu prítomnosť, reciprocitu, improvizáciu, spoluprácu, rešpekt, prístup, zdieľanie skúseností, cestu do neznáma, ...* Jazyk používame podľa toho, v akom prostredí sa nachádzame (tanečné štúdio, nemocnica,...), či podľa aktivity (jazyk pohybu, jazyk komunikácie). Dostali sme sa aj k tomu, že zmysel našich slov často znamená niečo iné pre druhých. Nie je to jednoduché.

„Každý deň si vezmi na seba malý risk. Zvyšuje to kreativitu, posilňuje mozog.“ - Táto myšlienka ma zaujala pri práci s deťmi s menšou sebaistotou. Ako ich podporiť, aby išli do skúmania prostredia, predmetov a ľudí.

Tretí deň, v nedeľu, sme sa stretli v 300 ročnej starej budove BLUECOAT (informácie na ich web stránke). Viedla nás Mary za asistencie dvoch dám s oslabením Diany a Jenny. Pripravili pre nás ukážku ich obsahu a kvality stretnutí s veľmi zaujímavými cvičeniami (zvučanie v priestore, spojené s dychom a bez zraku a so zrakom, vydávanie zvukov prostredníctvom tela, pri nevidiacom človeku v pároch, oboznamovanie sa s predmetmi v miestnosti bez zrakovej kontroly vo dvojiciach, využitie bambusových palíc vo dvojiciach), ktoré sme si vyskúšali na sebe.

Podvečer sme si zhodnocovali celé tri dni v skupinkách. Zazneli rôzne názory na náš prístup ako napr.: môžeme ísť s vetrom i proti nemu, emócie versus zvedavosť, inšpirácia, odlišný fokus, z toho vyplývajúce rôzne spôsoby práce, možnosti a radosť na záver.

Nechať ľudí rásť v ich vlastných výberoch. Otvoriť priestor na podporu vyklíčenia nových rastlín.

Existuje nielen samotný tanec, ale tancujeme aj pri kreslení, umývaní, upratovaní, hraní sa – aj tam je veľa pohybu, pestrosti/rozmanitosti. Ja som si uvedomila, že keďže celý život je o pohybe, prečo sa mu nevenovať, aby bol ľahký, radostný, jednoducho náš?

- Nezabudnúť vytvoriť priestor pre zápornú odpoveď - „NIE“ , sa zdá dosť dôležité.
- Vytvoriť istý, uzavretý priestor pre ľudí s nejakým obmedzením.
- Snažiť sa vytvárať možnosti, môže byť často nápomocné.

Pondelok a utorok (13.,14.4.) ako kmeňový tím sme mali míting. Každý z nás mal priestor, aby nahlas povedal, kam ho projekt dovedol. Pre mňa projekt otvoril priestor nazerania do viacerých dverí inštitúcií, sedení,... s cieľom nájsť moje miesto na Slovensku v BMC prístupe a hľadať možnosti odovzdávania svojich skúseností. Proces komunikácie mysle a mozgu je o jazyku ako komunikačného kanála, o pohybe a iba bytí. Pre mňa je ľahšie komunikovať len s jedným človekom ako v celej skupine, pretože ľudia majú rôzne druhy jazyka. Ľahšie je pre mňa komunikovať so skupinou cez pohyb, ich pocity a na konci môžeme naše názory aj verbalizovať. VŠETKO JE O NÁS! – je veta, ktorá vystihuje všetky moje mobility. Rovnováha v reči vzniká, ak nájdeme rovnováhu medzi našou vnútornou a vonkajšou plochou nášho tela. Niektori z nás su viac vnútri, iní von.

Opäť sme sa vrátili k otázke jazyka z hľadiska skúseností, ktoré môžu byť s dotykom alebo pohybom. Niektorí ľudia nemusia veľa hovoriť, príp. menej počúvajú alebo sa nehýbu (pohyb im je cudzí). Aký je spôsob ich učenia? Každý z nás môže mať iný. Stretnúť sa s pohybom môže byť od seba samého alebo prostredníctvom druhej osoby, na ktorú sa pozeráme, ktorá vykonáva pohyb. A to treba akceptovať a z toho aj vychádzať ďalej.

Saška Streitová