

# Küzdelem az öregedés ellen drámapedagógiával

Isabelle Gatt, Máltai Egyetem:

**Combatting ageism through participation in a theatre-making process and performance** című írásának szemlélő fordítását Gaul Emil készítette

## Absztrakt

*Ez a cikk arról szól, hogy milyen hatással volt az öregedéssel küzdőkre a színjáték és a felkészülés a darabra. A „Váratlanul” (F’Hakka t’Għajn) című színdarab maga is az öregedésről szól és ennek a betanítását és eljátszását mutatja be a tanulmány. Színházi szakemberek csoportja dolgozott együtt hat önként jelentkező asszonnyal, akik az Aktív Idősek Központjába jártak. A forgatókönyv az asszonyok életéről, tapasztalatairól szólt, amit a dráma műhelyben elmeséltek, elénekeltek egymásnak. A főhős maga is nő volt és egy fiatal férfi színész. Az adatok, amelyek a fókuszcsoportos beszélgetésekből, a művészek naplójából és a kutatók megfigyeléseiből álltak össze, azt mutatták, hogy a felkészülés és maga az előadás is pozitív hatással volt a résztvevőkre, csökkent a magányosság érzetük, növekedett a csoport kohézió és egy kicsit „kihúzták magukat”. Sőt, mi több, a színházasdi mindenkire jó hatást gyakorolt és kitartottak mellette, a Covid 19 korlátozások ellenére, mert mindenkit mélyen érintett, erőforrást adott, és növelte az állóképességet. A darab hallgatósága körében felvett kérdőív további eredményei azt sugallták, hogy a darabban látható*

*hiteles öregedési történet áttöri a szemérmesség gátját és párbeszédet indít az idősödésről. A kutatók azt állapították meg, hogy a színjáték valószínűleg kulcsszerepet töltött be náluk abban, hogy jobban érezzék magukat, kialakuljon a csoport kohézió, és szolidaritást vállaljanak egymásért.*

## A téma

Az Ageism többnyire fiatal emberek öntudatlan védőmechanizmusa, reakciója a halálfélelemre, és az ő saját öregedésükkel járó bajokra. Ez gyakran együtt jár az öregséghez kapcsolódó előítéletekkel, és kirekesztéssel. A WHO (Globális Egészségügyi Szervezet) egy Ageism ellenes kampányon dolgozik, hogy megváltoztassa az emberek öregséget lebecsülő szemléletét (Officer & de la Fuente-Núñez, 2018). A Covid 19 járvány miatt az Ageism körül világméretű párbeszéd alakult ki. Az öregedés, különösen, ha a nőket lekezelő szexizmussal is párosul a testi-lelki egészségre nézve kritikus méretű rombolást vihet véghez (Chrisler et al 2016).



1. kép. Joe Roscoe vezényli az előadáshoz írt egyik dalt éneklő résztvevőket.

A korábbi kutatások kimutatták, hogy a dráma tréningnek és a színházi programoknak bizonyíthatóan kedvező hatása van a résztvevő idős emberek lelki egészségére és a személyiségük megerősödésére (Davis, 1985; Noice and Noice, 2009).

Az ebben a fejezetben bemutatott színházi projekt a résztvevők élettörténeteiből állt össze egy olyan darabbá, ami felmutatja az idősök vitalitását, és hozzájárulásukat a társadalmi jóléthez – egyszerűen az öregségre, mint értékre hívja fel a figyelmet.

A „Váratlanul” című egy párbeszédéből fakadt, amiben arról volt szó, hogy az életben mennyi váratlan és hirtelen fordulat van. Járvány idején ez a kifejezés még szuggesztívebbé vált. A projekt célja az volt, hogy az Aktív Idősek Központjába járókból verbuvált résztvevőknek javuljon az életminősége, életkedve, a színházi próbák alatt. Azt is tervezték, hogy a Központ többi látogatójának majd eljátsszák a darabot.

A projekt munkaterve egy hathetes intenzív műhelymunkákból és próbákból álló munkafolyamat, amiben a résztvevők színházi szakemberekkel és színészekkel dolgoznak együtt. A drámajáték, a színi előadás előkészítése a résztvevők számára is meglepő erővel és mélységgel tárta fel számukra, hogy mit is jelent az öregedés.

A résztvevők adatait a „beavatkozás” előtt rögzítették, hogy miként érzik magukat a 66 – 86 év közöttiek, és mit jelent számukra az öregedés, hogyan befolyásolja önképüket. Az eseményt követő kérdésekre adott válaszok arra adtak feleletet, hogy milyen hatást gyakorolt rájuk a színházi projekt, mit változtatott meg az életükben és életérzésükben.

A projekt közreműködői a Tevékeny Idősödés és Közösségi Gondoskodás Csoport (AACC), az Idős Polgárok Minisztériuma, konkrétan a Tevékeny Idősek Napja rendezői Siggiewi-ben és környékén.

### A F'HT project résztvevői

A Siggiewi Aktív Idősek Központja minden egyes tagját meghívta a hathetes színházi projektbe, ami előadással zárult. A 2021 márciusi vesztégzár miatt a tagok kilenc elkülönülő csoportban találkozhattak hetente egyszer. Bárki csatlakozhatott a délutáni programhoz, ami a harmadik héten már naponta tartott próbákat, de végül csak hat hölgy vállalta a részvételt a hétfői csoportból. Mind a hat asszony végig hűségesen kitartott a program mellett, ami aztán a járványügyi korlátozások miatt sokkal jobban elnyúlt, mint azt eredetileg tervezték.

Mindegyik asszony otthon lakott, néhányan egyedül, míg a többiek családban. Különböző nehézségekkel kellett megküzdeniük: az egyikük kemoterápiás kezelést kapott, a másik a fogyatékos fiát gondozta, a harmadik két fiát és a férjét veszítette el egy év alatt, a többiek sztrók utáni fogyatékoságokkal éltek. Ennek ellenére mindannyian lelkesen vetették bele magukat ebbe az új kalandba.

### Módszertan

A cikk szerzője volt a kutatás szakmai vezetője, egyben a darab producere. A vakokkal és idősekkel végzett munkában is tapasztalatot szerzett, hatalmas drámapedagógiai múlttal rendelkező Josette Ciappara igazgatta a workshopot és az előadást. A helyben élő író és dramaturg Simon Bartolo írta a szövegkönyvet. A hangmérnök és zeneszerző Joe Roscoe írta a



2. kép. Finom fizikai gyakorlatok.



3. kép. Mindfulness-gyakorlatok

zenét és ő tanította be az énekeket (1. kép). Egy fiatal színész Sean Briffa, egyetlen férfiként vett részt a produkcióban. A médiával foglalkozó csapat csupa fiatal emberből állt. Az AACC verbuválta a résztvevőket és biztosította a termet. Az előadás végül nem élőben zajlott, hanem filmre vették. Így viszont sok idősothtonba jutott el (450 megtekintés), és egyetemisták is tanulmányozhatták az alkalmazott módszereket.

A bevezető találkozón a résztvevők áttekintették az egész programot, megismerték a szakembereket, végül kitöltöttek egy kérdőívet, ami saját magukról, állapotukról és arról kérdezte őket, hogy mi motiválta a jelentkezésüket. A kutatás adatbázisa ezen kívül magába foglalta a művészek naplóbejegyzéseit, a kutatók megfigyeléseit, az előadást követő fókuszcsoporthoz tartozó megbeszélés hangfelvételét. A fókuszcsoporthoz tartozó találkozón rákérdeztek a résztvevők előzetes elvárásaira, és arra is, hogy milyen hatása volt a közérzetükre. Külön megkérdezték tőlük, hogy mi a véleményük a résztvevő művészeti programok várható hatásáról az előítéletekre, a társadalmi igazságtalanságokra és a befogadásra. A vetítések után megkérdezték az idősebb felnőtteket, hogy szerintük a módszer jó irányt jelöl-e ki az öregedés pozitív társadalmi megítélés szempontjából. Az adatokat végül hermeneutikai és fenomenológiai szempontú elemzésnek vetették alá.

### A színjáték fejlesztő hatása

Az előadás közeledtével egyre sűrűsödő próbák szelíd testgyakorlattal és agytornával kezdődtek (2. és 3. kép), hogy fejlesszék a testtudatot, és a koncentráció képességet. Aztán jöttek a csapatépítő, bemelegítő játékok, improvizációs és fantázia gyakorlatok, persze biztonságos, védő környezetben. A bizalom kiépültével a résztvevők történeteket meséltek a múltjukból, énekeltek, emléktárgyakat mutattak meg. A személyes történeteket aztán élő is kellett adni. Ezekből a kötetlen beszélgetésekből jött létre aztán a darab szövegműve.

### A színdarab írás és a próbák

A író először jegyzeteket készített a beszélgetések során, majd az igazgatóval és a producerrel együtt körvonalazták a darabot. A részleteket a szereplőkre, azok előadói képességeire és

karakterére szabták, és annyi személyes történetet illesztettek be, amennyit csak tudtak.

A történet fonala két szomszédasszony beszélgetésére fűződik fel a piacon, vagy egy presszóban. A két nő között kialakuló barátság kedvességéről, egymás támogatásáról szól és néha a féltékenységről, ami azért ugye előfordul. A piaci árus elmesél egy történetet az „ifjúság mandarinjáról”, hogy eladhasson nekik belőle. Először kapnak rajta, majd úgy döntenek, hogy mégsem vesznek belőle. Nem akarják, mert bár az ifjúság édes volt, de rengeteg aggodalommal és nehézséggel járt, amit már nem akarnak újra végig élni, jó nekik a boldog öregség úgy ahogy van. A csalárd árus ki akarja használni és rá akarja szedni a két asszonyt. A darab más részében persze megjelenik az igazmondás, becsület és sok más érték. például amikor a csalafinta árus otthon rápillant néha apja fotójára, elszégyelli magát és jó útra tér. Az efféle elmélyült pillanatok mellett a darabban bőven van humor, dalok, táncok, minden, ami kell a közönségnek.

A próbák május 26-án kezdődtek. A résztvevők izgalommal olvasták a darabot, és fellelkesültek, hogy a történeteik benne vannak, sőt saját nevükön szerepelnek! Ezeket a szövegeket persze könnyebben jegyezték meg, és jókat nevettek a vicces részekben. Az egyre sűrűsödő próbákat beszédtechnikai gyakorlatok is nehezítették, és egyre tovább tartottak. Később összefüggő jeleneteket is előadtak, majd Zoom hívás segítségével is memorizálták a szöveget. A résztvevők fegyelmezettek, koncentráltak voltak, és lelkesen vettek részt minden feladatban, például a jelmez és díszlet kiválasztásában. Az egyikük elhozott egy taligát a piacról a zöldséges jelenet még hitelesebbé tételéhez (4. kép). A lehető legjobb előadást akarták megcsinálni.

Először élő adásban gondolkoztunk, de a járvány miatt egy TV stúdióban vettük fel az egész darabot, és októberben kezdtük meg a vetítést. Az első előadáson a minisztérium, az AACC, és a programot segítő szervezetek képviselői vettek részt, majd a bemutatót követő fogadáson az előadókkal megbeszélték a darabot, az előkészítést, és a tanulságokat.



4. kép. A résztvevők otthonaikból hoztak kellékeket az előadáshoz.

### Az értékelés eredménye

Az ebben a kutatásban résztvevő idős asszonyok mindegyike, (leszámítva a 86 éveset) egyáltalán nem tartja magát sérülékenynek, sokkal inkább aktív polgárnak – amint ezt a kutatási eredmények bizonyítják. Többségük önkéntes feladatokat is vállal a családjuk ellátása, az unokák pátyolgatása mellett. Kedvtelésből vállalták a színházi munkát, mert szeretik az új kihívásokat, és érdekelte őket miként dolgoznak a profik, emellett bíztak benne, hogy ha legalább kulturálisan tevékenyek maradnak, akkor könnyebben birkóznak meg az öregséggel járó nehézségekkel, mint a magányosság és szomorúság.

### A tapasztalatok kedvező eredménye a személyes gyarapodás

A projekt végére résztvevők megnyilatkozásaiból kiderült, hogy ezt a tapasztalatot nem egykönnyen szerezték meg. A program fegyelmet, kemény munkát, sok tanulást, és sokkal nagyobb elkötelezettséget igényelt, mint azt előtte képelték. Ennek ellenére kijelentették, hogy ha lehetőség lenne rá, újra belevágnának, és javasolták, hogy a drámajátékot vegyék fel az AAC rendszeres tevékenységi körébe.

A jó hetvenes éveiben járó Doris azt mondta: „Még sohasem csináltam ilyesmit, ilyen szinten, és eddig el sem tudtam képzelni, hogy képes vagyok rá, de Josette és az egész csapat bízott bennem, és az egész olyan támogató volt, és tudták a módját, hogy segítsenek nekünk, és nem számított, hányszor kellett valamit elismételni, és mindenki olyan édes volt és türelmes, és ettől aztán meg tudtuk csinálni”. A résztvevők arról számoltak be, hogy magukénak érezték az egész projektet, mivel a saját történeteikre épült. A megvalósítás folyamatától megnőtt az önbecsülésük, egyfajta biztonságérzetet adott, és jól esett nekik, hogy értékesnek találták. „A kamerával szemben, bevilágítva sztárnak éreztük magunkat, annak ellenére, hogy remegett a lábunk.” (Gloria)

### A csoportösszetartás – a „tartozni valahová” érzése

Elmesélték, hogyan kerültek „közel egymáshoz”, milyen volt „csoportban dolgozni” úgy érezni, hogy „egy család vagyunk” és egymáshoz tartozunk: „Egyszer ott akartam hagyni az egészséget, mert a gyógyszereim miatt a délutáni munka és a pihenés hiánya nagyon próbára tett. De, amikor csak miattam átszervezték az egész napi programot, úgy éreztem, nem mehetek el, maradnom kell. Éreztem, hogy szükség van rám, és ez boldoggá tett”. (Grace). Carmen (86) azt mondta „amikor felébredek és magamra gondolok, ahogy a sánta lábammal bicegek majd haza. És akkor eszembe jut, hogy ide jövök, ami erőt ad és kikelek az ágyból. Szeretek itt lenni. Mert otthon végig csak magamban vagyok...és akkor eszembe jut, hogy próbára kell menjek... és akkor elfelejték mindent”.

### Tanulságok

A F’Hakka t’Għajn kutatás eredményeitől azt várjuk, hogy pozitívvá tegye a Tevékeny Időskorral kapcsolatos politikai nézeteket. A darab vetítése megváltoztatta a jelenlévő döntéshozók attitűdjét, az AAC azóta szerződtette a színgazgatót, így a Siggiewi központ felvette repertoárjába a drámajátékokat.

A tanulmány egy olyan kollektív színjáték kísérletről számol be, amely a társadalom „kiöregedés” felfogását kívánta megváltoztatni. A létrehozott darab a hat idős asszony megélt élményeire épült, a saját történeteiket ők maguk adták elő, énekelték, játszották el. A csoport kutató és művész tagjai számára megindító élmény volt a hat asszony azonosulása és átváltozása a próbák alatt. A színházi együttműködés mindkét fél számára előnyös volt, az a tény, hogy a járvány ellenére elkötelezettek maradtak, a kísérletet a kitartás megrendítő példájává avatta. A kapcsolat a résztvevők és a szakemberek között nem szakadt meg, akiket később is meghívtak az ACC rendezvényeire. A kutatási projekt pozitívan befolyásolta a hat résztvevőt, személyesen is gyarapodtak, és a csoport tagjaiban társakra leltek. A kísérlet másik gyümölcse az, hogy a Tevékeny Idősek Központjai felvették repertoárjukba a színjátékot és ezzel sok idős ember számára tették elérhetővé azt.

A nézők között felvett kérdőívek további szignifikáns eredményeket mutattak. A F’Hakka T’Għajn darab megtanulása és előadása, majd az azt követő diskurzus ráirányította figyelmet a „kiöregedés” tarthatatlan felfogására. A projektünk felmutatta, hogy van lehetőség a tartalmas és méltó öregségre, ahogyan valamennyi idős embertársunknak kéne élnie. Így küzdött a projektünk a „kiöregedés” téveszméje ellen.



5. kép. Igazi csapatmunka, ahogy a résztvevők a próba után átnézik a szövegbökönyvet.