

KOLEKTIV NESLADIM

Destigmatizace psychických poruch skrze divadelní tvorbu

handout k aktivitám 2023



Funded by
the European Union
NextGenerationEU



MINISTERSTVO
KULTURY



CZECH
RECOVERY
PLAN

V roce 2023 jsme se s Kolektivem Nesladim, díky podpoře v rámci **Národního Plánu Obnovy**, cíleně věnovali rozvíjení know-how a hledání nových principů tvorby při práci na destigmatizaci psychických poruch skrze divadelní projekty. Tento praktický výzkum probíhal v několika rovinách.

V první řadě jsme koncipovali a uskutečnili **tři mezinárodní online debaty**, v rámci kterých se měli možnost setkat čeští i zahraniční umělci a umělkyně, produkční, odbornice a odborníci z oblasti psychologie, i široká veřejnost. Debaty byly zaměřeny na témata, se kterými se v praxi dokumentárního divadla často setkáváme: **strategie při sběru materiálu, práce s publikem, etika a duševní hygiena**. Podněty vycházející z těchto debat budou hlavním zdrojem následujícího textu. Debaty si také můžete poslechnout v celé délce, a to prostřednictvím našich webových stránek.¹

Dále jsme během celého roku prohlubovali navázanou spolupráci s rezidenčním souborem divadla **Sala la planeta v Gironě**, který se zaměřuje na divadlo typu **verbatim** a vedou ho katalánští umělci **Elies Barbera a Marta Montiel**. Oba umělci přijeli díky programu Erasmus+ Mobility Europe na týden do Prahy pracovat s naším kolektivem a uskutečnili zde také dvoudenní dílnu určenou divadelním profesionálům a profesionálkám, studentům a studentkám. Úryvky z rozhovoru s Martou a Eliešem budou zpracovány v jednotlivých bodech níže.

Poslední rovinou bylo **mapování podobně smýšlejících uměleckých kolektivů** a divadelních souborů v rámci střední a západní Evropy, kterým jsme naše rešerše začínali. Na základě tohoto průzkumu jsme také zvali hosty a hostky do debat zmíněných výše. Seznam a kontakty na několik vybraných organizací s vámi sdělíme v poslední části tohoto shrnutí. Tuto síť budeme rozvíjet i nadále.

Následující text má za cíl sloužit jako pomůcka k orientaci v problematice umělecké tvorby zaměřené na destigmatizaci a je určen profesionálům a profesionálkám z oblasti performativního umění. Dělí se do tří krátkých kapitol, které se obsahově vztahují **výhradně k tvorbě dokumentárního divadla, tematicky zaměřeného na psychické poruchy** a jejich destigmatizaci: **Nejčastější výzvy při tvůrčím procesu, Na co se zaměřit v budoucnosti, Podobně smýšlející organizace**.

¹ [SÉRIE ONLINE DEBAT: DIVADLO A DESTIGMATIZACE MENTÁLNÍCH PORUCH | Kolektiv Nesladim](#)

1. Nejčastější výzvy při tvůrčím procesu

Do přípravy série debat jsme vstoupili s několika tématy, na které průběžně při tvorbě narážíme, a ve kterých jsme se chtěli myšlenkově i prakticky posunout. První z takových oblastí je **budování důvěry a bezpečný prostor**.

Pokud tvůrci zaměřující se na dokumentární divadlo pracují s výpověďmi žijících lidí, musí si na začátku práce vytvořit pracovní protokol. Otázka důvěry, etiky a zároveň interpretace a objektivitě při získávání informací a práci s příběhy, je v tomto případě zásadní. Mnozí z nás začínají kontakt s vypovídajícími prolomením ledů – získáním důvěry pomocí sdílení vlastního osobního příběhu. Česká spisovatelka a překladatelka Martina Lupínková, autorka dokumentární knihy *Toho dna se dotýkám už málo*, s námi sdílela svou zkušenost: *„Nedělám sice divadlo, ale jsem autorkou knihy o lidech se zkušeností s některou z poruch příjmu potravy, a na tomto projektu jsem byla současně v pozici autorky a zároveň člověka, který má s tématem vlastní prožitou zkušenost. To bylo výhodné hlavně při budování důvěry u vypovídajících. I když jsme se s těmi lidmi viděli poprvé, byli uvolnění a často reagovali: aha, takže ty přesně víš, o čem mluvím. Byla jsem překvapená, jak jednoduše to fungovalo. Nebyl to můj záměr ani strategie, ale lidé, kteří mají tuto zkušenost, touží po tom ji sdílet s někým, kdo jim může rozumět. V běžném životě k tomu asi nemají moc příležitostí a ta potřeba sdílet je obrovská. K vytvoření bezpečného prostoru samozřejmě hodně pomohla také anonymita vypovídajících.“²*

Sdílení osobní zkušenosti tvůrce v sobě ale skrývá určitá úskalí, navázáním takto blízkého kontaktu s vypovídajícím můžeme lehce ztratit potřebný profesní odstup a nechat se vtáhnout do traumatizujících zkušeností a pocitů víc, než je nutné. Během všech debat se diskutující jednohlasně shodovali na potřebě mít při práci možnost **externí supervize** z psychologické oblasti a **péči o duševní zdraví umělců a umělkyně**.

Britský umělec a aktivista, James Leadbitter alias vacuum cleaner k tomuto tématu dodává: *„Důležitou věcí je pro mě čas strávený mimo zkoušku, zeptat se lidí, se kterými pracuji na to, jak jim je, projevit o ně zájem, případně jim zajistit profesionální*

² [Videoportál | Facebook](#), stopáž 53:00.

*psychologickou pomoc. Na to by v ideálním případě měli mít právo všichni performeři a performerky, ale tím se samozřejmě celý proces přípravy projektu prodrazí.*³

Dramaturgyně Kristýna Ilek, zakládající členka kolektivu *Dare to care*, zase vytváří potřebný odstup přesným vymezením své pozice umělkyně: *„Je potřeba říkat i to, co je samozřejmé. Zopakovat přesně to, co říká druhý člověk, abychom mu porozuměli a on si mohl být jistý, že slyšíme a vnímáme, co nám říká. Nesnažit se přímo lidem pomáhat, nevstupovat do žádné z rolí, kterou jako umělci nemáme.*“⁴

James Leadbitter to potvrzuje: *„Občas je naprosto nezbytné prostě říct: Věřím ti, věřím všemu, co mi říkáš, to je opravdu hrozné, co se stalo. Myslím, že tahle validace je pro vypovídající důležitá. (...) Samozřejmostí je lidi, se kterými pracuji, také adekvátně zaplatit a mít s nimi uzavřenou smlouvu, která ošetřuje podmínky a kontext spolupráce tak, aby se všichni cítili v bezpečí.*“⁵

Viki Browne, umělecká ředitelka britské organizace *Many minds*, zaměřené na storytellingové formy, umožňující lidem s duševním onemocněním sdílet vlastní příběh na jevišti s ostatními, k tématu bezpečí uvádí:

„Teď se často říká hned v úvodu: tohle je bezpečný prostor. Vždycky se ptám: jak to? Možná víte něco, co já ještě necítím, ale když mi někdo řekne, že je někde tzv. safe space během prvních dvou minut, co v něm jsem, jak si může být jistý, že se mu povede ho vytvořit? (...) A co by to vlastně byl ten un-safe space, kterého se obáváme? U nás v týmu jsme sice prošli všichni psychologickým tréninkem, ale lidé na sebe neustále citlivě reagují, mohou v sobě vzájemně něco nepříjemného vyvolat. Myslím, že skutečný základ bezpečného prostoru je v tom, že víme, že se může stát něco nepříjemného, přijímáme to a víme, že se o sebe navzájem postaráme, až se to stane. Rozhodně se nesnažíme vytvořit prostředí, ve kterém se nic nestane, ale takové, ve kterém jsou tyto situace vítány.“⁶

Se sdílením skutečných příběhů vypovídajících je velmi úzce spojena i otázka **autorských práv a etiky** celého procesu tvorby. Martina Lupínková dává při práci vypovídajícím absolutní právo veta, a to do poslední chvíle: *„Často se mi stalo, že mi*

³ [Videoportál | Facebook](#), stopáž 15:30.

⁴ [Videoportál | Facebook](#), stopáž 16:15.

⁵ [Videoportál | Facebook](#), stopáž 15:30.

⁶ [Videoportál | Facebook](#), stopáž 45:40.

vypovídající druhý den zavolal a řekl – cítím se hrozně potom, co jsem vám včera vyprávěl, prosím vymažte ten příběh, nechci ho sdílet. Nebo například - nechci za sebou nechat narativ, že jsem nešťastný.á nebo nemocný.á. Někdy mi to bylo líto, protože jsem s tou osobou strávila mnoho hodin a už jsem na příběhu odvedla spoustu práce, ale myslím, že nejde pracovat s příběhy ze skutečného života, aniž bychom měli úplný souhlas od člověka, který je s námi sdílel.“⁷ Tento přístup sdílela většina zapojených tvůrců. James Leadbitter při zkoušení inscenace, ve které často hrají přímo vypovídající, aplikuje tento postup: „Lidem, se kterými pracuji, říkám: na jevišti dělejte vždy jen to, co chcete, jakýkoli materiál, který jste vložili do projektu a rozhodli jsme se ho použít, si můžete kdykoli zase vzít zpět.“⁸

Viki Browne hranici etiky při práci s cizími příběhy také zmínila: „Někdy zkusíme projekt 14 týdnů a za tu dobu se k nám někdo přidá třeba jen na jeden nebo na dva dny, ale přinese něco úžasného, nápad, příběh, zkrátka něco, co celou skupinu pozvedne. Většinou se k tomu potom ve skupině chováme jako kdyby nám ten dotyčný.á přinesl dárek, nakládáme s ním dál, i když tam už s námi ta osoba není. Ti lidé jsou pak nadšení, že jsme se jimi inspirovali, ale pro mě je to trochu zvláštní pocit, zacházet s materiálem někoho jiného, aniž by ho viděl a schválil ve všech fázích procesu.“⁹

Katalánští umělci Elies Barbera a Marta Montiel s tématem etiky otevřeli i problematiku **umělecké svobody**, která se v tomto typu projektů nutně podřizuje hlavnímu záměru osvěty a destigmatizace: „Představení tvoříme ve spolupráci s dramaturgy a máme vždy velmi jasno v tom, že se chceme vyhnout tématům, která jsou sice divácky atraktivní, ale nepřinášejí žádnou další hodnotu celku. Vybíráme fragmenty z rozhovorů, které jsou přínosné a nutné k pochopení toho, co chce svědectví sdělit, vyhýbáme se morbidním detailům, které by mohly být přitažlivé pro publikum jen proto, že jsou intenzivní a často velmi intimní. Chceme, aby to, co zazní na scéně, vyjadřovalo náš absolutní respekt k tématu a k lidem, kteří to prožili: cílem je věrně přenést všechny ty prožitky tak, abychom představili realitu, ne abychom ji zjednodušovali nebo bulvarizovali.“

⁷ [Videoportál | Facebook](#), stopáž 53:00.

⁸ [Videoportál | Facebook](#), stopáž 15:30.

⁹ [Videoportál | Facebook](#), stopáž 40:40.

James Leadbitter se k tématu citlivosti a nebezpečí interpretace také vyjádřil: „Zajímalo by mě, jak vytvořit opravdové místo pro svobodné sdílení našich příběhů – tedy příběhů lidí s psychickými problémy, protože pevně věřím, že divadlo a story-telling se pro něco takového mohou úžasně hodit, ale aby se to skutečně stalo, musíme z tvůrčího procesu vynechat vlastní ego. Takže jak to uděláme? Jak můžeme sloužit cizímu příběhu? Na to se teď snažím přijít. Jak pracovat s příběhy natolik citlivě, abych nikomu neublížil.“¹⁰

Pro Kolektiv Nesladim je omezení umělecké svobody a tedy i nutnost určitého kompromisu v estetických kvalitách díla velmi aktuálním tématem. S každým novým projektem zkoumáme i nové estetické formy a snažíme se vytvořit ideální prostor pro sdílení těžkých témat prostřednictvím uměleckého zážitku. Důležitá je proto citlivost nejen vůči konkrétní komunitě lidí, jichž se téma projektu bezprostředně dotýká, ale také citlivost a velmi pečlivý **dialog s publikem**.

„Reakce diváků našich projektů jsou většinou pozitivní: většina diváků zůstává v hledišti i na diskusi a mají potřebu se vyjadřovat, což transformuje divadlo ve veřejný prostor, kde lze mluvit o tématech, která ve společnosti jsou spíše tabuizována. (...) Je zajímavé, že tato interakce mezi divadlem a sociální tematikou umožňuje přiblížit divadlo i lidem, kteří by za jiných okolností do divadla nešli“, zmiňují v rozhovoru Marta Montiel a Elies Barbera.

Právě v tomto aspektu vnímáme největší sílu divadelní formy. Témata spojená s duševním zdravím se totiž přes divadelní médium dostanou k úplně jiné skupině diváků než je ta, která se s nimi setká díky jiným platformám (knihy, přednášky, psychoterapie, různé osvětové aktivity, dramaterapie, podcasty, rozhovory v médiích atd.), a zároveň do divadla přitáhnou skupinky lidí, které by jinak tento umělecký druh nelákal.

Marta Montiel k tomu dodává: „Myslím, že nejtěžší je předat fakt, že navzdory vážnosti a tíživosti tématu naše inscenace vyprávějí příběhy o přežití, o překonání. Ano, věnujeme se velmi náročným tématům, a to může diváky vyděsit, ale nejdůležitější zprávou toho všeho je, že jsou to příběhy přeživších.“

¹⁰ [Videoportál | Facebook](#), stopáž 15:30.

2. Na co se zaměřit v budoucnosti

Na základě debat a reflexí, které jsme mohli během uplynulého roku v rámci Kolektivu Nesladim vést, jsme pojmenovali pět bodů, které chceme respektovat a dále rozvíjet při práci na budoucích projektech.

Hranice / Nastavení hranic na všech možných úrovních je při práci s nasbíraným dokumentárním materiálem nezbytné. S přizvanými kolegy a kolegyněmi jsme se shodli na nutnosti časových, místních a osobních hranic. Nastavit si časové hranice konkrétně znamená, že na projektu pracujete například pouze do určité hodiny, nikdy ne po této hodině večer nebo ne příliš dlouho (každý má hranici citlivosti a saturace někde jinde, proměňuje se to také s náročností tématu). Dále je dobré vymezit čas, který věnujete naslouchání příběhů vypovídajících. Nemít neomezený prostor, ale vědět, že teď následující tři hodiny strávíte vstřebáváním příběhu a potom odejdete dělat něco jiného, ať se děje cokoliv. Je třeba hlídat také množství výpovědí, které se dají zvládnout, aniž by člověk saturoval. V případě velmi náročných témat (jako jsou například sebevražedné myšlenky či případy fyzického zneužívání) je dobré se sejít pouze s jedním člověkem denně nebo vyslechnout maximálně tři až čtyři příběhy týdně. Držet si hranice místa znamená scházet se v neutrálním prostoru: v kavárně, v divadle nebo venku. Pokud to téma projektu přímo nevyžaduje, nescházejte se u vypovídajících doma ani je nezvěte k sobě. Osobními hranicemi myslíme především to, že je při této práci neustále potřeba si připomínat vlastní roli, a to i když je přímo pro nás téma osobní a chceme přirozeně dotyčné skupině pomoci. Je důležité si uvědomovat, že za bolesti jiných lidí neneseme zodpovědnost a nedokážeme je léčit jinak než nasloucháním. Jsme umělci a umělkyně, ne terapeutové a terapeutky.

Pravidla etiky při práci s výpověďmi / Respektování předem určeného postupu při komunikaci s vypovídajícími je velmi důležité. Doporučujeme dodržovat striktně právo autorizace, a to ve všech fázích přípravy projektu i během jeho reprízování. Pokud se kdokoli z vypovídajících rozhodne, že chce na své výpovědi něco pozměnit nebo svou účast v projektu vzít zpět, mělo by mu to být umožněno za všech okolností a v jakoukoli chvíli. Ujasněte si dopředu s dotyčným, jakým způsobem budete rozhovor zaznamenávat (Nahráváte ho? Natáčíte? Děláte si zápisky tužkou?) a kdo a za jakých podmínek k němu bude mít následně přístup. Například se můžete zeptat, jestli můžete úryvek nahraného audia anonymně pustit hercům a herečkám v případě, že

nahrávku nebudete přímo sdílet prostřednictvím internetu atp. Je velmi důležité, aby tyto podmínky spolupráce byly přesně stanoveny dopředu, aby mohl mít vypovídající jistotu, že se bude postupovat podle předem domluvených pravidel. V jednom z našich projektů jsme například nahrávali audia, která jsme následně přepsali do anonymního textu, vypovídající své texty následně ještě autorizovali a proškrtali od osobních detailů a teprve potom jsme text sdíleli v rámci celého tvůrčího týmu.

Supervize pro tým / Duševní hygiena tvůrčího týmu, performerů a performerek je pro udržitelnou tvorbu takto zaměřeného dokumentárního divadla důležitá. Rádi bychom do budoucna zajistili možnosti psychologických konzultací pro členy a členky našeho kolektivu během zkoušení nového projektu. Inspirací pro tuto pozici by mohl být například post „intimacy coordinator“, který se využívá ve filmu. Je třeba také dbát na dobré pracovní podmínky, které hercům a herečkám umožní například dostatečné pauzy při práci, dostatek času na vstřebání textu a odpočinek mezi jednotlivými reprízami. V minulosti se nám osvědčilo rozdělit zkoušení do kratších fází s pauzami, například dva týdny – měsíc pauza – dva týdny. A naopak se nám neosvědčilo plánovat více jak jednu reprízu denně. Pro tým to spolu s opakováním diskuze s publikem bylo příliš psychicky zatěžující.

Formy setkání s publikem / Již od prvního projektu se v kolektivu snažím navrhovat a rozvíjet formy dialogu s publikem. Dosud jsme vyzkoušeli formát seminářů, které byly vedeny odborníky a odbornicemi z různých oblastí spojených s vybraným tématem a probíhaly před každou reprízou. Semináře jsme doplnily následnou besedou s tvůrčím týmem, s psychology a psycholožkami. Další formou byla nehierarchická, performery a performerkami vedená diskuze, která vyústila přirozeně přímo z dramatického textu napsaného pro tuto příležitost. Při tomto typu diskuze byl mezi diváky a divačkami vždy přítomen psycholog nebo psycholožka. V posledním projektu jsme experimentovali s formátem debaty prostřednictvím hry tichá pošta. Momenty sdílení jsou pro tvorbu našeho kolektivu klíčové a budeme i nadále hledat nové způsoby, jak vytvořit bezpečný prostor pro sdílení v rámci publika.

Hledání uměleckého tvaru / Posledním bodem je v našem pracovním protokolu ambice hledat a vyvíjet performativní formy na míru vybrané problematice. Nechceme se uzavřít v jednom formátu, žánru a typu tvorby inscenací. Chceme i dále využívat všechny umělecké žánry a kombinovat vyjadřovací prostředky tak, abychom se co nejpřesněji přiblížili citlivosti daného tématu a komunitě, které se téma dotýká.

3. Podobně smýšlející organizace

- Mezinárodní festivaly

SCOTTISH MENTAL HEALTH ART FESTIVAL

web: www.mhfestival.com

místo: Scotland

kontakt: smhaf@mentalhealth.org.uk

Gail Aldman / galdam@mentalhealth.org.uk, Andrew Eaton-Lewis / Arts programme officer for the Mental Health Foundation / aeaton-lewis@mentalhealth.org.uk / 0141 226 9840

termín konání: říjen

SICK FESTIVAL

web: <https://sickfestival.com/about/>

místo: Manchester, Velká Británie

kontakt: info@sickfestival.com / + 44 161 696 6410

Helen Medland (CEO) / helen@sickfestival.com, Paul Cocker (business development) / paul@sickfestival.com, Steve Vickers (creative producer) / steve@sickfestival.com

termín konání: březen-květen, jednou za dva roky

FESTIVAL MENTAL

web: <https://mental.pt/sobre-nos/>

místo: Lisabon, Portugalsko

kontakt: festival@mental.pt, Ana Pinto Coelho (umělecká ředitelka) anapintocoelho@mental.pt; Joao Gata (komunikace) joaogata@mental.pt, Sara Pinto Coelho (produkce) sarapintocoelho@mental.pt

termín: jaro

NEFELE – NETWORKING EUROPEAN FESTIVALS FOR MENTAL LIFE ENHANCEMENT

web: <https://www.cultureforhealth.eu/mapping/nefele-networking-european-festivals-for-mental-life-enhancement/>

místo: Athény, Řecko

kontakt: Nikos Andreopoulos (projektový manažer NEFELE) /

nichos.echo@gmail.com

termín: 2017-2022 (iniciativa nepokračuje)

L´ATRE INTERNATIONAL FESTIVAL

web: <https://laltrefestival.cat/en>

místo: Barcelona, Španělsko

Manresa, Španělsko

Rosario, Argentina

kontakt: Manel Anoro (artistic director) / info@laterfestival.cat, Beatriz Liebe (executive producer) / info@latrefestival.cat, Martina Cumova (communication) /

comunica@latrefestival.cat

termín: červen

RYŠIAI - PSICHIKOS SVEIKATOS MENŲ FESTIVALIS / CONNECTIONS - MENTAL HEALTH ARTS FESTIVAL

web: <https://www.facebook.com/Rysiaifest>

místo: Litva

kontakt: rysiaifest@gmail.com

termín: říjen

- Individuální umělci a umělkyně

JULIETTE BURTON

web: <https://www.julietteburton.co.uk/>

místo: Skotsko

kontakt: juliette@julietteburton.co.uk

VIKI BROWNE

web: <https://vikibrowne.com/about/>, many-minds.org

místo: Velká Británie

kontakt: vbrowne@live.co.uk

SONIA GOMEZ

web: <https://soniagomez.com/>

místo: Barcelona, Španělsko

kontakt: gomezvicente7@gmail.com

SAMARA HERSCH

web: <https://samarahersch.com/>

místo: Amsterdam, Nizozemí

kontakt: hersch.samara@gmail.com

EUGENIA S. KIM

web: www.digitalembodiment.com

místo: Singapur

kontakt: digital.embodiment@gmail.com

JAMES LEADBITTER / VACUUM CLEANER

web: <http://www.thevacuumcleaner.co.uk/about/>

místo: Velká Británie

kontakt: suck@vacuum.org.uk

PAULA NIEHOFF

web: <http://www.paula-niehoff.com/about/>

místo: Nizozemí

kontakt: mail@paula-niehoff.com

HENRIK WENNE

web: <https://www.instagram.com/henrikwenne/?hl=cs>

místo: Stockholm, Švédsko

kontakt: <https://www.instagram.com/henrikwenne/?hl=cs>

WOJTEK ZIEMILSKI

web: ziemilski.com

místo: Polsko

kontakt: ziemilski.com

- **Kolektivy a další organizace**

L'APPETIT DES INDIGESTES

web: <http://lappetitdesindigestes.be>

místo: Belgie

kontakt: [Contact – L'Appétit des Indigestes \(lappetitdesindigestes.be\)](mailto:Contact - L'Appétit des Indigestes (lappetitdesindigestes.be))

DARE TO CARE COLLECTIVE

web: www.dare-to-care.art

místo: Evropa

kontakt: www.dare-to-care.art/contact

FIRST FORTNIGHT

web: <https://www.firstfortnight.ie/mission-statement/>

místo: Dublin, Irsko

kontakt: info@firstfortnight.ie

termín: v lednu probíhá festival

FRENCH AND MOTTERSHEAD

web: <https://frenchmottershead.com/about/>

místo: Velká Británie

kontakt: info@frenchmottershead.com

RIDICULUSMUS

web: <https://www.ridiculusmus.com/#shows>

místo: Londýn, Velká Británie

kontakt: David Woods david@ridiculusmus.com, Jon Haynes

jon@ridiculusmus.com

YOUNG HORSE / UNGHASTEN

web: <https://vasterbottensteatern.se/unghasten/>

místo: Švédsko

kontakt: info@vasterbottensteatern.se

www.kolektivnesladim.cz

kolektiv.nesladim@gmail.com