

Improstarter

Tadeusz Jaśkiewicz

SPIS TREŚCI

0. Słowo wstępu	str. 1
1. Trochę ogólnów	str. 3
1.1 Improwizacja - co to?	
1.2 Historia improwizacji	
1.3 Impro w Polsce	
2. Teoria improwizacji	str. 7
2.1 Tak, i	
2.2 Oferty	
2.3 Słuchanie i obserwacja	
2.4 Blokowanie	
3. Platforma	str.13
3.1 Platforma - wstęp	
3.2 Platforma - kto?	
3.3 Platforma - gdzie?	
3.4 Platforma - co?	
3.5 Platforma - dlaczego?	
4. Być w grupie impro	str. 17
4.1 Gdzie trenować?	
4.2 Jak trenować?	
4.3 Atmosfera	
4.4 Warsztaty	
4.5 Występy	
4.6 Festiwale	
5. Estetyka występu	str. 22
5.1 Miejsce występu	
5.2 Zachowania sceniczne	
5.3 Ubiór	
5.4 Rozgrzewka przed występem	
5.5 Ramka występu	
5.6 Konferansjer	
5.7 Rozgrzewka publiczności	
5.8 Praca z publicznością	
5.9 Radzenie sobie z trudną publicznością	
5.10 Sugestie	
5.11 Moderacja i kończenie scen	
6. Luźne myśli	str. 32
6.1 Krytyka	
6.2 Wewnętrzny krytyk	
6.3 Strefa komfortu	
6.4 Impro nie musi być śmieszne	
6.5 Porażki i błędy	
6.6 Sceny, których szkoda czasu grać	
6.7 Promocja	

7. Ćwiczenia	str. 37
7.1 Rozgrzewka	
7.2 Akceptacja	
7.3 Budowanie postaci	
7.4 Storytelling	
7.5 Emocje	
7.6 Pantomima	
7.7 Budowanie scen	
8. Języka gimnastyka	str. 53
8.1 Ćwiczenia wargowe	
8.2 Ćwiczenia językowe	
8.3 Łamańce językowe	
8.4 Częste błędy w wymowie	
9. Rozgrzewki publiczności	str. 56
9.1 Rozgrzewki słowne	
9.2 Rozgrzewki fizyczne	
10. Podstawowe gry impro	str. 58
11. Dalsze źródła wiedzy	str. 65
11.1 Książki	
11.2 Strony internetowe	
11.4 Podcasty	
11.4 Facebook	
12. Posłowie AD 2022	str. 68
13. O autorze	str. 69
I. Dodatek 1 - Lista gier i ćwiczeń	
II. Dodatek 2 - Lista emocji	
III. Dodatek 3 - Lista zapytań do publiczności	

0. SŁOWO WSTĘPU

Drogi Improvizatorze lub Improvizatorko,

Jeśli czytasz te słowa, albo od niedawna działasz w grupie improwizacyjnej, albo chcesz taką założyć. Już na wstępie gratuluję Tobie tego wyboru i życzę powodzenia w dalszych poczynaniach scenicznych. Pozwól jednak, że przybliżę Tobie powody powstania tego ebooka.

Pierwszy kontakt z improwizacją miałem już w 2007 roku poprzez amerykański program *Whose Line is it Anyway?*. W 2009 roku po raz pierwszy brałem udział w warsztatach improwizacji. Przez kolejne lata jeździłem po kraju, oglądałem występy grup impro o różnym stażu i uczestniczyłem w wielu warsztatach improwizacji. Widziałem genialne występy oraz takie, o których wolę zapomnieć. Grupę To Mało Powiedziane założyłem dopiero w 2013 roku. Miałem w tym momencie dużą wiedzę teoretyczną na temat impro i mogłem ją wcielać w życie. Niestety nie każdy ma szczęście mieć w grupie osobę z wiedzą na temat impro czy teatru.

Właśnie do takich osób jest skierowany ten ebook. Ma on za zadanie przekazać Tobie podstawową wiedzę na temat improwizacji. Znajdziesz tu trochę teorii improwizacji oraz przykładowe ćwiczenia impro. Wiele grup nie zdaje sobie sprawy jak ważne jest wykonywanie ćwiczeń. Mają one na celu rozwój umiejętności, które wykorzystuje się na scenie. To takie umiejętności jak pantomima, budowanie postaci, granie emocją czy nawet ciszą. Nie można się tego nauczyć wyłącznie poprzez granie gier impro.

Jest takie powiedzenie, „Daj człowiekowi rybę, będzie syty przez jeden dzień. Naucz go łowić, a będzie syty do końca życia”. Lubię go używać w kontekście improwizacji. „Pokaż człowiekowi gry impro, a będzie je grał. Pokaż mu improwizację, a będzie improwizował do końca życia”. Improvizator mający warsztat sceniczny będzie potrafił zagrać w niemal każdą grę impro, nawet jeśli pozna jej zasady chwilę przed rozpoczęciem. Osoba znająca tylko określone gry impro nie odnajdzie się na scenie, gdy dane jej będzie zagrać coś, czego nie zna. Dobre impro wymaga

wypracowania warsztatu. Chodzi o zagranie postaci, stworzenie fabuły, zainteresowanie widza, a przy okazji rozbawienie go.

Wybór ćwiczeń nie był łatwy. Skupiłem się na takich ćwiczeniach, które można wykonać bez obecności trenera. Staralem się je opisać jak najdokładniej, by uniknąć złego wykonywania ćwiczeń. Te ćwiczenia pomogą Tobie nabyć podstawowe umiejętności przydatne w improwizacji. W wielu przypadkach sklasyfikowanie ćwiczenia jest umowne, gdyż jedno ćwiczenie obejmuje swoim działaniem rozwój kilku umiejętności. W Internecie można znaleźć więcej ćwiczeń, do czego zachęcam. Nic zastąpi to jednak warsztatów z trenerem improwizacji. Trener zna ćwiczenia od podszewki i jest w stanie je dokładnie wytłumaczyć i omówić po wykonaniu. Liczę, że wiedza teoretyczna i ćwiczenia są wystarczająco jasno przedstawione i zachęcą do dalszego zagłębiania się w świat improwizacji.

Na świecie istnieje wiele różnych, często całkowicie odmiennych, podejść do improwizacji. Co ciekawe, każde jest na swój sposób dobre. Z tego powodu nie chcę, by ten ebook był Twoim jedynym źródłem wiedzy. Ma on za zadanie wskazać Tobie drogę. Odkrywaj, dyskutuj, oglądaj, trenuj, zapisuj się na warsztaty i występuj. Niech Twoim celem oprócz przyjemnego spędzania czasu będzie konsekwencja w działaniu oraz rozwijanie swoich umiejętności, by na scenie być coraz lepszym. Zresztą nie tylko na scenie, gdyż techniki improwizacji można wykorzystać w dowolnym aspekcie życia.

1. TROCHE OGÓLÓW

1.1 Improwizacja - co to?

Podchodząc do tematu encyklopedycznie, improwizacja, w skrócie impro, to działanie bez wcześniejszego przygotowania. Aktorzy improwizujący (improwizatorzy) wychodzą na scenę, wcielają się w postaci i spontanicznie tworzą dialogi oraz sceny, na podstawie sugestii podanej przez publiczność.

W Ameryce słowo *improvisation* jest skracane do słowa *improv*. W Europie jest ono skracane częściej do słowa *impro*. W Polsce samo słowo improwizacja niewiele mówi i stosuje się różne przymiotniki precyzujące o jaką improwizację chodzi. Można spotkać się z improwizacją teatralną, komediową, sceniczną czy kabaretową. Czasem można znaleźć wzmiankę o teatrze improwizacji, teatrze improwizowanym lub po prostu o impro. W większości przypadków te przymiotniki są zamienne, gdyż zawsze chodzi o aktorów improwizujących bez scenariusza.

1.2 Historia improwizacji

Za początek teatru improwizowanego uznaje się włoską sztukę *commedia dell'arte*. Jest to forma teatru wędrownego z końca XVI wieku. Tropy aktorskie jeździły od miasta do miasta i grały spektakle w otwartej przestrzeni. Każdy aktor w trupie miał określoną postać. Mimo ustalonych archetypów postaci, treść każdego spektaklu była improwizowana i przepełniona nawiązaniem do lokalnych skandali czy bieżących wydarzeń. Z końcem XVIII wieku *commedia dell'arte* odeszła na boczny tor.

Zanim improwizacja została odkryta na nowo, była używana przez dramaturgów i reżyserów w teatrze jako narzędzie pracy aktorów. Z racji swojej nieprzewidywalności, improwizacja była używana w ramach teatru eksperymentalnego. Techniki improwizacji stosowali wielcy twórcy teatru, tacy jak Konstantin Stanisławski i Jerzy Grotowski.

Improwizacja pozostawała na obrzeżach teatru aż do lat 20. XX wieku. Rzecz działa się w Chicago w Stanach Zjednoczonych. Viola Spolin była

pracownikiem społecznym i prowadziła zajęcia dla dzieci imigrantów i dzieci mieszkańców miasta pod okiem Nevy Boyd.

Z czasem zauważyła potrzebę stworzenia nowych ćwiczeń i zabaw, które działałyby ponad barierami kulturowymi i etnicznymi. Widząc, że te gry wyzwalają kreatywność nie tylko u dzieci, ale także u dorosłych, Spolin opracowała kolejne ćwiczenia. Z czasem te ćwiczenia zostały określone mianem „gier teatralnych”, a następnie wydane w książce „Improvisation for the Theater” w 1963 roku.

Na początku lat 50. XX wieku angielski reżyser teatralny, Keith Johnstone, został zatrudniony jako stworzenia spektaklu teatralnego dla Royal Court Theatre w Londynie. Podczas prób do spektaklu stwierdził, że aktorzy grają zbyt sztywno i postanowił temu zaradzić. Poprzez ćwiczenia wykorzystywane wcześniej przez Konstantina Stanisławskiego eksperymentował z aktorami i tym samym nad sztuką. W latach 70. przeniósł się do Kanady i założył teatr Loose Moose Theatre. Dalsze eksperymenty z improwizacją przyczyniły się do wydania książek „Impro: Improvisation and the Theatre” oraz „Impro for Storytellers”.

W kolejnych latach powstawały szkoły i instytucje teatrów improwizacji, takie jak The Second City, The Groundlings, Upright Citizen Brigade, The Annoyance i ImprovOlympics (dziś iO). Dziś te właśnie instytucje są wyznacznikiem jakości amerykańskiej improwizacji, jak i kuźnią talentów komediowych.

1.3 Impro w Polsce

Początek improwizacji scenicznej w Polsce jest dość mglisty. Jeśli za początek przyjąć występ, w którym znaczna większość materiału prezentowanego przed publicznością była tworzona na żywo, wówczas za datę początkową można przyjąć rok 1993. Wtedy właśnie miał premierę pierwszy odcinek serialu „Spadkobiercy”, stworzonego przez artystów i kabareciarzy związanych z Zieloną Górą. Twórcą serialu był Dariusz Kamys z Kabaretu Potem (obecnie w Kabarecie Hrabi). Choć każda scena miała odgórny zarys i cel, do którego kabareciarze mieli dążyć, to w samej

scenie mieli pełną dowolność działania. Początkowo odcinki nie były grane regularnie. Zwykle były one imprezą towarzyszącą na wielu festiwalach kabaretowych. W 2008 roku serial pojawił się w telewizji i stał się bardziej rozpoznawalny. Cały czas jednak serial był uznawany za kabaret.

W 2007 roku zaczęły się pojawiać pierwsze przetłumaczone na język polski odcinki programu *Whose Line is it Anyway?*. Był to pierwszy kontakt szerszej publiki z improwizacją komediową. Dla Polaków był to szok, że można stworzyć tak śmieszne widowisko bez wcześniejszego przygotowania tekstów. Krótki czas trwania poszczególnych scen, sprawiał, że internauci chętnie dzielili się ze znajomymi fragmentami programu, co z kolei zaowocowało popularyzacją programu.

Za początek improwizacji komediowej w Polsce przyjmuje się rok 2008, choć kilka grup zaczęło działalność wcześniej. Pierwszą z tych grup jest Teatr Improwizacji Klancyk! z Warszawy. Założyli go w 2005 roku studenci kierunku Wiedza o Teatrze na Uniwersytecie Warszawskim. Drugą z grup byli W Gorącej Wodzie Kompani z Gdańska. Tę formację stworzyli aktorzy Teatru Wybrzeżak w okolicach 2006 roku. Trzecią grupą było również już No Potatoes z Lublina, która powstała w 2007 roku.

Grupy powstałe później, od 2008 do 2010, otwarcie przyznawały, że zainspirował je program *Whose Line is it Anyway?*. Drugi wysyp grup improwizacyjnych miał miejsce w 2010 roku. Te grupy w mniejszym stopniu inspirowały się wspomnianym programem, a w większym stopniu ich powstanie było wynikiem inspiracji innymi grupami. W 2010 roku istniało około 20 grup. W 2017 roku istniało ponad 100 grup, teatrów i projektów impro.

W 2011 roku zorganizowane zostały pierwsze festiwale improwizacji, co przyczyniło się do dalszej popularyzacji teatru improwizacji. Pierwszym festiwalem był Festiwal Sportów Teatralnych „321improff” w Konstancinie-Jeziornie, który odbył się w październiku tego roku. Miesiąc później odbyła się pierwsza edycja ImproFestu - Festiwalu Improwizacji Kabaretowej w Krakowie. Trzecim dużym festiwalem był Gdański Festiwal Impro „Podaj Wiosło”, który po raz pierwszy odbył się w kwietniu 2012 roku. W 2013 roku zadebiutował Improdrom - Spotkania Teatrów Impro w

Bydgoszczy. W 2017 w Warszawie odbył się Warsaw Improv Festival - pierwszy w pełni anglojęzyczny festiwal improwizacji. W międzyczasie pojawiały się również inne przeglądy i konkursy, na których mogły się prezentować zarówno młode, jak i doświadczone grupy. Powstały także szkoły improwizacji, w których trenerzy ujawniali młodym adeptom tajniki teatru improwizacji.

W 2009 roku pojawiła się wzmianka o pomysłach stworzenia telewizyjnego programu improwizacyjnego. Program miał być oparty o holenderski format „De Lama's”, który z kolei opierał się na formacie *Whose Line is it Anyway?*. Do realizacji programu jednak nie doszło. W 2013 roku produkcja ruszyła i program, tym razem oparty bezpośrednio na formacie *Whose Line?*, został wyemitowany na kanale TVP2. W programie wzięli udział m.in. Wojciech Tremiszewski, Szymon Jachimek, Rafał Rutkowski, Tomasz Sapryk, a prowadzącym był Piotr Bałtroczyk. Program został zdjęty z anteny po 12 odcinkach.

2. TEORIA IMPROWIZACJI

Zanim zaczniesz wykonywać ćwiczenia i wejdiesz na scenę, warto poznać podstawowe zasady i terminy, które istnieją w świecie impro.

2.1 Tak, i

Najważniejszą zasadą improwizacji jest zasada Tak, i. W myśl tej zasady improwizatorzy wspólnie tworzą świat na scenie. Jeden gracz rozpoczyna scenę i wprowadza do niej pierwszy element, a zadaniem drugiego gracza jest przyjęcie tego elementu oraz rozwinięcie go. W ten sposób scenka jest rozwijana i akcja posuwa się do przodu. W idealnym przypadku rozwój sceny jest rozłożony równomiernie na dwie osoby. Popatrzmy na taki przykład:

Gracz 1: Kochanie, kupiłem nowy samochód.

Gracz 2: Wow! Mój ulubiony kolor!

Gracz 1: Tak, specjalnie na Twoje urodziny.

Gracz 2: Lepszego prezentu nie mogłam sobie wymarzyć!

Gracz 1 podaje dwie ważne informacje w pierwszej kwestii. Poprzez zwrócenie się do drugiego Gracza słowem „kochanie”, jasno określa, że są w związku ze sobą. Drugą ofertą jest samochód. Gracz 1 informuje Gracza 2 o nabytku. Gracz 2 przyjmuje i rozwija tę ofertę dodając, że samochód jest w jego ulubionym kolorze. Ponownie Gracz 1 dodaje, że samochód jest prezentem dla Gracza 2. Gracz 2 okazuje w ostatniej kwestii swoją radość. Każde zdanie było budowane na bazie istniejących informacji.

2.2 Oferty

Oferta to każde działanie lub wypowiedź, które może rozwinąć scenę. Gdyby rozłożyć na czynniki pierwsze dowolną scenę impro, okaże się, że składa się ona z ofert. Można je sobie zwizualizować jako wieżę z klocków. Stopniowo ustawiamy jeden klocek na drugim i wnosimy coraz wyższą budowlę.

Najprostsze są oferty słowne. Popatrzmy na przykład:

Gracz 1: Dzień dobry, funkcjonariusz Nowak. Wie pan jak szybko pan jechał?

Gracz 2: Jak widać za szybko. Przepraszam, panie władzo, spieszyłem się do pracy.

Gracz 1 jasno sprecyzował zarys sceny, a Gracz 2 przyjął tę ofertę i dodał kolejne informacje. Po tych dwóch zdaniach scenka może się potoczyć na mnóstwo sposobów, gdyż znane są bazowe założenia.

Na scenie improwizatorzy nie są ograniczeni jedynie do słów. Ważne są również oferty fizycznie. Zamiast o wszystkim mówić, część ofert można pokazać. Przykład:

Gracz 1: (myje naczynia)

Gracz 2: (wchodzi przez drzwi) Kochanie, wróciłem. Mam dla ciebie prezent! (trzyma przedmiot w rękach)

Gracz 1: (myjąc naczynia) Pamiętałeś o naszej rocznicy?

Gracz 2: Oczywiście. To dla ciebie. (podaje przedmiot)

Gracz 1: (zakręca kran i bierze przedmiot) Nowe buty! Dokładnie takie jak na wystawie!

W powyższym przykładzie można znaleźć kilka ofert. Gracz 1 zainicjował scenę poprzez pantomimiczne mycie naczyń. To informacja dla Gracza 2, że scena dzieje się w domu. Gracz 2 dopełnił ofertę wchodząc przez drzwi. Gracz 2 dał Graczowi 1 ofertę w postaci prezentu. Nie sprecyzował co to jest za prezent, ale sposób, w jaki zarysował ten prezent, był sugestią dla Gracza 1 co to może być.

Może się również zdarzyć, że słowa w scenie będą całkowicie zbędne. Świetnym przykładem takiej sceny jest milcząca scena randki, która przebiega tragicznie. Obie osoby grają bardzo skrępowane postaci, które coraz bardziej pogarszają scenę (jako postaci, nie improwizatorzy). Nieśmiałe uśmiechy, studiowanie menu wraz ze spoglądaniem na siebie znad karty, itd.

To oczywiście tylko kilka przykładów ofert. Ofertą może być niemal wszystko. Nawet tak proste rzeczy jak spojrzenie na drugą osobę czy odległość od niej.

2.3 Słuchanie i obserwacja

Na scenie trzeba być uważnym. W każdej chwili partner może powiedzieć coś, co diametralnie zmieni kierunek historii. Jedna chwila nieuwagi i cała fabuła może się posypać. Improvizator na scenie powinien skupić się w stu procentach na partnerującym Graczu. O takiej postawie mówimy „tu i teraz”. Partner jest inspiracją i pomocą. Odnosi się to również do obserwacji czynności. Jeśli jeden z Graczy zarysuje pantomimicznie jakiś przedmiot a drugi gracz zobaczy zupełnie inny przedmiot, może to się skończyć kłótnią Graczy na scenie lub po prostu rozsypaniem się scenki.

Nieco bardziej skomplikowana sytuacja następuje, gdy jeden z Graczy stoi tyłem do drugiego. Muszą wówczas dużo bardziej wysilić się, by przekazać partnerowi informację o tym, co robią. Pomocne w takiej sytuacji są dźwięki oraz powiedzenie, co się robi.

Zmysł obserwacji wyrabia się z czasem. Wraz z coraz większym doświadczeniem zaczniesz zauważać coraz więcej ofert i wykorzystywać je w scenie. Czasem warto podczas omawiania scen zastanowić się, jakie oferty umknęły uwadze grających.

2.4 Blokowanie

Niestety nie zawsze w impro Gracze nie działają wedle zasady „Tak, i”. Takie zachowanie nazywa się blokowaniem. Istnieje wiele typów blokowania, więc przedstawione zostaną te najczęstsze.

Zagadanie. Jeden Gracz podaje drugiemu tyle ofert i informacji, że ten nie jest w stanie dołożyć swojej cegiełki. Często taka scena sprowadza się do monologu jednego Gracza. Przykład:

Gracz 1: Kochanie, kupiłem nowy samochód. Jest różowy, to twój ulubiony kolor. Popatrz tylko jakie ma wyposażenie, ile poduszek powietrznych. A jak się prowadzi! Ha! Po prostu marzenie, nawet ma radio i GPS. Byłem przy okazji w sklepie i zrobiłem zakupy, bo nam się już chleb skończył. Kupiłem dwa bochenki jeszcze kwiaty dla ciebie, bo wiem jak lubisz kwiaty, a zwłaszcza róże, i właśnie je kupiłem. I jeszcze spotkałem po drodze listonosza...

Gracz 2: ...

W scenie nie wydarzyło się w zasadzie nic. Gracz 2 nie powiedział ani słowa. Tylko stał i patrzył jak Gracz 1 stał i sam improwizował na scenie. Improwizacja opiera się na współpracy dwóch osób, a tego tu zabrakło.

Ignorowanie. Gracz 1 usilnie odrzuca oferty Gracza 2 na rzecz własnych ofert. Takiego Gracza kompletnie nie obchodzi, co druga osoba ma do powiedzenia, bo „mój pomysł jest na pewno lepszy”.

Gracz 1: Kochanie, kupiłem nowy samochód.

Gracz 2: Ugotowałam zupę.

Gracz 1: Nie cieszysz się?

Gracz 2: Jedz, bo wystygnie.

Gracz 2 jest tak zafiksowany na punkcie zupy, że nie obchodzi go nowy, wspaniały nabytek. Cierpi na tym scena, gdyż gracze nie mają wspólnej nici porozumienia i nie wiadomo dokąd scena prowadzi.

Unikanie. To jest nietypowy sposób blokowania, ponieważ nie niszczy on tego, co do tej pory pojawiło się w scenie. Gracz przyjmuje ofertę drugiego Gracza, ale nie rozwija jej.

Gracz 1: Kochanie, kupiłem nowy samochód.

Gracz 2: Fajnie.

Gracz 1: Ma mnóstwo różnych bajerów!

Gracz 2: Jak każde nowe auto.

W przypadku tego schematu blokowania odpowiedzialność za rozwój sceny spada na Gracza 1, gdyż drugi Gracz nie wprowadza niczego nowego do sceny.

Negowanie. W tym typie blokowania jeden z Graczy w bardzo stanowczy sposób neguje wszystko, co mówi partner.

Gracz 1: Kochanie, kupiłem Tobie kwiaty.

Gracz 2: Przecież to kij bejsbolowy!

W tej scenie Gracz 2 całkowicie zanegował ofertę Gracza 1 i wtrącił swoją ofertę. Nie ma tu akceptacji i scenka się rozsypała zanim się na dobre rozpoczęła.

Plotkowanie. Nie jest to do końca schemat blokowania, ale na pewno coś, czego lepiej unikać. Plotkowanie to rozmawianie o działaniach, ale niewykonywanie ich.

Gracz 1: Kochanie, może kupiłbym nowy samochód?

Gracz 2: Przydałoby się. W końcu byśmy mogli pojechać nad morze.

Gracz 1: Pochodzilibyśmy po plaży.

Gracz 2: Ja to bym poszła na moło, bo nigdy nie byłam.

Jak widać, Gracze zamiast kupić samochód i pojechać nad morze wolą rozmawiać o tym, co by nad tym morzem zrobili. Ze scenki robią się tzw. gadające głowy. Gracze nie działają fizycznie i ograniczają się tylko do mówienia, w tym wypadku, o przyszłości. Analogicznie, powinno się unikać scen, w których opowiada się o przeszłości. Jeśli nie możemy czegoś zobaczyć, to nie ma powodu, by o tym rozmawiać.

Żartowanie. Ludzie przychodzą na występy impro, by się pośmiać i pobawić. Jednak wstawianie na siłę żartów do sceny często ma skutek odwrotny do zamierzonego.

Gracz 1: Kochanie, kupiłem nowy samochód.

Gracz 2: Niemiec pewnie płakał jak sprzedawał!

Gracz 1: Od Polaka kupiłem.

Gracz 2: To musi być ukryta opcja niemiecka!

Gracz 2 zamiast wspólnie budować scenę, woli ripostować żartami wszystko, co mówi Gracz 1. Taka scenka nie rozwija się dynamicznie, a

natłok na siłę wrzucanych żartów sprawia, że scenka nie jest ani trochę śmieszna.

Przerzucanie się. Taka sytuacja ma miejsce, gdy Gracze wprowadzają za dużo ofert do jednej sceny, przez co nie mogą znaleźć porozumienia, w którą stronę poprowadzić scenę.

Gracz 1: Kochanie, kupiłem nowy samochód.

Gracz 2: Świetnie, zrobiłam ci obiad.

Gracz 1: Mam tu paczkę od listonosza, właśnie go minąłem.

Gracz 2: Nareszcie. O właśnie, mamusia dzwoniła...

W czterech zdaniach wprowadzone są cztery różne oferty. W trakcie sceny część tych ofert zostanie porzucona, a mogą nawet pojawić się nowe, które dodatkowo zagmatwają scenę.

3. PLATFORMA

3.1 Platforma - wstęp

Gdy improwizator rozpoczyna scenę, nie ma nic wokół siebie. Nie ma rekwizytów lub scenografii, które mogłyby mu pomóc. Improwizator sam musi stworzyć swój świat. Z tego względu musi przekazać publiczności i pozostałym improwizatorom takie informacje, by bez problemu odnaleźli się w zapoczątkowanym przez niego świecie. Takie działanie nazywa się budowaniem platformy.

Platformę można najprościej określić jako najmniejszą ilość niezbędnych informacji potrzebnych do zrozumienia sceny. Są to zwykle odpowiedzi na pytania *кто? gdzie? i co?*.

Wróćmy do analogii z wieżą z klocków z poprzedniego rozdziału. Oferty są klockami, z których tworzymy wieżę. Jeśli początkowe klocki nie będą odpowiednio stabilne, budowla może się zawalić. Podobnie jest na scenie. Ustalając na początku sceny kim są postaci, gdzie się znajdują i dlaczego się w tym miejscu znajdują, posiadamy wszystkie informacje niezbędne do zrozumienia sensu sceny. Dotyczy to zarówno publiczności oglądającej scenę, jak i improwizatorów grających scenę.

Ciężko stwierdzić ile czasu powinno zająć ustalenie platformy. Po minucie wszystkie elementy powinny być przynajmniej w minimalnym stopniu zaznaczone. Przy założeniu, że scena trwa około 5 minut, zostaje dużo czasu na rozwój sceny. Kolejność wprowadzania elementów platformy nie jest ważna, aczkolwiek odpowiedź na pytanie *co?* najłatwiej znaleźć po ustaleniu dwóch poprzednich składników platformy.

Zwykle jako sugestię do scen bierze się miejsce akcji. Dzięki temu jeszcze przed rozpoczęciem sceny mamy określony jeden element platformy.

3.2 Platforma - kto?

Pierwszym elementem platformy jest ustalenie postaci. Wychodząc na scenę zadaj sobie pytanie dotyczące swojej postaci, np. Kim jest moja postać? Jakie ma cechy? Jaki jest jej stosunek do świata? Jakie ma pragnienia?. Nie trzeba odpowiadać na raz na wszystkie te pytania, wystarczy jedno. W dalszej części książki opisane są ćwiczenia na budowanie postaci, które pokażą jak szybko wcielić się w interesującą postać.

Gdy jako sugestię do sceny bierze się miejsce akcji, warto pomyśleć jakie postaci mogą się tam znaleźć. Popatrzmy na taki przykład. Miejscem akcji jest porodówka. Naturalną pierwszą myślą jest scena oczekiwania na dziecko przed drzwiami. Wcielenie się w postać zestresowanego, przyszłego ojca jest naturalne. Innym oczywistym skojarzeniem jest lekarz. Mając te dwie postaci można zacząć scenkę. Grając scenę z partnerem, nie można się zamykać na wymyśloną wcześniej przez siebie postać. Może się wówczas tak zdarzyć, że partner na scenie zasugeruje nam inną postać, niż ta przez nas wymyślona. Gracz próbując przepchnąć swoją postać niszczy platformę, gdyż gracze na scenie nie mogą dojść do porozumienia kto jest kim.

Inną kwestią jest odpowiedni dobór postaci do miejsca akcji. O ile w przypadku porodówki wybór przyszłego ojca, lekarza, pielęgniarki jest logiczny, o tyle wcielenie się w rzeźnika, prezydenta czy Batmana może prowadzić do konsternacji zarówno wśród improwizatorów w scenie, jak i wśród publiczności. Doświadczeni improwizatorzy zapewne wybrnęliby z takiej sceny obronną ręką, ale nie ma potrzeby na siłę utrudniać sobie sceny.

3.3 Platforma - gdzie?

Sposobów określenia miejsca akcji jest kilka i każdego jest lepiej użyć w innej sytuacji.

Najpopularniejszą możliwością jest ograniczenie pantomimiczne miejsca. Kojarzemy czynność związaną z danym miejscem i zaczynamy ją pantomimicznie wykonywać. Oto parę przykładów:

Tartak - rąbanie drewna
Szpital - przygotowanie do operacji
Kościół - spowiedź
Park - karmienie gołębi

To oczywiście tylko kilka możliwości, bo w każdym miejscu można znaleźć więcej czynności.

Inną sprawą są czynności „neutralne”, które nie narzucają bezpośrednio miejsca, ale i tak pomagają w określeniu sceny. Może to być palenie papierosa, pukanie do drzwi, czy czytanie gazety. W przypadku wyboru takiej czynności trzeba mieć na uwadze, by określić elementy platformy w inny sposób.

Niemile widzianym rozpoczęciem sceny jest zapytanie osoby „Co robisz?” Jest to strata czasu i kwestii na doprecyzowanie tego, co powinno być ustalone pantomimą. Jeśli gracz dołączający nie wie jaką czynność wykonuje pierwszy gracz, powinien dać mu więcej czasu na zarysowanie czynności.

3.4 Platforma - co?

Najtrudniejszym elementem platformy jest jej ostatni element. Znalezienie celu scenki albo powodu, dla którego dane postaci się w znalazły w tym konkretnym miejscu. Najczęściej ten element jest określany jako konflikt. Tu należy zaznaczyć, że konflikt nie oznacza kłótni postaci. Może to być „konflikt” bohaterów z jakimś przedmiotem, zjawiskiem czy problemem. Pod koniec scenki zarysowany konflikt powinien zostać rozwiązany. Nie zawsze się to uda, ale postaci powinny do tego dążyć. Przykład:

[Gracz 1: Twoja żona też dziś rodzi? \(określenie postaci swojej i gracza 2\)](#)

Gracz 2: Tak, czekam już tu dwie godziny. (doprecyzowanie miejsca)

Gracz 1: Nie martw się, to nic strasznego. Dla mnie to już piąty raz.

Gracz 2: Wow. Chciałbym móc być taki spokojny.

Gracz 1: To nic trudnego... (określenie celu sceny)

Gracze w scenie ustalili, że celem sceny będą sposoby na radzenie sobie ze stresem w oczekiwaniu na narodziny dziecka. Mamy określoną platformę, więc gracze mogą w łatwy sposób rozwinąć scenę.

3.5 Platforma - dlaczego?

Gdy mamy już zarys sceny, można do elementu „kto?” dodać pytanie „dlaczego?”. Każda postać ma jakieś motywacje i emocje, które nią kierują. Gdy postaci odkrywają swoje karty i mówią drugiej osobie co im siedzi na sercu, scena nabiera głębi. Postaci stają się bardziej prawdziwe.

Gracz 1: Cześć, kochanie. Jak było w pracy?

Gracz 2 (gburowato): Dobrze.

Gracz 1: Coś się stało?

Gracz 2: Nic.

Gracz 1: Przecież widzę, że jesteś zdenerwowany.

Gracz 2 : Ech... Zwolnili mnie z pracy.

Gracz 1: Wszystko będzie dobrze, kochanie. Jakoś sobie poradzimy.

W tym przykładzie Gracz 1 wszedł do sceny z konkretną emocją. Gracz 2 nazwał tę emocję, a Gracz 1 ją uzasadnił. Gracz 2 zareagował na to współczuciem. Wywiązała się relacja pomiędzy postaciami i dzięki temu postaci przestały być jednowymiarowe.

4. BYĆ W GRUPIE IMPRO

4.1 Gdzie trenować?

Pierwszym wyzwaniem dla początkującej grupy może być znalezienie sali na trening. Zwłaszcza, jeśli to ma być sala udostępniona za darmo. W przypadku miast akademickich sprawa jest prostsza, gdyż samorzady studenckie często dysponują salami i wspierają inicjatywy kulturalne. Jeśli w Twoim mieście nie ma organizacji studenckich, spróbuj odezwać się do lokalnego domu kultury. Możliwe, że w jakiś dzień będą mieli wolną salę. Kolejnym przystankiem są szkoły. Rzadko kiedy odbywają się tam zajęcia w godzinach popołudniowych. Jeśli uczęszczałeś do danej szkoły, dyrekcja zwykle przychylniej patrzy na prośby absolwentów. W miesiącach letnich można również trenować w plenerze, na przykład w parku. Warto jednak znaleźć jakieś ustronne miejsce. Przechodnie mogą rozpraszać i peszyć początkujących improwizatorów. Jeśli nie udało się znaleźć sali za darmo, ostatnią opcją wynajmowanie sali.

Wielkość sali jest zależna od ilości osób w grupie. Dla grupy 6-7 osobowej sala o wielkości 4m x 5m powinna być wystarczająca. Taka przestrzeń pozwala na przeprowadzenie większości ćwiczeń wymagających swobodnego poruszania się po sali.

Warto zwrócić uwagę na akustykę sali. Jeśli w sali jest echo, często improwizatorzy nie będą się słyszeć. Lepiej w takim przypadku poszukać innej sali.

4.2 Jak trenować?

Treningi impro powinny się odbywać przynajmniej raz w tygodniu. Optymalny czas trwania jednego treningu to 2-3 godziny. To wystarczający czas na porządną rozgrzewkę, zrobienie kilku ćwiczeń i zakończenie treningu paroma scenami.

Każda grupa musi znaleźć swoją receptę na rozgrzewkę. Powinno się rozgrzać ciało, gdyż grając ruszamy się i nie chcemy narazić się na żadną

kontuzję. Rozgrzewka powinna rozgrzać umysł, by mógł szybko kojarzyć fakty, sytuacje, postaci, itd. Rozgrzewka powinna skupić improwizatorów, by otworzyć ich w pełni na partnera na scenie i wyłączyć na świat zewnętrzny. Każda grupa może potrzebować innej ilości poszczególnych rozgrzewek, więc ustalenie jednego wzorca nie jest możliwe.

Drugim elementem treningu są ćwiczenia. W tej części rozwijamy swoje umiejętności i poznajemy nowe techniki, z których możemy korzystać później na scenie. Dobrze jest, gdy osoba prowadząca dany trening była wcześniej na warsztatach improwizacji i sama brała udział w ćwiczeniu. Dzięki temu może zwrócić uwagę na sposób wykonywania ćwiczenia i wyłapać elementy, które należy poprawić. Przczytanie opisu ćwiczeń w Internecie i potem robienie ich na treningu nie jest złe, aczkolwiek prowadzący to ćwiczenie musi najpierw w pełni zrozumieć instrukcję. Robienie ćwiczenia, którego się nie rozumie, mija się z celem. Prowadzący wówczas nie wie czy ćwiczenie przebiega prawidłowo, a jeśli nie, biorący udział mogą nabrać złych nawyków.

Na treningach poznajemy również siebie nawzajem, uczymy się swoich schematów myślenia, budujemy tzw. *group mind*. To określenie wspólnego umysłu grupy, poczucia jedności, dzięki któremu improwizator wie, w jakim kierunku partner chce popchnąć scenkę, nawet jeśli nie jest to od razu oczywiste. To też kwestia pełnego zaufania drugiej osobie.

4.3 Atmosfera

Jesteście grupą. Wspólnie trenujecie i występujecie. Będąc na scenie musicie sobie w pełni ufać. Musicie się znać na wylot i dobrze się czuć w swoim towarzystwie. Najlepsze grupy charakteryzuje to, że są świetnymi przyjaciółmi i spędzają ze sobą czas również poza treningami.

Warto dbać o to, by w grupie nie pojawiały się żadne niesnaski. Jeśli jednej osobie w grupie przeszkadza zachowanie innej osoby, ta para na scenie nie będzie ze sobą dobrze współpracować. Takie osoby powinny jak najszybciej spotkać się i przedyskutować sprawę. Konflikt dwóch osób wpływa na całą grupę, ponieważ zaburza poczucie jedności. Ważne jednak,

by nie robić tego tuż przed występami, gdyż spada wówczas zaangażowanie i samopoczucie pozostałych osób w grupie, jak również zanika radość ze wspólnego tworzenia.

4.4 Warsztaty

Jesteśmy na wczesnym etapie rozwoju improwizacji w Polsce. To oznacza, między innymi, że nie każda grupa ma dostęp do szkoły improwizacji lub przynajmniej do trenera. Z tego powodu bardzo ważne jest, by raz na jakiś czas zapraszać trenera impro, by poprowadził warsztaty. To osoba z zewnątrz, która będzie miała świeże spojrzenie na grupę i na to, nad czym należy popracować. Często jest tak, że grupa nie zwraca uwagi na jakiś szczegół, który okazuje się być elementem w znacznym stopniu wpływającym na jakość scen. Trener jest w stanie zmodyfikować plan warsztatów tak, by grupa jak najbardziej na tym skorzystała. Każdy trener ma swoją filozofię i spojrzenie na improwizację. Warto zapraszać różnych trenerów, by móc później skonfrontować poglądy i wziąć do siebie to, co uzna się za najbardziej przydatne.

Jeśli ciężko jest zebrać się całej grupie w jakiś weekend na takie całodzienne warsztaty, dobrym pomysłem jest wyjazd jednej lub kilku osób na warsztat improwizacji do innego miasta. Warsztaty są organizowane podczas prawie każdego festiwalu improwizacji. Coraz częściej pojawiają się oferty warsztatów weekendowych. Po powrocie osoby mogą przekazać grupie nabytą wiedzę.

Warto również zapisywać się na warsztaty niezwiązane bezpośrednio z improwizacją. Wiele dają wszelkie warsztaty teatralne. Improwizując na scenie wcielamy się w postaci. To z definicji aktorstwo. Wiedza zdobyta na warsztatach teatralnych sprawi, że granie postaci stanie się łatwiejsze i bardziej naturalne. Dobrym wyborem są również warsztaty pantomimy i tańca. Na nich można poznać bardziej własne ciało i jego elastyczność. Na dalszym etapie rozwoju umiejętności mogą się przydać warsztaty ze śpiewu.

Nie należy zapominać o trenowaniu dykcji i emisji głosu. Nie zawsze grupa będzie miała wsparcie w postaci mikrofonów czy mikroportów. Często trzeba sobie radzić bez takich luksusów. Co z tego, że fabuła jest świetna, jeśli połowa sali nie słyszy lub nie rozumie co improwizatorzy mówią ze sceny?

4.5 Występy

Występy są ważnym elementem treningu improwizatora. Uczą obydwu scenicznego, co skutkuje pewnością siebie w tworzeniu scen. Występ na początku działalności grupy powinien trwać nie około godziny. To wystarczający czas dla improwizatorów, by pokazali co potrafią. Występy trwające dłużej niż półtorej godziny zwykle męczą publiczność.

Jeśli jest taka możliwość i potrzeba, grupa może się pokusić o prywatny pierwszy pokaz dla rodziny i znajomych. Taki występ nie jest wówczas nigdzie reklamowany. Występ dla rodziny i znajomych może być nieco bardziej stresujący, ale jest to z drugiej strony pewne odciążenie psychiczne w postaci zagrania pierwszego występu przed otwartym debiutem.

Warto nagrywać swoje występy. Dzięki temu można później przeanalizować występ i pracować nad konkretnymi umiejętnościami. Dodatkowo, przy zgłoszeniach na festiwale i przeglądy impro często wymagane jest dołączenie filmu. Najlepiej wtedy podesłać fragment występu. Filmy nagrane na treningach są z reguły od razu odrzucane.

W rozdziale dziesiątym opisane są podstawowe gry impro. Jest to świetna podkładka na pierwszy występ. W Internecie można znaleźć wiele innych gier o różnym stopniu trudności, które z czasem powinno się dołączać do repertuaru.

4.6 Festiwale

Festiwal to prawdziwe święto improwizacji. Na kilka dni improwizatorzy z całego kraju zjeżdżają w jedno miejsce. Wspólnie występują, ćwiczą i oglądają spektakle. Nie ma lepszej okazji do wymiany zdań na temat improwizacji i nie tylko.

Po pierwsze, występy. Warto jeździć na festiwale zwłaszcza po to, by oglądać występy czołowych grup w kraju. Oglądanie występów innych grup rodzi mnóstwo inspiracji, a także pokazuje, co jeszcze można zrobić z improwizacją. Oglądanie grupy, w której gra trener może zobrazować filozofię impro trenera i być czynnikiem decydującym przy zapraszaniu zewnętrznego trenera na warsztat.

Następnie, warsztaty. Będąc na warsztatach poznasz nowe ćwiczenia, nabywasz umiejętności, które później możesz przekazać pozostałym osobom w rodzimej grupie impro. Poza tym, poznasz improwizatorów z innych grup. Poprzez wspólne wykonywanie ćwiczeń i granie scen poznajecie się i dużo łatwiej jest później nawiązać kontakt. To z kolei może zaowocować wspólnymi występami, warsztatami, czy po prostu znajomościami na lata.

Inną kwestią jest odpowiedni dobór warsztatu. Przed podjęciem tej decyzji należy uważnie przeczytać opis warsztatu i zastanowić się, czy dana tematyka Cię interesuje. Zwykle w opisie jest adnotacja czy to warsztat jest kierowany do początkujących improwizatorów, czy bardziej zaawansowanych. Jeśli takiej adnotacji nie ma, trzeba założyć, że grupa będzie mieszana i znajdą się tam zarówno rzeczy łatwe, jak i nieco cięższe dla początkującego improwizatora. Z roku na rok mamy w Polsce coraz więcej warsztatów prowadzonych przez zagranicznych trenerów. Jeśli znasz język angielski na poziomie przynajmniej komunikatywnym, masz dużo więcej możliwości szkolenia się.

5. ESTETYKA WYSTĘPU

W tym rozdziale dowiesz jak przygotować się do pierwszego (i kolejnego) występu. Oprócz tego omawiane będą różne zagadnienia okołowystępowe, o których często się zapomina lub po prostu nie wie.

5.1 Miejsce występu

Trenowanie impro to jedno, ale osobną lekcją są występy. To na nich można przetestować zdobytą wiedzę i umiejętności. W teorii wystąpić można wszędzie. W końcu improwizacja polega na dostosowywaniu i zmienianiu się pod wpływem partnera. W praktyce warto zadbać o komfort publiczności i zachęcić ją do powrotu na kolejne występy.

Najlepszym miejscem do występu są teatry i domy kultury. Przeważnie warunki techniczne do występu są idealne. Publiczność w każdym rzędzie bezproblemowo widzi i słyszy improwizatorów. Niestety zdarza się, że teatry nie są zainteresowane współpracą. W takim wypadku trzeba szukać alternatyw.

Z pomocą przychodzą kawiarnie i puby. Właściciele lokali z reguły chętnie wchodzą we współpracę. Dzięki temu grupa ma gdzie wystąpić, a właściciele mogą liczyć na utarg z baru w mniej ruchliwe dni. Nie jest to reguła, ale często w pubach i kawiarniach istnieje wyodrębniona scena, a przynajmniej jej namiastka.

Na co zwrócić uwagę przy doborze miejsca? Pierwszą i najważniejszą rzeczą, jest to czy istnieje scena i jakiej jest ona wielkości. Chodzi tu o obszar, na którym improwizatorzy będą mogli się poruszać i być widoczni dla publiczności. Scena nie musi ona podwyższona, ale to z kolei wprowadza pewne ograniczenia dla grających, między innymi brak możliwości grania w parterze. Jeśli taka scena istnieje, zwróć uwagę czy zmieszczą się na niej improwizatorzy z Twojej grupy. Im liczniejsza grupa, tym tej przestrzeni potrzeba więcej. Do samej gry wystarczy przestrzeń 3m szerokości i 2m głębokości sceny. W zależności od formatów i gier, może być potrzebna większa przestrzeń.

Drugim ważnym elementem jest oświetlenie. Najlepszym rozwiązaniem jest oświetlona scena i wyciemniona publiczność. Improvizatorzy doskonale widzą siebie nawzajem, a także publiczność widzi wszystko, co się dzieje na scenie. Wyciemnienie publiczności daje jej komfort i poczucie bezpieczeństwa, a ponadto ośmiela do krzyczenia sugestii (myślenie „nie widać mnie to mogę coś krzyknąć”). Improvizatorom daje to komfort czwartej ściany, możliwość skupienia się na sobie i nieszukanie co chwila wzrokiem po sali.

Z nagłośnieniem bywa najciężej. Puby i kawiarnie zwykle takowego nie posiadają. Z tego powodu należy zwrócić uwagę na akustykę sali i czy na jej końcu słychać to, co się mówi na scenie. Trzeba też zwrócić uwagę na poziom hałasu dobiegający z zewnątrz. Jeśli lokal znajduje się tuż przy ruchliwej ulicy, przejeżdżające samochody mogą przeszkadzać zarówno improvizatorom, jak i widzom. Jeśli jest możliwość podłączenia mikrofonów, poproście o mikrofony pojemnościowe. Są one bardziej czułe i łapią dźwięk z większego obszaru. Dzięki temu improvizatorzy będą mogli się poruszać po scenie nieskrępowani i w większości przypadków będzie ich słychać. Najlepszą opcją są mikroporty. Gwarantują one świetne nagłośnienie. Ich minusem jest niestety cena. Dobre mikroporty potrafią kosztować nawet kilka tysięcy złotych. Z tego powodu lepiej unikać groźnych akrobacji, by nie uszkodzić sprzętu.

W przypadku pubów i kawiarni, elementem, który może sprawić problem, jest ułożenie sali. Najlepszym możliwym ułożeniem jest teatralne, czyli rzędy krzeseł skierowane w kierunku sceny. Może się zdarzyć, że scena jest umiejscowiona na środku sali pod ścianą, a publiczność siedzi z trzech stron. Jeśli jest to możliwe, lepiej mieć mniejszą publiczność z większym komfortem oglądania. Jeśli nie ma takiej możliwości, wówczas trzeba zadbać, by nie grać cały czas plecami do części publiczności. W takim przypadku warto też zadbać o akustykę, by publiczność słyszała improvizatorów stojących tyłem.

5.2 Zachowania sceniczne

Wiele osób zaczynających przygodę z improwizacją nie ma doświadczenia scenicznego. Dlatego warto zapoznać się z zasadami scenicznego *savoir vivre*.

Aktora ze sceny musi być słycać w ostatnich rzędach publiczności. Właśnie dlatego ważne jest ćwiczenie dykcji i mówienia z przepony. Mówiąc z przepony odciążamy gardło, a sam głos jest donośniejszy. Granie tyłem do publiczności w większości przypadków wygląda fatalnie. Zawsze powinno się stać przodem do widza. Jeśli wymaga tego scena, można stać bokiem. Jeśli gracz chce pantomimicznie wyciągnąć przedmiot z szafki, szafka powinna znajdować się na boku lub z przodu sceny.

Długotrwałym procesem, ale jednocześnie bardzo poprawiającym granie postaci, jest poznanie swoich przyruchów i zapanowanie nad nimi. Przyruchy to wszelkie ruchy i tiki nerwowe wynikające nie z postaci, ale z aktora. W przypadku grania kilku postaci przyruchy mogą sprawić, że postaci zaczną się zlewać w jedną. Przyruchem może być patrzenie się w podłogę, odgarnianie włosów czy krzyżowanie rąk. Do ich wyłapania i nauki kontrolowania warto nagrać na kamerze kilka treningów lub występów i przeanalizować nagranie.

Dużym problemem wśród improwizatorów jest niechlujstwo językowe. Często się widzi improwizatorów na scenie, u których „yyy” występuje co trzecie słowo. Warto pracować nad płynnością wypowiedzi, gdyż wpływa to na jakość odbioru występu. W rozdziale ósmym znajdują się przykładowe błędy w wymowie, na które warto zwrócić uwagę..

5.3 Ubiór

Najprostszym sposobem na strój występowy dla mężczyzn jest czarna koszula i czarne spodnie lub jeansy. Kobiety w przypadku sukienek powinny rozważyć, czy będą się czuły komfortowo wykonując wygibasy na scenie. W tym wypadku również najbezpieczniejszą opcją są spodnie lub legginsy. Czarny strój jest wykorzystywany często przez grupy teatralne i

jeśli kierunek teatralnego impro jest wam bliski, to będzie wasza najlepsza opcja. Jest on swoistą kanwą, na którą aktorzy nakładają postać.

Jeśli macie odpowiedni budżet, możecie zamówić koszulki z nadrukowanym logo. Takie rozwiązanie sprzyja budowaniu więzi wewnątrz grupy. Wszyscy wychodząc na scenę czują, że są grupą, jednością.

Oczywiście nie jest to wymóg i każdy może występować w jakim stroju chce. Ważne, by był to strój schludny. Pocięte koszule nie prezentują się dobrze na scenie. Panowie, pod żadnym pozorem nie występujcie w dresach ani krótkich spodenkach. Wygląda to niestety nieprofesjonalnie.

5.4 Rozgrzewka przed występem

Przed każdym występem grupa powinna zrobić rozgrzewkę. Podobnie jak na treningu, warto zrobić rozgrzewkę fizyczną, by w trakcie występu nie przytrafiła się żadna kontuzja. Rozgrzewka umysłowa przygotowuje mózg do efektywnej pracy i przetwarzania informacji. Dodatkowo warto rozgrzać aparat mowy, by podczas występu mówić głośno i wyraźnie.

Jako element rozgrzewki warto zrobić omówienie występu „na sucho”. Powtórzenie kto w jakiej gra grze i na czym się w danej grze skupić jest pomocne. Czasem ktoś może się w danym dniu nie czuć na siłach by wystąpić w danej grze. To jest ten moment, kiedy można to jeszcze zmienić.

5.5 Ramka występu

Choć to wydaje się oczywiste, wiele grup nie ma ustalonej ramki występu. Nie chodzi tu o konkretny zestaw gier, a o kolej rzeczy w trakcie występu.

Najważniejszym zdaniem na początku występu jest energiczne „Dobry wieczór!” z ust konferansjera. To jasny sygnał dla publiczności, że właśnie w tym momencie zaczyna się występ.

Kolejnym punktem występu jest przedstawienie koncepcji wieczoru. Konferansjer powinien zapytać publiczność kto jest pierwszy raz na występie improwizowanym. Nawet jeśli nikt nie podniesie ręki, konferansjer powinien w kilku słowach nakreślić czym jest impro i na czym będzie polegać występ. Dobrze jest już na początku poinformować publiczność, że jej pomoc jest niezbędna w trakcie występu.

Następnie należy zaprosić na scenę resztę grupy, każdego przedstawiając z imienia. Kwestia czy konferansjer najpierw zaprasza grupę, czy najpierw tłumaczy czym jest impro, jest do ustalenia. Najważniejsze jest to, by te elementy się pojawiły. Gdy to już mamy za sobą, można przejść do rozgrzewek publiczności i głównej części występu.

Po ostatniej grze należy podziękować publiczności, jeszcze raz przedstawić członków grupy i zaprosić na kolejne spektakle. Można też zareklamować profil grupy w mediach społecznościowych.

Może się zdarzyć, że publiczność będzie krzyczeć „bis!”. Warto się na taką ewentualność przygotować i mieć przygotowane w zapasie jedną lub dwie gry. Po bisie jeszcze raz należy podziękować publiczności, uklonić się i zejść ze sceny.

5.6 Konferansjer

Konferansjer jest osobą, która wita publiczność, wyjaśnia publiczności charakter występu i tłumaczy zasady gier. Od niego zależy atmosfera podczas występu. Konferansjera powinna cechować charyzma i pewność siebie. Zawsze musi się zwracać do publiczności z szacunkiem.

W kwestii konferansjera zwykle leży rozgrzewka publiczności. Dobrze rozgrzana publiczność nie boi się krzyczeć sugestii do gier i nie boi się wejść na scenę w razie potrzeby. Rozgrzewki należy też dopasować do miejsca występu, charakteru występu i publiczności. Inne rozgrzewki sprawdzają się w małych salach, a inne w otwartej przestrzeni. Konferansjer nie powinien się bać zastąpić ustalonej wcześniej rozgrzewki inną, jeśli uzna, że sprawdzi się ona lepiej przy danej publiczności.

Do grupy należy decyzja czy występ prowadzi jedna osoba, dwie osoby, czy następuje zmiana prowadzącego w trakcie występu.

5.7 Rozgrzewka publiczności

Często na występach grup impro przed rozpoczęciem faktycznej części wieczoru wykonuje się rozgrzewkę publiczności. Są to proste zabawy, dzięki którym publiczność może oswoić się z improwizatorami, jak i z samymi sobą. Rozgrzewki te również ośmielają publiczność do aktywnego uczestnictwa w występie.

Przedstawione niżej rozwiązania nie są wiążące, a mają za zadanie wskazać elementy, na które trzeba zwrócić uwagę podczas doboru rozgrzewek publiczności.

Dla jasności, rozgrzewka słowna to kategoria rozgrzewek, w których publiczność krzyczy, mówi, lub wydaje dźwięki. Rozgrzewka fizyczna to kategoria rozgrzewek, w których publiczność jest proszona o wykonanie jakiejś czynności, czasami na stojąco.

- Czy większość publiczności jest pierwszy raz na impro?

TAK: prosta rozgrzewka oparta o krzyczenie słów przez publiczność

NIE: dowolna rozgrzewka słowna lub fizyczna

Publiczność przychodząc na improwizację nie zawsze do końca wie na co przychodzi. Jeśli takich osób jest większość, dobrze jest zacząć od prostej, niewymagającej rozgrzewki. Dla części publiczności może być to dziwne, że przychodzi się na występ i czegoś się od nich wymaga.

- Czy występ jest w lokalu czy otwartej przestrzeni?

LOKAL: dowolna rozgrzewka słowna lub fizyczna

PLENER: prosta rozgrzewka słowna lub brak rozgrzewki

Publiczność do lokalu przychodzi w konkretnym celu. W przypadku plenerów, a konkretnie wydarzeń typu festyn, dobrze z góry założyć, że

będzie się grało „między kielbasą z grilla a piwem”. Z tego powodu warto zrobić rozgrzewkę, tylko jeśli pod sceną zbierze się trochę osób. Jeśli się to nie uda, lepiej od razu przejść do grania.

- Czy publiczność siedzi na krzesłach w rzędzie?

TAK: rozgrzewka słowa, a jeśli jest miejsce, fizyczna

NIE: rozgrzewka fizyczna

Nie zawsze publiczność będzie siedziała na krzesłach podczas występu. W przypadku np. pikników można założyć, że publiczność będzie stała. Warto zrobić wówczas rozgrzewkę fizyczną.

- Czy publiczność jest blisko improwizatorów?

TAK: Rozgrzewka fizyczna lub słowna

NIE: Prosta rozgrzewka słowna lub brak

To uzupełnienie powyższych dwóch pytań. Na festynach artyści grają zwykle na dużej scenie rozłożonej specjalnie na tę okazję. Publiczność stoi wówczas daleko od krawędzi sceny i dużo niżej od improwizatorów. W przypadku pikników, gdzie nie ma dużej sceny, artyści i publiczność są bliżej siebie a to pozwala na lepszą interakcję.

Nie ma też ustalonego wzorca ile rozgrzewek musi się pojawić na występie, jednak przeważnie dwie rozgrzewki są wystarczające. Oczywiście nie ma też obowiązku stosowania rozgrzewek i są grupy, które od razu rozpoczynają występ. Przykładowe rozgrzewki można znaleźć w rozdziale dziewiątym.

5.8 Praca z publicznością

W przypadku krótkich gier impro często korzysta się z aktywnej pomocy publiczności. Jeśli improwizator potrzebuje takiej pomocy podczas sceny, powinien poprosić publiczność o ochotnika. Wskazanie jednej osoby z publiczności i wciąganie jej siłą na scenę burzy komfort zarówno tej osoby,

jak i pozostałej części publiczności. W kolejnych grach publiczność może mieć opór przed wyjściem na scenę lub nawet krzyżeniem sugestii. Jeśli nie ma ochotników, warto nawiązać rozmowę z jedną osobą i poprosić ją o pomoc w scenie zapewniając, że nic złego jej się nie stanie. Kiedy osoba z publiczności się zgodzi, ZAWSZE, ale to ZAWSZE, powinna wchodzić i schodzić ze sceny na brawach. Dobrą manierą jest zapytanie tej osoby o imię. Osoba z publiczności w żadnym momencie na scenie nie powinna się czuć niekomfortowo. Zadaniem grupy, jak i prowadzącego, jest troszczenie się o tę osobę.

Gdy publiczność nie jest zbyt chętna w krzyżeniu sugestii, można nawiązać dialog z jedną z osób w początkowych rzędach. Wówczas należy zapytać się o imię i zadać jedno lub kilka pytań, np. gdzie pracuje, co robiła po pracy, gdzie by chciała pracować lub po prostu zadać jeszcze raz pierwotne pytanie.

5.9 Radzenie sobie z trudną publicznością

Osobliwym przypadkiem publiczności są tzw. *hecklerzy*. W ten sposób określa się osoby, które przeszkadzają w występach. Hecklerów można częściej spotkać na występach stand-upowych, ale zdarzają się również na impro.

Hecklerzy to zwykle osoby, które przy każdym zapytaniu o sugestię krzyżują jedną, i tą samą sugestię. Ci sami ludzie zdarza się, że komentują scenę podczas jej trwania, albo chcą „pomóc” osobom na scenie podpowiadając im co mają robić. Bierze się to z dwóch źródeł. W jednym przypadku, takie osoby nie widziały wcześniej występu impro i nie mają pojęcia, że tak nie należy robić. Warto w przerwie między gramy wejść w dialog z taką osobą i wytłumaczyć jej, że improvizatorzy na scenie są zdolni i dadzą radę zagrać bez ciągłych podpowiedzi ze strony „aktywnego widza”. Warto wówczas do następnej gry zapytać o sugestię takiego widza, a ten będzie miał satysfakcję, że miał swój wkład w występ.

Drugą kategorią są osoby celowo rzucające improvizatorom kłody pod nogi. Krzyżują oni za każdym razem sugestię typu *toaleta publiczna*,

rzeźnia, prosektorium. Ten typ widza przychodzi na występ właśnie po to, by błysnąć i zostać zauważonym. Z takim widzem warto wejść w dialog i zapytać dlaczego akurat taką sugestię proponuje lub co ciekawego się dzieje w danym miejscu. Zwykle taki widz nie potrafi się wytłumaczyć, ani rozwinąć tematu, ale ponieważ została zwrócona na niego uwaga, daje sobie spokój z kolejnymi podobnymi sugestiami. Czasem warto zapytać resztę publiczności, czy chce zobaczyć scenę proponowaną przez taką osobę. Zwykle publiczność ma wycucie co chce widzieć i istnieje spora szansa, że propozycja zostanie odrzucona. W tym momencie konferansjer ma czyste ręce, ponieważ to nie on zdecydował o odrzuceniu sugestii. Oczywiście istnieje ryzyko, że publiczność rzuci improwizatorom kłódę pod nogi w postaci akceptacji takiej sugestii. Wówczas do improwizatorów należy zagranie sceny w przyzwoity sposób.

Osobną kategorią hecklerów są osoby, które w taki sposób reagują na coś, co im się podoba. Często zdają sobie sprawę z tego, że nie powinny tak robić, ale to jest ich sposób na okazanie entuzjazmu i ciężko jest im reagować w inny sposób.

5.10 Sugestia

Do większości scen wybierana jest sugestia. Ma ona dwa cele. Po pierwsze, pokazać publiczności, że improwizatorzy naprawdę tworzą wszystko na żywo i nie mają nic przygotowane wcześniej. Po drugie, jest to nakreślenie kierunku prowadzenia sceny dla improwizatorów i ułatwienie im zadania.

W większości przypadków po pytaniu o miejsce akcji świeża publiczność będzie krzycheć klasyki, czyli *kibel, prosektorium, park, czy burdel*. Podobnie w pytaniu o postać dla jednej z postaci padnie nazwisko polityka czy osobistości telewizyjnej.

Nie ma w tym nic złego. Publiczność, podobnie jak improwizatorzy, rozwija się z każdym występem. Po kilku występach publiczność zauważy pewne zależności przy doborze sugestii i przestanie krzycheć takie, które będą automatycznie odrzucane.

Można się uchronić przed takimi sytuacjami odpowiednio modyfikując zapytania kierowane w kierunku publiczności. Zamiast pytać po prostu o miejsce akcji, lepiej zapytać o miejsce, do którego chcieliby pojechać, lub gdzie chcieliby pracować. Wówczas istnieje małe prawdopodobieństwo, że padnie znów prosektorium. Można też „palić” pewne sugestie w trakcie zapytania, np. „Podajcie mi miejsce, gdzie się nie chcielibyście się znaleźć późno w nocy, na przykład prosektorium”. Listę ciekawych zapytań można znaleźć w Dodatku nr 2 na końcu ebooka.

5.11 Moderacja i kończenie scen

Nie ma jednego sprawdzonego sposobu na udaną moderację. Każda gra ma swoją mechanikę, wymagającą przerywania sceny w różnych momentach. Każdy improwizator może lepiej moderować jedne gry, a gorzej inne. Moderator powinien być czujny na momenty, kiedy powinien przerwać scenę. Mimo, że nie ma go fizycznie na scenie, moderator jest częścią scenki i musi uważnie słuchać graczy na scenie. Warto po scenach omawiać czy moderacja była dobra i jakie jej elementy można jeszcze poprawić. W przypadku takich gier i ćwiczeń jak Zmiana czy Style filmowe ważne jest, by nie zaczynać moderacji zanim nie zostanie zbudowana platforma.

Podobnie ma się sprawa w przypadku puentowania scen. Tu z kolei gracze znajdują zgrabne zakończenie sceny, a zadaniem moderatora jest definitywne zakończenie tej sceny. Jeśli się zagapi, gracze muszą szukać nowego zakończenia. Taka przedłużona scenka rzadko kończy się dobrze. Samo puentowanie to umiejętność do wyćwiczenia. Z czasem zarówno moderator, jak i grający będą dokładnie wiedzieć, w którym momencie scenka powinna zostać przerwana. Zwykle dobrym wyznacznikiem końca scenki jest śmiech publiczności, ale i to może być niekiedy zwodnicze. Ważne, by scenę zakończyć stanowczo. Zakończenia nieprzeprowadzone z pewnością siebie sprawiają, że publiczność może uznać scenę za skończoną przedwcześnie.

6. LUŻNE MYŚLI

W tym rozdziale zawarte są przemyślenia odnoszące się do impro, ale niepasujące do żadnego z pozostałych rozdziałów.

6.1 Krytyka

Łatwo jest komuś powiedzieć, co robi źle. Ciężiej jest to zrobić w taki sposób, by tej osoby nie urazić. Bardzo ważne jest osobiste nastawienie do krytyki. Te wszystkie uwagi nie mają na celu wytykanie błędów, ale zwrócenie uwagi na umiejętność lub zachowanie, które można poprawić. Na początku tych elementów będzie dużo. Nie należy się tym przejmować, bo przecież na początku wiele rzeczy trzeba w sobie wykształcić lub odkryć. Nikt nigdy nie nauczył się chodzić nie zaliczając mnóstwa upadków. Sama krytyka nie powinna skupiać się tylko na elementach negatywnych. Warto też omawiać to, co było dobrze zagrane.

Pozytywne motywowanie jest dużo bardziej efektywne. Kiedy omawiasz scenę, zacznij od wskazania dobrych momentów, następnie powiedz na co w przyszłości Gracz musi zwrócić uwagę i zakończ wskazaniem innego dobrego elementu sceny.

6.2 Wewnętrzny krytyk

Improwizacja na scenie to również praca nad sobą. Przede wszystkim to okiełznanie wewnętrznego krytyka. Wewnętrzny krytyk to taki mały potworek siedzący w głowie i mówiący Ci, że to, co robisz, jest złe i słabe. Trzeba nauczyć się uciszać krytyka w trakcie pobytu na scenie, ponieważ chce on Cię zabrać do siebie, do wnętrza głowy. Można czasem go posłuchać, ale dopiero po zakończeniu występu. Nie należy jednak brać do siebie wszystkiego, co mówi. Jest on projekcją naszego strachu przed byciem ocenianym. Nie bój się być słaby na scenie. Pokaż krytykowi, że można być jeszcze słabszym. Kiedy improwizator przestaje się bać porażki, zyskuje wolność na scenie.

6.3 Strefa komfortu

Strefa komfortu to nasz bezpieczny świat, w którym nic nas nie może zranić i nic złego nam się nie może przydarzyć. Wszystko jest ułożone, przewidywalne, bezpieczne. Tutaj czujemy się najlepiej. Poza naszą strefą komfortu istnieje dziki, nieprzewidywalny świat. Tam wszystko może nas dopaść. Nasza strefa komfortu to ledwie kropelka w morzu chaosu.

Najłatwiej strefę komfortu wyobrazić sobie jako okrąg. W samym środku jesteście bezpieczni. Zbliżając się do krawędzi zaczyna w nas się pojawiać niepokój, strach. Wbrew pozorom jest to pozytywna rzecz. Człowiek z natury boi się tego, czego nie zna. Pokonując kolejne obawy powiększamy swoją strefę komfortu. To owocuje większymi możliwościami w przyszłości. A strefę komfortu można przesunąć bardzo daleko.

Improwizator wchodząc na scenę nie wie co będzie mu dane zagrać. Musi być otwarty na każdą możliwość, nawet taką, która wychodzi poza jego strefę komfortu. Przykładowo, improwizator nie umie tańczyć. Scenka rozwija się w taki sposób, że nieuchronnie zmierza do tańca. Improwizator może zablokować partnera i rozwój akcji, ale to nie służy nikomu. Jeśli zaakceptuje ofertę pomimo swoich obaw, zostanie nagrodzony nowym doświadczeniem.

6.4 Impro nie musi być śmieszne

Przypomnij sobie jakąkolwiek dobrą komedię. W jaki sposób jest tam tworzony żart? W tych dobrych sytuacja czy schemat jest rozbudowywany do granic absurdu, a potem lekkim szturchnięciem bohatera w sam środek zaczyna się kaskada zabawnych sytuacji. Tak tworzony żart jest naturalny, widz identyfikuje się z bohaterem, jest zainteresowany co teraz mu się przydarzy. Teraz przypomnij sobie jakąś złą komedię. Co pamiętasz z tego filmu? Żenujące teksty, które w założeniu miały być śmieszne. Co tam nie zagrało? Powodów może być kilka. Aktorzy nie wczuli się odpowiednio w rolę i nie potrafili ograć tego żartu. Rzeczywistość jest przerysowana poza granicę absurdu i nierealna. Aktorzy zamiast uczestniczyć w sytuacji i ją przeżywać skupiają się na komentowaniu tego co się dzieje wokół.

W improwizacji dzieje się tak samo. Żart, który wychodzi w scenie naturalnie jest o wiele lepszy niż wrzucanie śmiesznych tekstów tylko po to, by rozśmieszyć publiczność. Jeśli uda Ci się zainteresować światem stworzonym na scenie, nawet słabe teksty, które w każdej innej sytuacji nie miałyby siły przebicia, wywołają śmiech. Impro nie musi być śmieszne. Musi być przede wszystkim interesujące. To jeden z paradoksów improwizacji. Jeśli chcesz być śmieszny, nie jesteś, a kiedy nie chcesz być śmieszny, doprowadzasz publiczność do rozpuku. Krótko mówiąc, śmiech jest efektem ubocznym w scenie improwizowanej.

Nie oznacza to, że każde impro ma nastawienie komediowe. To jest jeden z nurtów gatunku. Impro może jak najbardziej iść w stronę powagi i poruszać trudne tematy. To jest kwestia gustu zarówno grających, jak i oglądających takie spektakle. Należy jednak uważać ze zbyt ciężkimi tematami, gdyż publiczność zwykle przychodzi na spektakle improwizowane by się pośmiać.

6.5 Porażki i błędy

Znaczna większość scen, które w życiu zagrasz, będzie do bani. Pogódź się z tym. Naucz się to lubić. Kiedy boisz się popełnić błąd i zaczynasz myśleć naprzód, tracisz kontakt z tym, co się dzieje na scenie. To zabija improwizację. Kiedy planujesz, nie jesteś skupiony na scenie, na partnerze. Siedzisz w swojej głowie i boisz się wyjść, bo możesz popełnić błąd. TO właśnie jest Twój błąd. Nie masz scenariusza, więc cokolwiek zrobisz, to i tak nikt Cię nie może osądzać, że robisz coś źle. W takim razie jak to się ma wszystko do wymienionych wyżej zasad i schematów blokowania? Te zasady są właśnie po to, by pomóc improwizatorom nie siedzieć w głowie, tylko być tu i teraz na scenie.

Myślenie o porażkach i błędach wywodzi się z obawy przed zmianą. Będąc na scenie wychodzimy ze swojej strefy komfortu. Robimy rzeczy, których poza sceną nigdy byśmy nie zrobili. W takich sytuacjach najlepiej widać umiejętność akceptacji. Z drugiej strony improwizacja, w przeciwieństwie do utworów pisanych, nie daje możliwości edycji i poprawek. Błędy można

tylko przekuć w oferty, ale nie można ich usunąć całkowicie. Właśnie dlatego ważne jest nieocenianie siebie i pozostałych improwizatorów w trakcie grania sceny i skupienie się na ciągłym dokładaniu cegiełek do sceny.

Jak w takim razie wyjść z głowy? Pierwszą możliwością jest powrót do platformy. Wróć do tego, co zostało ustalone w scenie i na tym oprzyj swoją kolejną kwestię. Innym sposobem jest działanie fizyczne. Jeśli czujesz, że zaczynasz planować, oceniać, bać się, zacznij wykonywać jakąś czynność w scenie. Dzięki temu skupisz się na byciu tu i teraz i wrócisz myślami na scenę. To tylko przykłady, bo każdy może wypracować własny sposób na wyjście z głowy.

Improwizacja jest dziedziną, w której zaliczanie porażek jest na porządku dziennym. Nie ma sensu się ich bać, bo dzięki nim możemy wyciągnąć wnioski i rozwijać się. Poza tym, im szybciej improwizator popełni wszelkie możliwe błędy, tym szybciej będzie mógł się rozwinać. Porażkę dużo łatwiej zaakceptować jako coś, czego jeszcze nie umiemy, niż jako coś, czego nie umiemy i nie będziemy umieć.

6.6 Sceny, których szkoda czasu grać

To dość ciężki temat, gdyż każdy improwizator gra takie sceny od czasu do czasu.

Najpopularniejszą sceną, której lepiej unikać, jest scena transakcji. To wszelkie sceny, w których jedna osoba kupuje coś od drugiej. Scena kończy się w momencie sfinalizowania transakcji. W takich scenach często nie dzieje się kompletnie nic. Scena nie jest ani interesująca, ani śmieszna.

Drugi typ można określić jako „scenę wojskową”. W takiej scenie jeden gracz cały czas rozkazuje drugiej, co ma robić. Improwizacja opiera się na wspólnym budowaniu świata, nie na wykonywaniu woli drugiego improwizatora.

Trzeci typ był już wspomniany we wcześniejszym rozdziale. To sceny zaczynające się od słów „Co robisz?” Zamiast zadawać pytanie, które przedłuża proces ustalania platformy, lepiej od razu przejść do nazwania czynności i dołożenia kolejnych cegiełek do sceny. Do tej samej kategorii należy zaczynanie scen od słów „Cześć” lub „No hej”.

6.7 Promocja

To oczywiste, że chcemy, by na występy przychodzili ludzie. Trzeba ich niestety do tego jeszcze zachęcić. W dobie mediów społecznościowych naturalnym sposobem promocji są wydarzenia na Facebooku. Na temat prowadzenia profili w mediach społecznościowych powstało wiele książek i warto po nie sięgnąć. Drugą popularną opcją są plakaty. Wbrew pozorom dają one efekt. Oplakatowanie lokalnych kawiarni, pubów, budynków akademickich czy słupów pozwala ludziom oswoić się z nazwą. W przypadku plakatów warto dogadać się z drukarnią na zasadzie barteru. W zamian za umieszczenie logo drukarni na plakacie grupa może liczyć na obniżoną cenę wydruku plakatu. Jest to przydatne zwłaszcza na początku, gdy budżet grupy jest dość skromny.

Ponadto warto też odezwać się do lokalnych gazet. Krótki wywiad wraz z zaproszeniem na zbliżający się występ to świetny sposób na przedstawienie idei improwizacji szerszej publice. Dziennikarze zawsze szukają nowych informacji i taki artykuł to obopólna korzyść.

Analogicznie do gazet, rozgłośnie radiowe są idealnym sposobem na zareklamowanie występu. W przypadku radia można przekazać jeszcze więcej informacji o grupie, improwizacji i występach. W przypadku występów biletowanych można też rozdać kilka biletów w ramach konkursu. To może przyciągnąć na występ osoby, które same mogłyby się nie zainteresować występem.

Po występach warto udostępnić w mediach społecznościowych kilka zdjęć z występu. Dobre zdjęcia mogą zachęcić potencjalnych widzów do wzięcia udziału w kolejnym występie.

7. ĆWICZENIA

By rozwijać swoje umiejętności sceniczne, potrzebne jest przerobienie wielu ćwiczeń. W tym rozdziale przedstawiam podstawowe ćwiczenia na konkretne umiejętności.

7.1 Rozgrzewka

Podczas rozgrzewki należy rozruszać umysł, by skupić się na treningu i wyłączyć na świat poza salą. Dobrze jest też rozruszać ciało. Podczas sceny zwykle stoimy lub siedzimy, ale może się zdarzyć, że będziemy skakać, turlać się czy robić fikołki. Rozgrzewka fizyczna przygotowuje ciało na takie karkołomne wyczyny. Dobrze jest zakończyć rozgrzewkę ćwiczeniem wyzwalającym energię.

Piątki - Wszyscy Gracze ustawiają się w kole. Wykonują 5 machnięć prawą ręką głośno przy tym licząc. Następnie robią to samo z lewą ręką, potem prawą nogą, lewą nogą i biodrami. W tym momencie wracamy „do początku” i wykonujemy te same ruchy, ale po 4 powtórzenia, następnie trzy, dwa, i na koniec jedno powtórzenie. Zaczynajcie od umiarkowanej prędkości, a następnie zaczynajcie przyspieszać

Cel: Ćwiczenie ma na celu naładowanie energią graczy poprzez wysiłek fizyczny.

Zazum - Ćwiczenie wykonywane parami. Gracze stają naprzeciwko siebie i w tempie uderzają obiema rękoma o uda mówiąc „Za”. Następnie mają do wyboru pokazanie w lewo, prawo i górę. Pokazywanie odbywa się poprzez skierowanie obu ramion w jednym kierunku. Podczas pokazania tego kierunku mówią „Zum”. Jeżeli Gracz i jego partner pokażą ten sam kierunek, pantomimicznie strzelają do siebie i szukają kolejnej osoby. Jeśli nie spotkają się kierunkami, powtarzają ćwiczenie do skutku. Im szybciej jest to ćwiczenie wykonywane, tym więcej energii się wyzwala.

Cel: Ćwiczenie ma na celu naładowanie energią graczy poprzez wysiłek fizyczny. Dodatkowo, jest to również ćwiczenie na obserwację i refleks.

Liczenie do 40 - Gracze stoją w kole. Odliczają kolejno liczby do 40 (lub więcej). Zamiast cyfry podzielnej przez 3 oraz zawierającej w sobie 3 (np. 13) Gracze klaszczą i nie mogą powiedzieć swojej liczby. Osoba, która się pomyli, zaczyna liczyć od nowa. Wygląda to następująco: 1, 2, *klask*, 4, 5, *klask* ... 11, *klask*, *klask*, 14...

Cel: To ćwiczenie głównie na skupienie, ale też na złapanie dobrej energii. Wbrew pozorom, to nie jest ćwiczenie na zdolności matematyczne.

Skojarzenia - Gracze stoją w kole. Gracz 1 mówi dowolne słowo. Gracz obok podaje skojarzenie do tego słowa. Można później wprowadzić stałe tempo podawania kolejnych skojarzeń.

Cel: To ćwiczenie ma na celu trening kojarzenia różnych faktów i słów. Modyfikacja z tempem wprowadza również element rytmiki, ważny w przypadku gier muzycznych.

Przeciążenie - Gracze dobierają się w grupki 4-osobowe. Gracz 1 jest osobą „przeciążaną”. Naprzeciwko niej jest Gracz 2, której ruchy musi jak najdokładniej naśladować. Po lewej stronie jest Gracz 3, który zadaje proste pytania z zakresu matematyki. Po prawej Gracz 4 zadający pytania z wiedzy ogólnej. Podczas naśladowania ruchu Gracz 1 musi odpowiadać na pytania. Nie jest ważne, czy odpowiedzi są prawidłowe czy nie. Ważne, by pytania padały jak najszybciej i jedno po drugim, nie dając osobie przeciążanej jakiegokolwiek chwili odpoczynku. Po jakimś czasie następuje zmiana osoby przeciążanej.

Cel: To ćwiczenie ma na celu zmęczenie improwizatora poprzez wystawianie go jednocześnie na różne bodźce. To ćwiczenie wymaga dużego skupienia, co pomaga później w skupieniu na scenie.

Mindfuck - Gracze stają w kole. Podnoszą do góry jedną rękę. Gracze ustalają kategorię, z której będą brali słowa, np. samochody, owoce, miasta. Gracz 1 zaczyna i pokazuje innego Gracza mówiąc słowo z tej kategorii. Ten pokazuje kolejnego Gracza mówiąc kolejne słowo. Ostatni Gracz wskazuje pierwszą, by zamknąć koło. Gracze powtarzają słowa starając się zapamiętać kolejność. Gdy Gracze już opanowali tę kolejność, Gracz 1 wprowadza drugą kategorię. Warto zwrócić uwagę, by nie wskazywać

ponownie tej samej osoby, co przy pierwszej kategorii. Po zamknięciu tej serii Gracze powtarzają kolejność drugiej serii, by ją utrwalić. Gdy się to już uda, Gracz 1 rozpoczyna obie serie. Jego zadaniem jest pilnować, by cały czas po kole krążyły dwie serie. Gdy Gracze opanują dwie serie, można wprowadzić trzecią kategorię.

Cel: To ćwiczenie ma na celu skupienie graczy. Kontrolowanie trzech ciągów słów wymaga dużego skupienia, co następnie przekłada się na skupienie podczas innych ćwiczeń.

Wspólny oddech - Gracze stają w kole. Trzymają się za ręce, zamykają oczy i wykonują wspólnie 20 oddechów, z czego co piąty jest głębszy. Należy uprzedzić, że jeżeli komuś zrobi się słabo, powinien przerwać ćwiczenie. Gdy Gracz 1 skończy ćwiczenie, puszcza sygnał po kole. Gdy do niego wróci, mówi pozostałym, by otworzyli oczy.

Cel: To ćwiczenie jest przydatne do wyciszenia się graczy i wyłączenia na czynniki zewnętrzne. Dotlenienie organizmu i uspokojenie oddechu jest przydatne po wymagających fizycznie ćwiczeniach.

Chono - Gracze stoją w kole. Gracz 1 wybiera dowolnego Gracza na kole wpatrując się w niego. Gracz 2 mówi do Gracza 1 „Chono”. Gracz 1 zaczyna iść w kierunku Gracza 2. W tym czasie Gracz 2 patrzy w kierunku innego Gracza, który po nawiązaniu kontaktu wzrokowego mówi „Chono”. Gracz 2 zaczyna iść w kierunku Gracza 3, a Gracz 1 zajmuje miejsce Gracza 2.

Cel: To ćwiczenie na obserwację i skupienie. Powtarzać do znudzenia, pomyłki lub osiągnięcia skupienia.

Impuls - Gracze stoją w kole. Gracz 1 zaczyna klaszcząc w kierunku Gracza 2, w prawo. Ten Gracz klaszcze raz w kierunku Gracza 3, po swojej prawej. Kiedy tempo będzie już dobre, wprowadź modyfikacje.

Gracze muszą najpierw klaśnięciem odebrać impuls, a dopiero potem przekazać dalej. Gracz 2 odbiera klaśnięciem impuls od Gracza 1 i dopiero wtedy może go przekazać Graczowi 3.

Ściana - podniesione ręce. Impuls odbija się od ściany i idzie w przeciwnym kierunku.

Unik - Gracz schyla się a impuls przechodzi na kolejnego Gracza.

Zap - Gracz może przekazać impuls dowolnemu Graczowi.

Ważne, by w ćwiczeniu nie zapominać o kontakcie wzrokowym. Gdy przestaje się on pojawiać, należy zacząć jeszcze raz.

Cel: To ćwiczenie na refleks, obserwację i skupienie.

Zombie - Gracz 1 stoi pod ścianą, pozostali po drugiej stronie sali. Wybierz miejsce dla Gracza 1. Będzie on musiał się bronić przed pozostałymi (zombie) wyłącznie poprzez pantomimiczne rzucanie w nich przedmiotami, jakie można znaleźć w danym miejscu. Zombie idą powoli w kierunku Gracza 1, ale gdy zostają trafione, cofają się parę kroków. Gracz, który „zabił” Gracza 1 broni się w kolejnej turze ćwiczenia.

Cel: To ćwiczenie głównie na kreatywność, ale również po prostu dobra zabawa. Gracz broniący się odczuwa tym większą presję, im bliżej niego są zombie. To z kolei może prowadzić do absurdalnych i abstrakcyjnych pomysłów.

7.2 Akceptacja

Akceptacja jest budulcem scen. Gracze muszą się ze sobą zgadzać, by dynamicznie rozwijać scenę. Poniższe ćwiczenia mają na celu wyrobienie nawyku akceptacji.

Tak, zróbmy to - Gracz 1 zaczyna mówiąc „Zróbmy...” lub coś podobnego sugerującego konkretną czynność i zaczyna ją wykonywać. Po chwili dołącza do niego Gracz 2 i mówi „Zróbmy...” podając inną czynność. Gracz 1 mówi „Tak, zróbmy to” i razem zaczynają wykonywać tę czynność. Po czasie dołącza Gracz 3 i podaje swoją propozycję czynności, na którą wszyscy przystają. Powtarzać schemat, aż wszyscy Gracze będą wykonywać czynność. Powtórz ćwiczenie w parach.

Cel: To ćwiczenie ma za zadanie pokazanie graczom mnogość czynności, które mogą się pojawić w scenach. Dochodzi do tego współpraca między graczami.

Historia Tak, i - Gracze stoją w kole. Gracz 1 rozpoczyna historię prostym zdaniem, np. „Obudziłem się o ósmej”. Następny Gracz kontynuuje historię zaczynając swoje zdanie od „Tak, i...” i rozwija historię, np. „Tak, i poszedłem umyć zęby”. Zwróć uwagę Graczom, by zaczynali dokładnie od tych słów, a nie od „Tak, ale...”

Cel: To ćwiczenie ma pokazać graczom co dzieje się gdy akceptują, a co gdy blokują. Można umyślnie zrobić to ćwiczenie w wersji „tak, ale”, by pokazać graczom do czego prowadzi blokowanie.

Maszyny - Weź sugestię jakiegoś przedmiotu. Powiedz Graczom, by stworzyli maszynę do jego tworzenia. Każdy z Graczy będzie pojedynczym trybikiem w większej całości. Trybiki mają określony, zapętłony ruch i powinny się ze sobą ząbać. Na koniec poproś Graczy by stwierdzili, czy udało im się stworzyć sprawną maszynę.

Modyfikacja - powiedz Graczom, by sami stworzyli maszynę i nazwali ją dopiero na koniec.

Cel: To ćwiczenie ma na celu pracę z pantomimą i ciałem, a także podejmowanie ryzyka. Dodatkowo, można w tym ćwiczeniu zauważyć na ile gracze skupiają się na sobie, a na ile współpracują z innymi graczami.

Kolejność - Gracze krążą po sali. Powiedz im, by ustawili się w rzędzie według określonego kryterium. Może to być wzrost, waga, rozmiar buta, itd. Z czasem zacznij wprowadzać coraz dziwniejsze kategorie, np. higiena osobista, długość paznokci u stóp, zdrowie psychiczne. Jeśli Gracze zbyt długo dyskutują na temat kolejności, daj im 5 sekund na ustawienie się lub zabroń mówić.

Cel: To ćwiczenie pozwala na obserwację na ile gracze są w stanie dojść do porozumienia. Można też zauważyć, którzy gracze są bardziej skorzy odpuszczać swój pomysł w przyszłych scenach.

Dwugłowy ekspert - Dwoje Graczy jest ekspertem odpowiadającym na pytania publiczności na zmianę po jednym słowie. Zwróć uwagę Graczom, by nie tworzyli zbyt długich zdań, gdyż łatwo się w nich zgubić.

Cel: To ćwiczenie ma na celu naukę odpuszczania własnego pomysłu na rzecz wspólnego budowania sceny. Dodatkowo wymaga słuchania i skupienia, by zdania miały sens logiczny.

Co robisz? - Gracze dobierają się w pary. Gracz 1 pyta „Co robisz?”. Gracz 2 nazywa jakąś czynność. Gracz 1 zaczyna wykonywać tę czynność. Następnie Gracz 2 pyta „Co robisz?”. Gracz 1, cały czas wykonując swoją czynność, mówi inną czynność. Gracz 2 zaczyna ją wykonywać. Gracz 1 znów pyta „Co robisz?” i wykonuje czynność zaproponowaną przez Gracza 2.

Modyfikacja – daj graczom jedną lub dwie litery, od których muszą zacząć nazywanie wykonywanej czynności. Przykład: O B – obieranie banana, otwieranie butelki, ornitologa bawienie, itd.

Cel: To ćwiczenie na kreatywność, pantomimę, a także na skupienie. Modyfikację warto zastosować, kiedy improwizatorzy mają problem z wymyślaniem czynności.

7.3 Budowanie postaci

Gdy gramy sceny, wcielamy się w różne postaci. Nauka budowania postaci umożliwia szybkie odnajdywanie się w scenie i łatwiejsze podejmowanie decyzji.

Postaci z ciała - Gracze chodzą po sali. Powiedz im, by ułożyli swoją rękę w jakiś sposób. Daj im chwilę i zapytaj ich, jaka postać może poruszać się w taki sposób. Następnie pozwól Graczom wchodzić ze sobą w interakcje. Po podaniu kilku sugestii ułożenia różnych części ciała pozwól Graczom wybrać ułożenie ciała. Jeśli modyfikacje zamykają się tylko w rejonie górnych kończyn, przypomnij Graczom, że mogą również zmieniać ułożenie nóg.

Cel: To ćwiczenie ma na celu pokazanie prostych sposobów zbudowania postaci używając jedynie ciała.

Zwalniam cię - Gracze w tym ćwiczeniu muszą się trzymać następującego scenariusza:

Gracz 1 puka do drzwi.

Gracz 2 mówi „Wejść!”

Gracz 1 wchodzi przez drzwi.

Gracz 2 mówi „Wiesz dlaczego cię tu wezwałem?”

Gracz 1 kiwa głową, że nie.

Gracz 2 podaje Graczowi 1 kartkę papieru.

Gracz 1 mówi „Myślałem, że weźmie to pan pod uwagę.”

Gracz 2 mówi „Zwalniam cię.”

Gracz 1 mówi „Dobrze, i tak nie lubiłem tej głupiej roboty” i wychodzi.

W pierwszej turze Gracze grają „czystą” scenkę, by zapamiętać kolejność. W kolejnym powtórzeniu daj im podtekst postaci.

Przykładowe podteksty: drugi gracz ładnie pachnie / śmierdzi; gracze są smutni / szczęśliwi / przerażeni / zdenerwowani; gracze właśnie jedli grochówkę / czosnek; gracze są małpami / gołębiami / krowami / psami; poruszają się na wózku inwalidzkim; bielizna jest za mała; są przygłusi / niedowidzący / zgubili okulary lub soczewki; wypada im sztuczna szczęka; są kleptomanami.

Zwróć uwagę Graczom, jak bardzo różniły się kolejne powtórzenia od pierwszego zagrania scenki.

Cel: To ćwiczenie ma na celu pokazanie graczom jak bardzo może jedna scena się zmienić gdy zastosuje się element „dlaczego?” platformy.

Ławeczka - Ustaw na scenie kilka krzeseł w rzędzie. Gracz 1 siada na ławce. Gracz 2 wchodzi jako postać i odgrywa krótką scenkę z Graczem 1. Scenki nie powinny trwać dłużej niż 30-60 sekund. W trakcie scenki Gracz 1 znajduje powód wyjścia ze sceny i schodzi. Do Gracza 2 dołącza Gracz 3 z inną postacią. Następnie Gracz 2 znajduje powód wyjścia ze sceny, itd.

Ćwiczenie to warto wykonywać jak najdłużej, w zależności od liczebności grupy, od 20 minut nawet do 45 minut. Zwróć uwagę Graczom, by wchodzili jako zupełnie nowe postaci. Każdy ma w głowie określoną ilość archetypów postaci, które zwykle gra. Gdy Gracze wykorzystają wszystkie swoje „domyślne” postaci, zaczną tworzyć nowe.

Cel: To ćwiczenie ma na celu trening szybkiego budowania postaci.

Budka z hot-dogami - Gracz 1 jest sprzedawcą hot-dogów. Wybierz mu się jakąś cechę, na przykład szczęśliwy, smutny, paranoidalny. Pozostali Gracze przychodzą do niego jako postać, dzięki której sprzedawca będzie mógł ukazać swoją cechę. Po pewnym czasie zmień osobę sprzedającą hot-dogi i wybierz inną cechę.

Cel: To ćwiczenie ma na celu trening budowania relacji pomiędzy postaciami i grania pod inne postaci, by wypadły jak najlepiej.

Status kart - Do tego ćwiczenia potrzebna jest talia kart. Trzech Graczy losuje kartę i przytrzymuje ją lub przykleja do czoła, tak by była widoczna dla innych, ale sami nie wiedzą, jaką kartę posiadają. Zadaniem Graczy w trakcie scenki jest naprowadzić się nawzajem na to, jakie mają karty bez mówienia tego wprost. W kolejnych turach sam wybierz Graczom karty. Do każdej sceny daj Graczom sugestię miejsca akcji.

Przykładowo, Gracze losują karty 2, 4 i J. Gracz J widzi, że pozostali Gracze mają niskie karty, więc zakłada, że ma wysoką kartę. Traktuje pozostałych z pogardą, jednak Gracza z 4 traktuje nieco lepiej. Gracz z 2 widzi, że Gracz z 4 jest traktowany nieco lepiej niż on sam, więc musi mieć kartę 2 lub 3. Gracze z 2 i 4 dają do zrozumienia Graczowi z J, że jest ważny, ale nie bardzo ważny. Na koniec scenki Gracze zgadują, jakie mają karty na czole.

Następnie tej samej trójce wybierz karty, w których jest inna proporcja postaci wysokich i niskich (np. A, K, 5). Zobacz, czy trafnie się naprowadzają.

Cel: To ćwiczenie na słuchanie, akceptację i odpuszczanie własnego pomysłu.

7.4 Storytelling

Dobra scena to przede wszystkim dobrze opowiedziana historia. Może się wydawać, że to łatwe zadanie, ale nie zawsze tak jest. Poniższe ćwiczenia pokazują jak ćwiczyć budowanie interesującej historii.

Szliśmy sobie przez las - Dwoje Graczy opowiada historię razem po jednym słowie. Historia musi się rozpocząć od słów „Szliśmy sobie przez las”. W tym lesie musi coś im się przydarzyć. Kończą historię słowami „i wtedy wyszliśmy z lasu”. Zwróć uwagę, czy Gracze się słuchają i czy razem uczestniczą w historii.

Cel: To ćwiczenie służy do treningu słuchania, akceptacji i współpracy pomiędzy improwizatorami.

Wąsko szeroko - Gracze stoją w kole. Opowiadają historię kolejno po jednym zdaniu. Jeden Gracz stoi w środku i wskazuje jakie zdanie ma powiedzieć dana osoba. „Wąsko” oznacza popchnięcie akcji do przodu, rozwój sceny. „Szeroko” oznacza opis przestrzeni lub uczuć. Gracze nie powinni w takim zdaniu rozwijać sceny. Najlepiej to ćwiczenie działa przy nieparzystej liczbie osób w kole, gdyż wtedy każdy przynajmniej raz powie oba zdania.

Cel: To ćwiczenie ma na celu pokazanie, jakie zdania rozwijają scenę, a jakie zatrzymują akcję.

Historia z pokazywaniem - Gracz 1 stoi w środku, pozostali siedzą wokół niego. Zadaniem Graczy w kole jest opowiedzenie historii, a Gracza 1 jej pokazanie. Gracze opowiadają historię po jednym zdaniu. Gdy Gracz 1 już pokaże to zdanie, pyta „Co było dalej?” i Gracze mówią kolejne zdanie. W tym ćwiczeniu nie ma obowiązku narzuconej z góry kolejności zdań.

Przed ćwiczeniem poproś Graczy, by nie tworzyli długich zdań. Po ćwiczeniu zapytaj Gracza 1, które zdanie okazały się trudne do pokazania. Zwykle będą to zdania, w których pojawiły się słowa pomyślał, postanowił, przypomniał sobie. Takie zdania odwołują się do akcji, przez co historia traci dynamikę i może stać się nudna (patrz: 1.3 Plotkowanie). Powtórz to ćwiczenie z innym Graczem w środku.

Cel: To ćwiczenie ma na celu pokazanie improwizatorom jakie zdania i czasowniki rozwijają historię, a jakie są zapychaczami.

Szkielet historii - To bardziej schemat niż ćwiczenie, ale jest pomocny w tworzeniu historii.

Dawno dawno temu...

Każdego dnia...

Ale pewnego dnia...

Wtedy...

Następnie...

Dlatego...

Aż w końcu...

I od tego czasu...

Początek historii (Dawno dawno temu... Każdego dnia...) ustala rutynę, porządek tego świata.

Niespodziewane zdarzenie (Ale pewnego dnia...) łamie tę rutynę.

Rozwinięcie (Wtedy... Następnie... Dlatego...) pokazuje konsekwencje złamania rutyny.

Punkt kulminacyjny (Aż w końcu...) dąży do zakończenia historii.

Zakończenie (I od tego czasu...) ustala nową rutynę.

Nie zawsze jest możliwe sztywne trzymanie się tego schematu. Jego celem jest podział historii na wstęp, rozwinięcie i zakończenie jako części składowe historii. Czasami można zakończyć historię morałem (Morał tej historii jest następujący...).

Cel: Ten schemat jest pomocny, gdy improwizatorzy mają problem z samodzielnym, składnym tworzeniem historii.

Akcja, opis, emocja - Gracze dzielą się na grupy czteroosobowe. Gracz 1 opowiada historię. Pozostali Gracze stoją po bokach i za Graczem 1. Gracz 2, po lewej, odpowiada za opis, Gracz 3, po prawej, za emocje, a Gracz 4, z tyłu, za akcję. Sterują oni historią dotykając Gracza 1 w ramię (Gracze po

bokach) lub w głowę (Gracz z tyłu). Gracz zawsze zaczyna opowiadać historię od akcji. Kiedy Gracz sterujący opisem czuje, że w tym momencie historii przydałby się opis, dotyka opowiadającego. Ten snuje opisy otoczenia tak długo, aż nie zostanie dotknięty przez na przykład Gracza odpowiadającego za emocje. Gracz 1 wówczas zaczyna opowiadać o stanie emocjonalnym bohatera lub innych postaci w historii.

Cel: To ćwiczenie nie tylko ćwiczy opowiadanie historii, ale również wymaga od sterujących porozumienia i odpowiedzialności za wspólne opowiadanie historii.

7.5 Emocje

Scena to nie tylko mówienie i patrzeć na siebie. To, czym najlepiej przykuć uwagę publiczności to emocje. Stworzenie napięcia czy tarcia między postaciami zainteresuje widza i pozwoli improwizatorom odkryć coś nowego w swoich postaciach.

Stopniowanie emocji - Gracze wybierają dwie emocje. Jedna znajduje się w punkcie A, na jednym końcu sali, a druga w punkcie B, po przeciwnej stronie sali. Gracze ustawiają się na jednym końcu sali. Ich zadaniem jest przejście z punktu A do punktu B stopniując otrzymane emocje. Zaczynają od maksymalnego stopnia intensywności jednej emocji, stopniowo przechodząc w coraz łagodniejszy. W połowie sali jest strefa neutralna. Tu nie jest okazywana żadna emocja. Za połowę zaczynają stopniować drugą emocję lub cechę. Im bliżej są punktu B, tym mocniejsza jest ta emocja.

Przykładowo, Gracze zaczynają od miłości, a kończą na przerażeniu. Zaczynają od ogromnego okazywania miłości względem siebie i innych. W miarę zbliżania się do środka to uczucie maleje i przybiera ostatecznie rozmiary skromnych gestów i spojrzeń. Za połowę zaczyna się pojawiać strach. Na początku ma on wymiar lekkiego niepokoju, następnie przybiera on postać obserwacji poruszających się samoczynnie mebli, a na końcu jest to reakcja na widok swojej babci tańczącej walca z Hitlerem.

Można brać również sugestie nie będące emocjami, ale dające się stopniować, jak bogactwo czy odwaga. Zwróć uwagę, by Gracze nie szli za szybko. Powinni mieć dużo czasu na ogranie określonej intensywności emocji. Gracze powinni się skupić na wykorzystaniu dźwięków i pojedynczych słów. Gracze powinni też iść bardzo blisko w grupie, nie w rzędzie. Zwracaj im uwagę, żeby się ścieśnili. Ćwiczenie wykonują jako grupa, nie jako osobne jednostki idące w grupie.

Przykładowe emocje i cechy: odwaga, szczęście, smutek, zgorzkniałość, podejrzliwość, hojność, radość, niepokój, satysfakcja, strach, miłość, samotność, frustracja; inteligencja, siła, obraza.

Cel: To ćwiczenie pokazuje, że dana emocja może mieć różne stopnie natężenia i każdy stopień daje improwizatorom inne oferty.

Spacer emocji - Gracze dobierają się w pary. Podaj im emocję, jaką muszą okazać, np. strach. Następnie Gracze szukają nowej osoby i okazują z nią w parze inną emocję, np. radość. Gracze jeszcze raz szukają nowej osoby do pary i okazują jeszcze inną emocję, np. smutek. Gracze zaczynają chodzić po sali. Kiedy prowadzący krzyknie jedną z tych trzech emocji, Gracze muszą znaleźć osobę, z którą byli w tej emocji w parze i powtórzyć okazywanie emocji. Następnie pozwól Graczom dowolnie wybierać emocje i dopasowywać się do pozostałych.

Cel: W tym ćwiczeniu Gracze ćwiczą kontakt ze sobą, słuchanie i odpuszczanie własnego pomysłu.

Kocham cię - Gracze grają scenkę, ale mogą mówić tylko i wyłącznie „Kocham cię”. Muszą tak sterować sposobem mówienia tego zdania, by osoby oglądające scenę mogły powiedzieć co się w scenie wydarzyło.

Cel: To ćwiczenie ma na celu pokazanie, że nie jest do końca ważne co mówimy, ale jak to mówimy i jakie emocje temu towarzyszą.

7.6 Pantomima

Cechą teatru improwizacji jest to, że nie używa się rekwizytów. Z tego powodu wszelkie przedmioty improwizatorzy muszą ograć pantomimicznie. Nawet tak proste czynności jak podniesienie kubka czy otwieranie drzwi wymagają ćwiczenia pantomimicznego.

Pokój - Ćwiczenie wykonuje się w grupach 5-6 osobowych. Gracz 1 wchodzi do pokoju przez drzwi, ogrywa jeden przedmiot w konkretnym miejscu i wychodzi. Następni Gracze wchodzi do pokoju i ogrywają wcześniej wprowadzone przedmioty oraz wprowadzają swój przedmiot.

Przedmioty powinny być raczej nieruchome, np. telewizor, wieszak, szafka lub sofa. Po ćwiczeniu zrób omówienie. Zapytaj Graczy, czy wiedzieli jaki przedmiot dany Gracz wprowadził. Zwróć uwagę czy przedmioty nie zmieniały swojej wysokości, objętości lub miejsca w pokoju. Zwróć też uwagę na sposób otwierania drzwi - czy zawsze się otwierały w tę samą stronę i gdzie była klamka.

Cel: To ćwiczenie ma na celu wyrobienie nawyku pamiętania o położeniu przedmiotów w scenie, a także umiejętność korzystania z nich.

Zmiana gęstości - Gracze chodzą po sali. Na początku poruszają się w otoczeniu powietrza. Po jakimś czasie przejdź do bardziej gęstych substancji. Wprowadź mgłę, wodę, olej, miód, galaretkę, smołę, roztopiony asfalt i zakończ na twardym asfalcie. Na koniec wysadź Graczy dynamitem, by mogli się znów ruszać.

Powiedz Graczom, by skupili się i wczuli w kolejne stany skupienia. Powiedz im, by poczuli mgłę na palcach, miód we włosach, itd. Zwróć uwagę, czy następuje u nich różnica w poruszaniu się w zależności od substancji.

Cel: W tym ćwiczeniu Gracze skupiają się na tym, jak zachowuje się ich ciało. Może to być później wykorzystane w scenach.

Prezenty - Gracze stoją w kole. Gracz 1 zaczyna odwracając się do Gracza 2, w prawo, mówiąc „Mam coś dla ciebie”. Pantomimicznie odgrywa

podanie przedmiotu, nadając mu kształt, objętość i wagę, i podaje go Graczowi 2 nie nazywając przedmiotu. Gracz 2 cieszy się z przedmiotu, nazywa go i mówi do czego się mu przyda. Następnie Gracz 2 daje prezent osobie po swojej prawej stronie, Graczowi 3, itd.

Zwróć uwagę, czy otrzymane prezenty zachowują cechy nadane przez Graczy wręczających.

Cel: W tym ćwiczeniu Gracze wyrabiają nawyk nazywania przedmiotów pantomimicznych zgodnie z ich wielkością i kształtem.

Zgadywanki miejsc - Powiedz na ucho dwóm Graczom jakieś miejsce akcji. Zadaniem tych Graczy jest bezgłośnie pokazać, w jakim miejscu się znajdują. Zwróć uwagę, by Gracze wspólnie zarysowywali to miejsce. Pozostali Gracze zgadują jakie to miejsce.

Cel: To ćwiczenie rozwija współpracę Graczy i umiejętność określania miejsca akcji bez używania słów.

Drzwi - Gracze stoją w dwóch rzędach naprzeciwko, twarzą do siebie. W tym ćwiczeniu Gracze z jednego rzędu otwierają drzwi w określony sposób. Gracz z rzędu naprzeciwko, bazując na sposobie otwierania drzwi, określa jasno miejsce, w jakim miejscu się znajdują. Można to określić jako 10-sekundowe scenki. Kiedy obaj Gracze wiedzą, gdzie są, idą na koniec zamieniając się kolejkami..

Cel: To ćwiczenie ma na celu wyrobienie nawyku klarownego przedstawiania świata w pierwszych sekundach sceny.

7.7 Budowanie scen

Improwizacja opiera się na graniu scen. W przypadku krótkich form są to sceny niezwiązane ze sobą. Muszą jednak nieść w sobie jakąś wartość, jakiś cel. Scena, w której Gracze nie wiedzą kim są, gdzie są, albo do czego dąży scena, jest sceną, która się dłuży. Nierzadko zdarzy się Wam grać sceny,

które w ogóle nie będą miały potencjału komediowego, ale będą miały potencjał dramatyczny. Trzeba się nauczyć z tego korzystać.

Białe sceny - Gracze otrzymują sugestię i na jej podstawie grają scenkę. Nie ma tu żadnych dodatkowych zasad. W razie potrzeby możesz suflerować Graczy zadając im pytania dotyczące ich postaci lub sceny.

Cel: Celem ćwiczenia jest sprawdzenie budowania postaci i platformy.

Platforma w trzech kwestiach - Bierze udział dwóch Graczy. Gracz 1 w pierwszej kwestii określa kim są. Gracz 2 mówi drugie zdanie z informacją o miejscu akcji. Gracz 1 w trzecim zdaniu mówi co jest (byłoby) celem ich sceny. Po trzech zdaniach Gracze schodzą, a kolejni zajmują ich miejsce. Gracze nie powinni się przejmować tym, że scenki w tym ćwiczeniu będą bardzo sztuczne i wymuszone.

Cel: To ćwiczenie ma na celu szlifowanie umiejętności szybkiego tworzenia platformy.

30 sekund - Gracz 1 zaczyna wykonywać jakąś czynność. Gracz 2 dołącza do niego i jego czynności. Kiedy prowadzący da sygnał (po około 30 sekundach), wówczas dopiero Gracze mogą zacząć mówić w scenie.

Cel: To ćwiczenie skupia się na kontakcie i wzajemnym zrozumieniu Graczy. Dodatkowo pozwala na pokazanie, że pantomimą można w dużym stopniu określić scenę i nie tracić czasu na rozmowie o czynności.

Wspólna czynność - Dwoje Graczy rozpoczyna scenę od wykonywania czynności. Jedynym zastrzeżeniem jest to, że nie mogą rozmawiać o tym, co robią.

Cel: Celem ćwiczenia jest rozwój sceny bez skupiania się na czynnościach i przeniesienie uwagi na Graczy i relacje pomiędzy nimi.

Różne czynności - Dwoje Graczy zaczyna wykonywać jakąś czynność stojąc do siebie plecami. Po chwili obracają się i starają się uzasadnić swoją czynność we wspólnym świecie. Należy uważać, by Gracze nie porzucali swoich czynności.

Cel: To ćwiczenie na akceptację i słuchanie. Gracze muszą znaleźć wspólny świat, a nie zastępować jeden drugim.

Kontakt wzrokowy - Gracze rozpoczynają scenkę od patrzenia sobie w oczy. Rozpoczynają scenę, gdy zainspirują się drugą osobą.

Cel: W tym ćwiczeniu Gracze uczą się korzystać z niewerbalnych sposobów rozpoczynania sceny.

8. JEZYKA GIMNASTYKA

W tym rozdziale znajdują się ćwiczenia i wskazówki dotyczące poprawnej wymowy. Ćwiczenia te są przydatne zwłaszcza przy rozgrzewce przed występami.

8.1 Ćwiczenia wargowe

Ułóż usta w dziubek i przejdź do pełnego otwarcia ust.

Naprzemienne układanie ust w dziubek i pełny uśmiech.

Kręć dziubkiem ósemki w poziomie.

Parskanie jak koń (wprawianie warg w drganie).

Dźwięk motorówki. Na początku powolny, potem coraz szybszy i na końcu znów wolny.

Nabierz powietrza w policzki, następnie palcem dotykaj policzków i wypychaj powietrze.

Cmokanie.

8.2 Ćwiczenia językowe

Wyciągnij język maksymalnie do przodu i staraj się na zmianę dotknąć podbródka, nosa i policzków.

Przeciskanie języka między zębami.

Policz językiem każdy ząb z osobna.

Przejedź językiem po dziąsłach dookoła jamy ustnej 8 razy w prawą stronę, 8 w lewą. Następnie 4 razy w prawo i 4 razy w lewo, 2 razy w prawo i 2 w lewo, raz w prawo i raz w lewo.

Kłaskanie językiem (odgłos kopyt konia). Również podwójne klaśnięcia językiem.

Głośno wymów sekwencję wyrazów bra, bre, bri, bro, bru, bry. Po dwukrotnym powtórzeniu zamień b na następną literę: cra, cre, cri, cro, cru, cry. Jeśli masz czas, przejdź w ten sposób wszystkie spółgłoski. Na koniec możesz spróbować z innymi głoskami, np. grzd-, ck-, stk-, itp.

8.3 Łamańce językowe

Król Karol kupił królowej Karolinie korale koloru koralowego.

Wyindywidualizowaliśmy się z rozentuzjasmowanego tłumu, który entuzjastycznie oklaskiwał przeliteraturalizowaną i przekarykaturyzowaną sztukę.

Rewolwerowiec wyrewolwerowany na wyrewolwerowanej górze rozrewolwerował się.

Tracz tarł tarcicę tak, takt w takt, jak takt w takt tarcicę tartak tarł.

Trzy cytrzystki.

Rotmistrz z Tczewa.

Nie pieprz Pietrze wieprza pieprzem, bo przepieprzysz, Pietrze, wieprza pieprzem.

Przeleciały trzy pstre przepiórzyce przez trzy pstre kamienice.

Jola lojalna, nielojalna Jola, jowialny Loyola.

Czy tata czyta cytaty Tacyta?

Ząb zupa zębowa, dąb zupa dębowa.

8.4 Częste błędy w wymowie

Zjadanie końcówek wyrazów, np. „miłoś” zamiast „miłość”, „jes” zamiast „jest”.

Popularne błędy w wymowie słów, np. „wziąść” zamiast „wziąć”, „włanczać” zamiast „włączać”, „poszłem” zamiast „poszedłem”, itd. Warto poszukać w Internecie szerszej listy z podobnymi błędami wymowy.

Zbitki spółgłoskowe, czyli łączenie wyrazów, które kończą i zaczynają od podobnej lub takiej samej głoski, np. „jesto”, zamiast „jest to”, „dzissię” zamiast „dziś się”.

Samogłoski *ą* i *ę* stosowane na końcu wyrazu powinny być wymawiane bez nosowości, czyli bardziej jako *-om* i *-e*. Wymawianie ich jako *-ą* i *-ę* prowadzi do hiperpoprawności i nie jest naturalne.

Błędne używanie zaimków *tę* i *tą*. Teoretycznie obie są dopuszczalne w mowie potocznej, lecz w piśmie dopuszczalna jest tylko jedna forma. Warto jednak używać poprawnej formy również w mowie. Mówimy Poznałem *tą* panią, ale Poznałem *tę* kobietę. Forma zaimka jest dostosowana do rodzaju rzeczownika.

Pleonazmy i tautologie, czyli masła maślane, np. spadać w dół, cofać do tyłu, fakt autentyczny, najbardziej optymalny, końcowy rezultat, wzajemna współpraca.

Daty i lata: 12.12 to dwunasty grudnia, nie dwunasty grudzień. Analogicznie, 2000 wymawiamy rok dwutysięczny, ale 2018 to już rok dwa tysiące osiemnasty.

Błędne zwroty wypowiedane na co dzień, m.in. tylko i wyłącznie, okres czasu, adres zamieszkania, w każdym bądź razie.

9. ROZGRZEWKI PUBLICZNOŚCI

9.1 Rozgrzewki słowne

Tak-nie - Kiedy konferansjer mówi słowo „tak”, publiczność krzyczy „nie” i na odwrót. Konferansjer może łączyć te słowa w dowolne kombinacje, np. tak-tak-nie-nie. Można to wymieszać z kolejnymi słowami - kot/pies, czyli kot-nie-pies. Można też słowa brać od publiczności. Ważne, by konferansjer był mocno zaangażowany w rozgrzewkę. Dużo lepiej sprawdzają się proste, melodyczne powtórzenia, niż kombinowanie z jak największą ilością słów.

Pytania - Konferansjer zadaje publiczności pytania a ta odkrzykuje odpowiedź. To są proste pytania typu: Jak masz na imię? Jaki jest twój ulubiony kolor?, itd. Można też dołączyć pytanie podchwytliwe, np. Jaki masz PIN do karty?

Ja! - Konferansjer zadaje publiczności pytania a odkrzykują te osoby z publiczności, dla których dane zdanie jest prawdziwe, np. Kto ma na sobie dzinsy? Kto nosi okulary? Kto dziś był w pracy?.

Soundtrack - Konferansjer opowiada prostą historię, a publiczność podkłada efekty dźwiękowe do tej historii. Konferansjer musi w historii położyć nacisk na słowa odnoszące się do dźwięku, np. trzasnął drzwiami, otworzył okno, krzyknął, ptaki ćwierkają, itd.

Powtórzenia - Zanim konferansjer zacznie opowiadać na czym będzie polegał wieczór, prosi publiczność, by powtarzała ze zdziwieniem ostatni wyraz każdego zdania. Konferansjer następnie tłumaczy zasady występu i musi reagować na zdziwienie publiczności.

9.2 Rozgrzewki fizyczne

Kosmita krowa tygrys - W tej rozgrzewce istnieją trzy znaki. Kosmita - palce wskazujące nad głową, przypominając antenki; Krowa - otwarta dłoń przy brzuchu, przypominając wymiona; Tygrys - machnięcie ręką z palcami lekko zgiętymi, przypominając pazury. Chodzi o to, by wszyscy na

publiczności na określony sygnał pokazali ten sam znak. Można do znaków dołączyć dźwięki, by łatwiej było poznać czy wszyscy wykonują ten sam znak.

Masaż - Poprosz publiczność by obróciła się w kierunku osoby z prawej strony i pomasaowała jej plecy. Następnie niech pomasują osobę z lewej strony. Konferansjer może dawać konkretne wskazówki jak ten masaż wykonać.

Piątki - Można wykonać to ćwiczenie z publicznością, jeśli pozwala na to przestrzeń. Opis w rozdziale 7.1.

Meksykańska fala - Konferansjer dyryguje falą, która może iść zarówno, od lewa do prawa, jak i od przodu do tyłu, czy zatrzymać się w połowie. Konferansjer może użyć do tego palczki lub po prostu ręki.

Oklaski - Konferansjer dzieli publiczność na sektory. Sektor, który wskaże konferansjer musi jednocześnie klasnąć. Konferansjer może podpuszczać jeden z sektorów, pokazując drugi jako wzór.

10. PODSTAWOWE GRY IMPRO

W tym rozdziale opisane są podstawowe gry improwizowane. Te gry z powodzeniem można wykorzystywać na występach impro młodych grup. Są one zarówno dobre w odbiorze przez publiczność, jak i proste w graniu przez improwizatorów.

Tylko pytania - dla co najmniej 4 graczy.

W tej grze gracze ustawiają się w dwóch szpalerach i mogą ze sobą rozmawiać tylko i wyłącznie za pomocą pytań. Jeśli jedna z osób się pomyli, czyli powie zdanie twierdzące lub za długo będzie się zastanawiać, publiczność może ją odesłać na koniec krzycząc „Giń!” (lub innym okrzykiem). W jej miejsce wchodzi kolejny gracz i rozpoczyna nową scenkę w tym samym miejscu.

Do tej gry sugestią jest zwykle miejsce akcji.

Uwagi i wskazówki: Niech gracze nie boją się zginąć. Częstym błędem jest chęć pozostania na scenie na wszelką cenę, zadając pytania, które prowadzą donikąd. Takimi pytaniami są „A ty?”, „A dlaczego?”, a także powtórzenie pytania drugiej osoby. Można tego uniknąć zaczynając pytanie od czasownika.

Frizy - dla co najmniej 4 graczy.

W tej grze na środku sceny stają dwaj improwizatorzy i zaczynają scenkę. W dowolnym momencie osoby stojące po boku mogą krzyknąć „Stop”. W tym momencie scenka się zatrzymuje. Gracz, który zatrzymał scenę podmienia jedną z osób na scenie przyjmując dokładnie taką samą pozycję ciała i rozpoczyna od tej pozycji całkowicie nową scenkę.

Do rozpoczęcia tej gry można zaangażować publiczność. Osoba z publiczności może wybrać początkową dwójkę graczy i ich ustawić. Jeśli nie jest to możliwe, początkowa dwójka może robić wygibasy i ktoś z boku może krzyknąć „Stop”.

Uwagi i wskazówki: Bardzo ważne w tej grze jest to, by gracze zaczęli dokładnie od takich samych pozycji, w których byli ustawieni poprzedni gracze. Niech znajdą wytłumaczenie tej pozycji ciała i nie zmieniają drastycznie tego ułożenia w pierwszej sekundzie sceny. Jeśli gracze mają problem, by sami zatrzymać sceny, może to robić moderator. Inną możliwością jest granie w ciemno. Gracze stoją plecami do sceny i krzyczą „Stop” nie widząc sceny. To ogranicza analizowanie sceny „w głowie”.

Alfabet - dla 2-3 graczy.

W tej grze gracze prowadzą scenkę zaczynając swoje kwestie od kolejnych liter alfabetu. Scenka kończy się, gdy gracze wrócą do litery początkowej.

Publiczność wybiera literę początkową i miejsce akcji.

Uwagi i wskazówki: Ta gra może sprawić problem osobom, które nie znają alfabetu na wrywki. Gra działa najlepiej, jeśli gracze mówią po jednym zdaniu. Może wystąpić problem dobrego skończenia tej gry, gdyż trzeba ją skończyć w konkretnym momencie (koniec alfabetu). Z drugiej strony jest to świetne ćwiczenie na puentowanie. Z powodów słownikowych, litery A, E, Ć, Ń, Ó, X, są z tej gry wyłączone. Litery Ł, Y, Ź, Ż są opcjonalne. Jeśli gracze dobrze radzą sobie w tej grze, mogą spróbować zagrać tę grę przechodząc alfabet wstecz.

Dyrygent - dla co najmniej 3 graczy.

W tej grze jeden gracz jest moderatorem. Moderator wskazuje osobę, która w danym momencie ma opowiadać historię. Jeśli wskaże inną osobę, ta wówczas musi kontynuować historię od miejsca w którym skończyła poprzednia osoba.

Sugestią może być tytuł historii lub bohater i jego cel lub marzenie.

Uwagi i wskazówki: W tej grze ważne jest, by rozpoczynać dokładnie od miejsca, w którym skończyła poprzednia osoba. Jeśli zdanie zostało

przerwane w połowie, kolejna osoba powinna zacząć od kolejnego słowa w zdaniu, bez powtarzania ostatniego słowa. Jeśli moderator przerwał w połowie słowa, osoba kolejna musi dokończyć słowo, a nie powiedzieć je w całości. Jeśli graczy jest co najmniej 6, można wprowadzić element „umierania”, czyli gracz, który się pomylił, ginie. Grę można kończyć morałem, co jasno sygnalizuje zbliżanie się do końca gry.

Randka w ciemno - dla 4 osób

W tej grze jedna osoba jest gościem programu randkowego. Musi odgadnąć kim są kandydaci na podstawie odpowiedzi na pytania.

Publiczność wybiera postaci dla kandydatów.

Uwagi i wskazówki: Sugestie publiczności bywają różne, często są to pojęcia abstrakcyjne. Warto dla zachowania jakiegokolwiek rzeczywistości mieć przynajmniej jedną postać „ludzką”. Kandydaci mogą wchodzić ze sobą w interakcje, lecz nie powinni wchodzić sobie w słowo. Analogicznie, jeśli wykonują jakieś działania fizyczne, niech to wykonują przy swoim pytaniu, by nie odciągać uwagi od innych osób. Gość programu może zagrać postać i zadawać pytania zgodnie ze swoją postacią.

Przyjęcie - dla 4 graczy

Jeden gracz jest gospodarzem przyjęcia. Trójka graczy jest gośćmi na przyjęciu i każda gra postać nadaną przez publiczność. Zadaniem gospodarza jest odgadnięcie kim są jego goście.

Publiczność nadaje gościom postaci.

Uwagi i wskazówki: W tej grze bardzo łatwo o chaos na scenie. Jeśli jeden z gości rozmawia z gospodarzem, pozostali powinni przejść na drugi plan. Mogą oczywiście wchodzić ze sobą w interakcję, ale nie powinni odciągać uwagi od gospodarza. Gdy gospodarz odgadnie kim jest jego gość, gość powinien znaleźć powód wyjścia i zejść ze sceny, by nie przeszkadzać.

Jeśli gospodarz ma problem z odgadnięciem ostatniego gościa, można go wspomóc poprzez telefon. Osoba spoza sceny „dzwoni” do gospodarza i stara się go naprowadzić na postać ostatniego gracza. Ważne jest też, by nie przedłużać niepotrzebnie gry, gdyż wpływa to na dynamikę występu.

Historia po słowie - dla co najmniej 2 graczy

Gracze opowiadają historię, każdy po jednym słowie.

Sugestią może być tytuł historii lub bohater i jego cel lub marzenie.

Uwagi i wskazówki: Gra działa najlepiej, gdy gracze operują krótkimi zdaniami. Zdania złożone rozwlekają historię i skupiają się głównie na opisywaniu akcji, niż na jej rozwoju. Można tę grę kończyć morałem.

Style filmowe - dla 2-3 graczy

Dwie osoby zaczynają scenkę normalnie. Po pewnym czasie scenkę przerywa moderator i wprowadza styl filmowy, telewizyjny lub teatralny, w którym gracze mają kontynuować scenkę.

Sugestią może być miejsce akcji lub relacja pomiędzy graczami.

Uwagi i wskazówki: Ta gra może wymagać wcześniejszego przygotowania w postaci opracowania listy motywów i charakterystycznych elementów dla różnych stylów. Ważne, by moderator nie wprowadzał stylu, dopóki nie będzie przynajmniej zarysowana platforma. Zwykle w grze pojawia się 3-6 różnych stylów. Moderator może zapowiedzieć ostatni styl, jednocześnie dając do zrozumienia graczom, by szukali puenty.

Yyyy - dla 2 graczy

Gracze grają scenkę, ale kiedy potrzebują pomocy publiczności, mówią w jej kierunku „yyyy”, a publiczność podpowiada im jakiego słowa mają użyć. Gracze muszą użyć dokładnie tego słowa i uzasadnić je.

Sugestią może być miejsce akcji lub relacja pomiędzy graczami.

Uwagi i wskazówki: Publiczności najłatwiej krzyczeć rzeczowniki, więc gracze powinni w taki sposób używać „yyyy”. Oczywiście mogą również prosić publiczność o inne części mowy, lecz trzeba się spodziewać mniejszej ilości sugestii. Jeśli publiczność krzyczy więcej niż jedno słowo, improwizator może wybrać sobie słowo, które wstawi do sceny. Jeśli padną dwie sugestie, improwizator może wziąć je obie.

Zmiana - dla 2-3 graczy

Gracze grają scenkę, ale gdy usłyszą od moderatora słowo „zmiana”, muszą zmienić ostatnie zdanie, które powiedzieli.

Sugestią może być miejsce akcji lub zadanie dla graczy.

Uwagi i wskazówki: Moderator nie powinien krzyczeć „zmiana” dopóki nie zostanie ustalona platforma. Znacznie to utrudnia dalsze prowadzenie scenki. Moderator może kazać graczowi zmieniać jedno zdanie po kilka razy. W przypadku długich zdań limitem są trzy powtórzenia.

Warto zwrócić uwagę jak gracze zmieniają wypowiedzi. Nie powinno się to odbywać na zasadzie „pójde” „zmiana” „nie pójde”. Zwróć uwagę graczom, by szukali innych rozwiązań, a nie negowali swoje pomysły.

W przypadku dłuższych wypowiedzi, gracze nie muszą zmieniać całego zdania, a jedynie jego końcówkę. Przykład:

Gracz: Muszę dziś wcześniej wyjść z pracy. Muszę zawieźć dziecko do szkoły.

Moderator: Zmiana!

Gracz: Muszę dziś wcześniej wyjść z pracy. Muszę zawieźć żonę do lekarza.

Moderator: Zmiana!

Gracz: Muszę dziś wcześniej wyjść z pracy. Ustawilem się z kolegami na piwo.

Moderator może zmieniać nie tylko ostatnie zdanie, ale także czynności (np. „zmiana wykonywania masażu”) czy emocje. W takich przypadkach ważne jest, by tekst pozostał ten sam.

Liczba słów - dla 2-3 graczy

Gracze odgrywają scenkę, ale mogą tylko mówić zdaniami, które mają określoną liczbę słów.

Sugestią może być miejsce akcji lub problem do rozwiązania.

Uwagi i wskazówki: Ze względu na dynamikę sceny górną granicą jest 6 słów. Zwróć uwagę czy gracze trzymają się swojej liczby. Gracze mogą pomagać sobie pantomimą i kończyć zdania za drugą osobę. Okazjonalnie można graczowi przydzielić kilkanaście słów, ale tylko wtedy, kiedy zapowiadający grę ufa graczowi, że ten sobie poradzi.

90-60-30 - dla 2-3 graczy

Gracze odgrywają scenkę w dokładnie 90 sekund. Następnie muszą zagrać tę samą scenkę w 60 sekund, a potem w 30 sekund.

Sugestią może być miejsce akcji lub problem do rozwiązania.

Uwagi i wskazówki: Moderator powinien subtelnie graczom powiedzieć, gdy do końca zostało 10 sekund, by mogli poszukać puenty.

Dla frajdy publiczności gracze mogą powtórzyć tę samą scenkę w 15 sekund, 7,5 sekundy i 3 sekundy.

Kwestie z kieszeni - dla 2-3 graczy

Gracze odgrywają scenkę i co jakiś czas się posiłkują karteczkami ze zdaniami zapisanymi przez publiczność przed występem.

Sugestią może być miejsce akcji lub tytuł sceny.

Uwagi i wskazówki: Najczęstszym błędem w tej grze jest czytanie kartek seriami. W tej grze chodzi o to, by karteczkami się posiłkować, a nie z nich tworzyć scenę.

Często gracze zamiast „samemu” mówić te kwestie, wkładają je w usta innych osób, np. „Mama zawsze mi mówiła...”. Takie zdania często mają obniżoną wartość.

Więcej mniej - dla 3 osób

Dwóch graczy rozpoczyna scenkę, trzecia po chwili dołącza by ją spuentować. Następnie moderator pyta publiczności czego w tej scenie bazowej ma być więcej, a czego mniej. Gracze powtarzają scenkę zgodnie z sugestiami publiczności.

Sugestią może być miejsce akcji lub tytuł sceny.

Uwagi i wskazówki: Zwykle w tej grze po scenie bazowej są trzy sceny z sugestiami publiczności (czego więcej, mniej), ale po drugiej scenie moderator może zakończyć grę, jeśli czuje, że to jest dobry moment.

Moderator musi uważnie dobierać sugestie publiczności do sceny. O ile sugestia „więcej rekinów” w przypadku sceny na plaży mieści się w granicach prawdopodobieństwa, o tyle ta sama sugestia w przypadku tartaku może popsuć scenę. Oczywiście taką sugestią można też ograć, jednak nie powinno się utrudniać graczom sceny na siłę.

Zadaniem pierwszej dwójki graczy jest zarysowanie platformy. Trzeci gracz nie musi wcale wchodzić z jednym zdaniem kończącym scenę. Może on dołączyć wcześniej, ale musi być zarysowana platforma.

11. SKARBNICE WIEDZY

Mam nadzieję, że ten ebook okaże się dobrym punktem wyjścia dla nowych grup impro. By dalej się rozwijać, trzeba przerobić setki ćwiczeń i zagrać tysiące scen. Więcej źródeł ćwiczeń można znaleźć w tym rozdziale.

11.1 Książki

Polskie:

- Keith Johnstone - „Impro: Spontaniczne kreowanie świata”
- Michał Mącznik, Artur Król - „Praktyczna improwizacja”
- Oskar Hamerski - „Improwizacja teatralna według Keitha Johnstone'a”
- Stephen Book - „Podręcznik dla aktorów”

Angielskie:

- Keith Johnstone - „Impro for Storytellers”
- Viola Spolin - „Improvisation for the Theater”
- Del Close, Charna Halpern, Kim »Howard« Johnson - „Truth in Comedy”
- Matt Besser, Ian Roberts, Matt Walsh - „Comedy Improvisation Manual”
- Jeffrey Sweet - „Something Wonderful Right Away”
- Pam Victor - „Improvisation at the Speed of Life: The TJ and Dave Book”
- Tom Salinsky, Francis White - „The Improv Handbook: The Ultimate Guide to Improvising in Comedy, Theatre, and Beyond”

11.2 Strony internetowe

- www.Improstrefa.pl – Polskie centrum teatru improwizacji. Baza grup impro, informacje o występach i warsztatach improwizacji w Polsce.
- www.impro.info.pl – Największa polska baza ćwiczeń, gier i formatów improwizowanych.
- www.improvencyclopedia.org - Największa baza ćwiczeń, gier i formatów improwizowanych na świecie (ang.)
- www.WhoseLine.pl – mnóstwo przetłumaczonych odcinków improwizowanego programu Whose Line is it Anyway? i nie tylko.
- www.rozalska.com – Blog Małgorzaty Różalskiej, improwizatorki z grupy 7 Kobiet W Różnym Wieku, a w przeszłości W Gorącej Wodzie Kompani.

11.3 Podcasty

- Kreatura – podcast Małgorzaty Różalskiej, w którym rozmawia z różnymi osobami ze świata impro, kabaretu i stand-upu. Wybrane podcasty także w języku angielskim.
- Nie Tylko Pytania – podcast Jaśka Wasilewskiego, z wieloma osobami związanymi ze światem komedii, ale nie tylko.
- The Backline – podcast Roba Normana i Adama Cawley’ego, poruszający szczegółowo różne aspekty świata improwizacji, stand-upu, skeczy (ang.).
- Improv, Beat by Beat – podcast Curtisa Retherforda, który zbiera wypowiedzi wielu trenerów improwizacji na zadane tematy (ang.).

11.4 Facebook

- <https://www.facebook.com/improzurnal> - Impro Żurnal, autorskie teksty i rozważania improwizatorów.
- <https://www.facebook.com/groups/259666627556809> - Grupa dla polskich improwizatorów. Nawiązywanie kontaktów, dyskusje, pytania, odpowiedzi.

- <https://www.facebook.com/groups/176926739037527> - Grupa skupiająca improwizatorów z całego świata. Dużo ciekawych dyskusji na temat improwizacji.

Spółeczności lokalne:

- Warszawa: <https://www.facebook.com/groups/improwarszawa>
- Wrocław: <https://www.facebook.com/groups/386333068195651>
- Kraków: <https://www.facebook.com/groups/399765513475885>
- Trójmiasto:
<https://www.facebook.com/groups/1452513961640937>
- Poznań: <https://www.facebook.com/groups/1733842380272232>
- Toruń/Bydgoszcz:
<https://www.facebook.com/groups/633242903426609>

12. POSŁOWIE AD 2022

Od momentu publikacji *Improstartera* dużo się zmieniło zarówno w świecie improwizacji, jak i w moim podejściu do impro. W 2022 roku, kiedy dopisują te zdania, świat impro budzi się po letargu spowodowanym pandemią COVID-19. Sporo osób zakończyło wtedy swoją przygodę z improwizacją. Inni próbowali przetrwać i próbować swoich sił w spektaklach online, z mniejszym lub większym sukcesem. Niektórych ta przerwa wręcz zainspirowała do zrobienia czegoś nowego „jak już będzie można”. W pandemii trudno było zainteresować nowe osoby sztuką, która przecież tak bardzo opiera się na kontakcie z drugim człowiekiem. Nowy narybek improwizacji musi dopiero powstać. W pewnym sensie wszystko zaczynamy od nowa. Na nowo szukamy osób, z którymi chcemy improwizować i miejsc, gdzie możemy prezentować nasze spektakle.

Pandemia brutalnie przypominała, że impro to mięsień, niećwiczony wiotczeje. Powrót na scenę po prawie półtorej roku przerwy nie należał do najłatwiejszych. Z rozmów z innymi improwizatorami wiem, że oni też mieli problem znów wejść w rytm występów. Z drugiej strony dzięki takiemu doświadczeniu mogłem uświadomić sobie jak długa droga jeszcze przede mną, jak wiele jeszcze scen mam w życiu do zagrania, i że wszyscy mierzymy się z tymi samymi przeciwnościami.

Niektóre techniki czy zagadnienia poruszone w tym ebooku obecnie opisałbym inaczej lub zupełnie napisał na nowo. Wkradło się również parę błędów, które bardziej doświadczeni improwizatorzy znajdą. Z różnych względów nie podejmę się przeredagowania *Improstartera*. Mimo paru niedociągnięć, dalej uważam, że jest to dobry materiał bazowy dla osób, które chcą rozpocząć przygodę z improwizacją. Informacje tu zawarte są wciąż tym, co uważam za absolutnie podstawową wiedzę i po latach dalej nie straciły na wartości. Jedyne większe zmiany nastąpiły w dziale 11, gdzie dopisałem sekcję z wartymi uwagi podcastami i przeredagowałem odniesienia do grup w mediach społecznościowych.

Dziękuję Tobie, Czytelniku, za dotarcie do tych słów i mam nadzieję, że spotkamy się kiedyś na festiwalach, warsztatach czy występach. Trzymam kciuki za Ciebie i do zobaczenia na scenie!

13. O AUTORZE

Tadeusz Jaśkiewicz interesuje się improwizacją teatralną od 2007 roku. W 2009 roku po raz pierwszy brał udział w warsztatach improwizacji. Ma za sobą wiele godzin warsztatów improwizacji prowadzonych przez czołowych trenerów improwizacji zarówno z Polski, jak i Wielkiej Brytanii, Czech, Włoch, Francji, Holandii, Hiszpanii, Kanady czy Stanów Zjednoczonych. W 2012 i 2013 roku był sędzią w pojedynkach improwizowanych w ramach Mecz Impro Ligi. W latach 2013-2017 działał w grupie impro To Mało Powiedziane w Opolu. Od 2018 roku występuje w Gdańsku w Teatrze Improwizacji Pro Forma i organizuje różne spektakle improwizowane, jak i warsztaty improwizacji.

Dziękuję wszystkim osobom, które w choć mały sposób pomogły mi w tworzeniu tego ebooka. Dziękuję przede wszystkim Rafałowi Kaczmarskiemu, Robertowi Cichockiemu, Małgorzacie Różalskiej i Patrykowi Cyplikowi za cenne spostrzeżenia i wskazówki.

Jeśli ebook okazał się dla Ciebie przydatny, zapraszam na moją stronę internetową www.TenTadek.pl. Możesz tam zapoznać się z moją aktualną ofertą warsztatową.

DODATEK 1 - LISTA GIER I ĆWICZEŃ

30 sekund	Postaci z ciała
90-60-30	Powtórzenia
Akcja, opis, emocja	Prezenty
Alfabet	Przeciążenie
Białe sceny	Przyjęcie
Budka z hot-dogami	Pytania
Chono	Randka w ciemno
Co robisz?	Różne czynności
Drzwi	Skojarzenia
Dwugłowy ekspert	Soundtrack
Dyrygent	Spacer emocji
Frizy	Status kart
Historia po słowie	Stopniowanie emocji
Historia Tak, i	Style filmowe
Historia z pokazywaniem	Szkielet historii
Impuls	Szliśmy sobie przez las
Ja!	Tak-nie
Kocham cię	Tak, zróbmy to
Kolejność	Trzy serie
Kontakt wzrokowy	Tylko pytania
Kosmita krowa tygrys	Wąsko szeroko
Kwestie z kieszeni	Więcej mniej
Liczba słów	Wspólna czynność
Liczenie do 40	Wspólny oddech
Ławeczka	Yyyy
Masaż	Zazum
Maszyny	Zgadywanki miejsc
Meksykańska fala	Zmiana
Oklaski	Zmiana gęstości
Piątki	Zombie
Platforma w trzech kwestiach	Zwalniam cię
Pokój	

DODATEK 2 – LISTA EMOCJI

agresja	niezadowolenie	troska
akceptacja	obawa	trwoga
amok	obojętność	ufność
apatia	oburzenie	ulga
bezzadność	odprężenie	upokorzenie
bezsilność	odwaga	uraza
beztroska	onieśmienie	uwielbienie
błogość	oszołomienie	wahanie
bojaźliwość	ożywienie	wdzięczność
ból	panika	wesołość
czułość	pewność siebie	wrażliwość
depresja	podejrzliwość	współczucie
desperacja	podniecenie	wstręt
dobroduszość	podrażnienie	wstyd
docenienie	pogarda	wściekłość
duma	popłoch	wyrzuty sumienia
dyskomfort	powściągliwość	wzburzenie
ekscytacja	przerazenie	wzruszenie
entuzjizm	przybicie	zachwył
euforia	przygnębiecie	zadowolenie
frustracja	przyjemność	zagubienie
furia	radość	zainteresowanie
gniew	rozbawienie	zakłopotanie
grzeczność	rozczarowanie	zaskoczenie
irytacja	rozkosz	zawód
konsternacja	rozpacz	zazdrość
lęk	satysfakcja	zdenerwowanie
lojalność	serdeczność	zdziwienie
mądrość	skrępowanie	złość
melancholia	smutek	zmartwienie
miłość	spełnienie	zmęczenie
mściwość	strach	zniecierpliwienie
niechęć	sympatia	zranienie
nienawiść	szal	żał
niepewność	szczęście	żałoba
niepokój	tęsknota	życzliwość
nieśmiałość	trauma	

DODATEK 3 – LISTA ZAPYTAŃ DO PUBLICZNOŚCI

- Proszę o sugestię miejsca, w którym dużo się dzieje.
- Jaka relacja łączy te postaci?
- Proszę o sugestię miejsca na literę...
- Kim jesteś z zawodu?
- Jak byłeś mały, kim chciałeś zostać?
- W jakim zawodzie się dużo zarabia?
- Jakiego przedmiotu używamy w domu najczęściej/najrzadziej?
- Jaką czynność robi się w domu raz do roku?
- Co można robić w domu wiosną/latem/jesienią/zimą?
- Przedmiot na literę...
- Proszę o zawód dla pierwszej/drugiej postaci?
- Jak brzmiał ostatni SMS, jaki dostałeś?
- Proszę o sugestię miejsca, gdzie jest mało/dużo miejsca.
- Proszę o sugestię miejsca, gdzie nie chciałbyś się znaleźć sam późno w nocy.
- Proszę o zdanie, które rozpocznie scenę.
- Proszę o ważne wydarzenie w życiu.
- Proszę o przeczytanie zdania z książki, którą masz ze sobą.
- Proszę o tytuł sceny.
- Poproszę o sugestię jakiegoś zwierzęcia.
- Proszę o ważny moment z historii.
- Proszę o problem dla postaci.
- Proszę o nietypowe hobby.
- Co można znaleźć w piwnicy, bagażniku, na strychu...
- Proszę o jakiś uciążliwy nawyk.
- Proszę o miejsce, gdzie można spotkać kogoś wyjątkowego.
- Proszę o jakieś warzywo/owoc.
- Jaka jest najgorsza wymówka?
- Co w domu może się zepsuć?
- Czego nie można dać pod zastaw?
- Gdyby to było możliwe, co byś zmienił w swoim życiu?
- Co masz w planach w tym tygodniu?
- Jakie hobby/zawód ma twój wujek/dziadek/kuzyn?
- W jakim zawodzie brak koncentracji może prowadzić do wypadku?
- Co masz w kieszeni?
- Czego się nie kupi w supermarkecie?