



YOUTH VULNERABILITIES IN A EUROPE WITHOUT BORDERS JANUS N° 2023-1-RO01-KA220-YOU-000154837

NEWSLETTER NO 6

Pași de urmat în aplicarea Metodologiei Teatrului Autobiografic

Metodologia Teatrului Autobiografic este o abordare pedagogică și artistică inovatoare, concepută de regizorul **Domingo Ferrandis** (Solis srls). Ea îmbină povestirea personală cu transformarea creativă, având ca scop sprijinirea participanților în explorarea propriilor experiențe, în timp ce își dezvoltă gândirea critică, colaborarea și expresia artistică.

Metodologia este structurată în jurul a șapte etape interconectate:

- **Încrederea** – crearea unui mediu sigur și sprijinitor, care favorizează deschiderea.
- **Povestea** – încurajarea împărtășirii narațiunilor personale.
- **Transcrierea** – transformarea poveștilor orale în texte scrise.
- **Cercetarea** – conectarea poveștilor individuale cu contexte culturale, istorice sau sociale mai largi.
- **Narațiunea - Ficționalizarea** – reconfigurarea narațiunilor personale în material creativ și performativ.
- **Estetica** – modelarea limbajului artistic prin sunet, mișcare, punere în scenă și expresie vizuală.
- **Teatrul** – prezentarea rezultatului ca act creativ colectiv, care îmbină adevărul personal cu expresia artistică comună.

După prezentarea spectacolului în fața publicului, se adaugă alte două etape:

- **Colocviul** – discuția de după spectacol dintre actori și participanți.
- **Diseminarea** – multiplicarea și adaptarea rezultatelor proiectului în alte contexte.

Punctul forte al metodologiei constă în flexibilitatea sa: poate fi adaptată la diverse contexte educaționale, sociale și artistice, devenind un instrument valoros pentru profesori, educatori, artiști, lucrători de tineret și practicieni culturali.

Prin combinarea autenticității autobiografice cu experimentarea artistică, metodologia Janus nu doar că dezvoltă abilități creative, ci și cultivă empatia, reziliența și conștiința critică – competențe esențiale în peisajul cultural și educațional actual.

<https://projectjanus.wixsite.com/janus>



Rămâneți conectați și urmăriți călătoria noastră captivantă alăturându-vă comunității noastre pe Facebook și pe site-ul „JANUS Project”. Nu ratați cele mai recente actualizări, informații și conținut exclusiv!

UNIVERSITATEA DE ARTE DIN TÂRGU-MUREȘ, ROMÂNIA

Universitatea de Arte din Târgu-Mureș a integrat Metodologia Teatrului Autobiografic împreună cu profesori, educatori și artiști practicieni. Accentul a fost pus pe explorarea rolului acesteia în formarea academică, experimentarea artistică și dezvoltarea profesională în industriile creative.

Încrederea

- Această etapă a fost considerată cea mai importantă a metodologiei.
- Aproape toți respondenții au subliniat importanța creării unui mediu sigur și deschis, în care participanții să se simtă confortabil să împărtășească.
- A fost percepută ca fiind atât realizabilă, cât și crucială pentru succesul tuturor etapelor următoare.

Povestea

- A fost evaluată cel mai scăzut dintre etape.
- Deși participanții au recunoscut valoarea identificării poveștilor personale, mulți au considerat-o dificilă și sensibilă.
- Principalele provocări menționate: auto-expunerea, teama de judecată și dificultatea de a selecta narațiuni cu adevărat semnificative.

Transcrierea

- În general, a fost văzută ca necesară și realizabilă.
- Scrierea poveștilor ajută la structurarea experiențelor și le pregătește pentru adaptare.
- Este considerată importantă pentru claritate și continuitate, deși unii o percep ca pe o etapă solicitantă pentru studenții mai tineri.

Cercetarea

- A fost puternic apreciată ca modalitate de a aprofunda poveștile prin discuții de grup, studii de caz și perspective interdisciplinare (psihologice, sociologice, istorice). Respondenții au considerat-o o etapă de îmbogățire semnificativă, care face ca narațiunile personale să capete mai mult sens.

Narațiune - Ficționalizare

- Percepțiile au fost mixte: unii participanți se simt confortabil să ficționalizeze experiențe personale, în timp ce alții sunt reticenți.
- Este văzută ca o etapă necesară pentru adaptarea scenică, dar există îngrijorări legate de alterarea adevărului personal.
- Nivelul de confort diferă în funcție de grupă de vârstă și deschiderea fiecăruia.

Estetica

- Considerată foarte importantă pentru impactul asupra publicului.
- Elemente vizuale și sonore sunt percepute ca fiind esențiale pentru a face poveștile să rezoneze mai profund.
- A fost evaluată ca o etapă cu influență majoră, ce amplifică atât expresivitatea, cât și receptivitatea.

Teatrul

- Etapă evaluată pozitiv.
- Văzută ca punctul culminant al procesului, prin care poveștile autobiografice pot fi conectate cu un public mai larg.
- Respondenții cred că această etapă poate aborda teme contemporane și relevante și poate stimula empatia.

Aplicabilitate pe grupe de vârstă

Studenti: Metodologia a fost descrisă ca fiind extrem de relevantă, încurajând dezvoltarea personală și profesională.

Grupe mai tinere: Unii respondenți au menționat că complexitatea etapelor de transcriere și cercetare ar trebui simplificată pentru elevii de liceu.

Provocări

- Etapele de cercetare și transcriere au fost considerate prea solicitante fără o îndrumare mai consistentă.
- Spectacolul necesită mai mult timp, resurse tehnice și spațiu de repetiții.

Direcții de viitor

- Explorarea unor formate inovatoare de spectacol (multimedia, instalații, teatru non-verbal) pentru a reduce temerile legate de expunerea pe scenă.
- Aprofundarea cercetării ca analiză colaborativă, prin conectarea poveștilor personale la contexte culturale și sociale mai largi.
- Consolidarea experimentării estetice prin peisaje sonore, mișcare și arte vizuale, pentru a valorifica creativitatea studenților.

Recomandări

- Oferirea de flexibilitate în formatul spectacolului: variante simbolice, video sau hibride.
- Sprijinirea studenților cu instrumente de procesare emoțională înainte de spectacol.
- Încurajarea facilitării conduse de colegi, în care studenții avansați îi ghidează pe cei mai tineri.

Metodologia este foarte compatibilă cu mediul universitar artistic, unde studenții sunt deschiși la creativitate, estetică și experimentare.

Aplicarea este fezabilă, cu adaptări pentru formate de spectacol care reduc expunerea emoțională.

Sustenabilitatea este puternică dacă metodologia este integrată în designul curricular și conectată la proiecte conduse de studenți, asigurând astfel continuitatea dincolo de atelierele punctuale.

SOLIS SRLS, ITALIA

SOLIS SRLS a implementat Metodologia Teatrului Autobiografic cu accent pe reziliența tinerilor, creativitate și adaptare digitală. Au fost implicați educatori, asistenți sociali și facilitatori comunitari în aplicarea metodologiei, subliniind potențialul acestora pentru incluziune socială, dezvoltarea empatiei și dezvoltare personală.

Încrederea

- Evaluată ca fiind foarte importantă.
- Respondenții subliniază că siguranța emoțională este esențială pentru ca participanții să se poată deschide.
- A fost percepută ca fiind realistă și realizabilă, cu o concordanță ridicată între răspunsuri.

Povestea

- Considerată realizabilă, dar ușor mai slabă decât etapa Încredere.
- Participanții recunosc valoarea identificării poveștilor personale, deși unii menționează că este nevoie de ghidaj și sensibilitate.
- Per ansamblu, a fost evaluată ca fiind relativ ușoară.

Transcrierea

- Percepută ca fiind foarte utilă și necesară.
- Scrierea poveștilor este văzută ca o etapă cheie pentru claritate, reflecție și pregătirea pentru adaptare.
- Evaluată foarte pozitiv, aproape la același nivel cu Încrederea și Cercetarea.

Cercetarea

- Una dintre etapele cu cele mai bune evaluări.
- Discuțiile de grup și analizele contextuale sunt considerate îmbogățitoare, adăugând profunzime și perspectivă poveștilor personale.
- A fost percepută ca fiind atât utilă, cât și fezabilă.

Narațiune - Ficționalizare

- Văzută pozitiv, mai bine cotate decât în alte grupuri.
- Respondenții se simt, în general, confortabil să ficționalizeze poveștile personale, deși recunosc necesitatea de sensibilitate în acest proces.
- Considerată o etapă creativă și adaptabilă.

Estetica

- Evaluată foarte pozitiv.
- Recunoscută ca o etapă ce amplifică impactul prin elemente vizuale, sonore și alegerile artistice.
- Percepută ca esențială pentru implicarea publicului.

Teatrul

- Evaluată pozitiv.
- Participanții văd spectacolul ca pe punctul culminant al procesului, în care toate etapele anterioare se reunesc.

Aplicabilitate pe grupe de vârstă

Participanți tineri: Metodologia a fost considerată fezabilă, dar a necesitat facilitare dinamică și exerciții adaptate pentru implicarea online.

Participanți maturi: Au găsit mai ușor să se implice în povestirea reflexivă și performanță, chiar și în mediul online.

Provocări

Construirea încrederii în mediul online a fost descrisă ca fiind dificilă și consumatoare de timp.

Etapele de improvizație și spectacol au fost mai dificile în lipsa interacțiunii fizice.

Direcții de viitor

- Consolidarea metodologiei ca instrument cultural și relațional holistic, prin legarea poveștilor de identitate și comunitate.
- Integrarea instrumentelor de storytelling digital (audio, video, podcasturi) pentru a lărgi accesibilitatea.
- Poziționarea metodologiei ca practică de dezvoltare a rezilienței pentru grupuri vulnerabile.

Recomandări

- Oferirea de formare pentru facilitatori, cu abordare sensibilă la traumă, pentru a gestiona conținuturile delicate.
- Stabilirea unor garanții etice (anonimizare, ficționalizare) pentru etapa de spectacol.
- Pilotarea unor metode hibride (digital + live) pentru a atrage audiențe diverse.
- Încurajarea ficționalizării colective ca alternativă mai sigură la expunerea individuală.

Metodologia se aliniază foarte bine cu misiunea holistică, culturală și relațională a SOLIS, ceea ce face aplicarea sa foarte fezabilă.

Instrumentele digitale și abordările sensibile la traumă sunt esențiale pentru implicarea tinerilor vulnerabili.

Sustenabilitatea este realizabilă atunci când metodologia este legată de proiecte comunitare, colaborări europene și dezvoltarea capacității facilitatorilor, asigurând astfel integrarea sa pe termen lung în practicile ONG-urilor.

FUNDAȚIA PROFESSIONAL, ROMÂNIA

Fundația Professional a integrat metodologia Janus – Teatru Autobiografic în ateliere concepute pentru a sprijini reziliența, creativitatea și expresia emoțională. Metodologia a fost aplicată împreună cu profesori, educatori și lucrători de tineret, cu accent pe modul în care teatrul autobiografic poate consolida reziliența, creativitatea și expresia personală în rândul tinerilor.

Încrederea

- Percepută ca importantă, dar nu întotdeauna ușoară, mai ales în cazul copiilor sau al elevilor cu nevoi speciale.
- Respondenții subliniază necesitatea de adaptare și grijă suplimentară în crearea unui mediu sigur.
- Etapa a primit un scor ușor mai scăzut comparativ cu altele, reflectând provocările practice.

Povestea

- Considerată realizabilă și valoroasă.
- Participanții au evidențiat interesul pentru transformarea experienței personale în narațiune.
- Au fost menționate însă și dificultăți legate de ghidarea elevilor în alegerea unor povești cu adevărat semnificative.

Transcrierea

- Văzută ca o etapă necesară și utilă pentru claritate.
- Scrierea ajută la structurarea și rafinarea experiențelor înainte de ficționalizare.
- Au existat variații în percepție (câțiva au acordat scoruri mai mici), dar în ansamblu etapa a fost acceptată pozitiv.

Cercetarea

- Apreciată ca modalitate de a îmbogăți poveștile prin discuții, analiză și perspective mai largi.
- Includerea dimensiunilor psihologice, sociologice și istorice este percepută ca benefică.
- Recunoscută ca o etapă de îmbogățire, care consolidează narațiunile.

Narațiune - Ficționalizare

- Etapa cu cea mai scăzută evaluare în acest grup.
- Respondenții au avut opinii împărțite: unii o consideră creativă și utilă pentru adaptare, alții se simt inconfortabil cu ficționalizarea adevărilor personale.
- Percepută ca necesară pentru teatru, dar cu sensibilități emoționale și etice.

Estetica

- Văzută ca un factor important de amplificare a performanței.
- Elementele vizuale și sonore sunt considerate esențiale pentru impactul asupra publicului.
- Respondenții au subliniat rolul său în transformarea poveștilor în experiențe expresive și atractive.

Teatrul

- Evaluată ca fiind cea mai pozitiv percepută etapă.
- Considerată eficientă pentru a aborda teme contemporane și pentru a rezona cu publicul.

Aplicabilitate pe grupe de vârstă

Majoritatea respondenților au considerat metodologia Janus ca fiind aplicabilă grupelor lor de vârstă. Totuși:

Participanții mai în vârstă s-au simțit, în general, mai confortabil cu reflecția profundă și cu performanța.

Grupurile mai tinere au avut nevoie de mai mult sprijin, în special în etapele de Încredere și Spectacol.

Provocări

Unele etape, în special Transcrierea și Cercetarea, au fost descrise ca fiind mai puțin atractive și necesitând o facilitare mai clară.

Etapă de Spectacol a fost percepută ca fiind emoțional intensă și uneori intimidantă.

Direcții de viitor

- Prioritizarea construirii încrederii și a povestirii prin joc, desen și exerciții colective, pentru a depăși rezistențele.
- Adaptarea transcrierii la nivelul de alfabetizare: jurnale vizuale, povestiri de grup, scriere colaborativă.
- Integrarea metodologiei în contextul școlar prin sesiuni mai scurte și modulare.

Recomandări

- Dezvoltarea de formări pentru profesori în facilitarea emoțională și cu abordare sensibilă la traumă.
- Utilizarea povestirii simbolice (imagini, păpuși, metafore) pentru a reduce vulnerabilitatea.
- Asocierea esteticii și a performanței cu formate cu miză redusă (expoziții de clasă, teatru simbolic) pentru a crește treptat încrederea.

Experiența Fundației Profesionale cu metodologia Janus evidențiază potențialul său transformator.

Aplicările viitoare ar trebui să extindă metodologia prin tehnici de storytelling digital, facilitare mai puternică a etapelor abstracte și adaptări pentru elevii mai tineri, asigurând că teatrul autobiografic rămâne accesibil, relevant și sustenabil.

Sustenabilitatea depinde de formarea profesorilor și de integrarea metodologiei în activitățile școlare regulate, sub formă de module mai scurte și accesibile.

SHIPCON LIMASSOL LTD, CYPRUS

Shipcon a pilotat metodologia Janus – Teatru Autobiografic ca parte a programelor sale de formare interculturală și educațională. Metodologia a fost explorată împreună cu formatori, profesori și specialiști în educația adulților, testându-se relevanța acesteia în învățarea pe tot parcursul vieții și în formarea interculturală.

Încrederea

- Percepută ca fiind foarte importantă și, în general, realizabilă.
- Accent pe rolul unui mediu sigur și deschis pentru împărtășire autentică.
- Evaluată foarte bine, deși s-au semnalat unele provocări în lucrul cu participanți mai tineri.

Povestea

- Etapa cu cea mai scăzută evaluare în acest grup.
- Deși valoroasă, mulți respondenți au considerat dificilă sau sensibilă alegerea poveștilor personale.
- Provocările includ frica de expunere, dificultatea selectării unor narațiuni semnificative și vulnerabilitatea emoțională.

Transcrierea

- Considerată o etapă necesară și utilă.
- Scrierea poveștilor este apreciată pentru structură și claritate, pregătind terenul pentru ficționalizare.
- Unii au menționat că poate fi mai dificilă pentru participanții mai tineri.

Cercetarea

- Puternic apreciată.
- Discuțiile de grup, analiza și perspectivele interdisciplinare (psihologie, sociologie, istorie) sunt percepute ca îmbogățind poveștile.
- Respondenții cred că această etapă face narațiunile mai semnificative și colective.

Narațiune - Ficționalizare

- Răspunsuri mixte: unii au găsit procesul creativ și eliberator, alții s-au simțit inconfortabil cu ficționalizarea adevărilor personale.
- Percepută ca necesară pentru adaptarea scenică, dar cu sensibilități etice și emoționale.

Estetica

- Una dintre etapele cu cele mai ridicate evaluări.
- Considerată crucială pentru impactul asupra publicului, cu elemente vizuale și sonore care intensifică expresia emoțională.
- Văzută ca esențială pentru ca poveștile să rezoneze pe scenă.

Teatrul

- Evaluată pozitiv ca punct culminant al procesului.
- Percepută ca având capacitatea de a aborda teme relevante și contemporane.
- Ușor mai scăzută ca scor față de Estetică, Încredere și Cercetare, dar totuși apreciată per ansamblu.

Aplicabilitate pe grupe de vârstă

Participanții au remarcat că metodologia este fezabilă pentru vârste diferite, dar cu unele variații:

Adulții au găsit-o extrem de relevantă pentru autorefecție și dezvoltare profesională.

Participanții mai tineri au avut nevoie de mai multă facilitare și de elemente bazate pe joc, în special în etapele de Încredere și Spectacol.

Provocări

Selectarea poveștii și ficționalizarea narativă necesită mai mult sprijin, deoarece participanții pot întâmpina dificultăți legate de vulnerabilitatea personală sau de ficționalizarea propriilor experiențe.

Direcții de viitor

- Consolidarea strategiilor de construire a încrederii, adaptate pentru grupuri diverse (jocuri de empatie, jocuri de rol).
- Dezvoltarea unor abordări flexibile pentru ficționalizare (simbolică, metaforică, colectivă).
- Extinderea etapelor de estetică și performanță către contexte comunitare și de dialog intercultural.

Recomandări

- Oferirea unor alternative de performanță (film, expoziții, puneri în scenă simbolice) pentru a reduce teama de scenă.
- Crearea unor structuri de sprijin între colegi pentru a încuraja împărtășirea și reziliența.
- Conectarea teatrului autobiografic la probleme comunitare și sociale, pentru a-i crește relevanța.
- Formarea facilitatorilor în metodologii adaptative, pentru a gestiona nevoile diverse de învățare și sensibilitățile culturale.

Aplicarea este posibilă, dar necesită flexibilitate: construirea încrederii și ficționalizarea trebuie adaptate pentru grupuri de tineri diverși.

Accentul metodologiei pe estetică și performanță se conectează bine cu orientarea interculturală și comunitară a Shipcon.

Sustenabilitatea depinde de utilizarea unor formate flexibile (film, expoziții, performanțe simbolice) și de dezvoltarea rețelelor de sprijin între participanți, asigurând un cadru în care aceștia se simt în siguranță și încurajați să continue practica.

Cele patru implementări pilot ale metodologiei Teatrului Autobiografic — în cadrul Universității de Arte, Solis srls, Fundația Professional și Shipcon — evidențiază un tipar constant de impact transformativ, adaptabilitate și potențial pe termen lung.

Dimensiuni cheie ale sustenabilității

Sustenabilitate pedagogică

Metodologia a fost validată ca fiind adaptabilă diferitelor grupe de vârstă, de la elevi de liceu (Fundația) la studenți universitari (Universitatea de Arte).

Profesorii și formatorii îi recunosc valoarea și o pot integra în curricula și proiecte extracurriculare, asigurând continuitatea dincolo de faza pilot.

Sustenabilitate organizațională

Fiecare partener a identificat modalități de integrare a metodologiei în misiunea sa pe termen lung:

Universitatea de Arte: inovație academică și artistică.

Solis srls: dezvoltare comunitară și creștere personală.

Fundația Professional: împuternicirea tinerilor și consolidarea rezilienței.

Shipcon: formare vocațională și profesională cu relevanță interculturală.

Sustenabilitate comunitară și culturală

Accentul puternic pe povestirea personală și performanța colectivă favorizează incluziunea, empatia și înțelegerea interculturală.

Participanții au recunoscut rolul său în construirea unor comunități reziliente și în pregătirea tinerilor pentru industriile creative.

Evaluare generală a sustenabilității

Proiectul demonstrează un potențial ridicat de sustenabilitate.

Metodologia nu este o intervenție unică, ci un cadru reproductibil, care poate fi integrat în sisteme educaționale, organizații culturale și industrii creative.

Adaptabilitatea sa la grupuri diverse și alinierea cu obiectivele de creștere personală și artistică profesională asigură faptul că Metodologia Janus poate continua să se dezvolte și să se extindă și după încheierea proiectului Janus.

Finanțat de Uniunea Europeană. Punctele de vedere și opiniile exprimate aparțin, însă, exclusiv autorului (autorilor) și nu reflectă neapărat punctele de vedere și opiniile Uniunii Europene sau ale ANPCDEF. Nici Uniunea Europeană și nici ANPCDEF nu pot fi considerate răspunzătoare pentru acestea.