

Βιωματικό Εργαστήριο Δραματοθεραπείας «Το Πλήθος Μέσα μου»



Κάθε άτομο, από τη στιγμή της γέννησής του, αλλά και ακόμα πιο πριν, ξεκινάει να αποκτά πτυχές της προσωπικότητάς του. Αυτές οι πτυχές μπορεί να είναι και αντιφατικές, καθώς υπάρχει πιθανότητα σε κάποιες καταστάσεις ένα άτομο, παραδείγματος χάρη, να δείχνει θαρραλέο, ενώ σε άλλες το αντίθετο. Με την πάροδο των ετών αυτές οι πτυχές γίνονται κομμάτια του Εαυτού που μοιάζει σαν να έχουν τη δικιά τους μνήμη, τις δικές τους εμπειρίες, σκέψεις, και αντιδράσεις. Ο Walt Whitman το 1855 στο ποίημά του "Song of Myself" έγραφε:

Do I contradict myself?
Very well then I contradict myself,
(I am large, I contain multitudes.)

Στο εργαστήριο αυτό θα χρησιμοποιήσουμε τεχνικές δραματοθεραπείας, όπως παιχνίδι ρόλων, κίνηση, δραματοποίηση, ζωγραφική/κολλάζ, καθοδηγούμενη φαντασία, και αφήγηση ιστοριών, έχοντας σαν αφορμή διάσημα θεατρικά έργα, τα οποία περιέχουν ένα πλήθος διαφορετικών ρόλων. Θα εξερευνήσουμε χαρακτήρες που κατέχουν όλο το φάσμα των ανθρώπινων συναισθημάτων, έχοντας σαν στόχο να ανακαλύψουμε άγνωστες πτυχές του εαυτού μας. Με τη χρήση της δραματικής

προβολής και φαντασίας, και της ενσώματης μεταφοράς, μπορούμε να αποκτήσουμε πρόσβαση και να δουλέψουμε το απωθημένο και ανέκφραστο υλικό μας. Αυτό θα μας βοηθήσει στο να αποκτήσουμε περισσότερη αυτογνωσία, η οποία θα μας οδηγήσει στο χτίσιμο ενός πιο υγιούς Εαυτού.

Η Δραματοθεραπεία είναι μια μορφή ψυχοθεραπείας μέσω του δράματος και των εκφραστικών τεχνών, και οι συμμετέχοντες δεν χρειάζεται να έχουν προηγούμενη εμπειρία σε αυτή ή στο θέατρο.

Το εργαστήριο θα εμψυχώσει η **Δέσποινα Καλαϊτζίδου**, βραβευμένη θεατρική συγγραφέας, καθηγήτρια, και σκηνοθέτης. Το εργαστήριο διεξάγεται στα πλαίσια μετεκπαίδευσης στη Δραματοθεραπεία από το Ινστιτούτο Θεραπείας και Εκπαίδευσης μέσω των Τεχνών «Επίνειο», σε συνεργασία με το [Εργαστήριο Αφηγηματικής Έρευνας](#) του Τμήματος Αγγλικής Φιλολογίας, Α.Π.Θ.

Το εργαστήριο θα ολοκληρωθεί σε 8 εβδομαδιαίες συναντήσεις μιάμισης ώρας (με έναρξη την Τρίτη 7/3, 15:00-16:30, Αίθουσα Η)

Αν ενδιαφέρεστε μπορείτε να στείλετε email στο deskalai@yahoo.com κάνοντας cc στην δρ. Μαρία Ριστάνη (συντονίστρια εκ μέρους του Εργαστηρίου Αφηγηματικής Έρευνας) στο mristani@enl.auth.gr μέχρι την Παρασκευή 3 Μαρτίου. Στο mail μπορείτε να αναφέρετε οποιαδήποτε πληροφορία θέλετε για εσάς, καθώς και θεατρικά έργα με τα οποία έχετε κάποια οικειότητα. Η ομάδα θα είναι ολιγομελής (3-7 άτομα) και κλειστή, εκτός από την πρώτη συνάντηση.

Για περισσότερες πληροφορίες για την Δέσποινα Καλαϊτζίδου, μπορείτε να επισκεφθείτε την ιστοσελίδα της: <https://despinakalaitzidou.com/>.

Για περισσότερες πληροφορίες για το Ινστιτούτο και τη Δραματοθεραπεία, επισκεφθείτε την ιστοσελίδα του Ινστιτούτου: <https://epineio.gr/>.