



workshop storytellingu

Dobrý den, jmenuji se Barbora Voráčová, jsem vypravěčka a lektorka storytellingu, dramaterapeutka a PR neziskovky Tichý svět. Jsem tady s vámi proto, abych vás provedla možnostmi, jak pracovat s příběhem. Pokud by vás storytelling zajímal hlouběji, moc ráda vás nasměruji na knihu Storytelling aneb Cesta do příběhu, kterou jsem napsala spolu s kolegy ze Storytelling CZ u nakladatelství Pasparta.

Nejdřív bych vám chtěla shrnout, co je to storytelling, česky také živé vyprávění příběhů. Storytelling je druh umění a zároveň způsob seberealizace a poznávání světa. Storytelling je metoda, jak vědomě pracovat s příběhem a osvojit si základní stavební prvky vypravěčského řemesla, ale i interpretační dovednosti a kreativní způsob uvažování. Tato metoda vznikla ve 2. půlce 20. století ve Skandinávii a ve Velké Británii jako reakce na rozvoj rozhlasu a audiovizuálních médií z toho důvodu, že se pomalu vytrácelo sdílení příběhů jako druh zábavy i komunikace.

O příběhu

Základem storytellingu je příběh. A co je to vlastně příběh? Příběh je základní jednotka lidské mysli. Příběhem přemýšlíme, příběhem si pamatujeme, naše smysly se pojí s příběhem, takže když například ucítíme nějakou vůni, vybaví se nám příběh. Možná jsme tuto vůni cítili jako malé děti a vrátíme se tak do dětství ke stolu v babiččině kuchyni.

Existuje hlubinná, vnitřní potřeba člověka vyprávět a poslouchat příběhy, které nám pomáhají rozumět světu. Příběh je něco, co všichni známe, a i když každý máme rádi jiné příběhy a chápeme jinak jejich význam, máme v sobě zakořeněnou touhu naslouchat příběhům a nechat se jimi pohltit. Příběhem se učíme sami o sobě, ale i o světě. Díky pohádkám se učíme rozlišovat dobro a zlo, příběhy nás seznamují s jinými zvyky, rituály, národy. Základem příběhu jsou emoce. Právě z tohoto důvodu nás baví číst knihy, dívat se na filmy nebo seriály, můžeme na chvíli odejít z našeho života a prožívat život někoho jiného. To znamená, že si odpočineme od svých starostí a prožijeme emoce, které nám třeba schází. Díky prožívání příběhu získáme zážitek. Jakmile se s hrdinou ztotožníme, porozumíme mu, zajímá nás, osloví nás svým příběhem, pak mu nasloucháme.



Úvodní hry pro práci se skupinou

Jak jinak se naladit na práci s příběhy ve skupině než tím, že se pustíme do společného vyprávění!

PŘÍBĚHY JMEN

Pokud pracujete s lidmi, kteří se vidí poprvé nebo se neznají tak dobře, bude se vám hodit skupinová seznamovací hra. Všichni v kruhu při ní řeknou své jméno a příběh, který se k němu pojí. Jak ke svému jménu přišli, jaký význam jméno má, nebo jak se s ním szili.

Cílem hry je se seznámit a povyprávět první příběh bez jakýchkoliv nároků.

NAŠTĚSTÍ/BOHUŽEL

Skupinová hra – po jednotlivých větách se v kruhu vypravěčů tvoří příběh. První vypravěč začíná slovy „bylo nebylo“ a řekne jednu či více vět v úvodu. Další vypravěč, který naváže, začne buď slovem „naštěstí...“ nebo „bohužel...“ a příběh rozvine také jednou či více větami. Další vypravěči pravidelně střídají „naštěstí“ nebo „bohužel“ v úvodu a společně tvoří příběh, kde se střídá konflikt a jeho řešení – něco špatného a něco dobrého.

Cílem hry je vyzkoušet si a pochopit, že příběh nemůže fungovat bez konfliktu a možnosti řešení.

LŽEŠ/KECÁŠ

Hra ve dvojici vždy na konkrétní téma – například ideální den ve škole/v práci nebo ideální den na horách/u moře apod. Jeden vypravěč z dvojice začne popisovat svůj den od ranního vstávání dál a druhý z dvojice, kdykoliv se mu to zlíbí, ho přeruší formulí „Lžeš.“/„Kecáš!“. Vypravěč tak musí změnit to, co řekl a místo toho si vymyslet něco jiného. Neustálým negováním společně utváří příběh.

Cílem hry je a trénovat schopnost improvizace, fabulace a rychlé změny.



STRUKTURA PŘÍBĚHU PODLE ARISTOTELA

Představím vám trochu teorie, to základní, co je potřeba znát, když uvažujete nad stavbou příběhu.

První, základní a dodnes nepřekonaný způsob, jak strukturovat příběh, vytvořil ve 4. stol. př. n. l. řecký filozof Aristoteles a píše o něm ve svém díle Poetika. Tento způsob v průběhu věků „jen“ neustále analyzujeme a rozvíjíme, základ ale zůstal a zároveň je jakýmsi lakmusovým papírkem toho, zda se jedná o příběh.

Příběh potřebuje

začátek – střed – konec

Pokud nějakou složku nemá, není to příběh. Jednoduché, že? Ale spíš zdánlivě jednoduché. Zkuste si vybavit někoho ve vašem okolí, kdo rád vypráví historky. Mají vždy začátek nebo se „prostě dějí“ od svého středu? Mají konec nebo tak nějak vyšumí? Máte pocit, že mají dostatečný střed, tedy odehraje se v něm nějaký konflikt? Z historky se stane příběh tím, že se jedná o ucelený tvar, který splňuje tato pravidla. Možná to teď zní až příliš stroze, ale právě tyto tři pojmy od sebe oddělují žánry a dokážou mnohé vysvětlit. Zasazují příběh do správných kolonek. Vytváří pro něj bezpečné místo, na kterém může růst a sílit. Pak máme my, vypravěči, jistotu, s kým máme tu čest. Když příběh vytváříme od začátku až do konce my sami, ať už se jedná o fantazijní příběh nebo příběh osobní, pojmy *začátek – střed – konec* jsou pro nás něco jako noty pro hudebníka. To, čím se řídíme a k čemu se můžeme vždy vrátit, pokud se pustíme do čisté improvizace.

Začátek – úvod do příběhu, ve kterém se představují postavy a prostředí.

Střed – prostor, ve kterém se odehrává konflikt. Hrdinové řeší problém, zde dochází k dramatické akci.

Konec – Jakmile je konflikt vyřešen, příběh spěje ke svému konci. Jde o uzavření příběhu, které dává divákovi nebo posluchači možnost příběh pochopit a zpracovat.

Důležitým bodem po skončení příběhu je **KATARZE** neboli očištění (V případě Červené Karkulky je to ponaučení: milé děti, nemluvte s cizími lidmi, když jste sami, může se stát něco zlého.) Je to zásadní bod, jehož naplnění je cíl každého vypravěče.

Abyste si prožití katarze lépe představili, vzpomeňte si na nějaký film, který se vás dotkl. Při závěrečných titulcích jste seděli v kině zhloubaní, protože ve vás film vyvolal nějaké emoce, vzpomínky nebo úvahy. V tomto případě není důležité, zda je pocit pozitivní nebo negativní, podstatné je, jestli ve vás toto dílo rezonovalo. A pozor, nejedná se zde o hodnocení kvality díla, jde o váš osobní prožitek.



Možná jste četli nějakou knihu, která vás zasáhla a po jejím dočtení jste se šli projít a nechávali si v hlavě promlouvat postavy z knihy, povídali jste si s nimi, vztahovali je k sobě. Tak tohle je katarze.

TECHNIKA DOPTÁVÁNÍ SE

Abyste se do příběhu ponořili ještě více, budete potřebovat dostat se vašemu hrdinovi pod kůži. Tato technika slouží k tomu, abyste hrdinu co nejvíce poznali. Leccos vyčtete z příběhu, ale spoustu dalšího si budete muset domyslet podle toho, jak příběh vnímáte. Já mám moc ráda jedno zásadní storytellingové pravidlo, které zní: Co nevím, to si vymyslím.

Vypište si podle zadání odpovědi na **otázky ze tří okruhů: vizáž vašeho hrdiny, jeho vnitřní svět, chování a působení hrdiny.**

Jak váš hrdina vypadá? Jak chodí? Jak mluví? Má nějaké oblíbené slovo nebo má řečovou vadu? Po čem voní? Co má na sobě rád a čeho by se naopak rád zbavil?

Co nosí po kapsách? Jaký sen se mu zdává? Jaké je jeho největší přání? Čeho se nejvíce bojí? Jakou má nejcennější vzpomínku? Co považuje za opravdu důležité?

Jak váš hrdina působí na první pohled? Čeho si na něm cení jeho rodina? Jak se chová ve společnosti, kde je hodně lidí? Jak se chová, když ho někdo naštvě? Jak odpočívá?

Jaké složky by měl mít funkční příběh?

Střídání děje, popisu atmosféry a přímou řeč – monology či dialogy. Střídání těchto složek pomůže dynamice příběhu.

Desatero funkčního příběhu

1) Na začátku představte hrdiny a prostředí tak, aby si je váš posluchač dokázal dobře představit a vžít se do jejich situace.

2) Střídejte popis atmosféry a děje.



- 3) Když potřebujete situaci oživit nebo vykreslit víc zblízka, použijte **přímou řeč**.
- 4) Nebojte se momentů, ve kterých shrnujete, **jak se hrdina cítí** a co požívá – takové chvíle spojují vašeho posluchače s hrdinou.
- 5) Buďte **adresní** – používejte oslovení posluchače, otázky, hádanky, příklady s tím, co se právě děje.
- 6) Buďte **konkrétní** – vypíchnuté detaily vám pomůžou popsat situaci lépe, než obecný popis.
- 7) Ve středu příběhu je potřeba řešit **konflikt**.
- 8) Ukažte způsoby, jakými můžete konflikt řešit a nechte si svého posluchače myslet, že už ví, jaké je řešení, a pak ho **překvapte**. Případně zkuste jedno řešení, ale ukažte ho jako nesprávné.
- 9) Ukončete váš příběh tak, aby z jeho závěru něco vyplývalo, aby o něm chtěl vás posluchač přemýšlet a aby pro něj byl **závěr podnětný**.
- 10) To je asi nejdůležitější a hlavní a možná vám stačí, když budete myslet jen na tohle ☺ Je potřeba vědět, **komu a proč příběh vyprávíte**, a svému **příběhu věřit**. Pak už jen **střídejte popis, děj a přímou řeč**, a máte hotovo.

Děkuji za vaši důvěru a přeji příjemné vyprávění!