

Imię i nazwisko: Martyna Mól i Marlena Kowalczyk
Wydział AST: Wydział Lalkarski
Kierunek/specjalność: aktorstwo teatru lalek
Rok studiów w czasie wyjazdu: III
Instytucja przyjmująca (nazwa, kraj): Micro Teatro Terra Marique, Włochy
Termin praktyk: 10-13.07.2026 r. / 14-24.07.2026 r.

RELACJA Z ODBYTEJ PRAKTYKI W RAMACH PROGRAMU ERASMUS+

1. Organizacja wyjazdu i formalności przed rozpoczęciem praktyk:

(opis przygotowań do wyjazdu, kontaktu z instytucją przyjmującą, podpisania dokumentów – Learning Agreement for Traineeships, kwestie wizowe/ubezpieczeniowe, organizacja podróży)

Podczas całego procesu przygotowań obecna była przy nas niezastąpiona Pani Małgorzata Wilk, które sprawiła, że proces był sprawny i zrozumiały. Dyrektor artystyczny instytucji przyjmującej to człowiek dość zajęty, dlatego momentami na odpowiedź z Jego strony trzeba było chwilę poczekać, jednak zawsze odpowiedź była satysfakcjonująca i zachęcająca do następnych działań. Wszystko przebiegło gładko – wszystkie dokumenty były podpisane na czas, a my miałyśmy pewność, że praktyka się odbędzie. Z ubezpieczeniem również nie było żadnego problemu, a lot był bezpośredni do miasta, w którym odbywała się praktyka. Wszystko grało na naszą korzyść.

2. Charakterystyka instytucji przyjmującej i miejsca odbywania praktyk:

Praktyka odbywała się w teatrze Micro Teatro Terra Marique w Perugii we Włoszech – instytucji prowadzącej działalność artystyczną, edukacyjną i badawczą, pełniącej również funkcję ośrodka kultury, rezydencji artystycznej oraz organizatora wydarzeń i projektów teatralnych. Z działalnością teatru związane jest International Meyerhold Biomechanics Centre, zajmujące się edukacją, praktyką i rozwojem metod pracy aktora opartych na biomechanice teatralnej Wsiewołoda Meyerholda. Specyfika miejsca opiera się przede wszystkim na praktycznym podejściu do kształcenia aktora. Dużą rolę odgrywa trening fizyczny, świadomość ciała, precyzja ruchu, rytm, koordynacja, praca z partnerem oraz budowanie działania scenicznego poprzez fizyczność. Praktyka była związana z obszarem aktorstwa i teatru fizycznego, a zdobywane doświadczenia mogłyśmy bezpośrednio odnieść do naszego kierunku – aktorstwa teatru lalek.

3. Zakres obowiązków i realizowanych zadań:

(opis codziennych obowiązków, projektów, w które student/absolwent był zaangażowany, stopień samodzielności, współpraca z zespołem)

Do naszych codziennych obowiązków należało: (poza oczywistym stawianiem się na czas i w gotowości w placówce) aktywne i skupione uczestnictwo w porannym treningu w technice Meyerholda, przeprowadzenie treningu lalkarskiego dla studentów z Micro Teatro, praca nad projektem własnym – częściowo przy pomocy reżysera, częściowo samodzielnie. Przez pierwsze 2-3h godziny dnia, to my byłyśmy odbiorczyniami i pobierałyśmy naukę. Dostawałyśmy indywidualne uwagi i pracowałyśmy nad

przyswojeniem biomechaniki. Następnie role się odwracały i to my byliśmy nadawczyniami nauki związanej z technikami lalkarskimi – była to praca w kooperacji ze sobą, we dwie prowadziłyśmy warsztat płynnie wymieniając się liderowaniem. Natomiast podczas pracy nad projektem własnym otrzymywałyśmy uwagi oraz „pracę domową” od prowadzącego i, zostając w teatrze same, próbowałyśmy wcielić je w życie oraz rozwijać naszą pracę.

4. Organizacja pracy i przebieg praktyk:

Praca w teatrze rozpoczynała się zazwyczaj o godzinie 9:00 lub 10:00. Pierwszą część dnia stanowił około dwugodzinny trening fizyczny prowadzony przez naszego nauczyciela, Claudia. Trening był oparty na założeniach biomechaniki teatralnej Meyerholda i koncentrował się na przygotowaniu ciała aktora do pracy, jego uważności, koordynacji, precyzji ruchu oraz gotowości do działania scenicznego.

Następnie jedna z osób studiujących w Perugii prowadziła około godzinny trening poświęcony konkretnemu zagadnieniu, np. koncentracji i skupieniu. Dzięki temu miałyśmy możliwość nie tylko uczestniczyć w zajęciach, ale również obserwować różne sposoby prowadzenia treningu i pracy z grupą. Każdego dnia poznawałyśmy kolejne pojęcia związane z metodą Meyerholda oraz sposoby ich praktycznego wykorzystania w działaniu scenicznym. Kolejnym elementem dnia był prowadzony przez nas blok zajęć poświęcony teatrowi lalek. W jego ramach dzieliłyśmy się wiedzą i doświadczeniami wyniesionymi ze studiów, prezentując uczestnikom podstawowe zagadnienia związane z pracą z lalką, obiektem i animacją. Była to dla nas możliwość samodzielnego przygotowania i prowadzenia części zajęć, a także sprawdzenia własnych umiejętności pedagogicznych i komunikacyjnych w międzynarodowym środowisku.

W godzinach popołudniowych, pod opieką Claudia, pracowaliśmy nad własnym projektem scenicznym inspirowanym „Pokojówkami” Jeana Geneta. Praca nad projektem obejmowała poszukiwania ruchowe, pracę z ciałem, budowanie relacji między postaciami oraz przekładanie poznawanych zasad biomechaniki na konkretny materiał sceniczny. Każdego dnia rozwijałyśmy kolejne elementy pracy, otrzymując wskazówki i informacje zwrotne od prowadzącego.

Organizacja praktyk łączyła więc intensywny trening fizyczny, poznawanie metody biomechaniki teatralnej, samodzielne prowadzenie zajęć oraz pracę nad własnym projektem artystycznym. Taki system pozwolił nam doświadczać zarówno roli uczestniczek zajęć, jak i osób prowadzących oraz współtworzących proces artystyczny.

5. Warunki życia i zakwaterowanie:

(rodzaj zakwaterowania, koszty utrzymania, dostępność sklepów, transport publiczny, ogólne warunki życia w miejscu praktyk)

Mieszkałyśmy w wynajętym mieszkaniu w bloku. Mieszkanie miało średni standard, a największym jego mankamentem był brak klimatyzacji. Szukaniem miejsca do zamieszkania musiałyśmy zająć się same. Plusami natomiast były: cena i bliskość teatru. Jeśli chodzi o koszty utrzymania było to około 25 euro dziennie na osobę wydatków bieżących. Transport publiczny w Perugii nie jest najlepiej rozwinięty, jednak czasem udało nam się z niego skorzystać i wtedy ułatwiał nam drogę. Karta na

10 przejazdów kosztowała około 12 euro. Poza tym Perugia latem to dość gorące miejsce. Upał wynagradzał nam leżący nieopodal mieszkania basen miejski oraz piękna „starówka”.

6. Rozwój kompetencji i zdobyte doświadczenie:

Praktyka przede wszystkim skłoniła nas do ponownego przyjrzenia się precyzji ruchu i świadomości ciała w pracy aktora. Trening biomechaniki pokazał nam, jak wiele znaczenia może mieć dokładność wykonywanego ruchu, jego rytm, kierunek, napięcie oraz świadome przygotowanie ciała do działania. Uświadomiłyśmy sobie również, jak dużo pracy i konsekwencji wymaga osiągnięcie rzeczywistej precyzji. Bardzo ważnym doświadczeniem była możliwość samodzielnego prowadzenia części zajęć. Dało nam to możliwość sprawdzenia się nie tylko jako aktorki, ale również jako osoby przekazujące wiedzę i prowadzące grupę. Dużo nauczyła nas także sama współpraca we dwójkę zarówno podczas prowadzenia zajęć, jak i przede wszystkim podczas wspólnej pracy nad kreacją spektaklu. Musiałyśmy nauczyć się podejmowania decyzji razem, dzielenia się odpowiedzialnością, słuchania siebie nawzajem i radzenia sobie z momentami frustracji, które naturalnie pojawiały się w procesie twórczym. Praktyka dała nam również dużą dawkę wiedzy dotyczącej biomechaniki teatralnej Meyerholda i wzbudziła w nas chęć dalszego zgłębiania tej metody. Jednocześnie zobaczyłyśmy, jak wymagająca i rozbudowana jest ta technika oraz jak wiele czasu potrzeba, aby naprawdę ją opanować. Mamy świadomość, że jest to metoda, której nauka prawdopodobnie wymaga wielu lat regularnego treningu, dlatego wyjazd traktujemy przede wszystkim jako początek dalszego zainteresowania tym sposobem pracy, a nie jako zamknięty etap nauki.

Najważniejszym rezultatem praktyk jest dla nas większa świadomość tego, jak precyzja ruchu, współpraca, uważność i konsekwentny trening wpływają na pracę aktora. Jednocześnie wyjazd pozostawił w nas ciekawość i motywację do dalszego rozwijania tych obszarów.

7. Kontakty międzynarodowe i doświadczenie międzykulturowe:

(współpraca z osobami z innych krajów, adaptacja do nowego środowiska, różnice kulturowe)

Włosi to, jak wiadomo naród dość otwarty i przyjazny, a na pewno wesoły – to wszystko znalazło odzwierciedlenie w naszych kontaktach z Nimi. Nie był to również nasz pierwszy pobyt we Włoszech związany z pracą teatralną, więc spodziewałyśmy pewnego klimatu. Zostałyśmy miło przyjęte i dość szybko polubiłyśmy się z innymi studentami oraz prowadzącym. Choć czasem język zawodził, zawsze udało nam się dogadać, choćby wplatając słówka z innych języków (często ojczystych). Okazało się również, że język włoski jest dość intuicyjny dla nas, Polek. Jako, że nasze tradycje teatralne są dość zbliżone do siebie, nie zauważyłyśmy dużych różnic kulturowych. Największą była ta związana z użyciem lalek i stosunkiem do nich. Polacy to porządni lalkarze :)

8. Atrakcje i życie poza praktykami:

Podczas wyjazdu większość czasu poświęcałyśmy praktykom, które były dla nas głównym celem pobytu. W czasie wolnym starałyśmy się jednak poznawać Perugię

i okolice. Jedną z największych atrakcji, a właściwie wybawieniem podczas pobytu, był **basen**. W Perugii zastała nas bardzo wysoka temperatura, a w bezpośredniej okolicy miasta brakuje naturalnego akwenu, takiego jak jezioro, dlatego możliwość pójścia na basen była dla nas szczególnie cenna. Przy okazji szybko odkryliśmy też, że Włosi bardzo poważnie traktują kwestię czepków na basenie.

W wolnym czasie zwiedzałyśmy również samą Perugię. Jest to bardzo ładne, historyczne miasto, z ciekawą architekturą i klimatycznymi uliczkami. Odwiedziłyśmy między innymi Muzeum Narodowe oraz kilka pięknych kościołów, dzięki czemu mogłyśmy lepiej poznać historię i kulturę regionu.

W jeden z weekendów wybrałyśmy się również nad jezioro Trasimeno. Sam wyjazd nad jezioro okazał się jednak nieco rozczarowujący i nie do końca spełnił nasze oczekiwania. Na szczęście na miejscu znalazł się basen, dzięki czemu ostatecznie udało nam się spędzić miły i przede wszystkim chłodniejszy dzień. Nie można również pominąć jednej z naszych największych pasji, czyli **eksplorowania jedzenia**. W miarę możliwości próbowaliśmy lokalnych potraw, odkrywaliśmy nowe miejsca i oczywiście korzystaliśmy z okazji do poznawania włoskiej kuchni. Był to ważny i bardzo przyjemny element naszego pobytu, szczególnie po intensywnych dniach pracy. Bardzo ceniliśmy sobie też wizytę w aptece, która przypomina Rossmann :D.

9. Przydatne informacje i wskazówki dla przyszłych uczestników:

(praktyczne rady: organizacja wyjazdu, koszty, komunikacja, przygotowanie do praktyk)

Ważna jest otwartość i gotowość na zmiany. Polecamy też miesiące inne niż letnie na odwiedzanie południowej części Europy. Świetnie sprawdzają się wszystkie aplikacje związane z podróżą: Ryanair, BlaBlaCar, Airbnb, Google maps, Booking.com oraz Tłumacz! Jako poszukiwaczki przygód, zalecamy również spakowanie się w duży plecak, lub walizkę na kółkach, torba będzie tu bardzo niewygodnym rozwiązaniem. Wszystko jest też lepsze gdy dzieli się to na dwa, więc polecamy wybranie się na praktyki/wymianę z przyjacielem.

10. Ogólna ocena praktyk i refleksje końcowe:

Uważamy, że zdecydowanie było warto. Był to dla nas bardzo dobry i intensywny czas, podczas którego zdobyłyśmy dużo nowej wiedzy i doświadczeń. Praktyki nie zawsze były łatwe, momentami były również bardzo frustrujące. Jednocześnie właśnie te trudniejsze momenty były dla nas ważną częścią procesu i pokazały nam, ile jeszcze możemy się nauczyć.

Bardzo doceniamy możliwość pracy w międzynarodowym środowisku, poznania metody Meyerholda od strony praktycznej, prowadzenia własnych zajęć oraz wspólnego tworzenia pracy scenicznej. Wyjazd dał nam również dużo przestrzeni do współpracy, samodzielności i konfrontowania własnych sposobów pracy z innym podejściem do teatru. Wracamy z dużą ilością nowych doświadczeń, wiedzy i tematów, które chciałobyśmy dalej zgłębiać. Mamy nadzieję, że w przyszłości będziemy miały jeszcze możliwość skorzystania z podobnych praktyk i ponownego spotkania z osobami, z którymi miałyśmy okazję pracować w Perugii. Zdecydowanie był to czas, który zostanie z nami na dłużej.