

Bud'te mistry improvizace

Martin Vasquez



psychologie pro každého

**ÚSPĚCH PATŘÍ PŘIPRAVENÝM NA NEPŘIPRAVENÉ
TRÉNINK IMPROVIZACE V PRAXI
DESATERO IMPROVIZACE**

Petrovi Fridrichovi

Bud'te mistry improvizace

Martin Vasquez



GRADA Publishing

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude trestně stíháno.

MgA. Martin Vasquez, Ph.D.

Mgr. Monika Nevolová

BUĎTE MISTRY IMPROVIZACE

TIRÁŽ TIŠTĚNÉ PUBLIKACE

Vydala Grada Publishing, a.s.
U Průhonu 22, 170 00 Praha 7
tel.: +420 234 264 401, fax: +420 234 264 400
www.grada.cz
jako svou 5169. publikaci

Odpovědná redaktorka Jana Kubínová
Ilustrátorka MgA. Petra Vasquez
Sazba a zlom Milan Vokál
Návrh a zpracování obálky Daniela Eftimiadisová
Počet stran 120
Vydání 1., 2013

Vytiskly Tiskárny Havlíčkův Brod, a.s.

© Grada Publishing, a.s., 2013
Cover Photo © fotobanka Allphoto

ISBN 978-80-247-4556-5

ELEKTRONICKÉ PUBLIKACE

ISBN 978-80-247-8534-9 (ve formátu PDF)

ISBN 978-80-247-8535-6 (ve formátu EPUB)

OBSAH

Úvod	9
1. Historie improvizace	11
Viola Spolin	11
Del Close	12
Keith Johnstone	12
Divadelní sporty – Theatresports	13
2. Úspěch patří připraveným na nepřípravené	15
1. Experimentujte	16
2. Hledejte vzory	17
3. Nebojte se chyb	18
4. Hrajte si	21
3. Překážky na cestě k improvizaci	23
Překážka 1: Stereotypy	23
<i>Bud'te sommelieri</i>	24
<i>Polechtejte sami sebe</i>	26
Překážka 2: Strach z neznáma	27
<i>Vytvořte si imunitu</i>	28
Překážka 3: Autocenzura	30
<i>Zrušte direktivy</i>	31
<i>Zaved'te cenzuru</i>	33
Překážka 4: Komplexy	34
4. Trénink improvizace	36
Pozornost	36
<i>Mořský koník stojí za pozornost</i>	37
Trénink pozornosti	38
1. <i>Extenzita</i>	38
2. <i>Koncentrace</i>	39
3. <i>Vigilita</i>	41



Myslete i na odpočinek	45
Jak zařídít, aby vám věnovali pozornost	48
1. <i>Vynechávejte! Budou muset poslouchat</i>	49
2. <i>Mluvte pomocí obrazů</i>	51
3. <i>Porušte stereotypy – překvapujte!</i>	52
4. <i>Připust'te náhodu</i>	54
Originalita	57
<i>Asociace</i>	58
<i>Jak se buduje originalita?</i>	62
Spolupráce	63
<i>Co nám brání spolupracovat?</i>	64
<i>Souhlas</i>	67
<i>Otevřené nabídky</i>	70
<i>Reakce dává spolupráci smysl</i>	72
<i>Praktické rady</i>	75
Humor	75
<i>Co nám brání vnímat humor?</i>	77
<i>Jak začít?</i>	78
<i>Humor krok za krokem</i>	81
Storytelling	86
<i>Jak vystavět dobrý příběh</i>	87
<i>Postavy</i>	90
<i>Brzda a plyn příběhů</i>	93
<i>Bez hrdiny to nejde</i>	96
<i>Bod zlomu</i>	97
<i>Nehrotit? Ale hrotit!</i>	101
<i>Odpovědi, které nevidíme</i>	102
<i>Konec dobrý, všechno dobré</i>	103
5. Desatero improvizace	106
Závěr	107



Literatura	109
Doporučená literatura	109
Použitá literatura	109
Užitečné odkazy	110
 Další užitečné tipy	 111
Improvizační divadla	111
Nejznámější improvizační show	112
 O autorech	 113

ÚVOD

Kniha, kterou právě držíte v rukou, je o improvizaci. Napsal jsem ji, abych předal své poznatky a zkušenosti s improvizací, neboť tou divadelní i životní se zabývám již přes patnáct let. Pokusil jsem se shrnout zkušenosti z několika stovek workshopů, seminářů a školení, které jsem organizoval a vedl, jak v Čechách, v Německu, tak ve Francii nebo Velké Británii. Přenáším na papír poznatky, jež jsou opřeny o vlastní improvizачní a hráčskou praxi, stejně jako jsou ověřeny na stovkách účastníků mých kurzů. Chápejte tedy tuto knihu, prosím, jako praktickou a všechna cvičení, s nimiž se zde setkáte, neváhejte vyzkoušet v každodenním životě. Pobavíte se, a navíc zjistíte, že **to** funguje.

K napsání knihy mě vedly především dva důvody. Literatury o disciplíně, ve které se Češi považují za mistry, a myslím, že ne zcela právem, je zoufale málo. V podstatě neexistuje. Druhým důvodem je fakt, že schopnost improvizace je mylně posouvána do významu: „Kdo neumí, improvizuje...“ Je tomu přesně naopak: Kdo umí, může improvizovat! Jsem přesvědčen, že schopnost improvizace lze nejen trénovat a rozvíjet, ale především ji skvěle využít ve své práci i v osobním životě. Kde ostatní končí se svými zavedenými postupy a stereotypy, vy pokračujete svou tvořivostí a schopností improvizace.

Celá kniha je protkána třemi základními otázkami:

Jak to funguje?

Jak to využít?

Jak se to naučím?

Jsou to otázky, které dávají každému učení smysl. Takže pokud se máte během čtení této knihy něčemu naučit, ptejte se a chtějte znát odpovědi.

V odbornějších pasážích se snažím být maximálně srozumitelný i pro ty, kteří se o psychologii, teorii chaosu nebo teorii her dosud nezajímali. Dobrá zpráva pro praktiky: koho příliš velké množství teorie nudí, může



teoretické pasáže vynechat a rovnou přejít k tipům, jak improvizaci využít, a k praktickým cvičením a hrám, jež jsou součástí každé kapitoly.

Možná se ptáte, jestli jste na improvizaci talentovaní. Musím říci, že za ta léta vedení workshopů jsem viděl stovky účastníků, kteří přišli jako „netalentovaní“, „zakřiknutí“, „nekreativní“ a odcházeli po několika dnech nebo měsících jako lidé, o nichž byste ta předchozí slova rozhodně neřekli. Pro improvizaci platí: disponování jsme všichni. Vše ostatní je otázkou tréninku. A improvizaci nelze trénovat jinak než improvizací.

Improvizace je činnost veskrze společenská. Některá cvičení můžete samozřejmě zkoušet sami, doma, pod peřinou, aby vás nikdo neviděl... Druhou možností ale je, že s nimi vyrazíte do světa a zkusíte je s lidmi kolem vás. Osmělit vás k této variantě je mým záměrem. Tato kniha proto obsahuje řadu tipů a praktických návodů. Není však jen instantní polévkou. Dát vařit vodu, nasypat a zalít prostě nestačí. Je třeba přidat vlastní ingredience, jako jsou především vaše invence a kreativita. Stejně tak cvičení a tipy je třeba prozkoumat a prověřit. Nebojte se si je pozměnit, upravit a vymyslet vlastní. Stanou se z vás ve společnosti velmi oblíbení lidé.

Nabízím vám klíč k vašemu osobnímu rozvoji, který když použijete, naučíte se pohotově reagovat na nečekané situace, budete schopni se rychleji rozhodovat a budou k vám přicházet zajímavé nápady. Takže vzhůru do toho!

Martin Vasquez

1. HISTORIE IMPROVIZACE

Všechno to začalo v divadle. Divadlo vždy procházelo obdobími, ve kterých se herci nazkoušenému textu vzpírali a dávali přednost živému, improvizovanému kontaktu s publikem. Tuto linku, která se místy ztrácí a znovu objevuje, můžeme začít sledovat už v 6. století před Kristem, kdy nastupuje obliba řeckého, později římského mimu.

Další rozsáhlé období improvizace přichází s oblibou **comédie dell'arte**, vzniknuvší ve druhé polovině 16. století, později v podobě německé a rakouské improvizované **hauptakce**, až po happeningy „Living Theatre“ v USA či představení „Theatre Workshop“ ve Velké Británii, kdy roku 1945 založila skupina mladých lidí divadlo, jehož cílem bylo, aby lidé do něj chodili stejně často jako do zábavních parků a do kina.

Oprávdovými průkopníky improvizčních metod a improvizčního divadla se však stali Viola Spolin, která založila divadlo „Second City“ v Chicagu, Del Close, zakladatel skupiny „Improv Olympic“ a v neposlední řadě britský dramaturg a spisovatel Keith Johnstone, zakladatel „Theatre Machine“ a tvůrce „Theatresports“.

VIOLA SPOLIN

Viola Spolin je právem považována za babičku americké a následně i celosvětové improvizční disciplíny, která si postupně získala tisíce příznivců. Byla to ona, jež ovlivnila první generaci improvizátorů z divadla „Second City“ v Chicagu, jež se stalo jedním z nejslavnějších improvizčních divadel světa. V roce 1963 jako výsledek své dlouholeté práce vydává knihu *Improvisation for the Theater*, která obsahuje přibližně 220 her a cvičení. Význam výzkumu Violy Spolin spočívá především v přeměně složitých divadelních zákonitostí do srozumitelné podoby her a cvičení. Každá její hra je založena na jednom ohnisku pozornosti či zvládnutí určité dovednosti, a tím zbavuje hráče rozpaků a bezradnosti. Dovednost se objevuje přirozeně a spontánně tím, že se člověk koncentruje jen na zvládnutí jedné věci, a hry tak dostávají osvobozující účinek.

DEL CLOSE

Herec, improvizátor, spisovatel a učitel. V jeho knize *Truth in Comedy* jsou popsány základní techniky, které jsou dnes celosvětově vyžívány v improvizčním divadle jak pro trénink, tak pro strukturu představení. Del Close se stal uměleckým ředitelem divadla „The Second City“ a později založil skupinu „Improv Olympic“, jejíž členové se stali hollywoodskými hvězdami první kategorie. V určité době vystupovala v prestižní večerní show na televizi NBC „Saturday Night Live“ plná čtvrtina Del Closeových žáků. Kromě toho, že řadu let učil improvizaci dovednosti, si Del Close zahrál v řadě filmů a televizních show. V roce 1999 ovšem podléhá následkům své heroinové minulosti a odchází s posledními slovy: „Jsem unaven tím, být nejlegračnější osoba v místnosti.“ Del Close daroval svou lebku ve své závěti Goodmanovu divadlu pro inscenaci Hamleta.

KEITH JOHNSTONE

Keith Johnstone patří k osobnostem, které moderní improvizční divadlo nejen ovlivnili, ale přímo vytvářeli jeho základní principy. Narodil se během druhé světové války v Devonu, v jihozápadním cípu Anglie. Byl člověkem, jenž nenáviděl vzdělávání v jeho klasické staroanglické podobě. Tvrdil, že tento typ vzdělávání oslabil jeho představivost a udělal z něj rozpačitého a plachého člověka. V padesátých letech 20. století pracoval jako dramaturg a režisér u Královského dvorního divadla v Londýně. Tehdy se rozhodl pro pokus – pomoci hercům být spontánnější, obrátit naruby všechna nařízení, kterými ho častovali jeho učitelé ve škole. Zjistil totiž, že herci neuměli vést normální dialog tak, aby byl uvěřitelný. Například, když chtěl přimět herce, aby se uvolnili, křičel na ně: „Nesoustřed se!“ nebo „Nemysli!“ a „Buď nápadný!“ a „Nebud' chytrý!“

Keith Johnstone vytvořil první představení ve stylu „Theatresports“, divadelních sportů. Ve svých pamětech píše: „Rozhodl jsem, že musíme hrát před skutečným publikem, abychom viděli, zda jsme opravdu tak vtipní. Vzal jsem šestnáct herců z mých divadelních hodin a řekl jsem, že bychom rádi předvedli některá cvičení, na kterých pracujeme... nebylo jednoduché předvádět kvalitní práci na veřejnosti, ale byli jsme povzbuzeni nadšením