



UNIVERZITET U SARAJEVU
FAKULTET POLITIČKIH NAUKA
ODSJEK: KOMUNIKOLOGIJA

**SCENSKI POKRET KAO NAČIN PRIJENOSA NEVERBALNE
PORUKE**

-magistarski rad-

Student: Dino Hasanbegović

Profesor: prof.dr.Belma Buljubašić

Broj indeksa: 845

Sarajevo, novembar, 2019.godine

SADRŽAJ

1.UVOD	4
2.NEVERBALNA KOMUNIKACIJA	19
2.1.Neverbalna poruka	19
3.SCENSKI POKRET KAO IZRAŽAJNO SREDSTVO	20
3.1.Ples	20
3.2.Balet	22
3.3.Pozorište	23
3.4.Mjuzikl	24
4.SCENSKI POKRET KAO NAČIN PRIJENOSA NEVERBALNE PORUKE.....	24
4.1.Ples između komunikacije i igre	25
4.1.1.Igra prvih civilizacija	27
4.1.2.Japan.....	27
4.1.3.Tradicija stare Indije.....	28
4.1.4.Stari Egipat.....	28
4.1.5.Grčka mitologija.....	29
4.1.6.Rimljani.....	30
4.2.Neverbalna komunikacija - govor tijela	30
4.3.Neverbalna komunikacija i kulturna produkcija	31
4.3.1.Pojam kulture	32
4.4.Scenska umjetnost	33
4.4.1.Muzika.....	34
4.4.2.Opera	37
4.4.3.Ples	38
4.4.4.Drama	39
4.4.5.Perfomans.....	40
4.4.6.Pantomima.....	41
5.PLES KAO NAČIN PRIJENOSA NEVERBALNE PORUKE	43
5.1.Ples kao komunikacija.....	43
5.1.1.Ples – snažan alat za spoznavanje emocija.....	44
5.1.1.1.Imitiranje osjećaja	44
5.2.Društveni bunt kao dio plesa.....	45
5.3.Psihoterapija kroz pokret.....	46
5.4.Neverbalna komunikacija kao osnova plesnog izražavanja	48
5.4.1.Kinezička komunikacija ili „govor tijela“	48
5.4.2.Proksemička komunikacija i znakovi.....	49
5.4.3.Vizuelna komunikacija.....	50
5.4.3.1.Film	51
5.4.4.Boje u komunikaciji	51
5.4.5.Imidž.....	52
5.4.6.Facijalna komunikacija	52
5.4.6.1.Ekspresija u plesu sa osvrtom na trbušni ples	53
5.4.6.2.Uticaj ekspresije u prijenosu neverbalne komunikacije.....	56
5.4.6.3.Neverbalne poruke i ples sa velom	56
5.4.6.4.Saidi ples i sa šipkom i perkusije	57
5.5.Doprinos plesa afektivnim stanjima	59
5.5.1.Utjecaj plesa na raspoloženja	61
5.5.2.Emocionalne reakcije i ples.....	63

5.5.3.Ekspresija i prepoznavanje emocija u plesu.....	65
5.6.Značenje plesa za antropološka istraživanja	67
5.7.Ples kao stajalište	68
5.8.Ples u medicinskoj tradiciji	70
5.8.1.Ples kao život i smrt	71
5.8.2.Ples kao lijek	72
5.8.3.Ples kao patologija	76
6.BALET KAO NAČIN PRIJENOSA NEVERBALNE PORUKE	80
6.1.Ekspresionistički ples	81
6.2.Dvorski baleti	82
6.3.Narativni balet i neverbalna komunikacija.....	84
6.3.1.Narativnost baleta.....	84
7.POZORIŠTE KAO NAČIN PRIJENOSA NEVERBALNE PORUKE	87
7.1.Komunikaciono biće pozorišta.....	88
7.2.Pozorište kao suštinski dijalog i komunikacija	89
8.MJUZIKL.....	90
8.1.Elementi neverbalne komunikacije u mjuziklu	90
8.2.Balet i mjuzikl u Bosni i Hercegovini	91
9.ZAKLJUČAK	93
LITERATURA.....	96

SKICA SADRŽAJA

I Uvod

1. Problem i predmet istraživanja
2. Naučni i društveni ciljevi
3. Hipoteze i indikatori
4. Naučni pristup – paradigme i metode
5. Naučna i društvena opravdanost
6. Bitni kategorijalni pojmovi (definicije i klasifikacija)

II Saznanja o predmetu istraživanja

1. Polazna saznanja o predmetu istraživanja
2. Fundamentalna pitanja koja proizilaze iz predmeta istraživanja
3. Koncept mogućih odgovora

III Zaključna razmatranja

1. UVOD

Istraživanja o komunikaciji pokazuju da se više od 70 posto odnosi na neverbalnu komunikaciju što uključuje ton glasa, repeticiju, teksturu, zvukove, disanje, geste, ekspresije lica, napetosti mišića itd. Neverbalno komuniciranje esencijalna je komponenta u cjelokupnoj dimenziji onoga što nazivamo komunikacijom. Mi ne možemo ne komunicirati. Mi komuniciramo vrlo dobro i prije nego progovorimo, i to je ples koji se nastavlja cijelog našeg života. Duboki i jaki osjećaji mnogo se lakše mogu pokazati, osjetiti i razumjeti na neverbalnoj razini. Naprimjer, zanimljiv je način na koji se opisuje neki grozan ukus, neki zastrašujući ili uzbudljiv događaj. Sve te situacije mnogo lakše i brže izgovorit ćemo ekspresivnom grimasom lica, tonom glasa i pokretom tijela negoli riječima. Najprije treba znati da je odvajanje verbalnog i neverbalnog ponašanja u dvije zasebne i distinktno kategorije praktično nemoguće. Uzmemo li, naprimjer, pokrete rukom koji čine američki jezik znakova (jezik gluhih), te su geste uglavnom lingvističke (verbalne), pa ipak se ručne geste često smatraju ponašanjem koje je “drugačije od riječi”. McNeill je demonstrirao lingvističke kvalitete nekih gesta tako što je utvrdio da kod različitih vrsta afazije nestaju različite vrste gesti, konkretno, one geste čija je lingvistička funkcija slična specifičnom verbalnom gubitku. I obratno, sve što se izgovori nije jasno ili isključivo verbalno – poput, primjerice, onomatopejskih riječi kao što su zujanje ili mrmljanje te nepropozicijskog govora kakvim se koriste aukcioneri i neki afazičari. Općenito govoreći, kad se ljudi pozivaju na neverbalno ponašanje, onda govore o signalima kojima će značenje biti pripisano (enkodiranje), a ne o procesu enkodiranja značenja. Neosporna je činjenica da izvor neverbalnih komunikacionih znakova može biti i biološko nasljeđe. U naslijeđene komunikacione znakove ubrajaju se neki facijalni izrazi za emocije, nizovi stanja, kao i pokreti različitih dijelova tijela i znakovi u afilijalnom ponašanju. Važno je istaći da se neverbalni komunikacioni znakovi uočavaju i kod životinja i da su se mnogi naučnici bavili njihovim proučavanjem i upoređivanjem sa ljudskim. Na taj način su, naišavši na brojne razlike, došli do zaključka da se neverbalna komunikacija kod čovjeka u najvećoj mjeri se zasniva na učenju.

Scenski pokret je zajednički naziv za umjetnički izraz govorom, pokretom tijela, glumom, muzikom i drugim sredstvima, koja se neposredno predstavljaju publici na otvorenoj pozornici. Ovaj rad će se baviti upravo scenskim pokretom kao načinom neverbalne komunikacije i prenošenjem poruke kroz umjetnički oblikovane pokrete.

1. PROBLEM I PREDMET ISTRAŽIVANJA

1.1. Problem istraživanja

Scenski pokret karakteriziraju geste, pokreti, ponavljanje, izrazi lica i ostalo. Ono najčešće je nenamjerno, no može se i izvježbati, može biti dvosmisleno, ali u svakom slučaju je nezaobilazno pri dostavljanju poruke i zbog toga ima komunikativnu vrijednost. Problem može da nastane onda kada se ista poruka šalje verbalno i neverbalno, a ove dvije komponente poruke bivaju međusobno neusklađene. Neverbalno ponašanje prenosi poruku o prihvaćanju ili odbacivanju, sklonost prema nečemu ili nesklonost, zanimanje ili dosadu te istinu ili laž. Problem istraživanja bazira se na identificiranju četiri glavne funkcije neverbalnog ponašanja kroz scenski pokret, a to su izražavanje emocija, izražavanje odnosa prema drugima, predstavljanje sebe drugima i pratnja govora radi reguliranja slijeda govorenja, uzvratnih reakcija, pažnje itd. Osim toga problem istraživanja predstavlja i izražavanje emocija, jer scenski pokret ima i funkciju naglašavanja verbalne poruke, izražavanja stava prema osobi s kojom komuniciramo, koristi se kao zamjena za verbalnu poruku, za ponavljanje verbalne poruke, da bi se regulirala verbalna komunikacija i kao suprotstavljanje verbalnoj komunikaciji. Neverbalnom komunikacijom kroz scenski pokret može se ponoviti ono što je verbalno rečeno, ali isto tako može i proturječiti onome što je rečeno kada se želi iskazati sarkazam ili ironija, ili je osoba jednostavno u poziciji kada ne želi slagati ali ne želi ni reći istinu pa dolazi do toga da se neverbalno proturječi verbalnom ili obratno. Scenski pokret može obuhvatiti čitav spektar emocija i načini prenošenja i iskazivanja ovih emocija su mnogobrojni, a mogu se iskazati kroz ples, glumu, pantomimu, operu itd.

1.2. Predmet istraživanja

Komunikacija je svaki prijenos informacija između dvaju subjekata. Subjekt može biti čovjek, društvo u cjelini, neki poslovni subjekt odnosno svako ko može primiti ili poslati poruku bilo riječima, pokretima, pogledima, odnosno gestama ili nekim drugim načinima. Komunikaciju prema tome možemo promatrati kroz različite aspekte, a ono čime se bavi ovaj rad jeste slanjem ove poruke kroz pokrete na sceni, kao alternativni način komunikacije. Verbalna komunikacija je sastavni dio svakog oblika neverbalne komunikacije pa ih je teško

jasno razlikovati, međutim može se reći da verbalna komunikacija služi za izražavanje ideja, stavova, mišljenja i emocija upotrebom jezika odnosno riječi, dok neverbalna služi za istu svrhu ali se pritom ne koriste isključivo riječi već i govor tijela. Termin neverbalno najčešće se koristi kako bi se opisalo sve što se događa u ljudskoj komunikaciji mimo izgovorenih ili napisanih riječi. Predmet rada je istraživanje o tome na koje načine scenski pokreti doprinose prenošenju poruke kroz različite scenske medije, te na koji način pokret može uticati na konačnu poruku koja stigne do publike. Predmetom istraživanja potrebno je utvrditi ulogu neverbalne komunikacije na sceni i uticaj neverbalnih znakova na ishod komunikacije. Zatim, potrebno je definirati osnovne pojmove vezane uz neverbalno komuniciranje, odnosno poznavanje pojmova i terminologije koje je važno je za ostvarenje konačnog cilja.

1.3. Operacionalno određenje predmeta istraživanja

Opći tipski model operacionalnog određenja predmeta istraživanja

Bitni činioci su:

Uslov

Glavni uslov je govor tijela odnosno izraz koji se najčešće koristi pri opisivanju neverbalne komunikacije. Postoje dva osnovna aspekta govora tijela, a to su:

1. Tjelesni stav, to jeste način na koji stojimo ili sjedimo tokom razgovora. Tjelesni stav bi trebalo da bude otvoren, sa pogledom ka sagovorniku kad god je to moguće.
2. Gestikulacija, to jest pokreti koje pravimo kao što su klimanje glavom i održavanje kontakta očima, koji mogu imati pozitivan uticaj na komunikaciju, odnosno na onoga ko govori.

Subjekti

Neverbalna komunikacija se uglavnom fokusira na interakciju među pojedincima, koja može da se sagleda kroz tri glavna područja: uslovi okruženja gdje se komunikacija odvija, fizičke karakteristike učesnika komunikacije i ponašanje učesnika komunikacije u toku interakcije.

Motivi i interesi

Za razliku od verbalne komunikacije, neverbalna komunikacija je uvijek prisutna kada se ljudi međusobno susreću te u mnogim situacijama u kojima oni nisu fizički prisutni. Ima veliku vrijednost prenošenja informacija o drugima i još mnogo informacija koje neko drugi nije htio namjerno otkriti. To je naročito korisno kod upućivanja na koji način drugi misle o tebi i o odnosu, iako su neverbalne poruke mnogo više od dvosmislene verbalne komunikacije. Može ponoviti, upotpuniti i naglasiti izgovorene riječi; ponekad može zamijeniti govor; može osporavati izgovorene riječi ili čak zavarati druge. Sve ove karakteristike neverbalne komunikacije su izrazito korisne pri kreiranju scenskog pokreta, jer mogu ukazati na pravo značenje, koje se suprotstavlja onom što je iskomunicirano verbalno.

Aktivnosti

Neverbalna komunikacija često se percipira kao komunikacija bez riječi. Uključuje vidljive znakove kao što su geste povezane s govorom, držanje tijela, učinke dodira, ekspresiju emocija na licu, kontakt očima te ostale vokalne znakove. Kod scenskog pokreta, svi ovi znakovi su naglašeni, a mogu uključivati i plesne pokrete, naglašenu gestikulaciju i teatralnost. Možemo reći kako sve komunicira, materijalne stvari koje su oko nas u odnosu na našu poziciju, fizički prostor koji razdvaja sagovornike te ne manje značajno vrijeme i trajanje komunikacije. Iako verbalno može biti utišano, neverbalno ne možemo utišati jer i tišina govori za sebe. Tokom čovjekove interakcije događaju se mnoge aktivnosti, kinetičke, vokalne, proksemične.

Metode

Osnovna metoda za istraživanje predstavlja utvrđivanje uloge neverbalne komunikacije u scenskom pokretu i njen doprinos prenošenju poruke ostalim učesnicima komuniciranja, ali i pasivnim promatračima (publici).

Efekti

Efekti su nedostatne i neprovjerene informacije, neprofesionalno djelovanje, slabija ili nikakva povratna informacija (feedback).

Vremensko određenje predmeta istraživanja

Za istraživanje ove teme obuhvaćen je period od tri mjeseca.

Prostorno određenje predmeta istraživanja

Prilikom prostornog određenja predmeta istraživanja treba uzeti u obzir okolinu u kojoj se trenutačni sugovornici nalaze. Osoba će se drugačije ponašati u svome domu nego na poslu. Za primjer se može uzeti i političar koji će se drugačije ponašati prilikom debate nego intervjua i sl.. S druge strane, posebno prostorno određenje predstavlja scena, i način komunikacije na sceni, te interakcije sa publikom.

Disciplinarno određenje predmeta istraživanja

Istraživanje je interdisciplinarnog karaktera s osloncem na druge nauke.

2. NAUČNI I DRUŠTVENI CILJEVI

Traganje za znanjem zbog njega samog je najplemenitiji i najsmisleniji ljudski poduhvat. Istraživanja su potrebna kako bi se spoznali određeni problemi, te kako bi se ponudila određena rješenja koja će poslužiti u suzbijanju određenih društvenih problema. Istraživanja su potrebna kako bi se definisale nove pojave, kao i reakcije ljudi na te pojave. Savremeni svijet nudi mnoštvo iznenađenja ljudima, a nauka je ta koja se trudi dati odgovore na koji način će se prihvatiti nove pojave.

2.1. Naučni ciljevi

Naučnim ciljevima potrebno je obuhvatiti:

1. Karakteristike scenskih pokreta kao neverbalne komunikacije
2. Razlike između verbalne i neverbalne komunikacije
3. Uticaj prostornog određenja na neverbalnu komunikaciju
4. Funkcije za koje neverbalna komunikacija može poslužiti na sceni

Naučna deskripcija

Po nekim shvatanjima, naučna deskripcija je najniži naučni cilj jer se on ostvaruje opisom manifestnih formi.¹ Prema tome, u toku ovog istraživanja potrebno je identificirati 4 glavne funkcije neverbalnog ponašanja u ljudskoj komunikaciji, a to su izražavanje emocija, izražavanje odnosa prema drugima, predstavljanje sebe drugima i pratnja govora radi regulisanja slijeda govorenja, uzvratnih reakcija, pažnje itd.

Naučna eksplikacija

Naučna eksplikacija kao naučni cilj podrazumijeva naučno saznanje o uzročno-posljedičnim odnosima, društvenim zakonima i naučna objašnjenja.² Vrlo je bitno da osoba traži povezanost između određenih ponašajnih aktivnosti osobe, konteksta u kojem se događaju te opaženih ishoda, tj. njihovih uzročno-posljedičnih odnosa za pojedinca, ali i cjelokupnu društvenu sredinu.

2.2. Društveni cilj

Društvenim ciljevima potrebno je obuhvatiti i:

¹ Termiz Dž (2003), Metodologija društvenih nauka, NIK „Grafit“, Sarajevo, str. 220.

² Termiz Dž (2003), Metodologija društvenih nauka, NIK „Grafit“, Sarajevo, str. 222.

1. Prepoznati i opisati neverbalna ponašanja sebe i drugih.
2. Prepoznati neverbalna ponašanja koja se ponavljaju, zamjenjuju, nadopunjuju, naglašavaju, reguliraju i koja se suprotstavljaju verbalnim porukama.
3. Prepoznati emocionalnu i relacijsku dimenziju vlastitog neverbalnog ponašanja.
4. Podijeliti svoje tumačenje neverbalnog ponašanja drugih ljudi u okvirima kada je takva podjela prikladna.

3. HIPOTEZE I INDIKATORI

Generalna hipoteza: Scenski pokret kao element neverbalnog komuniciranja ima neupitnu važnosti i često veći značaj od verbalnog izražavanja, jer zbog svoje višeznačnosti uspješnije komunicira emociju.

Posebna hipoteza 1: Izraz lica, boja glasa te zauzeti stav, uzrok je stvaranja slike o govorniku bez obzira na ono što govori.

Posebna hipoteza 2: Promatranjem neverbalne komunikacije poput položaja tijela, pozicije udova te praćenjem pogleda govornika, moguće je stvoriti jasniju sliku o kontekstu same poruke.

Posebna hipoteza 3: Svjesnom upotrebom neverbalne komunikacije moguće je uspješnije predstaviti sebe drugima, izazvati željene reakcije i održati pažnju.

Posebna hipoteza 4: Scenski pokret lakše komunicira emociju u odnosu na verbalnu komunikaciju.

Posebna hipoteza 5: Poruku je moguće prenijeti bez upotrebe verbalne komunikacije.

Posebna hipoteza 6: Neverbalna komunikacija u scenskom pokretu može poslužiti da prenese dublje značenje i ukaže na specifičnosti poruke koje nisu iskazane verbalno.

Indikatori: Usmeni i pisani opisi, knjige, novinski članci, internet i sadržaji koji su u vezi s neverbalnim komuniciranjem, te komentari osoba koje se bave ovom vrstom komunikacije koja je navedena u predmetu istraživanja.

4. NAUČNI PRISTUP I METODE ISTRAŽIVANJA

Prema predmetu, istraživanja mogu biti teorijska i empirijska. Predmet teorijskih istraživanja je naučna teorija, a empirijskih je društvena stvarnost. U naučnoistraživačkoj praksi sva su istraživanja nužno teorijsko-empirijska zbog uloge teorije u istraživanju. S jedne strane se sagledavaju uzroci i posljedice neverbalne komunikacije, odnosno koliko se pažnje pridaje neverbalnoj komunikaciji, a s druge strane kako neverbalna komunikacija može biti alternativa klasičnim komunikacijama. Tako će i ovo istraživanje biti teorijsko-empirijskog karaktera.

4.1. Teorijsko-metodološki pravac

Pristup ovom istraživanju je integralno-sintetički, gdje posebno neću favorizovati nijedan od teorijsko-metodoloških pravaca.

4.2. Metode istraživanja

Metode koje ćemo koristiti prilikom izrade ovog magistarskog rada su metoda analize (sadržaja) dokumenata, metoda deskripcije i metodom ispitivanja - tehnika intervjua.

Metoda analize (sadržaja) dokumenata: Za izradu ovog rada biće korištena stručna strana i domaća literatura iz područja komunikologije i scenskog pokreta, odnosno neverbalne komunikacije isto kao i znanstveni, stručni članci i web izvori sa svrhom stvaranja teorijske podloge. U okviru primarnog istraživanja obuhvaćeno je proučavanje neverbalne komunikacije kao alternative klasičnim komunikacijama. Radi lakšeg tumačenja, biće korišteni i video isječci. Na temelju tih isječaka biće sastavljen anketni upitnik. Anketiranje korisnika biće provedeno putem društvenih stranica. Dobiveni podaci će biti obrađeni i

analizirani te će biti izvršena usporedba prikupljenih podataka i vlastitih opažanja zbog usaglašavanja i donošenja zaključaka o važnosti korištenja i interpretacije neverbalnih znakova, te o uticaju tih znakova na cjelokupni dojam govornika.

Metoda deskripcije - je metoda jednostavnog opisivanja ili očitavanja činjenica, procesa i predmeta u prirodi i društvu te njihovih empirijskih potvrđivanja odnosa i veza, ali bez naučnog tumačenja i objašnjavanja. Metoda deskripcije će se koristiti kod informisanja s problemom istraživanja.³

Metoda ispitivanja (tehnika - intervju) – kroz ovo istraživanje biće pokušaja da se obavi intervju s osobama iz domena komunikologije, a tema razgovora biće scenski pokret kao alternativa klasičnim komunikacijama. (Zadatak intervjuja je da podstiče, tumači, usmjerava i oživljava naučni razgovor, ne odstupajući od osnovnog koncepta i sadržaja i ciljeva ispitivanja. Najvažniji tipovi intervjuja su: usmjereni, orijentacioni, neusmjereni slobodni, dirigovani i produbljeni intervju).⁴

5. NAUČNA I DRUŠTVENA OPRAVDANOST

5.1. Naučna opravdanost

Ovo istraživanje je naučno opravdano jer će potvrditi stečena saznanja o tome koliko je važno neverbalno komuniciranje u svakodnevnom životu te na koji način utječe na interakciju ljudi i na stvaranje konačnog dojma o govorniku. Predmetom istraživanja potrebno je utvrditi ulogu neverbalne komunikacije između ljudi i uticaj neverbalnih znakova na ishod komunikacije. Zatim, potrebno je definirati osnovne pojmove vezane uz neverbalno komuniciranje, odnosno poznavanje pojmova i terminologije koje je važno je za ostvarenje konačnog cilja.

³ http://www.pfst.unist.hr/uploads/MZIR-Prilog_Predavanju4.pdf

⁴ Termiz Dževad, Metodologija društvenih nauka, NIK „Grafit“, Sarajevo, 2003., str. 282.

Društvena opravdanost

Ovo istraživanje je društveno opravdano zbog potrebe da se riješi navedeni problem istraživanja odnosno biće u mogućnosti osvježiti i obogatiti postojeća saznanja koja se odnose glavne funkcije neverbalnog ponašanja u ljudskoj komunikaciji, a to su izražavanje emocija, izražavanje odnosa prema drugima, predstavljanje sebe drugima i pratnja govora radi reguliranja slijeda govorenja, uzvratnih reakcija, pažnje itd.

6. BITNI KATEGORIJALNI POJMOVI (DEFINICIJE I KLASIFIKACIJA)

Izraz lica:

Većina istraživanja lica zanima se za konfiguracije koje pokazuju različita emocionalna stanja. Šest primarnih osjećaja koji su najviše proučavani jesu srdžba, tuga, iznenađenje, sreća, strah i gađenje. Izrazi lica mogu također funkcionirati kao regulacijske geste, koje osiguravaju povratnu informaciju i upravljaju tijekom interakcije. Zapravo, neki istraživači vjeruju da je primarna funkcija lica komuniciranje, a ne izražavanje emocija.

Držanje tijela:

Držanje tijela obično se proučava zajedno s drugim neverbalnim signalima kako bi se odredio stepen pažnje ili sudjelovanja, status u odnosu na drugog partnera u interakciji ili stepen u kojem se on danoj osobi sviđa. U studijama u kojima se oni koji su bili u interakciji nisu međusobno dobro poznavali, na primjer, naginjanje naprijed povezivalo se s većim sudjelovanjem, većim svidanjem i nižim statusom. Držanje tijela također je ključni pokazatelj intenziteta nekih emocionalnih stanja, npr. klonulo držanje koje je povezano s tugom ili ukočeno, napeto držanje koje je povezano sa srdžbom. Stupanj u kojem se položaji tijela kod sudionika u komunikaciji uzajamno odražavaju također može govoriti o dobrom odnosu ili pokušaju da se on izgradi.

Dodirivanje:

Dodirivanje može biti usmjereno na sebe ili na drugu osobu. Dodiri usmjereni na vlastito tijelo, kojima komuniciranje obično nije svrha, mogu odražavati određeno stanje ili naviku pojedinca. Mnogi se obično nazivaju nervoznim manirizmima. Neke od ovih radnji ostaci su iz nekog ranijeg razdoblja u životu – perioda kad smo prvi put učili kako svladavati vlastite emocije, razvijati socijalne kontakte ili obaviti neki nastavni zadatak. Katkad te dodire izvodimo dok se prilagođavamo takvim iskustvima, te ih zadržavamo kad se suočimo sa sličnim situacijama kasnije u životu, često kao jedini element iz izvorne kretnje.

Gledanje:

Gdje, kako i koliko dugo gledamo tokom interakcije glavna su pitanja na koja se fokusiraju studije gledanja. Gledanje se odnosi na usmjeravanje pogleda općenito u smjeru lica druge osobe. Uzajamno gledanje pojavljuje se kad oni koji su u interakciji gledaju jedan drugom u oči. Oni koji proučavaju neverbalnu komunikaciju također se zanimaju za širenje i sužavanje naših zjenica jer je ono katkad pokazatelj interesa, pažnje ili uključenosti. Neverbalne komunikacije također se zanimaju za širenje i sužavanje naših zjenica jer je ono katkad pokazatelj interesa, pažnje ili uključenosti.

Glasovno ponašanje:

Glasovno se ponašanje odnosi na to kako je šta rečeno, a ne šta je rečeno. Opisuje niz neverbalnih glasovnih znakova koji prate sam govor. Općenito se pravi razlika između dvaju tipova zvukova: 1. glasovne varijacije koje proizvode glasnice tokom govora, a ovise o promjenama u visini, trajanju, glasnoći i šutnji; 2. glasovi koji su primarno rezultat drugih fizioloških mehanizama, osim samih glasnica, npr. ždrijelne, usne ili nosne šupljine.

Ponavljanje:

Neverbalna komunikacija može, jednostavno, ponoviti ono što je verbalno rečeno. Naprimjer, ako nekoj osobi kažete da treba ići prema sjeveru da bi našla kiosk i onda pokažete u pravome smjeru, to bi se smatralo ponavljanjem.

Proturječenje:

Verbalni i neverbalni signali mogu međusobno odstupati na više načina. Mogu odašiljati dvije proturječne poruke koje izgledaju nekongruentne ili suprotstavljene jedna drugoj. U oba se slučaja percipiraju dvije poruke koje izgledaju nedosljedne jedna drugoj. Prilično je uobičajeno (i vjerojatno funkcionalno) imati različita mišljenja o nekim drugim stvarima. Kao rezultat toga, nekongruentnost verbalnih i neverbalnih poruka može biti uobičajenija no što smo toga svjesni.

Neverbalna komunikacija:

Neverbalna komunikacija preteča je svih oblika komuniciranja te se tokom povijesti razvijala usporedno s ostalim oblicima i održala se sve do današnjih dana. Neverbalna komunikacija služi za izražavanje emocija, naglašavanje verbalne poruke, izražavanje stava prema osobi s kojom se komunicira, kao zamjena za verbalnu poruku, za ponavljanje verbalne poruke, da bi se regulirala verbalna komunikacija i kao suprotstavljanje verbalnoj komunikaciji.

Verbalna komunikacija:

Verbalna komunikacija je komunikacija između dijve ili više osoba, u ličnom kontaktu i obično se naziva razgovor ili konverzacija. Najprostije rečeno to su riječi koje izgovaramo svakodnevno i na taj način ispunjavamo osnovnu ljudsku potrebu da budemo u kontaktu sa drugim ljudima.

Instrument za prikupljanje podataka bit će anketni upitnik koji će sadržavati pitanja vezana za verbalnu i neverbalnu komunikaciju. Ispitanici će odgovarati na pitanja pismeno (online) kroz anketu koja će se napraviti preko Google komponenti. Anketa će biti zatvorenog tipa, a imat će i varijablu za ispitivanje sociodemografskih obilježja (spol, dob, stručna sprema, zaposlenost). Na taj način će se pratiti način neverbalnog komuniciranja u periodu od tri(3) mjeseca.

II SAZNAJJE O PREDMETU ISTRAŽIVANJA

1. Polazna saznanja o predmetu istraživanja

1.2. Naučno verifikovano saznanje

U većini slučajeva se javljaju problemi u komunikaciji zbog različitih kulturnih saznanja. Komunikacijski sukobi postoje otkada ljudi dolaze jedni s drugima u kontakt i sukob je jednostavno životna činjenica. U kulturnom aspektu problemi dolaze kada dođe do neusklađenosti vrijednosti, očekivanja, postupaka ili ishoda između dvaju ili više strana koje dolaze iz različiti kultura. Problemi mogu dovesti do opasnosti jer može se skrenuti pozornost s važnih radnji, narušiti moralnu potporu, povećati razlike i dovesti do uvreda ili fizičkog sukoba. Svaka kultura ima načine kojima rješava sukobe. Nije svaki sukob negativan, ako se njime dobro upravlja. Jedan dio ljudi sukobe izbjegava, jer pokušava zadržati formalnost i društvenu udaljenost, dok drugi pokušavaju prihvatiti i razumjeti te stupiti u interkulturalne odnose bez predrasuda i barijera.

2. FUNDAMENTALNA PITANJA KOJA PROIZILAZE IZ PREDMETA ISTRAŽIVANJA

Opisati proces komunikacije; Uporediti značaj verbalne i neverbalne komunikacije; Koje su karakteristike neverbalne komunikacije?; Vještina slanja i razumijevanja neverbalnih signala? Istraživanje facijalne ekspresije!

3. KONCEPT MOGUĆIH ODGOVORA

Komunikacija je proces razmjene informacija preko dogovorenog sistema znakova, odnosno proces slanja informacija sebi ili bilo kojem drugom entitetu, najčešće putem jezika. Riječ komunikacija doslovno znači: podijeliti, učiniti nešto općim ili zajedničkim. Komunikacija je obično opisana prema 3 glavne dimenzije: sadržaju, formi i cilju. Sadržaj komunikacije i forma kreiraju poruke koje se šalju prema cilju. Cilj može biti sam čovjek, druga osoba (u interpersonalnoj komunikaciji) ili drugi entitet poput grupe, organizacije ili društva. Znanstvena disciplina koja proučava komuniciranje jest komunikologija. Razlika

između verbalne i neverbalne komunikacije nastaje jer se misli da svaka od njih ispunjava različite funkcije. Verbalna komunikacija, u formi jezika, bolja je za prenošenje logičkih i apstraktnih ideja. Neverbalna komunikacija ispunjava tri funkcije. Jedan dio čovjekova neverbalnog ponašanja usmjeren je reguliranju mehanizma socijalne interakcije, drugi dio se odnosi na izražavanje stavova, a treći je za izražavanje emocionalnih stanja. Jedan od osnovnih preduvjeta koji omogućavaju socijalnu interakciju jest mogućnost komuniciranja. Verbalna se komunikacija odnosi na stvarne riječi koje se koriste u razgovoru. Drži se da je osnovna funkcija jezika izvještavanje o idejama, događajima i stvarima koje nisu neposredno prisutne. Neverbalna komunikacija ima nekoliko važnih karakteristika: Za razliku od verbalne komunikacije, neverbalna komunikacija je uvijek prisutna kada se ljudi međusobno susreću te u mnogim situacijama u kojima oni nisu fizički prisutni; Ima veliku vrijednost prenošenja informacija o drugima i još mnogo informacija koje netko drugi nije htio namjerno otkriti; To je naročito korisno kod upućivanja na koji način drugi misle o tebi i o odnosu, iako su neverbalne poruke mnogo više od dvosmislene verbalne komunikacije. Facijalna ekspresija predstavlja oblik neverbalne komunikacije gde pomoću jednog ili više pokreta ili položaja mišića lica (mimike lica) osoba izražava svoje unutrašnje stanje (osećanja, motive, potrebe, stavove). S obzirom da je blisko povezana sa emocijama, često se dešava na nevoljnom nivou, te je osoba teško može kontrolisati.

III ZAKLJUČNA RAZMATRANJA

Scenski pokret nadopunjuje usmeno izražavanje komuniciranjem bez izgovorenih riječi. Najčešće prenosi emocije, stavove, trenutno raspoloženje, osjećaje, mišljenja sugovornika koji sudjeluju u komunikacijskom događaju. Scenski pokret obuhvata sve oblike komuniciranja te se tokom historije razvija uporedo s ostalim oblicima i održala se sve do današnjih dana. Neverbalna komunikacija služi za izražavanje emocija, naglašavanje verbalne poruke, izražavanje stava prema osobi s kojom se komunicira, kao zamjena za verbalnu poruku, za ponavljanje verbalne poruke, da bi se regulisala verbalna komunikacija i kao suprotstavljanje verbalnoj komunikaciji. Uprkos nedostacima kao što su dvosmislenost, činjenica da se svi neverbalni znakovi jednako ne tumače u svim kulturama te ovisnost o rodu osobe koja ih koristi, kao i o vremenu i prostoru, nemoguće ju je isključiti iz svakodnevnog života.

2.NEVERBALNA KOMUNIKACIJA

Za većinu se ljudi izraz neverbalna komunikacija odnosi na komunikaciju koja se ostvaruje nekim drugim sredstvima mimo riječi (pod pretpostavkom da su riječi verbalni element). Poput većine definicija, i ova je općenito korisna, ali ne pokriva adekvatno složenost ovog fenomena. Dok razumijemo i znamo sve što tu spada, ova će nam široka definicija dobro poslužiti. Najprije treba znati da je odvajanje verbalnog i neverbalnog ponašanja u dvije zasebne i distinktno kategorije praktično nemoguće. Uzmite, na primjer, pokrete rukom koji čine američki jezik znakova (jezik gluhih).

2.1.Neverbalna poruka

Poruka u najopćenitijem smislu je predmet komunikacije. Služi za pružanje informacija. Njeno značenje ovisi o kontekstu u kojem se koristi, pojam se može primijeniti i na informaciju, kao i na oblik komunikacije. Neverbalna poruka komunicira kroz akciju ili ponašanje, a ne riječima. Primjer je korištenje govora tijela.⁵

⁵ Meekums, B., Dance Movement Therapy, Sage, London, 2002.No.49

3. SCENSKI POKRET KAO IZRAŽAJNO SREDSTVO

Scenski pokret je jedno od osnovnih izražajnih sredstava scenskih umjetnika (glumaca, pjevača i sl.). njegovu realizaciju u predstavi po ideji i konceptu reditelja sprovodi stručnjak za scenski pokret odnosno glumac koji se specijalizovao za ovu oblast ili koreograf.

„Onima među nama koji vole ples proučavanje istorije širi horizonte povećavanjem opsega našeg iskustva. Ovakva spoznaja povećava našu toleranciju, jer razvija u nama sposobnost da naučimo vrijednost nepoznatog“.

(Cohen J. Selma, 1988: 16)⁶

3.1. Ples

Ples je ritmičko pokretanje tijela, obično u skladu s muzikom i u ograničenom prostoru s ciljem izražavanja ideja ili emocija, oslobađanja energije, ili jednostavno uživanja u samom pokretu. Ples je, čini se jedna od najstarijih umetnosti, a prisutna je faktički u svakoj kulturi svijeta. Motivi plesa mogu biti obredni, svečani, liturgijski, magijski, teatralni, društveni, estetski i sl.⁷

U svojim počecima, ples je bio motorička reakcija na određene emocije, na pojačano veselje, strah, žalost, ljubav ili mržnju. Motoričke reakcije na ta uzbuđenja bili su živahni, iracionalni, ali vrlo izraženi sljedovi pokreta, koji su višekratnim uzastopnim ponavljanjem poprimili određeni ritmički obrazac i pretvorili se u ples.

U dugoj tradiciji plesova se neki folklorni plesovi - iz različitih razloga - u modificiranoj varijanti prenose iz naroda u "više slojeve društva", postaju općeprihvaćeni, i izdvajaju se u novu kategoriju pod nazivom "društveni plesovi". U početku u tu kategoriju spadaju razni dvorski plesovi, a tek preseljenjem valcera iz folklora među plemstvo - što je zbog međusobne bliskosti plesača i plesačice bio svojevrstan skandal - započinje era modernih društvenih plesova. Moderni društveni plesovi su uz rijetke izuzetke plesove u paru, bazirani na popularnoj glazbi. Danas društvene plesove možemo podijeliti na više načina. Podjela prema kategorijama natjecanja je vrlo česta, ali je i među najmanje tačnima - neki su plesovi

⁶ Motte-Haber, H., Psihologija glazbe. Jastrebarsko, Naklada Slap, Zagreb, 1999.str.51

⁷ Knapp, M.L. i Hall, J. A. Neverbalna komunikacija u ljudskoj interakciji, Jastrebarsko, Naklada Slap, Zagreb, 2010.str.33

"zalutali" u "pogrešne" kategorije (primjerice u natjecateljske "latino-američke" plesove se svrstava jive, koji nije latino, te paso doble, koji nije američki ples), a u nekim natjecateljskim sustavima se nerijetko neki plesovi dodaju, ili izbacuju, već prema interesu natjecatelja i publike (show-dance natjecanja).⁸ Nadalje, uvijek postoji dvojba, da li da se plesove dijeli prema srodnosti u glazbi, ili prema indentičnosti u koraku i pokretu, jer su i jedno i drugo bitni sastavni dijelovi plesa, a te podjele nisu uvijek u skladu. Možda bi najbolja podjela društvenih plesova mogla biti ona prema njihovom zemljopisnom, vremenskom i kulturuloškom podrijetlu: Klasični (europski) društveni plesovi su:

- Valceri (Bečki valcer, Engleski valcer, Boston-vals, Country-vals, itd.);
- Grupa foxtrot-plesova (Quickstep, Slow-fox,...);
- Klasični tango One-step, Two-step i slični stari plesovi;
- Blues itd.

Boogie- (ili swing-) plesovi:

- Lindy-hop Stomp (ili Stump),
- Jitterbug Boogie-woogie,
- Swing-step,
- Shag,
- West-Coast swing,
- East-Coast swing,
- Jive,
- Rock'n'Roll (u raznim varijantama, od "salonskog" do akrobatskog),
- Hustle,
- Disco fox itd.

Ovaj popis ni u kojem slučaju ne može biti konačan, obzirom da je plesova bezbroj: neki isti plesovi nose i više imena (npr. neki od božice plesova), ponekad i različiti plesovi nose isto ime (npr. hustle), neki plesovi jednostavno i nemaju imena (npr. ples u paru Fred Astairea), neki su na granici društvenog plesa i folklora (npr. cuban-rumba), iz nekih stilova pojedinih plesova se izrodi novi ples (opet boogie), kod nekih se zapravo radi o mješavini raznih

⁸ Knapp, M.L. i Hall, J. A. Neverbalna komunikacija u ljudskoj interakciji, Jastrebarsko, Naklada Slap, Zagreb, 2010.str.55

plesova (salsa), neki u drugim dijelovima svijeta dobiju sasvim novi karakter (brazilski tango). Ukratko, ples je živa materija, koja se razvija zajedno s ljudima koji se njome bave, i samim tim će popis i kategorizacija svih plesova uvijek biti nedovršeni.⁹

3.2. Balet

Riječ balet je talijanskog porijekla, a mnogi autori kažu da označava umjetnički ples praćen glazbom, koji simbolički pokazuje različite osjećaje i strasti. Riječ „balo“ usvojena je umjesto riječi „danza“ jer se odnosi na plesanje u ritmovima koji variraju (a „danza“ označava ples koji se pleše na jedan ritam). U tehnici se koristi jedinstvena terminologija svugdje u svijetu., a nazivi su francuski. Pojam klasičnog baleta označava „određeni oblik koreografske plastičnosti u izvedbi, gdje nema slučajnih i nepotrebnih pokreta već je sve točno isprogramirano.“¹⁰

Kao i ostali plesovi, balet može biti grupni nastup ili solo izvedba. Postoje baleti s radnjom ili bez nje, pa je i muzika programska ili apsolutna; istina, igrači katkad tumače i apsolutnu muziku programski. Sadržaj jednog baleta (npr. Petruška Stravinskog) se može uporediti sa operom. Radnja se najradije odvija tako da dolazi do smjenjivanja solističkih partija, dueta (francuski pas de deux) i grupnih nastupa. Kao epizoda, balet se javlja i u operi, bilo bez ikakve veze s radnjom (kao u La traviata Giuseppea Verdia) bilo da je utkan u zbivanje (na primjer Bahanal u Wagnerovom Tannhäuseru). Balet je jedna od najstarijih plesnih tehnika koja je temelj svim ostalim plesnim stilovima. Balet karakteriziraju stroge forme tijela i otvoreni položaj stopala, što znači da je cijela noga zarotirana iz kuka prema van za 90 stupnjeva. Baletna tehnika ne poznaje upotrebu sile i naglih pokreta. Svi pokreti moraju biti kontrolirani i ne smiju se izvoditi sa zgrčenim mišićima, već istegnutim u «daljinu». Elementi koji se uvježbavaju su veliki i mali čučnjevi (plié i grand plié), istežanje i dizanje nogu, rad stopala, različiti nagibi i rotacije tijela, različite vrste okreta (pirouette) i skokova koji se mogu izvoditi iz velikoga ili malog čučnja, s obje ili jedne noge i sl. Balet nije samo za profesionalce, već je i izvrsna aktivnost za rekreativce. Razlika između rekreativnog i profesionalnog bavljenja plesom je samo u tome što rekreativci izvode manje komplicirane

⁹ Miletić, N. Fenomenologija neverbalne komunikacije u funkciji kulturne produkcije, Liburna, Beograd, 2013.str.77

¹⁰ Meekums, B., Dance Movement Therapy, Sage, London, 2002.No.48

elemente. Rekreativci također ne moraju imati stupanj otvorenosti do punih 90 stupnjeva, već onoliko koliko to dopuštaju individualne prirodne predispozicije tijela.

Ne znamo pouzdano kada je čovjek počeo plesati, no možemo pretpostaviti da je to bilo negdje od samih početaka. U gotovo svim sačuvanim plemenskim kulturama nalazimo plesove koji nisu tek spontani izljevi osjećaja (veselja, bijesa...), nego su to uobličene, ritmizirane sekvence koje se izvode na odabranom mjestu s nakanom da proizvedu naročiti dojam na one koji gledaju.¹¹ U starije doba najčešće su to bili rituali kojima se molilo bogove da podare kišu, bogatiji urod, povećanje plemena i sl. Grčko kazalište upućuje nas na prikazivanje koje se sastojalo od pjesme i plesa, i bilo je sastavni dio dionizijske proljetne svetkovine. U početku je proslava bila improvizirana, no s vremenom su se počele izvoditi složenije pjesme i plesovi, da bi nakon toga započela natjecanja u prikazivanjima. Grupe koje su sudjelovale u natjecanju uvježbavao je «choregus», iz čega se korijeni današnja riječ «koreograf», a nastupale su u «orchestru», kružnom plesnom prostoru teatra na otvorenom.¹²

3.3.Pozorište

Pozorište ili teatar je skupno ime za sve vrste scenske umjetnosti koje se izvode na pozornici u prisustvu publike. Neophodni elementi bez kojih ne može postojati pozorišna predstava su:

- Glumci,
- scenska radnja i
- publika.

Neophodni elementi bez kojih ne može postojati pozorišna predstava su:

- glumci,
- scenska radnja i
- publika.¹³

Klasična podjela na teatarske forme bila je podjela na:

¹¹ Meekums, B., Dance Movement Therapy, Sage, London, 2002.No.49

¹² Šuvaković, M., Postajati mašinom; od teorije preko filozofije digitalne umetnosti, teatra i performansa ... i natrag, tkH, br. 7, Digitalni performans, Beograd, 2004.str.56

¹³ Harvard, R., Istorija pozorišta, Clio, Beograd, 1998.str.21

- Dramu (komedija, tragedija i drama u užem smislu),
- Operu i
- Balet.

Savremenije podjele su nešto fleksibilnije, pa se pod glavnim pozorišnim formama obično podrazumijevaju:

- Dramsko pozorište (zasnovano na dramskom tekstu),
- Plesno pozorište (plesni teatar, moderni ples; također balet),
- Muzičko pozorište (musical; također opera i opereta) i
- Lutkarsko pozorište (animacija lutaka ili drugih predmeta).¹⁴

3.4.Mjuzikl

Mjuzikl je muzička komedija, lak pozorišni žanr, u njemu se kombinuju govorni dijalog, muzičke tačke i ples; srodan je operi, ali razlika je u duhu, stilu i temama. Nastao je oko 1900. na Broadwayu u New Yorku, kao izraz specifičnog američkog zabavnog života. U početku je bio svojevrsna sinteza burleske, vaudevillea, pantomime, baleta i operete, ali uskoro je postao samostalan oblik izrazitih značajki zahvaljujući prvenstveno kvalitetnim libretima koja se često temelje na vrijednim literarnim ostvarenjima, kao i prvorazrednim izvedbama. Glazbene točke nose obilježja zabavne i jazz glazbe, a neizostavan dio mjuzikla je i song. Oko 1930. mjuzikl se proširio i u Europi, ponajprije u Engleskoj. U Francuskoj je mjuzikl profinjeniji i intimniji od engleskog, a tu song zamjenjuje chanson. U Njemačkoj je mjuzikl sentimentalniji i po sastavu orkestra najbliži opereti.¹⁵

4.SCENSKI POKRET KAO NAČIN PRIJENOSA NEVERBALNE PORUKE

Dobrobiti dramsko-scenske igre su u razvijanju verbalne i neverbalne komunikacije, kreativnosti, mašte i uživljanja u tuđe uloge i situacije. Međusobne odnose čovjeka i stroja na sceni propitivali su futuristi Prampolini i Depero (figure mecanique); njihovi nacrti

¹⁴ Meekums, B., Dance Movement Therapy, Sage, London, 2002.No.35

¹⁵ Motte-Haber, H., Psihologija glazbe. Jastrebarsko, Naklada Slap, Zagreb, 1999.str.55

scenskih likova u pokretu zasnovani su na principu analogija ljudskog tijela i stroja. Mejerhold, surađujući s Popovom, Rodčenkom i Stepanovom, utjelovit će shvaćanje da scena nije tek okvir za sliku nego prostor za pokret. K. Schmidt, zajedno sa F. W. Boglerom i G. Teltscherom, postavlja 1923. u Staatstheateru u Jenni svoj Mechanische Ballet.¹⁶

4.1. Ples između komunikacije i igre

Poznato je da oko 2/3 interpersonalne komunikacije pripada neverbalnim signalima i porukama, a jedan od načina kojim se oni prenose je plesanje. Čovjek se oduvijek zabavljao igrajući, što je i bio njegov prvobitni cilj, sve do trenutka kad je igra počela više da znači, malo više da se vrednuje. To je trenutak kad se niže spona između plesača i njegovog odraza u društvu. Ples donosi radost, ali i socijalizuje, otkriva “neizrečene” besjede, ali i skrivene požude, nudi različite odgovore. Kako svaka umjetnost ima svoj instrument i sredstvo izražavanja, tako je i za ples instrument ljudsko tijelo, a sredstvo pokret. Tijelo je čovjekov prvi i najbliži „predmet“ za istraživanje, a ono što ga čini primamljivim je činjenica da njegovim otkrivanjem čovjek upoznaje sebe i ispituje svoje granice. „Govor tijela“ je moćan i ekspresivan, jer izražava različite reakcije kao što su:

- radost,
- bijes,
- patnja,
- dominacija,
- pripadnost određenoj socijalnoj klasi.¹⁷

Ako ga čovjek sublimiše i pretoči u kultivisan pokret, nastaje ples kao najprefinjeniji oblik izražavanja. Ples je igra u kojoj čovjek upoznaje i izražava sebe kroz pokret. Sa jedne strane, ples je prostorna, vizuelna umjetnost, ali za razliku od slikarstva i vajarstva, koji su nepokretni, ples je kompozicija u pokretu. Pokret reflektira individualne obrasce osjećaja i mišljenja i pobuđuje senzacije, emocije, sjećanja, misli i slike. Dakle, on ima integrativni efekat na tijelo i um. Povezivanjem pokreta ljudi su se sporazumijevali još prije nego što su počeli razvijeni da govore. Smatra se da su pokret i zvuk (dok se pokret još nije preobrazio

¹⁶ Winfried, N., Priručnik semiotike, CERES, Zagreb, 2004.str.112-114

¹⁷ Winfried, N., Priručnik semiotike, CERES, Zagreb, 2004.str.112-114

u ples, a zvukovi u muziku) bili udružena sredstva izražavanja. Istovremeno sa nehomičnom kretnjom izazvanom jakim uzbuđenjem, izbijao je iz čovjeka njegov glas.¹⁸

Prateći tragove Aristotelove misli da igru treba primijenjivati kao prekid rada budući da igra i postoji radi odmora, kao model katarze (“pročišćenja”) danas igra teži da oslobodi čovjeka koji nosi teret modernog načina života u kojem vreme znači “novac”. Igra kao posljedica rada ima za cilj otklanjanje nemira, tjeskoba i emocionalne napetosti. Sa druge strane, sagledavanjem igre u socijalnoj ravni uočava se da su, kao i u radu, igrači motivisani ne samo očekivanim zadovoljstvom već i potrebom za usvajanjem određenih vještina i sticanjem izvjesnih znanja. Dakle, osim materijalne dobiti, fizičke rekreacije i socijalnog potvrđivanja, igra svojom neponovljivošću ima i simbolično značenje relevantnog životnog iskustva što je prvenstveno bilo karakteristično za čovjekov rad. Još jedna spona rada i igre oslikava se u sportsko-društvenom plesu, koji kao značajan savremeni ritual, pokazuje da današnji čovjek posjeduje svoje rituale, isto onako kako ih je upražnjavao čovjek tzv. tradicionalnog ili “primitivnog društva”, a to su: takmičenje, borba (agon), koja produkuje određene rezultate i emituje vještine koje su sticane putem usavršavanja kroz trening. Ova borba je osoben praznik koji učvršćuje vjeru u vrijednost savremenog društva u radu (motiv postignuća, rivalstvo, maksimiranje rezultata itd). Želja za pobedom stvorila je od igre rad, iskušenje, a od treninga odricanje. Sve više je vidljiva razlika između plesa kao rekreacije i kao vrste sporta, a ona se ogleda u tome što sport, pogotovo vrhunski, obuhvata najčešće manjinu, dok rekreacija osmišljava život šireg kruga ljudi.

Dakle, što je ples profesionalniji i popularniji, to je igra više izmiještena, ostavljena po strani za možda neko drugo, manje stresno vrijeme. Ipak, ne smijemo dozvoliti da izgubimo taj ključ pomoću koga se mogu otvoriti mnoga vrata, „duše“ jednog naroda i njegovih institucija, srca u ritmu pjesme koja spajaju ljude širom svijeta i to možda baš negdje, između igre i komunikacije.¹⁹

¹⁸ Harvard, R., Istorija pozorišta, Clio, Beograd, 1998.str.32

¹⁹ Miletić, N. Fenomenologija neverbalne komunikacije u funkciji kulturne produkcije, Liburna, Beograd, 2013.str.55-57

4.1.1. Igra prvih civilizacija

Prisna povezanost zoomorfnoga sa mitologijom, magijom, simbolikom i kultom postojala je u mnogim prvim kulturama i civilizacijama. Većina plesova s motivima životinja pripadala je imitativnim plesovima, a sastojala se od plesnog oblikovanja pokreta svojstvenih životinji. Imitiranjem pokreta u ribolovu, lovu, gaženju pirinča, kućnim poslovima kreirale su se interesantne koreografije, što je dovelo u vezu igru i rad. Rekviziti ratničkih plesova bili su: štit, koplje, ratna sekira, mač i zastava, a mimodopskih: lepeza, frula, pero ili peruška, mahalo od strune ili volovskog repa, koje je posle u nekim slučajevima zamenjeno bičem. Plesovi s oružjem sadržavali su motive fantastičnih legendi o čudovištima i nemanima kojima je obilovala stara Kina. Za razliku od zapadnoevropske igre, u japanskoj klasičnoj igri izvođači nisu isticali izrazitost tijela i igrač gotovo da i nije pokazivao ruke i noge. Rukav koji se pokretao ili skut kimona davao je prefinjenost igri. Skoro u svim japanskim klasičnim igrama naročita pažnja se poklanjala vještom korišćenju dijelova kostima i rekvizita u rukama, a uz propratne pjesme, najčešće ljubavne, ples je izražavao ljudske strasti. Naročito su bile čuvene japanske gejša koje su najčešće sa dve ili više lepeza činile nizove profinjenih, ljupkih pokreta, dodavajući im tako plesnu notu. Koreografskom obradom svakodnevnih poslova, stvarale su dio svog plesnog repertoara.²⁰

4.1.2. Japan

U Japanu postoji vjerovanje da vrh drške lepeze simbolizuje početak života, dok rebra predstavljaju puteve života koji idu u svim smjerovima kako bi donijeli sreću i radost. Ovakve lepeze su ručno oslikavane sa motivima pejzaža, igre, mitoloških i historijskih scena, u zavisnosti od plesne koreografije. Pravljene su vezivanjem tankih traka japanskog čempresa (hinoki) koncem, a njihov broj je varirao zavisno od statusa naručioca u društvu. Što se tiče gejšine igre, ona se odlikovala sitnim klizećim koracima, dok je gibanje ruke i glave bilo dozirano što ju je činilo dostojanstvenom i visoko cijenjenom. Igra je donosila dobru zaradu gejši, a često je služila u funkciji “objavljivanja” nevinosti mlade gejša i nuđenja zainteresovanoj gospodi koja je “licitirala” za nju.²¹

²⁰ Miletić, N. Fenomenologija neverbalne komunikacije u funkciji kulturne produkcije, Liburna, Beograd, 2013.str.72

²¹ Motte-Haber, H., Psihologija glazbe. Jastrebarsko, Naklada Slap, Zagreb, 1999.str.12

4.1.3. Tradicija stare Indije

Bogatstvom umjetničkih igara odiše i tradicija stare Indije koja je poznata po svojoj najstarijoj klasičnoj igri Bharata natjam (Bharata natyam) koju igraju devadaši, igračice u hramovima. One igraju bogovima, obučene u bluze uz mnogo nakita oko vrata i vijencima cvijeća na glavi. Takvu igru, stare indijske knjige o plesu (nata-sutra) bilježe kao izraz koga krase rafinirani i vrlo značajni pokreti ruku i prstiju koji su često važniji od pokreta nogu, glave i očiju. Ruke i gornji dio tijela simbolično proslavljaju ljubav i posvećenost. Posebnost ovih igara čini upućenost publike prije izvedenja u složena pravila abinaje. Abinaja je način izražavanja koji podrazumijeva izlaganje teme gledaocima (abi-prema, naja-upotrijebiti). Komunikacija igrača sa publikom putem "govora" ruku tzv. mudre sadrži čak do dvjesta poza, gdje je često jedna poza ekvivalentna jednoj riječi. Dakle, indijska publika, poznavanjem simbola u ovoj igri, doživljavala ju je kao direktan govor, čime se i ostvarivao cilj ove vrste umjetnosti.²²

4.1.4. Stari Egipat

O igri u starom Egiptu mnogo su pisali grčki i rimski historičari i filozofi utvrdivši igru kao glavnu osnovu egipatskog kulta. Platon je hvalio astronomsku igru egipatskih sveštenika oko oltara, čija je vatra simbolizovala Sunce, a kruženje sveštenika oko vatre oličavalo kretanje planeta oko Sunca, osim Zemlje koja je za njih mirovala. Nepokretnost Zemlje oličavala se zastajanjem u igri. Kostimi egipatskih igračica bili su vrlo jednostavni i oskudni, kao što su neka vrsta kecelje, tunike, ili proziran materijal prebačen od ramena do članka i pravljani su u cilju isticanja ženskih oblina, ljepote, ženstvenosti, plodnosti. Za razliku od skromne odjeće, nakit je bio raskošan; stavljale su se konusne kape na glavu, prstenje, narukvice na ruke i noge. Nakit, naročito zlatni, između ostalog predstavljao je i statusni simbol, jer je njime gospodar kitio svoje žene dok su igrale za njega. Time je potvrđivao svoju nadmoć i bogatstvo.

Klasna podjela u egipatskom društvu odrazila se i na samu igru u kojoj se jasno dijele:

- i. gavazi (gazi- „ratnik“, „osvajatelj“) narodne igračice koje su zastupale veliki dio društva koji je siromašan, marginalizovan i preziran od elite i

²² Wetherbe, J.C. i Wetherbe, B. Vještine komuniciranja, Dakle, u čemu je stvar? Orbis, Ljubljana, 2005.str.23-25

- ii. profesionalne umjetnice avalim (almeja, alima-“učen, poznavalac, stručnjak”) koje su igrale uglavnom u kućama imućnih ljudi i plemstva (paša).

Stilovi ovih profesionalnih igračica daju osnovu nastanka raks sharqui-ja (“baleta Istoka”), danas poznatog kao trbušni (orijentalni) ples. Njega je odlikovala dominantnost pokreta bokovima u odnosu na gornji dio tijela, što se vezuje za erotičnost haremskih družbenica koje su zavodile sultana.²³ Međutim, on je svojom suštinom izražavao više. Prije svega igrao se u čast bogovima plodnosti i simbolizovao je materinstvo, misterioznu koncepciju života, patnju i radost kroz koju nova duša dolazi na svijet. U Egiptu je i danas običaj, da se na svadbenoj svečanosti, plesačica približi mladencima i fotografiše sa njihovim rukama na svom stomaku, jer se vjeruje da će se tako zagarantovati srećno potomstvo. Korišćenje rekvizita, kao što su: shamadan-svećnjak, assaya-palica, mač, veo i sl., ima magijski karakter i predstavlja vezu sa kultom starih plemena.²⁴ Novčići na kostimima služe kao ukras, ali i podsjećaju na nekadašnje plaćanje plesačica, bacanjem novčića na pod oko njih. Pokreti rukama uz korišćenje vela simbolišu pokrete ptice, odnosno čin oslobađanja, a kružni pokreti stomakom, koji imitiraju kontrakcije stomaka u predporođajnom stanju, oslikavaju uravnoteženost i usklađenost sa prirodom. Boje kostima koje preovlađuju su:

- crvena (simboliše instinktivno u čovjeku),
- plava (duhovni razvoj) i
- ljubičasta (jedinствен spoj prethodna dva principa).

4.1.5. Grčka mitologija

Bogata grčka mitologija, različite vaze i bareljefi na kojima su Grci predstavljali svoje bogove- Zevsa, Apolona, Afroditu, Demetru, Atinu i druge u ulozi igrača, dovode do toga da se u svijesti Grka svaka igra – na ulici, u kući, u hramu – uvijek osećala kao božanska. Ono što je Grke u igri odvajalo od drugih antičkih naroda je vođenje računa o tome da odjeća ne sputava pokrete, jer su morali biti prirodni i slobodni. Među najinteresantnijim igrama izdvajale su se eleuzinske misterije čija se organizacija krila u strogoj tajnosti. Pravi pozorišni efekat je karakterisao brzi prelaz iz mraka na jarko osvjetljenje, a imao je za cilj podsticanje

²³ Meekums, B., *Dance Movement Therapy*, Sage, London, 2002.No.74

²⁴ Harvard, R., *Istorija pozorišta*, Clio, Beograd, 1998.str.34

vjerovanja u sreću, koja je moguća u zagrobnom životu, ako se pojedinac ponaša po zadatim vladarevim pravilima. Na taj način je igra služila manipulaciji.²⁵

4.1.6. Rimljani

Rimljani, kao veliki ratnici usmjereni na osvajanja, nisu bili toliko skloni plesnoj umjetnosti, ali su se usvajanjem grčke religije i mitologije, polako uključivali u ondašnje oblike igara. Podesili su igre prema svojim osobinama i društvenom duhu, koji nije imao ničeg zajedničkog sa grčkim idealom. U igri-pantomimi, umjetnik je pokretima ruku objašnjavao masu podataka o sadržaju poeme koju sviraju muzičari. Jedan isti čovjek igrao je neizmenično cara, pa običnog vojnika, čas muškarca čas ženu, staru ili mladu osobu. Cijeli komad je, dakle, profesionalno izvodilo samo jedno lice, mijenjajući način kretanja, pokrete i izražajnost tijela. Što se tiče drugih igara, uglavnom su zasnivane na orgijanju u službi zadovoljavanja najgrubljih instinkata. Rimski praznici Luperkalije, Floralije, Bahanalije – nekadašnje Dionisije, ukazivale su na propast takvog društva.²⁶

4.2. Neverbalna komunikacija - govor tijela

Antropolog Ray Birdwhistell stvorio je izraz „kinezika“ kao naziv za istraživanje jezika tijela. Postavio je teoriju kinezike koja je pomogla da uspostavi mjesto neverbalnog ponašanja u istraživanjima interpersonalnih odnosa. Birdwhistell je tvrdio da su tjelesni pokreti sustavni pa ih je moguće i sustavno analizirati, a tvrdio je i da su ti pokreti pod utjecajem kulturne sredine i da utječu na ponašanje partnera u komunikaciji. Antropolog Edward Hall uveo je proksemiku u istraživanja interpersonalnih odnosa. Proksemika proučava uporabu prostora u komunikaciji i uvjeravanju. Hall je tvrdio da je udaljenost na kojoj ljudi razgovaraju pod utjecajem spola, kulture, naravi odnosa i Filip Kozjak Govor tijela Međimursko veleučilište u

²⁵ Miletić, N. Fenomenologija neverbalne komunikacije u funkciji kulturne produkcije, Liburna, Beograd, 2013.str.60

²⁶ Miletić, N. Fenomenologija neverbalne komunikacije u funkciji kulturne produkcije, Liburna, Beograd, 2013.str.62

Čakovcu 22 drugih činitelja. Hallova knjiga Nijemi govor (1959.) i Skrivena dimenzija (1966.) znatno su utjecali na istraživanje neverbalne komunikacije.²⁷

Treći doprinos neverbalnoj komunikaciji čine radovi Paula Ekmana i Wallacea Friesena. Oni su neverbalna ponašanja podijelili u pet vrsta:

- i. emblemi,
- ii. ilustratri,
- iii. adaptori,
- iv. regulatori i
- v. pokazivači osjećajnih stanja.²⁸

Osim toga, postavili su tročlanu shemu analize neverbalnog ponašanja.

- i. porijeklo (izvor čina),
- ii. kodiranje (odnos čina i značenja) i
- iii. primjena (način na koji komunikator primjenjuje neko ponašanje).

Njihove teorije i istraživanja važan su doprinos razvoju neverbalne teorije u području proučavanja interpersonalnih odnosa. Neverbalno komuniciranje nije privuklo toliku pozornost interpersonalnih teoretičara i istraživača kao što je to bio slučaj s istraživanjem verbalne komunikacije. Naporima spomenutih i drugih istraživača tek krajem 20. stoljeća neverbalna komunikacija je stekla priznanje kao temeljni sloj većine interpersonalnih interakcija.²⁹

4.3.Neverbalna komunikacija i kulturna produkcija

Za razumijevanje i analizu problematike neverbalne komunikacije u funkciji kulturne produkcije, potrebno je najprije odrediti osnovne pojmove. U tom pravcu, kao središnji pojam

²⁷ Harvard, R., Istorija pozorišta, Clio, Beograd, 1998.str.35

²⁸ Bagarić, P., "Razum i osjetila: fenomenološke tendencije antropologije osjetila", Časopis Narodna Umjetnost broj: 48/2: 83-94, Zagreb, 2011.str.21

²⁹ Harvard, R., Istorija pozorišta, Clio, Beograd, 1998.str.35

nameće se kultura. U općim i specijaliziranim enciklopedijama i rječnicima dostupne su brojne i međusobno različite definicije kulture.³⁰

4.3.1. Pojam kulture

Kultura je pojam koji obično označava složenu cjelinu institucija, vrijednosti, predodžaba i praksi koje čine život određene ljudske skupine, a prenose se i primaju učenjem. Po definiciji E. B. Tylora, koja se smatra prvom i najširoom definicijom, kultura se tiče znanja, vjere, umjetnosti, morala, zakona i običaja. Nadalje, “kultura je sveukupnost materijalnih i duhovnih dobara, etičkih i socijalnih vrijednosti, što ih je stvorilo čovječanstvo. Kultura je ukupnost duhovne, moralne, društvene i proizvodne djelatnosti jednog društva ili epohe. Citirane definicije jasno ukazuju na to da kulturu dijelimo na materijalnu i nematerijalnu te da ona predstavlja sve ono nasljeđe koje je čovječanstvo proizvelo od najranijih dana pa sve do danas. U tom smislu možemo govoriti i o kulturnoj produkciji kao svojevrsnom činu ili procesu proizvodnje, izvođenju čega (predstava, koncert i sl.), nešto što je proizvedeno (film). Kulturna produkcija ili, u posljednje vrijeme za to učestaliji jezični izraz, kulturno stvaralaštvo, obuhvaća sve vidove umjetnosti:

- likovna umjetnost – stvaranje, oblikovanje i reprodukcija djela pojedinih grana likovne umjetnosti: slikarstva, kiparstva, graditeljstva i spomeničke baštine;
- književnost – produkcija ili pisanje i tiskanje romana, novela, epova i drugih književnih vrsta osuđenjene su računalnim mogućnostima, pa su književna djela sve češće poligoni hipertekstualnih projekata;
- ples – univerzalni jezik stariji od ljudske povijesti, govor tijela čiji je autor i sredstvo čovjek, a ostvaruje se raznim plesnim vrstama: balet, kazališni ples, razni klasični i suvremeni društveni plesovi; glazba – glazbeno stvaralaštvo obuhvaća djela svih područja i žanrova nastalih zahvaljujući institucionaliziranom naporu i radu brojnih stručnjaka, muzikologa, skladatelja, izvođača i dirigenata.
- kazalište – oblici kazališne umjetnosti (folklorno kazalište, svjetovno kazalište, dramsko kazalište, kazalište lutaka itd.) predstavljaju grupnu djelatnost koja se ostvaruje zajedničkim stvaralaštvom izvođača i publike, dramskog pisca, režisera,

³⁰ Miletić, N. Fenomenologija neverbalne komunikacije u funkciji kulturne produkcije, Liburna, Beograd, 2013.str.62

glumca, scenografa, kostimografa, autora scenske glazbe, majstora svjetla, kazališnih teoretičara i kritičara.

- film – od izvornog pojmovnog sadržaja koža, kožica, opna, riječ film je poprimila značenje tanki sloj, premaz, tanka vrpca, pa od sredine XIX. stoljeća nastaje značenje “savitljiva vrpca s prevlakom osjetljivom na svjetlost” i napokon film kao pojedino “djelo”, pa “umjetnost” i “proizvodnja” (filmova), odnosno naziv za cjelokupnu filmsku djelatnost. Filmska produkcija obuhvaća različite filmske žanrove: nijemi film¹⁸, obrazovni film, popularno-znanstveni, igrani, animirani ideološko-promidžbeni, autorski, dokumentarni, crtani, eksperimentalni film i dr.
- medijska umjetnost – umjetnost novih medija (multimedija, elektronska umjetnost) koja se pojavljuje u prijelaznom razdoblju iz industrijskog u informatičko društvo (od sredine 20. stoljeća), a vezuje se uz digitalno generiranu i posredovanu informaciju. Navedeni vidovi umjetnosti se isprepliću, prožimaju i međusobno nadopunjavaju u kulturnom stvaralaštvu. Dobar primjer za to je filmska glazba (namijenjena filmu te prati njegovo projiciranje, bilo izravnom izvedbom, bilo snimkom), kao i dodiri kazališta i filma zbog srodnosti medija (oba su prikazivačke djelatnosti ovisne o odazivu gledatelja; u njihovu nastajanju značajna je uloga književnog predloška i izvođača).³¹

Kulturna produkcija odraz je ostvarenja različitih djela svih vidova umjetnosti. Prema tome, možemo ustvrditi da su svi vidovi umjetnosti stavljeni u funkciju kulturne produkcije. Veliku ulogu u ostvarenju kulturne produkcije čini komunikacija na relaciji autor/izvođači – publika. Budući da se utjecaj poruke u najvećem postotku ostvaruje neizgovorenim komunikacijskim sadržajem, posebna zasluga u stvaranju, oblikovanju, prijenosu i shvaćanju ili percepciji djela kulturne produkcije pripada kanalima neverbalne komunikacije. Na taj se način fenomenologija neverbalne komunikacije stavlja u funkciju kulturne produkcije.³²

4.4.Scenska umjetnost

„Umjetnost je poseban oblik stvaralačke aktivnosti čovjeka bazirane na estetskom doživljaju i životnom iskustvu stvaratelja“. Prema pravilniku o znanstvenim i umjetničkim područjima, poljima i granama scenska umjetnost spada pod kazališnu umjetnost. Scenske su umjetnosti

³¹ Harvard, R., Istorija pozorišta, Clio, Beograd, 1998.str.68

³² Harvard, R., Istorija pozorišta, Clio, Beograd, 1998.str.36

vezane za izravno prezentiranje umjetničkog proizvoda, a ne za njegov prijenos ili snimanje putem nekog drugog medija. Engleski ekvivalent (performing arts) dobro uspijeva dočarati temeljnu ideju scenskih umjetnosti: one se izvode, stvaraju izravno, hic et nunc, za publiku koja prisustvuje predstavi – govorni, pjevani, plesni ili mimički (gestualni) teatar, balet, pantomima, opera, najpoznatiji su primjeri scenskih umjetnosti. Oblik prizorišta i odnos između pozornice i gledališta (kazališna relacija) nisu toliko bitni. Presudna je trenutačna komunikacija s publikom posredstvom performerera (izvođača), glumca, plesača, pjevača, mimičara, itd.³³



Scenska umjetnost

4.4.1. Muzika

Ljubav prema muzici već je tisućljećima duboko ukorijenjena u ljudima, ona je iskonska potreba ljudske duše. Ni u današnjem svijetu visoke tehnologije ona nije nestala. Muzika, znanje i vještina, odnosno umjetnost vremenske organizacije zvuka; umjetnost kombiniranja zvukova prema pravilima (koja se mijenjaju prema mjestima i razdobljima), organiziranja

³³ Maletić, A., Povijest plesa starih civilizacija, Matica hrvatska, Zagreb, 2002.str.36

trajanja s pomoću zvukovnih elemenata; proizvod te umjetnosti. To je jedan od rijetkih slavenskih naziva (u drugim se jezicima naziv oslanja na grč. μουσική; lat. musica, arap. mūsīqī i dr.); potječe iz XIX. st. (< glas-ba, glas = zvuk). U povijesti europskog civilizacijskoga kruga javljale su se različite definicije glazbe. U antici su najpoznatije bile Ptolemejeva odrednica (»glazba je sposobnost prepoznavanja razlika između visokih i niskih tonova«) i odrednica Aristida Kvintilijana (»glazba je znanje o melosu i o onome što melosu pripada«). U srednjem vijeku isticala se nužnost istodobnoga zadovoljavanja racionalnog i osjetilnog načela u glazbi.³⁴

U renesansi i ranome baroku pri definiranju glazbe postavljalo se u prvi plan konkretno muziciranje, s naglaskom na vokalnost: glazba se najčešće definirala kao umjetnost ispravna pjevanja. Pojavljivale su se i nove podjele, čime je započeo proces koji će u idućim razdobljima baratati većinom tek novim podjelama glazbe na različita područja, odnoseći se sve više samo na stvarno zvučecu glazbu i gubeći iz vida sveobuhvatnu širinu ukupnosti pojma i stvarnosti koju je on označivao u ranijim razdobljima.³⁵

Ranoromantičarske teorije XIX. st. davale su glazbi metafizička i transcendentalna obilježja, ističući ju jednostrano ili kao simbol sveopće harmonije ili kao idealan medij za izražavanje osjećajnosti, iracionalnosti i duševnosti općenito. Tomu se u pol. XIX. st. suprotstavila tzv. formalistička estetika E. Hanslicka (jedini su sadržaj i predmet glazbe »zvučeći pokrenute forme«) s dalekosežnim posljedicama duboko u XX. st. Tijekom XIX. i XX. st. pojavljivale su se nove podjele: prema izvoditeljskim sastavima, oblicima izvedbe, izravnoj funkcionalnosti, skladateljsko-tehničkim postupcima, društvenim, odnosno psihološko-estetičkim kriterijima i dr.³⁶

U drugoj pol. XX. st. K. Stockhausen zastupao je postavke o transcendentnoj biti glazbe, a J. Cage nastojao je prevladati sva dotadašnja poimanja glazbe shvaćanjem da je »glazba ono što čujemo kada slušamo tišinu«. Suvremena glazbena arheologija, etnomuzikologija i antropologija proširile su spoznaje o postojanju glazbe vremenski i prostorno daleko izvan europskoga kulturnog kruga. Univerzalnost njezina postojanja i izrazita društvenost njezina

³⁴ Biti, O., Rasprava: Kamo s tijelom?, Etnološka tribina 34/41: 7-45, 1997.str.200

³⁵Biti, O., Rasprava: Kamo s tijelom?, Etnološka tribina 34/41: 7-45, 1997.str.203

³⁶ Biti, O., Rasprava: Kamo s tijelom?, Etnološka tribina 34/41: 7-45, 1997.str.211

bića potvrđene su u svim poznatim društvima u prapovijesti. U izvaneuropskim kulturama tradicionalne su glazbe većinom povezane s kultom, religijom ili kojom drugom izravnom društvenom funkcionalnošću, dok je, uz rijetke iznimke, jedino u europskom kulturnom krugu, uz analogne pojave i prilike, razvijen pojam i izvorni sustav umjetnosti glazbe, koja služi isključivo zadovoljenju potrebe za doživljajem lijepoga u području zvukovnosti. Glazba se ostvaruje tonovima, organiziranima u tonske sustave, koji variraju prema sredini i razdoblju u kojem se pojavljuju.

Glazbeni su elementi s pomoću kojih se glazbeno djelo oblikuje, odnosno sklada: ritam, melodija, harmonija, polifonija, boja i oblik. Glazba se može klasificirati i prema vrstama: simfonijska, operna, komorna, plesna itd., ili pak prema svrsi: koncertna, scenska, crkvena, salonska, zabavna, filmska itd. Može se nadalje podijeliti na narodnu (pučku) i umjetničku. Dok djela s područja umjetničke glazbe stvara školovan glazbenik, koji svoje kompozicije redovito potpisuje, narodna glazba djelo je anonimnih, neškolovanih nadarenih pučana. Specifičnost glazbene umjetnosti najbolje se očituje u usporedbi s drugim umjetnostima. Glazba se odvija u vremenu, i zato se bitno razlikuje od umjetnosti vezanih uz prostor (slikarstvo, kiparstvo, arhitektura). Ali ona se znatno razlikuje i od ostalih oblika čovjekova stvaralaštva koji protječu u vremenu (književnost, osobito dramska). Da bi, naime, glazbeno djelo stvarno moglo postojati, potreban je posrednik između skladatelja i onih kojima se on obraća, tj. publike. Njegovo djelo živi tek onda kada reproduktivni glazbeni umjetnik ili skup glazbenika oblikuje note u tonove. Društveni je značaj glazbe jasno istaknut u njezinu povijesnom razvoju. Isprva, u prapovijesno doba, ali djelomice i u antici, glazba je pratila rad, magijske obrede, svečanosti i druge događaje. Crkve su tada zapravo bile jedina glazbena središta u kojima su se mogli očuvati spomenici glazbene kulture. Kada se građanski stalež počeo razvijati kao novi društveni čimbenik, glazbena je umjetnost stekla izrazito društveni značaj, čemu je u XVII. i XVIII. st. pridonijelo i otvaranje javnih opernih kazališta i koncertnih ustanova.³⁷

U XIX. st. društveni položaj glazbenika iz temelja se promijenio: glazbenik je postao neovisan stvaralac, ne sklada više po želji i naredbama feudalaca i Crkve, nego zbog vlastite potrebe. Uspon građanske klase omogućio je demokratizaciju glazbe i potpun preokret glazbenog života. Stvarali su se novi izvoditeljski ansambli i otvarale javne glazbene škole. I

³⁷ Harvard, R., Istorija pozorišta, Clio, Beograd, 1998.str.37

u romantičkim nacionalnim pokretima što su zahvatili mnoge europske zemlje glazba je dobivala značajnu ulogu (pojava mnogobrojnih domoljubnih pjesama i budnica širom Europe).³⁸

4.4.2.Opera

Opera je glazbeno-scenska vrsta u kojoj glazba, za razliku od glazbenih ulomaka u kazališnim komadima, znatno sudjeluje u tumačenju radnje i opisu ugođaja i osjećaja. Opera je spoj glazbe, pjesništva, drame, slikarstva, scenografije, kostimografije, plesa i glume.

„Opera je predstava u kojoj se tekst pjeva uz glazbu koju svira orkestar. Glavni likovi pjevajući pričaju priču publici i iznose osjećaje. Često postoji i zbor.“³⁹

Opera je nastala krajem 16. st. u Firenzi, kada su humanisti pokušali nanovo oživjeti antičku dramu u kojoj bi sudjelovali solisti, zbor i orkestar. Opereta (talijanski operetta: mala opera) je kraće glazbeno-scensko djelo lakšega značaja s govorenim dijalozima, pjesmama i plesom. Kao popularni oblik kazališne zabave, opereta je cvjetala u drugoj polovici XIX. i prvoj polovici XX. st., privukavši mnoge skladatelje, libretiste, izvoditelje, scenografe i impresarije. Opereta se glazbenostilski oslanja na romantičarsku pjevnost opere XIX. st., a zrcali ukus i idejne aspiracije srednjeg i nižega sloja građanske klase, s čestim eskapističkim skretanjima u egzotiku.

Mjuzikl je vrsta scenskoga glazbenog djela, najčešće zabavna značaja, s govorenim dijalozima, glazbenim točkama i plesom. Pojavio se na prijelazu iz XIX. u XX. st. kao izrazito američki potomak europske operete, a razvio se u prvim desetljećima XX. st. u broadwayskim kazalištima, odakle se proširio i Europom. Temelj su toga žanra elementi zabavne glazbe i moderne koreografije, uz najčešće vrijedne književne predloške libreta. U mjuziklu se zapravo prepleću elementi farse, parodije, vodvilja, operete, pantomime, showa i revije.⁴⁰

³⁸ Đorđević, J., Postkultura: uvod u studije kulture, Beograd, Clio, 2009.str.66-68

³⁹ Đorđević, J., Postkultura: uvod u studije kulture, Beograd, Clio, 2009.str.62

⁴⁰ Harvard, R., Istorija pozorišta, Clio, Beograd, 1998.str.24



Opera kao umjetnost emocija

4.4.3. Ples

Ples je definiran kao ritmično pokretanje tijela prema ritmu glazbe. U svojim počecima, ples je bio motorička reakcija na određene emocije, posebice na veselje, strah, ljubav.

„U drevna vremena ljudi su plesom i pjesmom veličali svoje bogove ili slavili važne događaje poput uspješna lova ili žetve“.⁴¹

Djeca od najranijih dana obožavaju skakutati i izmišljati sebi svojstvene plesne pokrete. No, ples za djecu ne mora biti samo ugodna tjelesna aktivnost uz koju se zabavljaju, već djeca

⁴¹ Roth, G., Ispleši svoje molitve - pokret kao duhovna praksa: pet ritmova duše, Planetopija, Zagreb, 2009.str.88

moгу imati višestruku koristi od odlaska na satove plesa. Djeca će odlaskom na ples razviti radoznalost i želju za učenjem. Stručnjaci se slažu da djeca koja razviju želju za učenjem, uvijek imaju uspjeha u školovanju. Za većinu predškolaca koji kreću na satove plesa, ti satovi biti će prvo mjesto gdje će se susresti s postavljenim pravilima koje je važno poštivati, kao i s rutinom koja nije postavljena od strane roditelja. Tako će imati priliku naučiti slušati naredbe i upute i učiti od drugih odraslih što će svakako pozitivno utjecati na kasniji razvoj njihova karaktera i osobe. Od posebne koristi to će im biti pri polasku u školu. Na satovima plesa naučiti će značenje pojma “timski rad” u poprilično ranoj životnoj dobi, ali i kako ispravno komunicirati s djecom svojih godina, kao i saslušati ostale. Ples je dio umjetnosti. Djeca će imati priliku istražiti svoju kreativnost, ali i naučiti koncepte glazbe i ritma. Sudjelovanje u plesnim predstavama (bilo samo u studiju ili na “pravim” nastupima) djeci daje samopouzdanje i vjeru u sebe da mogu nešto postići.

„Balet je spoj profinjenog plesa, glazbe, kostima, mimike i scenografije.“⁴²

Početakom 20. st neki plesači odbacuju tradicionalni balet i pokreću manje formalnu vrstu plesa poznatu kao moderan ples. Umjesto da priča priču, suvremeni ples često nastoji izraziti raspoloženje, osjećaj ili ideju.“ „Standardne plesove izvode parovi u kojima muškarac i žena drže jedno drugo dok se kreću uz glazbu. Plesovi mogu biti energični s brzim koracima ili spori s gracilnim koracima. Ples i gluma često su usko povezani. Skupni plesovi koji pričaju dramatičnu priču zovu se plesne drame.⁴³

4.4.4.Drama

Drama (kasnolat. drama < grč. δραμα: radnja, događaj), u širem značenju jedan od triju književnih rodova (uz liriku i epiku), a u užem jedna od vrsta (uz tragediju, komediju i dr.)

⁴² Roth, G., Ispleshi svoje molitve - pokret kao duhovna praksa: pet ritmova duše, Planetopija, Zagreb, 2009.str.90

⁴³ Roth, G., Ispleshi svoje molitve - pokret kao duhovna praksa: pet ritmova duše, Planetopija, Zagreb, 2009.str.64

unutar toga roda. Karakterizira ju razlikovanje glavnoga teksta (dijalozi, monolozi) od pomoćnoga (popis likova, scenske upute i sl.). U prvom je redu namijenjena glumačkoj izvedbi na pozornici, ali se javlja i kao samostalna književna vrsta koja nije nužno vezana za scensko ostvarenje. Drama se u antičkoj Grčkoj razvijala u sklopu Dionizova kulta i s vremenom razgranala na tragediju i komediju. Po Aristotelu (Poetika), drama se razvila od improvizacija: tragedija iz ditiramba, a komedija iz faličkih pjesama. Pošavši od satirske pjesme, tragedija je postupno počela obrađivati mitove.⁴⁴

Stari Grci, koji su živjeli prije oko 2500 godina, napisali su uzbudljive kazališne komade. Tisuće ljudi odlazile su u amfiteatre gledati te predstave, a najbolji su se nagrađivali. Grčki dramatičari prvi su osmislili likove koji su razgovarali jedni s drugima. Osim glavnih likova, tu je bio i kor- skupina izvođača koji su pjevali, plesali i komentirali što se događa u predstavi.⁴⁵

4.4.5. *Perfomans*

Performans (engl. performance art) je „režirani ili neregirani događaj zasnovan kao umjetnički rad koji umjetnik ili izvođači realiziraju pred publikom“. Kako performans zastupa jedan oblik konceptualne umjetnosti nastao 60ih god. XX. st. shvaćamo ga kao zaseban diskurs oživljen povezivanjem body arta, happeninga i određenih oblika kazališta, uključujući i scenske elemente. Ovdje je naglasak na samom procesu nastajanja umjetničkog djela koji ideju nastoji realizirati kroz pokret, proces i akciju, a ne na finalnom produktu (fizičkom predmetu), koji je po svom karakteru ekonomske prirode, tj. namijenjen je tržištu umjetnina. Ipak, i performans ostavlja trag kroz materijalni zapis, no u tradicionalnom smislu izostaje krajnje umjetničko djelo podložno promatranju ili prosuđivanju njegovih estetskih kvaliteta. Izvoditi performans znači djelovati na određene načine kako bi se zadobila pažnja onih koji ga promatraju, stoga radnji koja se izvodi pristupamo na evaluativan način, s ciljem vrednovanja uspješnosti realizirane ideje.⁴⁶

⁴⁴ Harvard, R., Istorija pozorišta, Clio, Beograd, 1998.str.62

⁴⁵ Harvard, R., Istorija pozorišta, Clio, Beograd, 1998.str.66-68

⁴⁶ Roth, G., Ispileši svoje molitve - pokret kao duhovna praksa: pet ritmova duše, Planetopija, Zagreb, 2009.str.67

4.4.6.Pantomima

Pantomima (franc. pantomime, prema lat. pantomimus < grč. παντόμιμος: plesač koji glumi samo plesom i pokretima), »nijema gluma«, scensko prikazivanje u kojem se glumac služi samo kretnjama tijela, gestama i mimikom, a bez govora. Izvodi se obično uz glazbenu pratnju. Pantomima je antička vrsta kazališta; po tradiciji ju je, prema grčkim uzorima, uveo u III. st. pr. Kr. rimski književnik Livije Andronik. Glumac je tada nosio masku sa zatvorenim 15 ustima. Pod imenom mimodrama doživjela je procvat u doba careva, kada su se prikazivale teme iz grčke mitologije po Homeru, iz grčke tragedije i Ovidijevih Prijetvorbi. Postupno se vulgarizirala; potpala je pod crkvenu zabranu pa je iščeznula s pozornice kao samostalan oblik, ali su elementi pantomime živjeli u srednjovjekovnim misterijima, mirakulima, pučkim igrokazima, commedijidell'arte i sl. Visok stupanj razvoja postigla je u kineskom, indijskom i japanskom kazalištu. Kao plesna pantomima pojavila se, počevši od XVI. st., na dvorovima u Italiji i Francuskoj. U XVIII. st., u doba rokokoja, glavne su teme bile mitološke i pastoralne; samostalni umjetnički oblik dao joj je tada francuski baletni plesač, koreograf i teoretičar J.- G. Noverre. Elementi pantomime dolaze do izražaja i u novijoj baletnoj umjetnosti (I. Stravinski, Petruška; A. Casella, Žara), a kao posebnu kazališnu vrstu izvode ju Étienne Decroux, J.-L. Barrault, ÉlianeGuyon i M. Marceau.⁴⁷

„Pantomima je vrsta glume koja izrazima lica i pokretima tijela umjesto riječi opisuje događaje ili osjećaje“.

⁴⁷ Đorđević, J., Postkultura: uvod u studije kulture, Beograd, Clio, 2009.str.77



Pantomima

5.PLES KAO NAČIN PRIJENOSA NEVERBALNE PORUKE

Ples kao oblik neverbalne komunikacije otvorio je granice i tako povezao sve dijelove svijeta. Želja za ritmičkim pokretom i plesnim izričajem prirođena je svakom ljudskom biću. Ples razvija estetsku kulturu pokreta i povezuje raznolike strukture gibanja s elementima muzičkog izražavanja. Plesne strukture temelje se na prirodnim oblicima kretanja, posebice na hodanju, trčanju, skakanju i bacanju u različitim oblicima, uz različitu ritmičku pratnju te uz pjevanje i glazbu. Vrlo pozitivno utječu na razvoj osjećaja za izvođenje prostornih i vremenskih komponenti na promjenu dinamike i na izmjenu tempa, sposobnost za samostalno i kreativno izvođenje pokreta, primjereno na različite pokrete uz zadani ritam. Ples je jedan od alata za verbalnu i neverbalnu komunikaciju među ljudima, te u situacijama sukoba u društvenom okruženju. Danas, u visoko tehnološko doba, kada je čest nedostatak uzajamnog osobnog susreta, sudjelovanje u rekreativnim i društvenim događajima je korisno.⁴⁸

5.1.Ples kao komunikacija

Istraživanja o komunikaciji ukazuju da se više od 70 posto odnosi na neverbalnu komunikaciju, što uključuje ton glasa, repeticiju, teksturu, zvukove, disanje, geste, ekspresije lica, napetosti mišića. Mi ne možemo ne komunicirati. Mi komuniciramo vrlo dobro i prije nego progovorimo, i to je ples koji se nastavlja cijeloga našeg života. Duboki i jaki osjećaji mnogo se lakše mogu pokazati, osjetiti i razumjeti na neverbalnoj razini. Primjerice, razmislite o načinu na koji se opisuje neki grozan ukus, neki zastrašujući ili uzbudljiv događaj. Sve te situacije mnogo lakše i brže izgovorit ćete ekspresivnom grimasom lica, tonom glasa i pokretom tijela negoli riječima.⁴⁹

U terapiji pokretom i plesom postoje tehnike promatranja kojima se analizira napetost tijela (tension flow) i tijelo u prostoru (space flow) dovode u suodnos i nadopunjuju. Terapeut usklađuje različite tehnike i prilagođava se klijentu stvarajući prostor empatije i povjerenja, što nadalje omogućava razumijevanje i komunikaciju. Metafore i slike u velikoj mjeri pomažu taj proces. Sposobnost da kreiramo simbole, pokrenemo maštu i igru, s riječima, slikama, pokretima i objektivima, sve to pomaže našoj komunikaciji s okolinom. Postavljati granice između plesa i terapije vrlo je šakaljivo pitanje iz razloga što isto tako postoji i razlika između

⁴⁸ Harvard, R., Istorija pozorišta, Clio, Beograd, 1998.str.39

⁴⁹ Harvard, R., Istorija pozorišta, Clio, Beograd, 1998.str.45

edukacije i terapije, i razlika u odnosu terapeut — učenik. Ako pitate da li je ples sam za sebe terapeutski proces, u tom slučaju to je drugo pitanje. Za mene osobno preklapanja koja se događaju između plesača/koreografa ili bilo kojega drugog umjetnika i terapeuta umjetnostima događaju se u ovim područjima: kreativnost, improvizacija, bivanje u nepoznatom mjestu koje stvara nelagodu jer ne znamo što će se dogoditi sljedeće: otpuštanje očekivanja; vjera u proces; usklađenost i tok; sposobnost savladavanja nelagode. Također su važni: oblikovanje, uobličavanje, sadržaj, odlučivanje. Terapija plesom i pokretom kreativna je terapija, koja pronalazi svoje izvore u samoj naravi plesa. S vremenom taj proces prerasta u osvještavanje tijela, korelaciju pokreta s emocijama i učvršćivanje odnosa s okolinom.⁵⁰

5.1.1. Ples – snažan alat za spoznavanje emocija

5.1.1.1. Imitiranje osjećaja

Iako je u plesnoj terapiji naglasak na spontanim pokretima i izražavanju vlastitih emocija, katkad je potrebno, da bismo došli u kontakt sa svojim osjećajima, u proces ući imitirajući neko stanje, poput tuge, i to tako da plešemo polagano i krećemo se sporo. Prepuštajući se pokretima i glazbi, osoba može doći do svoje stvarne unutarnje tuge, tijelom je izraziti i dopustiti da izlazi iz nje. Pokret i glazba tako je prisjete na tužni događaj iz njezina života, poput smrti voljene osobe, i ona može uroniti u vlastito tijelo istražujući gdje je potisnula i sakrila tužna sjećanja. Ulaženje u ovakav proces djeci je najlakše napraviti uz igru. „Terapeut djeci može dati uputu da zamisle da su tigar u prašumi koji je jako gladan i ljut jer danima nije našao hranu. Budući da je riječ o životinji, odnosno liku u koji se moraju uživjeti, djeci je lakše prepustiti se vježbi. Prepuštanjem ulozi tigra, međutim, polagano dolaze u kontakt i s vlastitom emocijom bijesa i tu energiju počinju izražavati. Sve to kulminira grupnim osjećajem zajedništva. Na taj se način energija bijesa transformira u snagu, radost i mir, a djeca imaju stvarno, fizičko iskustvo svojih emocija koje su upravo proživjeli. Zato se često, kada to završi, djeca umire, padnu na pod i počnu se smijati,“ ističe plesna pedagoginja Gusić-Gulić i dodaje kako stručan plesni terapeut jasno može vidjeti koja se djeca, odnosno, koji se odrasli ljudi ne mogu prepustiti jer naprosto svoje osjećaje bijesa drže zakočenima i potisnutima negdje duboko u sebi.⁵¹

⁵⁰ Ples kao komunikacija www.matica.hr/vijenac/235/ples-kao-komunikacija-12894 (Pristupljeno: 10.02.2019.)

⁵¹ Roth, G., Ispleshi svoje molitve - pokret kao duhovna praksa: pet ritmova duše, Planetopija, Zagreb, 2009.str.70



Ples kao snažan alat raspoznavanja emocija

5.2. Društveni bunt kao dio plesa

Nove utvare koje se rađaju iz suvremenosti u kojoj je tijelo prisutno kao subjekt postaju i predmet sveobuhvatne analize ne samo tijela, kao scenskog instrumenta ili pojave, već i društvenog odjeka koji proizvodi ples uopće. Tako se teoretičarka umjetnosti Bojana Kunst pita: „Kakva vrsta subverzije je na djelu kada promatramo plesno tijelo na sceni i kontinuirani proces njegova otjelotvorenja?” Ta scenska subverzija koja vremenom postaje i društveni bunt neodvoji je dio plesa, od njegovih početaka do danas. Dosljedni svom preziru prema općeprihvaćenoj estetici i društvenim normama, moderni igrači su poslijeratnih godina promjenili ciljeve; većina je odabrala bunt prema općeprihvaćenom sistemu vrijednosti, prilagođavajući svoju umjetnost intelektualnim idalima.⁵² Kao primjer takvog plesnog iskoraka koji je išao ka aktualnim društvenim i političkim temama autorica Julia L. Foulkes navodi predstave nastale tridesetih godina prošlog stoljeća u Americi. Kao najznačajnije ističe predstave:

1. „Jeretik“ (Heretic, 1929), o sukobu pojedinca i društva, Marthe Graham,
2. „Tri crnačke duhovne pjesme“ (Three Negro Spirituals, 1928) Helen Tamiris koja je tematizirala borbu tijela protiv represije te

⁵² Meekums, B., Dance Movement Therapy, Sage, London, 2002.No.47

3. „Život pčele“ (The Life of the Bee, 1929) Doris Humphrey koja je inspirirana jednom studijom o hijerarhiji među pčelama.⁵³

5.3.Psihoterapija kroz pokret

Psihoterapija kroz pokret i razvila se kao profesija u Americi i Velikoj Britaniji 40-ih godina. Začetnici plesne terapije su Marian Chase i Mary Whitehouse.

Obje su prvotno bile plesačice koje su kod svojih polaznika plesnih radionica uočile terapeutske efekte plesa, te su se uz suradnju s liječnicima i psihijatrima počele baviti liječenjem pacijenata s psihičkim poteškoćama ili oboljenjima kroz primjenu pokreta i plesa. Danas je edukacija za plesne psihoterapeute u svijetu različito organizirana. U nekim se Zemljama poučava na Sveučilištima kao poslijediplomski ili dodiplomski studij (SAD, VB i dr.), a u drugim ne postoji kao formalna edukacija već se provodi kroz privatne institucije i s određenim fondom sati plesni terapeuti učlanjuju se u evropska ili američka udruženja plesnih terapeuta, te u udruženja psihoterapeuta u svojoj državi (Njemačka, Poljska i dr.) Psihoterapija kroz ples i pokret pripada humanistički orijentiranim psihoterapeutskim pravcima i jedna je od četiri kreativne/art terapije uz glazbenu, likovnu i dramsku.⁵⁴

Prema udruženju plesnih psihoterapeuta, psihoterapiju kroz pokret i ples možemo definirati kao psihoterapijsku primjenu pokreta i plesa u kreativnom procesu pri kojem dolazi do emotivne, kognitivne, fizičke i socijalne integracije. Definicija se temelji na principu da pokret reflektira individualne obrasce osjećaja i mišljenja. Kroz podržavanje pokreta, a u direktnom kontaktu terapeuta i klijenta, terapeut potiče razvoj i integraciju novih obrazaca kroz pokret i emocionalno iskustvo koje prati takve promjene.⁵⁵

⁵³ Meekums, B., Dance Movement Therapy, Sage, London, 2002.No.48

⁵⁴ Harvard, R., Istorija pozorišta, Clio, Beograd, 1998.str.85

⁵⁵ Harvard, R., Istorija pozorišta, Clio, Beograd, 1998.str.45



Psihoterapija kroz pokret

Nekad je ples, kao i danas bio dio ceremonija, rituala, slavlja i zabave. Razne su kulture koristile pokret i ples u svojim ritualima kako bi postigli sklad fizičkog, mentalnog i emocionalnog zdravlja. Plesni terapeuti danas nastavljaju tim putem mudrosti. Danas, stoljećima poslije, neuroznanost dokazuje ono na što su drevni narodi i plesni terapeuti upućivali puno ranije, a to je kako je pokret temeljna ljudska potreba. Osjećaji se kreću kroz tijelo. Neurološki, pokret pobuđuje senzacije, emocije, sjećanja, misli i slike. Zbog svog integrativnog efekta na tijelo i um, pokret može biti iscjeljujući i sam za sebe. Kada bi promatrali ples kao komunikaciju, neverbalna komunikacija osnova je plesnog izražavanja. Situacije, kao što su opisi uzbudljivog događaja, nekog ugodnog ili neugodnog okusa jednostavnije i brže se “izgovaraju” grimasom, gestom, crvenilom (prim: feferon), tonom glasa i pokretom.⁵⁶

Riječ ponekad može sakriti ono što doista osjećamo i mislimo, no tada naše tijelo šalje signale nama i okolini i pokazuje način kojim se kreću naše misli, želje i potrebe. Na neverbalnoj

⁵⁶ Harvard, R., Istorija pozorišta, Clio, Beograd, 1998.str.58

razini, duboki i jaki osjećaji lakše se pokazuju, razumiju i osjećaju unatoč tome što nam jezik "brblja" nešto sasvim drugo. (Ponekad nam to možda i nije po volji, jer su to one situacije kad nam netko može reći: "Odao te izraz lica", ili "Riječima kažeš da se slažeš sa mnom, ali ton tvog glasa pokazuje suprotno" i sl.) Tehnikama u plesnoj terapiji otvara se mogućnost otkrivanja tog nesklada te omogućivanja "suradnje" misli, osjećaja, riječi i ponašanja.⁵⁷

5.4. Neverbalna komunikacija kao osnova plesnog izražavanja

5.4.1. Kinezička komunikacija ili „govor tijela“

Budući da su geste i mimika najuočljiviji i najzastupljeniji u govoru, na njih će se i obratiti veća pozornost u teorijskom opisivanju koje slijedi, a u primjeni će biti, ukoliko se pojave, opisani i drugi neverbalni znakovi poput dodira, uporabe rekvizita i sl. Geste, dakle, obuhvaćaju šaroliku skupinu znakova koji se izvode većinom rukama i prstima te će kao takve i ovdje biti promatrane, a u širem se smislu u geste ubrajaju i pokreti tijela, odnosno glave, nogu i ruku. One su sredstva za izražavanje emocionalnoga stanja i interpersonalnih odnosa, a obavještavaju i o neposrednoj komunikacijskoj interakciji.⁵⁸

Prema Nöthu geste čine svaki svjesni ili nesvjesni pokret tijela, osim vokalizacije, kojim priopćavamo nešto sebi ili drugima, odnosno gesta je tjelesna radnja nejezične naravi s namjerom da se što izrazi. U geste se ne ubrajaju neintencionalni pokreti poput tikova. Geste su svjesni pokreti koji se ostvaruju u komunikaciji i čije je značenje konceptualizirano, ali i konvencionalizirano pa se tako uporabom gesta mogu uočavati kulturne razlike čime su znakovi bliski jezičnim znakovima. O sličnosti gesta i jezika govore Kuna i Aljukić koji jedinice gestovne strukture kinem, gest i gestovnu frazu uspoređuju s njihovim ekvivalentima u verbalnom kodu. Tako se kinem, kao elementarni pokret s razlikovnom ulogom dovodi u vezu s fonemom, gesta, kao sklop kinema posebnoga značenja povezuje se s leksemom, a gestovna fraza, kao sklop gesta izjednačava se sa sintagmom/frazemom. Često se jezik postavlja kao nešto nadređeno neverbalnim znakovima, točnije, gestama i drži se da je jezik zamijenio geste. Smatra se, s druge strane, da su geste ono iz čega je jezik nastao, a i činjenica je da je prije razvoja glasovnog trakta postojao jezik znakovitih gesta i da su se razvijale usporedno s jezikom. Ipak, kod slušatelja se ne događa primanje zasebno gesta i jezika, niti što od dvoga dolazi prvo, već čine jednu mentalnu sliku i zato se može reći da su geste ravnopravne s govornim jezikom. Katkad ga zamjenjuju, katkad nadopunjuju ili proturječe, a

⁵⁷ Havelock, E., *Filozofija plesa*. Zagreb: Naklada Gesta, Zagreb, 1992.str.22

⁵⁸ Meekums, B., *Dance Movement Therapy*, Sage, London, 2002.No.50

katkad su geste s mogućnošću citiranja. Postoje različite podjele gesta. Nöth ih dijeli u pet razreda s osam podrazreda. Pavelin navodi Cosnierovu podjelu koja razmatra pokrete koji se događaju u sklopu govorne komunikacije licem u lice. Cosnier ih dijeli na komunikacijske i izvankomunikacijske.⁵⁹

Ples je društvena aktivnost prisutna u cijelom svijetu. To je jezik koji ne poznaje granice, jezik kojim na savršen način izražavamo svoje emocije – moćan i ekspresivan. On može biti nadahnuće kako onima koji igraju tako i sasvim slučajnim posmatračima. Jednostavno rečeno, ples je rana za sva naša čula. Pokret je emocija, pokret je snaga i život, ono što nas ispunjava i tjera da zavirimo u do tada nedovoljno istražene dijelove našeg tijela ali i naše duše. Stari Egipćani plesom su izražavali radost Suncu, dok su stari Grci plesom slavili dionizijske proljetne svetkovine. Profesionalni ples razvio se je u Rimu. U srednjem vijeku kao rezultat dvorskih plesova pojavio se je balet koji je svoj procvat doživio u Francuskoj i vrhunac u Rusiji u 19. stoljeću. Kad je svojedobno valcer iz folklora preseljen među plemstvo, započela je era modernih društvenih plesova, a u 20. stoljeću ples doživljava svoj puni procvat. Danas se društveni plesovi dijele prema kategorijama natjecanja, srodnosti u glazbi ili prema identičnosti u koraku i pokretu.⁶⁰

5.4.2. Proksemička komunikacija i znakovi

Semiotički je proksemika ona koja proučava kodove prostornoga ponašanja različitih kultura, kao što jezikoslovlje proučava gramatike pojedinih jezika. Proksemički znakovi u neverbalnoj komunikaciji govore o rasporedu i udaljenosti sugovornika u prostoru. Udaljenost naznačuje stupanj bliskosti među sugovornicima, a raspored govori o društvenome odnosu, npr. pravi kut označava prijateljski odnos, a sjedenje sučelice označava natjecateljski odnos sugovornika navodi četiri kategorije sugovorničke udaljenosti Edwarda Halla, a to su intimni, osobni, socijalni i javni prostor. Razlike među prostorima prepoznaju se i izrečeni su u centimetrima ili metrima. Tako se intimnim smatra prostor između 15 i 45 cm, a sudionici su najčešće članovi obitelji, bliski prijatelji, zaljubljeni i sl. Osobni je pak prostor od 45 do 120 cm u kojemu komuniciramo primjerice s prijateljima. Socijalnim se prostorom smatra kada se

⁵⁹ Meekums, B., *Dance Movement Therapy*, Sage, London, 2002.No.50

⁶⁰ Meekums, B., *Dance Movement Therapy*, Sage, London, 2002.No.50

sugovornici nalaze na udaljenosti od 1,2 m do 3,5 m, a u taj prostor ulaze širi krugovi ljudi poput poznanika, kolega ili nepoznatih ljudi. Posljednju kategoriju čini javni prostor koji podrazumijeva udaljenost veću od 3,5 m, a odnosi se na veći auditorij poput onoga na javnim skupovima ili konferencijama. Ljudsko je ponašanje teritorijalno i sadrži osobni prostor s nevidljivom granicom, a upravo taj prostor pojedinac drži svojim vlasništvom i spreman ga je isto tako braniti.⁶¹

5.4.3. Vizuelna komunikacija

Vizualna komunikacija bila je osobito zapostavljena u odnosu na verbalnu komunikaciju jer se naime radi o dva komunikacijska sustava koji se oduvijek međusobno natječu i u tom smislu sporo prodiru svijest o tome da misao i slika nisu u konkurentskom odnosu, već da se međusobno dopunjuju.

U mnogim životnim situacijama pogledi su dostatni kao jednoznačni znakovi da bi se uspostavila komunikacija između osoba. Kontakt pogledom je važno sredstvo. Oči mogu odašiljati poruke.⁶² Oči ih i primaju. Stoga začuđuje da neki predavači tek rijetko doista usmjeravaju pogled na svoje slušatelje. Neki gledaju zamišljene daljine, neki se čvrsto drže svog papira. Ispravno je, međutim, lutati pogledom te u slobodnom lutanju ponekad zadržati pogled na slušateljstvu. Oči bi svim slušateljima trebale signalizirati da ih vidimo. Pogledom se uspostavlja veza. To je, doduše, moguće ostvariti i s pomoću akustičnih jezičnih znakova, no njih treba dopuniti okom. Pogled pokazuje i više. Ima ljudi s ukočenim, drugih s ljubaznim pogledom, onih s nepomično usmjerenim pogledom i drugih s fleksibilnim, dakle lutajućim pogledom. Važno je da nastavnici svojim učenicima prenesu dojam da im se doista obraćaju. To se zbiva kroz kontakt pogledom. Obično su razdoblja kontakta očima vrlo kratka. Kad su produžena, ili kad jedna osoba počne buljiti i drugu, može doći do pojave tjeskobe i to se može protumačiti kao prijetnja. Izbjegavanje pogleda i gledanja u oči povezuje se s nepostojanim ponašanjem, što navodi na prepredenost pa čak i na nepoštenje. Ta se gesta može smatrati neprijateljskom željom jedne osobe da se socijalna interakcija prekine. Dugotrajno fiksiranje pogleda karakteristika je neprijatelja, a u razredu stvara napetu situaciju

⁶¹ Meekums, B., *Dance Movement Therapy*, Sage, London, 2002.No.50

⁶² Meekums, B., *Dance Movement Therapy*, Sage, London, 2002.No.50

nastavnika i učenika u kojoj se učenik osjeća napadnuto i pod pritiskom, dok se ostatak učenika u razredu osjeća zanemareno.⁶³

5.4.3.1. Film

Film je umjetnost čije je temeljno izražajno sredstvo slika u pokretu. Filmovi se gledaju u posebnom prostoru za projekciju (kino), ili bilo gdje drugdje (video). Često se spominje kao sedma umjetnost, kao što je strip nazvan devetom umjetnošću. Film, kao pokretni sadržaj na filmskoj traci nastao je 1895. godine, iako se film razvija evolucionim tokom. Poznat i kao sedma umjetnost, jer se do tada smatralo da postoji samo 6 grana umjetnosti, ovaj naziv prvi je upotrijebio Ricoto Kanudo 1911. godine u “Manifestu sedme umjetnosti”. Kao pioniri filma uzimaju se braća Limijer. Oni su zapravo pioniri dokumentarnog filma, dok je vašarski opsenar Žorž Melijes pionir fantastičkog pristupa filmu. Prvi film “Izlazak radnika iz tvornice” prikazan je u Parizu 22. marta 1895. godine. Trajao je svega nekoliko minuta i predstavljao je dolazak voza na željezničku stanicu. Prilikom prve projekcije ljudi su, vidjevši da im voz ide u susret, počeli da vrište i bježe po sali, ne znajući da je to samo projektovano na platnu. Film, kao najmodernija umjetnost veoma zavisi od nauke i tehnologije. Nastaje i razvija se u uskoj vezi sa razvojem industrijske tehnologije, optičke iluzije i težnjom za predstavljanje pokreta. Praistorija filma je labirint otkrića, izuma, parcijalnih rješenja i mnogih neuspjeha. Neka od njih su bili slučajna, druga su došla kao rezultat paralelnih istraživanja u nauci i tehnologiji, ali vrlo malo rješenja je stiglo iz namjenskih istraživanja u cilju predstavljanja pokretne slike. Počeci filma se odvijaju po zakonu evolucije, gdje svaki novi mehanizam ili otkriće pokreće novi talas pokušaja i eksperimenata. Većina istraživača i začetnika filma su posmatrali pokretnu sliku kao naučni instrument, koji će pomoći naučnicima da lakše shvate svoja naučna istraživanja.⁶⁴

5.4.4. Boje u komunikaciji

Boje imaju izuzetno veliku ulogu u našim životima. Mnogi vjeruju u njihovu iscjeliteljsku moć i utjecaj na zdravlje. Predstavljaju svojevrsnu neverbalnu komunikaciju i o nama mogu reći više nego što mislimo. Boje su više od estetske kombinacije, one imaju svoju simboliku,

⁶³ Dorđević, J., Postkultura: uvod u studije kulture, Beograd, Clio, 2009.str.43

⁶⁴ Dorđević, J., Postkultura: uvod u studije kulture, Beograd, Clio, 2009.str.45

a često potiču i određene fizičke reakcije. Boje su vrlo često korištene kao alat (pogotovo u marketingu) kojim se utječe na ljude kako bi se što preciznije izazvale asocijacije na određeni proizvod ili tvrtku. Najčešće se izazivanje asocijacija koristi kod brendiranja. Brendiranje u stvari znači kontinuirano komuniciranje pojedinih tvrtki s korisnicima njihovih usluga. Taj oblik komunikacije ne zasniva se samo na oglašavanju, već ide mnogo dublje u ljudsku svijest i podsvjest.⁶⁵

5.4.5.Imidž

Odjeća je aspekt ljudskog fizičkog izgleda, a kao i druge aspekte ljudskog fizičkog izgleda imadruštveni značaj.⁶⁶ Sva društva imaju pravila oblačenja, većina od kojih su nepropisana, ali ihrazumije većina članova društva. Dress code je izgrađen od pravila ili signala te odašilje porukeodjeće koje osoba nosi i kako je nosi. Ovakva poruka može sadržavati naznake osobe društveneklase, prihode, zanimanje, etničku i vjersku pripadnost, stav, bračni status, seksualnu dostupnostseksualne orijentacije te kod pregovora isto tako može naznačiti poštovanje prema drugoj strani.Odjeća prenosi drugima poruke prikazivajući osobine ili kulturni identitet, te uspostavljanje, održavanje društvenih grupa prkoseći normama, cijenama udobnosti i funkcionalnosti. Naprimjer, nošenje skupe odjeće može prikazati bogatstvo, (sliku bogatstva), ili jeftinija odjećamože prikazati pristup na kvalitetu odjeće. Budući da se zna da govor tijela čini više od 50% komunikacije i da nas drugi najprije vide pa tek onda čuju, treba voditi računa o načinu na koji se odijevamo.⁶⁷

5.4.6.Facijalna komunikacija

Ekspresija predstavlja facijalno izražavanje emocija tokom plesanja, sinonim je "mimika lica". Obično je upotpunjena i određenim tjelesnim držanjem, shodno emociji koju izražavamo, kao i karakterističnim kretanjem ruku, koje prateći izraze lica, pridodaju cjelokupnom efektu govora tijela. Na ovaj način plesačica može nagovijestiti publici o čemu se pjeva u pjesmi, čak iako publika ne razumije tekst iste (što je vrlo čest slučaj, obzirom da su

⁶⁵ Đorđević, J., Postkultura: uvod u studije kulture, Beograd, Clio, 2009.str.58

⁶⁶ Meekums, B., Dance Movement Therapy, Sage, London, 2002.No.52

⁶⁷ Meekums, B., Dance Movement Therapy, Sage, London, 2002.No.50

tekstovi na arapskom jeziku) ili može posebno naglasiti određeni dio instrumentalne pesme čineći muziku upečatljivom za publiku. Ekspresija spada u jedan od najtežih zadataka za plesačice. Izražavanje emocija tokom plesa može da se nauči i uvježba do određene mjere (ne govorimo o profesionalnim glumcima ovom prilikom, već o ženama najrazličitijih zanimanja), međutim osoba koja spontano izražava emocije prilikom izvođenja po pravili posjeduje i određen stepen egzibicionizma u svom karakteru, što joj omogućava upravo pomenutu spontanost.⁶⁸

5.4.6.1. Ekspresija u plesu sa osvrtom na trbušni ples

Ekspresija predstavlja facijalno izražavanje emocija tokom plesanja, sinonim je "mimika lica". Obično je upotpunjena i određenim tjelesnim držanjem, shodno emociji koju izražavamo, kao i karakterističnim kretanjem ruku, koje prateći izraze lica, pridodaju cjelokupnom efektu govora tijela. Na ovaj način plesačica može nagovijestiti publici o čemu se pjeva u pesmi, čak iako publika ne razumije tekst iste (što je vrlo čest slučaj, obzirom da su tekstovi na arapskom jeziku) ili može posebno naglasiti određeni dio instrumentalne pjesme čineći muziku upečatljivom za publiku. Ekspresija spada u jedan od najtežih zadataka za plesačice. Izražavanje emocija tokom plesa može da se nauči i uvježba do određene mjere (ne govorimo o profesionalnim glumcima ovom prilikom, već o ženama najrazličitijih zanimanja), međutim osoba koja spontano izražava emocije prilikom izvođenja po pravili posjeduje i određen stepen egzibicionizma u svom karakteru, što joj omogućava upravo pomenutu spontanost.⁶⁹

⁶⁸ Dorđević, J., Postkultura: uvod u studije kulture, Beograd, Clio, 2009.str.87

⁶⁹ Reeve, J., Razumijevanje motivacije i emocija, Naklada Slap, Zagreb, 2010.str.76



Trbušni ples

Kako bi plesačica posjedovala "dobru ekspresiju" neophodno je da se složi i uklopi više činilaca. Samopouzdanje koje sa jedne strane proističe iz dobre tehnike izvođenja (ako znamo da smo dobri u tome što radimo samim tim ćemo biti sigurni u sebe), dok sa druge strane proističe iz toga kako dotična osoba sebe doživljava i spoznaje u odnosu na spoljašnji svijet. Plesačica koja pleše sa samopouzdanjem gleda ljude iz publike direktno u lice, prirodno se osmjehujući, rasterećena od svake vrste srama pleni svojim nastupom.

Stidljivost izuzetno otežava ekspresiju tokom izvođenja orijentalnog (trbušnog) plesa. Svi smo mi stidljivi na neki način, međutim osobe koje u svakodnevnom životu imaju problem u iskazivanju emocija i osećanja nailaze na blokadu u pokušaju da ih izraze tokom plesa. Tada se one zgrče, lice im se skameni (poprimi izraz ukočenog osmeha) kao i ostali mišići tijela, uslijed čega ne mogu pravilno da izvedu korake. Kako bi se koncentrisale i plesale počnu da gledaju u pod ili u neku uzvišenu tačku iznad publike, odbijajući svaku komunikaciju sa istom, jer su upravo drugi ljudi koji se nalaze u publici, izvor njene stidljivosti. Ovakva reakcija je potpuno razumljiva, obzirom da je iskazivanje emocija jedan ipak intiman momenat i teško je otvoriti se velikom broju ljudi odjednom, pogotovo kad je sva pažnja

usmjerena samo na vas. Stidljivost možemo pobijediti, ili bar donekle držati pod kontrolom, samopouzdanjem koje opet stičemo vremenom i iskustvom.⁷⁰

Trema je sastavni dio svakog nastupa, a ponekad zna da pravi prilične probleme, čak i iskusnim plesačicama, neposredno prije izvedbe orijentalnog (trbušnog) plesa. Šta je zapravo trema? Trema u suštini predstavlja zabrinutost i strah osobe pred izvođenje. Javlja se u velikom broju životnih situacija (polaganje ispita, javni govori, bilo kakva izlaganja pred ljudima, plesni nastup...). Kada trema nije velikog intenziteta onda je to "pozitivna trema" i zapravo predstavlja uzbuđenje pred sam izlazak na scenu, koje je okidač u proizvodnji adrenalina u našem tijelu, koji se luči neposredno pre i tokom samog nastupa. U slučaju kada je osoba previše zabrinuta "da li će sve dobro ispasti" trema može preuzeti kontrolu nad istom, što rezultuje u zaboravljanju redoslijeda koraka u koreografiji (sindrom praznog uma kao "prazan papir"), ukočenosti i na kraju velikim nezadovoljstvom sopstvenim nastupom. Plesačica je tada u stanju da bude tužna satima, čak i danima nakon nastupa, jer ga nije izvela kako je planirala, ne shvatajući upravo činjenicu da se previše opterećivala nastupom prije njega samog, zbog čega je i izgriješila, a onda je zbog tih grešaka opet nastavila da se opterećuje nastupom.⁷¹

Gorepomenuti činioci se ne mogu uvijek jasno razdvojiti, oni se međusobno prožimaju i proističu jedan iz drugog. Iz svega navedenog možemo izvući sljedeći zaključak: Kako bi plesačica posjedovala "dobru ekspresiju", tj. slobodno izražavala svoje emocije tokom plesanja mora imati samopouzdanja, ne bi trebalo da bude previše stidljiva (jer i nedostatak stidljivosti nije dobar), kao i da je u stanju da svoju tremu "drži pod kontrolom". Vrlo često se dešava da plesačica nije svjesna nekih činilaca koji je blokiraju kad pleše pred publikom. Skretanje pažnje na iste je odličan početak u uklanjanju uzroka blokade. Ovo osvješćivanje uvijek daje pozitivne rezultate.⁷²

⁷⁰ Laban, R., Život za ples, Naklada Gesta, Zagreb, 1993.str.66-68

⁷¹ Laban, R., Život za ples, Naklada Gesta, Zagreb, 1993.str.69

⁷² Laban, R., Život za ples, Naklada Gesta, Zagreb, 1993.str.70

5.4.6.2. Uticaj ekspresije u prijenosu neverbalne komunikacije

Putem ekspresije plesačica komunicira sa publikom. Ekspresija predstavlja most koji ih spaja, obogaćujući i oplemenjujući njeno izvođenje. Ekspresija sa jedne strane čini ples individualnim, dok je sa druge strane ona i sredstvo za zabavljanje i animiranje publike. Plesačica tada postiže da je publika posmatra bez daha tokom cijelog izvođenja, nijednog trenutka ne gubeći pažnju. Plesačica se putem ekspresije direktno obraća publici, postepeno ih uvodeći u emociju koju im prenosi. Ona tada može zatražiti aplauz, iako nije kraj pjesme, može izvesti čak cio mali skeč koji će izazvati opšte oduševljenje a koji uopšte ne mora obuhvatati plesne korake, jedino je važno da se uklapa u muziku. Ovakav način ekspresije već prelazi u glumu, između njih je tanka granica, međutim koliko god je ovakvo izvođenje zabavno treba strogo voditi računa da nastup ne postane samo gluma, tj. da gluma ne preuzme primat nad plesom, jer se onda dešava da plesačica od silne glume zapravo zanemari tehniku, koja je podjednako bitna kao i "dobra ekspresija".⁷³

Osmijeh je osnovni izraz lica tokom izvođenja. Koliko god je osmijeh potreban i neophodan, ovaj izraz lica nas ipak ograničava ukoliko je muzika koju interpretiramo tužna ili sijetna. U tom slučaju je poželjno napraviti čak i plačan izraz lica, jer na taj način bolje dočaravamo muziku, tada je dozvoljeno gledati u daljinu kao znak patnje i unutrašnje borbe, spustiti lice i gledati u pod kao znak izražavanja čežnje i bola. Ako se stalno osmjehujemo možemo muziku, koja je vrlo emotivna i dramaticna učiniti jednoličnom i čak pomalo dosadnom. Međutim, kada plesačica uspije da izrazima lica i cjelokupnom ekspresijom isprati sve muzičke promjene, ona tada muziku prezentuje i približava publici na način tako da je publika u stanju da je shvati, razumije i osjeti, a samim tim i podijeli emociju sa plesačicom koja je upravo tu emociju i dočarala. Kada se između plesačice i publike ostvari ovakva veza vazduh zaista počinje da varniči. Ovakva izvođenja se pamte i prepričavaju, a najveća nagrada koju plesačica može da dobije od publike je ogroman i buran aplauz koji traje!⁷⁴

5.4.6.3. Neverbalne poruke i ples sa velom

Ples sa velom kao plesni stil predstavlja poseban ogranak klasičnog egipatskog stila. Podrazumijeva upotrebu plesnog rekvizita - vela. Veo predstavlja komad tkanine (najčešće

⁷³ Maletić, A., Knjiga o plesu, Kulturno-prosvjetni sabor Hrvatske, Zagreb, 1986.str.85

⁷⁴ Maletić, A., Knjiga o plesu, Kulturno-prosvjetni sabor Hrvatske, Zagreb, 1986.str.89-91

muslin, svila ili neki lepršavi materijal) dužine dva metra i širine jedan metar. Može biti ukrašen šljokicama ili sjajnim ukrasima ili sam materijal može da se preliva doprinoseći lijepom vizuelnom efektu. Veo se najčešće upotrebljava uz klasične pesme sa jednoličnim ritmom, gdje je dominantna frula ili violina, mada ga nerijetko plesačice koriste kada igraju instrumentalne pjesme čiji je početak vrlo intenzivan i zahteva kretnju, kako bi im pomogao u impresioniranju publike. U trenutku promjene ritma teatralno ga odbacuju navodeći publiku na aplauz.



Ples sa velom

Ples sa velom je izuzetno ženstven, elegantan i graciozan. Zahtijeva visprenost, dobru ravnotežu i orijentaciju u prostoru. Kada plesačica pleše sa velom ona krije svoje lice, izviruje se i unosi blagi flert u izvođenje, čineći svoj ples mističnim i dramatičnim, a samim tim i atraktivnim za publiku.⁷⁵

5.4.6.4.Saidi ples i sa šipkom i perkusije

Saidi kao plesni stil predstavlja folklorni stil koji dolazi iz gornjeg Egipta, tačnije iz regiona Said, koji se prostire duž rijeke Nil. Ljudi Saida su historijski bili poljoprivrednici (poznati

⁷⁵ Reeve, J., Razumijevanje motivacije i emocija, Naklada Slap, Zagreb, 2010.str.62

kao fellahin), međutim, zbog industrijalizacije sada čine sloj radničke klase. Saidi muzika za orijentalni (trbušni) ples je izuzetno markantna. Sastoji se od malog broja instrumenata, koji se veoma razlikuju od onih koji se koriste prilikom izvođenja raks šargi ili raks beledi muzike i to su mizmar (proizvodi prodoran zvuk, nalikuje oboi), rabab (preteča današnje violine) i razne udaraljke. Karakterističan ritam za ovu muziku naziva se saidi ritam i glasi: dumtak dum dum tak ili dumtak dum dum dum tak. Dum su dublji i niži tonovi, interpretiraju se pokretima na dole. Tak su viši tonovi, interpretiraju se pokretima na gore. Ovaj ritam je posebno izražen na početku saidi kompozicije ili na prelazu između dvije cjeline saidi pesme. Takođe, može se javljati u beledi, šabi ili raks šargi pjesmama.⁷⁶

Saidi ples je izuzetno energičan, veseo, razigran i skakutav. Obuhvata korake i kombinacije koje su karakteristične isključivo za saidi. Ukoliko se koriste koraci iz modernog i klasičnog plesa, uglavnom su modifikovani i prilagođeni ovom plesnom stilu. Akcentovan je rad nogama (poskakivanjem i cupkanjem), a pokreti kukova i grudi su manje izraženi (hip drop je glavni pokret kukovima). Tokom 60-ih godina prošlog vijeka pripadnici plesnih trupa Khomeyya i Reda su obilazili Egipat prikupljajući korake i kombinacije iz različitih regiona i gradova, intervjuišući lokalne plesače i na taj način su stvorili saidi plesni stil koji se danas izvodi na sceni. Saidi orijentalni (trbušni) ples se može izvoditi sa ili bez štap. Ples sa štapom se naziva raks al asaja (Raks al Assaya) i izveden je iz tahtib takmičenja (borilačka vještina sa teškim štapovima). Danas je tahtib stilizovan, izvodi se uz saidi muziku i predstavlja borbu dva muškarca sa štapovima koji kroz igru pokušavaju da nadmudre jedan drugog. Raks al asaja mogu izvoditi i muškarci i žene. Muškarci plešu sa dugačkim, pravim i teškim štapom. Njihov ples je muževan i folklorni pokreti izuzetno dolaze do izražaja. Ženski ples sa štapom je elegantniji, graciozniji i one samo lagano imitiraju tahtib. Koriste lakši, tanji i ukrašeniji štap koji ima kukicu na jednom kraju. Njihov kostim je sličan beledi haljini. Ženski asaja orijentalni (trbušni) ples podrazumijeva korišćenje većeg spektra koraka koji su karakteristični za druge plesne stilove. Iskričav je i predstavlja žensku verziju muškog plesa prilagođenog za scenu. Dijelom je nastao i kao ismijavanje muškog plesa.⁷⁷

⁷⁶ Meekums, B., *Dance Movement Therapy*, Sage, London, 2002.No.53

⁷⁷ Maletić, A., *Knjiga o plesu*, Kulturno-prosvjetni sabor Hrvatske, Zagreb, 1986.str.94



Saidi ples

Perkusije kao plesni stil u školi orijentalnog (trbušnog) plesa Aruena predstavlja poseban plesni pravac koji se izvodi uz čist ritam dobijen na malim bubnjevima (timpanima). Sinonimi su drum solo, darbuka, tarabuka. Ovaj plesni stil je posebno atraktivan za publiku i izaziva burne aplauze praćene zviždanjem, navijanjem i vrištanjem. Plesačice ga rado izvode jer na taj način imaju priliku da pokažu koliko im je dobra tehnika izvođenja, brzina i čistota pokreta. Obzirom da je akcenat na tehnici ovakve numere ne zahtijevaju specijalno emotivno angažovanje, već je dovoljan i prijatan osmijeh.⁷⁸

5.5.Doprinos plesa afektivnim stanjima

U usporedbi s ljudima koji su neutralno raspoloženi, ljudi izloženi uvjetima koji im omogućuju da se dobro osjećaju vjerojatnije će pomoći drugima, biti društveniji, velikodušniji, preuzimati rizike, ponašati se suradnički i manje agresivno, rješavati će probleme na kreativniji način, ustrajati će u onome što rade te će imati intrinzičnu motivaciju za zanimljive aktivnosti. Postavlja se pitanje zašto je to tako. Kad se ljudi osjećaju dobro, pozitivni afekt služi kao znak za dosjećanje pozitivnog materijala pohranjenog u pamćenju. Tada ljudi imaju brz pristup sretnim mislima i pozitivnim sjećanjima. Upravo je zato važno

⁷⁸ Maletić, A., Knjiga o plesu, Kulturno-prosvjetni sabor Hrvatske, Zagreb, 1986.str.94

utvrditi je li ples ta aktivnost koja čini da se ljudi osjećaju dobro, tj. utječe li ples na poboljšanje afektivnog stanja. Provedeno je tek nekoliko istraživanja u svrhu utvrđivanja kako ples može utjecati na afekte. Tu je temu istražila skupina autora, koja je pretpostavila kako će se nakon plesnih vježbi smanjiti negativni afekti te povećati pozitivni. Sudionici istraživanja su bili rekreativni plesači afričkog plesa, a u istraživanju je korišten tzv. PANAS - psihometrijska skala koja nazavisno mjeri pozitivne i negativne afekte. Sastoji se od 20 čestica koje se procjenjuje na Likertovoj skali od 1 (uopće ne) do 5 (u potpunosti da). Sudionici su ispunili PANAS prije početka vježbanja te poslije, u svrhu utvrđivanja moguće promjene u afektima. Prema očekivanjima autora, nakon vježbi afričkog plesa, kod sudionika su smanjeni negativni afekti i povećani pozitivni afekti. Kako je ovo istraživanje među rijetkima s ovakvom tematikom, ne nudi dublja objašnjenja promjene afektivnih stanja, već samo utvrđuje da promjena postoji. Pitanje je zbog čega su afektivna stanja promijenjena, zbog dijelova u plesnom treningu? Zbog same vježbe ili je prisustvo drugih plesača utjecalo na promjenu afekata? Ili je sam ples sa svim svojim elementima (od glazbe, vježbe do socijalnog okruženja) utjecao na smanjenje negativnih i povećanje pozitivnih afekata? Na pitanje što to čini promjenu u afektivnom stanju nakon plesnog treninga pokušava odgovoriti istraživanje Bartholomewa i Millera (2002) koje se također bavilo promjenom afekata, ali uz percipiranu uspješnost u plesnim vježbama. Autori su pretpostavili kako će plesne vježbe utjecati na promjenu afekata u smjeru povećanja pozitivnih i smanjenja negativnih afekata kod plesača te da će uz to percipirana uspješnost u izvođenju vježbi pospješiti taj trend. Korišteni su podaci plesačica koje su se rekreativno bavile plesom. Prilikom istraživanja, sudionice su ispunile PANAS, a osim toga su, na ljestvici od 1 (uopće ne) do 5 (u potpunosti da), procjenile svoj uradak u vježbama na 20 čestica poput „uspješna izvedba vježbe“, „uživanje u vježbi“, „težina vježbe“, „uložen trud“.⁷⁹

Rezultati istraživanja pokazuju kako je plesni trening uistinu rezultirao povećanjem pozitivnih afekata i energije te smanjenjem negativnih afekata i napetosti. One sudionice koje su procjenile svoj uradak dobrim osjećale su značajno više pozitivnih afekata od onih koje su svoj uradak procjenile lošijim. Moguće je da je u ovom istraživanju samo osvještavanje uspješnosti uratka moglo utjecati na afektivno stanje sudionica, što se moglo očitovati u višim rezultatima za pozitivne afekte kod onih sudionica koje su percipirale svoj uradak uspješnim.

⁷⁹ Maletić, A., Povijest plesa starih civilizacija, Matica hrvatska, Zagreb, 2002.str.45

One sudionice koje su procjenile svoj uradak dobrim, kao i one koje su ga procjenile lošijim, osjećale su manje negativnih afekata nakon plesa. Dok percipirana uspješnost igra ulogu u promjeni pozitivnih afekata, izgleda kako plesne vježbe doprinose smanjenju negativnih afekata bez obzira na percipiranu uspješnost.⁸⁰

Percipirana uspješnost, ukoliko i buduća istraživanja budu pokazivala ovakav trend, može biti faktor koji objašnjava promjenu u pozitivnim afektima, tj. jedan od razloga zašto se ljudi osjećaju bolje dok plešu te u konačnici zašto su ljudi uopće motivirani za ples. Međutim, taj razlog ne može biti dovoljan, već bi se budućim istraživanjima trebali ispitati i drugi faktori u plesu koji bi mogli na takav način utjecati na afekte i posljedično na čovjekovo doživljavanje i ponašanje.⁸¹

5.5.1. Utjecaj plesa na raspoloženja

Prosječna osoba općenito doživljava stalno prisutan tijekom raspoloženja. Iako su same emocije relativno rijetke u svakodnevnom doživljavanju, ljudi uvijek nešto osjećaju. Ono što ljudi obično osjećaju je raspoloženje, koje se često pojavljuje kao posljedica prethodno doživljene emocionalne epizode. Velik broj autora temelji definiciju raspoloženja upravo na ranije navedenim razlikama između raspoloženja i emocija. Najjednostavnija definicija bila bi da je raspoloženje blag osjećaj koji perzistira neko vrijeme. Ako je ugodan, naziva se dobro raspoloženje, a ako je neugodan, loše raspoloženje, nerasploženje ili zlovolja. Točnije, raspoloženja su relativno dugotrajna, neintenzivna, tonička afektivna stanja, po obilježjima su nespecifična u odnosu na uzrok i usmjerenost na konkretni objekt, osobu, događaj ili situaciju.

Učinak plesa na afektivna stanja, konkretno raspoloženja, zapravo je implicitno očigledan i prisutan kroz čitavu ljudsku povijest. Ples na afektivna stanja zapravo može utjecati na više načina. Primjerice, ples s mačem je kroz brojne generacije u davnim vremenima označavao pripremu za borbu. Naime, u takvim plesovima primarni cilj nije bilo postizanje dobrog raspoloženja i opuštenosti, već raspoloženja koje pobuđuje najbolju psihofizičku spremu za borbu, jer je borba bila središte svega važnoga. S jedne strane, taj je ples bio uobičajeni ritual, ali istovremeno je služio za dovođenje osobe u stanje neprijateljskog raspoloženja prema

⁸⁰ Maletić, A., Povijest plesa starih civilizacija, Matica hrvatska, Zagreb, 2002.str.66

⁸¹ Maletić, A., Povijest plesa starih civilizacija, Matica hrvatska, Zagreb, 2002.str.67

drugoj strani u borbi. To može značiti da se plesom mogu inducirati ona afektivna stanja koja su u određenim okolnostima poželjna i važna. Kako se u ljudskoj svakodnevnici izgubila borba mačevima te se svijet uvelike promijenio od toga doba, poželjno je osjećati se dobro, tj. biti dobro i prijateljski raspoložen. Plesovi koji su najistaknutiji u suvremenom svijetu služe za postizanje upravo takvog raspoloženja. Današnje spoznaje omogućuju provjeru ovih implicitnih teorija o postizanju određenog raspoloženja putem plesa. Prvo i jedno od rijetkih istraživanja kratkotrajnog učinka modernog plesa na raspoloženje provedeno je u poznatoj londonskoj plesnoj školi Laban. Autore je zanimala promjena raspoloženja nakon sudjelovanja u treninzima dva različita plesna stila:

- Limon – „tekući“, lagani, povezani pokreti, bez napetosti u tijelu;
- Graham – održavanje ravnoteže, oštri i pravocrtni pokreti tijela.⁸²

Pretpostavka autora bila je kako će se raspoloženje poboljšati u slučaju treninga plesnog stila Limon. Raspoloženje je mjereno prije i poslije plesnog treninga, a instrument je bila „Brunel University Mood Rating Scale“, skala s 24 čestice u kategorijama: ljutnja, zbunjenost, depresivnost, napetost, energičnost i umor. Čestice se procjenjuju odgovorom na pitanje: „Kako se osjećaš upravo sada?“, na Likertovoj skali od 0 (uopće ne) do 4 (u potpunosti da). Rezultati istraživanja kratkoročnog učinka plesa na raspoloženje plesača pokazuju kako plesači iskazuju dobro raspoloženje prije i poslije oba plesna treninga, s malim poboljšanjem raspoloženja poslije treninga, dok je, ipak, razlika u tome što plesači koji su sudjelovali na treningu plesnog stila Limon iskazuju nešto više rezultate na česticama koje označavaju energičnost od onih koji su sudjelovali na treningu plesnog stila Graham. Autori istraživanja ističu kako se afektivno stanje, tj. raspoloženje plesača oba plesna stila poboljšalo, dok je ipak nešto više dobrobiti proizašlo iz vježbi plesnog stila Limon. Ove rezultate autori pripisuju upravo obilježjima plesnog stila Limon i ističu kako „tekući“, lagani, opuštajući, povezani pokreti, bez napetosti u tijelu doprinose osjećaju snage, jedrine i energije.⁸³

Prema tome, moglo bi se zaključiti da na afektivne promjene, osim ranije spomnute percipirane uspješnosti može utjecati i određena vrsta pokreta koja je ljudima bliska, jer se radeći te pokrete ljudi osjećaju snažnije i bolje. Vrsta pokreta koje ljudi koriste pri plesu

⁸² Meekums, B., *Dance Movement Therapy*, Sage, London, 2002.No.44

⁸³ Maletić, A., *Povijest plesa starih civilizacija*, Matica hrvatska, Zagreb, 2002.str.80

mogla bi biti još jedan faktor u objašnjavanju zašto je ples nešto što mijenja afektivno stanje čovjeka i zašto je čovjek motiviran za ples. Ipak, zbog nedostataka poput toga što je uzorak ovog istraživanja bio prilično malen te se radi samo o jednokratnom ispitivanju, stoga i samo o kratkoročnom učinku plesa na raspoloženja, potrebno je još mnogo istraživanja ovog i sličnog tipa vezano za utjecaj plesa na raspoloženja te se ne može sa sigurnošću tvrditi da je sama fizička radnja, određeni pokret odgovoran za promjenu raspoloženja pri plesu.

Ako ples uistinu može podići raspoloženje, kao što navedeno istraživanje prikazuje, bavljenje plesom (profesionalno, rekreativno ili iz zabave) moglo bi posljedično podići kvalitetu i zadovoljstvo životom ljudi pa je rad na ovom području itekako potreban. U svrhu otkrivanja poveznice između plesa i raspoloženja potrebno je provesti još mnogo istraživanja koja će biti dostupna širem krugu ljudi, a dotada bi se o raspoloženjima i plesu moglo zaključivati iz istraživanja o afektima i emocijama, jer su ta tri pojma usko povezana.⁸⁴

5.5.2. Emocionalne reakcije i ples

Kako emocije kao afektivna stanja mogu biti u podlozi motivacije, ali i raspoloženja, važno je proučiti utjecaj plesa na emocije kako bi se ta saznanja mogla povezati s navedenim pojmovima i objasniti doprinos plesa čovjekovom doživljavanju. Najprije je potrebno navesti obilježja i definiciju emocija. Emocije su složeniji pojam od pojma osjećaja. Emocije su višedimenzionalne. Postoje kao subjektivni (osjećaji – subjektivna razina jačine i kvalitete emocije), biološki (biološka i fiziološka aktivacija – priprema i regulacija adaptivnog tjelesnog ponašanja), svrhoviti (prema cilju usmjereno motivacijsko stanje – funkcionalni aspekt) i socijalni (socijalna komunikacija, facijalna i glasovna ekspresija) fenomeni. Zbog četverodijelne prirode emocija, jasno je da postoji određena teškoća u definiranju istih. Definicija emocija složenija je od prostog zbroja navedenih dimenzija. Emocije su usklađeni sustavi koji koordiniraju osjećaje, pobuđenost, svrhu i izražaje na način da pripremaju osobu za uspješno prilagođavanje životnim okolnostima. Već je više puta spomenuto kako je na području tematike ovog rada vrlo malo istraživanja. Ipak, na području emocija i plesa postoji određeni broj empirijskih istraživanja koja bacaju svjetlo na važnost plesa i doprinos plesa emocionalnom stanju ljudi.⁸⁵

⁸⁴ Meekums, B., *Dance Movement Therapy*, Sage, London, 2002.No.54

⁸⁵ Đorđević, J., *Postkultura: uvod u studije kulture*, Beograd, Clio, 2009.str.40

Primjerice, jedno istraživanje je provedeno u svrhu ispitivanja emocionalnih reakcija na ples, točnije argentinski tango. Kako je tango ples u paru, ispitivan je utjecaj plesnog partnera na spomenute emocionalne reakcije. Iako je u plesu glazba vrlo istaknuta sastavnica te u mnogim vrstama plesa postoji fizički kontakt i koordinacija pokreta više plesača, ovo je prvi rad koji je istražio utjecaj glazbe i plesnog partnera na emocionalne reakcije plesača. U istraživanju su sudjelovali plesači koji su dotad imali najmanje jednu godinu plesnog iskustva u plesanju tanga. Većina sudionika u istraživanju plesali su s plesnim partnerom kojeg su već poznavali i s njim i ranije plesali. U istraživanju je bilo 4 eksperimentalne situacije:

1. uobičajeni tango (s partnerom i glazbom),
2. ples s partnerom, ali bez glazbe,
3. ples bez partnera, uz glazbu,
4. ples bez glazbe i bez partnera.⁸⁶

U svim slučajevima plesanja uz glazbu korištena je ista glazba te su sudionici cijelo vrijeme plesali s istim partnerom. Afektivno stanje ispitivalo se pomoću ranije spomenutog instrumenta PANAS-a, tako da su sudionici prije svake eksperimentalne situacije i poslije svake eksperimentalne situacije ispunili skalu. Rezultati pokazuju kako je došlo do značajnog povećanja pozitivnih emocija samo u situaciji kada je tango plesan u uobičajenom obliku (uz glazbu i partnera), što govori kako su i glazba i partner neodvojivi faktori argentinskog tanga, kao i da postoji doprinos plesa emocionalnom stanju ljudi (Ovo istraživanje izlučuje glazbu kao mogući faktor koji utječe na doživljavanje pozitivnih emocija, a time i na poboljšanje raspoloženja, tj. afektivnog stanja ljudi. Osim glazbe, u ovom se istraživanju stalni plesni partner izdvaja kao još jedan mogući faktor koji čini da se ljudi dok plešu osjećaju dobro.⁸⁷ Možda je baš socijalna podrška (u ovom slučaju plesni partner) faktor koji tako pozitivno utječe na afektivna stanja ljudi. 10 Ipak, kako plesni partner nije prisutan u svakom plesnom stilu, trebalo bi se provjeriti postoji li utjecaj grupe plesača na promjenu afektivnog stanja neke osobe u grupi, jer se još uvijek ne može tvrditi da je za promjenu afektivnih stanja odgovorna upravo socijalna podrška. Osim što ples očigledno utječe na afektivna stanja samih plesača, moguće je da utječe i na osobe koje ne plešu, već jednostavno gledaju plesnu izvedbu, tj. na publiku, prenoseći upravo te pozitivne emocije putem ekspresije. Pitanje je

⁸⁶ Đorđević, J., Postkultura: uvod u studije kulture, Beograd, Clio, 2009.str.86

⁸⁷ Đorđević, J., Postkultura: uvod u studije kulture, Beograd, Clio, 2009.str.87

može li publika stvarno uočiti emocije u plesu ili je ono što publika vidi samo uvježbani pokret?⁸⁸

5.5.3. Ekspresija i prepoznavanje emocija u plesu

Emocije imaju funkciju suočavanja i socijalnu funkciju. Za predmet ovog rada zanimljivija je socijalna funkcija, koja se odnosi na to da emocije prenose naše osjećaje drugima, utječu na način na koji drugi s nama stupaju u interakciju, pozivaju na socijalnu interakciju i olakšavaju ju te stvaraju, održavaju i razrješavaju odnose. Većina radova koji se bave emocijama i plesom odnose se na ekspresiju u plesu, neverbalno prenošenje emocija publici putem tjelesne ekspresije i prepoznavanje tih emocija od strane gledatelja, tj. publike. U jednom istraživanju zatraženo je od profesionalnih plesača modernog plesa da nauče jednu osnovnu, kratku plesnu koreografiju te da ju uvježbaju na 4 različita načina. Svih pet plesača trebali su znati otplesati koreografiju tako da prenesu gledateljima ljutnju, strah, žalost i radost, bez da značajno mijenjaju postavljenu koreografiju, tj. same korake. Te su izvedbe snimljene (ukupno 20 snimaka) i nasumično prikazane sudionicima istraživanja. Za zadatak su imali prepoznati o kojoj se emociji radi. Sudionici su uspješno prepoznali sve 4 emocije, iako se zapravo radilo o istoj koreografiji, tj. o istim pokretima tijela, samo drukčije emocionalno naglašenim i izvedenim od strane različitih plesača. To znači da plesači uistinu mogu emocije prenijeti u plesni pokret te da publika može prepoznati određene emocije te se plesom mogu prenijeti osnovne emocije publici.⁸⁹ Kako bi minimalizirali utjecaj facijalne ekspresije plesača te dokazali kako se uistinu radi o tome da se tijelom, a ne samo izrazom lica mogu prenijeti emocije publici, Sawada i suradnici (2003), proveli su istraživanje ekspresije emocija putem plesnih pokreta jedne ruke i provjerili su mogu li ljudi prepoznati određenu emociju koja je prikazana 11 pomoću videozapisa pokreta ruke. Sudionice su djevojke koje se plesom nisu aktivno bavile. Zadatak je bio da prepoznaju jednu od 3 moguće emocije (radost, žalost ili ljutnju) na snimci pokreta ruke i to bez glazbene podloge. Prikazano je nekoliko pokreta, a nakon svakog pokreta sudionice su trebale zabilježiti o kojoj se emociji radi. Rezultati su pokazali kako su sudionice prepoznale većinu emocija, što znači da se emocije mogu iščitati i iz jednostavnih pokreta tijela u plesnim djelima, ali i svakodnevicu te da ples može prenijeti

⁸⁸ Pavlović, D., Afektivni procesi i ples, završni rad, <https://zir.nsk.hr/islandora/object/ffos:3165/preview> (Pristupljeno: 10.02.2019.)

⁸⁹ Roth, G., Ispleshi svoje molitve - pokret kao duhovna praksa: pet ritmova duše, Planetopija, Zagreb, 2009.

publici različite emocije, što pak može utjecati na afektivno stanje osoba koje ples gledaju. Ovi nalazi pokazuju kako bi za promjenu afektivnog stanja možda bilo dovoljno samo gledati plesna djela, a ne nužno i sudjelovati.⁹⁰

Međutim, potrebno je puno više istraživanja ove tematike da bi se mogli potvrditi ovi zaključci. Za razliku od prethodnih radova, koji su se usmjerili na sudionike rane odrasle dobi, iduće istraživanje bavilo se proučavanjem dječjeg razumijevanja emocija u plesu. Sedam profesionalnih plesača modernog plesa improvizirali su pokrete sa zadatkom da prikažu radost, žalost, ljutnju i strah, nakon čega su izdvojene i snimljene kratke solo koreografije svakog pojedinog plesača.

Facijalna ekspresija plesača bila je neutralna za svaku od emocija koje su trebali prenijeti plesom, kako lice ne bi privuklo čitavu pozornost u identifikaciji emocija. Djeca u dobi od 4, 5 i 8 godina te odrasli (skupina studenata) gledali su snimke i za zadatak imali procijeniti o kojoj se emociji radi. Rezultati su pokazali kako su sve skupine sudionika prepoznale emocije plesnih koreografija. U ovom istraživanju provjereno je i koji su plesni elementi ključni za prepoznavanje emocija u plesu. Postoji tzv. klasifikacijski sustav za kodiranje pokreta u plesu, tvorničkom radu i svakodnevnim situacijama naziva LMA („Laban movement analysis“) ili Labanova analiza pokreta. Sustav je osmislio plesač i koreograf Laban, a kasnije su ga razvili njegovi učenici.⁹¹ Taj sustav analize pokreta danas je vrlo korišten u plesu, ali i drugim zanimanjima. Labanova analiza govori kako postoje četiri velike komponente pokreta: korišten prostor, trajanje, tečnost („flow“) i snaga. Sudionici u ovom istraživanju rangirali su te komponente za svaku snimku, tj. za svaku koreografiju u kojoj je prikazana emocija (na skali od 1 (uopće ne) do 7 (u potpunosti da)) te je dobiveno da su u prepoznavanju emocija iz plesnog pokreta ključne komponente snaga i trajanje pokreta.⁹² Nadalje, dobivene su ključne komponente u prepoznavanju 12 emocija u plesnom pokretu te se te spoznaje o komponentama mogu koristiti za daljnja istraživanja, kao i za primjenu u praksi. Ukoliko buduća istraživanja ponove ovakve rezultate o ekspresiji emocija i utjecaju na publiku, uz spoznaje o komponentama plesa (snaga i trajanje pokreta), ples i socijalna funkcija emocija

⁹⁰ Motte-Haber, H., Psihologija glazbe. Jastrebarsko, Naklada Slap, Zagreb, 1999.str.44-46

⁹¹ Đorđević, J., Postkultura: uvod u studije kulture, Beograd, Clio, 2009.str.88

⁹² Autori istraživanja ističu kako već djeca u dobi od 4 godine mogu prepoznati emocije iz tjelesne ekspresije u plesu, a shodno tome i u svakodnevnici što je za emocionalni razvoj djeteta i razvoj neverbalne, tjelesne ekspresije, izuzetno važan podatak.

mogli bi snažno utjecati na afektivna stanja ljudi. To bi značilo da nisu sami plesači ti koji imaju afektivnu dobrobit od plesa, već i publika.⁹³

5.6.Značenje plesa za antropološka istraživanja

Iako pripada području neverbalne komunikacije i nematerijalne baštine, ples nije fenomen per se, već je odraz društva, tradicije i kulture s kojima čini cjelinu. Drugim riječima, nije auto-referencijalan i ne može ga se pojmiti izvan prostorno-vremenskih odrednica, a navedeno se odnosi na ples u izvedbenom i teorijskom smislu. Uz plesu se izvedbu redovito vežu glazba, katkad geste, mimika, govor, te nerijetko specifični predmeti poput odjeće, nakita, ukrasnih dodataka ili bojanja samog tijela. Pomoću njih se, među ostalim, a osobito kada govorimo o predmodernim plesovima, plesač priprema za sudjelovanje u nekoj vrsti rituala, dok u novije vrijeme oni služe pri izvedbi (na sceni). Neovisno o kojem se plesu radi, on je intencionalan i sadržajno dogovoren kulturalni konstrukt, odnosno komunikacijski proces, zadane simboličke i estetičke interpretacije, koji uvijek nosi značenje koje je razumljivo sudionicima predmetne kulture. Naime, ples se često pojednostavljeno shvaća kao samorazumljiv „univerzalni jezik“, koji se može pojmiti neovisno o poznavanju kulturnog konteksta. Stoga je s antropološkog aspekta prisutna potreba da se pokret analizira unutar strukturiranog sustava u kojem mu se pristupa kao sistemu znanja čiji su produkti i procesi akcije i interakcije dio većeg sustava socio-kulturoloških aktivnosti.⁹⁴

Ono što jest univerzalno odnosi se na samu tjelesnu aktivnost koja uključuje vješto koordiniranje lokomotornim sustavom čiji najveći dio čine mišići koji drže posturu, omogućuju izmjenu ravnoteže te snagu i brzinu pokreta. Zbog toga je pri govoru o plesu potrebno razlikovati općenito shvaćanje plesa kao djelovanja koje jest univerzalno i shvaćanje plesa kao sustava značenja koje emanira lokalne, regionalne ili transkulturalne značajke.

Proučavanjem plesa kao sposobnosti koja pripada isključivo čovjeku i koja ga razlikuje od svih ostalih živih bića, na specifičan se način predstavlja, priopćuje i nadopunjuje znanje o čovjeku. Ples označuje praksu, aktivnost i izvedbu kojom se kroz iskustvo sebstva te kroz interakciju s drugim(a) iščitava određena društvena funkcija te iskazuje identitet pojedinog

⁹³ Roth, G., *Ispleši svoje molitve - pokret kao duhovna praksa: pet ritmova duše*, Planetopija, Zagreb, 2009.

⁹⁴ Roth, G., *Ispleši svoje molitve - pokret kao duhovna praksa: pet ritmova duše*, Planetopija, Zagreb, 2009.

kulturalnog konteksta. Njime se očituje raspoloženje, reprezentira svakodnevna radnja, uprizoruje određeni događaj ili scensko djelo. Na taj način kultura i tijelo, dijeleći prostornovremensku odrednicu unutar koje se odvija ples, jedno u drugo upisuju značenja. Pritom se individualno tijelo na simboličkoj razini povezuje u kolektivno tijelo zajednice te sudjeluje u prijenosu kulturnih narativa i emocija simultanom izmjenom tjelesno-izvedbenih i duhovno-doživljajnih iskustava.⁹⁵

Performativna tjelesnost plesnog pokreta vođena je estetskom svrhom, a kao neverbalni sustav komunikacije omogućuje tijelu priliku da prenese sadržaj koji najčešće odražava etnički, socijalni ili kulturni identitet. Međutim, da bi ga se ispravno razumjelo unutar antropološkog područja istraživanja, koja ga sagledava kao pojedinačan izvedbeni čin, nužno ga je shvatiti kao taktilan, kinestetički i kognitivni čin, koji upravo zbog nesvodive kompleksnosti, sukladno Nietzscheovim promišljanjima, afirmira ljudsko tijelo na uzvišen način. Naime, Nietzsche shvaća život kao estetski fenomena koji svoje ostvarenje nalazi u tijelu koje plesom nadilazi inicijalne granice svojih izvedbenih mogućnosti, dok pritom vještina i umijeće izvedbe čini prelazak te granice zornim.⁹⁶

5.7.Ples kao stajalište

Riječ je o teoretskim prostorima na koje smo nenavikli, i koji se nama, proizašlim iz prakse i zaraženim umjetnošću i umijećem plesa koji put čine kao da su nastali s druge strane zrcala Maurice Bejart je u svojoj poruci prigodom Međunarodnog dana plesa 1997. godine zadovoljno rekao da se potvrdilo ono što je najavio već pedesetih godina: da je 20. stoljeće — stoljeće Plesa. Uistinu, stoljeće započeto oslobođanjem i osvještavanjem tijela, odnosno njegovom emancipacijom u smislu rasta harmonije bića i kvalitete življenja (posebno naglašeno u Isadore Duncan i Rudolfa Labana) iznjedrilo je ples kao samostalnu umjetnost. Ne više ili ne barem samo: ukras, zabava i rekreacija, nego osebujni, suvremeni izraz modernog, aktivnog čovjeka te njegovo promišljanje i reakcija na često suludu začudnost modernih konvencija. Nakon gotovo stoljetne zbunjenosti tzv. plesne kritike (dugo vremena bila je riječ uglavnom o glazbenim kritičarima) i nedostatku teorije, potkraj 20. stoljeća

⁹⁵ Roth, G., *Ispleši svoje molitve - pokret kao duhovna praksa: pet ritmova duše*, Planetopija, Zagreb, 2009.

⁹⁶ Reeve, J., *Razumijevanje motivacije i emocija*, Naklada Slap, Zagreb, 2010.str.95

filozofska se misao vratila tijelu, a umjetnost pokreta dobila je na važnosti. Novopokrenuti plesni studiji, trenutačno na zapadu vrlo aktualna i složena disciplina koja objedinjujući povijest i filozofiju, antropologiju i psihoanalizu, estetiku i semiotiku, te feminizam, pokušava izanalizirati, sagledati i sistematizirati fenomen suvremenog plesa. A to je veliki izazov: uhvatiti zakonitosti (kojih nema) najrazličitijih fluidnih struktura, u izvedbi autonomnih tijela.⁹⁷

Krećući od odrednica suvremenoga plesa: umjetnost razvijenih zapadnih demokracija, urbana misao te multikulturalizam, a na temelju izabranih tekstova i u njima obrađenih autora Hrvatin izdvaja pet istina tijela: poredak slučaja, kulturno-povijesna uvjetovanost, banalno tijelo, repetitivno tijelo i tijelo boli. Usporedivo je to primjerice s tekstovima Rogera Copelanda o Cunninghamu, Norberta Servosa o plesu i emancipaciji u Pine Baush, Sally Banes o postmodernom plesu, Patrice Pavis o butu itd. Inače, vrlo je još zanimljiv rad Johannes Birringera o vezama novog plesa i filmskog medija te analiza Geralda Siegmunda Slika i pokret. John Martin, jedan od začetnika (suvremene) plesne kritike, u tekstu Karakteristike modernog plesa uočio je da moderni ples nije sistem nego stajalište, i najavio da će se pri analizama koristiti isključivo teorijskom dedukcijom utemeljenom na praksi vodećih suvremenih plesača. Promatranje tijela kao znaka i prisutnost označenog u označitelju otvorili su nove prostore u interpretaciji plesa. Zbirka tekstova naslovima je podijeljena u sedam cjelina: misao plesa, tijelo plesa, moderno/postmoderno plesa, emancipacija plesa, društvenost plesa, prostor plesa i zapis/sjećanje plesa. Nije slučajno prvi autor Hrvatinove zbirke Paul Valéry. Ograđujući se od poznavanja bilo kakve plesne prakse Valéry, pjesnik i mislilac, zadivljen je uočenim zakonitostima. Njegova Filozofija plesa veseli apstraktnom poetičnošću i idejom (čistog) plesa kao inačice misli: slobodan, beskrajn, bez cilja i funkcije, ništa ga vanjskog ne potiče i ne ometa. Drugi, a možda i prvi, u suvremenim teorijama, nezaobilazni autor (i najcitiranije ime zbornika) jest Friedrich Nietzsche, filozof i pjesnik koji je mogao vjerovati samo u Boga koji zna plesati. Francuski filozof Alain Badiou kreće od Nietzscheove teorije plesa kao metafore misli. Ples je tijelo-misao (smijem li to prevesti kao otjelovljena misao?), suprotnost spontanoj vulgarnosti tijela. Stoga, ples i nije umjetnost, nego je znak mogućnosti umjetnosti kakva je upisana u tijelo. Ideja koja može izluditi plesače i koreografe zapravo ima vrlo privlačan zaključak. I Badiou će, slijedeći

⁹⁷ Knapp, M.L. i Hall, J. A. Neverbalna komunikacija u ljudskoj interakciji, Jastrebarsko, Naklada Slap, Zagreb, 2010.

uzore, završiti pjesnički.⁹⁸ Da, ples je stvarno svaki put novo ime kojim tijelo prekrsti zemlju... Dakle, ples ne postoji kao samostalna umjetnost, nego je neumorni, pokretački, autonomni, kreativni i nepredvidivi potencijal suvremenih scenskih izraza. No, ples ima svoju povijest, fenomenologiju i teoriju.

5.8.Ples u medicinskoj tradiciji

Postavljen pred pitanjem srži vlastite egzistencije, čovjek je često tragao za multipotentnim tvorcem kojemu bi pripisao dar vlastita života. Metamorfoza čovjeka iz animalnih meandara njegovih iskonskih korijena k suvremenom, tehnologiziranom biću prolazila je kroz različite etape razvoja. U potrazi za odgovorima na egzistencijalna pitanja i zbog straha od beskorisnosti vlastitih postupaka u ispravljanju postojećeg, čovjek se oslonio na transcendentalne sile kojima se obraćao na mnogostruke načine prema potrebi. Glazba i ples bili su jedan od osnovnih načina komunikacije sa silom koja bi pomogla riješiti problem bivstva, psihosocijalnih te zdravstvenih problema. Sam ples prateći je čimbenik ljudske evolucije, no ujedno i sastavni dio prirode i kozmosa. Ples i pokret korišteni su tijekom povijesti kao način zavođenja, komunikacije, uspostavljanja među ljudskih odnosa (što možemo pratiti i u životinjskom svijetu). U svojem je razvoju, udaljavajući se od animalne prirode, čovjek zadržao ples kao jedno od osnovnih sredstava komunikacije te mu naknadno pridodao i osnovnu ulogu u slavljenju božanstava, ritualima, molitvama, medicinskom liječenju te stjecanju znanja (u Grčkoj su orijentalni učitelji bili poznati kao gimnosofisti – oni koji stječu znanje tijelom i pokretom).⁹⁹

⁹⁸ Đorđević, J., Postkultura: uvod u studije kulture, Beograd, Clio, 2009.str.89

⁹⁹ Šuvaković, M., Diskursi i ples: uvod u filozofiju i teoriju plesa, tkH, br. 4, Novi ples / nove teorije, Beograd, 2004.str.143



Šivin ples

5.8.1. Ples kao život i smrt

U brojnim je kulturama plesu pridodana puno važnija uloga od one neverbalne komunikacije. Mnogi odgovor na pitanje o izvoru čovjeka pronalaze u nedodirljivim i pitijskim silama božanstava. Ideja o pokretu kao jednoj od osnovnih karakteristika živućeg, poslužila je u izradi različitih teorija o nastanku svijeta i sukcesivno izgradnji povijesti iz plesa. Sam naziv za povijest – historia, smatra se, svoje korijene crpi iz riječi histor koja se, među ostalim, upotrebljavala za označavanje plesača. Primjere takva shvaćanja plesa kao temelja sveobuhvatne geneze nalazimo koliko u istočnim toliko i u zapadnim drevnim kulturama. U hinduizmu razuzdani Šivin ples nije nelogičan slijed pokreta, već jezgra iz koje izranja pokretačka sila svemira. Izvor takve impozantne jakosti leži u osnovnih pet pokreta: stvaranja, konzerviranja, razaranja, inkarnacije te oslobađanja. U taoizmu, u simbolu taoa može se prepoznati neiscrpna energija kontinuiranog pokreta u kojemu se isprepleću svjetlost i tama. U grčkoj se mitologiji, kod stanovnika pokrajine Arkadije, kao vrelo života spominje

Eurinomin ples. Njezin virtuoзни pokretački zanos uspio je odvojiti svjetlost i vodu od nebesa i stvoriti nepobjedivu zmiju Ofiona s kojom se stopila i time porodila zemaljski život.¹⁰⁰

“Je fis de Macabre la danse, Qui tout gent maine a sa trace E a la fosse les adresse.”

“Zaplesao sam ples mrtvih koji navodi sve da slijede njegove korake kako bih ih otpratio do groba.”

Jean Lefebre¹⁰¹

Ples kao simbol nije pratio čovjeka isključivo u njegovu rađanju i razvoju, već i njegovoj neizbježnoj smrti. Takva se ideja plesa proširila ponajprije za vrijeme haranja smrtnih pandemija na tlu Europe. Motiv plesa bio je korišten kao način predstavljanja pobjede smrti nad svim postojećim krajem XIV. i početkom XV. stoljeća, kada je vladao snažan kolektivan strah od umiranja. Ples mrtvih ili dance macabre bio je osnovni čimbenik upozoravanja naroda na neizbježnu sudbinu koja ih je očekivala. Poticala je bogate da se okrenu Bogu, a siromašne da nastave živjeti pobožno, ističući jednakost svih na samrti. Gotičke freske s motivom plesa javljaju se diljem kršćanske Europe. U našim krajevima postoje dva veoma značajna primjera na tlu Istre. Godine 1475. Vincent iz Kastva oslikao je crkvu Sv. Marije na Škrilinah, a 1490. Ivan iz Kastva crkvu Sv. Trojstva u Hrastovlju. Ta nasilna socijalna satira isticala je i hipnotski utjecaj plesa na ljude. Na tim prikazima smrt vodi lančani ples (često uz pratnju glazbala), simbol nekontroliranog iskušenja, vražji i moćan instrument upravljanja masom (sličan pjevu Odisejevih sirena), koja time postaje bespomoćan plijen smrti.¹⁰²

5.8.2. Ples kao lijek

Nadovezujući se na teoriju koja je u pokretu pronalazila izvor ljudske egzistencije, mnoge su kulture tom istom čimbeniku pripisivale i dar liječenja. Primitivan je čovjek, postavljen pred zagonetku bolesti, pokušavao istim silama koje su ga stvorile, riješiti i taj problem. Dugo su vremena umjetnost i religija pružale pomoć čovjeku u brizi za sebe i svoje bližnje. U ritualima

¹⁰⁰ Reeve, J., Razumijevanje motivacije i emocija, Naklada Slap, Zagreb, 2010.str.88-90

¹⁰¹ Knapp, M.L. i Hall, J. A. Neverbalna komunikacija u ljudskoj interakciji, Jastrebarsko, Naklada Slap, Zagreb, 2010.

¹⁰² Knapp, M.L. i Hall, J. A. Neverbalna komunikacija u ljudskoj interakciji, Jastrebarsko, Naklada Slap, Zagreb, 2010.

šamanizma pjesma, ples i ritam pratili su pojedinca kroz vizualne, motoričke, auditivne prikaze, vodeći ga novim emocionalnim stanjima te pobuđujući ugodu i strahove s ciljem mutiranja i transformiranja fizičkog i psihičkog stanja individue. Šamansko liječenje često teži reproduciranju razvoja bolesti i rehabilitacije u raznim postupcima obrednog karaktera kako bi se postiglo “ublažavajuće osjetno iskustvo”.



Vincent iz Kastva. Ples mrtvaca. Freska iz 1494. u crkvi sv. Marije na Škrilinah u Bermu u Istri

U korištenju pokreta i plesa kao lijeka za iskorjenjivanje stanja psihičkih i fizičkih slabosti, mogu se izdiferencirati dvije osnovne smjernice:

1. plesni votivi božanstvima i
2. pokret kao način protoka životne energije.

U prvom se slučaju ples sagledava kao molitva i indirektan način djelovanja na bolest, nakon kojega će božanstvo izliječiti vjernika, dok je drugi način izravno djelovanje na vlastito tijelo silom konvulzija i pokreta. Svjetska je kultura bogata primjerima u kojima je pokret kao neverbalni način komunikacije s božanstvom stimulirao božanstvo na pružanje pomoći bolesnom. Kod indijanskog plemena Apaši ples je bio osnovni dio religijskog i liječničkog obreda koji je trajao četiri dana. Još su krajem XIX. stoljeća te ceremonije, praćene dodatnim

ritualnim postupcima: izoliranjem bolesnika, crtanjem simboličnih životinja i krajnjim zajedničkim plesom, bile njegovane na područjima sjevernoameričkih rezervata.¹⁰³

U egipatskoj se kulturi pronalazi više božanstava čija je moć bila okrenuta zaštiti plesa i čovjekova tijela. Božica Hator, osim što je predstavljala božanstvo plesa, bila je i zaštitnicom trudnica i novorođenčadi. Božici plesa i glazbe Bastet pripisivala se moć zaštite vjernika od zlih duhova i zaraznih bolesti te se vjerovalo da bi upravo ples u njezinu čast doveo do fizičke i psihičke rehabilitacije. I na europskom su tlu bili prisutni slični rituali. Tijekom XII. stoljeća na svečanostima sv. Elunedu Velšani bi plesom i pokretom iskupili svoje grijeha te time bivali izliječeni. U različitim se kulturama, tijekom povijesti, provlačila ideja o egzistencijalnom soku koji protječe našim tijelom i održava nas na životu. Neovisno o tome radi li se o životnoj limfi, pneumi ili jednostavno krvi, vjerovalo se da se održavanjem njezina pravilnog protoka pospješuje zdravstveno stanje. U Kini se tako njeguju Qigong, najstarije kineske plesne vježbe. Ta se kultura liječenja razvila iz starih šamanskih ceremonijalnih procesija koje su, oponašajući kretnje životinja, istjerivale pestilenciju i demone. Nakon toga, taj je oblik plesa prerastao u niz terapijskih vježbi o pravilnom načinu disanja čime bi Qi, vitalna limfa, pravilno protjecala tijelom. Kinezi su smatrali ples vodičem udahnutog zraka koji mu omogućuje da se pravilno i harmonijski proširi čitavim tijelom. Vježba za postizanje dugovječnosti obuhvaćala je udisaj kroz usta te izdisanje “starog” zraka, tijekom kojih je pojedinac “plesao kao medvjed i istežao se poput ptice”.¹⁰⁴

U islamskoj su kulturi, osobito u sufizmu – mističnoj doktrini, derviši prakticirali rotirajući, kružni opsesivni ples kojim bi postizali ekstazu. Paralelno s plesom upražnjavale su se različite metode disanja kojima bi derviši postizali transcendentalno iskustvo. Osim zraka i životne limfe, životnu energiju je u mnogim narodima predstavljala sama krv. I u tim je slučajevima bio prakticiran ples kako bi se osiguralo pravilno protjecanje krvi tijelom. To se ponajprije odnosilo na žene. Menstruacijsko krvarenje je tijekom povijesti bilo sagledavano na različite načine: krvarenje kao način oslobađanja od štetne krvi, produkata hiperalimentacije ili kao način na koji se izlučuje krv koju “nesavršene” žene, za razliku od muškaraca, ne mogu pretvoriti u spermu. Ples je u tim slučajevima, kao i pri rađanju, pomagao prouzročiti ritmične kontrakcije maternice, pospješujući izlivanje krvi i porođaj (u

¹⁰³ Đorđević, J., Postkultura: uvod u studije kulture, Beograd, Clio, 2009.str.95

¹⁰⁴ Đorđević, J., Postkultura: uvod u studije kulture, Beograd, Clio, 2009.str.90

grčkoj kulturi, u Delfiju i među južnoameričkim Indijancima njeovala se tradicija plesa (Mjesecu). I na našim je područjima ples, podrijetlom iz drugih susjednih zemalja ili autohtoni proizvod, bio prihvaćen kao način liječenja. Uza sam se ples često veže motiv životinja kao čiste veze između pokreta i nepitome prirode. Primjere pronalazimo u različitim svjetskim kulturama koje su u ples, kao način liječenja, ugradile podjednako važnu animalnu komponentu: u medicinskom ritualu Apaša određene se bolesti vežu za životinje koje mogu pridonijeti njihovom izlječenju, u Qigongu pokreti životinja koriste se kao način liječenja. I u našim krajevima pronalazimo usku povezanost ceremonija, plesa i životinjskih likova. Zvončari, danas znak karnevala, nekad su predstavljali zaštitnike od zlih duhova. Ukrašeni životinjskim maskama i zvonima, u svojem nekoordiniranom plesu zvončari su nekoć tjeroali zlo. Maska je simbolizirala svetu borbu protiv zlih duhova i odvracanje demona. Takvo značenje ima i buka koju tijekom “plesa” proizvode zvonci. Osim u uništavanju zla, smisao maskiranja i ceremonija bio je i u prizivanju plodnosti, kao i korištenje pepela – simbola pročišćenja i fertiliteta.¹⁰⁵

Ples se, kao što se može primijetiti kod zvončara i spomenute egipatske božice Hator, često povezivao s trudnoćom i pospješivanjem plodnosti. Osim na hrvatskom tlu, primjeri se lako pronalaze i u drugim narodima, npr. Indijke su se, plešući s praznim loncima, nadale trudnoći.

Plesovi koji se naročito vežu za plodnost jesu kružni, spiralni plesovi, za razliku od lančanih plesova koje pronalazimo na prikazima Plesa mrtvaca. Kolo je najčešće predstavljalo kozmos, jedinstvo, maternicu, utrobu, gdje je središnje mjesto zauzimala infertilna osoba. U istarskome mjestu Gračišće plodnost su, osim žena, prizivali i muškarci. Dok su žene to radile zabadanjem čavala u zidove crkve Sv. Marije na Placi, muševci su poskakivali i okretali se goli u poljima. Najpoznatiji “medicinski” ples koji se proširio našim krajevima najvjerojatnije je tarantela, koji su Hrvati iz Dalmacije i Istre prihvatili iz talijanske plesne tradicije. Pod tarantizmom su se često razumijevale različite vrste bolesti, od bjesnoće, choree maior, do sunčanice, no vjeruje se da se taj ples razvio prije svega kao način liječenja osobe koja je nastradala od uboda tarantule, prema kojoj je i sam ples nazvan. Nakon toga bi se “bolesnik” posvetio upornom i napornom danonoćnom plesu u razuzdanom, brzom ritmu 3 / 8 ili 6 / 8 . Ritam je bio izrazito važan aspekt samog plesa jer je, pravilno pogođen, omogućavao izlječenje. Nakon višednevnog poskakivanja, “tarantati” bi od umora zaspali i nakon toga,

¹⁰⁵ Roth, G., Ispješni svoje molitve - pokret kao duhovna praksa: pet ritmova duše, Planetopija, Zagreb, 2009.str.77-79

vjerovalo se, probudili izliječeni. Najpoznatiji hrvatski jatrofizičar Đuro Baglivi, zainteresiran tim problemom, u svom je *Dissertatio de anatome, morbo et effectibus tarantulae* isticao važnost pokreta u liječenju boljke, bio on podrijetlom iz plesa ili jednostavno njihanja na njihalici ili vrtnji na vrtuljku.¹⁰⁶



Halubajski zvončari

5.8.3. Ples kao patologija

U bogatoj plesnoj tradiciji ples se javlja i u svome drugom aspektu, kao posljedica različitih patoloških stanja. Naime, često su se u pozadini razuzdanih pokreta, koji su poslije prerasli u plesne motive, nalazile različite patologije, osobito one temeljene na neurološkoj bazi. Sama riječ chorea kojom danas liječnik označava neprestanu pojavu brzih pokreta velikih amplituda složenog tipa, na latinskom označava ples, te se kao takav spominje već i u Homerovoj Ilijadi. Kao jedan od najstarijih oblika liječenja plesom naveden je šamanizam. No pojava šamanizma i rituala koji su pratili te mistične i onipotentne ličnosti, može se korelirati s patologijama od

¹⁰⁶ Roth, G., *Ispleši svoje molitve - pokret kao duhovna praksa: pet ritmova duše*, Planetopija, Zagreb, 2009.str.77

kojih su, navodno, bolovale. Mnogi etnopsihijatri u tim pojedincima pronalaze kliničke slučajeve neurotičnih bića, histeričara i psihotičara. Šamanizam u tunguskom jeziku označava “onog koji se nalazi u stanju ekstaze i transa”. Upravo taj kapacitet ulaska u duboki trans karakterističan je za pojedine slučajeve epilepsije iako i dugotrajno jednolično nadraživanje osjetila vodi istom rezultatu. Rituali kojima se šaman koristi predstavljaju, smatraju etnopsihijatri, način izražavanja, kontroliranja te preusmjerenja vlastitih unutarnjih sukoba. Osim u šamanizmu, ples se javlja kao prateći čimbenik brojnih drugih patoloških stanja. Neurogene bolesti najčešće su u povijesti vodile takvim stanjima koje su ostali ljudi izjednačavali s plesom. Već spomenuta chorea, koja se javlja kao patološki nelogičan slijed nepravilnih pokreta, opisuje se i kao sustav “maniriziranih kontorzija, poput plesa”. Sljedeća neurogena bolest, histerija, koja se najčešće pripisivala ženskom rodu, u prošlosti se povezivala s “nekontroliranim plesom maternice”.¹⁰⁷

Još jedna neurogena bolest, epilepsija, često se opisivala kao “ples sv. Vida”, iako se naziv plesa sv. Vida koristio i u opisivanju različitih drugih patologija (danas se pod tim pojmom najčešće razumijeva autoimuna bolest – Sydenhamova chorea. Neki izvori smatraju da je "ples sv. Vida" ponajprije bio vezan za pojam ergotizma i ergotoksina koji kao prirodni derivat lizergične kiseline stimulira sve glatke mišiće, posebno u krvnim žilama i maternici uzrokujući njezinu kontrakciju (čime bi se mogla povući paralela s histerijom koja se također povezivala s maternicom). Zaštitnik je većine tih bolesti upravo sv. Vid, po kojem je epilepsija i dobila svoje drugo ime. Naime, sv. Vid smatra se zaštitnikom epileptičara, histeričara, opsesivnih, ozlijeđenih ugrizom bijesnih životinja i paukova (tarantizam) te oboljelih od choreje.¹⁰⁸

Chorea sancti Viti, osim što se spominje u kontekstu epilepsije, navodi se i kao jedna od brojnih kolektivnih psihičkih epidemija koje su se pojavile u srednjem vijeku. Sam ples sv. Vida, ako je sagledan u koreomanijskom kontekstu, raširio se u XV. stoljeću osobito na području Francuske i Njemačke. Osim epidemije kuge i drugih zaraznih bolesti, u to su se vrijeme pojavile “epidemije” psihičkih patologija. U tim su “psihološkim skupinama” sudjelovali pojedinci koji su u znak pokore i kajanja plesali do besvijesti. Te su se plesne skupine propagirale po čitavoj Europi kao “saltomanije”, oblik masovne histerije. Mnogi

¹⁰⁷ Erdeš, N., Doprinos pokreta i plesa socijalnim i motoričkim vještinama djece s teškoćama u razvoju <https://repozitorij.ffos.hr/islandora/object/ffos:2427/preview> (Pristupljeno: 10.02.2019.)

¹⁰⁸ Đorđević, J., Postkultura: uvod u studije kulture, Beograd, Clio, 2009.str.91

smatraju da i sam tarantizam spada u skupinu koreomanija koja se proširila područjem Italije. Znači, tarantizam osim u kontekstu plesa koji ozdravlja bolesnike, može biti sagledan u svjetlu histeričnog ponašanja, ali i u kontekstu individualnih bolesti. Kao što je prije navedeno, pod pojmom tarantizma u povijesti su se često spominjale različite bolesti: tetanus, chorea mai or, sunčanica. Najčešći njegov uzrok ipak ostaje ugriz pauka, iako se i tu po javljaju razne dvojbe – je li riječ o ugrizu tarantule ili crne udovice. S obzirom na ta saznanja, tarantelu možemo sagledati kao posljedični rezultat djelovanja toksina tog pauka.¹⁰⁹

Naime, “latrodectus mactans” oslo bađa toksin nazvan prema njemu álatrotoskin koji djeluje na živčane sinapse uzrokujući masovnu egzocitozu neurotransmitera i time strašnu bol te hiperkinezu, izrazite i nekontrolirane motoričke pokrete koji su donosili olakšanje pravim bolesnicima.¹¹⁰ Posljedično tome, smatra se, rodio se tarantizam kao kolektivni ples. U našem području prvi slučaj tarantizma pojavio se 1889. u Kukuljanovu, iako naveden kao slučaj histerije (čime se ističe sličnost korelacije neurogenih patologija i same motorike pacijenata).¹¹¹



Tarantela

Patologijama vezanim uz ples možemo pridodati i staru, raširenu pojavu usko vezanu za šamanizam – vjerovanje u vještice. Taj se kult razvio upravo na temelju antičkih kultova,

¹⁰⁹ Inkluzivne scene www.ssc.uniri.hr/files/ured_za_studente_s_invaliditetom/booklet-inkluzivne-scene-2017.pdf (Pristupljeno: 10.02.2019.)

¹¹⁰ Šuvaković, M., Diskursi i ples: uvod u filozofiju i teoriju plesa, tkH, br. 4, Novi ples / nove teorije, Beograd, 2004.str.211

¹¹¹ Inkluzivne scene www.ssc.uniri.hr/files/ured_za_studente_s_invaliditetom/booklet-inkluzivne-scene-2017.pdf (Pristupljeno: 10.02.2019.)

šamanizma i dionizijskih kultova (u dionizijskim je kultovima razjarena masa žena slavila boga u divljem i nekoordiniranom plesu). Vještice se povezuju s pojmom bolesti na dva načina.

Prvi način ističe vještice kao uzrok različitih bolesti koje bi one uzrokovale vlastitim urocima (u srednjem vijeku to je bila kuga). Vještice su bile povezane s plesnom tradicijom i onime što se nazivalo sabbath, vještičji ples iliti synagoga diabolica (potječe iz Ivanove Apokalipse: “I vještice su se kao spomenuti židovi (Apk 2/4) hranile mesom koje se prenosilo idolu te prepuštale razvratnom ponašanju”). Time su odavale svoju vjernost i odanost Sotoni. Zbog takvih vjerovanja tisuće žena bilo je osuđeno na smrt spaljivanjem na lomači u procesu poznatom pod imenom “lov na vještice”. Upravo tu susrećemo drugu vezu vještica i bolesti, jer najveći broj osuđenih bile su histeričarke, epileptičarke, žene bolesne od choreje, čime bi se objasnila i pojava samog “vještičjeg plesa”. I naši su krajevi vodili rat s tim “boguhulnim” ženama koje su svojim razvratnim ponašanjem i čarobnjaštvom djelovale protiv katoličanstva i Boga. Godine 1632. u istarskom Svetvičentu spaljena je jedna žena, a 1716. u Kastvu sedam pojedinaca okrivljenih za čarobnjaštvo (iako ovaj potonji slučaj ima političku, a ne patološku pozadinu u suđenju okrivljenika).¹¹²

¹¹² Petaroš, A., Ples u medicinskoj tradiciji, pregledni rad, Časopis Medicinskog fakulteta Sveučilišta u Rijeci, Rijeka, 2006.str.2

6. BALET KAO NAČIN PRIJENOSA NEVERBALNE PORUKE

Pojam baleta podrazumijeva specifičan oblik kazališne izvedbe ukorijenjen u dvorskim oblicima zabave renesansne Europe, koji su isprva objedinjavali ples, pjesmu i govorenje poezije, a izvodili su ih amateri (Oxford Companion 42), sve dok ih postupno nisu zamijenili profesionalni izvođači. Pojavom profesionalnih plesača plesna se tehnika razvila i uznapredovala: akademska plesna tehnika koju danas prepoznajemo kao klasični balet ili franc. danse d'école isprofilirala se u kasnom 18. stoljeću i zatim posebno proslavila ruskim carskim baletom koji je doživio procvat na prijelazu iz 19. u 20. stoljeće. Međutim, profesionalna je plesna tradicija talijanskog podrijetla; tijekom 15. i 16. stoljeća putujući su zabavljači, glumci, pantomimičari i plesači zabavljali plemstvo talijanskih dvorova a paralelno s dvorskim događanjima, odvijale su se i razne pučke zabave, maskerate i procesije koje su s vremenom poslužile kao model za prestižne dvorske spektakle koji su demonstrirali moć i raskoš vladajućeg sloja. Početkom 16. stoljeća „balet“ općenito označava stilizirane društvene i dvorske plesove prilagođene sceni, koji se sastoje od različitih figura i promjena formacija. Pod utjecajem tada aktualnih umjetničkih pogleda koji su težili sintezi plesa, poezije i glazbe (po uzoru na antičko kazalište) krajem 16. stoljeća na europskim dvorovima razvija se oblik dvorski balet (eng. ballet comedy, fran. comédie-ballet), koji je najveću popularnost i domet doživio na francuskom dvoru za vrijeme Luja XIV.¹¹³

Mimetičnim plesom se predstavlja naracija koja je sadržana u libretu - primjer za to je beli balet. Evropski balet kao izvođačka umjetnost razvio se od dvorskog plesa sedamnaestog vijeka koji se nadovezao na dvorske manire lijepog kretanja, do bijelog baleta devetnaestog i ranog dvadesetog vijeka i virtuoznosti figurativnih pokreta plesača koji su težili iluziji bestežinskog kretanja. Već krajem devetnaestog vijeka balet je kanonizovao sve svoje koncepte, formirao odrednice izvođenja i time se udaljio od svoje prvobitne mimetičke funkcije. Popularni ples pojavio se kao reakcija na akademizovane izvedbe bijelog baleta za visoke klase, ali i na i dalje prisutni mimetički aspekt baleta, slično pojavama u historiji

¹¹³ Šuvaković, M., Postajati mašinom; od teorije preko filozofije digitalne umetnosti, teatra i performansa ... i natrag, tkH, br. 7, Digitalni performans, Beograd, 2004.str.78

pozorišta, u kojoj su se kao reakcije na koncept teatra kao podražavanja stvarnosti javile poetike Joneska i Brehta, neoavangarda i postmoderna.¹¹⁴

Izvorište popularnog plesa i mjesta deakademizacije plesa bili su kabarei. U tom smislu na pojavu popularnog plesa uticale su društveno-ekonomske promjene, upliv kultura kolonizovanih zemalja ka Evropi, raslojavanje društva u dvadesetom vijeku, uspon srednje klase, porast ličnih dohodaka i višak slobodnog vremena, kao i popuštanje socijalnih ograničenja, porast interesovanja za zdravlje i fizičku kondiciju. Kao rezultat ovakvih kulturnih i društvenih okolnosti krajem devetnaestog i tokom dvadesetog vijeka javljaju se novi plesni koncepti kakvi su:

- slobodan ples Isidore Dankan i Loje Fuler,
- moderan ples čuvene Marte Grejem,
- ekspresionistički ples Rudolfa Labana i Meri Vigman,
- radikalni ples Hanje Holm i Ane Sokolov,
- postmodernistički koncertni ples.¹¹⁵

6.1. Ekspresionistički ples

Ekspresionistički ples je donio slobodno tjelesno kretanje oslobođeno stega, oslobađanje unutrašnjih doživljaja kroz pokret. Velika novina koju je donio ekspresionistički ples je nastup samih koreografa na sceni, izlažući tako plesnu filozofiju za koju se zalažu direktno, kroz ogoljeni izraz koji je simbol njihovog unutrašnjeg stanja. Značajni koreografi ekspresionističkog plesa su:

- Rudolf Laban i
- Meri Vigman.¹¹⁶

¹¹⁴ Šuvaković, M., Postajati mašinom; od teorije preko filozofije digitalne umetnosti, teatra i performansa ... i natrag, tkH, br. 7, Digitalni performans, Beograd, 2004.str.79

¹¹⁵ Šuvaković, M., Postajati mašinom; od teorije preko filozofije digitalne umetnosti, teatra i performansa ... i natrag, tkH, br. 7, Digitalni performans, Beograd, 2004.str.77

¹¹⁶ Šuvaković, M., Postajati mašinom; od teorije preko filozofije digitalne umetnosti, teatra i performansa ... i natrag, tkH, br. 7, Digitalni performans, Beograd, 2004.str.80

6.2.Dvorski baleti

U mitološkim temama i alegorijama u kojima se veličao dvor, a često su završavali zajedničkim figuralnim plesnim prizorom (fran. le grand ballet) svih izvođača, nakon kojeg koji bi uslijedio bal koji je objedinio sve sudionike – i gledatelje i izvođače. Muškarci su imali vodeće uloge, dok su se žene kao izvođačice pojavljivale tek u završnim plesnim prizorima (ibid.). Veliki uspjeh Kraljičinog komičnog baleta iz 1581. uspostavio je formu dramskog baleta s dijaloziranim i glumljenim dramskim elementima, obično zasnovanu na plesnim ulomcima koji tvore niz uzastopnih prizora prema načelima epizodične komedije, razvijajući istu temu, odnosno varirajući isti sukob.



Baletska umjetnost

Dvorski balet ujedno je sadržavao više plesa od još jednog umjetničkog oblika u nastajanju, opere, a formalno je bio fleksibilniji u odnosu na dramu. Početkom vladavine Luja XIII pojavio se balet sa scenama (fran. ballet a entrées) koji se nadovezivao na tzv. melodramatski balet, a formu je preuzeo od baleta-maskerade. Međutim, tek se vladavinom Luja XIV, koji u drugoj polovici 17. stoljeća osniva kraljevsku plesnu i glazbenu akademiju (Academie Royale

de Danse, odnosno Academie Royale de Musique et Danse), otvara put prema autonomiji baletne umjetnosti.¹¹⁷



Plesna scena – Luj XIV

Dvorski baleti Luja XIV dali su plesu značajnu ulogu u tumačenju radnje, a uspostava plesne institucije dovela je do napretka vještine plesa, standardizacije metode učenja i stilizacije pokreta. Ples je dugo bio neodvojiv od drugih kazališnih umjetničkih oblika³². Plesači ubrzo dolaze u ravnopravan položaj s ostalim izvođačima (glumcima i pjevačima) te se tako u 18. stoljeću, metaforički rečeno, zanjihalo klatno između poimanja plesa kao ukrasnog, apstraktnog pokreta i pokreta osmišljenog da prenese specifičan sadržaj, odnosno virtuoznog umijeća i glumačke ekspresije. Ples sve više istražuje svoje ekspresivne mogućnosti kroz narativne i dramske tendencije, a sve se više potiče virtuoznost ženskih članova plesnog ansambla (omogućena prvenstveno odbacivanjem teških kostima koji su ograničavali pokret). Istovremeno raste povezanost među odvojenim elementima koji sačinjavaju izvedbu: kako na produkcijskoj razini kroz izraženiju suradnju između koreografa, kostimografa i scenografa,

¹¹⁷ Brkljačić, M., *Gospoda Glembajevi: drama kao balet (Vizualni i neverbalni aspekti scenske izvedbe na primjeru baleta Gospoda Glembajevi Lea Mujića)*, diplomski rad, www.darhiv.ffzg.unizg.hr/id/eprint/10441/1/Brkljačić_Gospoda%20Glembajevi%20-%20drama%20kao%20balet%20%282018.%29-converted.pdf (Pristupljeno: 10.02.2019.)

tako i u percepciji plesača koji sve više upotrebljava cijelo tijelo da bi nešto izrazio (u odnosu na prijašnji naglasak na izraz lica i položaje ruku).¹¹⁸

6.3. Narativni balet i neverbalna komunikacija

Ballet d'action francuski je naziv za balet sa određenim narativnim sadržajem ili „pričom“, a počiva na ideji da je pokret (donosno poza i gesta) kadar poslužiti kao osnova u karakterizaciji likova. U upotrebi od 18. stoljeća, ballet d'action danas je ono što se naziva narativnim baletom (eng. story ballet), u kojem se mimikom i glumom (action) dočarava karakter likova i prenosi sadržaj predstave. Konceptija baleta koja također naginje drami i narativnosti je i tzv. koreo-drama (tal. coreodrama) koja stavlja naglasak na glumu i mimu, a koju je početkom 19. st. uveo talijanski koreograf Salvatore Vigano (1769.– 1821.). Koreo-drama omogućila je širok raspon tema, od mitoloških predložaka, pastoralna, klasičnih tragedija, do povijesnih predložaka i ljubavnih priča. Nadalje, romantizam je u baletu definirao ideal balerine kao graciozne plesačice na vrhovima prstiju (fran. en pointe). U tom se periodu balet u Europi održava ne samo kao popularan, već i prestižan žanr. Ženske plesačke zvijezde uživaju veliku slavu, dok muški plesači, ako već nisu zamijenjeni plesačicama, imaju znatno manje uloge. U duhu razvijanja nacionalne svijesti, u balet se uvode i stilizirani elementi folklornih plesova te se razvijaju nacionalne baletne kuće, a umjetnici i koreografi putuju Europom. Međutim, prema kraju stoljeća balet ponovno teži virtuoznosti i spektaklu, primičući se pukoj dekadentnoj atrakciji zapadne Europe, različitoj od umjetničkih djela s vrhunca popularnosti romantičarskog baleta poput *La Sylphide* (1836.), *Giselle* (1841.) i *Coppellie* (1870.).¹¹⁹

6.3.1. Narativnost baleta

Narativnost baleta na svojevrsan način obnovio je krajem 19. stoljeća ruski nacionalni balet, zadržavši visok stupanj virtuoznosti, za što je ponajviše zaslužan francuski koreograf i baletmajstor Marius Petipa (1818.–1920.). Karakteristika Petipaovih baleta bili su baletni

¹¹⁸ Brkljačić, M., *Gospoda Glembajevi: drama kao balet (Vizualni i neverbalni aspekti scenske izvedbe na primjeru baleta Gospoda Glembajevi Lea Mujića)*, diplomski rad, www.darhiv.ffzg.unizg.hr/id/eprint/10441/1/Brkljačić_Gospoda%20Glembajevi%20-%20drama%20kao%20balet%20%282018.%29-converted.pdf (Pristupljeno: 10.02.2019.)

¹¹⁹ Đorđević, J., *Postkultura: uvod u studije kulture*, Beograd, Clio, 2009. str.92

divertismani (eng. incidental ballet, franc. divertissement), odnosno plesni brojevi koji su omogućavali pojedinim (posebno ruskim) plesačima da se istaknu svojom virtuožnošću (s obzirom na to da su gostujući plesači uglavnom dobivali glavne uloge), dok je balet kao cjelina ipak zadržavao narativnu i dramsku dimenziju.



Baletni divertismani

Dok su europski romantičarski baleti naginjali tematizaciji nadnaravnih i mističnih sila (npr. vile, utvare, strojevi koji ožive, fatalne žene), devetnaestostoljetni ruski balet našao je uporište u bajkama i poznatim literarnim ili folklornim predlošcima (npr. Perraultova bajka o Uspavanoj ljepotici, Cervantesov Don Quijote, narodna predaja o Žar-ptici). Za popularni pojam klasičnog baleta svakako je zaslužan dvojac Petipa-Čajkovski³⁹, iz čije su suradnje proizašla tri velika klasična baleta: Trnoružica (1890.), Orašar (1892.) i Labuđe jezero (1895.), koji se do današnjeg dana nezaobilzno izvode u svim baletnim kućama. Početkom 20. stoljeća nove kazališne struje utječu i na balet, pa se tako pod utjecajem glumca i redatelja Konstantina Stanislavskog (1863.–1938.) i u ruskom baletu javlja tendencija naglašavanja specifične uloge svakog člana ansambla unutar predstave, dok je plesač i koreograf Mihail Fokin (1880.–1942.) uvelike utjecao na slobodniji stil, smatrajući da drugačije teme zaslužuju i drugačiji tip pokreta.¹²⁰

Fokinovo djelovanje preoblikovalo je „ideal“ baletne predstave koja je objedinila vrhunsku tehniku s dramskim elementima, raznolikošću stila i raskošne scenografije i kostima a njegovi baleti *Les Sylphides* (odnosno *Chopiniana*, 1902.), *Žar-ptica* (1910.) i *Petruška* (1911.) primjeri su zlatnog doba carskog ruskog baleta. Ruski plesač i koreograf gruzijskog podrijetla

¹²⁰ Havelock, E., *Filozofija plesa*. Zagreb: Naklada Gesta, Zagreb, 1992.str.43

Georg(e) Balanchin(e) (1904.–1983.) prenio je na polovici 20. stoljeća ruski utjecaj u Ameriku i oformio tamošnji balet, a njegov je rad značajan kako u kontekstu američkog nacionalnog baleta, tako i u kontekstu baletne klasike općenito. Nakon plesačkog i koreografskog djelovanja u Rusiji i Europi, Balanchine odlazi u Ameriku i tamo postaje ravnatelj novoosnovane škole kojoj je u cilju potaknuti razvoj koreografije u autentičnom američkom stilu. Unatoč tome što je njegov koreografski rad obuhvaćao široki spektar baletnih naslova, uključujući i djela klasičnog repertoara, Balanchine je značajan za pomak prema „novoj“ klasi (neoklasici) zbog svog pristupa prema odnosu pokreta i glazbe koji objedinjuje ideju „savršenstva i ljepote pokreta u kontrapunktu s glazbom“. Njegovi poznati i često izvođeni baleti, poput Concerto Barocco (1941.), Four Temperaments (1946.) ili Jewels (1967.), razvijaju određene koncepte na nenarativan način, oslanjajući se isključivo na karakteristične kostime i odnose između pokreta i glazbe.¹²¹

U klasičnom baletu tijelo se doživljava kao umjetnički aparat velike virtuoznosti i vještine. Nacionalne baletne škole temelje tehniku na vertikalnosti, pravilnoj postavi tijela, otvorenosti (kukova), pet osnovnih pozicija stopala i standardiziranim pozicijama ruku i nogu u prostoru, okretima, skokovima i veznim (prijelaznim) koracima. Kako su se napretkom plesačkog umjeća izvođača povećali i zahtjevi baletne plesne tehnike, tako i pojam umijeća današnjih baletnih umjetnika tehnički nadilazi nekadašnje virtuoze francuskog dvora ili devetnaestotsoljetne pionirke plesa na „špici“. Tradicijom ruske škole koja spaja virtuozne atletske sposobnosti s izrazitom snagom i muškog i ženskog tijela (što je posebno vidljivo na primjeru kompleksnih skokova kakve izvode muški plesači ili činjenice da balerine neograničeno izvode tehnički već ionako zahtjevne pokrete oslanjajući čitavu težinu tijela na vrhove prstiju) s preciznošću položaja i mekoćom pokreta te pojavom slobodnijih oblika plesa koji su oblikovali neo-klasični stil baletnog pokreta, baletni umjetnici u suvremenom smislu utjelovljuju fizičku slobodu, negraničenost pokreta koja proizlazi iz vrhunske kontrole tijela.¹²²

¹²¹ Havelock, E., Filozofija plesa. Zagreb: Naklada Gesta, Zagreb, 1992.str.44

¹²² Havelock, E., Filozofija plesa. Zagreb: Naklada Gesta, Zagreb, 1992.str.45

7. POZORIŠTE KAO NAČIN PRIJENOSA NEVERBALNE PORUKE

Pozorište je naslijeđeno i ono se ne može isključiti iz društvenih zbivanja, ako ćemo da antropološki vidimo čitavu komunikaciju čovjeka, društvene zajednice, ili grupe, sa onim što se zbiva u njima. Pozorište može donositi predstavu sa temom iz iskona, od Antike do danas. Pozorište ima dimenziju koja je vrlo važna i značajna, a to je dimenzija sadašnjosti. Da bi imalo tu dimenziju, ono mora biti univerzalno. Pozorište se mora ticati čovjeka, ljudske složenosti i ljudskih tajni, ili svega što je čovjek bio, ili što nije bio, ali i onoga što će biti.¹²³

Eksperti se slažu da upotreba dramskog metoda, dramskih tehnika i strategija kao metoda učenja djece nije isto što i učenje drame. Dramski metod nema za cilj učenje dramskih vještina već učenje pomoću drame, kroz dramu. Kreativna drama kombinuje kreativne ideje i sposobnosti sve djece koja participiraju. Ovaj kooperativni proces uključuje diskusiju, pregovaračke sposobnosti, dogovore, timski rad. Djeca će u kreativnoj drami učiti da rade zajedno, da međusobno saraduju, da saslušaju i prihvataju tuđe doprinose i gledišta. Drama je veoma važan alat za pripremu djece da budu timski orijentisani u budućnosti. U centru svake drame je komunikacija. Kao i u svakoj drugoj umjetnosti, drama nameće djeci međusobnu neprekidnu komunikaciju, što im pomaže da razumiju druge na novi način. Kreativna drama razvija i ohrabruje verbalno i neverbalno izražavanje ideja i osjećanja. Participiranje djeteta u ovim aktivnostima poboljšava projekciju glasa, artikulaciju riječi, tečni i uvjerljiv govor. Slušalačke i posmatračke sposobnosti razvijaju se planiranjem dramskih igara, vježbanjem i improvizacijom.¹²⁴

U pozorištu je prisutna pozorišna imaginacija, ono što umjetnost doživljava kao najsloženiji vid bivstvovanja. Pozorište bez te svoje komunikacije ne može. Pozorišta nema bez glumca i bez njegove komunikacije sa publikom. Pozorište određuju dva elementa: jedan koji je na sceni i drugi u gledalištu. Istraživači u pozorištu zaključuju da bi dobro bilo da se napravi jedinstvo ta dva elementa, tj. scene i gledališta. Oni koji su htjeli da približe gledalište i konačno dramu, ili izvedbu drame gledalištu, pričali su o tom zajedništvu između gledališta i scene. To je na neki način situacija u kojoj je gledalac najbliži preispitivanju sebe, ili svog stereotipnog mišljenja, klišeu koji se u pozorištu razvija. Ako gledalac ne izađe iz pozorišta

¹²³ Harvard, R., Istorija pozorišta, Clio, Beograd, 1998.

¹²⁴ Harvard, R., Istorija pozorišta, Clio, Beograd, 1998.

bar malo promijenjen, ili drugačiji, onda nije bilo istinitog uticaja pozorišta. Nije bilo tog snažnog jedra sa pozornice, koji je na neki način atakovao na pozorišnu konvenciju, koja vrši uticaj na samu stvarnost. Provjera u pozorištu je nešto što je takođe važno. Od glumca se traži da ne bude izvođač radova, nego da igra do kraja lik koji predstavlja, da bude ilustrator nečije situacije, i da ga pretvori neposredno u život. To je teško napraviti, ali ono čini jedno moderno pozorište, sa stanovišta onog što predstavlja, kao samu životnost na pozorišnoj sceni.¹²⁵

Pozorišna umjetnost i njena prožimanja sa drugim vidovima umjetnosti, danas posebno dolazi do izražaja, a era masovne komunikacije tu povezanost vodi ka još većoj sintezi. Otud i natpisi u ovoj elektronskom izdanju časopisa o baletskoj i muzičkoj umjetnosti, posebno o književnosti, kao polaznoj osnovi teatarskog izražaja. No, da bi se kulturna riznica afirmisala, ona nije dovoljna sama po sebi. Neophodna joj je medijska i to svestrana podrška. Afirmacija kulture u dnevnim, ili periodičnim elektronskim ili print medijima, nije samo njihova uloga i zadatak, već prevashodno specijalizovanih časopisa i publikacija.¹²⁶

7.1. Komunikaciono biće pozorišta

Pozorište je svakako jedna od najstarijih umjetnosti, čijem se porijeklu, kroz veze sa mitskim obredima, igrom, ceremonijama, svetkovinama, ritualima... još ulazi u trag. Ono, prema riječima njegovog sociologa, Žana Divinjoa, svoje korijene nalazi u društvenom životu i njega ispoljava, utkano je u potku kolektivnog iskustva, koje prevazilazi okvir književnog djela, i u kontaktu sa gledaocima postaje posebno biće i jedna živa, konkretna realnost. Već u jednom ovakvom sažetom opisu može se nazrijeti složenost pozorišnog čina po sebi, ali i složenost komunikacionog potencijala ove umjetnosti, budući da teatar u sebi sažima izražavanje, odnos, verbalno i neverbalno komuniciranje, i iznad svega interakciju, pošto je, za razliku od književnosti ili slikarstva, suštinski obilježeno direktnim kontaktom sa publikom u određenom vremenu i prostoru. Umjetnost je komunikabilna i predstavlja sredstvo razumijevanja društvenog svijeta, kaže Žan Kon, ali „umjetnički predmet ne predstavlja prevod sadržaja koji je predhodno postojao. Značenje nije prisutno, ono tek treba da se stvori pomoću drugog senzibiliteta, drugog psihičkog života, rada senzibilnog povezivanja...taj

¹²⁵ Havelock, E., *Filozofija plesa*. Zagreb: Naklada Gesta, Zagreb, 1992.str.44

¹²⁶ Harvard, R., *Istorija pozorišta*, Clio, Beograd, 1998.

znak upućuje na značenje koje se nalazi u kontekstu recepcije. Značenje umjetnosti izgrađeno je pomoću aktivnog učešća recipijenta.

*Pozorište, kaže Piter Bruk, počinje kada se sretnu dvije osobe Jedna stoji, druga je gleda – to je već početak. Za radnju je potreban susret sa trećom osobom. Tada nastupa život i mogućnost da se ode vrlo daleko.*¹²⁷

Zbog te daljine ili zbog nečeg drugog, a tako potrebnog, od svog nastajanja pa sve do danas, neophodna funkcija pozorišta bila je da prodrma našu svijest, da oslobodi publiku tabua i razgradi fosilizirane stavove. Odnos dramskog lika i gledaoca Aristotel je vrednovao kao „katarzu“ – vrstu pročišćenja koje prizor izaziva kod prisutnih, dok noviji teoretičari smatraju da je to zapravo neka vrsta „homeopatskog liječenja strasti“. Umjetnost prikazuje paradigmu koja prevazilazi stvarnost.¹²⁸

7.2. Pozorište kao suštinski dijalog i komunikacija

Pozorište je pobuna i protest, suštinski dijalog i komunikacija. Jedino pozorište još problematizuje, vrednuje, oblikuje svoj pogled na svijet.

*„Svijet je pozornica na kojoj svako igra svoju ulogu.“*¹²⁹

Šekspir

Svjedoci smo ranih podjela, koje pokušavaju razdvojiti ljude, a jedino pozorište spaja baš sve ljude. Kad se svijetlo u gledalištu ugasi nastaje potpuni mrak, tada smo svi isti, postajemo sjedinjeni usmjereni ka onom najljepšem što je u tom trenutku i najvažnije, ka matičnoj scenskoj istini.. Nigdje se ne može doživjeti katarza kao u pozorištu... Nigdje nema toliko istine kao u pozorištu, jer je pozorište jedina živa umjetnost... Ni gadžet uređaji ni bilo koje slične inovativne metode i dostignuća nikada neće uspjeti da zamijene pozorište, glumca uživo i čaroliju koja se dešava samo u tom trenutku na „daskama koje život znače“.

¹²⁷ Harvard, R., Istorija pozorišta, Clio, Beograd, 1998.

¹²⁸ Komunikaciono biće pozorišta, <https://pulse.rs/komunikaciono-bice-pozorista/> (Pristupljeno: 10.02.2019.)

¹²⁹ Harvard, R., Istorija pozorišta, Clio, Beograd, 1998.

8.MJUZIKL

Mjuzikl podrazumijeva muzičko-scensku vrstu zabavnog sadržaja s govorenim dijalozima, muzičkim i plesnim točkama. Radnja se tumači kroz glumu, pjevanje, pokret i ples (koreografiju). Mjuzikl ne podrazumijeva vođenje radnje od strane naratora, pripovjedača, jer to spada u kategoriju glazbenih priča koja nije obuhvaćena ovim Natječajem, osim kao kratki uvod u priču, odnosno radnju. Tematika mjuzikla je slobodna i primjerena uzrastu. Izvodi se na hrvatskom jeziku neovisno o tome na kojem jeziku je original. Mogu se izvoditi originalni autorski mjuzikli, obrade već postojećih, vaši autorski ili zajednički autorski mjuzikli koji su nastali u suradnji sa učenicima. Minimalno trajanje mjuzikla je 25, a maksimalno 40 minuta.

Zlatno doba Hollywooda obilježio je žanr koji je nastao kao logična posljedica zvučne revolucije - mjuzikl. Mjuzikl su nekada svi obožavali. Danas je on anakronizam, žanr u koji redatelji samo povremeno zalutaju. Ovaj će članak pokušati odgovoriti na pitanje zašto je mjuzikl u tridesetim, četrdesetim pa i pedesetim godinama 20. stoljeća zaposjeo filmski žanrovski prostor te koliko su se njegove odlike razlikovale od odlika kazališnog mjuzikla. Brojni su razlozi postojanja glazbe u filmu: teoretičari navode potrebu da se glazbom prekrije neugodna buka projektora, da se ožive filmske slike koje su u ijemim filmovima bez zvuka djelovale artificijelno i mrtvo, da se “plošnom” filmu doda treća dimenzija, pa čak i da se glazbom, kao nekim magijskim obrednim sredstvom, “istjeraju duhovi” nove tehnologije. Jedan razlog postojanja glazbe u filmu nije bio toliko očigledan, ali je, s obzirom na slijed povijesnih događaja, bio logičan: glazba je oduvijek bila vezana uz kazališne predstave. U tom je smislu 19. stoljeće bilo najplodonosnije. Tada su sjedne strane počeli cvasti različiti oblici zabavnoga kazališta (među kojima je naročito bila popularna francuska melodrama), a s druge je strane u to vrijeme vrlo popularno bilo pučko kazalište. U tom tipu kazališta glazbeni su umeci, kao i u melodrami, uvijek bili dobrodošli.¹³⁰

8.1.Elementi neverbalne komunikacije u mjuziklu

Jedan od najpoznatijih engleskih muzičar 20. stoljeća, Andrew Lloyd Webber prvu suitu napisao je s devet godina. Tijekom svoje bogate karijere skladao je trinaest mjuzikala, od kojih se neki desetljećima izvode na londonskome West Endu i njujorškome Broadwayju.

¹³⁰ Historijat baleta, <http://www.nps.ba/historijat-baleta/> (28.08.2019.)

Dobitnik je sedam nagrada Tony, tri Grammyja, uključujući Grammy Legend Award, Oscara, četrnaest nagrada Ivor Novello, sedam Oliviera, Zlatnog globusa, Brit Awardsa, Kennedy Center Honorsa te Classic Brit Awardsa za iznimne doprinose u glazbi. New York Times ga je 2001. proglasio komercijalno najuspješnijim skladateljem u povijesti.¹³¹

8.2. Balet i mjuzikl u Bosni i Hercegovini

U Sarajevu je ponikla i naša prva profesionalna balerina – Riki Levi. Kao talentirana i perspektivna učenica jedne baletne škole iz Zagreba, svoje sugrađane je prvi put obradovala lijepim nastupom 1920. godine, a potom 1923. kao uspješna učenica baletne škole u Beču. U Sarajevu je ponovo nastupila 1925. godine kao cijenjena solistica Baleta beogradskog Narodnog pozorišta. Svojim solističkim koncertom, avgusta 1926. godine, publici se predstavila sa nekoliko numera iz popularne baletne literature. Sa navikavanjem naše publike na balet kao novu i nepoznatu umjetnost, sazrijevala je i želja i potreba Narodnog pozorišta za formiranja svoga baletnog ansambla. U tom nastojanju, zabilježeni su i neki neuspjeli pokušaji. Ipak, pri Društvu prijatelja umjetnosti Cvijeta Zuzorić, decembra 1934. godine, osnovana je Ritmičko-baletna škola. Školu su do jeseni 1936. vodile učiteljice ritmike i plesa Antoaneta Raguž i Marga Hempl, a zatim ruska balerina Maša Arsenjeva-Igneva i Margarita Hempl, do proljeća 1941. godine, kada je rad Škole prekinut. Iz Škole su izašli i budući članovi Sarajevskog baleta: Nevenka Đoković-Petrović, Sofija Cvijanović, Zinaida Samokovlić, Inge Tudaković-Jakić, Danica Đoković-Petrović, Vuk Krnjević i dr. Pomenuta gostovanja stranih ansambala i solista, zatim prvi domaći pokušaji i koncerti nastavnica i polaznica Škole Cvijeta Zuzorić, stvorili su klimu u kojoj je, paralelno sa osnivanjem Sarajevske opere 1946. godine, za potrebe izvođenja prvih opernih predstava, formiran i mali baletni ansambl Narodnog pozorišta. Za avanturu osvajanja u to vrijeme ne mnogo poznate umjetnosti igre, pored pomenutih polaznika Baletne škole Cvijeta Zuzorić, iz gradskih folklornih društava u prvi ansambl se uključilo nekoliko radoznalih i oduševljenih djevojaka i mladića (Desa Tišma, Otilija Likar, Hajrudin Hadžić, Sreten Ninković i dr.). Njihov prvi javni nastup bio je 9. novembra 1946. u operi Prodana nevjesta. U dvije naredne sezone, oni su igrali baletne numere u operama Rigoletto, Evgenije Onjegin, Karmen, Ero s onoga svijeta i Carska nevjesta. Njihov koreograf je bio Eduard Venier, plesač iz Zagreba, koji je sa

¹³¹ ¹³¹ Historijjat baleta, <http://www.nps.ba/historijjat-baleta/> (28.08.2019.)

Ubavkom Milanković činio jedini solistički par mladog ansambla. Ovo dvoje umjetnika su bili i prvi pedagozi Odsjeka za balet Srednje muzičke škole. Odsjek je krenuo sa radom septembra 1946., a potom prerastao u Srednju stručnu baletnu školu. Međutim, zbog bojazni od stvaranja viška igrača, Škola je već početkom 1952. ukinuta. Njenu funkciju-školovanje kadrova za potrebe baleta-nastavlja Baletni studio pri Narodnom pozorištu, osnovan 1953. U sezoni 1948/49. Balet je imao pomenutog koreografa, dvije solistice – Ubavku Milanović i Ivanu Andrijašević i trinaest članova baletnog hora. Pod dirigentskom palicom maestra Ivana Štajcera, ovaj ansambl će u decembru 1948. održati zanimljivo Baletno veče. Bio je to bogat program klasičnih i karakternih igara i svojevrsni ispit igračkih mogućnosti svih članova, među kojima se već izdvajaju Dragica Elez, Otilija Likar, Neda Pavela, Nevenka Đoković-Petrović, Desa Tišma, Tilda Antunović, Ibro Paralović, Nikola Đokić i dr. Svoju uigranost i polet oni će provjeriti ponovo maja 1949. godine čočekim plesovima u operi Koštana. U septembru iste godine, Balet dobija bitna pojačanja. U Sarajevo dolazi Jitka Ivelja, solista, pedagog i koreograf i postaje prvi šef Baleta. Helena Uhlik-Horvat je solistica i kostimograf, a Franjo Horvat, solista, pedagog i koreograf. Zajedno sa novim pojačanjem (Muris Muftić, Srećko Ćurić, Fehim Babić), mladi ansambl će se već u novembru predstaviti u operi Knez Igor, baletnom numerom Polovjecki logor... Od tada se vrše iscrpne pripreme kako bi se realizirala prva samostalna premijera koja je za mladi ansambl, koji sada broji trideset članova, novi i najveći stimulans. U Sarajevskoj operi je tada djelovao hrvatski kompozitor i dirigent Boris Papandopulo. On je u saradnji sa čuvenom ruskom balerinom, tada pedagogom i koreografom iz Beograda- Ninom Kirsanovom, koja je istovremeno bila i libretista i koreograf Žetve, realizirao prvi balet na sceni Narodnog pozorišta. To, da je upravo domaće djelo označilo pravi početak postojanja Sarajevskog baleta, karakteristično je i veoma značajno za dalji razvoj mladog umjetničkog kolektiva. Gradeći muziku na motivima i elementima tradicionalnog narodnog melosa, Boris Papandopulo je dao koloritno, ritmički i dinamički zaokruženo djelo... Koristeći mogućnosti troje iskusnih solista (Jitka Ivelja, Helena Uhlik-Horvat i Franjo Horvat) i neiskusnog ansambla, oslanjajući se na motive narodnih igara koreograf Nina Krsanova je napravila zanimljivu i gledanu predstavu. I tako, praižvedbom Žetve, 25. maja 1950., počinje uzbudljiva historija Sarajevskog baleta... Ansambl ubuduće doživljava svoju evoluciju, osvaja repertoar, postaje ravnopravno baletno tijelo u širim okvirima... po svom programu i repertoaru dobija i karakteristične osobenosti. Dugo godina potom ostaće cijenjen i prepoznatljiv u pojmu Sarajevski balet.¹³²

¹³² Historijat baleta, <http://www.nps.ba/historijat-baleta/> (28.08.2019.)

9. ZAKLJUČAK

Scenski pokret kao element neverbalnog komuniciranja ima neupitnu važnosti i često veći značaj od verbalnog izražavanja, jer zbog svoje višeznačnosti uspješnije komunicira emociju. Izraz lica, boja glasa te zauzeti stav, uzrok je stvaranja slike o govorniku bez obzira na ono što govori. Promatranjem neverbalne komunikacije poput položaja tijela, pozicije udova te praćenjem pogleda govornika, moguće je stvoriti jasniju sliku o kontekstu same poruke. Svjesnom upotrebom neverbalne komunikacije moguće je uspješnije predstaviti sebe drugima, izazvati željene reakcije i održati pažnju.

Općenito govoreći, komunikacija je proces slanja i primanja informacije koja omogućava ljudima razmjenu znanja, stavova i vještina. Iako često komunikaciju poistovjećujemo s govorom, ona ima dvije dimenzije, verbalnu i neverbalnu. Verbalna komunikacija je ona koja se ostvaruje govorom i iako ona jest primaran način prenošenja informacija to ne znači da treba zanemariti neverbalni dio komunikacije. Neverbalna komunikacija igra veliku ulogu u interpersonalnoj komunikaciji jer prati ono što pojedinac govori i služi kako bi se naglasile određene misli ili se ponovile, nadalje ona nekada može u potpunosti i zamijeniti verbalni dio komunikacije. Neverbalna komunikacija često se percipira kao komunikacija bez riječi. Uključuje vidljive znakove kao što su geste povezane s govorom, držanje tijela, učinke dodira, ekspresiju emocija na licu, kontakt očima te ostale vokalne znakove. Možemo reći kako sve komunicira, materijalne stvari koje su oko nas u odnosu na našu poziciju, fizički prostor koji razdvaja sugovornike te ne manje značajno vrijeme i trajanje komunikacije. Iako verbalno može biti utišano, neverbalno ne možemo utišati jer i tišina govori za sebe. Tijekom čovjekove interakcije događaju se mnoge aktivnosti, kinetičke, vokalne, proksemične i haptične. Rezultanta svih navedenih aktivnosti čini ukupnu komunikaciju sa svim namjernim i prikrivenim elementima. Uže područje analize neverbalne komunikacije u ovome radu orijentira se na specifične elemente neverbalne komunikacije podijeljene u grupe: odijevanje, geste, dodir, učinak lica, učinak kontakta očima te učinak vokalnih znakova koji prate

izgovorene riječi. Ljudi svakodnevno prolaze kroz više različitih interpersonalnih kontakata i uspostavljaju komunikaciju s različitim osobama. U tim situacijama ne uspostavlja se samo verbalna komunikacija, kojom se prenosi poruka, već i ona neverbalna ali podjednako važna komunikacija. U današnje vrijeme masovnih medija i rasta utjecaja društvenih mreža na percepciju i donošenje svakodnevnih odluka ljudi ali i poduzeća postavlja se pitanje može li poznavanje znakova i tumačenje prikrivenih poruka neverbalne komunikacije pomoći u procesu optimalnog donošenja odluka. Gotovo unaprijed, empirijski, sa visokom sigurnošću možemo zaključiti kako poznavanje znakova neverbalne komunikacije i pravilno tumačenje konteksta može značajno doprinijeti cjelovitom razumijevanju ukupne informacije koja se prenosi sugovorniku

Scenski pokret nadopunjuje usmeno izražavanje komuniciranjem bez izgovorenih riječi. Najčešće prenosi emocije, stavove, trenutno raspoloženje, osjećaje, mišljenja sugovornika koji sudjeluju u komunikacijskom događaju. Scenski pokret obuhvata sve oblike komuniciranja te se tokom historije razvija uporedo s ostalim oblicima i održala se sve do današnjih dana. Neverbalna komunikacija služi za izražavanje emocija, naglašavanje verbalne poruke, izražavanje stava prema osobi s kojom se komunicira, kao zamjena za verbalnu poruku, za ponavljanje verbalne poruke, da bi se regulisala verbalna komunikacija i kao suprotstavljanje verbalnoj komunikaciji.¹³³

Scenski pokret lakše komunicira emociju u odnosu na verbalnu komunikaciju. Poruku je moguće prenijeti bez upotrebe verbalne komunikacije. Neverbalna komunikacija u scenskom pokretu može poslužiti da prenese dublje značenje i ukaže na specifičnosti poruke koje nisu iskazane verbalno. Usmeni i pisani opisi, knjige, novinski članci, internet i sadržaji koji su u vezi s neverbalnim komuniciranjem, te komentari osoba koje se bave ovom vrstom komunikacije koja je navedena u predmetu istraživanja. Uprkos nedostacima kao što su dvosmislenost, činjenica da se svi neverbalni znakovi jednako ne tumače u svim kulturama te ovisnost o rodu osobe koja ih koristi, kao i o vremenu i prostoru, nemoguće ju je isključiti iz svakodnevnog života. Terapija plesom nova je disciplina (postoji tek 50-ak godina), a nastala je kao posljedica istraživanja koja su potvrdila da tijelo i um međusobno utječu na zdravlje i

¹³³ Đorđević, J., Postkultura: uvod u studije kulture, Beograd, Clio, 2009.str.56

bolest. To je psihoterapeutsko korištenje pokreta kao procesa u kome se unapređuje emocionalna, spoznajna, socijalna i fizička integracija. Pokret je osnova terapije, a terapeut ga koristi za promatranje, procjenu, istraživanje i liječenje. Savremena terapija plesom objedinjuje ples, pokret, psihološke teorije i terapeutsku praksu. Ples je primarni odgovor na ritam i muziku i pacijent postaje svjestan svojih osjećaja, emocionalni problemi i konflikti konkretiziraju se, gradi se samopoštovanje i svijest o vlastitom problemu.¹³⁴

¹³⁴ Havelock, E., Filozofija plesa. Zagreb: Naklada Gesta, Zagreb, 1992.str.85

LITERATURA

1. Bagarić, P., "Razum i osjetila: fenomenološke tendencije antropologije osjetila", Časopis Narodna Umjetnost broj: 48/2: 83-94, Zagreb, 2011.
2. Biti, O., Rasprava: Kamo s tijelom?, Etnološka tribina 34/41: 7-45, 1997.
3. Brkljačić, M., Gospoda Glembajevi: drama kao balet (Vizualni i neverbalni aspekti scenske izvedbe na primjeru baleta Gospoda Glembajevi Lea Mujića), diplomski rad, www.darhiv.ffzg.unizg.hr/id/eprint/10441/1/Brkljačić_Gospoda%20Glembajevi%20-%20drama%20kao%20balet%20%282018.%29-converted.pdf (Pristupljeno: 10.02.2019.)
4. Erdeš, N., Doprinos pokreta i plesa socijalnim i motoričkim vještinama djece s teškoćama u razvoju <https://repozitorij.ffos.hr/islandora/object/ffos:2427/preview> (Pristupljeno: 10.02.2019.)
5. Đorđević, J., Postkultura: uvod u studije kulture, Beograd, Clio, 2009.
6. Harvard, R., Istorija pozorišta, Clio, Beograd, 1998.
7. Havelock, E., Filozofija plesa. Zagreb: Naklada Gesta, Zagreb, 1992.
8. Historijat baleta, <http://www.nps.ba/historijat-baleta/> (28.08.2019.)
9. Inkluzivne scene www.ssc.uniri.hr/files/ured_za_studente_s_invaliditetom/booklet-inkluzivne-scene-2017.pdf (Pristupljeno: 10.02.2019.)
10. Jovičević, A., Od nadmarionete do Neuromansera: upotreba i razvoj tehnologije u teatru tkH, br. 7, Digitalni performans, Beograd, jul 2004.
11. Knapp, M.L. i Hall, J. A. Neverbalna komunikacija u ljudskoj interakciji, Jastrebarsko, Naklada Slap, Zagreb, 2010.
12. Komunikaciono biće pozorišta, <https://pulse.rs/komunikaciono-bice-pozorista/> (Pristupljeno: 10.02.2019.)
13. Laban, R., Život za ples, Naklada Gesta, Zagreb, 1993.
14. Maletić, A., Knjiga o plesu, Kulturno-prosvjetni sabor Hrvatske, Zagreb, 1986.
15. Maletić, A., Povijest plesa starih civilizacija, Matica hrvatska, Zagreb, 2002.
16. Meekums, B., Dance Movement Therapy, Sage, London, 2002.
17. Miletić, N. Fenomenologija neverbalne komunikacije u funkciji kulturne produkcije, Liburna, Beograd, 2013.
18. Motte-Haber, H., Psihologija glazbe. Jastrebarsko, Naklada Slap, Zagreb.

19. Pavlović, D., Afektivni procesi i ples, završni rad, <https://zir.nsk.hr/islandora/object/ffos:3165/preview> (Pristupljeno: 10.02.2019.)
20. Petaroš, A., Ples u medicinskoj tradiciji, pregledni rad, Časopis Medicinskog fakulteta Sveučilišta u Rijeci, Rijeka, 2006.
21. Ples kao komunikacija www.matica.hr/vijenac/235/ples-kao-komunikacija-12894 (Pristupljeno: 10.02.2019.)
22. Reeve, J., Razumijevanje motivacije i emocija, Naklada Slap, Zagreb, 2010.
23. Roth, G., Ispleši svoje molitve - pokret kao duhovna praksa: pet ritmova duše, Planetopija, Zagreb, 2009.
24. Šuvaković, M., Postajati mašinom; od teorije preko filozofije digitalne umetnosti, teatra i performansa ... i natrag, tkH, br. 7, Digitalni performans, Beograd, 2004.
25. Šuvaković, M., Diskursi i ples: uvod u filozofiju i teoriju plesa, tkH, br. 4, Novi ples / nove teorije, Beograd, 2004.
26. Wetherbe, J.C. i Wetherbe, B. Vještine komuniciranja, Dakle, u čemu je stvar? Orbis, Ljubljana, 2005.