

Prof. dr hab. Anna Twardowska

54-108 Wrocław  
ul. Brodnicka 43

### Recenzja

pracy doktorskiej: „METODA – moja aktorska podróż.  
Wykorzystanie metody Lee Strasberga w pracy nad rolami Christine w spektaklu „Honeymoon”  
i Alicji w spektaklu „Twarzą przy ścianie”.

Mgr Aleksandra Mikołajczyk ukończyła w 2005 roku Wydział Aktorski Państwowej Wyższej Szkoły Filmowej Telewizyjnej i Teatralnej im. Leona Schillera w Łodzi.

Aktorka należała do grupy 11 studentów, którym dyrektor artystyczny Teatru Nowego w Łodzi Jerzy Zelnik, podczas XXIII Festiwalu Szkół Teatralnych zaproponował zatrudnienie na jeden sezon na „Scenie Młodych”. Pierwszą premierą nowego zespołu była „Choroba młodości”, Ferdinanda Brucknera w reżyserii Ireneusza Janiszewskiego. Spektakl młodych aktorów miał znakomite recenzje. Dziennikarze podkreślali umiejętności zasługujące na nazwanie poszczególnych ról kreacjami, które złożyły się na „Majstersztyk reżysersko – aktorski!”

W Teatrze Nowym w Łodzi w latach 2005 i 2006 p. Mikołajczyk zagrała kilka ról takich jak między innymi Mary Smith w „Mayday” Raya Cooneya reż. Ryszard Nyczek czy Pani Lela w spektaklu „Kac” Michała Walczaka, które dla młodej aktorki były szansą zmierzenia się zarówno z rodzajem sztuki dramatycznej jak i pracą z zawodowym zespołem aktorskim.

Praca w Teatrze Polskim w Bydgoszczy przyniosła rolę Marii Grekow w „Płatonowie” Antoniego Czechowa w reżyserii Adama Orzechowskiego, a w roku 2007 rolę Alicji w „Z twarzą przy ścianie” Anny Bednarskiej w reżyserii Moniki Strzępki. Rolę Alicji pani Mikołajczyk zgłosiła jako jedną z dwu prac artystycznych ocenianych w przewodzie doktorskim.

Oprócz ról teatralnych p. Mikołajczyk do 2009 roku zagrała w bardzo wielu realizacjach filmowych i telewizyjnych. Zdobywała doświadczenia w takich produkcjach jak „Twarzą w twarz”, Patryka Węgi, „Mrok” Jacka Borcucha, czy „Na krawędzi” Macieja Dutkiewicza.

Od ukończenia studiów aktorskich, mimo pracy w teatrach Nowym w Łodzi i Teatrze Polskim w Bydgoszczy, mimo zagranych ról w filmie i telewizji aktorka nie była usatysfakcjonowana swoją pracą. Podjęła decyzję aby na nowo popracować nad swoim warształem aktorskim. W 2009r. artystce udało się zrealizować jej największe marzenie – wyjazd do Nowego Jorku aby tam ukończyć intensywny kurs dla profesjonalistów w Lee Strasberg Theatre and Film Institute.

W rozprawie doktorskiej noszącej tytuł „METODA – moja aktorska podróż Wykorzystanie metody Lee Strasberga w pracy nad rolami Christine w spektaklu „Honeymoon” i Alicji w spektaklu „Z twarzą przy ścianie”, pani magister przybliżyła zarówno metody pracy stosowane przez Lee Strasberga, jak i ćwiczenia jakie stosują podczas warsztatów jego współpracownicy Stella Adler i Stanford Meisner. Wszyscy oni byli popularyzatorami nowego stylu aktorstwa, ale metoda pracy wywodziła się od Stanisławskiego.

Pani Mikołajczyk w swojej dysertacji opisuje poszczególne techniki, które aktor może stosować przygotowując się do pracy nad rolą. W „Podręczniku ćwiczeń aktorskich” Lola Cohen opisując



METODĘ Lee Strasberga zwraca uwagę, że „aktor zanim przeistoczy się w postać sceniczną powinien zrozumieć własną psychikę oraz poznać własne zmysły i sprawdzić, jak one reagują”. Pozwoli to doświadczać życie i świat przy pomocy pięciu zmysłów: wzroku, słuchu, węchu, smaku i dotyku. Przeżywając doznania zmysłowe aktor może ożywić kreowane postaci. Wspomnienia z własnego życia pobudzają kreatywność co pozwala przywoływać nieograniczoną ilość zachowań, gestów, które można wykorzystać do budowania postaci sceniczej.

Pani Mikołajczyk przywołuje z pamięci wiele ćwiczeń, które pomagały aktorce uruchomić emocje potrzebne w scenie – uruchomić a nie grać.

Podobnie ważna wskazówka dotyczy nastroju; wcześniej zrobiona analiza sceny, wycucie sytuacji, także włączenie zmysłów pomoże uniknąć błędów wynikających z braku ćwiczeń lub źle dobranych ćwiczeń. Ważne jest ażeby wybrane ćwiczenia nadawały intensywność uczuciom potrzebnym na scenie. Dlatego tak istotne jest aby po merytorycznej analizie realizowanej sceny wyjść od zmysłów budzących emocje, a nie na przykład od miejsca akcji.

Praca merytoryczna nad rolą, analiza postaci według METODY nie różni się od powszechnie przyjętego sposobu pracy aktora. Podstawowe pytania stawiane na początku to „Kto? Co? Gdzie? Kiedy? Dlaczego?(powód), Z kim? Po co?(cel) im więcej pytań, tym więcej możemy się dowiedzieć kim jest postać którą mamy zagrać .

Oprócz głębokiej analizy granej postaci i postawieniu podstawowych pytań aktor powinien równolegle pracować nad sobą i rolą z ćwiczeniami z METODY. Głównym zadaniem jest wywołanie prawdziwych, naturalnych reakcji na fikcyjne okoliczności spektaklu w którym gra. Ćwiczenia rozluźniające stanowią wstęp do wszystkich ćwiczeń na początku każdego zajęcia, są pomocne przy rozwijaniu zmysłów, uczą koncentracji i gotowości do działania. Przykłady ćwiczeń które przytacza aktorka, zwłaszcza dotyczących pamięci zmysłowej powinny być wykonywane codziennie i tak jak mówi p. Mikołajczyk są przydatne nie tylko w pracy nad rolą, ale w sytuacjach pozasceniczych, zawsze kiedy czujemy się spięci lub tracimy koncentrację.

Pośród całej gamy ćwiczeń, które aktorowi mogą być pomocne w budowaniu postaci sceniczej METODA proponuje ćwiczenia z lustrem / makijażem / goleniem, ćwiczenie z ostrym smakiem, ostrym zapachem, z przedmiotem osobistym, a także ćwiczenie wspomnienia emocjonalnego opracowane przez Lee Strasberga dotyczące tematu wyrażania emocji i przywoływania ich na żądanie. Celem tego ćwiczenia jest „umożliwienie konsekwentnego uchwycenia i ponownego przeżycia konkretnego i wyjątkowego wydarzenia z przeszłości oraz uzyskanie pełnej kontroli nad wygenerowanymi uczuciami tak, aby można je było przywołać na żądanie”. Aktorka uznaje to ćwiczenie za kwintesencję pracy z METODĄ. Sprawdziła to wiele razy w pracy nad rolami m. in. rolą Alicji w spektaklu „Z twarzą przy ścianie”. Ćwiczenia z METODY były pomocne zwłaszcza gdy szukała właściwych emocji w sobie, w najtrudniejszych emocjonalnie sytuacjach. Ćwiczenia, które są pomocne w pracy nad rolą: wyobrażenie siebie jako marionetki lub jako lekką i niestabilną papierową lalkę na wietrze (lekkość i niestabilność pozwalają zagrać osobę nietrzeźwą lub odrealnioną od życia). „Ćwiczenie potrzeby” pomaga nauczenia się niewerbalnych form ekspresji, pozwalają dodać coś od siebie, co jest poza tekstem, co przywołuje odpowiednie uczucia zanim wypowiemy tekst. „Najpierw czegoś chcesz, to jest twoja artystyczna wola - „chcenie”, a następnie to robisz. To jest twoje artystyczne wypowiedzianie się” - działanie. Są także ćwiczenia polegające na łączeniu ćwiczeń z METODY i wykonywaniu więcej niż jednego ćwiczenia naraz. W ten sposób aktor może poprawić koncentrację i uzyskać prawdę emocjonalną.

Ważną dla ćwiczącego informacją jest świadomość, żeby przed pracą na scenie lub przed kamerą przygotować się i rozluźnić swoje ciało. Cytowany Strasberg namawiał ćwiczących do „gorącego serca i chłodnej głowy aby uzyskać kontrolę nad ciałem i umysłem oraz uwolnić je od wszechobecnych problemów związanych z napięciami, złymi nawykami i rozproszoną uwagą. W Rozprawie Doktorskiej pani magister zawarła także serię ćwiczeń, które są pomocne przed wejściem na scenę - uspokojenie oddechu, ćwiczenie na koncentrację. Przytoczone przez aktorkę przykłady pomogły jej w realizacji roli Christine w „Honeymoon”.

Ćwiczenia mają różne stopnie trudności, żeby je wykonać potrzebna jest wyobraźnia i pamięć która pomoże przypomnieć historie na przykład z naszego dzieciństwa. Wreszcie ćwiczenie na szukanie



„Ja” w postaci, które ma pomóc w rozwoju postaci scenicznej. Mówmy o swojej postaci, że to nie jesteśmy „Ja” ale „Ona/On. Mówmy o postaci jak o sobie. Stwórzmy jej przeszłość. To tylko kilka z ważnych kwestii na które aktor musi sobie odpowiedzieć.

Pod koniec Rozprawy pani magister zamieściła kilka wskazówek, które mogą się przydać aktorowi przygotowującemu się do budowania postaci scenicznej.

Skup się na detalach - tj. na swoich potrzebach w scenie, na zmysłach i emocjach, a NIE na graniu. Nie osądzaj i nie krytykuj siebie – być wolnym znaczy ufać sobie!

Prywatna definicja pani Mikołajczyk na temat pracy nad rolą według Strasberga jest taka, że w METODZIE chodzi o to by nie „grać”, ale „być” i „czuć”.

Duża ilość ćwiczeń, jakie zawarte są w METODZIE sposób ich wykonywania, a także spodziewane efekty, jakie aktor może uzyskać bardzo wzbogacają warsztat.

Metodę dydaktyczną Lee Strasberga może stosować aktor profesjonalny jak i pedagog, może korzystać z niej prowadzony przez zawodowego nauczyciela amator. Znający metodę artysta może wybierać odpowiednie ćwiczenia prowadząc z dziećmi zajęcia teatralne.

W kolejnej części Autoreferatu p. Mikołajczyk opisuje swoją pracę nad rolą Christine w spektaklu „Honeymoon” autorstwa Gabriela Barylliego w reżyserii Jacka Papisa. Ulotka zapowiadająca spektakl anonsowała: „Zabawna i lekka opowieść o kokietkach, żonach, matkach i kochankach, czyli o nas samych...” Do budowania postaci Christine, jednej z trzech bohaterek przedstawienia, aktorka wykorzystała METODĘ Lee Strasberga.

Autor sztuki opisuje Christine jako świeżo upieczoną rozwódkę, która spełnia się zawodowo i marzy o wielkiej miłości. Założeniem aktorki (tak będą nazywała p. Mikołajczyk) było zbudowanie postaci ciekawej, niejednorodnej, osoby o różnych, nawet skrajnych emocjach. Uznała, że w tym trudnym zadaniu może jej pomóc rzetelna analiza emocji zarówno jej – aktorki jak i Christine. Aktorka postanowiła zrobić analizę każdej ze scen ażeby lepiej zrozumieć postać i siebie w okolicznościach danej sceny. Posłużyły jej do tego pytania, na które odpowiedzi stały się szkicem do pracy z reżyserem i aktorkami z zespołu. Pierwszą fazą było postawienie pytań: Kim jestem?, Jaka jest twoja relacja z innymi w scenie lub sztuce? Co tu robisz? Kiedy to ma miejsce? Dlaczego ta sytuacja się wydarza?

Odpowiedzi na te i inne pytania pomogły w zrozumieniu postaci i zbliżeniu się do wyobrażenia o niej autora sztuki lub reżysera.

W pierwszej fazie budowania postaci Christina była silną, niezależną kobietą, umiejętnie skrywającą prawdę o poczuciu samotności, braku partnera, wycofana emocjonalnie. Dopiero scena zbliżającej się wigilii i wspomnienie domu rodzinnego powoduje ujawnienie dramatu samotnej kobiety. Do zagrania tej sceny aktorka użyła ćwiczenie z przedmiotem osobistym kolejno dodając ćwiczenia, na wyobraźnię i emocje które pomogły w drugiej części zbudować postać kobiety noszącej skrywaną tajemnicę. Kilka ćwiczeń między innymi na wyobraźnię, na rozbudzanie emocji i na zgłębianie postaci pozwoliły aktorce przejść przez najtrudniejsze sceny „trzymając postać”.

Alicja w spektaklu „Z twarzą przy ścianie” autorstwa Anny Bednarskiej była drugą postacią, którą aktorka tworzyła wykorzystując ćwiczenia z metody Lee Strasberga. Konstrukcja sztuki wymagała umiejętnej gry w krótkich intensywnych scenach. W przygotowaniu roli Alicji – „marzycielki w rozciągniętym swetrze z aparatem na zębach”, jednej z czterech postaci rysowanych grubą kreską, pomocą była METODA, która umożliwiała szybkie „wejścia w postać” i zbudowania roli tak aby potem „trzymając postać” móc w kolejnych scenach w łatwy sposób dobierać potrzebny rodzaj emocji. Aktorka umiejętnie używała wyobraźni zmysłowej i dzięki wypracowanym wcześniej ćwiczeniom umiała szybko uzyskać pożądaną poziom intensywności emocjonalnej. Bohaterów spektaklu, dwie dziewczyny i dwóch mężczyzn, którzy są skazani na siebie, „uwięzieni” na niewielkiej przestrzeni, łączy zarówno nienawiść, jak i miłość, którzy jednocześnie krzywdzą się i oszukują. Inscenizacja przypomina sceny z filmu, w których nie ma emocjonalnych przejść. W pierwszej części Alicja jest bezwolną postacią zagubioną, podległą Gabi. Aktorka uznała, że ważne jest wypełnienie emocjonalne postaci i dodanie jej autentycznych emocji.



„Ćwiczenia potrzeby” pomogły jej określić sposób zachowania – wykazywaną bierność i podporządkowywanie się innym.

Rozchwianie emocjonalne Alicji, ujawnia lęk przed przeciwstawieniem się przyjaciółce, ale także sprzeciw przeciwko wkroczeniu w jej życie Modesta, przeciw podejmowaniu przez niego decyzji o jej życiu. Aktorka decyduje zastosować „ćwiczenie zwierzęce”, pokazując w tej części podległość Alicji. Staje się małym, słodkim kociakiem, to zwierzę najlepiej oddaje osobowość Alicji.

Natomiast zmiana postaci następuje kiedy Alicja decyduje się na urodzenie dziecka, na utrzymanie ciąży. Część, w której Alicja buntuje się, walczy o utrzymanie ciąży należy do najtrudniejszych scen. Aktorka zdecydowała się odrzucić granie i uruchomić prawdziwe emocje. Scena niezwykle trudna w której Alicja doprowadzona do ostateczności poddaje się aborcji jest tą która należy do najbardziej wyczerpujących. Po niej aktorka zastosowała ćwiczenie z METODY „chwila prywatności dla postaci”. Kolejna scena, w której rozbita psychicznie i fizycznie Alicja doznaje „natychmiastowej przemiany” - od bierności do nadaktywnego działania, od niezaradnej, zdzieciniałej, do przejmującej inicjatywę. Te bardzo trudne zadania aktorskie możliwe były do zrealizowania wykorzystując metodę Lee Strasberga.

W ostatniej części Autoreferatu, p. Aleksandra Mikołajczyk zamieszcza podsumowanie swoich przemyśleń dotyczących posługiwania się ćwiczeniami METODY Lee Strasberga. Artystka ma świadomość, że każda metoda pracy nad rolą, od Konstantego Stanisławskiego, przez Jerzego Grotowskiego, Michaiła Czechowa czy Petera Bruka ma swoje plusy. Można je stosować w zależności od stopnia trudności zarówno ze studentami uczelni teatralnej jak i z amatorami. Ważne jest żeby za pomocą wybranej metody aktor umiał stworzyć swoją postać sceniczną czy filmową, żeby umiał korzystać z metod pracy zgodnie z własną osobowością.

Pani magister zamieszcza w dokumentacji informacje o swojej pracy, swojej pasji pedagogicznej. Artystka od 2011 roku przekazuje młodzieży i dzieciom podstawowe ćwiczenia z metody, które mogą być pomocne w umiejętności budowania dialogu, pracy nad emocjami, najmłodszych słuchaczy wprowadza w świat bajek dzięki którym stają się bardziej otwarte, kreatywne i ciekawe świata. Dokumentacja zawiera podziękowania i gratulacje za warsztaty prowadzone w przedszkolach, za zorganizowaną akcję charytatywną „BajkOlandia” ,w której dzieci grają spektakle na rzecz dzieci potrzebujących pomocy. Wsparcie dla akcji prowadzonej przez panią Mikołajczyk zgłaszają Fundacja Jolanty Kwaśniewskiej „Porozumienie bez barier”, fundacja „Sztuka Leczy”. Wsparcie dla inicjatywy okazał też Emilian Kamiński, dyrektor Teatru Kamienica.

Po zapoznaniu się z pracą doktorską pani magister Aleksandry Mikołajczyk p. t. ”METODA – moja aktorska podróż. Wykorzystanie metody Lee Strasberga w pracy nad rolami Christine w spektaklu Honeymoon” i Alicji w spektaklu „Z twarzą przy ścianie”, oraz Jej dorobkiem artystycznym stwierdzam, że osiągnięcia twórcze i przedstawiona praca doktorska spełniają warunki art.186 Ustawy z dnia 20 lipca 2018r. Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce /Dz.U. Poz.1668 z dnia 30 sierpnia 2018r./ uważam za zasadne nadanie Pani mgr Aleksandrze Mikołajczyk stopnia doktora w dziedzinie sztuki filmowe i teatralne.

Prof. dr hab. Anna Twardowska



Wrocław, wrzesień. 2022r.