didaskalia
gazeta teatralna

Z numeru: **Didaskalia 191**
Data wydania: luty 2026
DOI: 10.34762/4mg2-zf94
Źródło:
https://didaskalia.pl/pl/artykul/miedzy-kreacja-prywatnoscia-intymnosc-w-rozumieniu-i-doswiadczeniu-aktorow

/ SCENY INTYMNE

Między kreacją a prywatnością – intymność w rozumieniu i doświadczeniu aktorów

Julia Bednarz

Between creation and privacy – intimacy as understood and experienced by actors

The article examines the issue of intimacy in the work of actors, situating it within both a psychological framework and the practice of stage performance. The point of departure is the ongoing transformation of Polish theatre, including the growing awareness of the need to protect actors' boundaries and the emergence of the role of the intimacy coordinator. The aim of the study was to explore how actors define and experience intimacy, as well as the significance it holds in their private and professional lives. The study employed a qualitative research design based on partially structured interviews. The analysis was grounded in a phenomenological–hermeneutic approach, which made it possible to capture individual ways of making sense of experiences of intimacy. The theoretical section discusses selected conceptualizations of intimacy, including intimacy as a developmental trait of the individual, as a relational characteristic, and as an intimate interaction, relating these perspectives to the specific nature of the acting profession. The findings indicate that scenic and private forms of intimacy remain in a tense relationship. Central issues include bodily, emotional, and relational boundaries, as well as strategies for their protection, such as rituals of "stepping out of character" and the conscious separation of professional work from private life. Relationships with scene partners, audience responses, and the impact of performing intimate scenes on off-stage romantic relationships play a significant role in the experience of intimacy. The article highlights the importance of communication, trust, and ethical standards of practice, while also pointing to the need for further research.

Keywords: intimacy; intimate scenes; acting; boundaries; body

W ostatnich latach w Polsce coraz częściej podejmuje się temat intymności w sztukach performatywnych. Wprowadzane są warsztaty dotyczące pracy nad scenami intymnymi, m.in. w Akademii Teatralnej w Warszawie czy w Szkole Filmowej w Łodzi. Coraz szerzej mówi się także o roli koordynatora scen intymnych, czyli osoby odpowiedzialnej za bezpieczeństwo aktorów i aktorek podczas pracy z nagością czy bliskością fizyczną. Świadczy to o rosnącej świadomości, że obszar intymności wymaga nie tylko wrażliwości artystycznej, lecz także narzędzi ochrony i etycznych standardów.

Celem poniżej zaprezentowanych badań była próba poznania indywidualnego sposobu rozumienia i doświadczania intymności przez osoby aktorskie oraz jej roli i znaczenia w życiu prywatnym i zawodowym. W badaniu zdecydowałam się na wykorzystanie metody jakościowej ze względu na niezwykle osobisty i skomplikowany charakter tematu badania. Na potrzeby badania wywiadu udzieliło trzynaście osób aktorskich pracujących w teatrze dramatycznym[1], w tym siedem kobiet i sześciu mężczyzn. Wszystkie osoby badane uczęszczały do szkół aktorskich, jedna z nich była studentem. Jedenaście ma wykształcenie wyższe, jedna wykształcenie zawodowe, a jedna średnie. Wszystkie osoby badane są aktywne zawodowo. Poza uczęszczaniem do szkoły aktorskiej dziewięć osób badanych brało udział w różnego rodzaju kursach aktorskich. Wszyscy uczestnicy badania są orientacji heteroseksualnej i są aktywni seksualnie. Dla zachowania poufności danych osobom badanym zostały przydzielone wybrane przeze mnie pseudonimy.

Wywiady pozwoliły na swobodne wyrażanie uczuć i myśli osób badanych, podzielenie się przez nie swoim doświadczeniem i wytłumaczenie

poszczególnych zagadnień. Do analizy wykorzystałam podejście fenomenologiczno-hermeneutyczne, dzięki któremu badacz może analizować, w jaki sposób badani nadają sens swoim doświadczeniom. Założenia tego podejścia dają nie tylko możliwość poznania perspektywy drugiej osoby, ale także umożliwiają zrozumienie znaczenia roli intymności w specyficznym kontekście zawodu aktora (Pietkiewicz, Smith, 2012). Starałam się w jak najbardziej wiarygodny sposób oddać refleksje i przeżycia związane z intymnością – jej rozumieniem i doświadczeniami z życia prywatnego i zawodowego. Brałam pod uwagę to, że intymność nie jest zjawiskiem odosobnionym, tylko ukształtowanym również poprzez oddziaływania innych – zarówno rodziców w początkowych fazach rozwoju, jak i rodzeństwa, rówieśników, partnerów w bliskich relacjach, przyjaciół. Każda z osób badanych ma niepowtarzalną historię życia, a w związku z tym również własnego doświadczania i rozumienia intymności.

Zaproszenie do wywiadu obejmowało informację o zbieraniu materiałów do pracy magisterskiej, która będzie dotyczyła intymności; nie podawałam więcej szczegółów na temat planowanej rozmowy. Wykorzystałam wywiad częściowo ustrukturyzowany własnego autorstwa. Pytania w nim zawarte miały charakter otwarty. Większość poruszanych wątków zaczynała się od pytań ogólnych, kolejno przechodząc do szczegółowych. Pytania dotyczyły trzech obszarów: warsztatu aktorskiego, cielesności i intymności. Przed wywiadem zapewniłam, że badania są w pełni poufne: zebrane informacje będą przechowywane z dbałością o bezpieczeństwo informacji, a dane osobowe nie zostaną wykorzystane w pracy. Zadbałam o to, aby każda z osób wiedziała, że może zrezygnować z udziału w badaniu w dowolnym momencie lub odmówić udzielenia odpowiedzi na którekolwiek pytanie bez podawania przyczyny.

Definicje intymności

Intymność to pojęcie, które trudno uchwycić w jednej, uniwersalnej definicji. Różni badacze opisują ją z odmiennych perspektyw. W psychologii i seksuologii akcentuje się takie wymiary, jak bliskość emocjonalna, wzajemne zaufanie, otwartość, dzielenie się sobą, ale także fizyczność czy wymiar seksualny. Każde z tych ujęć pokazuje nieco inny aspekt intymności, a razem budują jej obraz jako zjawiska złożonego i wielowarstwowego. Chciałam sprawdzić, jaką „definicję" intymności zaproponują aktorzy: które aspekty będą dla nich bliskie, do czego się odwołają, a co pozostanie na marginesie. Interesowało mnie także, jak ich rozumienie intymności zmienia się w kontekście pracy scenicznej, w relacji z partnerem na scenie i w obecności publiczności. To właśnie w teatrze intymność zdaje się wymykać klasycznym psychologicznym ramom – staje się jednocześnie powtarzalna i ulotna, współdzielona i wystawiona na ocenę, autentyczna i ujęta w ramy roli. Napięcie to sprawia, że warto przyjrzeć się definicjom intymności w całym ich bogactwie i zróżnicowaniu, by następnie skonfrontować je z doświadczeniem aktorów.

Intymność jako cecha

Jedną z definicji intymności istotnych dla tej pracy jest rozumienie jej jako cechy jednostki ukształtowanej w procesie rozwoju. Według tego podejścia kluczowe są doświadczenia emocjonalne z wczesnego dzieciństwa, kiedy rozwijają się potrzeby kontaktu emocjonalnego, więzi i wspólnoty. Jednostka szuka wtedy bliskości konkretnego opiekuna, który staje się obiektem przywiązania, zwłaszcza w sytuacjach trudnych i stresujących (Bowlby, 2007). Ta relacja i związane z nią emocje stają się wzorcem dla relacji w późniejszym życiu. We wczesnym dzieciństwie dziecko nie tylko poszukuje

bliskości, ale także rozwija swoje ja, poszukuje indywidualności i rozwija samoświadomość. We wczesnym dzieciństwie powinno dojść do wykształcenia ufności bazującej na kontaktach z opiekunem i jego adekwatnym reagowaniu na potrzeby dziecka oraz autonomii ukształtowanej poprzez eksplorację i oddzielenie się od opiekuna (Olesiński, 2013). Takie rozumienie pojawia się w teorii rozwoju psychospołecznego Erika H. Eriksona (1997). Wchodząc w dorosłość, jednostka powinna rozstrzygnąć konflikt między intymnością a izolacją. Jeśli zostanie on pozytywnie rozwiązany, człowiek zdobędzie umiejętność nawiązywania relacji z innymi, a relacje te będą budowane w bliskości, bez obawy o utratę własnej tożsamości. Jeśli pozostanie nierozwiązany, będzie borykał się z trudnościami w nawiązywaniu intymnych interakcji. Zdolność do rozwijania intymności sprzyja kreatywności, produktywności i integracji ego (Erikson, 2004). Ważne jest, aby przy nawiązywaniu intymnych relacji dbać o równowagę pomiędzy nadmierną bliskością, która poskutkuje brakiem autonomii jednostki, a zbyt dużym dystansem, który może doprowadzić do lęku przed intymnością (Łopuszańska, 2016). W teorii relacji z obiektem rozwój zdolności do bycia samemu paradoksalnie zapewnia jednostce zdolność do intymności. Bez zdolności do bycia samemu dążenie do intymnych relacji w wieku dorosłym może przybrać desperacką formę, a utrzymanie tych relacji może być skażone przytłaczającym lękiem przed porzuceniem przez ukochaną osobę (Prager, 1995).

W kontekście aktorstwa rozumienie intymności jako cechy jednostki pozwala dostrzec, że zdolność do wchodzenia w bliski kontakt sceniczny nie jest wyłącznie efektem warsztatu czy techniki, lecz pozostaje powiązana z wcześniejszymi doświadczeniami relacyjnymi aktora. Może ona wpływać na sposób przeżywania sytuacji intymnych na scenie, zakres dostępnej ekspresji emocjonalnej oraz indywidualne granice w pracy z ciałem i bliskością. Tym

samym różnice w doświadczaniu intymności mogą przekładać się na odmienne strategie radzenia sobie z wymaganiami ról opartych na bliskim kontakcie. Dla jednych aktorów sytuacje intymne mogą stanowić przestrzeń swobodnej ekspresji i twórczego zaangażowania, dla innych – obszar napięcia i konieczności ciągłej kontroli granic.

Intymność w relacjach

Intymność jest jedną z głównych cech bliskich związków i obejmuje wiele obszarów życia. Jest konstruktem wielowymiarowym i niejednoznacznym, może się różnić między relacjami i w ich obrębie. Intymność może mieć różny stopień intensywności, a jej charakter zależy zarówno od charakteru relacji, jak i etapu znajomości.

Jak zauważa Bogdan Wojciszke (2010), intymność obejmuje m.in. wzajemne zrozumienie, poczucie emocjonalnej bliskości, gotowość do udzielania i przyjmowania wsparcia oraz dzielenie się istotnymi doświadczeniami i przeżyciami. Sternberg (1986) wykazał, że struktura intymności obowiązuje we wszystkich bliskich związkach, zatem nie tylko w związku z partnerem, ale też w miłości do matki, rodzeństwa czy do przyjaciela. Dynamika intymności rośnie powoli i jeszcze wolniej opada, co wynika przede wszystkim z umiejętności komunikowania się, wzajemnego zrozumienia, udzielania sobie wsparcia i pomocy. Te umiejętności będą wykształcać się poprzez wzajemne poznawanie się partnerów.

Mark Schaefer i David Olson (1981) dzielą intymność relacji na doświadczenia intymności oraz intymność jako proces. Pierwsze może dotyczyć różnych osób, które jednostka spotyka, także w sytuacjach, w których mają kontakt na chwilę, czy w czasie jednorazowych wydarzeń,

charakteryzujących się poczuciem bliskości. Proces zaś dotyczy wybranych osób, z którymi jednostka decyduje się budować relację. Budowa ta dotyczy wielu intymnych doświadczeń i związana jest z oczekiwaniem, że relacje będą trwały w czasie. Proces ten nigdy nie będzie w pełni osiągnięty i wymaga zaangażowania i pracy obu stron. Podobnie jak w poprzedniej teorii, intymność łączy się z poczuciem bliskości, a także z zaangażowaniem, obustronną akceptacją i wspólnymi doświadczeniami w różnych obszarach życia (Łopuszańska, 2016).

David Morgan (2009) wyróżnia trzy wymiary intymności. Pierwszym jest intymność cielesna, która może być seksualna. Drugim jest intymność emocjonalna, która wyraża się poprzez dzielenie się uczuciami, lękami i zainteresowaniami. Ostatnia obejmuje intymność jako formę wiedzy, która tworzy granicę między sferą prywatną i publiczną w życiu jednostki.

Interpersonalny model intymności Harry'ego Reisa i Philipa Shavera (1988) wyjaśnia proces powstawania intymności. Dzieje się to poprzez wyrażanie, odbieranie i interpretację komunikatów werbalnych i niewerbalnych partnera. W tym modelu do najważniejszych komponentów należy ujawnianie siebie i responsywność partnera. Ujawnianie siebie rozumiane jest jako werbalne komunikowanie istotnych dla osoby faktów, emocji i myśli. Pojawiające się przy tym ekspresje niewerbalne mogą wchodzić w interakcje z ujawnianiem siebie, by wzmocnić rozwój intymności. Drugi kluczowy komponent intymności to responsywność, rozumiana jako pozytywne odnoszenie się do życzeń, potrzeb, komunikatów osoby, z którą jednostka pozostaje w interakcji. Odpowiedź jest responsywna wtedy, kiedy wyraża zrozumienie, szacunek, troskę, akceptację i uważność osoby odpowiadającej, powinna być natychmiastowa, szczera i nawiązywać do komunikatu (Łopuszańska, 2016).

W pracy aktorskiej intymność rozumiana jako relacja i proces ujawnia się przede wszystkim w konkretnych sytuacjach prób i spektakli: w sposobie negocjowania bliskości, reagowania na partnera oraz dostosowywania się do zmieniających się warunków scenicznych. To, co dzieje się pomiędzy aktorami, staje się równie istotne jak ich indywidualne predyspozycje, a jakość intymności scenicznej zależy na przykład od wzajemnej responsywności. Ujęcie to przesuwa uwagę z wewnętrznych cech jednostki na praktykę współobecności i współdziałania na scenie.

Intymne interakcje

Prager (1995) opisuje podział na intymne interakcje i intymne związki. Związki składają się z intymnych interakcji, które pojawiają się regularnie i w przewidywalnych odstępach, między znanymi sobie osobami. W kontekście relacji wpływają na nie przeszłe i przyszłe interakcje. Interakcje odnoszą się do zachowania diadycznego, które istnieje w jasno określonej przestrzeni i czasie. Gdy ten konkretny zestaw zachowań diadycznych ustanie, interakcja dobiega końca. Relacje istnieją jednak w znacznie szerszym zakresie, mają bardziej abstrakcyjne ramy czasoprzestrzenne. Ich początki i zakończenia są trudniejsze do oznaczenia, są one kontynuowane przy braku obserwowalnych zachowań pomiędzy partnerami.

Według Prager interakcje składają się z intymnych zachowań i intymnych doświadczeń. Pierwsze z nich to obserwowalne zachowanie, które przejawiają ludzie w trakcie angażowania się w intymne interakcje, zachowania zarówno werbalne, jak i niewerbalne, przykładem których może być aktywne słuchanie czy samoujawnienie. Z kolei doświadczenia obejmują uczucia, których ludzie doznają w trakcie i z powodu tych interakcji, takie jak przyjemność, poczucie ciepła. Interakcja wtedy jest intymna, kiedy obie

strony dzielą się wzajemnie tym, co osobiste i reagują na to, co zostało powiedziane lub pokazane. Same doświadczenia intymne mogą być zdefiniowane jako zawierające komponenty afektywne (zaangażowanie, zainteresowanie, interakcje, ciepło) i poznawcze (doświadczenie poznawania i rozumienia oraz bycia poznawanym i rozumianym). Walidacja wydaje się pojęciem łączącym te dwie składowe – ma w sobie doświadczenie zrozumienia i ciepło. Intymna interakcja pozostawia partnerów z pozytywnymi odczuciami odnośnie do siebie nawzajem i siebie samych. Prager (1995) opisuje, że należy się dzielić zranionymi uczuciami, strachem czy złością, ponieważ intymne doświadczenie polega na ujawnieniu prawdziwych uczuć i słabości partnerów w związku.

Problem pojawia się wtedy, kiedy jeden z partnerów doświadcza danej interakcji jako intymnej, a drugi nie. Rodzi się wtedy pytanie, czy w ogóle można mówić o intymnej interakcji, skoro czuje ją tylko jedna strona. Jedną z odpowiedzi jest wniosek, że jeśli tak się dzieje, to partnerzy są w dwóch kompletnie różnych psychologicznie relacjach (Prager, 1995).

Intymność jest czasami rozpatrywana w kontekście seksualności, rozumiana jako więź seksualna. Zakłada się, że intymność służy zarówno jako wyzwalacz pożądania seksualnego, jak i nagroda wynikająca z doświadczenia podniecenia seksualnego, a w szczególności orgazmu (Basson, 2000). Gurit Birnbaum i współpracownicy odkryli, że pożądanie seksualne wzrastało, gdy partner wykazywał wyższą reaktywność emocjonalną, która jest uważana za element intymności pary (Birnbaum i in., 2016). Efekt ten okazał się silniejszy u kobiet niż u mężczyzn. Doświadczanie intymności emocjonalnej odgrywa główną rolę w utrzymywaniu pożądania seksualnego i partnerskiej aktywności seksualnej w długich związkach. Z wypowiedzi części badanych wynika, że podczas pracy nad scenami intymnymi aktorzy mogą doświadczać

podniecenia, które jest naturalną reakcją na bliskość i zaangażowanie w rolę. Świadome zarządzanie tym podnieceniem staje się częścią budowania autentycznej intymności na scenie, pozwalając jednocześnie zachować granice bezpieczeństwa i komfortu zawodowego.

Inną definicją intymności, która wydaje się ważna w kontekście badania, jest intymność doświadczalna przytoczona przez Muniruzzamana (2017). Jest to sytuacja, w której spotyka się dwoje ludzi, aby aktywnie zaangażować się nawzajem we wspólne działania. W trakcie mogą niewiele do siebie mówić, nie dzielić się uczuciami czy myślami. Łączy ich wspólne zaangażowanie w działanie i wykonywanie konkretnej czynności. Sami nie określiliby tego jako interakcji intymnej. Może tak być w przypadku aktorów, którzy w trakcie pracy angażują się wspólnie w odegranie konkretnej sceny.

Analiza – wybrane kategorie

Ze względu na format artykułu prezentuję tutaj jedynie wybrane zagadnienia wynikające z przeprowadzonych badań. Ograniczenia objętościowe nie pozwalają na omówienie wszystkich kategorii w pełnym zakresie, jednak późniejsze wnioski odnoszą się do całości materiału zebranego w trakcie wywiadów. W badaniu wyodrębnione zostały trzy główne obszary tematyczne: warsztat aktora, ciało oraz intymność. W obrębie kategorii „ciało” pojawiły się następujące podkategorie: atrakcyjność, ciało jako narzędzie, ciało publiczne, ciało postaci oraz sceny rozbierane.
W ramach kategorii „intymność” wyróżniono: definicje intymności, intymność sceniczną (obejmującą m.in. kształtowanie intymności, intymność postaci, korzystanie z własnych doświadczeń, proces kreacji, relacje z partnerem scenicznym, wpływ widowni, różnice między teatrem a filmem oraz rolę reżysera), a także intymność prywatną, w której istotnym wątkiem

jest relacja z partnerem życiowym.
Ostatnią wyodrębnioną kategorią były granice.

Granice

Większość badanych, zestawiając dwie intymności, dochodzi do wniosku, że intymność prywatna jest intymnością własną, indywidualną, tylko dla siebie, albo też powstaje w relacji z kimś. Natomiast ta na scenie jest „rzeczą otwartą", pokazuje się ją na żywo widowni albo publiczności przed ekranem. Jest zaproszeniem widowni, włączeniem ją w pewną sytuację, która zwykle dzieje się pomiędzy ludźmi prywatnie.

Niektóre osoby twierdzą, że „schowanie" pokazanych na scenie emocji jest dużo trudniejsze niż ich wydobycie. Należy próbować otrząsnąć się z nich, wyjść z pracy i wrócić do swojej prywatności bez tego obciążenia. Dla niektórych ważnym momentem jest ściągnięcie kostiumu postaci – widzą w tym metaforyczny gest powrotu do siebie, do swoich ubrań, swojego sposobu poruszania się, swojej prywatności. Rudolf uważa, że trzeba opanować umiejętność „wytarcia butów" i pozostawienia uczuć ze sceny na scenie. Trzeba nauczyć się wyraźnie je rozdzielać, bo inaczej będą na siebie nawzajem wpływały. Wiele osób badanych podkreślało wagę umiejętnego zdystansowania się od roli po pracy. Dla Róży oddzielenie się od postaci nadchodzi w momencie zmiany stroju, kiedy wraca do swoich prywatnych ubrań. Imperia opisuje potrzebę stworzenia świadomego rytuału przejścia pomiędzy intensywnym doświadczeniem scenicznym a powrotem do codziennych relacji.

> Mam tak, że kiedy czekają na mnie po spektaklu przyjaciele, znajomi albo rodzina, albo ktoś bliski, to staram się zostać chwilę

> dłużej w garderobie, żeby oczyścić się z tego, co było na scenie, znaczy zbudować sobie to przejście. Taki pomost pomiędzy tym, co było przed chwilą, w taki świadomy sposób jakby wyjść na zewnątrz, a nie wyskoczyć. […] Potem nagle nie wiadomo, w którym momencie wieczoru robi ci się słabo, przykro. Tak naprawdę nie wysyciłaś jeszcze emocji, które jeszcze przed chwilą grzały cię na scenie (Imperia, 41 lat).

Na pytanie, czego nie zrobiliby na scenie, a co się wiąże z intymnością, wszyscy badani odpowiedzieli, że jeżeli będzie to podbudowane scenariuszem i przeprowadzone w bezpieczny sposób, to z większością scen nie mieliby problemu. Ich zdaniem zależy to również od partnera scenicznego i reżysera. Franciszek opowiedział, jak dowiedział się od znajomych aktorów, że w trakcie jednej ze scen seksu naprawdę uprawiali seks i stwierdził, że jest to dla niego granica nieprzekraczalna. Tak samo odpowiedziała Konstancja. Nikt z badanych nie podjąłby się pracy nad sceną intymną, gdyby nie rozumiał potrzeby tej sceny, gdyby nie miała ona sensu.

Część osób zachowuje pewne przymioty intymności tylko w swojej prywatności. W przypadku Franciszka jest to czułość czy troskliwość, którą darzy się bliskie osoby. Podobnie określa to Róża, mówi o czułości, której nie pokazuje na scenie, i o tym, że prywatnie „ściąga skorupy” i staje się bardziej bezbronna. Co więcej, zauważa, że język i zwroty, których używa prywatnie i na scenie, są różne. Hieronim zawsze stara się wykreować nową postać, nie przenosić na scenę nic z prywatnego życia; nie chce angażować w grę swoich emocji i wykorzystywać zachowań, które są przeznaczone dla jego bliskich.

> No, mojego życia prywatnego bym nie zabrał na scenę. […] nigdy w życiu nie będę się zachowywał tak, jak zachowuję się w stosunku do mojej żony. Tak samo jak będę miał dzieci sceniczne – nie będę ich tak traktował, jak traktuję moje dzieci w domu. Jestem w pracy. I tu coś próbuję za każdym razem jednak wymyślić, coś wykreować (Hieronim, 49 lat).

Dla Laury granicą, której nie przekroczy w scenach intymnych, jest dotykanie w miejscach intymnych. Uważa, że w teatrze nie jest to potrzebne i można to zastąpić innymi środkami. Przekroczenie tej granicy byłoby dla niej niekomfortowe. Laura podkreśla, że musi czuć, że intencje partnerów są „czyste", a ich zachowanie jest zawodowe i profesjonalne. Nie chciałaby także uczestniczyć w promowaniu postaw, z którymi się nie zgadza, brać udziału w projektach o wydźwięku ideologicznym, który jest jej obcy. Nie przenosi na scenę gestów czy specyficznego sposobu dotknięcia, który jest zarezerwowany dla kogoś jej bliskiego.

> W związku z tym, że mam jakiś taki sposób dotknięcia czy pocałowania, które jest dla mnie ze sfery prywatnej, który jak jestem w improwizacji, muszę sama siebie czasami zatrzymać, żeby tego nie zrobić, bo miałabym takie poczucie: o nie, to jest tylko dla kogoś, a w związku z tym, że korzystam z tego, co mam, z tego, co mi przychodzi naturalnie, to żeby samą siebie zatrzymać, żeby nie oddać czegoś cennego. Dla tego widza, jemu wszystko jedno, jak ja to zrobię, ale dla bliskiej osoby mogłoby być to przykre, że: o kurczę, i komuś robisz coś takiego samego. Chyba że, czasami może też ktoś chcieć swojemu bliskiemu puścić oczko. Zobacz, że to trochę jak dla ciebie, ale tak, są takie rzeczy, których ja bym nie

chciała przenosić (Laura, 29 lat).

Oddzielenie sfery prywatnej od zawodowej odnosi się także do mediów społecznościowych. Osoby badane podkreślają, że nie lubią dzielić się swoją prywatnością, wolą ją zachować dla siebie. W mediach społecznościowych udostępniają treści związane z zawodem, informacje o spektaklach, filmach, premierach i nowych rolach czy nawiązania do dalszych perypetii odgrywanej postaci. Unikają dzieleniem się na przykład zdjęciami z partnerami, z rodziną.

> Stacja telewizyjna, z którą współpracuję, popychała mnie do tego, żebym była bardziej aktywna na Instagramie, żebym bardziej budowała relacje z widzami, bo to też wpływa na oglądalność. I ja staram się na tym Instagramie […] go prowadzić, ale zawsze się staram, żeby to było zawodowe, czyli zawsze wszystko à propos spektakli, à propos koncertów (Róża, 28 lat).

Widownia

Osoby badane uważają, że pokazywanie scen intymnych widowni nie różni się od pokazywania im innych scen. Często nie mogą nawet zauważyć reakcji widowni:

> Najczęściej, stojąc na scenie, nie widzi pani tych ludzi. Reflektory są tak umiejscowione, że stojąc na scenie, nie widzi pani kompletnie nic przed sobą. Po prostu czarną otchłań, słyszy pani oddech, jeden wspólny oddech po tamtej stronie. Taki jeden potwór, który tam

> siedzi. Ważne, żeby zapomnieć o tej obecności i być najprawdziwszym, jak się da. I wtedy sceny intymne, jak każde inne, są prawdziwe i przekonujące. Jeśli podczas takiej sceny pomyśli pani: boli mnie ząb, to widownia natychmiast to odczyta. Trzeba być do końca zaangażowanym; wyobrazić sobie, że jesteśmy w małej, zamkniętej przestrzeni, tylko my, zapomnieć o tym, kto na nas patrzy, wtedy będzie to prawdziwe, inaczej będzie pokazywaniem (Rudolf, 50 lat).

Na grę ma także wpływ płynąca od widowni energia. Niektórzy uważają, że widownia może doceniać odwagę aktorów przy graniu scen intymnych.

> No, to już jest fajnie, bo wtedy czujesz tę energię zwrotną pozytywną. Masz tak, że cię niesie. Przestajesz się zajmować sprawami, które niczego nie zmieniają. […] Bo ci ludzie po prostu patrzą i myślę, że empatyzują w jakiś sposób, przynajmniej takie mam wrażenie albo tak sobie to tłumaczę, że empatyzują w jakiś sposób z tym, co my robimy i doceniają odwagę (Franciszek, 27 lat).

Są reakcje, które dekoncentrują aktorów, takie jak telefon, szepty, rozwijanie papierków. Niektórzy lubią wyraźne reakcje widowni, bo wtedy widzą, że to, co robią, wpływa na ludzi i oni coś w związku z tym czują, nawet jeśli to skutkuje opuszczeniem sali. Niektórzy przy „mocniejszych” scenach intymnych boją się, że zdegustują widza albo naruszą jego wrażliwość. Jeśli coś jest „ordynarne” albo „wulgarne”, to wtedy zazwyczaj to czuć po reakcjach widowni. Franciszek opisywał scenę, w której musiał się całować z partnerką podczas trzyminutowej piosenki; całość przyrównał do maratonu, na którym pojawiają się różne momenty zwątpienia. Obawiał się, że

publiczność pomyśli, że są „jacyś pojebani”, że jak tak wytrzymują. Podsumował swoją wypowiedź tym, że zależy, co się gra, czasem to będzie wstyd, czasem duma, że pokazało się innym coś pięknego i osobistego, czasem strach itp. Na grę ma także wpływ obecność osób bliskich na widowni – mogą one być postrzegane jako najtrudniejsza widownia, bo znają daną osobę i mogą w jego grze rozpoznać każdy fałsz. Niektórzy wspominali, że na spektaklu widać, czy pojawia się osoba partnerska:

> Mamy przypadki, że kiedy żony albo mężowie przychodzą na spektakle, to oni nie grają tak samo […]. Różnie to jest, wściekamy się czasami na to, że przyszła żona kolegi i on już nie gra tego, co powinien grać, bo się boi. I to jest jakiś rodzaj, oczywiście, hipokryzji, a z drugiej strony gdzieś każdy z nas w zależności od wrażliwości tej drugiej osoby chroni tę sferę intymną. Więc z jednej strony my się na to wściekamy, bo dla nas najważniejsza jest wtedy scena, a z drugiej strony nie wiemy, co potem kolega ma w domu i jak to jest. To są bardzo trudne tematy (Imperia, 41 lat).

Zdarza się, że aktorzy specjalnie nawiązują kontakt z kimś z widowni, żeby w pewien sposób podkreślić i dodać siły scenie intymnej, którą pokazują. Czasem chcą stworzyć większą intymność z widownią.

> Moja postać rodzi i jest to potwornie bolesny, zły poród, wszyscy na koniec umierają […]. No i faktycznie mam tam tak, że jestem tyłem do widza. To jest taki moment, gdzie staram się naprawdę wydobyć z siebie ten ból. Czuję, że coś mnie rozrywa od środka i miałam tak, że czasami właśnie leżąc do góry nogami, parę razy mi się udało złapać konkretną osobę i starałam się jej, jakby do niej przekazać to

> – mój ból i to, że czuję, że ktoś mnie rozrywa od środka. […] ja nie mam dzieci, ale wydaje mi się, że poród to jest bardzo intymna sytuacja. No wydaje mi się, że parę razy mi się to udało, żeby przenieść przez rampę wszystko to, co się we mnie dzieje i to, że rozrywa mi się łono (Róża, 28 lat).

Przy intymnych scenach aktorzy skupiają się na swoim partnerze i tworzą intymność, do której zapraszają widza. Nie tworzy się sceny w oparciu o to, że jest ona „dla kogoś'', lecz w oparciu o interakcję i tworzoną relację między partnerami.

> I ja wyobrażam sobie, że to jest tylko scena między mną a partnerem tu i teraz, i że tworzy się bardzo, […] intymny nasz świat, a widz tylko w tym uczestniczy, że ja nie robię tego wobec widza, że ja tego nie pokazuję komuś, tylko to się musi zdarzyć między nami. Tylko wtedy, z mojej perspektywy, widz jest w stanie w to uwierzyć (Eleonora, 44 lata).

Konstancja uważa, że intymność pomiędzy partnerami scenicznymi jest w pewien sposób zafałszowana, a prawdziwa intymność rodzi się między aktorem a widzem.

> […] intymność w takiej relacji scenicznej rodzi się bardziej między widzem a aktorem, […] aktor odsłania jakąś taką swoją delikatną część i widz w związku z tym ma większy dostęp do niego, a między aktorami, wydaje mi się, że to jest jakaś sztuka, żeby to po prostu dobrze zagrać i pokazać widzowi. Najciekawsze, co się dzieje, chyba, co się dzieje między aktorem i widzem (Konstancja, 37 lat).

Partner życiowy

Niemal wszyscy badani uważają, że granie przez nich scen intymnych wpływa na ich partnera życiowego. Zdarza się, że czuje on zazdrość i niechęć do osób, z którymi odgrywane są sceny intymne. Czasami osoby partnerskie omijają takie spektakle, czasami przychodzą ocenić i sprawdzić, jak gra ich bliski i czy powstaje między nim i drugą osobą na scenie „chemia". Część osób podkreśla, że kluczem jest komunikacja i otwartość i że warto mówić partnerowi o każdej takiej scenie i o tym, jak ona przebiega.

> […] jeśli jesteś w związku, to zazdrość na pewno jest problemem, bo, już z moją byłą dziewczyną, ona też jest aktorką i też grała takie sceny. […] ja nie miałem z tym problemu, ale ona miała, więc jak ona grała, to było spoko, ale jak ja grałem, to nie było spoko i każdy kolejny projekt, spektakl, film, cokolwiek, zaczynał się od pytania: „Całujesz się z kimś?", „Masz sceny seksu z kimś?", „Masz jakieś czułe sceny z kimś?". No i musiałem na to odpowiadać i robiłem to szczerze. To jest nasza praca po prostu, no to chyba się z tego tłumaczyć nie musisz. No robiłem to i szczerze mówiłem: no tak, mam. Nie, nie da się. Tak jest to napisane, tak ma być, tak jest to wymyślone (Franciszek, 27 lat).

Część badanych nie porusza tego tematu z partnerem – albo nie czuje takiej potrzeby, albo nie czuje się na to gotowa. Aktorzy zaznaczają, że partnerzy muszą mieć świadomość tego, z czym wiąże się ich zawód i że takie sceny też mogą się pojawiać. Jak twierdzi Rudolf, partnerzy muszą nauczyć się patrzeć na ciało aktora w kontekście zawodu, jako na narzędzie, które ten wykorzystuje. W niektórych przypadkach był to na tyle trudny temat, że

doprowadził do rozstania. Róża wspomina, że nie rozmawia z partnerem na temat takich scen.

> Bo mój partner tak nie do końca jest ok z tym, że ja na przykład na planie całuję się z kimś innym. Więc ja też za bardzo mu o tym nie opowiadam. Jakoś chyba nie mamy tej kwestii jeszcze przegadanej (Róża, 28 lat).

Stomil na wczesnym etapie swojej drogi zawodowej miał sytuację, w której poczuł się, jakby zdradził w pewien sposób swoją partnerkę. Nie czuł się komfortowo ze sceną intymną, którą zagrał. Zauważa przy tym, że trzeba umieć się ze sobą komunikować, widzieć, jak pewne emocje i sceny oddziałują na jednostkę. Oddzielić siebie od postaci i uzmysłowić sobie, że dana historia nie jest o tobie, tylko o postaci, którą się gra.

> Chyba miałem taką jedną sytuację, już dawno temu, gdzie miałem scenę intymną w filmie i rzeczywiście ona powodowała coś takiego, że czułem się po tym dziwnie ze swoją partnerką. Miałem coś takiego, że, ale to było na bardzo wczesnym etapie mojej edukacji, gdzie coś, co zagrałem chyba z nieodpowiednim dystansem do tego, spowodowało, że poczułem się, jakbym był kimś niefajnym, jakbym zdradził albo jakbym, nie chcę mówić użył sobie czegoś, bo to nie było używanie, to było bezbronne, to było takie, że zrobiłem to, bo to było w scenie, ale w sumie nigdy tak nie robiłem. Zawsze byłem tylko z tą partnerką, a teraz nagle pocałowałem się z kimś innym (Stomil, 26 lat).

W mojej opinii cenne byłoby zbadanie postaw osób partnerskich wobec scen

intymnych ich bliskich – sprawdzenie, czy przychodzą na spektakle i jakie emocje im towarzyszą w trakcie oglądania takich scen. Partnerzy życiowi aktorów mogą przeżywać zazdrość, niepokój lub przeciwnie – traktować to jako część zawodu. Włączenie ich głosu pozwoliłoby lepiej zrozumieć, jak intymność sceniczna rezonuje poza sceną i jak kształtuje dynamikę związków. Interesujące byłoby także przebadanie widowni i jej odbioru scen intymnych.

Partner sceniczny

Aktorzy zauważali, że relacje romantyczne czy też romanse czasem zaczynają się od ról, które wymagają intymności między partnerami scenicznymi. Z ich perspektywy ma na to wpływ nie tyle scena, ile praca nad całym projektem – powstająca relacja sceniczna, która jest budowana z obu stron. Relacja taka opisywana była jako bardzo ciepła, opiekuńcza, czuła, a nawet prywatna, chociaż wciąż sceniczna. Badani opisywali sceny głębokich spojrzeń, czułego dotyku, kiedy pojawia się specyficzna energia między aktorami. Opisy badanych są zróżnicowane: u niektórych zjawisko to pojawia się czasami podczas grania, u innych nie występuje wcale, natomiast z relacji pozostałych wynika, że pojawia się zawsze, ponieważ wykorzystywane są autentyczne, prywatne uczucia, a aktorzy w pewnym sensie wzbudzają w sobie stan zakochania wobec partnera lub partnerki scenicznej. Zależy to od stosowanej techniki i postawy w stosunku do intymności. Zawsze jest to wypracowanie wspólnej drogi z partnerem, oswajanie się z nim, uczenie się go i tworzenie między sobą pewnego zaufania.

Rudolf zauważa, że pojawiające się uczucie może być wzbudzone poprzez nieumiejętność pozostawienia emocji i przeżyć na scenie, niewypracowanie techniki bezpiecznego powrotu do prywatności.

> Ten zawód pełen jest romansu, pełen jest sytuacji, które skutkują związkami albo romansami, albo aktami seksualnymi. Właśnie z tego powodu, że nie umiemy chować tego, co wyciągamy na scenie. Cud polega na tym, żeby kochać na scenie, zejść, pójść do domu i przewinąć dziecko i prowadzić swoje życie, żeby umieć zbudować w sobie świadomość, że pewne rzeczy są nie do wyniesienia, znaczy – nie wolno ich wynosić poza scenę. Trzeba umieć wycierać buty, kiedy się schodzi ze sceny, w tym metaforycznym rozumieniu. […] A ludzie, którzy tego nie potrafią, rzucają się w związki, romanse, tylko dlatego, że korzystają na scenie, w filmie czy przed kamerą z tych najintymniejszych swoich miejsc, a potem nie umieją ich schować. […] Bardzo często tak się zdarza, że zakochujemy się w kimś naprawdę, mimo że zagraliśmy z nim jedną scenę (Rudolf, 50 lat).

Róża (28 lat) opisuje, że czasem w trakcie pracy można zauważyć w drugiej osobie cechy czy umiejętności, których wcześniej się nie widziało. Docenia się kunszt i talent partnera scenicznego, zaczyna się inaczej na niego patrzeć. Pojawia się zauroczenie drugą osobą, które ma też wymiar fizyczny (Róża mówi: „moje ciało coś takiego robi, że dostaje dreszczy na widok kolegi, który gra scenę"). Ponieważ przemija ono po premierze, stara się je w sobie wzbudzić na nowo przy kolejnym secie. Róża zauważa, że jeśli pojawia się takie uczucie, to cała scena staje się prawdziwsza i widownia jest w stanie to zauważyć i odczuć. „Widziałam to, że jeżeli to się dzieje między nami, to na przykład ludzie na widowni zaczynają płakać albo się przytulać do swojej drugiej połówki, więc czuję, że wtedy to działa". Mówi, że chociaż takie uczucia się w niej czasem pojawiają, to nie wpływają na kontakt z partnerami scenicznymi i prywatnie też nie czuje się z nimi źle.

Laura również wspomina, że czasami trudno pozbyć się własnych odczuć i emocji. Uważa, że ta część czułości, która tworzy się na scenie, czasem może przejść w strefę prywatną i sprawić, że spojrzy się na kogoś inaczej. Być może też z tego względu Laura mówi, że trudniej jest jej zagrać intymność, kiedy prywatnie jest w związku. Myśli wtedy o wierności względem partnera i czuje blokadę przed tym, żeby otwierać intymne sfery przed kimś innym.

> Moje doświadczenie jest takie, że ja robię coś na scenie typu całuję się. I że właśnie, mimo że to może z boku wyglądać bardzo namiętnie, to w większości wypadków nic ze mną nie robi. To jest czymś tak innym niż prywatny, prawdziwy pocałunek, że dla mnie samej to jest czasami zaskakujące (Laura, 29 lat).

Jeśli pojawi się jakieś uczucie romantyczne, to, zdaniem osób, z którymi rozmawiałam, należy się od tych emocji oraz osoby, która je wywołuje, zdystansować. Franciszek porównuje to do rozstania: „trzeba po prostu sobie dać czas, dystans, przestrzeń. Nie wiem, nie odzywać się do siebie, nie gadać ze sobą" (Franciszek, 27 lat). Badani podkreślają, że ważna jest komunikacja z drugą osobą. Poznanie jej granic, ustalenie, z czym czuje się komfortowo, na co potrzebuje czasu, co nie sprawia jej problemu. Wiele w kontakcie z partnerem zależy od tego, czy to jest osoba, którą aktor wcześniej znał, czy też zupełnie obca. Prawie wszystkie osoby chciałyby przed pracą nad scenami intymnymi poznać się, dowiedzieć się o sobie czegoś więcej, wytworzyć między sobą podstawowe poczucie bezpieczeństwa i komfortu. Powtarzającym się motywem jest potrzeba wytworzenia relacji opartej na zaufaniu. Badani zauważyli, że przy współpracy często i tak poznaje się osobę partnerującą.

> Aczkolwiek, przy takich procesach to po prostu zawsze jest spotkanie i poznawanie […]. To jest też naturalny sposób, bo ten zawód daje to, że my jesteśmy otwartymi ludźmi. Po prostu się chcemy poznawać. Więc […] nawet jeżeli kogoś nie znam, to go poznam (Stomil, 26 lat).

Franciszek twierdzi, że środowisko jest na tyle przeczulone obecnie na wszelkie rodzaje przemocy i przekroczeń, że trzeba naprawdę się zapoznać z granicami i wrażliwością drugiej osoby, żeby nawet niechcący ich nie naruszyć i nie zostać oskarżonym o bycie „oblechem, molestatorem". Wcześniej, w odczuciu badanego, aktorzy po prostu odgrywali sceny, bez ustalania granic, bez jakiejś opieki z zewnątrz, bo – jak często badani powtarzali za Kazimierzem Dejmkiem – „aktor jest do grania, jak dupa do srania".

> To jest jeden z ciekawszych aspektów tej pracy. Z takich ciekawszych pod tym względem, że mamy okazję szaleć, tylko że to jest naprawdę, że to są trudne rzeczy do wykonania. Czasami to są rzeczy, które przekraczają granice. Czasami to są rzeczy, które uwalniają właśnie człowieka w jakimś sensie. Czasami na przykład bardzo zamykają, bo są traumatyczne. I że jest to tak delikatna materia i tak trzeba uważać na wszystko, co się robi. I też uczy dużego szacunku do drugiego człowieka, bo nagle sobie zdajesz sprawę, że nie grasz z workiem mięsa, tylko kurwa z kimś, kogo możesz zranić po prostu. Możesz komuś totalnie zjebać łeb, więc trzeba bardzo uważać […] (Franciszek, 27 lat).

Rudolf, jak wszyscy inni, podkreśla potrzebę rozmowy, ustalenia granic i ram

kontaktu. Nawiązuje także do tego, że aktor traktuje swoje ciało jak narzędzie i tak samo powinien postępować z ciałem partnera scenicznego, w ustalonych przez nich granicach. Mówi o tym, że właściwie to nie ma znaczenia, czy zna daną osobę ani jakiej ona jest płci, ponieważ on gra z postacią, na scenie to nie jest aktorka, lecz postać.

> Mieliśmy grać scenę łóżkową, rozbieraną. To było z [aktorką] o ileś tam lat ode mnie starszą. […] No byłem posrany kompletnie, nie wiedziałem, jak się do tego w ogóle zabrać. Ona zrobiła bardzo prostą rzecz: daj mi rękę. To są moje piersi, to jest moje podbrzusze, to jest mój tyłek. Natychmiast zeszło całe napięcie i nie było kompletnie problemu. Każdy aktor postępuje inaczej. Oczywiście ze sobą rozmawiamy, prowadząc próby nad spektaklem. Mówię: czy zgodzisz się, żebym dotknął twojej piersi? Nie mam z tym problemu. Tu mówimy tak: nie, to nie działa, tego nie róbmy. Najczęściej się rozmawia wtedy z reżyserem. […] Musimy traktować się jak narzędzia i jakbyśmy dotykali stolika, telefonu czy kartki. Kartka ma swoją strukturę, ciało ma swoją strukturę. Nie ma w tym nic złego, jeśli scena ma sens (Rudolf, 50 lat).

Eugeniusz opowiadał, że jeżeli danej osoby nie zna, a ma z nią niewiele scen do zagrania, to granie sceny intymnej przyjmuje postać trochę instrumentalną. Chodzi wtedy po prostu o zadaniowe zmierzenie się z tematem i odegranie tych scen. Eugeniusz w swoim odczuciu oddziela wyraźnie pracę od życia. Twierdzi także, że sceny intymne nie wpływają na jego sferę uczuć. Podobne odczucia ma Hieronim – jeśli wszystko jest jasno naświetlone przez reżysera, to przechodzi się szybko przez takie sceny, bez uszczerbku na swojej prywatnej intymności. Wspomina, że dużo też zależy od

odczuwanego „flow” z drugą osobą. Mężczyźni zauważają, że ze względu na orientację heteroseksualną łatwiej jest im grać sceny intymne z kobietami, jest to dla nich dużo bardziej naturalne. Część kobiet podaje, że łatwiej jest takie sceny budować z kobietami, bo jest podobna wrażliwość i rozumienie intymności. Nie boją się też, że druga strona pomyśli, że prywatnie się im podobają. Osobiste relacje z partnerem lub partnerką sceniczną mogą jednak utrudniać zadanie. Dla Eleonory odgrywanie sceny intymnej z przyjaciółką było bardzo trudne, wspomina tę sytuację jako dziwną i „cholernie nienaturalną”. Klara miała duże trudności w zagraniu sceny pocałunku z kolegą, który prywatnie bardzo jej się podobał. Laura opisuje, że na przykład w scenach, w których gra z partnerem, którego nie lubi, stara się, żeby on tego nie odczuł. Środki, których używa, są słabsze i stara się ograniczać intymność i pokazać, że wszystko, co robi, jest czysto zawodowe. Gdy gra z kimś sceny intymne, często później odczuwa, że ta osoba jest jej jakoś bliższa, coś ich połączyło i „mają większą wrażliwość na siebie”. Podobnie jak u Róży takie uczucia się utrzymują w trakcie prób i trwania spektaklu, potem ustępują, ale przypominają się znowu przy powtórnym graniu tych postaci.

> Są też takie sytuacje, w których mam grać z kimś parę i jakby mamy całe dwa miesiące na to, żebyśmy w sobie rozbuchali te uczucia. Wiadomo, że jest sceniczne, ale też się ze sobą oswajamy, mam wrażenie, że to jest czasami tak, że wchodząc na scenę, jakbyśmy kontynuowali tą naszą znajomość: na zasadzie – o, dobra, już znamy się trochę bardziej, więc już możemy być trochę bliżej i jeszcze bliżej. Więc czasami to nie jest tylko taki czysty intelekt, ale też rozgaszczanie się w tym poczuciu bezpieczeństwa (Laura, 29 lat).

Laura mówi o sytuacji, kiedy gra z kimś, kto się jej prywatnie podoba. Z jednej strony czuje, że coś na tym traci, bo na przykład ich pierwszy pocałunek będzie na scenie i żadne z nich nie poczuje, że ten pocałunek jest prawdziwy, bo w życiu zrobiliby to inaczej i nie przy widowni. W prawdziwym życiu pojawiłoby się w niej więcej emocji, byłyby one intensywniejsze, podobnie z reakcjami fizycznymi, takimi jak na przykład szybsze bicie serca. Z kolei często towarzyszy temu ekscytacja, bo być może w życiu nigdy nie pojawiłaby się szansa na takie zbliżenie. Laura zauważa, że tworzenie intymności na scenie bywa pewnego rodzaju skrótem – zamiast stopniowego budowania relacji poprzez spotkania, randki czy wzajemne poznawanie się, pojawia się iluzja bliskości, wrażenie bycia na dalszym etapie znajomości, niż ma to miejsce w rzeczywistości. W tej intymności prywatnie znaleźliby się dużo później. Powierzenie swojego ciała postaci sprawia, że w tym przypadku coś się traci.

> No to też jest takie dziwne, że nagle jestem postacią, ale przecież moje usta, moja skóra, i tak dalej, odczuwa normalnie […]. Jak mnie ktoś uderzy na scenie, to tak samo czuję ten ból, tyle tylko, że myślę, że w inny sposób są zaprzęgnięte w to emocje, bo wiesz, że ktoś ciebie nie wybiera prywatnie, a że po prostu robi to też ta postać, więc z jednej strony działa to też na mnie prywatnie. […] nie jest moim zdaniem to aż tak wielkie zaangażowanie wszystkich moich zmysłów, woli, intelektu, uczuć, tylko trochę, jakby to był jakiś taki naparstek tego (Laura, 29 lat).

Z doświadczeń Laury wynika, że zazwyczaj nie pojawiają się żadne odczucia romantyczne w stosunku do partnera scenicznego w trakcie grania takich scen.

> Bardzo różnie to bywa, są indywidualne spotkania, tak jak w życiu. […] Spotykasz kogoś i masz trzy typy spotkań: albo z kimś masz magnes, albo odrzucenie, albo jest ci ktoś obojętny. W tych spotkaniach scenicznych albo spotykasz partnera, z którym grasz, że się nienawidzicie, a schodzicie ze sceny i po prostu możecie konie kraść. […] Czasem to rodzi jakieś dwuznaczności. Nie mogę powiedzieć, że nie, bo przeżywanie tych emocji na scenie jest bardzo intensywne czasami. I trzeba być człowiekiem z żelaza, żeby zejść ze sceny i zostawić wszystko, jakby tego nie było, jakby to się nie wydarzyło. […] Jeżeli odbierasz to całym swoim ciałem, całą swoją emocjonalnością, fizycznością, to chociażby to się w komórkach gdzieś odkłada (Eleonora, 44 lata).

Eleonora zauważa, że inne jest pojęcie bliskości fizycznej wśród aktorów właśnie przez to, że w szkole dochodzi do oswajania się z ciałem swoim i innych studentów, a także z ich dotykiem. Mówi o tym, że bardzo ważna jest intencja tego dotyku, którą druga strona może rozpoznać.

> Ja zawsze twierdzę, że to jest kwestia intencji, z jaką się wykonuje to działanie, że jeżeli w naszej intencji pojawia się jakikolwiek podtekst, to nie ma szansy, żeby ta druga strona tego nie odebrała. Natomiast jeśli tego podtekstu nie ma i traktujemy te sytuacje czysto zawodowo, to jest to bardzo techniczne (Eleonora, 44 lata).

Wyniki

Interpretacje i rozumienie intymności

Badani określają intymność przymiotami wykorzystywanymi w klasycznych definicjach – jak na przykład przywiązanie do partnera, dbanie o wzajemne dobro, dzielenie się przeżyciami (Wojciszke, 2010), szczerość, responsywność partnera (Reis, Schaver, 1988). Niektórzy badani, tak jak Laura, zauważają, że w pracy nad scenami intymnymi często reaguje ich ciało. Reakcje te można wiązać z uruchamianiem procesów neurofizjologicznych związanych z układami pobudzenia i więzi, w tym m.in. z aktywnością oksytocyny i endorfin. Współczesne badania wskazują, że oksytocyna nie jest jednoznacznie „hormonem więzi", lecz raczej wzmacnia znaczenie bodźców relacyjnych i emocjonalnych, co może nasilać zarówno poczucie bliskości, jak i ambiwalencję czy napięcie w kontakcie interpersonalnym. Wielu badanych wskazuje na wpływ rodziców, rówieśników i partnerów romantycznych w kształtowaniu otwartości i schematów intymności. Niektórzy powielają negatywne wzorce z dzieciństwa, co wiąże się z poczuciem zagrożenia w relacjach (Olesiński, 2013).

Na rozumienie intymności wpływa także fakt, że jest ona pokazywana innym ludziom, wykracza poza kontakt z samym sobą, a także poza relację z drugą osobą. Do intymności dopuszczani są nieznajomi. W tym rozumieniu intymność może być postrzegana jako spotkanie osób, które łączy wspólne działanie i wspólny cel (Muniruzzaman, 2017). Może odpowiadać także podziałowi Schaefera i Olsona (1981), nie dotyczy ona wtedy procesu intymności zarezerwowanego dla osób, z którymi jednostka chce budować głębszą relację, tylko doświadczenia intymności. Są to sytuacje, w których jednostka czuje bliskość z drugą osobą w trakcie jednorazowego wydarzenia bądź krótkiego kontaktu. Podobnie jest z intymnymi interakcjami opisanymi

przez Prager (1995) – nie wymagają relacji, żeby zaistnieć. Prager zaznacza jednak, że są to zachowania diadyczne, więc nie będą tłumaczyły postrzeganej przez niektórych badanych intymności z widownią. Podkreśla także, że ważne jest, żeby obie strony postrzegały daną interakcję jako intymną, co, jak wnioskuję z wypowiedzi osób badanych, nie zawsze ma miejsce.

Wpływ aktorstwa na postrzeganie intymności

Wydaje się, że ważnym czynnikiem wpływającym na rozumienie intymności i jej budowanie na scenie jest stosunek do aktorstwa. Osoby, które w odpowiedzi na pytanie, czym jest dla nich aktorstwo, odpowiadały, że w głównej mierze pracą i zawodem, wydawały się łatwiej oddzielać w życiu te pojęcia. W wielu aspektach nie widziały także wpływu intymności scenicznej na życie prywatne. Z kolei badani, dla których aktorstwo było realizacją marzenia, sposobem na życie, czymś, z czym głębiej się utożsamiają, inaczej postrzegali tę intymność.

Zdecydowana większość badanych przyznała, że aktorstwo zmienia rozumienie intymności. Wielokrotnie padało stwierdzenie, że ten zawód je pogłębia i uwrażliwia na odmienność drugiego człowieka. W procesie kształcenia i w ciągu pracy cały czas poznaje się siebie, uczy się komunikować, rozpoznawać emocje swoje i innych. Bardzo ważnym czynnikiem jest zrozumienie i uszanowanie granic, które są stawiane przez partnerów scenicznych. Podczas nauki i pracy rozwijane są trzy komponenty zdolności do rozwijania intymności: nauka przyjmowania cudzej perspektywy, empatia oraz rozumienie i doświadczanie przeżyć drugiej osoby (White, Speisman, Costos, 1983).

Istotnym czynnikiem redefiniującym pojęcie intymności jest praca nad ciałem

w szkole aktorskiej, a później także praca z nagością i scenami rozbieranymi. W szkole pojawiają się zajęcia, które wpływają na postrzeganie własnego ciała. Część osób uczących uczy określonego stosunku do ciała postrzeganego jako narzędzie, a także oswaja z bliskością i dotykiem innych. Sprawia to, że osoby badane czują, że mają większą strefę komfortu, te granice są nieco dalej przesunięte w porównaniu z osobami, które nie pracują z ciałem. Same procesy twórcze wpływają na rozumienie intymności – sceny wymagają otwierania i pokazywania siebie w różnych kontekstach, jak i tworzenia na scenie rozmaitych relacji intymnych z odmiennymi postaciami.

Wyzwalane emocje i budowana intymność czasem mogą być okazywane w bardziej „teatralny" sposób. Badani uważają, że może się zdarzyć sytuacja, w której warsztat i zdobyte w procesie kształcenia narzędzia zostaną wykorzystane i intymność zostanie w jakiś sposób zafałszowana. Poznanie swojej intymności i oswajanie się z innymi sprawia, że poza większą otwartością mogą zdobyć większą odwagę w relacjach. Poza wieloma pozytywnymi aspektami może to powodować także powierzchowne wchodzenie w relację, kierowanie się popędem i może prowadzić do skrzywdzenia obu stron.

Praca z ciałem, granice i doświadczenia nadużyć

Badani zaznaczają, że w szkole aktorskiej dochodziło – i wciąż, choć rzadziej, dochodzi – do przekroczenia granic. Praca nad ciałem i scenami intymnymi, która w założeniu miała poszerzać świadomość i ułatwiać kontakt z partnerem scenicznym, bywała polem do nadużyć. Pojawiają się opisy doświadczeń przymuszania do rozbierania się czy odgrywania scen intymnych bez pełnej zgody i poczucia bezpieczeństwa. Takie praktyki

stanowiły naruszenie granic, a niekiedy prowadziły do trwałego poczucia dyskomfortu i braku sprawczości. Ten problem nie kończy się wraz z edukacją – część osób badanych podkreśla, że podobne sytuacje zdarzają się także w pracy zawodowej, zwłaszcza we współpracy z niektórymi reżyserami. Sceny intymne, które mogłyby być okazją do świadomego badania granic i relacji, stawały się obszarem nadużyć, jeśli brakowało otwartej komunikacji, wzajemnego szacunku czy procedur zabezpieczających. Badani wspominali o tym, że trzeba wykonać pracę własną, ale będąc młodym aktorem, nie zawsze ma się taką możliwość, nie zawsze rozumie się, co się dzieje. Do szkoły aktorskiej trafiają przecież ludzie bardzo młodzi, często tuż po maturze, wciąż w procesie kształtowania swojej tożsamości i rozumienia, czym w ogóle jest intymność – zarówno w wymiarze indywidualnym, jak i relacyjnym. W takim wieku łatwo o dezorientację: gdzie kończy się zadanie aktorskie, a gdzie zaczyna przekroczenie; które sytuacje są elementem pracy twórczej, a które stają się nadużyciem. Brak narzędzi i doświadczenia sprawia, że wielu studentów nie potrafi odmówić. Boją się, że wyrażenie sprzeciwu zostanie odebrane jako brak profesjonalizmu, jako „robienie problemów" albo nieumiejętność pracy zespołowej. Część badanych podkreślała, że istnieje silna obawa, iż informacja o odmowie może rozejść się w środowisku i negatywnie zaważyć na dalszej karierze. Takie napięcie między lojalnością wobec siebie a obawą o przyszłość zawodową często skutkuje rezygnacją z własnych granic. Konsekwencje przekroczeń mogą być poważne: od długotrwałego dyskomfortu i poczucia utraty sprawczości, przez zaburzenia lękowe, depresyjne, powstanie traumy czy zespołu stresu pourazowego. Z relacji badanych wynika też, że takie przekroczenie może prowadzić do myśli i prób samobójczych.

Te doświadczenia pokazują, że praca z intymnością sceniczną nie tylko kształtuje rozumienie intymności, lecz także ujawnia, jak bardzo potrzebne

są wyraźne ramy etyczne i narzędzia ochrony. Z opisu osób badanych wynika, że kiedy studiowali w szkole, nie uczono profesjonalnej pracy z nagością i scenami intymnymi. W odczuciu niektórych badanych w szkołach brakowało uczenia stawiania granic. Osoby badane dziś uczą się stawiać granice, ale zdarzają się sytuacje, w których niewystarczające umiejętności w tej dziedzinie mogą zostać wykorzystane. Uzależnione to jest od tego, na jakich partnerów scenicznych i reżyserów się trafi. Środowisko zmienia się dynamicznie i staje się coraz wrażliwsze na nadużycia, coraz bardziej pilnuje tego, żeby aktorzy mieli narzędzia, które pozwolą im bronić swoich granic.

Intymność prywatna i intymność sceniczna

Intymność prywatna i ta sceniczna dla części osób badanych jest tym samym. Badani korzystają ze swojej intymności prywatnej, jej rozumienia i przymiotów do tworzenia postaci i relacji na scenie. Używają swoich emocji, które próbują wzbudzić na scenie, a potem „wygasić” po zakończonym spektaklu. Ważne są dla nich kontakt z partnerem scenicznym oraz instrukcje osoby reżyserującej pomagające ustalić cel sceny intymnej i intencje postaci. Część osób badanych postrzega intymność sceniczną jako powierzchowną i udawaną. Jest ona kreacją, iluzją, konwencją rozumianą zarówno przez aktorów, jak i widownię. Jest kwestią czysto techniczną i jednym z kolejnych zadań scenicznych.

Większość badanych oddaje swoje ciało i emocje granej postaci. Intymność wtedy przestaje być prywatna. Aktor daje sobie przyzwolenie na zauroczenie partnerem czy partnerką sceniczną. Cała relacja staje się wtedy, w ich odczuciu, bardziej prawdziwa i wiarygodna. Wytworzona na scenie intymność przynależy do postaci, aktor zastanawia się, jak ona ją rozumie, a także jaki jest jej cel, jakimi środkami można ten cel wyrazić. Aktorzy i

aktorki są schowani za bezpieczną fasadą kreacji. Z drugiej strony nie można się w pełni za nią ukryć. Większość badanych zauważa, że cząstka postaci, jej uczuć, zostaje razem z nimi po spektaklu. Konieczne jest wykonanie dodatkowej pracy, aby zdać sobie sprawę z tego, co należy do aktora, a co do postaci. Jedna z badanych opisuje swoje doświadczenie w sposób zbliżony do mechanizmu przeniesienia, rozumianego tu nie w sensie klinicznym, lecz jako emocjonalne przesunięcie i nadawanie relacyjnym doświadczeniom scenicznym osobistego znaczenia. Pozwala w bezpiecznych dla niej ramach przeżywać intymność, której badana nie potrafi nawiązać prywatnie. Scena jest przestrzenią, nad którą panuje – jest ograniczona scenariuszem. Intymność doświadczana jest poniekąd przez grane postacie, w interakcji z ludźmi, których poznała i którym ufa.

W wypowiedziach większości badanych padały odpowiedzi, że sceny teoretycznie najbardziej intymne, na przykład scena stosunku czy namiętnego pocałunku, najczęściej traktowane są bardzo technicznie. Tego rodzaju sceny mają konkretną choreografię, aktorzy podążają za sugestiami reżysera albo za tym, co oboje uzgodnili przed sceną, skupiają się na własnych działaniach i osiągnięciu celu danej sceny. Wydaje się, że ze względu na powyższe czynniki w takich scenach nie pojawia się intymność, nie jest budowana bliskość pomiędzy aktorami. Być może zatem nie w każdej scenie, która definiowana jest jako intymna, można mówić o pojawieniu się intymności. Z relacji badanych wynika, że może się ona pojawić w scenach, które nie są intymne w kontekście seksualnym czy fizycznym, tylko emocjonalnym. Może do tego dojść, kiedy na przykład rodzi się relacja pomiędzy partnerami scenicznymi czy nawet kiedy dochodzi do głębokiego spojrzenia w oczy.

Wymiary intymności scenicznej

W nawiązaniu do wyróżnionych przez Morgana (2009) wymiarów intymności, choć pojawia się na scenie wymiar fizyczny czy nawet emocjonalny, to w intymności scenicznej trudno odnaleźć wiedzę na temat jednostki, która przekracza granicę sfery publicznej i opowiada historię sfery prywatnej. Z drugiej strony, choć o partnerze scenicznym aktor może nie wiedzieć nic prywatnie, to może znać historię życia postaci, którą on gra. W takim rozumieniu zaistnieją wszystkie wymiary intymności pomiędzy postaciami.

W intymności scenicznej może brakować dwóch najważniejszych komponentów intymności z definicji Reisa i Shavera (1988), jakimi są samoujawnienie i responsywność partnera. Mogą się one jednak pojawić w trakcie przygotowania spektaklu czy filmu i wspólnej pracy, bliższego poznawania się. Być może intymność tworzona na scenie będzie obejmowała wszystkie przymioty i wymiary intymności, ale tylko w odniesieniu do postaci, a nie do aktorów. Postacie mogą angażować się w fizyczne przejawy bliskości, ukazywać siebie, wykazywać zaangażowanie, responsywność, a także więź emocjonalną. Wydaje się, że te dwa komponenty mogą zostać mylnie odebrane jako prywatne, osobiste, a uczucia przeniesione poza scenę, kiedy jednostka nie przeprowadziła dokładnie procesu wychodzenia z roli i nie oddzieliła się od swojej postaci; być może także, kiedy bazowała na własnych uczuciach. Pojawia się więc pytanie, czy pokazanie postaci innym już w pewien sposób nie jest ujawnieniem głęboko schowanej i niedostępnej na co dzień części siebie, a zatem już zalążkiem intymności między partnerami czy między aktorem i widownią. Widownia może w tym procesie pełnić funkcję responsywnego odbiorcy, choć – jak pokazują wypowiedzi badanych – poczucie intymności w tej relacji nie zawsze jest obustronne i zależy od indywidualnego sposobu interpretowania sytuacji scenicznej.

Granice intymności

Aktorzy nie podjęliby się pracy nad sceną intymną, gdyby nie rozumieli sensu i potrzeby tej sceny. Nie zdecydowaliby się na stosunek płciowy na scenie czy na potrzeby filmu. Dla niektórych taką granicą jest też dotyk w miejscach intymnych. Pewne przymioty intymności zachowywane są tylko dla sfery prywatnej. Są nimi na przykład: czułość, troskliwość, opiekuńczość. Oddanie się drugiej osobie i pokazanie swojej bezbronności także zarezerwowane jest dla sfery prywatnej. Niektórzy zachowują pewne gesty, specyficzny sposób dotknięcia, głębsze pocałunki tylko dla partnera. Osoby badane uważają, że nie do końca możliwe jest oddzielenie własnych uczuć od postaci. Trzeba poświęcić dużo wysiłku i czasu, żeby opracować skuteczne techniki de-rolingu. W związku z tym że, jak zauważają niektórzy, ich ciało i ich intymność stają się publiczne i dostępne dla innych, inne osoby mogą ich nadużywać. Naruszanie to zachodzi w życiu codziennym: poprzez zaczepianie na ulicy, podchodzenie do aktorów, kierowanie do nich uwag czy komentarzy, także wtedy, gdy są z rodziną lub przyjaciółmi. Takie sytuacje wywołują szczególny dyskomfort, ponieważ ingerują w najbardziej podstawowe poczucie bezpieczeństwa – w przestrzeń prywatną, która w założeniu powinna być chroniona. Kolejnym wymiarem tych naruszeń są media społecznościowe, które skracają dystans między widzem a aktorem i często rozmywają granice między sferą publiczną i osobistą. Niektórzy badani wspominali, że po zagraniu scen intymnych otrzymywali w wiadomościach prywatnych propozycje seksualne, komentarze dotyczące swojego ciała, a nawet niechciane nagie zdjęcia. Te doświadczenia pokazują, że przestrzeń internetowa potęguje problem braku rozgraniczenia roli i osoby: odbiorcy nie tylko traktują ciało aktora jako dostępne, ale też uzurpują sobie prawo do wchodzenia w jego intymność poza sceną.

Ciało jako narzędzie

Aktorzy postrzegają swoje ciało jako narzędzie, które wykorzystują do pracy. Część z nich „oddaje” ciało postaci i w ten sposób dystansuje się od wstydu czy dyskomfortu w przypadku scen rozbieranych czy innych scen intymnych. Niektórzy badani doszli do konkluzji, że na czas spektaklu czy powstawania filmu ciało nie należy już do nich, a do twórców, przez co powinni się zdystansować od swojego zawstydzenia i kompleksów i dostosować do wizji. Pojawiło się także spostrzeżenie, że ciało partnera scenicznego powinno się traktować jak narzędzie, jednak z uszanowaniem jego granic. Takie działanie może sprawić, że sceny intymne będą mniej emocjonalne, a bardziej instrumentalne.

Istotny wydaje się obraz ciała i ja cielesne. Aktorzy muszą dobrze poznać swoje ciała, wykształcić odpowiednią orientację w nim, zarówno wewnątrz ciała, jak i na zewnątrz (Schier, 2010), odbierać doznania, które z niego płyną (Allport, 1988) i wykorzystywać je w grze. Obraz ciała staje się odbiciem postaw jednostki i jej interakcji z innymi (Schier, 2010), w tym w interakcji z partnerami scenicznymi. Opiera się na doświadczeniach zebranych na scenie i w życiu prywatnym. Obraz ciała obejmuje myśli i uczucia dotyczące tego ciała (Fisher, 1972), w tym zadowolenie z niego i potencjalne kompleksy czy wyniesione ze szkoły przekonanie o tym, że sylwetka musi być szczupła, a wygląd charakterystyczny. Aktorzy wydają się dużą wagę przykładać do tego, jak ciało funkcjonuje, do czego i w jaki sposób można je wykorzystać i ewentualnie przekształcić (Franzoi, 1995). Według skali BIS Orbacha i Mikulincera (1998), aktorzy mają większe granice komfortu, jeśli chodzi o kontakt fizyczny. Ciało postrzegają jako narzędzie i są z niego zadowoleni, jeśli służy im tak, jak powinno. Mają dużą świadomość ciała, tego, jak się zachowuje, jak można je wykorzystać.

Troszczą się o zdrowie, by ewentualna choroba czy kontuzje nie wpłynęły na pracę. Ważne wydaje się też dbanie o kondycję, sprawność i wygląd. Z jednej strony aktorzy uczą się stawiania granic, z drugiej – dążą do przełamywania własnych barier w pracy.

To, jak aktorzy postrzegają swoją atrakcyjność, może mieć wpływ na sceny intymne, w tym także sceny rozbierane. Kobiety wspominały, że na początku pracy towarzyszyła im myśl o tym, że ich ciała nie są idealne, że widać cellulit, że może nie są tak zgrabne jak ich koleżanki na scenie. Bały się oceny ze strony innych. Można tu zauważyć wpływ społeczno-kulturowy na postrzeganie kobiecego ciała. Aktorki dużo szerzej wypowiadały się o kwestii cielesności. Nie oznacza to jednak, że aktorzy nie mają problemów ze scenami nagości, mogą po prostu o tym nie mówić. Z ich wypowiedzi wynika, że również często mają kompleksy, najczęściej w odniesieniu do brzucha. Niektórzy aktorzy starają się ustawiać tak, żeby jak najmniej było widać partie ciała, z których nie są zadowoleni.

Ciało aktora w teatrze i filmie bywa traktowane jako materiał, który można fragmentaryzować, dublerować czy cyfrowo modyfikować. W przypadku użycia dublerów do scen intymnych aktor traci wpływ na to, jak ostatecznie wygląda reprezentacja jego osoby na ekranie. Podobnie retusz cyfrowy czy montaż mogą prowadzić do oderwania sceny od rzeczywistego doświadczenia aktora, wzmacniając poczucie uprzedmiotowienia. Refleksja nad modyfikacją ciała w kontekście sztuk performatywnych pozwala zrozumieć, że konsekwencje scen intymnych wykraczają poza sam moment gry – dotyczą też kontroli nad własnym wizerunkiem i integralnością cielesną. We współczesnym świecie sceny intymne nie istnieją tylko w teatrze czy kinie, lecz mogą funkcjonować w oderwaniu od tego kontekstu. Krótkie fragmenty spektakli lub filmów są rozpowszechniane i komentowane,

często bez kontroli twórców i aktorów. Ta cyfrowa trwałość i możliwość nieograniczonego kopiowania wzmacniają poczucie utraty kontroli nad własnym ciałem i prywatnością. Wizerunki osób aktorskich mogą być także wykorzystywane na stronach o tematyce seksualnej.

W trakcie prób i spektakli te same sceny intymne bywają wielokrotnie powtarzane, co ma swoje konsekwencje psychologiczne. Z jednej strony może dochodzić do habituacji poprzez ekspozycje – scena staje się „techniczna", a napięcie i dyskomfort maleje. Należy przy tym zaznaczyć, że efekt habituacji możliwy jest wyłącznie w warunkach zachowanej kontroli, przewidywalności i dobrowolnej zgody aktora; w sytuacjach braku tych czynników powtarzalność może prowadzić raczej do sensytyzacji i nasilenia obciążeń psychicznych. Z drugiej jednak strony powtarzanie sytuacji przekraczania granic może działać kumulatywnie i prowadzić do wtórnej traumatyzacji lub poczucia wyczerpania. Szczególnie w filmie, gdzie dochodzi element trwałej rejestracji scen, aktorzy tracą kontrolę nad tym, jak i w jakim kontekście ich nagość czy intymność będą oglądane. To rodzi dodatkowe obciążenia emocjonalne, które powinny być uwzględniane zarówno w badaniach, jak i w praktyce zawodowej.

Refleksje po przeprowadzonych badaniach

Intymność jest konstruktem niełatwym do zbadania ze względu na jego wielowymiarowość. Jest tematem bardzo osobistym, którym często trudno jest się dzielić z obcą osobą. Zdarzały się sytuacje, w których osoba badana potrzebowała chwili po wywiadzie, żeby dojść do siebie i na zasadzie wzajemności dowiedzieć się czegoś więcej o badaczce.

Nie zaobserwowałam różnic międzypłciowych w rozumieniu intymności[2],

chociaż zazwyczaj kobiety przytaczały więcej prywatnych historii w odpowiedzi na pytania. Wydaje mi się, że istniały także różnice w opisie i refleksjach na temat partnerów scenicznych, w przypadku kobiet te wypowiedzi były bardziej rozbudowane. Tylko dwie osoby badane mają dzieci, więc trudno wnioskować o wpływie rodzicielstwa na postrzeganie intymności, lecz nie padły w wywiadzie żadne informacje, które mogłyby sugerować, że to rozumienie ulega zmianie. Wyraźnie widać różnice między płciami w postrzeganiu ciała i atrakcyjności.

Nagłośnienie nadużyć w środowisku aktorskim spowodowało dużą zmianę i sprawiło, że podjęto działania, by sprzeciwić się tym nadużyciom i przemocowym zachowaniom. Osoby badane zauważają zmianę zarówno w podejściu szkół, reżyserów, jak i innych aktorów do kwestii granic i bezpieczeństwa. Analiza wypowiedzi pokazuje, że relacja hierarchiczna w szkole teatralnej czy w pracy z reżyserem wpływa na to, w jaki sposób aktorzy godzą się na sceny intymne. W modelu „mistrz – uczeń" czy w kulturze teatru, w której autorytet pedagoga w szkole jest absolutyzowany, możliwość odmowy czy negocjacji bywa mocno ograniczona. Aktorzy mogą czuć się zobowiązani do przekraczania własnych granic, nawet jeśli nie jest to zgodne z ich komfortem psychicznym. Warto zatem rozwijać refleksję nad tym, że praca z intymnością w teatrze to nie tylko kwestia indywidualnych granic, ale także zinternalizowanych struktur władzy i tradycji pedagogicznych. Uświadomienie tego aspektu może być krokiem w stronę zmiany systemowej w edukacji aktorskiej.

Współpraca z koordynatorami scen intymnych na uczelniach i w teatrach stanowi istotny krok w stronę profesjonalizacji i ochrony granic aktorów. Ich praca nie ogranicza się jedynie do choreografii scen, ale obejmuje także negocjowanie świadomej zgody, tworzenie bezpiecznej przestrzeni oraz

proponowanie technik de-rolingu. Refleksja nad praktyką pokazuje, że włączenie takiej roli do systemu edukacji mogłoby znacząco wpłynąć na kulturę pracy w środowisku artystycznym. Warto także rozważyć opracowanie, jako stałego elementu w instytucjach i wszelkich produkcjach, kontraktów i protokołów, które jasno regulowałyby warunki zgody na nagość czy intymność. Tego typu zmiany praktyczne mogłyby realnie ograniczyć ryzyko nadużyć.

Rozmowy o intymności, nagości czy granicach w pracy aktorskiej bywają obciążające emocjonalnie zarówno dla aktorów, jak i dla badaczy. W trakcie wywiadów pojawiały się różne, często trudne i intensywne emocje, co pokazuje, że temat dotyka głębokich, osobistych doświadczeń. Z perspektywy praktyki teatralnej i filmowej istotne staje się pytanie o systemowe wsparcie po scenach intymnych – zarówno dla studentów, jak i dla profesjonalistów. Wprowadzenie przez osobę do tego odpowiednio przeszkoloną procedur de-rolingu oraz krótkiego debriefingu po takich doświadczeniach mogłoby zminimalizować ryzyko kumulacji napięcia czy retraumatyzacji. Z mojej perspektywy widziałam, jak ważne było po wywiadzie zaoferowanie wsparcia i „uspokojenie” osób badanych.

Artykuł jest fragmentem pracy magisterskiej napisanej w 2023 roku pod opieką dr. hab. Doroty Czyżowskiej, prof. UJ. w Zakładzie Psychoprofilaktyki i Psychoterapii Instytutu Psychologii UJ.

Wzór cytowania:

Bednarz, Julia, *Między kreacją a prywatnością – intymność w rozumieniu i doświadczeniu aktorów*, „Didaskalia. Gazeta Teatralna” 2026, nr 191, DOI: 10.34762/4mg2-zf94.

Autor/ka

Julia Bednarz

Julia Bednarz (julia.bednarz88@gmail.com) – psycholożka, seksuolożka, teatrolożka i amerykanistka, aktualnie w trakcie szkolenia psychoterapeutycznego. W swoich zainteresowaniach badawczych koncentruje się na relacjach między aktorstwem a psychiką, w szczególności na wpływie pracy scenicznej na funkcjonowanie emocjonalne, relacyjne i cielesne osób aktorskich, problematyce seksualności, męskości i kobiecości w kontekście kultury oraz na wykorzystaniu elementów twórczych w procesie terapeutycznym. Interesuje się koordynacją scen intymnych oraz formami wsparcia psychologicznego w instytucjach teatralnych. ORCID: 0009-0004-4770-8628.

Przypisy

1. Choć udział trzynastu osób pozwolił na uchwycenie różnorodnych perspektyw i doświadczeń, to niewykluczone, że przy większej liczbie respondentów pojawiłyby się także narracje mniej typowe, które w badaniu jakościowym o węższej skali mogły pozostać niewidoczne. Ograniczenie to wskazuje na potrzebę dalszych eksploracji, które obejmowałyby bardziej zróżnicowaną grupę aktorów, różniącą się wiekiem, płcią, orientacją seksualną, doświadczeniem zawodowym (osoby, które nie studiowały w szkole teatralnej; osoby pracujące w teatrach lalkowych) czy stylem pracy teatralnej i filmowej.
2. Kobiety wykazują większą potrzebę otwarcia się na partnera i dzielenia się swoimi doświadczeniami niż mężczyźni (Shulman, Walsh, Weisman, Schelyer, 2009). Intymność doświadczana w związku była ważniejsza dla kobiet niż mężczyzn i w większym stopniu determinowała satysfakcję ze związku (Czyżowska, Gurba, 2016). Nie stwierdzono w nim różnic w poziomie intymności pomiędzy osobami pozostającymi w związkach małżeńskich i nieformalnych. Z kolei analiza poziomu intymności w grupie osób posiadających i nieposiadających dzieci wskazała na wyższy poziom doświadczanej intymności w związkach bezdzietnych. W tym samym badaniu wyszczególniono predyktory intymności, do których należą: płeć, bliskość z matką i ojcem, przywiązanie, którego miarami są lęk przed odrzuceniem i bezpieczna niezależność oraz style tożsamości (informacyjny, normatywny i dyfuzyjno-unikowy), a także zaangażowanie (Czyżowska, Gurba, Czyżowska, Kalus, Sitnik-Warchulska, Izydorczyk, 2019).

Bibliografia

Allport, Gordon W., *Osobowość i religia*, przeł. I. Wyrzykowska, H. Bartoszewicz, A. Bartkowicz, PAX, Warszawa 1988.

Basson, Rosemary, *The female sexual response: A different model*, „Journal of Sex & Marital Therapy” 2000, nr 26, s. 51-65.

Bartz, Jennifer A.; Zaki, Jamil; Bolger, Niall; Ochsner, Kevin N., *Social effects of oxytocin in humans: Context and person matter*, „Trends in Cognitive Sciences" 2011, nr 15(7), s. 301-309.

Birnbaum, Gurit E.; Reis, Harry; Mizrahi, Morran; Kanat-Maymon, Yanit; Sass, Omri; Granovski-Milner, Chen, *Intimately connected: The importance of partner responsiveness for experiencing sexual desire*, „Journal of Personality and Social Psychology" 2016, nr 111, s. 530-546.

Bowlby, John, *Przywiązanie*, przeł. M. Polaszewska-Nicke, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2007.

Czyżowska, Dorota; Gurba, Ewa, *Bliskość w relacjach z rodzicami a przywiązanie i poziom intymności doświadczane przez młodych dorosłych*, „Psychologia Rozwojowa" 2016, nr 21, s. 91-107.

Czyżowska, Dorota; Gurba, Ewa; Czyżowska, Natalia; Kalus, Alicja; Sitnik-Warchulska, Katarzyna; Izydorczyk, Bernadetta, *Selected Predictors of the Sense of Intimacy in Relationships of Young Adults*, „International Journal of Environmental Research and Public Health" 2019, nr 16(22).

Erikson, Erik H., *Dzieciństwo i społeczeństwo*, przeł. M. Hejmej, Dom Wydawniczy Rebis, Poznań 1997.

Erikson, Erik H., *Tożsamość a cykl życia*, przeł. M. Żywicki, Wydawnictwo Zysk i S-ka, Poznań 2004.

Fisher, Seymour, *Influencing selective perception and fantasy by stimulating body landmarks*, „Journal of Abnormal Psychology 1972, nr 79, s. 97-105.

Franzoi, Stephen L., *The body as object versus the body as proces – gender differences and gender considerations*, „Sex Roles" 1995, nr 33, s. 417-437.

Łopuszańska, Julia, *Rola intymności w bliskich związkach*, [w:] *Rodzina a profilaktyka zaburzeń w zachowaniu*, red. Z. Gaś, Innovatio Press. Wydawnictwo Naukowe Wyższej Szkoły Ekonomii i Innowacji, Lublin 2016, s. 37-47.

Morgan, David, *Acquaintances: The Space Between Intimates and Strangers*, Open University Press, Maidenhead 2009.

Muniruzzaman, MD, *Transformation of intimacy and its impact in developing countries*, „Life Sci Soc Policy" 2017, nr 13.

Olesiński, Piotr, *Rozwojowe ujęcie Trójczynnikowej Teorii Miłości Roberta Sternberga − trójwarstwowa miłość*, „Psychologia Rozwojowa" 2013, nr 18(2), s. 9-18.

Orbach, Israel; Mikulincer, Mario, *The Body Investment Scale: Construction and validation of a body experience scale*, „Psychological Assessment" 1988, nr 10(4), s. 415-425.

Orlofsky, Jacob L.; Marcia, James E.; Lesser, Ira M., *Ego Identity Status and the Intimacy Versus Isolation Crisis of Young Adulthood*, „Journal of Personality and Social Psychology" 1973, nr 27(2), s. 211-219.

Pietkiewicz, Igor; Smith, Jonathan A., *Praktyczny przewodnik interpretacyjnej analizy fenomenologicznej w badaniach jakościowych w psychologii*, „Czasopismo Psychologiczne" 2012, nr 18(2), s. 361-369.

Prager, Karen Jean, *The Psychology of Intimacy*, Guilford, New York 1995.

Prager, Karen Jean, *Intimacy in Personal Relationships*, [w:] *Close Relationships*, red. S. Hendrick, C. Hendrick, Sage, Thousand Oaks 2000, s. 229-244.

Quintana, Daniel S.; Guastella, Adam J., *An allostatic theory of oxytocin*, „Trends in Cognitive Sciences" 2020, nr 24(7), s. 515-528.

Reis, Harry T.; Shaver, Philip R., *Intimacy as an interpersonal process*, [w:] *Handbook of personal relationships*, red. S.W. Duck, Wiley, London 1988, s. 367-389.

Schaefer, Mark T.; Olson, David H., *Assessing intimacy: The PAIR Inventory*, „Journal of Marital and Family Therapy" 1981, nr 1, s. 47-60.

Schier, Katarzyna, *Piękne brzydactwo – psychologiczna problematyka obrazu ciała i jego zaburzeń*, Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa 2009. .

Shulman, Shmuel; Walsh, Sophie D.; Weisman, Osnat; Schelyer, Michal, *Romantic contexts, sexual behavior, and depressive symptoms in adolescent males and females*, „Sex Roles" 2009, nr 61, s. 850-863.

Sternberg, Robert J., *A triangular theory of love*, „Psychological Review" 1986, nr 93, s. 119-135.

White, Kathleen M.; Speisman, Joseph C.; Costos, Daryl, *Young adults and their parents: Individuation to mutuality*, „New Directions in Developmental Psychology" 1983, nr 22, s. 61-76.

Wojciszke, Bogdan, *Psychologia miłości*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2010.

Zaorska, Magdalena, *O nadświadomości według Stanisławskiego*, „Acta Neophilologica" 2012, nr 2(14), s. 245-257.

Źródło:
https://didaskalia.pl/artykul/miedzy-kreacja-prywatnoscia-intymnosc-w-rozumieniu-i-doswiadczeniu-aktorow