

## Συγκρότηση Προσωπικότητας ενός Ήρωα

Από τον Αργύρη Στραβελάκη Μάρδα, δημιουργό της μεθόδου *Expansion Method*, συγγραφέα, σεναριογράφου.

Ένα από τα πιο σημαντικά θέματα που αντιμετωπίζει ένας συγγραφέας είναι το πώς θα συγκροτήσει τους χαρακτήρες, τον κεντρικό ήρωα για να δώσει την ψευδαίσθηση ότι είναι πραγματικός. Η **Expansion Method** δίνει τα κλειδιά που χρειάζεται για να μπορέσει να έχει μια βαθιά, επιστημονική αλλά και συνάμα πρακτική λύση σε αυτό το πρόβλημα.

Η Expansion είναι μια επιστημονική μέθοδος άμεσης συναισθηματικής αποφόρτισης και επίτευξης στόχων που συνδυάζει την σύγχρονη φυσική με την επιστήμη της ψυχολογίας συμβαδίζοντας με την ταχύτητα της εποχής. Το αποτέλεσμα των δχρονών ερευνών έδωσαν αποτελέσματα άξια προχής για την θεραπεία αλλά και την κατανόηση της ανθρώπινης προσωπικότητας

### Κατανόηση της προσωπικότητας.

#### Το Αξίωμα:

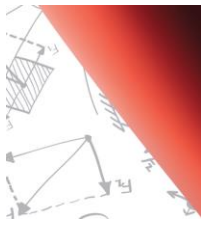
Τα **ανθρώπινα συναισθήματα** είναι αυτά που δημιουργούν την *δόνηση* που συντονίζει τα σωματίδια ύλης και συνθέτει τον κόσμο που γνωρίζουμε ως τρισδιάστατο (*συνδυασμός των ευρημάτων της Κβαντικής μηχανικής και της Ψυχανάλυσης*).

Η **Σύγχρονη Επιστήμη** μας έχει αποδείξει ότι το σύμπαν είναι μόνο μια ενέργεια που την μεταφράζουν οι ανθρώπινες αισθήσεις ως τον τρισδιάστατο κόσμο που ζούμε και οποιαδήποτε δράση μας πάνω σε αυτήν την ενέργεια πυροδοτεί μια ενστικτώδη και αυτόματη αντίδραση του συνόλου της δημιουργίας πάνω μας. Αυτές οι ανακαλύψεις ήταν και είναι η βάση όλης της μεθόδου. Ταυτόχρονα παρέχουν όλες τις πληροφορίες που χρειάζεται ένας συγγραφέας για να δημιουργήσει έναν πραγματικό ήρωα με συγκροτημένη προσωπικότητα.

Η **Ψυχανάλυση** μας έχει διδάξει ότι: Οι ανθρώπινες αισθήσεις δημιουργούν την προσωπικότητα που είναι δημιουργημένη από την σύνθεση εμπειριών, θετικών και αρνητικών. Όταν ο ήρωας μεταφράζει τη Ενέργεια του Σύμπαντος συνδέομενος με θετικές εμπειρίες, δημιουργεί όμορφες στιγμές. Αν συνδέεται με αρνητικές εμπειρίες, τις μεταφράζει με αρνητικό πρόσημο. Και αυτές είναι που τον περιορίζουν στο να ζήσει μια όμορφη ζωή και να δημιουργήσει ένα όμορφο Σύμπαν - Ιστορία.

#### Μύθος στο κείμενο ή στο σενάριο.

Ένας μύθος δημιουργείτε (τις περισσότερες φορές) όταν ένας ήρωας έχει έναν ξεκάθαρο στόχο (που έχει δοθεί τα πρώτα 15 λεπτά του έργου) και υπερβαίνει τα εμπόδια για να τον πετύχει, ή όχι.



# Μαθαίνοντας Επιστήμη μέσα από το Θέατρο

## Η δημιουργία της προσωπικότητας του ήρωα.

Όταν γράφουμε ένα κείμενο χρειάζεται να έχουμε ξεκάθαρη εικόνα για το που θα καταλήξει ο μύθος μας. Ανάλογα με τις απαιτήσεις του στόχου που έχουμε δημιουργούμε τον χαρακτήρα του κεντρικού μας ήρωα. Όλα τα άλλα συντονίζονται από αυτόν.

## Η αρμονία της προσωπικότητας.

Η προσωπικότητα βρίσκεται πάντα σε αρμονία. Έχει τόσο θετικά στοιχεία, όσο και αρνητικά. Αυτό που δημιουργεί τα θετικά του ήρωα είναι πάντα οι αρνητικές στιγμές που έχει ζήσει. Τοποθετήστε στην ιστορία του εμπειρίες που δημιουργούν τις ικανότητές του. Μην φοβηθείτε η εμπειρίες να είναι σκοτεινές και αρνητικές. Είναι αυτές που τον κάνουν ικανό να καταφέρει να ολοκληρώσει τον μύθο του.

## Η κατανόηση του χρόνου.

Ο χρόνος που αντιλαμβάνονται οι αισθήσεις είναι γραμμικός, ενώ στην πραγματικότητα είναι σφαιρικός.

Αν και οι αισθήσεις μας κατανοούν τον χρόνο γραμμικά, αυτή είναι μια μετάφραση. Αδυνατεί ο εγκέφαλος να κατανοήσει πλήρως τον σφαιρικό χρόνο για αυτό τον ορίζει σε μια γραμμή. Έτσι μπορούμε να πούμε ότι υπάρχει μια γραμμή παρελθόντος που πάνω της καταγράφονται όλες οι ανθρώπινες συναισθηματικές εμπειρίες.

## Εργασία:

1. Γράψτε σε μια μικρή πρόταση μια ιστορία. Χρειάζεται να έχει αρχή, μέση και τέλος.

*Παράδειγμα:*

*Ο ήρωας, μετά από δοκιμασίες στην υγεία του κατάφερε να υπερβεί την τερματική του ασθένεια και να δημιουργήσει ένα φάρμακο που θα σώσει την ανθρωπότητα.*

2. Σχεδιάστε τον ήρωα και την γραμμή του παρελθόντος του.

3. Τοποθετείστε στην γραμμή του παρελθόντος του, τις εμπειρίες που χρειάζεται να έχει για να καταφέρει την ολοκλήρωση του μύθου.

*Παράδειγμα:*

*Ηλικία 0: στην γέννα του υπήρχαν επιπλοκές και για αρκετή ώρα οι γιατροί προσπαθούσαν να τον επαναφέρουν.*

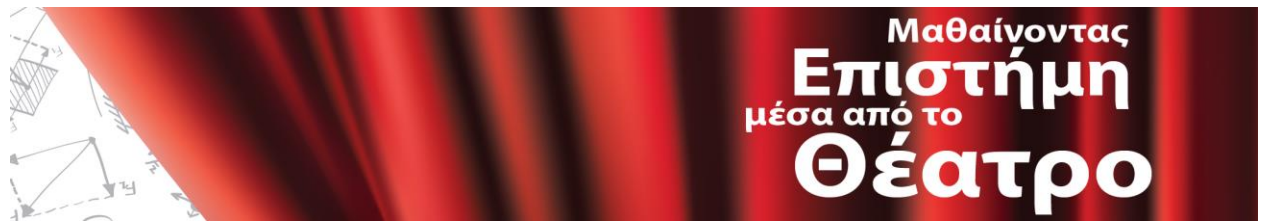
*Ηλικία 2: Μια βαριά πνευμονία τον πήγε στο νοσοκομείο. Ο πατέρας του ήταν σε δουλειές και δεν ήρθε.*

*Ηλικία 4: Πέφτει στην παιδική χαρά και τραυματίζεται. Καταλήγει πάλι στο νοσοκομείο. Ο πατέρας του ήταν απών. κτλ*

## Τελική δημιουργία του Σύμπαντος του Ήρωα.

Για να δημιουργήσει ο ήρωας τον τρισδιάστατο κόσμο του, χρησιμοποιεί αυτές τις συναισθηματικές εμπειρίες και συνδέεται μαζί τους και έτσι δημιουργεί την δόνηση του. Αυτή έχει την ιδιότητα να συντονίζει την ύλη και να δημιουργεί την ψευδαίσθηση του τρισδιάστατου κόσμου μας.

Για να κατανοήσει το τρισδιάστατο δημιούργημά του, χρησιμοποιεί τις λογικές συνδέσεις με το παρελθόν του.



**Δημιουργία:** Συναίσθημα, **Κατανόηση:** Λογική.

Μπορείτε να βρείτε περισσότερες πληροφορίες για την σύνθεση του χαρακτήρα του ήρωα στο παρακάτω άρθρο: <http://www.psychologia.gr/editions/development.htm>

Αργύρης Σ. Μάρδας  
Σκηνοθέτης - Συγγραφέας  
Τ: 2109841088  
Κ: 6945266448  
[argyrisdardas@gmail.com](mailto:argyrisdardas@gmail.com)