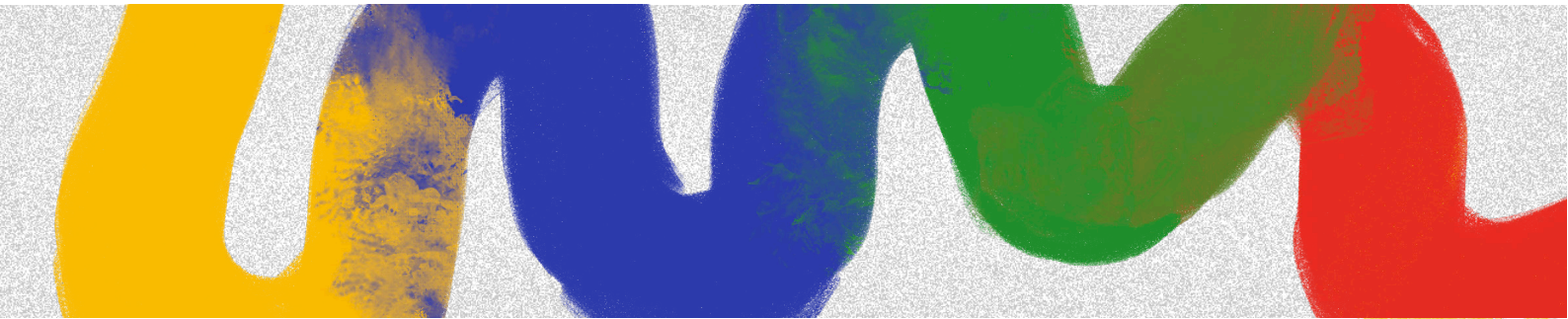


# O widzeniu, braku widzenia i innych zmysłach



# 1. wzrok i kolory

Jakie kolory widzisz na tej palecie / obrazku?

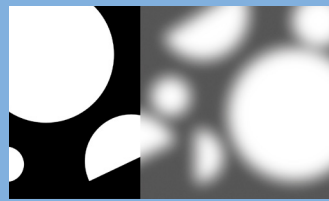


Czy wiesz, że:

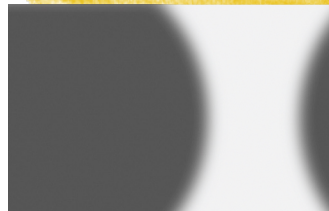
Nowonarodzone dziecko dobrze widzi przedmioty znajdujące się w odległości około 20-30 cm od swojej twarzy?



Rzeczy, które znajdują się dalej, postrzega, jakby były umieszczone za mleczną szybą.



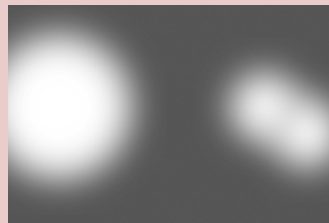
Szacuje się, że widzi 30 razy mniej wyraźnie niż dorosły człowiek.



W pierwszym miesiącu życia uwagę niemowlęcia przykuwają duże, czarno-białe pasy, piłki i kostki.



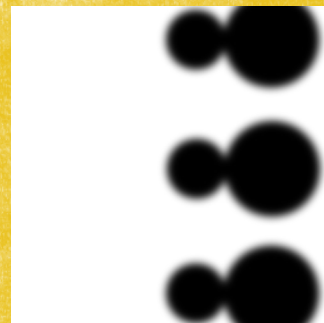
Reaguje na zmiany natężenia światła.



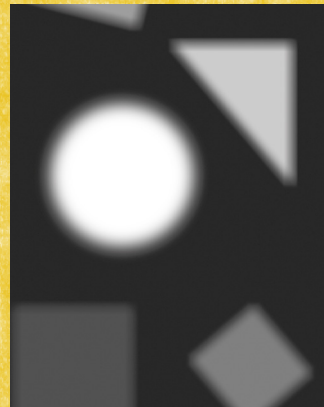
A potem zaczyna kolejno widzieć kolory: najpierw CZERWONY / jak np. róża albo mak;



Jego świat jest dwuwymiarowy ponieważ nie potrafi ocenić, co znajduje się bliżej, a co dalej.



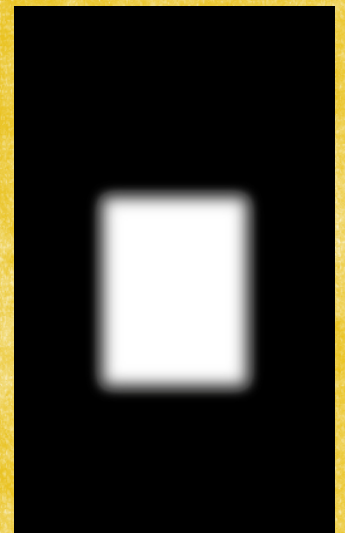
Świat noworodka jest czarno-biały. Nie rozróżnia barw, a jedynie odcienie szarości.



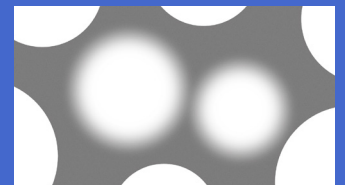
potem ZIELONY / jak np. trawa albo liście drzew; potem ŻÓŁTY / jak np. cytryna albo banan;



Najłatwiej jest mu dostrzec kontrastowe zestawienia białego i czarnego.



Rzeczy w centrum jego pola widzenia są mniej wyraźne niż te na obrzeżach.



potem NIEBIESKI / jak np. morze, niebo lub niebieskie bratki; a potem pozostałe kolory.



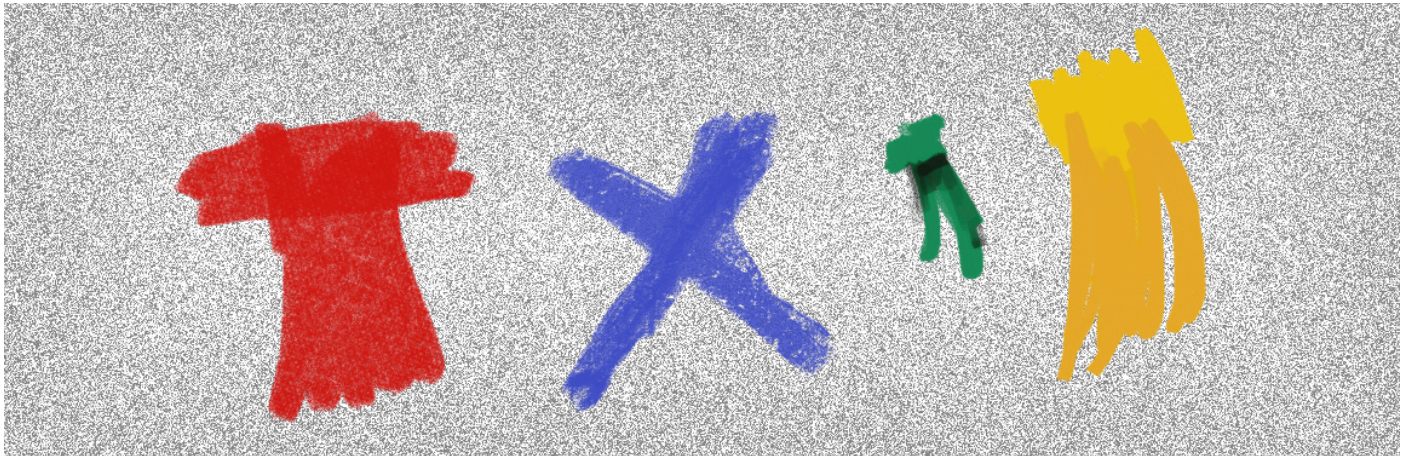
**Kiedy człowiek stopniowo traci wzrok**, jako pierwszy z całej gamy wszystkich istniejących kolorów przestaje widzieć kolor **CZERWONY**. Na końcu zaś, jako ostatni – przestaje widzieć kolor **ŻÓŁTY**. Dlatego większość oznaczeń i informacji wizualnych, tworzonych z myślą o osobach niewidomych i słabowidzących, jest w kolorze **ŻÓŁTYM**.





**Jeśli mogłaś / mogłeś zobaczyć bohaterów spektaklu „Wszystko w głowie” w reżyserii Julii Szmyt, to wiesz, że:**

- Julia (ta, która się nie zdrabnia) – nosi **CZERWONĄ** sukienkę
- Ksenia (przez Eryka zwana Kseniczyczką) – nosi **NIEBIESKI** kostium
- Mrówka (która też się nie zdrabnia, bo by znikła zupełnie) – nosi **szaroZIELONĄ** koszulkę i spodnie
- Eryk (który używa zdrobnienia Eryczyczek) – nosi **ŻÓŁTY** kostium: koszulkę, spodnie i buty

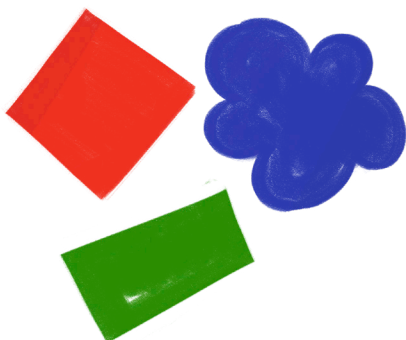


**Kolory podstawowe a kolory światła**

paleta barw podstawowych  
**CZERWONY, NIEBIESKI, ŻÓŁTY**



kolory światła:  
**CZERWONY, ZIELONY, NIEBIESKI**



Światło ma inne kolory podstawowe niż np. farby. Kolory podstawowe to te, które istnieją samoistnie i nie można ich uzyskać przez zmieszanie ze sobą różnych innych kolorów.

W świecie osób niewidomych i słabowidzących większe znaczenie mają **kolory światła**. To te, które potrzebują fali światła, żeby można było je zobaczyć. A ponieważ fale światła mają różną długość, każdy kolor potrzebuje innej ilości światła, żeby można było go zobaczyć. Na przykład kolor czerwony wymaga najdłuższej fali (czyli bardzo dużo) światła, kolor niebieski – najkrótszej (czyli bardzo mało) światła a kolor żółty – nie potrzebuje światła niemal w ogóle.

Dlatego czerwony jest kolorem, który człowiek przestaje widzieć jako pierwszy a żółty – jako ostatni. W spektaklu „Wszystko w głowie” występują w roli głównej nie trzy kolory podstawowe, ale te właśnie cztery kolory: **CZERWONY, NIEBIESKI, ZIELONY i ŻÓŁTY**.



## Jak opisać kolory osobie niewidomej od urodzenia?

Przeczytaj krótką opowieść lub jej wysłuchaj. W postaci do wysłuchania znajdziesz ją na stronie [tetraguliwer.pl/EDU](http://tetraguliwer.pl/EDU) jako plik audio. Być może ona pomoże Ci w znalezieniu własnego sposobu opisanie wybranych kolorów osobie niewidomej.

### Kolory, dźwięki, zapachy i smaki

– **Ech** – westchnęła któregoś dnia Zielona. Zielona była plamą i tak właśnie w skrócie mówiły do niej inne plamy: Zielona. W całości jej imię brzmiało: Zielona Plama.

– **Co się dzieje?** – zapytała Czerwona (Czerwona Plama, jak się domyślicie).

– **Ech!** – Zielona westchnęła ze zdwojoną siłą – **dłaczego ja nie mam zapachu? Dlaczego mnie nie słyszać? Chciałabym brzmieć! Chciałabym pachnieć!**

– **I tu się nie zgodzę** – wtrąciła się Żółta – **właśnie, że masz zapach.**

– **No pewnie!** – potwierdziła Czerwona.

– **No co Wy?** – wzdrygnęła się Zielona – **mam nadzieję, że to nie jest brzydki zapach?**

– **Pachniesz lasem** – rozmarzyła się Niebieska – pachniesz trawą, pachniesz łąką, pachniesz młodymi wiosennymi listkami. **Co innego ja** – posmutniała.

– **Jak to?** – dopytała Zielona.

– **To ja nie pachnę. Zupełnie. Wcale. Zero. Null** – zasępiła się Niebieska – **no pomyśl! Słyszałaś kiedyś o zapachu nieba albo wody?**

– **Może pachniesz po prostu farbą?** – wtrąciła rozsądnie Żółta – **ja tam lubię zapach farby.**

– **Ja też!** – krzyknęła Czerwona.

– **I ja!** – uśmiechnęła się Zielona.

– **No, a poza tym** – dokończyła Żółta – **na pewno są jakieś niebieskie kwiatki, które pachną. Na przykład bez?!**

– **Bez jest fioletowy!** – niemal zzieleniała ze złości Fioletowa Plama – **a może ty po prostu bardziej dźwięczysz niż pachniesz?** – dodała.

– **Dźwięczę?** – Niebieska Plama lekko się rozjaśniła – **myślicie, że dźwięczę?**

– **No pewnie!** – wykrzyknęła radośnie Różowa – **przecież wszyscy to słyszą: słyszą: słyszą: słyszą: szum morza i pluskanie rzeki.**

– **I warkot niebieskiego samochodu, który pędzi ulicą** – dokończyła Pomarańczowa.

– **A ty za to najbardziej smakujesz** – odwdzięczyła się jej Niebieska.

– **Naprawdę?** – aż poczerwieniła z radości Pomarańczowa Plama.

– **Tak!** – potwierdziła Niebieska.

– **Ale jak smakuję? Mam nadzieję, że smacznie smakuję?** – drążyła Pomarańczowa, nieco zaniepokojona.

– **No pewnie!** – uspokoiła ją Niebieska – **smakujesz orzeźwiająco i egzotycznie: pomarańczami i oranżadą. I takim kwaskowym, soczystym lizakiem.**

– **I marchewką!** – przypomniała sobie Czerwona.

– **I dynią!** – dodała Żółta.

– **I oranżadką w proszku! Taką do zlizywania prosto z ręki** – rozmarzyła się Różowa.

– **A Zielona też smakuje. Dla mnie smakuje jak ogórek. I jak zielony groszek prosto z ogródka w lipcu. I jak papierówki.**

– **Jakie to wspaniałe!** – zazieleniła się Zielona – **każda z nas może mieć zapach, brzmieć, a nawet smakować.**

– **Nooo!** – potwierdziła Niebieska – **a mówi się, że jesteśmy tylko do oglądania.** – **No tak, ale to przecież prawda. Niektóre z nas może nawet bardziej dźwięczą, inne smakują, a inne – pachną.**

– **Ale wszystkie nas przede wszystkim można zobaczyć** – podsumowała Czerwona.

– **A kiedy nas nie widać, wystarczy usłyszeć naszą nazwę, żeby coś zobaczyć, usłyszeć albo poczuć** – dodała Pomarańczowa.

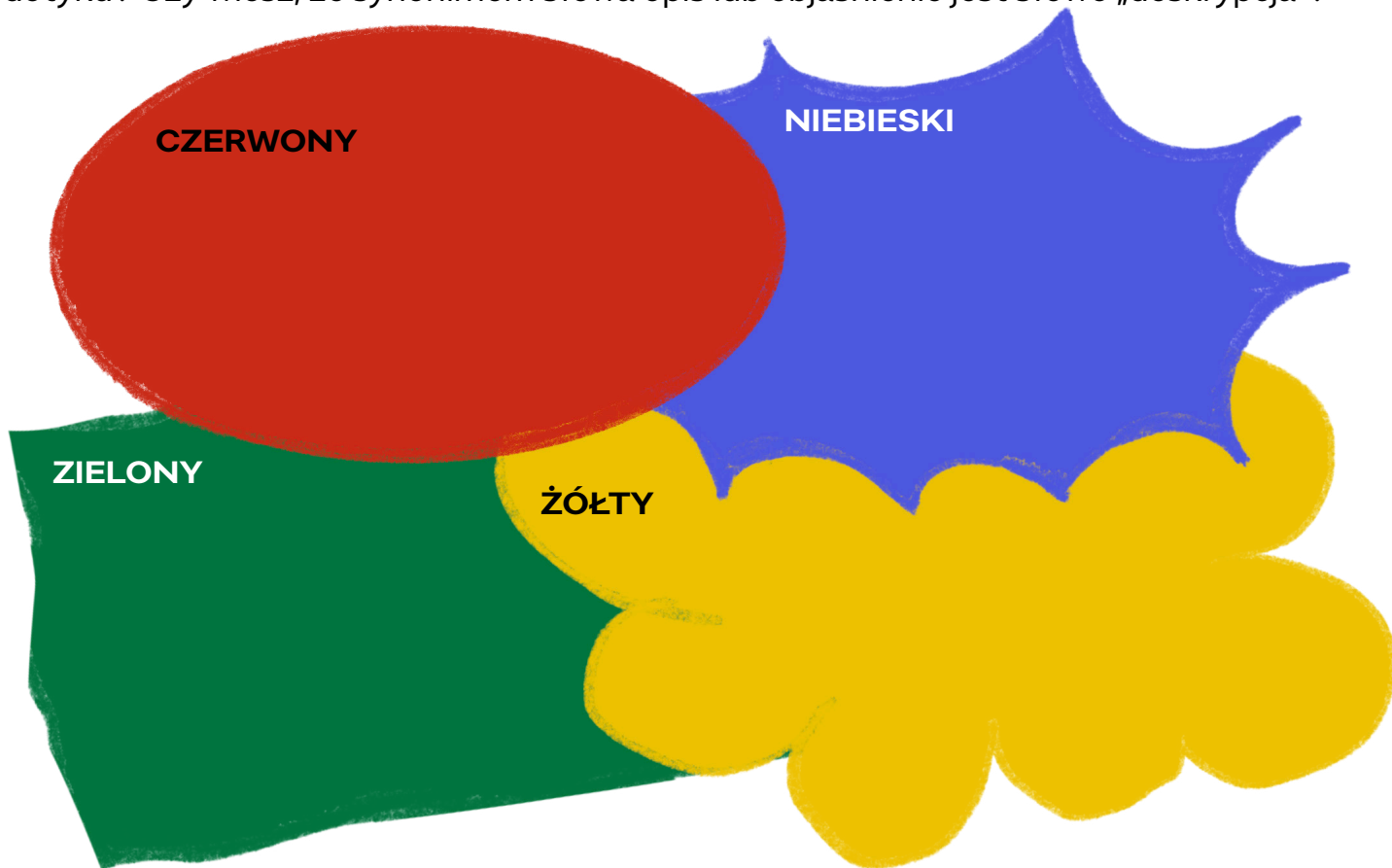
– **Wszystko jest kwestią wyobraźni** – podsumowała Czarna.

– **I czasem też czegoś jeszcze...takiego mądrego bardzo...to było takie ważne słowo** – jękała się Biała Plama, bo nie mogła sobie przypomnieć.

– **I pamięci** – podpowiedziała jej to właściwe słowo Czarna Plama.



**A teraz spróbuj wymyślić swoje własne opisy kolorów. Jak mógłbyś / mogłabyś je opisać osobie, która nigdy ich nie widziała albo ich nie pamięta?** Jakich słów i pojęć z zakresu innych zmysłów najchętniej użyjesz, żeby opisać elementy świata widzianego? Czy to będą słowa, przywołujące dźwięki, zapachy, smaki czy odczucia? A może spróbujesz opisać poniższe kolory za pomocą pojęć, związanych ze zmysłem dotyku? Czy wiesz, że synonimem słowa opis lub objaśnienie jest słowo „deskrypcja”?



**Audiodeskrypcja** – słowny i dźwiękowy opis obrazu, wizualnych obiektów lub treści (takich jak np. spektakl, film), umożliwiający osobom, które nie widzą, jak najpełniejszy i dokładny odbiór rzeczywistości lub dzieła czy też obiektu wizualnego.

„Kolory, dźwięki, zapachy i smaki” - to opowieść, której możesz wysłuchać również w formacie audio na stronie [teatrguliwer.pl](http://teatrguliwer.pl). Czy pamiętasz słowo „deskrypcja”, które jest synonimem dla słów „opis” lub „objaśnienie”? Plamy z naszej opowieści rozmawiają i opisują kolory słowami i dźwiękiem, odwołując się do zmysłów smaku, słuchu czy węchu. Ten sposób opowiadania o tym, co widoczne (np. o kolorach, kształtach, rzeczach czy widzianym ruchu) można nazwać **AUDIODESKRYPCJĄ**. To również ta czynność, którą wykonuje Ksenia – jedna z bohaterek spektaklu „Wszystko w głowie”.



## 2. słuch i dźwięki

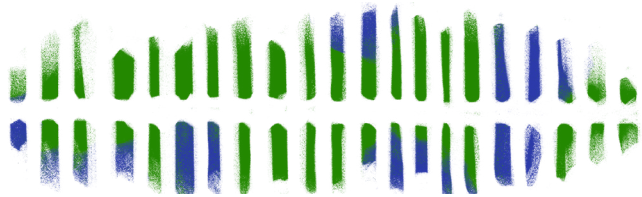
**Baw się dźwiękami.** Najlepiej w parze z kolegą lub koleżanką.

Przyjrzyj się trzem dźwiękom na poniższych obrazkach. To dźwięki, które namalowała Julka. Spróbuj wyobrazić sobie, jak mogą brzmieć i znajdź sposób (jakiś instrument, rzecz albo inny obiekt), dzięki któremu możesz je wydobyć. A może uda Ci się je zaśpiewać, zanucić, zamruczeć, wykrzyczeć lub wypowiedzieć? Zaprezentuj je koledze lub koleżance i poproś, żeby narysował / narysowała wykonany przez Ciebie dźwięk. A teraz porównajcie oba rysunki i sprawdźcie, czy są podobne i czym się różnią.

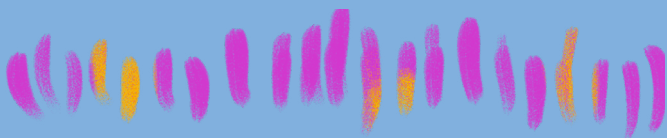
Dźwięk 1.



Dźwięk 2.



Dźwięk 3.

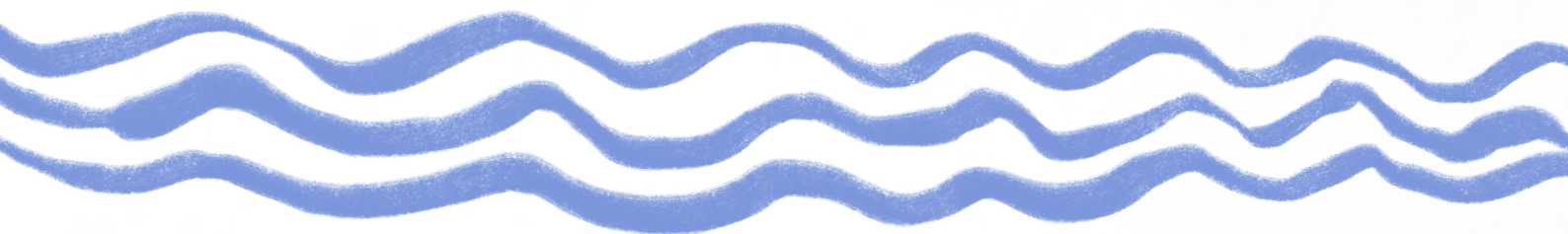
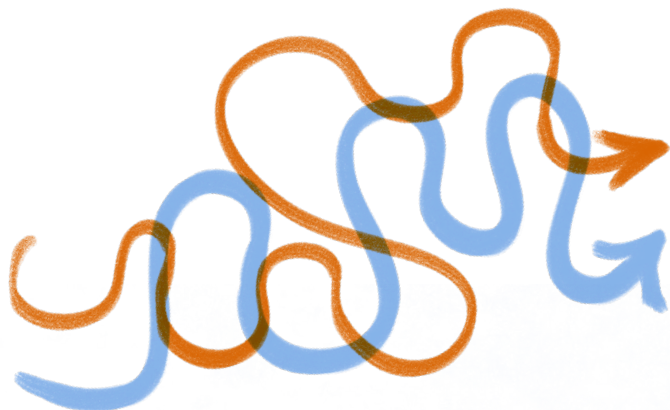


**Opisz dźwięk**

Przypomnij sobie jeden najciekawszy dźwięk, jaki usłyszałeś / usłyszałaś podczas spektaklu „Wszystko w głowie”. Spróbuj go nazwać i opisać. A może wolisz go narysować? Niech to będzie Twój ulubiony dźwięk ze spektaklu albo ten, który szczególnie utkwił Ci w pamięci:

## Do jakich światów / miejsc przeniosły Cię wydawane i tworzone przez aktorów i aktorki spektaklu „Wszystko w głowie” dźwięki?

Spróbuj wymienić miejsca, do których podróżowałaś / podróżowałeś podczas spektaklu. Jak myślisz, jakich rekwizytów użyli aktorzy do stworzenia tych światów? Spróbuj je nazwać:



## Czy pamiętasz, co to jest echolokacja i do czego może się przydać?

**Echolokacja:** określanie położenia przeszkód lub poszukiwanych obiektów w otoczeniu z użyciem zjawiska echa akustycznego. Metoda ta stosowana jest przez niektóre zwierzęta, na przykład: nietoperze, walenie, niektóre ryjówkowate i ptaki, na przykład do nawigacji, wykrywania i chwytania zdobyczy czy komunikacji. Metodę echolokacji wykorzystują też ludzie, głównie osoby niewidome, do ułatwiania poruszania się w przestrzeni.

**Czy wiesz już, dlaczego Eryczyczek, zaraz gdy pojawił się w przestrzeni widowni i na scenie, pstrykał palcami?**





### 3. ruch, dotyk, czucie i kinestezja

**Marek Reiss**  
**Hulaj nogą, ale z głową**

WZDEUŻ DOWOLNEJ PUSTEJ ŚCIANY LUB WZDEUŻ TRAWNIKA  
LECZ ZAWSZE WZDEUŻ WEWNĘTRZNEJ KRAWĘDZI CHODNIKA:  
TAK SIĘ HULAJNOGI PARKUJE  
BARDZO SERDECZNIE DZIĘKUJĘ

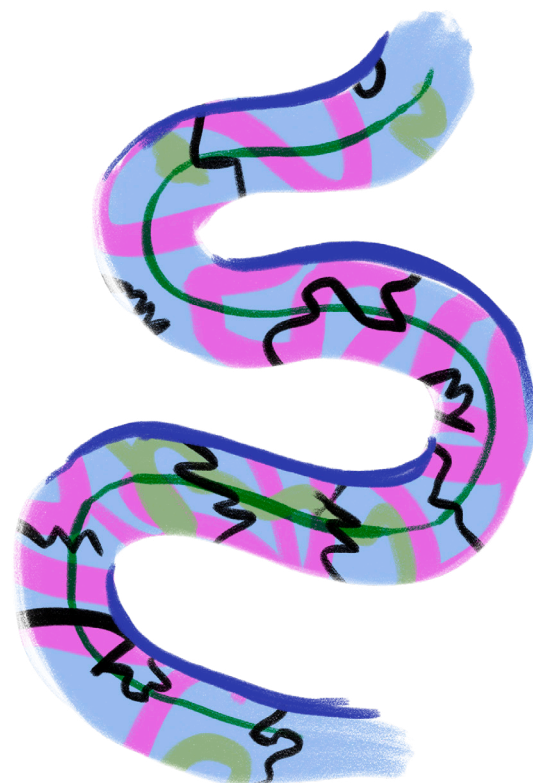
DAJĄC JAKBY NOWE ŻYCIE WIESZCZA SŁOWOM:  
HULAJ DUSZA, HULAJ ALE Z GŁOWĄ.  
SKRYCIE LICZĄC, ŻE PEWNE NAWYKI JUŻ OD DZIŚ SIĘ ZMIENIA,  
PROSZĘ PODZIEL SIĘ Z NAMI DO ŻYCIA PRZESTRZENIA

CHODNIK TO MIEJSCE DLA LUDZI I ZWIERZĄT PRZEZNACZONE  
A NIE NA HULAJNOGI CZY ROWERY PORZUCONE  
BO HULAJNOGA CZY ROWER, NO CÓŻ:  
TO W SUMIE TYLKO NARZĘDZIE - JAK NÓŻ

TYM CO SENSU TEGO WIERSZYKA NIE ZAPAMIĘTALI  
PROPONUJĘ BY GO JESZCZE RAZ NA SPOKOJNIE WYŚLUCHALI:

WZDEUŻ DOWOLNEJ PUSTEJ ŚCIANY LUB WZDEUŻ TRAWNIKA  
LECZ ZAWSZE WZDEUŻ WEWNĘTRZNEJ KRAWĘDZI CHODNIKA:  
TAK SIĘ HULAJNOGI CZY ROWERY PARKUJE  
BARDZO JESZCZE RAZ ZA TO DZIĘKUJĘ!

TEN WIERSZYK TO TAKA JAKBY PRZESTROGA  
CZYM MOGĄ SIĘ STAĆ ROWER LUB HULAJNOGA  
GDY POROZUMIENIE MIĘDZY NAMI JUŻ NASTANIE  
DODAM, ŻE WEWNĘTRZNA STRONA TO TA PRZY ŚCIANIE



**Autorem tego wiersza jest Marek Reiss – aktor, grający rolę Eryka vel Eryczycka w spektaklu „Wszystko w głowie”.**

On sam też recytuje swój wiersz w ostatniej części spektaklu. Stworzył ten wierszyk na podstawie osobistych doświadczeń jako osoba niewidoma, która styka się często z problemem porzuconych na chodnikach i w dowolnych miejscach miasta hulajnóg i skuterów. Spektakl „Wszystko w głowie” jest realizowany w formule teatru dokumentu – teatru prezentującego rzeczywiste problemy, sytuacje, wypowiedzi i fakty.

**Kinestezja:** dosłownie „czucie ruchu” to obszar zmysłowy, w którym łączą się poczucie równowagi, dotyku i czucie głębokie. Krótko mówiąc: to odbieranie i przetwarzanie przez człowieka i inne istoty poruszające się wiadomości dotyczących położenia poszczególnych części ciała w przestrzeni i względem siebie. Odpowiada za kontrolę, precyzję i płynność ruchów.

Kinestezja jest trochę jak „Siri” czyli głos z iPhona Julii – jednej z bohaterek spektaklu „Wszystko w głowie”, pomagający jej poruszać się i odnajdywać w nieznannej jej przestrzeni. To rodzaj wewnętrznej, czuciowej nawigacji naszego ciała. Tyle, że kinestezja, w którą zaopatrzone są nasze ciała nie potrzebuje zmysłów słuchu ani wzroku. To ona sprawia, że nawet nie widząc i nie słysząc wiemy, że siedzimy albo stoimy, i która nasza ręka albo noga jest lewa, a która prawa. A nawet: czy słyszymy lewym, czy prawym uchem.

### **Czy widzisz rysunek po prawej stronie kartki?**

To ćwiczenie można wykonywać w parach. Znajdźcie kilka różnych rzeczy / obiektów, które są w pobliżu. Np. kilka książek, pusty kubek, klej, pudełko z farbami, inne rzeczy. A teraz niech jedno z Was zakryje oczy (chustką lub szarfą) i z zebranych obiektów spróbuje ułożyć wieżę. To z Was, które nie ma zakrytych oczu, może „nawigować” czyli podpowiadać osobie z zakrytymi oczami, gdzie znajduje się określona rzecz (po prawej czy po lewej stronie; wyżej lub niżej, przed lub za, itd.). Potem zamieńcie się rolami.



TEKST: Anna Kierkosz  
KONSULTACJA MERYTORYCZNA DOSTĘPNOŚCI:  
Julianna Chrzanowska oraz Marek Reiss  
PROJEKT GRAFICZNY I SKŁAD: Julia Juzyk  
KOREKTA TEKSTÓW, REDAKCJA:  
Agnieszka Evans  
LEKTORKA W WERSJI AUDIO KARTY: Elżbieta Pejko

#### **„Wszystko w głowie”**

spektakl zrealizowany w formacie teatru dokumentu, w ramach projektu RówniRóżni.doc Teatru Lalek Guliwer. Porusza tematy i kwestie związane z obszarem WIDZENIA. Bohaterami spektaklu są cztery bardzo różne osoby: Julia, Ksenia, Mrówka i Eryczyczek. Postaci symbolizują cztery kolory szczególnie ważne dla istot widzących i niewidzących. Ale tak naprawdę to spektakl o poczuciu inności, o odnajdywaniu się w nowym, nierozpoznanym otoczeniu, o tym, że nawet w poczuciu inności wiele wspaniałych rzeczy można robić razem. To spektakl o świecie wyobraźni, dzięki której nawet jeśli się nie widzi, można zwiedzać wiele niezwykłych światów: w głowie. Bo w niej jest wszystko.

SCENARIUSZ: Zuzanna Bojda  
REŻYSERIA: Julia Szmyt  
REŻYSERIA DŹWIĘKU I MUZYKA: mooryc  
SCENOGRAFIA: Joanna Załęska  
ASYSTENTKA REŻYSERKI: Anna Przygoda  
WYSTĘPUJĄ: Wanda Konisevich, Natalia Molodchenko (gościnnie), Georgi Angiełow, Marek Reiss (gościnnie)

GŁOSU UŻYCZYLI: Andrzej Życzyński oraz dzieci z klasy 6 Ośrodka Szkolno-Wychowawczego w Laskach: Arvin Arabi, Jakub Błażniak, Miłosz Chrobak, Dorian Krzyczkowski, Nikola Stolarczyk

KURATORKA DS. PARTYCYPACJI: Elżbieta Pejko  
KONSULTACJE oN: Andrzej Życzyński, Nikola Stolarczyk

KURATORZY PROJEKTU: Robert Drobniuch, Anna Kierkosz  
WSPÓŁKURATORKI: Julianna Chrzanowska, Agnieszka Evans