

## #45 Budowanie postaci

### Krótki opis

Odcinek dotyczy praktycznego budowania postaci do opowieści – od pierwszych notatek scenarzysty, przez biografie i research, po narzędzia pracy aktorskiej i reżyserskiej. Autor pokazuje, jak łączyć rzemiosło, czas i techniki (pisarskie, aktorskie, improwizacyjne), by postać stała się wiarygodna, pogłębiona i „pełnokrwista”, a jednocześnie zostawiać przestrzeń innym twórcom na ich wkład.

### Temat i cel odcinka

Temat: praktyczne metody budowania postaci w filmie, teatrze, grach i literaturze – od kartki papieru po scenę i plan.

Cele odcinka:

- pokazać różne podejścia do pisania biografii i opisów postaci (krótkie vs rozbudowane) oraz ich konsekwencje;
- nauczyć, jak opisywać postać obrazowo zamiast „przymiotnikowo”;
- pokazać rolę researchu, archetypów i wizualizacji w tworzeniu bohaterów;
- zaproponować konkretne narzędzia aktorskie i reżyserskie do pogłębiania postaci w procesie prób.

Główne wątki odcinka

#### 1. Biografia postaci – dwie szkoły i ich plusy/minusy

- Autor wychodzi z tradycyjnego modelu: najpierw postać powstaje na papierze/ekranie, potem trafia do filmu, teatru, gry czy książki.
- Rozwój postaci zaczyna się po etapie pomysłu i ogólnego streszczenia historii – wtedy warto świadomie budować bohaterów.
- Dwie szkoły pisania biografii:
  - **Krótkie, treściwe opisy** – łatwe do przekazania innym, szybkie w lekturze, ale mogą zostawiać „dziury” w historii postaci;
  - **Długie, wielostronicowe biografie** – dają głębokie zrozumienie i „życie” z postacią, ale są czasochłonne, potrafią blokować fabułę („ta postać nie może tak postąpić, bo w biografii jest co innego”) i bywają trudne do przebrnięcia dla zajętych realizatorów.
- Nie ma idealnego rozwiązania – wybór zależy od czasu, potrzeb projektu i sposobu pracy zespołu; możliwe jest też podejście „środkowe”.

#### 2. Jak opisywać postać – od przymiotnika do obrazu

- Autor ostrzega przed „przymiotnikowym” opisywaniem postaci (np. „tchórzliwa”), bo każdy może rozumieć te przymiotniki inaczej.
- Inspirując się Judith Weston („Reżyserowanie aktorów”), proponuje opisywanie konkretami i sytuacjami zamiast etykiet.
  - **Przykład:** zamiast „tchórzliwy” – „to osoba, która zostaje w domu, gdy wszyscy idą protestować / na imprezę”.
- Taki opis:
  - buduje obraz,
  - pomaga aktorowi i reżyserowi,
  - lepiej komunikuje charakter postaci niż abstrakcyjny przymiotnik.
- Wielką rolę mają obrazy:
  - znalezienie zdjęcia (aktora, osoby z życia) jako wizualnego punktu odniesienia;
  - użycie narzędzi generatywnych (Midjourney, ChatGPT, inne AI) do stworzenia portretów bohatera w różnych sytuacjach i emocjach;
  - takie wizualizacje pomagają usłyszeć głos postaci, zobaczyć jej ruch, sposób bycia.

### 3. Research i archetypy – wiarygodność i funkcja dramaturgiczna

- Postać powinna być nie tylko „odjechana”, ale przede wszystkim wiarygodna – temu służy rzetelny research.
- Autor zachęca do zanurzenia się w środowiskach, o których piszemy (lekarze, policjanci, nurkowie itp.): rozmowy, obserwacja języka, problemów, rytmu pracy.
- Research jest wymagający (czas, przełamanie introwertyzmu), ale ogromnie wzbogaca postać i odróżnia „one-pagera napisanego w dzień” od projektu popartego setkami godzin doświadczeń i notatek.
- Kolejny ważny krok: określenie archetypu postaci (wg Campbella/Voglera):
  - **Protagonista (bohater, hero)** – niesie główną zmianę, jest w większości scen;
  - **Antagonista (cień, shadow)** – ucieleśnia lęki, pragnienie władzy, to, co bohater wypiera;
  - **Mentor** – ktoś z wiedzą/know-how (nie zawsze „siwy starzec”, może być młody specjalista);
  - **Trickster** – wnosi chaos, humor, demaskuje hipokryzję i słabości bohatera.

- Świadomość archetypu pomaga konsekwentnie budować rolę i nie „przykryć” protagonisty np. zbyt dominującym mentorem.
- Ważne jest też zdefiniowanie celu nadrzędnego postaci, przeszkód oraz stawki („co się stanie, jeśli się nie uda”).

#### 4. Narzędzia pisarskie i reżysersko-aktorskie do pogłębiania postaci

##### **Pisarsko / koncepcyjnie:**

- Pisanie monologów (wewnętrznych lub zewnętrznych), by złapać styl mówienia postaci.
- Szukanie inspiracji w innych dziełach – nie po to, by kopiować, ale filtrować rozwiązania, uczyć się na cudzych sukcesach i błędach.
- Budowanie moodboardów: obrazy postaci, miejsc, rekwizytów, plus muzyka oddająca rytm bohatera.
- Świadome ograniczenie didaskaliów „emocjonalnych” w scenariuszu – zostawianie przestrzeni dla aktora i reżysera, chyba że dana emocja jest dramaturgicznie kluczowa.

##### **Aktorsko / w procesie prób:**

- **„Magiczne gdyby” Stanisławskiego** – filtrowanie sytuacji przez pytanie „co by było, gdybym to ja był w tej sytuacji?”.
- **Analiza tekstu** w duchu Judith Weston (close reading): kto jest w scenie, jaki jest cel w scenie, cel nadrzędny, jakie „przystosowania” (tactics) aktor może użyć.
- **Obserwacja** – spotkania z ludźmi z podobnym doświadczeniem, rozmowy zamiast „przeżywania naprawdę” destrukcyjnych stanów (np. nałogów).
- **Ćwiczenie „dotykanie postaci”** (Meisner + Czechow):
  - aktor wyobraża sobie postać obok siebie (wygląd, ubranie, dodatki, zapach, sposób poruszania),
  - na końcu naśladuje głos tej postaci,
  - dzięki pamięci mięśniowej i wyobraźni zaczyna mieć w ciele „wejście” i „wyjście” z postaci.
- **Improwizacje jako narzędzie (nie efekt):**
  - aktorzy zapisują 3 ważne wydarzenia z życia postaci;
  - improwizują sceny „po” tych wydarzeniach (shared event), np. rozmowa przy śniadaniu dzień po kompromitacji na szkolnym przedstawieniu;
  - w ten sposób poszerzają biografię i emocjonalne zaplecze postaci.

- **Ćwiczenia z dramy, np. „gorące krzesło”** – aktor w postaci odpowiada na pytania „publiczności” (zespołu), co rozbudowuje świat bohatera.
- **Dodatkowe praktyki aktorskie:**
  - dziennik/pamiętnik pisany z punktu widzenia postaci;
  - czasowe „życie jak postać” w codzienności (rozwiązanie intensywne, anegdotyczne, z ryzykiem);
  - zadania typu: zakupy, wyjście do ludzi w postaci, żeby sprawdzić reakcje i poczuć ją „w ciele”.
- **Praca z partnerem** (np. repetition Meisnera) uwrażliwia na drugą osobę i pomaga w budowaniu relacji między postaciami.

## 5. Rekwizyty, kostium, materiały promocyjne i przestrzeń dla twórców

- Rekwizyty i kostium są kluczowe dla wcielania się w postać – warto dawać je aktorom możliwie wcześniej, a nie dopiero pod koniec prób.
  - Różne ubrania (dres vs garnitur) od razu zmieniają ciało, sposób poruszania, samopoczucie postaci;
  - Rekwizyty „atrybucyjne” (berło, korona, charakterystyczna broń) budują status, gesty, rytuały.
- Produkcyjna rzeczywistość często to utrudnia, ale im szybciej kostium/rekwizyt trafi do aktora, tym lepiej dla postaci.
- Tworzenie materiałów promocyjnych (zajawki, filmiki w postaci) może również pomagać w budowaniu bohatera – sytuacja „przed kamerą” mobilizuje aktora do doprecyzowania postaci.
- Autor podkreśla, że za pełnokrwistą postacią stoją przede wszystkim rzemiosło, narzędzia i czas – a nie „magia” czy wyłącznie „geniusz”.
- Kluczowe jest też „nieodcinanie tlenu” innym twórcom:
  - scenarzysta i reżyser dają ramy, ale aktorzy i realizatorzy muszą mieć przestrzeń na własny wkład,
  - z czasem to oni będą wiedzieli i czuli o postaci więcej niż autor tekstu – warto im na to pozwolić.

Propozycja bibliografii / źródeł

- Judith Weston, „Reżyserowanie aktorów” – kluczowa pozycja o pracy z aktorem, unikaniu przymiotników, analizie tekstu

- Christopher Vogler, „Podróż autora” – archetypy w narracji (Campbell, podróż bohatera)
- Konstantin Stanisławski – „magiczne gdyby”, praca nad postacią
- Michaił Czechow – gest psychologiczny, pamięć mięśniowa
- Sanford Meisner – technika Meisnera: repetition, dotykanie postaci, prawda w reakcji na partnera
- Narzędzia AI do wizualizacji: Midjourney, ChatGPT, inne generatory obrazów