

Kolektiv Nesladim – Dům bez spánku **30. 3. premiéra, reprízy 9. 4., 22. 5.**

Divadlo Archa v rámci své modulární dramaturgie a pod hlavičkou Archa.Fresh uvede 30. března premiéru dokumentární inscenace Dům bez spánku. Mladý divadelní kolektiv Nesladim, který tvoří skupina nezávislých umělců z Prahy a Paříže, věnuje ve své autorské inscenaci pozornost spánkovým poruchám, kterými podle posledních výzkumů trpí až třetina naší společnosti.

Dům bez spánku je prvním projektem Kolektivu Nesladim. Podle jeho spoluzakladatelky, režisérky Lindy Duškové, je cílem tohoto uskupení se dlouhodobě věnovat destigmatizaci psychických poruch a tématům s nimi spojenými.

„Říkáme tomu tematickému vymezení "problémy duše", protože se nejedná jenom o diagnostikované psychické poruchy, ale právě o hranici duševního zdraví, o duševní hygienu a péči obecně. Věříme, že je třeba ve společnosti rozvíjet diskuzi a upozorňovat na subjektivní, často až intimní témata, o kterých nejsme zvyklí komunikovat, ale o kterých podvědomě komunikovat chceme. Jsou to taková nepojmenovaná tabu, která v běžné konverzaci nemají místo, aniž bychom si uvědomovali, že to tak je nebo proč to tak je“, doplňuje Dušková.

Prvním tématem výzkumu se pro Kolektiv Nesladim staly spánkové poruchy, a to konkrétně narkolepsie, somnambulismus a insomnie. *„Pro bližší studium těchto nemocí jsme realizovali řadu rozhovorů s lidmi trpícími jednou ze zmíněných spánkových poruch, ale také se zdravými lidmi. Obě dotazované skupiny prokázaly nečekanou chuť o spánku mluvit, z rozhovorů byla cítit frustrace, že se na téma spánku v běžné konverzaci nedostává častěji. Problémy se spánkem se tedy ukázaly jako jedna z intimních oblastí lidského života, o které je třeba otevřeně mluvit,“* říká k tvůrčímu procesu Dušková.

Příprava inscenace probíhá za odborných konzultací lékařů a pacientů Oddělení spánkové medicíny Národního ústavu duševního zdraví v Klecanech. Vedoucí lékařka oddělení MUDr. Jitka Bušková také vystoupí v debatě po premiérovém uvedení 30. března v Arše.

V souvislosti s uvedením inscenace Divadlo Archa také v březnu chystá uvést vlastní podcast věnovaný spánku.

Kolektiv Nesladim vznikl v roce 2019 a jeho dramaturgie se zaměřuje na destigmatizaci psychických poruch skrze divadelní tvorbu. Základ tvoří skupina nezávislých umělců z Prahy a Paříže. Inscenace vzniká v produkci Divadla Archa v rámci Archa.Fresh.

Linda Dušková (1988)

Režisérka, dramaturgyně. Absolventka KALD DAMU a Conservatoire National Supérieur d'Art Dramatique v Paříži. V letech 2013-2017 pracovala ve Francii v divadlech Nouveau théâtre de Montreuil a Anis Gras (inscenace Černé Masky/Masques noirs, Das ist die Galerie, Jak bít dobrý lidi/Tue, hais quelqu'un de bien a Já tedy jsem...?/Suis-je donc...?). V Čechách režírovala inscenace Sandman (divadlo NoD), Ghost Protocol (Divadlo v Dlouhé), George Kaplan (Východočeské divadlo), Jako knoflík v hlavě (divadlo Alfa), Geometrie domova (Západočeské divadlo). Je uměleckou ředitelkou festivalu francouzského divadla v Praze Sněž tu žábu a festivalu českého divadla ve Francii Na skok do Prahy. Působí jako externí pedagog na KALD DAMU. V roce 2019 založila s Lucí Špačkovou Kolektiv Nesladim.

Lucie Špačková (1988)

Absolvovala v roce 2014 Katedru Produkce na DAMU a ve stejném roce založila nezávislý divadelní soubor 11:55. V letech 2013 - 2017 pracovala jako produkční na volné noze, mimo jiné také v Divadle Archa a v Centru pro nový cirkus CIRQUEON. V současné době je vedoucí produkce v Centru současného umění DOX. Spoluzaložila festival divadel pracujících s lidmi s mentálním postižením Mentetrál.

Rozhovor s režisérkou

Spánku bychom se teoreticky měli věnovat jednu třetinu našeho času a tato jedna třetina ovlivňuje zbylé dvě. Jaký vliv má spánek na stav naší společnosti?

Spousta lidí se ke spánku staví způsobem „vyspíš se až v hrobě“, spánek má ale mnohem více funkcí, nežli funkci regenerační. Neexistuje žádná buňka v těle ani v mozku, na kterou nemá negativní dopad dlouhodobá spánková deprivace. Člověk je jediný organismus, který se spánku neustále dobrovolně vzdává.

Lidé s poruchami spánku často v rozhovorech zmiňují, že mají problémy s lidmi okolo a nastavením společnosti. Insomniak zkrátka těžko vysvětlí svému šéfovi, že se špatně vyspal a že by potřeboval přijít do práce odpoledne. Narkoleptiky zase vyhadzují z kaváren, když usnou na stole. Společnost nereflektuje, že je možnost polyfázického spánku, kdy ti lidé mají jenom jinak rozčleněný den podle toho, kdy si jdou lehnout, a díky tomu ten časový řád vnímají úplně jinak, než většina lidí, což je společensky nepřijatelné. Spánková hygiena má dopad na vnímání času. Což je naším hlavním propojovacím tématem.

Jak je to s paralelou ve společnosti? Spí, nespí, umí kvalitně odpočívat? Jakou vidíte paralelu mezi osobním životem a vývojem společnosti?

Nespavost je jedna z poruch, která může být způsobena čistě psychicky. Kolektiv Nesladim jsme založili s cílem věnovat se destigmatizaci psychických poruch, protože duševní hygiena by měla být přirozenou součástí našeho života. Měli bychom chodit k psychologovi, stejně jako chodíme k zubaři. A to, že jdu k psychologovi, nemá být stigma, což bohužel v ČR je. Já jsem žila pět let ve Francii, kde mi

moje pojišťovna mi proplácela třikrát ročně návštěvu u psychologa úplně stejně, jako pravidelné návštěvy zubaře. V ČR je i mezi praktickými lékaři tendence zlehčovat situaci a nedoporučovat návštěvu psychologa. Ve výsledku pak nejsnazším způsobem, jak problém utlmit, je předepsat antidepressiva, která ale řeší pouze důsledek.

Myslím také, že v Čechách se obecně špatně spí, protože jsme národ, který pije hodně alkoholu, což je jeden z hlavních zabijáků kvalitního spánku. Část insomniaků se léčí s tím, že mají nějakou latentní formu alkoholismu. Sice slabého, ale ve výsledku způsobil to, že nemůžou spát. Není to samozřejmě jediná příčina.

Jakým způsobem budete reflektovat osobní zkušenosti členů inscenačního týmu?

Nikdo z členů týmu nemá diagnostikovanou ani narkolepsii ani somnambulismus, i když insomniaků máme v divadelní komunitě dost. Proto jsme se spojili s Národním ústavem pro duševní zdraví, konkrétně s Jitkou Buškovou, vedoucí oddělení výzkumu spánkových poruch, a začali jsme dělat rešerše, při kterých vedeme rozhovory přímo s pacienty toho ústavu. Spolupracujeme také s dalšími organizacemi a jejich klienty, jako je Diagnóza narkolepsie nebo blog usínám.cz, který se také vztahuje k narkolepsii. Pacienty, se kterými se postupně setkáváme, plánujeme pozvat i na zkoušky, protože cílem není jen představit spánkové poruchy, ale umožnit veřejnosti, aby spánkové poruchy poznala z pohledu lidí, kteří jimi trpí.

Co očekáváte od spolupráce s Archou? Proč vás oslovila výzva Archa.Fresh?

Je to právě dokumentární zaměření Divadla Archa, které je na pražské scéně ojedinělé v takovém rozsahu. Očekáváme, že v Arše potkáme publikum zvyklé na témata minoritních komunit, na která Archa pravidelně upozorňuje. Těšíme se taky na dialog s divadlem při samotné tvorbě inscenace. Téma minoritní skupiny je vždy křehká a citlivá práce, a v tomto ohledu budeme rádi nejen za sdílení expertízy, ale také za spolupráci při přípravě doprovodných programů. Rádi bychom uspořádali debaty s pacienty a s lékaři, aby se nám podařilo diskuzi k tématu otevřít co nejširším způsobem. Proto je Archa se svým publikem ideální prostor pro tuto inscenaci.

Koncept a režie: Linda Dušková

Dramaturgie, text: Pavel Gotthard

Scénografie: Lara Hirzel

Kostýmy, asistent scénografie: Rufina Bazlová

Hudba: Matyáš Řezníček

Pohybová spolupráce: Tereza Hradilková

Produkce: Lucie Špačková, Zdeňka Valečková

Hrají: Lucia Čížinská, Michal Kern, Matyáš Řezníček

Více informací, fotografie a akreditace

Pavλίna Svatoňová

Divadlo Archa

Tel.: +420 739 077 956

E-mail: pavlina.svatonova@divadloarcha.cz