

EL ARTE DE PREGUNTAR - JUEGOS TEATRALES

Esta actividad fue desarrollada por In Touch,
basada en el Teatro del Oprimido y el Arco Iris del Deseo de Augusto Boal



RESUMEN

El objetivo de esta actividad es aprender a pedir, aceptar y expresar los propios deseos de forma verbal y no verbal y aprender a lidiar con el rechazo. Mediante la escenificación de situaciones de la vida real, se aborda lo que se siente cuando se corre el riesgo de ser rechazado, así como los límites propios o de los demás.

DURACIÓN



Al menos 120 minutos (depende del número de participantes)

PARTICIPANTES



Adaptable para 10- 15 participantes (mejor con menos).

MATERIALES



Espacio suficiente

PREPARACIÓN

Escriba un par de situaciones de rechazo para las escenas. Piensa en situaciones de la vida real que puedan ser relevantes para tu grupo objetivo. No olvides incluir los temas que quieras abordar en tu formación (como la igualdad de género, la discriminación o la dinámica en las relaciones). Escribe una situación concreta y realista (puedes utilizar la evaluación de necesidades como fuente de inspiración), pero déjalo suficientemente abierto para que puedan actuar libremente. Por ejemplo, no especifiques el género de los personajes: son las personas participantes quienes deben decidir las características de sus personajes.

OBJETIVOS



- Relacionar las palabras y los gestos con cada emoción; aprender a expresar los sentimientos de forma verbal y no verbal
- Comprender mejor las dinámicas relacionales ambiguas (incluidas las dinámicas de poder), aprender habilidades de autorreflexión
- Comprender mejor cuántos sentimientos/emociones ambiguos o contradictorios pueden estar presentes simultáneamente detrás de una sola posición identitaria en una relación

“Estoy buscando un idioma. La gente habla muchos idiomas diferentes: está el que usan con los niños y el que usan por amor. Está el lenguaje que usamos para hablarnos a nosotros mismos, en nuestros monólogos internos. En la calle, en el trabajo, mientras viajamos, donde quiera que vayamos, escucharás algo diferente, y no son solo las palabras, también hay algo más. Incluso existe una diferencia entre la forma en que la gente habla por la mañana y la forma en la que habla por la noche. Lo que sucede entre dos personas en la noche se desvanece de la historia sin dejar rastro”

Svetlana Alexievic; Secondhand Time, el último de los soviéticos

EL ARTE DE PREGUNTAR - JUEGOS TEATRALES



INSTRUCCIONES PASO A PASO



- Invita a las participantes a formar pequeños grupos de 3 o 4 personas. Invítalas a elegir una de las situaciones preparadas que van a representar.
- Invítalas a seguir la historia y a crear personajes concretos (edad, sexo, estatus social, etc.). Haz que la historia llegue a un clímax o una crisis, pero no es necesario encontrar un final para la historia.
- Invite a los pequeños grupos a representar sus situaciones y a detenerse cuando lleguen al clímax.
- En este punto, como facilitadora, te acercas a cada uno de los personajes preguntando "¿Cómo te sientes?" (Nombrando al personaje, no a la persona.) Puedes poner tu mano en el hombro del personaje mientras hablas, expresando así tu apoyo y presencia. Importante (!): estás preguntando al personaje, al participante en su papel, y no sobre sus sentimientos personales.
- Después de preguntar a todos los personajes en el escenario sobre sus sentimientos, invita al público a decir cualquier cosa que quiera añadir sobre cómo creen que se podrían sentir los personajes en esa situación. Si alguien levanta la mano, invítale a que se acerque al "escenario", ponga su mano en el hombro del personaje y diga en voz alta cómo se siente éste.
- Después de recoger todo tipo de sentimientos, invita a las participantes a si quieren subir al escenario para asumir algunos de los papeles y ensayar otras escenas para la misma historia.
- Puedes repetir la historia muchas veces (según el tiempo y las sugerencias que tengas). Como facilitadora, puedes enmarcar brevemente los cambios que veas en el escenario.
- Puedes terminar nombrando el camino que habéis recorrido juntas y dando las gracias a los actores, actrices y al público.



DEBATES



El análisis es importante: ayudar a las personas participantes a entender lo que ha pasado. ¿Cuántas emociones hemos reconocido? Se puede hablar de la comunicación emocional. Puedes explorar y reflexionar sobre los roles en una relación, y sobre las expectativas sociales respecto a nuestros roles. Discutir las dinámicas de poder con especial atención a las diferentes posiciones de poder (poder sobre alguien, poder dentro, poder con). Puedes hablar de cómo se siente el rechazo, de lo que han aprendido con esta actividad.

EL ARTE DE PREGUNTAR - JUEGOS TEATRALES



CONSEJOS



Este puede ser un ejercicio muy sensible. Es importante sentir los límites -las personas facilitadoras tienen que dejar el espacio para que las participantes expresen sus emociones, pero ayudándolas a convertirlas en empoderamiento. Puedes continuar con el ejercicio hasta que sientas que la situación ha evolucionado.

También puede ser útil que prepares a tus participantes para el teatro y la actuación con pequeñas actividades de introducción al teatro.

Utiliza tu imaginación y alienta las habilidades de las participantes para que actúen las situaciones de forma metafórica si así lo desean. Eso ayuda a que la gente se sienta segura al actuar.

EJEMPLOS

Aquí encuentras un par de ejemplos para las situaciones:

"Estás en casa con tu pareja. Tu pareja quiere tener sexo contigo. Tu estás cansado/a. Intentas comunicarle que no quieres tener sexo. Tu pareja se siente herida y rechazada."

"Estás en casa cuando tu pareja llega a casa y dice que quiere romper la relación. Tu pareja está enamorada de otra persona de un sexo diferente al tuyo. Te sientes herido y rechazado."

"Estás con tu pareja en una discoteca. Tu pareja está bailando con alguien y tú tienes el teléfono de tu pareja. Accidentalmente ves que un desconocido/a ha enviado una foto con un desnudo al teléfono de tu pareja. Te enfadas y empiezas a discutir con tu pareja ..."

TEORÍA



Boal, A. (1992) Juegos para actores y no actores. Routledge: Londres.

Boal, A. (1995) The Rainbow of Desire: The Boal Method of Theatre and Therapy. Routledge: London.