

MICROCONTEXTOS

Actividad desarrollada por La Xixa Teatre
basada en las técnicas del Teatro del Oprimido de Mohamadou Diol



RESUMEN

¿Cómo de conscientes somos de nosotros/as mismos/as (nuestros cuerpos, nuestras identidades, la forma en que nos comunicamos, etc.) y el impacto que tenemos en las otras personas? Este ejercicio nos ayuda a explorar cómo nuestros cuerpos responden a diferentes contextos.

CONTEXTO DE APRENDIZAJE

Esta actividad se puede hacer en línea, de forma presencial respetando el distanciamiento social, y de forma presencial con contacto físico.

DURACIÓN

60' minutos



PARTICIPANTES

Número mínimo
de participantes: 6

Número máximo
de participantes: 30

Número recomendado
de participantes: 16



MATERIALES

En la versión presencial: 3 sillas



OBJECTIVOS

- Tomar conciencia del impacto que los diferentes contextos tienen en nosotros/as y en nuestros cuerpos.
- Tomar conciencia del impacto que tenemos en las otras personas.
- Entender y explorar cómo el impacto que tenemos en los/as demás influye en nuestras relaciones.



MICROCONTEXTOS



INSTRUCCIONES PASO A PASO



Versión en línea

1. Pide 5 voluntarios/as que actúen como ellos/as mismos/as en un contexto determinado. El resto del grupo debe observar y tomar notas de lo que ven, lo que les llama la atención, el lenguaje corporal, etc.
2. **Primer contexto: “están sentados/as en una sala de espera con otras personas, en silencio, mientras esperan que les llamen para una entrevista de trabajo”**
3. Cada voluntario/a debe centrarse en ser sí mismo/a en ese contexto: ¿Cómo se sienten? ¿Cómo están sus cuerpos posicionados? ¿Qué tipo de movimientos, si los hay, hacen? ¿Son intencionales o no intencionales? Invite a los/as participantes a entrar en un monólogo interior, en el que se hablen a sí mismos/as en su mente, mientras permanecen en silencio. Los/as voluntarios/as no pueden hablar o interactuar entre ellos/as.
4. Pide 5 voluntarios/as más y repite lo mismo para el **contexto 2: “Acaba de haber un conflicto importante con un grupo de jóvenes con el que están trabajando. Están todos/as sentados/as alrededor de una mesa en silencio. Están esperando que alguien se manifieste y asuma la responsabilidad de lo que ha ocurrido”.**
5. Pide 5 voluntarios/as más y repite lo mismo para el **contexto 3: “Están visitando la casa de los padres de su pareja por primera vez. Todos/as están cenando en la mesa. Escuchan en silencio la conversación familiar.”**

Versión presencial

6. Pídele al grupo que se sienten en un semicírculo como público. Coloque tres sillas en la parte delantera, de cara al público, con al menos un metro de distancia entre ellas.
7. Cada silla va a ser un contexto, de modo que la primera silla de izquierda es el contexto uno, la silla del medio es el contexto dos, y la tercera silla es el contexto tres (véase la versión en línea para la descripción del contexto). Déle a los/as participantes la explicación de qué contexto representa cada silla.
8. Este ejercicio debe realizarse en silencio.
9. Pídele a un/a participante que se sienten en la silla uno.
10. Junto con todo el grupo diga “¡Acción!” para que el/la participante empiece a actuar como él/ella mismo/a en ese contexto teniendo en cuenta lo siguiente: ¿Cómo se siente? ¿Cómo está su cuerpo posicionado? ¿Qué tipo de movimientos, si los hay, hacen? ¿Son intencionales o no intencionales? Invite al/a la participante a entrar en un monólogo interior, en el que se hable a sí mismo/a en su mente, mientras permanece en silencio.
11. Después de uno o dos minutos, diga cambio, de modo que el/la participante pase a la silla dos (contexto 2), y otro/a participante de la audiencia tome su lugar en la silla uno, y comienza a actuar como sí mismo/a en ese contexto.
12. Después de un minuto o dos, diga cambio, de modo que ambos/as participantes pasen a las siguientes sillas, y un/a nuevo/a participante de la audiencia se sienten en la primera silla.
13. Después de uno o dos minutos, diga cambio, de manera que todos/as los/as participantes pasen a la siguiente silla y un/a nuevo/a participante se sienten en la primera silla (a estas alturas el/la primer/a participante habrá pasado por las tres sillas, y ahora podrá volver a la audiencia para observar a sus compañeros/as).
14. Repita hasta que todos/as los/as participantes hayan pasado por los tres contextos. Mientras tanto, la audiencia debe observar y, si lo desea, tomar notas de lo que ve que está sucediendo

MICROCONTEXTOS



DISCUSIONES Y DEBRIEFING



Algunas preguntas para comentar el ejercicio pueden ser:

- ¿Qué fue fácil y difícil?
- ¿Qué fue diferente en cada contexto? ¿Cómo están presentes las estructuras sociales y de poder en cada contexto?
- ¿De qué manera estas estructuras influyen nuestros cuerpos y la forma en que percibimos las diferentes situaciones?
- ¿Qué impacto tenemos en las otras personas cuando estamos entre iguales?
- ¿Qué impacto tenemos en nuestros grupos de jóvenes?
- ¿Qué impacto tenemos en los contextos personales?
- ¿En qué se diferencian estos impactos entre sí?

CONSEJOS Y SUGERENCIAS




A algunos/as participantes les puede resultar difícil actuar frente a otras personas si no es algo que han hecho antes. Es posible que desee comenzar con actividades de calentamiento que ayuden a los/as participantes a sentirse más cómodos/as con la actuación y la observación de los/as demás.

TEORÍA



Boal, A. (1992) *Games For Actors and Non-Actors*. Routledge: London.



INTIMACY,
RELATIONSHIPS &
INTERCULTURALITY
IN YOUTH WORK

<https://intimacycrosscultures.eu/>

IRIS es un proyecto (partenariado estratégico) dentro del programa Erasmus+ de la Comisión Europea. Es un proyecto dirigido a jóvenes, financiado por la Agencia Nacional Francesa. Su número de referencia es 2018-1-FR02-KA205-014096

SOCIOS DEL PROYECTO:

Élan interculturel (Paris) | www.elaninterculturel.com

In Touch (Amsterdam) | www.weareintouch.org

La Xixa Teatre (Barcelona) | www.laxixateatre.org

KÉPES Foundation (Budapest) | www.kepesfoundation.org

El apoyo de la Comisión Europea para la producción de esta publicación no constituye una aprobación del contenido, el cual refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en la misma.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

 creative
commons



Esta actividad está bajo la licencia Creative Commons “Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual” que le permite mezclar, modificar y desarrollar nuestro trabajo de forma no comercial, siempre que nos acredite y otorgue licencias para sus nuevas creaciones en términos idénticos.