



OUTPUT O2 – GUIA

COMO REALIZAR UMA OFICINA DE TEATRO COM FOCO EM HISTÓRIA E PATRIMÔNIO CULTURAL

Andrea Anconetani

Working group O2

Alessandro Pertosa, Andrea Anconetani, Asunción Galiano Pérez, Edmilson Gomes dos Santos, Eugenio Criscuolo, Nazzareno Vasapollo, Samuel Chaves Díaz, Sérgio Manuel Pereira Novo

Associated partners



Asociacion Española de
Educacion Emocional



ASSOCIATION OF
INTERCULTURAL MEDIATORS



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

The European Commission support for the production of this publication does not constitute endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

ÍNDICE

1. O LABORATÓRIO TEATRAL.....	1
1.1 <i>Introdução geral</i>	1
2. DESCRIÇÃO GERAL DO LABORATÓRIO.....	3
2.1 <i>Articulação do tempo</i>	3
2.2 <i>Número de participantes</i>	5
2.3 <i>O espaço de processamento</i>	5
2.4 <i>Quanto ao espaço cênico</i>	6
3. SEQÜÊNCIA DAS ATIVIDADES	9
3.1 <i>Esquema geral de execução das aulas</i>	9
3.2 <i>Fase preliminar</i>	10
3.3 <i>Précondição</i>	10
3.4 <i>Elaboração</i>	11
3.5 <i>Restituição</i>	11
4. A OFICINA E AS SUAS FASES – MANUAL DE EXERCÍCIOS.....	13
4.1 <i>Fase “Acolhimento”</i>	13
4.2 <i>Fase de Aprendizagem, Secção Condição Prévia</i> <i>Conscientização do Corpo e da Voz</i>	20
4.3 <i>Fase de Aprendizagem, Secção Condição Prévia - Movimento do corpo em palco</i> ..	24
4.4 <i>Fase de Aprendizagem, Secção Condição Prévia – Expressar as emoções</i>	26
4.5 <i>Fase de Aprendizagem, Secção de Processamento</i> <i>Exercícios no caminho da caneta para o corpo</i>	27
4.6 <i>Fase de Aprendizagem, Secção de Processamento</i> <i>Exercícios no caminho do corpo para a caneta</i>	32
4.7 <i>Fase “Encerramento”</i>	36

1. O LABORATÓRIO TEATRAL

Introdução geral

A descrição de um laboratório teatral traz constantemente consigo pontos problemáticos. Na verdade, trata-se de fornecer uma série de ferramentas técnicas que, devidamente colocadas no contexto certo, podem levar a um correto desenvolvimento de uma seqüência operacional ou há mais? Obviamente há mais e o risco é sempre o de querer ser por um lado demasiado detalhista a ponto de ser escrivista, por outro demasiado vago e, portanto, ineficaz na tarefa de estabelecer um guia de referência para um operador que pretende aproximar-se modo de trabalho.

Uma coisa é certa. Por sua natureza, o laboratório teatral não pode ser totalmente representado em uma mera estrutura modular - como um programa pode ser, por exemplo, pois é afetado por inúmeras variáveis, muitas das quais totalmente imprevisíveis a priori. No entanto, é possível estabelecer as etapas fundamentais para a realização de uma oficina teatral e descrever um conjunto de exercícios racionalmente colocados no contexto da etapa a ser realizada. A escolha do exercício a realizar e a concatenação lógica dos exercícios serão obviamente deixadas ao conhecimento do operador que fará as suas escolhas com base nas condições operacionais, constrangimentos e oportunidades que o grupo de trabalho irá tornar possíveis.

Posto isto, a nossa tarefa, o que pretendemos realizar neste capítulo específico da investigação, é descrever o conjunto de ferramentas necessárias para fazer funcionar um laboratório capaz de produzir um espectáculo teatral, mas especificamente desenhado para aproximar os jovens de história e patrimônio cultural - que é algo fortemente ligado à história. Um evento teatral que, portanto, não é o objetivo final da obra, mas um modelo para transmitir a pesquisa, a energia e a força criativa dos jovens; abordar a história e conhecer o patrimônio cultural de forma ativa e participativa e conectá-lo, através da restituição espetacular, com a comunidade de pessoas que vivem e trabalham no território. Na verdade, estamos convencidos de que a abordagem direta e eficaz, construtiva e até criativa que a prática teatral impõe pode ser altamente estimulante para a aprendizagem de um assunto como a história que, de outra forma, corre o risco de ser percebido como um conjunto de noções abstratas colocadas em uma linha. temporal e assim se torna uma questão feita de mero notionismo. Acreditamos que vista desta forma, a história pode voltar à vida e mover paixões. O que estamos tentando fazer é formalizar uma forma de dar aos jovens a oportunidade de se apaixonarem pela história.

2. DESCRIÇÃO GERAL DO LABORATÓRIO

A prática do laboratório teatral é bastante vivenciada em diversos contextos artísticos e educacionais. Na verdade, desde os anos setenta do século passado, graças às importantes experiências realizadas por muitos mestres e pedagogos do teatro, (entre os quais é necessário lembrar pelo menos a figura de Jerzy Grotowski - um dos primeiros a usar o termo "laboratório "no campo teatral -), esse *modus operandi* se tornou o costume com que os grupos teatrais operam suas pesquisas e suas criações, mas também a forma como em geral, nas escolas de atuação, o trabalho pedagógico e a aprendizagem das técnicas teatrais é desenvolvido.

Existe, portanto, como dissemos, uma forma bastante consolidada de proceder na estruturação de um laboratório teatral que leva em consideração alguns princípios como: a organização do tempo, as relações entre os participantes (sejam eles professores ou alunos) e as ações implementadas. A especificidade inovadora que caracteriza este trabalho reside na escolha de operar desta forma para um fim didático específico, colocando de alguma forma o aparato técnico com o qual se opera no teatro a serviço desse fim.

Evidentemente, esta finalização específica implicou na necessidade de rever algumas dessas práticas consolidadas de forma a adaptá-las ao fim pretendido que já não é em si a aquisição da técnica teatral, mas sim o trabalho de história *através* da técnica teatral.

O que muda é o ponto de vista. Em nossa abordagem o ponto de vista é didático centrado na história - e não teatrocêntrico. Partimos do pressuposto axiomático de que o teatro tem a ver com histórias e que as histórias têm a ver com história.

2.1 Articulação do tempo

Em geral, portanto, assumindo a prática consolidada do laboratório de teatro "padrão" como termo de comparação, pode-se considerar que um laboratório que queira realizar efetivamente as tarefas acima mencionadas pode ter uma composição de pelo menos 20 reuniões com um total de 60 horas de trabalho total (3 horas por vez). A isto acrescenta-se um módulo suplementar e preliminar de mais 10 horas através do qual será efectuada a análise das fontes - orais, bibliográficas, etc. - previamente adquiridas, que servirão de base a todo o trabalho. O total geral de horas de trabalho em uma situação ideal sobe, portanto, para 70.

Poderíamos, portanto, dividir ainda mais a estrutura puramente teatral em três partes de 20 horas cada. A primeira parte de um total de 20 horas será dedicada ao conhecimento entre os participantes, à criação de um ambiente criativamente fértil permeado de confiança mútua e liberdade expressiva, ao conhecimento dos próprios limites físicos e expressivos, à exploração das potencialidades do próprio corpo e psique em relação aos demais participantes. A segunda parte, também de pelo menos 20 horas, extremamente importante para o que diz respeito ao nosso trabalho, consistirá antes na exploração do tema que será objeto do trabalho final. Trata-se aqui de fundamentar a pesquisa histórica e, sobretudo, de transformá-la em algo que tenha validade teatral, assumindo, conforme o caso, uma metodologia entre as que serão propostas posteriormente. Uma terceira fase consistirá antes na preparação, na definição e finalmente na restituição pública do que foi previamente elaborado. Esta é provavelmente a parte mais tradicional de todo o trabalho, mas no nosso caso torna-se a forma de levar as crianças a assimilarem o material cultural elaborado em diferentes direções, através do trabalho consigo mesmas e com o próprio corpo e através da pesquisa de fontes. Históricas transformadas em dramaturgia. Delineando o esqueleto do laboratório de forma extrema, a situação proposta é a seguinte:

Fase preliminar	10 horas	Análise das fontes	Trabalho de pesquisa em grupo
Primeira fase	20 horas	Précondição	Laboratório de teatro / dramaturgia decondição
Segunda fase	20 horas	Elaboração	Laboratório teatral / dramaturgico
Terceira fase	20 horas	Retorno	Preparação ensaio cênico / mostrar

Na realidade, a varredura pode ocorrer com muitas variáveis dependendo das situações contingentes, diversificando-se assim da situação delineada acima, que acaba por ser bastante geométrica.

Por exemplo, em vez de dividir o trabalho em 30 reuniões, você pode pensar em realizar uma primeira e uma terceira parte mais intensiva, talvez aumentando as horas da única sessão e, portanto, diminuindo o número total de reuniões para as mesmas horas de trabalho e em vez de expandir a parte central. Tudo isso pode ser definido em função das circunstâncias dadas, que podem ser muitíssimas (idade dos participantes, nível e capacidade de atenção, situações organizacionais, etc.).

2.2 Número de participantes

A oficina de teatro não é um ambiente de aprendizagem tradicional. Você não se senta e não ouve palestras. Tudo se faz em movimento incessante, de forma ativa e com intensa participação física antes de mais nada. Este em particular é um laboratório cujas atividades oscilam entre a leitura, a escrita e a ação. Portanto, para que a obra seja frutífera, é necessário que o ambiente seja cuidado com particular atenção. Entre as variáveis mais significativas nesse sentido está a ligada ao número de participantes.

Claro que nos limitaremos a dar algumas indicações, pois também neste caso muito será devido às circunstâncias impostas, porém podemos dizer que para que o trabalho funcione muito bem, o número mínimo de participantes pode ser dez pessoas enquanto o número máximo gira em torno de quinze pessoas.

Quinze - em nossa opinião - é o número ideal. Um número que representa um justo equilíbrio com o qual se pode controlar a desatenção (que também muitas vezes deriva da expectativa da sua vez, por exemplo na leitura ou na escrita), que permite não surgir o cansaço excessivo (em comparação com exercícios que, se poucas pessoas o fazem mais cansativo), e que permite criar um bom clima geral de escuta, no qual cada um dos participantes se sinta seguido e valorizado ao máximo.

Até vinte pessoas, a coisa permanece administrável, mas obviamente os pontos críticos aumentam. Além do número de vinte, realmente não é aconselhável ir porque o risco de não ser capaz de manter a reatividade dos participantes alta o suficiente, bem como seu envolvimento no nível emocional é muito alto.

2.3 O espaço de processamento

Uma indicação preliminar adicional deve ser feita em relação ao espaço de trabalho. Também neste caso a diferença com uma ação educativa conduzida de forma tradicional é bastante evidente.

O conselho, nesse caso, é buscar um espaço o mais desestruturado possível, cheio de possibilidades, mas não organizado a priori.

O ideal seria ter um espaço vazio disponível. Sem móveis, exceto algumas bancadas muito neutras e puramente funcionais. E então objetos sem nenhuma conexão inicial entre eles (cadeiras, pequenas estruturas praticáveis, lençóis, cordas, mas também instrumentos musicais de percussão elementares como pandeiros).

Por que essa indicação? A razão é que o espaço não é indiferente. Existem espaços fortemente conotados (por exemplo, uma sala de aula de escola ou um ginásio) em que tudo é portador de significado e está lá para direcionar a atenção e a ação das pessoas que estão com eles em uma direção específica. Um treinamento ou sala de aula escolar direciona toda a atenção do participante para uma perspectiva central, focalizando de onde vem a fonte de conhecimento (o professor ou treinador).

Uma academia, para citar um espaço que pareceria mais neutro na aparência, traz consigo significados e orientações por meio de seus equipamentos de ginástica. Em suma, o problema de um espaço muito distinto reside no fato de que o operador é forçado a trabalhar nele a favor ou contra (muitas vezes contra). Um espaço neutro no qual os objetos não têm correlação inicial é, em vez disso, um lugar que se estrutura gradualmente por meio da organização criativa do trabalho que ocorre dentro dele.

2.4 Quanto ao espaço cênico

A última indicação que sentimos poder dar e que é também uma sugestão metodológica, diz respeito ao espaço a ser escolhido para a representação cênica da obra realizada.

O final de cada peça ocorre no palco. Este é o momento pelo qual trabalhamos há muito tempo, um momento importante porque sela todas as longas horas de esforço elaborativo que foram despendidas no laboratório. Do ponto de vista pedagógico, este momento também é fundamental para fixar definitivamente o trabalho realizado. Até entrarmos no palco, tudo permanece suscetível a modificações e mudanças. Só encenando o círculo ele é fechado e o que foi feito é fixado de forma definitiva.

Só quem tem experiência teatral sabe qual é a força desse momento no processo de aprendizagem. Uma força tal que o que se faz fica gravado, marcado para sempre dentro da pessoa. Afinal, a palavra “ensinar” significa literalmente “impressionar sinais”. Com o ensaio de palco, o que é impressionado passa por

um processo de fixação capaz de tornar o aprendizado incompreensível ao longo do tempo.

O espaço geralmente atribuído à realização cênica é o do teatro. Um espaço versátil projetado tecnicamente para facilitar a recepção dos espetáculos que só precisa ser devidamente ajustado de acordo com o tipo de encenação a ser realizada. Neste caso particular, entretanto, a escolha de espaços não convencionais pode ser uma forma de marcar mais uma diferença e sinalizar a consistência particular do trabalho realizado.

Na verdade, a atividade teatral nem sempre ocorreu no próprio teatro. De fato, na história e na contemporaneidade se dão os espetáculos teatrais realizados em feiras, em cemitérios, em praças nos locais que são espaços de encontro de uma comunidade.

Ou mesmo em edifícios nascidos com uma função diferente (por exemplo fábricas ou locais de culto). No nosso caso particular, por se tratar de uma representação teatral que deriva da elaboração de uma pesquisa histórica que se realiza no próprio território, pode ser possível ter fisicamente o lugar onde se passou o acontecimento histórico. Nesse caso, se as condições o permitirem, seria ótimo fazer o show naquele lugar.

Ou você pode recorrer a um espaço físico que, com suas características, lembra por analogia os lugares reais onde um evento histórico ocorreu. Nossa sugestão é pensar sempre que possível, portanto, o estabelecimento da restituição pública diretamente em um espaço físico diferente do teatral, mas que lembra por analogia ou é realmente aquele onde os acontecimentos contados ocorreram.

Esta escolha quanto ao local da encenação permite-nos também procurar uma forma particular de ligação entre a história, os ambientes e a comunidade vivente e operante no território. Um exemplo esclarecedor neste sentido pode ser encontrado no espetáculo: "Vajont" do ator italiano Marco Paolini, cuja estreia se deu em um open space criado bem ao lado da barragem Vajont, nas Dolomitas de Belluno.

Naquele local significativo, o ator trouxe à vida a história da terrível tragédia que aconteceu naqueles lugares, contando-a para aquela comunidade ali reunida e com o cenário natural da gigantesca barragem assomando atrás dele. Nenhuma cenografia reconstruída em um espaço teatral poderia jamais ter expressado tão intensamente as sensações contrastantes evocadas por aquele lugar simbólico, nem a sensação de opressão despertada por este objeto gigantesco colocado diante da pequenez do ser humano e de seu destino.

3. SEQÜÊNCIA DAS ATIVIDADES

A oficina de teatro é um conjunto de ações sistematizadas em que os exercícios são a prática predominante. A escolha dos exercícios a serem realizados é feita pelo operador (professor, educador, profissional, etc.) que conduz o laboratório e requer primeiro o conhecimento de cada um deles e depois uma ideia de gestão daí resultante. em um programa com o qual desenhar cada sessão de trabalho.

Nossa escolha ao propor a sequência de exercícios para a execução do programa de “contação de histórias” foi fornecer ao maestro um catálogo o mais fundamentado possível e vasto o suficiente para ser usado quando necessário.

Alguns exercícios têm a mesma finalidade, mas podem ser escolhidos de forma modular pelo maestro de acordo com as necessidades operacionais por ele identificadas. Se, por exemplo, o operador perceber que o grupo precisa de um nível maior de concentração, ele pode escolher, entre os exercícios de aquecimento, aquele que for mais orientado nessa direção.

Na próxima vez, entretanto, se ele perceber que o grupo precisa de mais energia, ele pode escolher um exercício diferente que fornece o que ele considera necessário. Será o operador que buscará uma concatenação lógica entre os exercícios nas diferentes fases do caminho para trazê-lo ao resultado final. De nossa parte, no último parágrafo tentaremos descrever um laboratório “típico” para que o operador possa ter um exemplo prático.

3.1 Esquema geral de execução das aulas

Como mencionado anteriormente, o laboratório de teatro tem uma prática performática consolidada. Isso, é claro, não significa que seja impossível buscar outros caminhos que se desviem do que já foi vivido - pelo contrário - significa apenas que se um ato de pesquisa é possível, ele pode ser feito a partir do que é. agora consolidado, talvez o negando, mas certamente não o ignorando.

O laboratório teatral coloca o homem todo no centro da ação e o treinamento, longe de ser apenas um ato mecânico e muscular, é um treinamento do ator como pessoa e se dá por meio de um processo criativo que envolve o ser humano integralmente. Feita esta premissa, os exercícios que serão descritos mais tarde serão incluídos num esquema geral que, por uma questão de prática, deverá ser repetido em cada encontro / aula.

O esquema é o seguinte:

Digitalização	Conteúdo	Motivação
Boas Vindas	Descontração, encontro e saudação	Rito inicial que permite preparar-se para o que vai acontecer no laboratório
Aula do dia	Apresentação teórica ou prática do	Corpus temático do trabalho em que atuacriativamente
Encerrando	Pequena representação para resumir o tema tratado	Rito final com verbalização da experiência e conscientização

Cada reunião / aula deve seguir este procedimento simples. Naturalmente, cada bloco pode ser preenchido com os exercícios que serão descritos posteriormente de acordo com as necessidades que o educador identificará como necessidades do grupo.

3.2 Fase preliminar

Na fase preliminar do laboratório, o grupo decide em conjunto, sob a supervisão e orientação do operador, o assunto que vai servir de base ao trabalho de investigação histórica e posteriormente de todo o laboratório.

Nesta fase, portanto, ocorre a análise das fontes - seleção do material textual ou iconográfico. Sobretudo, haverá a elaboração dos mapas conceituais que serão referência constante para todo o desenvolvimento posterior do trabalho.

3.3 Précondição

A seção que chamamos de "pré-condição" contém a parte do caminho mais ligada aos elementos técnicos do teatro.

A condição para uma viagem teatral coerente é que os participantes descubram seu potencial expressivo e aprendam os fundamentos técnicos que os ajudarão a aprimorar suas habilidades no palco.

Nesta seção, ed nasseguintesserá listada uma série de exercícios que o operador escolherá aplicar de vez em quando de acordo com as necessidades

que ele perceber como indispensáveis naquele momento preciso.

Durante a fase de execução haverá obviamente também momentos dedicados ao desenvolvimento dramático, mas neste primeiro período esses momentos serão secundários à aquisição da pura técnica teatral. Os exercícios aqui listados serão descritos de forma bastante precisa nas fichas didáticas.

3.4 Elaboração

Esta seção concentra talvez o corpus mais importante do laboratório Hi-Storytelling. Os exercícios teatrais estão centrados no desenvolvimento da dramaturgia de acordo com os papéis atribuídos ou a atribuir e na instalação dos elementos cênicos fundamentais.

O laboratório é prático e aproveita o que foi aprendido na fase anterior mais destinado aos fundamentos técnicos para desenvolver o produto e dar forma ao que será o futuro espetáculo.

3.5 Restituição

Esta é a seção final do laboratório que visa atingir o ato de palco devolvendo ao público o que foi elaborado durante a obra.

4. A OFICINA E AS SUAS FASES – MANUAL DE EXERCÍCIOS

Esta secção descreve as fases do *workshop* de *Hi-Story Telling*. Os exercícios ligados às fases individuais, recolhidos por tipologia, estão contidos em fichas a serem devidamente selecionadas pelos utilizadores com base no que identificam como necessidades ou exigências do grupo relacionadas com a atividade naquele momento da oficina.

Desta forma, tal será devidamente colocado no esquema geral de trabalho pelo operador. O *Hi-Storytelling* não é apenas um curso de escrita teatral, mas também de formação teatral, e por isso as fases e exercícios formam um percurso teatral completo que enfatiza o ato criativo de conceber e interpretar um texto.

O praticante será capaz de utilizar os exercícios propostos se estiver a planear abordar a oficina dando mais peso ao aspeto literário, ou seja, à escrita textual, ou ao aspeto corpóreo, que procede da improvisação temática à condensação do texto no papel.

4.1 Fase “Acolhimento”

Esta é uma fase que deve estar presente em todos os momentos durante o *workshop*. Os exercícios propostos são de facto necessários para preparar o aprendente para a aprendizagem.

A fase de acolhimento consiste numa série de exercícios de relaxamento físico e de concentração psíquica, baseados sobretudo na respiração. Nesta fase, para além do relaxamento corporal, é também aconselhável realizar um aquecimento vocal e trabalhar a harmonia do grupo. Ambas são preparatórias para o sucesso das fases subsequentes.

Na primeira parte do *workshop* *Hi-Storytelling*, a fase de boas-vindas, ou acolhimento, pode ser mais prolongada no tempo. Nas etapas posteriores, embora sempre presente, esta pode ser mais reduzida, seguindo a intuição do operador, para dar mais espaço quer aos exercícios criativos, quer às fases mais construtivas da oficina.

Respiração

<i>Palavras-chave</i>	Fase de acolhimento
<i>Finalidade</i>	Relaxar o corpo e preparar o estado psicofísico do participante para aprender
<i>Materiais</i>	Um tapete de yoga para cada participante (caso a superfície não esteja quente)
<i>Descrição</i>	<p>De pé, faz-se um círculo. Os participantes fecham os olhos e respiram lentamente. O líder guia-os falando muito devagar e focando a atenção no diafragma.</p> <p>Durante o exercício, a respiração deve ser lenta e profunda, os olhos fechados ajudam a focalizar apenas a respiração.</p> <p>Pode-se usar música ambiente ou fazer o exercício em completo silêncio.</p>
<i>Duração</i>	5 minutos

Respiração 2

<i>Palavras-chave</i>	Fase de acolhimento
<i>Finalidade</i>	Relaxar o corpo e preparar o estado psicofísico do participante para aprender - sentir adequadamente o diafragma e a sua ação
<i>Materiais</i>	Um tapete de yoga para cada participante (caso a superfície não esteja quente)
<i>Descrição</i>	<p>De pé, faz-se um círculo. Os participantes ficam de pé, de olhos fechados e respiram lentamente.</p> <p>O facilitador guia-os falando muito devagar e focando a atenção no diafragma.</p> <p>Segue-se uma inspiração profunda, seguida de uma paragem do diafragma, que repousa em baixo.</p> <p>Sustém-se a respiração por alguns momentos e, de repente, relaxa-se o diafragma, tirando de repente todo o ar. A sequência é repetida várias vezes.</p>
<i>Duração</i>	5 minutos

Respiração 3

<i>Palavras-chave</i>	Fase de acolhimento
<i>Finalidade</i>	Relaxar o corpo e preparar o estado psicofísico do participante para aprender - sentir o diafragma e a sua ação adequadamente, controlando a dinâmica do diafragma
<i>Materiais</i>	Um tapete de yoga para cada participante (caso a superfície não esteja quente)
<i>Descrição</i>	De pé, faz-se um círculo. Os participantes ficam de pé, com os olhos fechados e respiram lentamente. O líder guia-os falando muito devagar e concentrando a atenção no diafragma. É feita uma inspiração profunda, seguida de uma paragem do diafragma, que repousa em baixo. Sustém-se a respiração por alguns momentos e, de repente, relaxa-se o diafragma, mas ao contrário do exercício anterior, relaxa-se lentamente, de modo a produzir uma respiração longa e firme, que deve ser audível. A sequência é repetida várias vezes.
<i>Duração</i>	5 minutos

Respiração/ Fonação

<i>Palavras-chave</i>	Fase de acolhimento
<i>Finalidade</i>	Sentir adequadamente o diafragma e a sua ação, controlar a dinâmica do diafragma, realizar sons
<i>Materiais</i>	Um tapete de yoga para cada participante (caso a superfície não esteja quente)
<i>Descrição</i>	De pé, faz-se um círculo. Os participantes têm os olhos fechados e respiram lentamente. É feita uma inspiração profunda, seguida de uma paragem do diafragma em repouso para baixo. Usando a mesma dinâmica do exercício anterior (relaxamento lento e libertação controlada do ar), a vogal 'a' é vocalizada. Durante esta vocalização, deve-se prestar atenção ao posicionamento correto do palato, que deve ser alto para produzir um som amplificado sem forçar a garganta, A sequência é repetida várias vezes.
<i>Duração</i>	5 minutos

Respiração/Fonação

<i>Palavras-chave</i>	Fase de acolhimento
<i>Finalidade</i>	Sentir adequadamente o diafragma e a sua ação, controlar a dinâmica do diafragma, emitir sons
<i>Materiais</i>	Um tapete de yoga para cada participante (caso a superfície não esteja quente)
<i>Descrição</i>	De pé, faz-se um círculo. Os participantes têm os olhos fechados e respiram lentamente. É feita uma inalação profunda, seguida de uma paragem do diafragma em repouso para baixo. Usando a mesma dinâmica do exercício anterior (relaxamento lento e libertação controlada do ar), as vogais "a", "e", "i", "o", "u" são vocalizadas em sequência. Durante esta vocalização, deve-se prestar atenção ao posicionamento correto do palato, que deve ser alto para produzir um som amplificado sem forçar a garganta. A sequência é repetida várias vezes.
<i>Duração</i>	5 minutos

Relaxamento

<i>Palavras-chave</i>	Fase de acolhimento
<i>Finalidade</i>	Relaxar o corpo e preparar o estado psicofísico do participante para aprender
<i>Materiais</i>	Um tapete de yoga para cada participante (caso a superfície não esteja quente)
<i>Descrição</i>	Os participantes deitam-se no chão de barriga para baixo, braços ao longo do corpo, ocupando o espaço de trabalho de forma uniforme. O líder guia o relaxamento falando muito devagar e focalizando a atenção e a percepção dos participantes, primeiro nos pés, no peso e na aderência ao chão, depois nas pernas, pélvis, tronco e braços, até às mãos e depois na cabeça. Durante o exercício, a respiração deve ser lenta e profunda, com os olhos fechados. Pode ser usada uma música ambiente ou fazer-se o exercício em completo silêncio.
<i>Duração</i>	De um mínimo de 5 a um máximo de 10 minutos

Relaxamento em pé

<i>Palavras-chave</i>	Fase de acolhimento
<i>Finalidade</i>	Relaxar o corpo e preparar o estado psicofísico do participante para aprender
<i>Descrição</i>	Os participantes fazem um círculo. As pernas estão ligeiramente afastadas e os pés paralelos. Os olhos estão fechados e os braços relaxados ao longo do corpo. O líder guia o relaxamento falando muito lentamente e focalizando a atenção e a percepção dos participantes, inicialmente, nos ombros e nos braços. Depois convida os participantes a fazerem pequenas oscilações com o corpo para frente e para trás, bem como para a direita e para a esquerda. Durante o exercício, a respiração deve ser lenta e profunda, com os olhos fechados. A música ambiente pode ser utilizada ou o exercício pode ser realizado em completo silêncio, convidando os participantes a concentrarem-se nos sons audíveis que saem da sala e do espaço exterior circundante.
<i>Duração</i>	De 5 minutos a 7 minutos

Clap band

<i>Palavras-chave</i>	Fase de acolhimento
<i>Finalidade</i>	Aumentar a energia e a coesão grupal
<i>Descrição</i>	Os participantes estão dispostos em círculo. O líder inicia o jogo enviando um sinal que consiste num aplauso com as mãos (aplausos com a mão direita à esquerda) a outro participante. O sinal é repetido pelo participante na direção do condutor e imediatamente a seguir enviado para outro participante, que o repete e depois o envia novamente a outro e assim sucessivamente.
<i>Duração</i>	De um mínimo de 5 minutos a um máximo de 10 minutos
<i>Variantes</i>	O exercício pode ser variado, acrescentando ao envio das palmas com a mão, o envio simultâneo de um som vocal (ruídos como estalidos de língua, assobios, etc.), sendo que as dinâmicas em geral não mudam

Os Nomes

<i>Palavras-chave</i>	Fase de acolhimento
<i>Finalidade</i>	Conhecer os membros do grupo, familiarizando-se com os nomes
<i>Descrição</i>	Os participantes estão organizados em círculo. O operador começa por atirar uma bola (ou outro objeto que possa ser lançado) a um participante. Este, ao receber a bola diz seu nome em voz alta. Uma vez feito, atira a bola a outro participante, que repete o procedimento anterior e assim, sucessivamente, até que todas os participantes tenham participado ativamente.
<i>Duração</i>	De um mínimo de 5 a um máximo de 10 minutos
<i>Variante</i>	Uma variante importante será descrita no próximo separador

Os Nomes e as qualidades (variante de: 'Os Nomes')

<i>Palavras-chave</i>	Fase de acolhimento
<i>Finalidade</i>	Familiarizar-se com os membros do grupo e com os nomes dos mesmos
<i>Descrição</i>	Os participantes estão organizados em círculo. O operador começa por atirar uma bola (ou outro objeto que possa ser lançado) a um participante. Desta vez é a pessoa que lança a bola que diz o nome do recetor e acrescenta uma qualidade positiva que o atingiu. O recetor, após receber a bola faz o mesmo com outro participante e assim por diante até que todas as pessoas tenham lançado a bola.
<i>Duração</i>	De 5 a 10 minutos, no máximo.

Gesto no centro

<i>Palavras-chave</i>	Fase de acolhimento
<i>Finalidade</i>	Aumentar a energia e a capacidade de escuta do grupo
<i>Descrição</i>	Os participantes estão organizados em círculo. Todos estão em silêncio e devem ter a máxima concentração. Um dos participantes inspira ao acaso, depois atira energeticamente a

	mão para o centro do círculo, acompanhado por um poderoso som de respiração, pronunciando: "Ha!". Nesse mesmo momento, todos os outros devem ser capazes de reproduzir esse som e esse movimento, simultaneamente. Isto é feito até que todos os participantes tenham intervindo com o gesto e o som.
<i>Duração</i>	De um mínimo de 5 a um máximo de 10 minutos
<i>Observações</i>	Pode ocorrer que alguém no grupo faça propositadamente gestos preparatórios 'vocalizando' para começar com o gesto e assim ajudar o grupo de alguma forma, ou, pelo contrário, outra pessoa faça gestos e vozes de uma maneira repentina tentando apanhar o resto do grupo desprevenido. O líder terá de ter o cuidado de trazer tudo de volta a um nível de escuta mútua.

Jogo de contagem

<i>Palavras-chave</i>	Fase de acolhimento
<i>Finalidade</i>	Acentuar a concentração e a capacidade de escuta do grupo, o exercício também pode ser útil para conhecer a numeração na língua do operador.
<i>Descrição</i>	Os participantes estão organizados em círculo. Todos estão em silêncio e devem ter a máxima concentração. Um dos participantes, ao acaso, começa o jogo pronunciando o número um. Depois, novamente ao acaso, outro participante pronuncia o número dois, depois o número três e assim por diante, até chegar ao número trinta. Se, no entanto, dois participantes pronunciarem um número ao mesmo tempo, o jogo termina e começa novamente a partir do número um.
<i>Duração</i>	De 5 a 10 minutos, no máximo.
<i>Variante 1</i>	Primeira variante (para grupos muito grandes). Começamos, mas em vez de chegar ao número 30, cada participante, uma vez dito o número, senta-se até esgotar o número de participantes. Se dois participantes vocalizam simultaneamente, todos os participantes se levantam e começam de novo, a partir do número um
<i>Variante 2</i>	(Quando o grupo atingiu um estado de alta concentração), desencadeia-se a mesma situação que na primeira variante,

	mas em vez do número, cada participante vocaliza o seu nome.
<i>Observações</i>	Normalmente há uma procura, por parte dos membros do grupo por estratégias, de forma a facilitar o jogo, por exemplo, contar muito rapidamente ou 'vocalizar' com a intenção de dizer o número e assim por diante. O líder deve ter o cuidado de trazer tudo de volta a um nível de escuta mútua.

4.2 Fase de Aprendizagem, Secção Condição Prévia - Conscientização do Corpo e da Voz

Esta fase de trabalho serve para treinar corretamente o aprendente no trabalho teatral. Uma condição prévia, de facto, para um bom trabalho de palco é a consciência do ator do seu próprio potencial e das suas limitações físicas e vocais.

Os exercícios propostos nesta fase servirão, portanto, para explorar, conhecer e controlar o corpo em palco. Por isso, estes concentram-se tanto na exploração da voz e na fonação, quanto no controlo do corpo, na relação do corpo com o espaço e no uso da imaginação.

Os Ressonadores da voz

<i>Palavras-chave</i>	Exercício de Condição Prévia - consciência do corpo e da voz
<i>Finalidade</i>	Descoberta das cavidades de ressonância de voz
<i>Descrição</i>	Em posição de pé, iniciar um balanço lento do corpo, imaginando uma corda passando pelo corpo e partindo do teto. Começar a vocalizar com a vogal 'o', primeiro procurando o ressonador central (em máscara), depois movendo gradualmente o som para o ressonador nasal e por último para o ressonador peitoral (sempre passando pelo ressonador central). Desempenho lento e em volume médio.
<i>Duração</i>	De um mínimo de 5 a um máximo de 10 minutos

Frases secretas

<i>Palavras-chave</i>	Exercício de Condição Prévia - consciência do corpo e da voz
-----------------------	--

<i>Finalidade</i>	Explorar as partes faciais envolvidas na fonação
<i>Descrição</i>	O líder confia a cada pessoa uma pequena frase secreta. A alguns membros do grupo serão atribuídas as mesmas frases secretas (por exemplo, a frase "A" será atribuída a dois membros ao acaso, a frase "B" a dois outros membros, a frase "C" a dois outros membros, etc.). No início, todos começam a sussurrar as suas frases enquanto caminham pelo espaço. As frases secretas devem ser ditas de uma forma suficientemente íntima para que seja difícil entendê-las. A tarefa dos participantes é localizar o parceiro com a mesma frase secreta. Uma vez identificados, são dispostos em pares. Um dos dois companheiros pronuncia a frase movendo apenas os lábios e o outro sussurra-a seguindo os movimentos dos lábios do companheiro. Após isso, trocam.
<i>Duração</i>	De um mínimo de 5 a um máximo de 10 minutos

O olhar

<i>Palavras-chave</i>	Exercício de Condição Prévia - consciência do corpo e da voz
<i>Finalidade</i>	Descoberta do corpo, do espaço e um do outro.
<i>Descrição</i>	Sentam-se livremente no espaço (a condução é externa e verbal). O exercício começa com a observação cuidadosa e silenciosa do próprio corpo. Como se fosse a primeira vez que o vemos. Empurrar o olhar para todos os lados, movendo-se para que este possa alcançar o mais longe possível atrás de suas costas. Lentamente (ao comando do líder) assume-se a posição vertical. Começa-se a compreender o espaço que nos rodeia no nosso olhar. Pode-se começar um movimento lento neste espaço, explorando-o cuidadosamente. Cada participante torna-se consciente da presença dos outros. O encontro com os outros ocorre através do olhar. Cada participante escolhe o outro com o olhar e explora o corpo do outro de longe e com muito cuidado, como se alguém o acariciasse com o olhar. Cada participante deixa-se acariciar pelo olhar do outro. Aproxima-se lentamente e inicia-se um movimento que se torna cada vez mais sincrónico. O movimento torna-se uma espécie de dança a dois. O espaço enche-se de casais dançantes.

<i>Duração</i>	Aproximadamente 20 minutos
<i>Observações</i>	Explicar que ver não é olhar.
<i>Pré-requisitos</i>	Música relaxante

A cópia da estátua

<i>Palavras-chave</i>	Exercício de Condição Prévia - consciência do corpo e da voz
<i>Finalidade</i>	Observar e controlar o corpo
<i>Descrição</i>	O grupo de trabalho está sentado. Um dos participantes inicia o trabalho e dirige-se para o centro da sala, onde assume qualquer posição, como se fosse uma estátua. Então, um companheiro aproximar-se-á e tomará a mesma posição que ele, enquanto o primeiro volta para o seu lugar. Um a um, todos copiam a estátua. No final, a posição inicial será comparada com a do último participante, para destacar as diferenças. O exercício pode ser repetido várias vezes.
<i>Duração</i>	Pelo menos 25 minutos

Imaginação sensível

<i>Palavras-chave</i>	Exercício de Condição Prévia – consciência do corpo e da voz
<i>Finalidade</i>	Usar a criatividade, explorar
<i>Descrição</i>	Num círculo, com eventual música de fundo, o líder vai primeiro ao centro e finge estar a segurar uma bola. Ele manipula a bola, que gradualmente se transforma, tornando-se material disforme, que depois é passado para outro membro do grupo. Nas mãos dos vários membros, a bola transforma-se e assume diferentes consistências, sólida, líquida, gasosa, fria, quente e assim por diante. Cada pessoa pode imaginar uma forma diferente e modificá-la durante o exercício e depois transmiti-la ao seu parceiro.
<i>Duração</i>	De um mínimo de 5 minutos a um máximo de 10 minutos
<i>Observações</i>	O exercício não é para ser explicado, mas apenas para ser realizado e prosseguir-se-á por intuição e mimese.

Sentir a bolha física

<i>Palavras-chave</i>	Exercício de Condição Prévia - consciência do corpo e da voz
<i>Finalidade</i>	Explorar a relação com o outro, a consciência do seu próprio espaço e do dos outros.
<i>Descrição</i>	Em pares. Cada par posiciona-se a cerca de dez passos um do outro. Ao sinal do líder, o par começa a aproximar-se lentamente um do outro. Deve-se parar quando se tem a sensação de invadir a "bolha" do parceiro, o espaço vital e íntimo que nos rodeia.
<i>Duração</i>	A definir pelo operador
<i>Variante 1</i>	Como o exercício básico, mas é apenas um dos dois companheiros que se dirige para o outro, que por sua vez, se mantém imóvel, olhando-o nos olhos. Para-se quando se percebe o desconforto do parceiro.
<i>Variante 2</i>	Durante a livre circulação no espaço, o participante tem o cuidado de não invadir o espaço pessoal dos outros, percebendo o seu próprio espaço.
<i>Variante 3</i>	Em duas filas da frente. No início, uma fila começa a correr em direção à outra, que está parada. Para-se, para evitar "re-bentar" a bolha do companheiro.

Ajangada

<i>Palavras-chave</i>	Exercício de Condição Prévia - consciência do corpo e da voz
<i>Finalidade</i>	Consciência do espaço e da ação através deste.
<i>Descrição</i>	O exercício deve ser realizado em silêncio e com um bom grau de concentração. Consiste em caminhar no espaço, ocupando-o uniformemente sem colidir com os outros. Enquanto se caminha, as mãos e os braços são esticados, relaxados ao longo dos lados. Os olhos olham para a frente e não para o chão. O exercício é geralmente referido como "jangada", para deixar claro que as pessoas devem ocupar o espaço na sua totalidade. Na verdade, se numa jangada todos estiverem reunidos num canto, esta pode tombar. Existem muitas variações deste importante exercício, algumas das

	quais serão descritas seguidamente
<i>Duração</i>	De um mínimo de 5 a um máximo de 10 minutos
<i>Observações</i>	Normalmente, em especial nas primeiras sessões, os participantes começam a andar em círculo, seguindo-se uns aos outros. O líder terá de quebrar este hábito e forçar os participantes a tornarem-se mais autónomos e conscientes do espaço.

A jangada

<i>Palavras-chave</i>	Exercício de Condição Prévia - consciência do corpo e da voz
<i>Finalidade</i>	Consciência do espaço e da ação através deste.
<i>Descrição</i>	O exercício é uma variação da jangada tradicional. Deve ser realizado em silêncio e com um bom grau de concentração. O grupo inteiro de participantes está concentrado num dos lados da sala. Ao sinal do operador, todos devem, num prazo máximo de dez segundos, distribuir-se uniformemente pela sala, parando num ponto. Então, a um novo sinal do condutor, o grupo começará a andar na jangada.
<i>Duração</i>	Aproximadamente de 5 a 7 minutos

4.3 Fase de Aprendizagem, Secção Condição Prévia - Movimento do corpo em palco

Nesta fase do trabalho, o foco está na preparação do corpo para a fase. Esta assume importância à medida que se começa a trabalhar na configuração do corpo e da voz, da forma mais eficaz, para um desempenho ótimo em palco.

O que é explorado nesta fase é a qualidade do movimento e as diferentes formas em que este pode levar à expressão em palco.

Linhas invisíveis

<i>Palavras-chave</i>	Exercício de Condição Prévia - movimento do corpo no palco
<i>Finalidade</i>	Consciência do espaço e da ação através deste, contacto visual.
<i>Descrição</i>	O exercício é uma variação da jangada. Deve ser realizado em silêncio e com um bom grau de concentração. Começa como

	a jangada tradicional, mas com a condição de que a primeira pessoa que é enquadrada pelo olhar não deve ser perdida de vista. O olhar deve estar sempre sobre esta, enquanto caminha. O espaço é assim preenchido com fios invisíveis, que ligam todo o grupo de participantes.
<i>Duração</i>	Aproximadamente de 5 a 7 minutos

Caminhando "como se".

<i>Palavras-chave</i>	Exercício de Condição Prévia - movimento do corpo no palco
<i>Finalidade</i>	Consciência do espaço e da ação através deste.
<i>Descrição</i>	O exercício é uma variação da jangada. Deve ser realizada em silêncio e com um bom grau de concentração. Começa como a jangada tradicional, mas durante a caminhada, o condutor estimulará a imaginação e as respostas físicas dos participantes, alterando as características físicas do espaço e fazendo-os caminhar, por exemplo, como se estivessem na água, na lua, numa superfície brilhante, a subir ou a descer, e assim, sucessivamente.
<i>Duração</i>	Aproximadamente de 7 a 10 minutos

Saudações

<i>Palavras-chave</i>	Exercício de Condição Prévia - movimento do corpo no palco
<i>Finalidade</i>	Consciência do espaço e da ação através deste.
<i>Descrição</i>	O exercício é uma variação da jangada. Começa como a jangada tradicional, mas durante a caminhada, os participantes que se aproximam param por um momento e despedem-se.
<i>Duração</i>	Aproximadamente de 10 a 15 minutos
<i>Variante</i>	No lugar da fórmula de saudação, os participantes podem mais tarde fazer uns aos outros as perguntas que quiserem, por exemplo, onde fica a estação ferroviária, se está quente ou frio, ou quanto custa alguma coisa.

4.4 Fase de Aprendizagem, Secção Condição Prévia – Expressar as emoções

Depois de montar o corpo, a oficina desloca a sua atenção para o mundo emocional.

Em bem da verdade, mesmo os exercícios das fases anteriores não foram inteiramente sem impacto emocional, mas nesta fase os exercícios são especificamente concebidos para abordar o mundo emocional. Aqui novamente, a palavra de ordem para o ator é controlo.

O Espelho

<i>Palavras-chave</i>	Exercício de Condição Prévia - expressar emoções
<i>Finalidade</i>	Desenvolver a empatia e uma relação profunda com o outro
<i>Descrição</i>	O exercício deve ser realizado em pares. Os participantes são colocados de frente uns para os outros. Devem olhar nos olhos um do outro. Nesta posição, em silêncio, um deles, ao acaso, começa a fazer pequenos movimentos com os seus braços primeiro e, depois, com o resto do corpo. O parceiro segue, reproduzindo os movimentos como um espelho. À medida que o exercício continua, os movimentos podem tornar-se mais complicados.
<i>Duração</i>	Aproximadamente de 10 a 15 minutos
<i>Observações</i>	O exercício deve ser abordado lentamente. É perceptível que alguns pares tendem a executá-lo imediatamente, com grande velocidade, como se mostrassem que o conseguem fazer. O líder deve estar atento e deixar claro que não se trata de uma competição, mas de ser o mais fiel e participativo possível, nos movimentos um do outro.

A imagem mental

<i>Palavras-chave</i>	Exercício de Condição Prévia - expressar emoções
<i>Finalidade</i>	Desenvolver a capacidade de mentalização. Habituação a descrever em detalhe.
<i>Descrição</i>	O líder convida os participantes a pensarem num lugar familiar (não importa se é aberto ou fechado, pode ser, por

	exemplo, a própria casa ou a casa dos pais ou um parque ou um lugar onde tenham estado). A tarefa é tirar uma foto mental deste lugar. O apresentador convida os participantes a imaginarem entrar neste lugar e a realizarem uma série limitada de ações. O início do exercício é puramente mental, depois o líder convida os participantes a movimentarem-se, reproduzindo as ações mentais realizadas no local.
<i>Duração</i>	Aproximadamente de 20 a 25 minutos

4.5 Fase de Aprendizagem, Secção de Processamento - Exercícios no caminho da caneta para o corpo

Entramos nesta fase na secção mais específica da oficina de *Hi-Storytelling*. Ou seja, a parte em que a escrita e o corpo se encontram. Estamos na fase em que a dramaturgia tem de ser criada. Há pelo menos duas maneiras de uma dramaturgia surgir de pesquisas históricas anteriores.

Identificámos este primeiro caminho como "o caminho da caneta para o corpo". Ou seja, neste caso, primeiro há a escrita e depois a aproximação do corpo à página escrita.

Esta é a rota mais tradicional e aquela que é percebida como a mais "natural". Os exercícios que propomos permitirão desenvolver um texto escrito a partir de fundações pré-existentes (documentos, fontes, mapas conceituais, etc.).

Argumentos sobrepostos

<i>Palavras-chave</i>	Processamento - da caneta ao corpo
<i>Finalidade</i>	Acostumar a mente ao fluxo do pensamento.
<i>Descrição</i>	O exercício é realizado em pares. Um em frente do outro, cada participante inventa um argumento, mesmo que seja simples e trivial. A tarefa visa, ao aceno de cabeça do líder, apoiar o seu argumento para o outro, que fará o mesmo ao mesmo tempo. O exercício é difícil, porque se trata de focalizar cuidadosamente o pensamento, não se deixar distrair ou ser influenciado pelo outro. A argumentação a ser feita pode ser muito simples e deve ser feita em voz alta e na língua nativa. Os pares podem ser trocados a critério do líder. Cada mudança de par consistir-se-á numa mudança de argumento

	por ambos os participantes.
<i>Duração</i>	Aproximadamente de 15 a 20 minutos

Fluxo de palavras

<i>Palavras-chave</i>	Processamento - da caneta ao corpo
<i>Finalidade</i>	Acostumar a mente ao fluxo do pensamento.
<i>Descrição</i>	Este exercício é realizado seguindo o anterior (argumentos sobrepostos). No final do exercício de argumentos sobrepostos, o líder convida os participantes a alinharem-se em fila e, um após o outro, a dirigirem-se ao centro da sala, apresentando a todos, sozinhos e sem interrupção, o argumento utilizado no exercício anterior, tentando fazê-lo durar o máximo de tempo possível. Se houver, como resultado de repetidas mudanças de pares, vários argumentos prontos, uma vez apresentado o primeiro, o participante regressa à fila e no final da ronda começa novamente a apresentar o outro, e assim, sucessivamente.
<i>Duração</i>	Aproximadamente de 15 a 20 minutos, dependendo do número de argumentos preparados

Palavras poderosas

<i>Palavras-chave</i>	Processamento - da caneta ao corpo
<i>Finalidade</i>	Construção dramaturgica elementar.
<i>Materiais</i>	<i>Flipchart</i>
<i>Descrição</i>	Este exercício pode ser realizado seguindo os anteriores (argumentos sobrepostos, fluxo de pensamento) ou de forma isolada. O operador propõe que os participantes escolham três palavras. Se o exercício for realizado após os acima descritos, a escolha será feita entre as palavras expressas nos argumentos. Se for realizado separadamente, a escolha será mais aleatória. Em qualquer dos casos, as palavras devem ser escolhidas entre aquelas que são de certo grau de importância para o participante, ou com referência a um tema que o grupo escolheu para explorar. O líder propõe a construção de uma pequena história de algumas linhas em que as três palavras

	devem necessariamente aparecer.
<i>Duração</i>	Aproximadamente de 20 a 30 minutos

Contar uma história através de um objeto

<i>Palavras-chave</i>	Processamento - da caneta ao corpo
<i>Finalidade</i>	Construção Dramatúrgica.
<i>Materiais</i>	<i>Flipchart</i> , itens solicitados pelo operador.
<i>Descrição</i>	O líder propõe que os participantes tragam para a sessão um objeto da vida cotidiana que seja significativo, de alguma forma. O objeto deve então ser escolhido de forma afetiva. O exercício é realizado em três etapas. No primeiro momento, o líder convida os participantes a explorar o potencial do objeto escolhido, improvisando com este, tendo como base novas funções que lhe possam ser atribuídas. Após um certo período, os participantes são convidados a escolher um número limitado de funções. Neste ponto, há uma segunda fase que consiste em pensar e escrever um conto onde o objeto aparece com as funções previamente identificadas. A última fase comporta um retorno público ao grupo que pode fazer anotações e acrescentar significados ao que foi apresentado.
<i>Duração</i>	Aproximadamente 30 minutos

Conte a sua história

<i>Palavras-chave</i>	Processamento - da caneta ao corpo
<i>Finalidade</i>	Construção Dramatúrgica.
<i>Materiais</i>	<i>Flipchart</i>
<i>Descrição</i>	O apresentador propõe que cada participante reconte um episódio da sua própria vida. Possivelmente, o episódio deve ser engraçado, simpático. Alternativamente, uma história tradicional também pode ser contada. Enquanto um participante conta, os restantes tomam notas. Quando todos tiverem contado algo, decide-se em conjunto qual destas histórias será escolhida para formar a base de uma peça escrita e levada ao palco. Uma vez feita a escolha, as notas tiradas pelos ouvintes são lidas para uma interpolação inicial da história.

<i>Duração</i>	De 30 a 40 minutos
----------------	--------------------

Listagem de situações

<i>Palavras-chave</i>	Processamento - da caneta ao corpo
<i>Finalidade</i>	Construção Dramatúrgica.
<i>Materiais</i>	<i>Flipchart</i>
<i>Descrição</i>	Este exercício está relacionado com o anterior. Uma vez escolhida e interpolada a história com as notas dos ouvintes, as situações subjacentes à história são isoladas. Cada situação será escrita no <i>flipchart</i> e será a base para a escrita de uma única cena. Nesta fase é possível relacionar situações particulares com uma única situação geral ou vice-versa para decompor uma situação geral em muitos detalhes.
<i>Duração</i>	De 30 a 40 minutos

Listagem de personagens

<i>Palavras-chave</i>	Processamento - da caneta ao corpo
<i>Finalidade</i>	Construção Dramatúrgica.
<i>Materiais</i>	<i>Flipchart</i>
<i>Descrição</i>	Este exercício está relacionado com os anteriores. Examinada a lista de personagens identificadas e o seu lugar na situação descrita, o grupo, coordenado pelo líder, procede à sua interrogação em terceiro grau, começando pelos identificados como os principais até aos secundários. De vez em quando, o grupo pede informações sobre a personagem e a sua história, possíveis relações com outras personagens, bem como relativamente à sua forma de pensar e agir. Todas as indicações que surgirem serão escritas no <i>flipchart</i> e resumidas pelo líder. No final do trabalho deve haver uma caracterização completa e lógica das personagens em movimento na cena.
<i>Duração</i>	Cerca de 40 minutos

Escrever cenas individuais

<i>Palavras-</i>	Processamento - da caneta ao corpo
------------------	------------------------------------

<i>chave</i>	
<i>Finalidade</i>	Construção Dramatúrgica.
<i>Materiais</i>	<i>Flipchart</i> , cadernos.
<i>Descrição</i>	O exercício está relacionado com os anteriores. Cada cena identificada é apontada e anotada de forma extensa. O trabalho de escrita é continuamente apoiado pelo professor de línguas, que corrige as frases individuais enquanto introduz as regras gramaticais necessárias. Não se deve pensar nisto como uma obra de grande complexidade. Cada cena individual também pode ser muito simples e essencial. Detalhes e novas interações de personagens são adicionados nesta fase. A riqueza das formas linguísticas que podem ser exploradas neste ponto é decididamente extensa. Os diálogos, se necessário, são esboçados.
<i>Duração</i>	Cerca de 40 minutos

Escrita do diálogo

<i>Palavras-chave</i>	Processamento - da caneta ao corpo
<i>Finalidade</i>	Construção Dramatúrgica.
<i>Materiais</i>	<i>Flipchart</i> , cadernos.
<i>Descrição</i>	Este exercício está relacionado com os anteriores. Nesta última fase, os diálogos ou partes narrativas são especificados e escritos na sua totalidade. Tal como na fase anterior, a intervenção do professor de línguas ao lado do operador constituir-se-á como crucial. Também aqui, não são de esperar textos particularmente complexos. Pelo contrário, uma linguagem seca e rápida aumentará a capacidade dos participantes do <i>workshop</i> em aprender a língua. Formas úteis de diálogo ainda podem ser exploradas e serão facilmente aprendidas. Se o trabalho for realizado com o tempo necessário, a aprendizagem da língua do país de acolhimento será muito facilitada pela situação lúdica e não formal.
<i>Duração</i>	Cerca de 40 minutos

4.6. Fase de Aprendizagem, Secção de Processamento - Exercícios no caminho do corpo para a caneta

Esta é uma forma alternativa de abordar a fase de construção dramaturgica da oficina de *Hi-Storytelling*. O caminho que chamamos "do corpo para a caneta", de facto, prevê que a escrita no papel da dramaturgia seja precedida de uma escrita "física".

Ou seja, a abordagem do texto é virada de cabeça para baixo e envolve uma série de improvisações físicas, que produzem o material a partir do qual a escrita é então derivada.

Objeto fantástico

<i>Palavras-chave</i>	Processamento - do corpo à caneta
<i>Finalidade</i>	Estimular a criatividade e desenvolver a capacidade de invenção
<i>Materiais</i>	Vários objetos, pequenos e leves o suficiente, para que possam ser projetados
<i>Descrição</i>	O exercício deve ser realizado em círculo. O líder atrai qualquer objeto (por exemplo, um rolo de fita adesiva) para um participante. O participante pega no objeto e tem que realizar ações, mas usando o objeto de uma maneira diferente do que seria seu uso normal, quotidiano, mudando o seu propósito, o significado deste e a função (por exemplo, no caso do rolo de fita adesiva pode ser usada como se fosse uma lupa, etc.). Uma vez realizada a ação, o objeto é lançado para outro participante, que fará o mesmo, e assim por pelo menos duas voltas, envolvendo todo o círculo. Cada objeto, na sua nova função, deve ser nomeado na língua do país de acolhimento.
<i>Duração</i>	Cerca de 15 minutos
<i>Observações</i>	Ninguém pode replicar a função do objeto. Todos devem esforçar-se para encontrar uma nova maneira de o usar e atribuir-lhe um novo significado.

Transformações

<i>Palavras-</i>	Processamento - do corpo à caneta
------------------	-----------------------------------

<i>chave</i>	
<i>Finalidade</i>	Estimular a criatividade e desenvolver a capacidade de criação
<i>Materiais</i>	Vários objetos espalhados pela sala
<i>Descrição</i>	Esta é uma evolução do exercício anterior. Nesta versão, haverá inúmeros objetos espalhados pela sala. Cada um dos participantes, numa primeira fase, irá praticar pegar nos objetos e mudar, criativamente, a sua função e uso. Numa segunda fase, o líder irá pedir aos participantes para escolherem um objeto de entre os muitos disponíveis e com o qual tenham sido treinados e utilizem apenas esse objeto de pelo menos três maneiras diferentes. Estes três usos diferentes devem formar a base de uma micro-história sem palavras. O objeto, nas suas diferentes funções, deve ser nomeado na língua do país de acolhimento antes da história da mímica ser realizada.
<i>Duração</i>	Aproximadamente de 15 a 20 minutos
<i>Observações</i>	Como na versão anterior, ninguém pode replicar a função do objeto. Todos devem esforçar-se para encontrar uma nova forma de o usar e atribuir-lhe um novo significado.

Uma palavra um corpo

<i>Palavras-chave</i>	Processamento - do corpo à caneta
<i>Finalidade</i>	Exploração de um tema com modalidades não verbais
<i>Descrição</i>	O grupo está de pé na sala, os participantes estão dispostos a ocupar o espaço de forma uniforme (como se faria depois de parar o exercício da jangada). Um dos participantes pronuncia uma palavra, que pode ser um verbo ou um substantivo. O importante é que a palavra seja dita sem pensar muito. Após 5 segundos, o líder dá um sinal (por exemplo, um golpe com as mãos) e todos os participantes imediatamente representam fisicamente essa palavra, com uma forma fixa, mas contendo dinamismo, como nas estátuas.
<i>Duração</i>	Aproximadamente de 20 a 25 minutos

Fotos vivas

<i>Palavras-chave</i>	Processamento - do corpo à caneta
-----------------------	-----------------------------------

<i>Finalidade</i>	Exploração de um tema com modalidades não-verbais. Início da construção dramaturgica corporal
<i>Descrição</i>	Este é um exercício derivado do teatro de imagem (teatro dos oprimidos). Os participantes estão todos reunidos num dos lados da sala. Um deles, ao acaso, separa-se do grupo e, posiciona-se no centro da sala, assumindo uma postura física. Assim, compõe uma figura. Após um breve período de observação, os outros começam, um após o outro, a acrescentar à figura novas figuras, que interagem com a do seu companheiro, completando-a e gerando um quadro vivo, onde cada um acrescenta uma parte de significado ao todo.
<i>Duração</i>	Aproximadamente de 20 a 25 minutos
<i>Variantes</i>	Se o grupo de participantes for grande, pode ser dividido em dois grupos, um dos quais terá a tarefa de criar o quadro vivo, o outro irá observá-lo e, no final, tentará descrever os sentimentos experienciados ao olhar para a composição e, se possível, derivar uma história a partir dela.

Baixos-relevos

<i>Palavras-chave</i>	Processamento - do corpo à caneta
<i>Finalidade</i>	Exploração de um tema com modalidades não verbais. Início da construção dramaturgica corporal.
<i>Descrição</i>	Esta é uma variação importante do exercício anterior (as imagens vivas). Os participantes estão todos reunidos num dos lados da sala (ou divididos em dois grupos se forem muitos). O líder ou um dos participantes diz uma palavra. Um participante, ao acaso, separa-se do grupo e rapidamente se posiciona contra a parede oposta, assumindo uma postura física derivada da palavra que ouviu. Neste seguimento, expressa o significado da palavra através da figura. Após um curto período de observação, os outros começam, um após o outro, a adicionar à figura, atravessando rapidamente a sala e aderindo à parede e ao seu companheiro. Assim, adicionam novas figuras, que completam o baixo-relevo.
<i>Duração</i>	Aproximadamente de 20 a 25 minutos
<i>Observações</i>	Ao contrário do exercício anterior, neste há uma maior necessidade de contacto físico. Isto pode ser problemático se o

	trabalho for realizado, como no caso de alguns grupos de migrantes, com participantes de culturas em que o contacto físico é desconfortável. Cabe ao líder perceber se o grupo pode superar este tipo de impasse ou se o exercício deve ser modificado, limitando a demanda de contacto físico.
--	---

Composições temáticas no espaço

<i>Palavras-chave</i>	Processamento - do corpo à caneta
<i>Finalidade</i>	Exploração de um tema com modalidades não verbais. Início da construção dramaturgica corporal.
<i>Descrição</i>	<p>Este é um exercício que representa uma combinação dos dois anteriormente descritos (as imagens vivas e os baixos-relevos).</p> <p>O líder ou um dos participantes diz uma palavra. Um participante, ao acaso, desliga-se do grupo e rapidamente se posiciona no espaço, assumindo uma postura física derivada da palavra que ouviu. Seguidamente, expressa o significado da palavra através da figura.</p> <p>Após um curto período de observação, os outros começam, um após o outro, a somar à figura, completando a composição. Tal como nos baixos-relevos, é bom que encontrem pontos de contacto físico.</p>
<i>Duração</i>	Aproximadamente de 20 a 25 minutos
<i>Observações</i>	Tal como o exercício anterior, também neste há necessidade de contacto físico. Isto pode ser problemático se o trabalho for realizado, como no caso de alguns grupos de migrantes, com participantes de culturas em que o contacto físico é desconfortável. Cabe ao líder perceber se o grupo pode superar este tipo de impasse ou se o exercício deve ser modificado, limitando a demanda de contacto físico.

Máquinas rítmicas

<i>Palavras-chave</i>	Processamento - do corpo à caneta
<i>Finalidade</i>	Exploração de um tema com modalidades não verbais. Início da construção dramaturgica corporal.

<i>Descrição</i>	Como os anteriores, este é um exercício colaborativo. O grupo é dividido em subgrupos. Um subgrupo é trabalhado de cada vez. O líder convida um dos participantes de cada subgrupo a ficar no centro da sala e a fazer um gesto rítmico, que deve ser repetido incessantemente. Um som deve ser associado ao gesto. Após alguns momentos de estudo, um após o outro, todos os participantes que compõem a arte do subgrupo que está trabalhando naquele momento, aproximar-seão e acrescentarão o seu próprio gesto e som de uma forma complementar, ao anterior. O resultado será a construção de algum tipo de maquinaria improvável. Eventualmente, um nome é atribuído à máquina. E assim por diante, para todos os subgrupos criados.
<i>Duração</i>	Aproximadamente de 20 a 25 minutos
<i>Variantes</i>	A máquina rítmica anteriormente construída pode ser gradualmente animada através da adição de um determinado humor (por exemplo, raiva, ou doçura). O humor mudará a ação da máquina de uma forma bastante imprevisível e divertida.

4.7 Fase "Encerramento"

A fase de encerramento é um ritual simples, no qual se realiza um balanço do trabalho praticado durante a sessão. O conselho é torná-lo constante. Acolher e fechar devem ser, embora proporcionais no espaço de tempo com as necessidades, fórmulas constantes que todos os participantes conheçam.

Verbalização

<i>Palavras-chave</i>	Encerramento
<i>Finalidade</i>	Reelaborar em palavras a experiência durante a sessão.
<i>Descrição</i>	Os participantes são solicitados, um a um, a registrar o que experimentaram durante a sessão que acabaram de ter. A pergunta a ser respondida é: "O que leva para casa hoje?". Enquanto um participante fala, os outros permanecem em silêncio, a escutar. A sobreposição nunca deve ser permitida. Todos são livres para expressar o que experimentaram sem contradição.

<i>Duração</i>	Cerca de 10 minutos
----------------	---------------------

Repetição rápida

<i>Palavras-chave</i>	Encerramento
<i>Finalidade</i>	Definir exatamente num nível físico o que foi realizado na sessão.
<i>Descrição</i>	Os participantes são convidados a passar por todos os exercícios propostos durante a sessão com grande rapidez. Os exercícios serão realizados de forma extremamente reduzida, quase como se fossem uma lista física.
<i>Duração</i>	Cerca de 15 minutos