Teatro Social dos Afetos na Saúde Mental

Kelly Cristina Fernandes
Daniela Fontes Garcia

Pesquisa do projeto “Teatro Social dos Afetos na Saúde Mental”:
Kelly C. Fernandes, Elias Rezende e Daniela Fontes Garcia

Autoras:
Kelly C. Fernandes e Daniela Fontes Garcia

Colaborador:
Elias Rezende

Revisoras:
Ana Beatriz Freire de Almeida e Maria Eduarda Genuino de Alberti

Designer e Diagramação:
Verónica Loreto Gálvez Collado (veronica.galvez.collado@gmail.com)

Ilustrações:
Helena Ariano (helena.ariano.92@hotmail.com)

Publicado digitalmente em dezembro de 2021, São Paulo, Brasil.

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Fernandes, Kelly Cristina
Teatro social dos afetos na saúde mental
[livro eletrônico] / Kelly Cristina Fernandes,
Daniela Fontes Garcia ; ilustração Helena Ariano. - -
São Paulo ; Ed. da Autora, 2021.
PDF.

Bibliografia.
ISBN 978-65-00-36629-7

1. Artes 2. Assistência Social 3. Profissionais
da saúde 4. Saúde mental 5. Teatro I. Garcia, Daniela
Fontes. II. Ariano, Helena. III. Título.

21-94503 CDD-361

Índices para catálogo sistemático:
1. Assistência social : Bem-estar social 361
Aline Graziele Benitez - Bibliotecária - CRB-1/3129

REALIZAÇÃO

SUMÁRIO

PREFÁCIO 6
AGRADECIMENTOS 8
PRÓLOGO - A trajetória de uma Psicóloga e Artista: as caminhadas fazem história.....10
APRESENTAÇÃO 13
SAÚDE MENTAL E INSTITUIÇÃO 15
O normal e o patológico 16
Desmanicomialização e as instituições de saúde mental contemporâneas 18
Normatividade e a arte como dispositivo de atuação na saúde mental.....22
TEATRO SOCIAL DOS AFETOS 26
O que vem na sua mente quando falamos a palavra “afeto”?.....27
Nossas raízes: Teatro do Oprimido 30
O Teatro Social dos Afetos.....32
A capacidade de sonhar, rir e brincar 35
Teatrar e esperançar 38
Vir a ser... 40
Ato criador na nossa prática 42
Então, no Teatro Social dos Afetos... 46
PRÁTICAS 49
JOGOS E EXERCÍCIOS.....50
Abertura das oficinas 54
Fala inicial de apresentação 55
Apresentação do grupo 55
Pergunta geradora 56
Acordo coletivo 59
Que bom dia você quer escutar? 61

Jogos de interação e aquecimentos 62
Aquecendo com música (vamos dançar juntos!).....63
Alongamento acumulativo com dança.....64
Dança com partes do corpo.....66
Dança o silêncio.....66
Cinco gestos com dança.....68
Investigação com 6 gestos 70
Alongamento em três pessoas.....71
Alongamentocoletivo.....71
Passa a careta.....72
Pare e ande.....73
Luta de boxe e troca de carinhos.....74
SIM, VAMOS!.....76
Movimento do animal.....78
Mimosa Boliviana on-line.....78
Linhacruzada.....79
Viagem Imaginária.....81
Viagemguiada.....86
Espelho.....88
Jogos de Improvisações: Afetos e Escutatória.....91
Associação livre.....92
Telefone sem fio com movimento ritmado.....93
Movimento acumulativo.....94
Uma história contada por muitos atores.....94
História contada com as mãos.....95
Gromelô dos afetos.....96
Tradutor.....98
Quantos Ás.....100
Eu sei o que é melhor pra você! - Mas eu não quero!. 103
Jogo do Advérbio.....104
Improvisação dos Desescutadores.....106
Lembrança inventada ou Lembrança de Quintana.....110

Improvisação do minuto - onde, quem e afetos.....111
Técnicas.....113
Cartãopostal.....114
Uma foto para... 116
Medo de criança.....117
Sonho de criança.....118
Qual sonho você tem agora?.....119
Afeto real/ideal - normativo.....120
Criação de poesia/música.....123
A imagem do som.....124
Imagem da hora - investigando a rotina em tempos pandêmicos.....126
Criação coletiva - O que querem do futuro?.....129
Criação de vídeo.....130
Como eu me vejo? Como os outros me veem? Como eu gostaria de ser visto?.....131
Improvisação Rashomon.....134
Criação de cena.....135
Acolhimento.....137
A despedida.....138
Fio no coração.....138
Eu estou aqui, eu estou te vendo.....140
Reflexão sobre o percurso e finalização das oficinas.....141
Reflexãofinal.....142
Palavra do dia.....142
Palavra-dicionário.....144
VÍDEO DO PROJETO “TEATRO SOCIAL DOS AFETOS NA SAÚDE MENTAL”.....145
REFERÊNCIASBIBLIOGRÁFICAS.....146
SOBRE AS AUTORAS, COLABORADOR E CONTATOS.....148

PREFÁCIO

As vivências em saúde mental são vivências relacionais.

Nos afetamos constantemente, trabalhadores, usuários e familiares, nas relações da vida, fora dos CAPS e de forma intensa e cotidiana nas relações nas unidades de saúde mental.

Trabalhar tudo que se entrelaça nos encontros entre esses atores é ação fundamental para o fortalecimento das relações e dos afetos que se cruzam no dia a dia.

Trilhar os caminhos mais apropriados nesse percurso longo e difícil pode ocorrer por meio de estratégias e dispositivos construídos especificamente para essa finalidade.

Cuidar dos afetos, do sentir e do pensar e, em especial, de como unimos esses elos, ou como e quando os separamos para potencializar a vida do cuidado em saúde mental.

Lidar com paradoxos, com estigmas e com marcas profundas nas pessoas, buscar o sentido da existência de cada um, produzindo, vivendo, experienciando, gozando...

Somos muitos individuais e, ao mesmo tempo, podemos ser um único "corpo" harmonioso, muitas vezes ser um só, por ter a capacidade de estar no lugar do outro, experimentar o deslocamento, ou ser também outras coisas e falar das coisas que nos afetam.

O *Teatro Social dos Afetos*, esse trabalho de criação de espaços de encontro, mexendo nos nossos núcleos mais profundos e potentes e permitindo a nossa transformação através da criatividade, faz todo o sentido.

E que continuemos nos afetando,
criando e produzindo Vida!!!

Paulo Guilherme Muniz

Coordenador de Saúde Mental de Santos

AGRADECIMENTOS

Agradecemos o apoio da Secretaria de Saúde Mental de Santos, especialmente ao coordenador Paulo Guilherme Muniz e sua equipe que nos apoiou, permitindo a realização do projeto "Teatro Social dos Afetos na Saúde Mental" em um ano de pandemia. Nesse período, aceitamos o desafio de praticar teatro on-line, buscando descobrir maneiras de responder a uma demanda necessária e provocativa. A pandemia também estava sendo uma grande questão a ser manejada nos equipamentos públicos de saúde mental. Assim, os profissionais estavam em um ambiente no qual o cansaço para dar conta da caminhada era muito grande.

A Adalgiza Luz, psicóloga e artista, que nos apoiou, nos encorajou e não desistiu diante de tantos desafios. Com sua energia, vontade e resistência, mobilizou o impossível para que acontecesse o projeto que resultou neste *e-book*.

A Alex Tadeu Alves Rosa fundador da entidade UACEP, que seguiu se comunicando conosco e nos representou nessa empreitada, acreditando, financiando e nos apoiando nessa jornada.

Ao deputado Geonisio Pereira Aguiar, que acreditou na potência da arte como dispositivo transformador e mobilizador da sociedade civil, concedendo uma emenda parlamentar.

A todos(as) os(as) profissionais de saúde envolvidos nessa empreitada, em especial, a Audra Liz Magalhães Abad, Érica Sanches Pontes, Hudson Eugênio Rocha dos

Santos, Iara Dantas de Souza, Juliana Gomes dos Santos, Leandro Segura Perez, Marta Braga Vieira Batista, Martha Pablos de Souza, Natália Cyrillo Wagner, Nathalia Barros de Andrade, Rita de Cássia Fernandes Goes, Rosangela Santos de Oliveira, Silvia Elaine Lesike de Freitas e Tamiris Braga Natal. Agradecemos a coragem e disposição dos profissionais que, mesmo cansados e sobrecarregados nas atividades do trabalho durante a pandemia, aceitaram brincar, se desafiar e descobrir novos dispositivos para trabalhar com grupos nos equipamentos de saúde mental da cidade de Santos nos quais atuam (CAPS PRAIA, NAPS, CAPS AD, CAPSI TAMOJUNTO, CAPS CENTRO, CAPS ORQUIDÁRIO, CAPS AD-IJ, CAPS da VILA e CAPS ZNO).

A Flavio Quental, por todo apoio, curiosidade e paciência durante o processo e criação do material audiovisual desse projeto.

A Verónica Gálvez Collado e Helena Ariano que colaboraram com a diagramação e a ilustração deste *e-book* com carinho e criatividade.

Ao Centro do Teatro do Oprimido do Rio de Janeiro (CTO-Rio), com o qual aprendemos muito e estivemos juntos(as) sob a coordenação de Geo Britto. O CTO-Rio, com muita competência, em 2006, desenvolveu um projeto de Teatro do Oprimido na Saúde Mental, que deixou frutos nos equipamentos de saúde mental do litoral paulista que florescem até os dias de hoje.

Em especial agradecemos a Elias Rezende pela colaboração na organização dos jogos, exercícios e técnicas aqui presentes, assim como pela sua leitura atenta a todo material e participação como facilitador nas oficinas durante todo o curso.

PRÓLOGO

A trajetória de uma Psicóloga e Artista: As caminhadas fazem história.

A minha trajetória como psicóloga na saúde mental foi mostrando a importância dos cuidados com o sofrimento psíquico das pessoas em situação de vulnerabilidade social. Isso aconteceu em decorrência da Luta Antimanicomial, que trouxe muitas conquistas para a humanização dos tratamentos daqueles que, anteriormente, eram estigmatizados e mantidos no manicômio, em situação de exclusão social, desrespeito e discriminação.

Na década de 90, surgiu a possibilidade de inserir o teatro nos cuidados das pessoas que viviam sofrimentos psíquicos, na tentativa de levar alívio para elas. As práticas artísticas e inovadoras ganham força no cenário das Políticas Públicas em Santos, necessárias ao tratamento como estratégia complementar ao uso de medicamentos.

Pude acompanhar e participar, em Santos, de projetos de teatro voltados ao tratamento dos pacientes atendidos nos Núcleos de Atenção Psicossocial (NAPs), hoje conhecidos como Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), tais como *O Grupo Biruta de Artes Cênicas*, com o lema "Elogio às Diferenças"; com o *Teatro Mestiço* (constituído pacientes, profissionais e artistas), que aproximou a arte teatral a essa realidade, dando voz e expressão a todo sofrimento guardado durante anos de confinamento e estigma social que buscava distanciar e calar os ditos "loucos". Os anos

passaram e o grupo Biruta foi perdendo potência enquanto ONG, finalizando as suas atividades.

Alguns anos depois, o governo Federal ofereceu a formação do Teatro do Oprimido na Saúde Mental, de Augusto Boal, através do CTO-Rio. Os técnicos do CAPS foram capacitados e passaram a utilizar o teatro Fórum como ferramenta de expressão, trazendo um novo paradigma de atenção e cuidados aos Transtornos Mentais Graves, com os recursos da arte. Foi tudo muito intenso, a ponto de levar os usuários a apresentarem uma "cena" e a participarem da Mostra Nacional do Teatro do Oprimido na Saúde Mental do Rio de Janeiro.

Foi nesse período que conheci a Kelly Fernandes, atriz, capacitadora do CTO-Rio e Curinga do Teatro do Oprimido, que, sempre com muita sensibilidade e domínio das práticas teatrais, foi ajudando a introduzir a prática do teatro do oprimido nos CAPS.

Com as mudanças governamentais, as políticas públicas deixaram de investir na formação e supervisão dos técnicos, e a proposta foi perdendo potência novamente.

Em 2019, Kelly Fernandes, defendeu a tese de doutorado do *Teatro Social dos Afetos* nas escolas públicas do município de São Paulo, e por que não a desenvolver junto aos doentes mentais?

Foi também no período de pandemia de covid-19, em 2020, que realizei uma pesquisa de Mestrado Profissional em Psicologia, Desenvolvimento e Políticas Públicas, na UNISANTOS com o seguinte tema: O Teatro na Saúde Mental e suas implicações

na Expressão dos Afetos – um estudo com usuárias do Centro de Atenção Psicossocial – CAPS. O objetivo do trabalho era demonstrar a importância e eficácia dessas ferramentas teatrais, corporais e expressivas realizadas em grupo, auxiliando na ressignificação do sofrimento psíquico.

Foi muito oportuno trazer, em 2021, para o município de Santos, a capacitação do *Teatro Social dos Afetos* (TSA) através da Kelly Fernandes e do Coletivo Garoa, aos profissionais da saúde mental, trabalhadores dos CAPS, buscando a implementação das Políticas Públicas necessárias aos cuidados humanitários no sofrimento psíquico, experiência publicada através deste *e-book*.

Nessa capacitação realizada no modelo remoto, devido à pandemia, os técnicos dos CAPS adulto, CAPS infantil e CAPS Ad puderam enriquecer o seu arsenal pessoal de técnicas e vivências com o Teatro Social dos Afetos, sempre favorecendo a descontração pessoal em grupo a partir dos exercícios que promovem a desmecanização corporal, com jogos de improvisação e criatividade na expressão dos afetos.

Participar dessa trajetória traz muita alegria, e me sinto realizada nesta finalização do meu percurso no serviço público, publicando também um outro *e-book* com o tema "Teatro e Afetos na Saúde Mental", reforçando a continuidade e a implementação dos cuidados em Saúde Mental e das Políticas Públicas do SUS.

Adalgiza Luz

APRESENTAÇÃO

Este *e-book* faz parte do Projeto "Teatro Social dos Afetos na Saúde Mental" que nós, do Coletivo Garoa, desenvolvemos em 2021, junto à Secretaria de Saúde Mental de Santos, em parceria com a UACEP. Desenvolvemos oficinas de formação para profissionais da saúde de CAPS Adulto, infantil e Álcool e Drogas, nas quais pudemos vivenciar a metodologia aqui apresentada e utilizá-la em seus equipamentos.

Esse material de apoio tem o intuito de publicizar e tornar acessíveis as práticas teatrais que desenvolvemos baseadas no Teatro do Oprimido, especialmente na nossa pesquisa sobre o *Teatro Social dos Afetos*, para os(as) profissionais de equipamento público de saúde mental e de outras organizações que tenham o interesse de trabalhar com grupos através da arte.

Inicialmente, você encontrará o texto "saúde mental e instituição", que contextualiza a intervenção em equipamentos de saúde mental e as disputas através da arte, em relação à lógica manicomial que ainda perpassa as práticas voltadas à promoção de saúde. Em seguida, apresentamos a vocês os fundamentos teóricos da metodologia teatral do *Teatro Social dos Afetos*, entendendo o afeto enquanto conceito político. Por fim, terão acesso a um repertório de atividades teatrais as quais poderão usar junto a grupos, tendo como horizonte ético a emancipação dos(as) participantes e a construção coletiva de novas práticas sociais de liberdade. Devido à

pandemia da covid-19, o projeto necessitou ser realizado no formato virtual, o que acarretou diversos desafios e nos permitiu desenvolver uma pesquisa de adaptação dos jogos para esse formato. Aqui, vocês encontraram todo o repertório descrito para serem desenvolvidos tanto presencialmente como virtualmente.

Acreditamos que esse material poderá auxiliar na construção de práticas de promoção à saúde que tenham a arte como método substitutos e/ou auxiliares a métodos convencionais. Entendemos que a expressão artística é uma grande aliada na construção de modos para dar vazão aos afetos que conformam os sintomas, encontrando uma via simbólica para a sua manifestação. Da mesma forma, a arte pode se constituir como análise dos modos de afetação que diminuem nossa potência de vida, buscando intensificar as afetações que ampliam nossas conexões existenciais, aumentando a potência de vida.

Boa leitura!

Saúde Mental e instituição

O normal e o patológico

As intervenções, crenças e procedimentos instituídos no escopo da saúde mental têm como marca os conceitos de normal e patológico, ou seja, dentro de certos parâmetros, se constituem modos de estabelecer aqueles que podem ser considerados saudáveis (normais) e aqueles que estabelecem algum tipo de desvio, de patologia, de anormalidade.

A normalidade, dentro de um modelo biomédico, se apoia em perspectivas estáticas para constituir esse corte entre normal e patológico. Dentro da análise de um comportamento, a normalidade é analisada na dispersão de sua variação, estabelecendo a patologia como os modos menos frequentes de estabelecer a vida, estigmatizando-os como inaptos (BEZERRA, 2006). Ao longo da história, essa maneira de entender a normalidade justificou as formas de aprisionamento, práticas que se assemelham à tortura e, mais atualmente, à intensa medicalização da diferença, ou seja, dos desvios que se constituem na realidade. A lepra, a homossexualidade, a histeria, o desemprego, as formas de sofrimento e enlouquecimento causados pelo racismo, as neurodiversidades etc.

Em cada momento histórico, esses estigmas serviram para a produção da loucura e para intervenções institucionais de violência e controle.

Dessa forma, podemos dizer que a constituição do normal se estabelece dentro do campo social, a partir das crenças do que é tido como aceitável e desejável dentro da sociedade. A loucura, dessa forma, é entendida como uma produção social, e não como um aspecto do sujeito. Estabelece-se, assim, modos de afetação através de procedimentos, modos de avaliação, modos disciplinares que criam formas de comparação e categorização entre os sujeitos, justificando intervenções institucionais de punição, controle e disciplinarização dos corpos, assim como estabelecendo os critérios para formas de exclusão social. Dessa forma, os modos de estabelecer a loucura ou a normalidade se acoplam com as necessidades de ajustamento para o sistema econômico capitalista ou de justificar as exclusões sistêmicas produzidas por seu próprio modo de funcionamento.

Os critérios de estabelecimento da saúde e da doença, dessa maneira, produzem modos de subjetivação que individualizam e culpabilizam o sujeito, desresponsabilizando a dimensão social pela produção do sofrimento. Através da produção de um ideal, se criam formas de culpar o sujeito por não se conduzir a partir desse parâmetro, sendo ele mesmo o modo de produção do sofrimento (MACHADO, 2021). Vemos que as demandas do sistema capitalista neoliberal afetam os sujeitos, produzindo formas de vidas insuficientes. Assim, não é à toa que a depressão e ansiedade tomaram intensidades epidêmicas em nossa sociedade.

Desmanicomialização e as instituições de saúde mental contemporâneas

A partir da década de 1970 e, no Brasil, com mais intensidade, no período de redemocratização, se aguçam os questionamentos sobre o sistema manicomial-hospitalocêntrico que imperava. O modelo manicomial era destino daqueles e daquelas atravessadas pela pobreza causada pela escravidão e outras formas de opressão, operando dentro do binômio assistência-repressão como forma de enfrentamento das questões sociais. As denúncias sobre as práticas de tortura e aprisionamento em manicômios passam a agenciar uma luta para se constituir um novo olhar para as práticas relacionadas à saúde mental.

Com o surgimento do Movimento da Reforma Sanitária (MRS) e, em seu interior, o Movimento da Reforma Psiquiátrica Brasileira (MRPB) e o Movimento Nacional de Luta Antimanicomial, no processo de luta pela redemocratização do Brasil na década de 1980, e com o estabelecimento do Sistema Único de Saúde (SUS) na constituinte de 1988, que torna a saúde "direito de todos e dever do Estado", passou-se a se estabelecer, no âmbito da Saúde Mental, a constituição de novas políticas sociais. Estas eram marcadas pelo controle social como base das ações, descentralizando as ações assistenciais para os municípios e tendo como base a universalidade da saúde, os direitos sociais e os civis, reorientando a política de saúde mental e construindo a cidadania da pessoa com transtorno mental. As políticas públicas voltadas para saúde

mental, entre 1992 e 2010, passam a ser desenhadas prioritariamente por centros de atenção psicossociais (CAPS) e na construção de uma rede diversificada, formada por serviços de residências terapêuticas que visam substituir os leitos manicomiais, centros de convivência e outros como forma de substituição da lógica manicomial. Essa nova tendência tem como marca a luta antimanicomial, enfrentando o paradigma da loucura e a centralidade no modelo biomédico (GUIMARÃES & ROSA, 2019).

Todavia, a partir de 2010, uma nova conjuntura ganha força, fazendo ressurgir o modelo manicomial dentro das políticas públicas, principalmente sob a égide do discurso de enfrentamento às drogas que, até então, tinham como foco a redução de danos e as ações de prevenção como base da atenção às pessoas usuárias de substâncias psicoativas. Sob o discurso de uma suposta "epidemia do crack", contraditórios aos estudos epidemiológicos que apontam para o álcool como principal substância de uso tido como abusivo no brasil, desenha-se uma perspectiva disjuntiva com o que se vinha construindo enquanto política de saúde mental.

Também vemos um aumento contínuo da intensificação da medicalização da sociedade.

Na educação, vemos uma tentativa recorrente de reduzir as formas de se aprender a dar diagnósticos psiquiátricos. Os modos tidos como desviantes, seja por dificuldades de aprendizado ou questões comportamentais, se conformam como queixa escolar, sendo expressada cada vez mais em

formas de diagnósticos psiquiátricos e tendo severas consequências tanto na visão que a escola atribui às crianças como no rótulo por elas absorvidas. Esse contexto leva a uma individualização dos problemas escolares, que, por seu olhar biologizante, responsabiliza e culpabiliza o aluno pelo seu fracasso, aumentando os encaminhamentos para serviços de saúde e desresponsabilizando a instituição escolar de suas atribuições de modificar seus procedimentos e normas para que passem a levar em conta as singularidades dos(as) alunos(as).

No campo do trabalho, essa conjuntura se repete, os avanços da economia neoliberal, com a fragilização do Estado como garantidor de direitos sociais, o aumento da flexibilização e a precarização do trabalho, acompanhadas pelos discursos de competitividade e meritocracia sob a égide de um modelo de "empreendedor de si mesmo", deslocam os resultados das crises sistêmicas do sistema capitalista para a construção de uma culpabilização do indivíduo pelo seu fracasso, seja pelo desemprego ou o adoecimento. A intensificação das demandas por uma alta performance no trabalho tem aumentado o consumo de medicações psicotrópicas, principalmente antidepressivos e ansiolíticos, para que os sujeitos possam acompanhar o ritmo de trabalho.

Vemos, dessa forma, que, apesar do fim dos manicômios enquanto organização, enquanto aparelho material, a instituição manicomial, ou seja, o manicômio enquanto normas para estipular procedimentos, ainda tem fôlego.

Os problemas sociais cada vez mais são alvos do modelo centrado na psiquiatria, na figura do(a) médico(a) e na medicalização, quando tratamos da saúde mental. Vemos, ainda, ressurgir discursos de internação compulsória para o enfrentamento de problemas ligados às drogas e que desconsideram a produção social.

Os equipamentos de Saúde Mental, dessa forma, podem ser vistos como espaços de disputas nos quais formas mais progressistas se confrontam com a lógica manicomial que ainda permanece em seus resquícios, capilarizados por todo o corpo social.

Normatividade e a arte como dispositivo de atuação na saúde mental

Para disputar os espaços em saúde mental e na lógica manicomial, precisamos partir de uma nova perspectiva de normalidade. Canguilhem (2015) nos oferece um novo olhar para pensar o normal e o patológico, um olhar diferente de uma perspectiva estatística, que coloca o patológico como um desvio em relação a um padrão supostamente estabelecido objetivamente. O normal como normatividade se refere à capacidade do sujeito em variar, em atender com elasticidade às demandas que a realidade lhe impõe. Dessa forma, a normalidade passa a ser um conceito que opera tendo como referência o próprio sujeito e sua capacidade em criar novas formas de funcionamento sempre que o ambiente lhe apresenta um obstáculo, ampliando sua forma de preservação e estado de saúde do organismo.

Por essa visão, não é possível tomar o organismo ou o ambiente previamente e separadamente como normais. Apenas em um universo relacional é que podemos construir essa referência, em que um acoplamento entre organismo e ambiente favorável pode significar saúde e desfavorável patologia. Assim, as ações para a promoção de saúde podem ser avaliadas não com o intuito em fazer o sujeito se encaixar em um padrão estipulado socialmente, mas com o objetivo de produzir uma ampliação de suas redes de conexões existenciais, fazendo variar e aumentando seu escopo de existência na realidade.

Tendo esse objetivo como horizonte ético de nossa atuação, podemos pensar a arte como dispositivo de atuação para a promoção da saúde mental.

> **A arte, de um modo geral, é capaz de tomar o sujeito em sua complexidade e dinamicidade, procurando aceitar as singularidades e propiciando mudanças nos campos afetivos, interpessoal e relacional.**

Não podemos deixar de considerar Nise da Silveira como uma importante referência para essa aproximação da produção artística como forma de promover a saúde mental. Nise, após passar um tempo presa, verifica as aproximações da vida no cárcere com o manicômio, assim como as semelhanças entre as práticas de tortura e as práticas médicas. Ela se torna uma referência em estabelecer métodos não agressivos, se contrapondo intensamente às práticas do eletrochoque, do coma insulínico e da lobotomia como procedimentos teoricamente a favor da saúde, questionando a divisão entre mente e corpo, típica da atuação biomédica, e propondo uma visão que não considerasse o doente mental como um feixe de sintoma, o afirmando em sua totalidade e o analisando em sua complexidade.

Durante o período que passou presa, Nise percebeu que todas as pessoas presas, ao combaterem o aniquilamento psíquico causado pelo controle institucional, desenvolviam atividades de diversas modalidades que fortaleciam e permitiam que não sucumbissem mentalmente. Porém, essas atividades

não podiam fazer parte dos procedimentos de administração dos corpos empreendidas pela instituição, ou seriam mais um mecanismo de dominação. Ao deixar sua atuação como psiquiatra e assumir a sessão de Terapia Ocupacional, tomada por essa tese, passa a desenvolver atividades que, por fim, se mostram terapêuticas em si. Através de atividades expressivas, como pintura, modelagem, entalhe, música, dança, teatro, etc., a autora passa a entender "que uma pulsão criadora, uma necessidade de expressão instintiva, sobrevive à desintegração da personalidade" (SILVEIRA, 1992: 88 apud MELO, 2009).

Se contrapondo à ideia da utilização de modelos para a produção artística, propõe-se a liberdade e a espontaneidade para a expressão dos afetos.

Sua atuação permitiu que se colocasse em jogo a centralidade do médico psiquiatra no cuidado da saúde mental, propulsionando a percepção da atuação multidisciplinar nesse cuidado. Sua atuação através da arte nos permite afirmá-la como uma via importante para a reabilitação, como forma de transformar a expressão dos afetos por uma via simbólica, permitindo, por essa via, dar destino para aquilo que se conformava como sintoma.

Nesse escopo, afirmamos a atuação do teatro na saúde mental. No contexto da reforma psiquiátrica, na década de 1990, em Santos, havia o grupo Biruta e, no Rio de Janeiro, começaram a ter as primeiras experiências em Teatro do Oprimido na Saúde Mental nos hospitais psiquiátricos Dom Pedro II e Jurujuba. Augusto Boal, sistematizador dessa técnica,

assim como outros e outras integrantes do Teatro do Oprimido, passou a investigar como o delírio criativo produzido nas atividades artísticas poderiam dialogar com delírios considerados patológicos (SANTOS et al., 2016).

Através dos jogos teatrais, de improvisações e técnicas teatrais, criam-se condições para que os participantes experimentem livremente novos lugares sociais, assim como possam expressar, através do corpo, os afetos e os elaborarem simbolicamente, ampliando a consciência daquilo que os afetam. Também promovem, através do brincar, um modo de estar em grupo e de estabelecer trocas que ampliam o convívio social.

Além de ajudarem no desenvolvimento de funções mentais, como memória, atenção, linguagem, concentração, orientação, etc., os jogos e os exercícios teatrais também permitem que os(as) participantes tenham uma vivência livre dos estigmas e preconceitos vivenciados por pacientes com transtornos mentais. Também as técnicas possibilitam que os participantes reflitam sobre os conflitos e sofrimentos que vivenciam, buscando estratégias de transformação nas quais possuam autonomia em sua ação na realidade.

Com esse acúmulo de luta, apresentamos aqui uma modulação do Teatro do Oprimido: o *Teatro Social dos Afetos*. Esperamos que, através desta perspectiva, possamos ampliar o repertório metodológico para que o Teatro esteja a serviço de uma disputa da lógica manicomial e da luta pela dignidade das pessoas consideradas com transtornos mentais.

TEATRO SOCIAL DOS AFETOS

O que vem na sua mente quando falamos a palavra “afeto”?

Muitas vezes, a palavra afeto é entendida como sinônimo de carinho e amor. No entanto, afeto pode ser entendido como todas as emoções. Por exemplo, a raiva, a inveja, o reconhecimento, a vergonha, todos são afetos. Essas emoções são fruto dos encontros, das relações.

Entendemos o afeto como um conceito político, pois as relações sociais e políticas se referem também a como afetamos e somos afetados(as); ao que sentimos e a como agimos; a como organizamos o que é perceptível, mas não visível.

Durante a pandemia, podemos ver como é comum as pessoas dizerem que estão cansadas, com medo e se sentindo impotentes. Esses afetos, embora sentidos singularmente, não dizem respeito apenas à interioridade de um indivíduo, mas também às formas de relação — sejam ideias, crenças, procedimentos, práticas, valores — que se estabelecem e que atravessam e afetam esses corpos, produzindo determinadas afetações.

O cansaço não é entendido como a experiência de um indivíduo, mas como a produção agenciada por diversos elementos — como ditos, ideias, procedimentos, valores etc. — que se produzem no registro social, sendo vivenciados no corpo. Por isso, nesse sentido, o afeto é entendido como a vivência

dos corpos ao encontrarem os elementos produzidos pelo social, sendo, assim, um conceito político. Pois, também, um corpo cansado, que se sente impotente para transformar a realidade, paralisa, diminuindo sua potência de agir e de transformar a realidade. Desse modo, compreender as emoções, na perspectiva dos afetos, nos é importante para enfatizar o aspecto relacional e social das emoções.

> **Ou seja, quando pensamos em afeto, estamos pensando em modos de afetação, na variação emocional de um corpo no encontro com outro corpo.**

Encontrar uma pessoa, uma ideia, um objeto, um grupo que traga uma boa notícia pode nos deixar mais dispostos, animados. Então, quando temos um bom encontro que nos afeta e nos deixa alegre, isso aumenta nossa potência de agir no mundo, inclusive nossa disponibilidade de aprender coisas novas e descolonizar as ideias sociais que cristalizamos na subjetividade, as quais produzem e sustentam opressões.

Falar de coisas tristes e que nos dão raiva em um grupo no qual somos escutados e validados na nossa dor também pode aumentar nossa potência de agir. Esse reconhecimento pode causar uma alegria que nos faça agir de outras maneiras, já que se torna possível imaginar outras possibilidades que não existiam até o momento.

Frequentemente, reagimos sem pensar, imersos e submetidos pela paixão de nossos afetos, o que pode nos fazer agir de formas que não queremos e produzir

efeitos que não são os que desejamos. Produzir uma reflexão sobre nossos afetos e as formas de afetação que os produzem não nos serve para negá-los, mas para uma consciência conectada com os afetos que possam nos levar a agir de forma mais coerente e estratégica para se alcançar o que se deseja — não podemos escolher como nos sentimos, mas, refletindo sobre como somos afetados, poderemos passar a escolher como agimos, e não somente reagir pelos impulsos de nossos afetos.

Conhecer os afetos é também importante para reconhecermos os encontros que diminuem e os que aumentam nossa potência de agir, e não apenas reagir, compreendendo, assim, as relações sociais que estabelecemos. Nesse sentido, o teatro pode tornar visível o que antes era invisível.

Os elementos que nos afetam, produzindo ódio, medo, alegria, esperança e amor aparecem nas relações, nos proporcionando reconhecer os modos dessas relações, as práticas e ideias que diminuem nossa potência de agir no mundo e que, por isso, devem ser transformadas; aquelas que aumentam nossa potência devem ser intensificadas. Vale ressaltar que esses elementos não podem ser reconhecidos de antemão, somente na dimensão do encontro, na performatividade da vida é que podemos reconhecer se um elemento nos afeta, diminuindo ou aumentando a potência de vida.

Nossas raízes: Teatro do Oprimido

O Teatro do Oprimido é uma metodologia estético-pedagógica sistematizada pelo teatrólogo brasileiro Augusto Boal, junto a diversas colaboradoras e colaboradores, que continua sendo pesquisada e desenvolvida em diversos países. A metodologia é composta por diversos jogos, exercícios e técnicas teatrais que buscam desmecanizar o corpo e a mente dos(as) participantes na busca de romper com as práticas, ideias e modos de afetação que intensificam as formas de opressão em nossa sociedade.

Entende-se que o processo histórico que constituiu nossa cultura engendrou instituições sociais que dispõem procedimentos, valores, crenças, práticas etc. que produzem e reproduzem uma dicotomização dos grupos sociais, os hierarquizando, conformando formas de privilégio de certos grupos em função da dominação de outros grupos.

Para Boal, as formas estéticas constituídas em nossa sociedade são uma das estratégias de dominação,

ou seja, as formas estéticas que se apresentam na televisão, propagandas, cinema, teatros, revistas, mídias sociais, etc. dispõem valores e crenças, de grupos sociais privilegiados que atravessam os sujeitos, constituindo sua percepção de mundo e intensificando as formas de dominação.

Nesse sentido, a metodologia proposta por Boal se apresenta como uma forma de democratizar os meios de produção estética, para que as pessoas oprimidas possam desmecanizar suas formas de sujeição e possam, através dos elementos estéticos, imaginar e criar outros futuros, a fim de transformar a realidade dada como natural. A estética, nessa perspectiva, vem aliada a uma ética que busca maneiras possíveis de conviver baseadas na justiça social. Almeja, assim, uma sociedade de cidadãos livres que possam agir rompendo com os modos como os sistemas opressivos se articulam e tomando decisões em busca do bem comum.

Portanto, a metodologia do Teatro do Oprimido se compromete a ser uma maneira de pessoas oprimidas ensaiarem estratégias coletivas de luta para a transformação social, objetivando que essas estratégias sejam performadas na vida, ou seja, que se constituam em ações concretas e continuadas.

O Teatro Social dos Afetos

O *Teatro Social dos Afetos* (TSA) tem suas bases no Teatro do Oprimido, conservando a metodologia e adicionando a perspectiva que entende o afeto como um conceito político, entendendo a opressão para além da relação dicotômica entre opressor e oprimido.

Talvez seja uma maneira de entender o Teatro do Oprimido. Talvez uma nova técnica da metodologia. Isso não nos é o mais importante, e sim compartilhar a maneira como temos realizado nossa prática.

Aqui, o corpo tem papel fundamental! Procuramos incentivar, em nossas atividades, que os corpos possam estar alegres. E o que é um corpo alegre? Um corpo potente, pronto para agir. Um corpo alegre é o contrário do corpo alienado do mundo e de si; é um corpo que pode imaginar e criar outras possibilidades de sentir, se mover, pensar e agir. Esse corpo se distingue dos corpos dóceis, que são produtos que atendem ao poder disciplinar, corpos moldados e mecanizados, corpos obedientes.

Buscamos a libertação das opressões e a potência de agir de cada pessoa e dos grupos.

Desse modo, a capacidade de moderar os afetos não significa criticá-los ou deixar de senti-los, mas ter conhecimento deles para melhor agir diante dos desafios e injustiças do mundo. Partimos da prerrogativa de que o objetivo e subjetivo são aspectos indissociáveis e ambos se ancoram no registro social. Dessa maneira, nos parece indispensável para entender como as relações objetivas de opressão se estabelecem, e os aspectos de sujeição sejam colocados em jogo.

Os jogos teatrais e as reflexões em formas de círculo restaurativo podem se instaurar no grupo oferecendo espaço para que cada singularidade possa vivenciar diante dos acordos dos jogos uma liberdade criativa no grupo. Nas relações nos grupos, na prática teatral, as afetações e afetos que aparecem nessas relações vão explicitando quanto as instituições conformam modos de afetação que despotencializa os sujeitos.

> **O *Teatro Social dos Afetos* nos permite, através de jogos e vivências, perceber quais são os modos de afetação que fazem intensificar a circulação de certos afetos,**

por exemplo, do medo e raiva entre os sujeitos, subjugando esses corpos, seja pelo silenciamento, seja pela redução dessa produção ao indivíduo que passa a ser estigmatizado como violento, anormal, problemático, louco. Deste modo, desresponsabilizando a sociedade e as instituições.

Nessa direção, o TSA nos permite analisar os afetos que circulam no ambiente da saúde mental, apontando não apenas para o adoecimento do sujeito, mas também para os agenciamentos institucionais que os produzem. Essa prática nos permite agenciar novos elementos para outros afetos circularem.

Os jogos e exercícios teatrais possibilitam que os sujeitos interajam de outras formas, que compartilhem experiências e reflexões, testemunhem vivências coletivas, que reconheçam os elementos da vida cotidiana que os fazem sentir desrespeitados e possibilitam um espaço inventivo de novas práticas nas relações.

A capacidade de sonhar, rir e brincar

A prática teatral, jogos, improvisações e criações coletivas são um espaço de brincar, inventar e reinventar. Um espaço no qual as metáforas, as brincadeiras e o fazer coletivo aparecem como combustível.

A saúde vem sendo investigada por vários pensadores, conectada à criatividade. Assim, adoecemos psiquicamente quando perdemos a capacidade de brincar e criar. Não se trata aqui de um produto artístico, mas de sermos criativos na vida. Quanto mais criativos(as) estamos, mais ampliamos nossa capacidade de fazer conexões existenciais, de rompermos as repetições, de produzirmos variações.

Deste modo, a prática que propomos traz o brincar como sua proposta desde o início. Um corpo com movimentos limitados e rígidos traz ideias e afetações com as mesmas qualidades. A capacidade de simbolização e representação é ampliada quando trazemos as artes para o diálogo com as práticas no campo da saúde mental.

A brincadeira, nesse sentido, traz a dimensão afetiva como uma dimensão de conhecimento, proporcionando a experimentação, a espontaneidade, a surpresa, como modos afetivos que produzem modos de conhecer os objetos, o corpo, as relações, etc.

A brincadeira não separa nem opõe repetição e invenção, pois, no brincar, o repetir sempre é repetir diferente, de uma nova forma.

A capacidade de criação quando precisamos dela — diante de traumas, lutos e situações limites — fica inibida, se retrai quando mais precisamos dela (FIQUEIREDO, 2014).

Nise, como pontuamos acima, fundamentou sua prática criando junto com aquelas pessoas consideradas loucas, baseando-se na diferença, tolerância e pertencimento. Desse modo, compreendia os sintomas como uma tentativa de reorganização do psiquismo.

> **Assim, as forças criativas do inconsciente e a abertura ao que há de saúde em cada um dava norte a um trabalho diferenciado diante de casos graves.**

Dessa forma, o "afeto catalisador", "as forças auto curativas do inconsciente", "a emoção do lidar" vinha de encontro à ideia de proporcionar acolhimento à pessoa considerada "louca", acreditando que havia condições para ele e ela se recuperar, não como espera a sociedade de forma padronizada e normatizada, mas através da sua singularidade. Vários outros autores da psicanálise contemporânea também trazem a importância do brincar no cuidado de pessoas com sofrimentos psíquicos.

Neste sentido, compreendemos que as experiências e as vivências de bons encontros contribuem para a organização de narrativas de quem está em sofrimento, afastando a desordem psíquica, ao se transformarem em narradores e autores de suas histórias. As práticas teatrais acontecem em grupo, sempre em relação com o outro e consigo. Cada singularidade do grupo da sua maneira participa, contribui, cria e é autor(a) do encontro. O objetivo não é apenas falar de dores, mas narrar uma história para o outro, jogar, criar coletivamente, ou seja, podemos dizer que estar em grupo e disposto às relações são bases para o processo criativo teatral. Deste modo, na prática teatral com grupos de pessoas usuárias da saúde mental, queremos buscar o possível e a descoberta do impossível, de tropeçar naquilo que não imaginávamos, não o ideal que aprisiona nossas mentes, seja no jogo ou em um produto artístico.

Queremos sonhar com possibilidades antes inimagináveis. Assim, brincar é ato criativo necessário para construir juntos práticas de libertação dos estigmas e das opressões sociais.

Teatrar e esperançar

O teatro, com suas possibilidades de ativar o corpo, emoções e mentes, nos coloca em movimento. O jogo teatral é relação, fazemos juntos. Essa prática se contrapõe ao isolamento, tão comum entre os(as) usuários(as) da saúde mental. Na pandemia, esse sentimento de isolamento, além de estar nas instituições como prisões e manicômios, passou a ser algo vivido em massa. Teatrar durante a pandemia com os(as) profissionais da rede pública de saúde mental foi um respiro, falar de vida e de potências adormecidas, rindo, nos espantando, chorando e nos acolhendo, juntos e juntas.

Ou seja, as oficinas aconteceram no momento em que as pessoas se encontravam em certo isolamento experienciando com frequência afetos ligados ao medo, à tristeza, à insegurança. Também se fizeram presentes, com intensidade, a ansiedade, a depressão e o pânico. Nesse cenário,

> **o *Teatro Social dos Afetos* se fez necessário como dispositivo para reinventarmos, exercitando a alegria em nossos corpos no encontro criativo.**

A perspectiva relacional está em jogo no *Teatro Social dos Afetos*, se fazendo presente a ideia da ética de Espinosa (1632-1677), que teoriza os afetos de modo relacional, ou seja, esses são da ordem do encontro. Afetar e ser afetado nos encontros aumenta ou diminui nossa potência de vida, logo, influencia o agir de cada um.

Nesta prática, corpos alegres são corpos ativos, com potência de criação, o que se diferencia da felicidade estática dos corpos enclausurados em uma alienação da realidade. Desse modo, exercitar a alegria não significa, por exemplo, abafar as lágrimas, mas, no coletivo, descobrir como nos afetamos para acolher as lágrimas, sem perder a vontade de seguir imaginando e descobrindo estratégias para criar outros futuros. A arte, como diz Vigotsky (1999), é a técnica social dos sentimentos, ela não nos distrai, mas aguça nossa mente e corpo para agir de outras maneiras.

Esperançar, como nomeou Paulo Freire (1992), é verbo que nos coloca em movimento em um momento que convida ao isolamento e à passividade diante de um futuro amedrontador. Não podemos perder a capacidade de imaginar, correndo o risco de estarmos condenados ao presentismo sem futuro ou a um passado imutável.

Que possamos afetar e sermos afetados reinventando os encontros, tornando possível pensar, sentir e agir juntos. Um corpo que brinca, que cria, não apenas ativa a espontaneidade, mas dá energia para continuar esperançando.

Brincar, "teatrar" e "esperançar" são verbos existentes ou inventados que aumentam nossa potência de vida.

Assim como no filme italiano Se Puó fare, sim, podemos fazer! Podemos agir na nossa realidade e inventar novos mundos. Os tempos pandêmicos foram uma lição criativa. Assim é a lição de cuidar de adoecimentos psíquicos. E o que pode nosso corpo? Não sabemos, mas queremos descobrir.

Vir a ser...

O sentir, o agir e o pensar acontecem ao mesmo tempo, e, no teatro, é possível observar e reconhecer a memória passada, ressignificando-a no presente para criar outros futuros. Somos seres em movimento. E se o foco não for apenas em quem somos? Há também a potência do que podemos vir a ser. Entendemos que não somos seres fixos, estamos sempre em movimento. Essa perspectiva abre a possibilidade para que uma criança, adolescente ou mesmo um adulto reconstrua a confiança para descobrir, aprender, imaginar, criar e transformar a realidade dada.

A vivência transformadora na criação das personagens, durante as improvisações, é marcante. Fazer uma personagem que seja muito diferente ou muito parecida consigo traz reflexões que movimentam as pessoas. Desmecanizar o que achamos ser "eu" para deslocar nossa maneira de pensar, sentir e agir. Também questionar, inclusive a si próprio, através do distanciamento possível no teatro, ao se ver agindo, pode ajudar a estranhar o que antes era dado como natural. A redução do sofrimento psíquico dos sujeitos a diagnósticos de depressão, ansiedade etc. também foram importantes no nosso aprendizado. O sofrimento ético-político que se evidenciou nas oficinas nos convidava a observar a importância de

como nossa prática poderia proporcionar a desindividualização do sofrimento, sem deixar de reconhecer o sofrimento de cada pessoa do grupo.

Outro ponto é que a conscientização e a crítica, que consideram apenas as ideias, sem buscar desvendar os afetos que as sustentam, não bastam para romper as situações opressivas, as quais têm bases materiais sócio-históricas, mas que igualmente tratam de relações de poder sustentadas por afetos fomentados socialmente, os quais nos tornam servis e alienados(as).

No TSA, vivenciar e representar os conflitos sociais, por meio do corpo, com enfoque nos afetos, indica com clareza que não se muda um afeto apenas com uma ideia. É necessário que outros afetos mais potentes e contrários circulem, promovendo diferentes afetações que tornem os corpos potentes para agirem no mundo.

O objetivo dessa metodologia teatral não é criticar ou eliminar os afetos, mas, por meio dela, compreendê-los para não estarmos subjugados(as) a eles e, assim, ampliarmos nossa potência de variar, de vir a ser, de nos tornarmos diferentes do que somos.

Ato criador na nossa prática

O TSA é uma prática criadora, nem poderia ser diferente. A criação é a essência da estética. O ser humano é um ser criador de suas condições de existência, sendo a atividade criadora a que permite aos seres humanos agirem e transformarem o mundo e a si mesmos. Assim, o ato criativo e a criação do novo são uma dimensão da subjetividade que acontece na experiência, apoiada na imaginação e na emoção, gerando reflexões e ações. A imaginação se constitui em um processo complexo de composições, o que torna difícil estudar com precisão o ato criador.

A produção imaginária e a formação de um sentido estético são características do ser humano. O TSA busca potencializar ambos, propiciando vivências criadoras nas saúde mental. Nesse sentido, os jogos teatrais, os exercícios e os jogos dramáticos têm por finalidade a quebra de hábitos condicionados física e intelectualmente das pessoas praticantes, pois os(as) participantes agem investigando sobre as situações opressivas, os rituais, a naturalização das ideias e as emoções. Examina, também,

> **a mecanização da prática institucional impressa nos próprios corpos e mentes, vivida como emoções que sustentam situações opressivas de forma singular e coletiva.**

Objetiva-se, ainda com os jogos, a potencialização de afetos que promovam o aumento da potência de vida, ou seja, da potência de agir no mundo dos

sujeitos. Assim, os jogos tiveram papel fundamental na conjunção entre o pensar, sentir e o agir. Por esse caminho, criou-se condições práticas para a atividade criadora nos grupos, de modo que os sujeitos se apropriaram dos meios de produzir teatro, ampliando suas possibilidades de expressão para outros espaços e relações.

A partir dessas observações, algumas orientações se fazem importante:

> Por meio das imagens e dos movimentos corporais, é possível identificar os rituais, os códigos sociais e os afetos que circulam nos corpos, sustentando certas afecções, ideias, opressões e conflitos.
>
> Nos jogos teatrais, os exercícios, os jogos dramáticos e os processos imaginativos instigam perguntas, ao invés de buscar respostas definitivas, considerando que a imaginação possibilita reinventar as práticas. Logo, diante das imagens que são criadas pelos corpos por meio de gestos e ações cênicas, a proposta é de corporificar para sentir, analisar e modificar tais imagens, ou seja, criar outras imagens nas quais apareçam o sujeito desejante expresso no próprio ato de criação.
>
> Os jogos teatrais, os exercícios e os jogos dramáticos aparecem como instrumento de problematização de conflito, de poder imaginar outras possibilidades de ação, considerando-se, assim, o corpo e os afetos como centrais no ato imaginativo.

Para se aventurar no processo imaginativo, é preciso se despir dos estereótipos, que são os primeiros a aparecerem nas improvisações grupais. Nas dramatizações, as personagens aparecem tão cheias de certeza nas ações que é preciso estranhar e desconfiar, ou seja, romper com os estereótipos e buscar a liberdade criativa.

Ora, se o estereótipo é um padrão definido baseado em ideias preconcebidas e clichês, então, quando ele aparece, está também indicando as mecanizações e os julgamentos instaurados no grupo. Ao questionar os estereótipos, contesta-se os estigmas sociais, os comportamentos caracterizados pela repetição automática pré-definido socialmente.

> **Assim, os sujeitos, mediados pelo teatro, podem se arriscar a imaginar outras maneiras de sentir, pensar e agir.**

Também é preciso considerar que a imaginação não está totalmente desligada da realidade; ela tira da realidade fatos que são modificados e reelaborados. Assim, a fantasia se constrói sempre com base em elementos percebidos do mundo real, que são reelaborados e reinventados, criando formas nunca vistas anteriormente. O grupo pode, então, ter uma experiência para além daquilo que já conhece, abrindo espaço para algo novo, para o que não se tem certeza.

Segundo Vigotsky (2009, p. 14), "[...] é exatamente a atividade criadora que faz do homem um ser que se volta para o futuro, erigindo-o e modificando o seu presente". O ato de transformar a si mesmo e

a sociedade pertencem a uma função criadora, na qual, por meio do teatro, o sujeito é capaz de recriar o presente ao entrar em contato com as experiências passadas ou ao imaginar possibilidades futuras para criar e ensaiar novas maneiras de agir na ficção, fortalecendo o corpo e a mente para se liberar das opressões na vida real. Nesse contexto, a imaginação, no ato criativo, não aparece como repetição, mas como criação e experiência em relação com o outro. Isto é, para inventar novos futuros, quem sabe, até mesmo uma sociedade sem opressões, é preciso imaginar e criar outras maneiras de nos responsabilizamos, de nos relacionarmos, de nos reconhecermos. O sonho é uma sociedade sem opressões sociais, a realidade é uma sociedade que produz muita injustiça.

No teatro, no ato criador, vamos lembrar do passado, mas encenar no presente para criar o futuro. É desse modo que o possível e o impossível nos proporcionam a criação de novos futuros.

Então, no Teatro Social dos Afetos...

- Entendemos o afeto como um conceito político. Se propõe a repensar a relação oprimido/opressor, trazendo o foco para a opressão desde uma perspectiva institucional;
- proporcionamos vinculação;
- realizamos um trabalho corporal buscando a alegria, o brincar, de modo que corpos docilizados podem se constituir em corpos potentes;
- buscamos desindividualizar o sofrimento psíquico, entendo-o como sofrimento ético-político;
- formamos grupos heterogêneos em busca da libertação de opressões sociais;
- investimos mais na potência do comum do que na derrota do(a) outro(a);
- atentamo-nos à falsa dicotomia entre objetividade/subjetividade, corpo/mente, razão/emoção;
- não estamos buscando apenas obras de excelência artística, embora elas sejam bem-vindas. Nesse processo, valorizamos as vivências;
- prestamos atenção às ações concretas das pessoas e dos grupos.

Como?

- Identificação coletiva das formas de produção institucional da opressão;
- desindividualização da forma de se abordar os conflitos dentro da instituição;
- promoção de saúde mental dos(as) participantes e da união deles(as);
- compreensão dos(as) participantes acerca dos papéis sociais que ocupam, como ocupam e quais são as novas formas de performar nesse lugar;
- criação coletiva de novas práticas;
- investigação e criação de espaços seguros para combater as ideias e os afetos colonizadores naturalizados;
- práticas de escutatória nos jogos teatrais;
- práticas de acolhimento realizadas pelo grupo junto com as criações artísticas;
- observação nos jogos, criações e atividades teatrais, do não dito nos subtextos, no corpo, em como nós afetamos e somos afetados(as);
- partir do princípio de que não sabemos e que temos espaço e curiosidade para aprender com as outras pessoas;
- ensinar aprendendo e aprender ensinando, como já dizia Paulo Freire.

Princípios pedagógicos

- Aprender e ensinar coletivamente;
- fazer acordos com o grupo, de maneira que todas as pessoas integrantes se responsabilizem pelo grupo;
- emoções são permitidas, alienar-nos delas e não as conhecer tiram nossa potência de agir. O grupo acolhe as lágrimas ou os risos;
- acolhimentos – que os(as) integrantes do grupo possam exercitar o cuidar de si e do(a) outro(a);
- valorizar o potencial de cada pessoa no coletivo;
- atuarmos de maneira ética e com respeito.
- falamos com palavras, mas também com ações e imagens;
- improvisar personagens diferentes de si, poder experienciar a empatia que abre portas para enxergar outras maneiras de pensar e de sentir que não as nossas;
- escutar o outro com curiosidade, aberto(a) a se surpreender e a aprender;
- o erro faz parte do processo para acertar. Errar pode ser revolucionário, insistir no erro pode ser estar acomodado na ignorância. Mediar um grupo para que se chegue a uma vivência na qual seja possível errar, que seja tolerado que outras pessoas não saiba e que o outro(a) tenha um tempo/ritmo diferente do seu;
- criar um ambiente seguro para que seja possível aprender o desconhecido, desconstruir o conhecido, se necessário, imaginar o impossível e criar outras práticas e maneiras de se relacionar;
- como Boal já dizia, para nós, os jogos teatrais e criações são para as pessoas e não o contrário.

PRÁTICAS

JOGOS E EXERCÍCIOS[1]

Os jogos, exercícios e técnicas que seguem foram praticados com profissionais da rede pública de saúde mental de Santos. Foram todos realizados on-line, e o objetivo era tanto criar um espaço de encontro diferenciado para o diálogo entre profissionais da rede quanto ser dispositivo para os grupos que são realizados nos equipamentos.

O *e-book*, como parte da formação desses(as) profissionais, traz o que foi vivenciado para que possa ser apropriado por cada pessoa e utilizado nos grupos de usuários(as). Cada profissional atua em um contexto e pode dialogar com este dispositivo com suas práticas, seja no contexto de álcool e drogas, infantil ou casos graves. Para tanto, é importante o discernimento de cada mediador(a), já que cada um desses casos demanda um tipo de oficina. Os jogos podem ativar o grupo para certos debates, podem ser parte da criação de uma música, poesia ou cena teatral para apresentar para a comunidade, pode ser feita como encontros terapêuticos.

Assim, os jogos e exercícios são importantes para o processo criativo e a vivência do grupo, e não apenas para a criação de produtos artísticos de excelência para serem apresentados. Embora esses produtos possam acontecer, eles não são o único caminho, ou o único ponto de chegada.

---

1 Alguns dos jogos e exercícios aqui presentes são do repertório do Teatro do Oprimido e podem também ser encontrados no livro "Jogos para atores e não atores" de Augusto Boal.

Neste processo, a escuta tem um papel fundamental, pois ela é difícil e se aprende. Testamos nas improvisações focar a escuta como um dos caminhos para afetarmos e sermos afetados de outras maneiras. Temos a "escutatória" como parte importante da prática do TSA.

Esses jogos podem ser combinados de diversas maneiras. Sugerimos:

- abertura;
- jogos de interação e aquecimento;
- jogos e improvisações: afetos e escutatória;
- técnicas;
- acolhimento;
- reflexões do percurso.

É importante destacar que essas etapas não precisam, necessariamente, ocorrer dessa maneira em todas as oficinas. Com os(as) usuários(as), as oficinas de mais de uma hora e meia tendem a ficarem cansativas. Desse modo, fica difícil passar por todas as etapas por conta do tempo. Assim, para planejar cada encontro, é importante saber aproximadamente quantas pessoas estarão presentes, qual o espaço que ela se realizará, quem serão os(as) participantes (adolescentes, crianças, usuários esquizofrênicos, grupo de mulheres, grupo de familiares, grupos mistos etc.).

Sugerimos que acreditem no potencial criativo dos(as) usuários(as), esse encontro entre vocês pode ser de potência curativa. Cada pessoa participa da sua maneira, não há certo ou errado nos jogos. Os jogos, com suas regras, são uma experiência coletiva que cada grupo realiza de uma maneira.

O trabalho em dupla, ou até com mais pessoas na equipe, na mediação e no planejamento das oficinas, é recomendado. Se sentirem insegurança com algum jogo, vale dialogar com a equipe. É importante ressaltar que, mesmo que as oficinas sejam realizadas por algumas pessoas da equipe, é interessante que a instituição como um todo esteja acompanhando os movimentos que as atividades proporcionam no corpo institucional, se abrindo para reflexões e modificações em suas práticas que possam ser vislumbradas pelos encontros.

Conteúdos que podem não aparecer na fala em grupos terapêuticos podem aparecer durante os jogos em imagens, improvisações, músicas e poesias. Então, investigar com o grupo e também com a equipe multidisciplinar do equipamento contribui para que a oficina não seja apenas "mais uma oficina", mas que sejam valorizados os conteúdos para o processo de saúde dos(as) sujeitos no grupo.

Os jogos podem ser metáforas para situações da vida, logo, dependendo do objetivo da oficina, pode ser realizado um planejamento mais curto, por exemplo, a sequência de um aquecimento, depois uma improvisação e, em seguida, a reflexão. Esses elementos podem compor uma oficina.

O acolhimento pode ser realizado a qualquer momento, se necessário. Enfim,

> **os jogos são criados para as pessoas, não as pessoas que são feitas para os jogos. Aprendemos na prática. Portanto, experimentem!**

Os jogos são dispositivos para um trabalho de grupo nos equipamentos que, com frequência, já acontece com usuários(as), familiares, adolescentes etc.

Os jogos que oferecemos durante a pandemia foram realizados on-line na plataforma do *Zoom*. Nesse dispositivo, aprendemos algumas maneiras de proporcionar uma vivência dos jogos nos grupos. Aprendemos muito com *East Side Institute*, que desenvolve trabalhos de teatro terapêutico em diversos países e já vinha utilizando a plataforma do *Zoom* para prática de jogos teatrais.

Que tenhamos uma ótima prática alegre e responsável!

Abertura das oficinas

Fala inicial de apresentação

É importante, no primeiro dia, apresentar a proposta da oficina, como se faz em uma peça de teatro épico, narrando, com brevidade, o que vai acontecer. É preciso que a fala dos(as) mediadores da oficina seja sintética e que haja espaço para perguntas, se necessário.

Lembrando que on-line, se houver muitos participantes, é importante que eles estejam no modo *speakerview* (modo orador).

Apresentação do grupo

Também no primeiro encontro, pedimos para que as pessoas do grupo se apresentem. Essa apresentação pode ser feita de diversas formas.

Que perguntas interessam a vocês que estão coordenando o grupo?

Às vezes, estamos interessadas em saber o que as pessoas estão esperando da oficina, outras, queremos saber o cargo que as pessoas ocupam na instituição, em outros momentos, ao contrário, não queremos saber os cargos para que isso não marque as relações.

Também podemos fazer uma pergunta que faça o grupo compartilhar coisas de si, por exemplo, algo que gosta muito e algo que odeie, uma característica marcante etc. O tempo disponível para o encontro é um elemento importante para a decisão de como será proposta essa apresentação. No modo on-line, se as telas estiverem numeradas, isso ajuda, para que as falas circulem. Quando estamos no presencial, ficamos, em geral, no formato de círculo.

Pergunta geradora

Essa é uma atividade de compartilhamento que usamos, em geral, no começo das oficinas. Usamos uma pergunta geradora para o compartilhamento de reflexões, vivências, expectativas, impressões, etc. As perguntas podem ser variadas e de acordo com o objetivo do dia. Por exemplo: Uma das perguntas inspiradas nos círculos restaurativos que usamos é:

> **"como você está chegando para esse encontro?".**

Essa pergunta possibilita que o grupo verifique os afetos que atravessam no momento e que produzam uma maior presença;

Lembre-se de algo que você gostou de ouvir hoje, ou durante a essa semana, que te fez bem. Compartilhe a frase que escutou e atente para como ela foi falada e "o que" e "como" te afetou ao escutá-la.

As perguntas podem variar: “Se você tivesse um super poder, qual seria?”, “Qual é a história do seu nome?”, “Compartilhe uma lembrança de infância”, “Como seu melhor amigo descreveria você?”, “Fale sobre uma potência sua em grupo e algo que gostaria de melhorar” etc.;

Outro exemplo que utilizamos em oficinas para trabalhar a escuta, por exemplo, e fomentar a reflexão desde o início da oficina é: “O que significa o silêncio pra você?”. Nesse exemplo, por conta da disposição da oficina que está orientada à reflexão sobre o silêncio, abre uma possibilidade de multiplicidade de significados para o entendimento da palavra “silêncio”. Será que não há escuta sem silêncio?

Quantas maneiras tem de se vivenciar o silêncio?

O silêncio pode ser amedrontador, tranquilizante, reflexivo etc. Ou seja, nesse primeiro momento, através da pergunta "o que significa o silêncio pra você?", demarca-se um espaço para essa reflexão e para o compartilhamento da multiplicidade de significações e afetações. Ressaltamos que nenhuma resposta é totalizante perante a experiência dos sujeitos sobre o silêncio. Essa experiência é sempre múltipla, o que podemos captar é como o silêncio está demarcando o corpo do sujeito nesse momento perante suas vivências;

"Conte a história do seu nome em 1 minuto". Essa pergunta geradora busca criar um espaço de compartilhamento. Nesse caso, a partir das narrativas sobre como se deu a nomeação de si próprio, buscando vincular a narrativa do participante ao seu imaginário de sua origem. O(A) curinga pede para que cada pessoa, em sequência, e respeitando a fala de cada um, conte a história do seu nome.

Dicas:

O(A) curinga realiza a pergunta seguindo a sequência do círculo (ou dos números nas telas);

É importante evitar interrupções na fala de alguém;

As perguntas geradoras estão conectadas ao que será desenvolvido em cada oficina.

Acordo coletivo

Criar os acordos coletivamente sobre como o grupo irá funcionar, seja em oficinas de um dia, seja em oficinas de períodos mais longos, é importante para que as relações sejam mais horizontais. Essa criação é uma oportunidade para os(as) participantes refletirem sobre o que lhes é necessário para conviverem com respeito. Dificilmente todos os acordos serão cumpridos. Por isso, é interessante que o grupo combine como irá proceder, caso algum acordo seja descumprido. Esse elemento é importante, pois poderão ser inventadas formas para que todas as pessoas participantes cuidem para que as regras sejam cumpridas, e não só quem faz a mediação do grupo. Ao decorrer dos encontros, pode ser necessário que os acordos sejam revistos.

Etapa 1

Cada participante deverá propor um gesto com som de uma qualidade que gostaria de oferecer ao grupo, todos repetem o gesto e o som da qualidade oferecida.

Etapa 2

Pedir um gesto com som de uma qualidade que o grupo precisa ter para que a sua qualidade oferecida apareça; o que precisam para estarem bem, para participarem, para se sentirem respeitados(as)? Todos(as) repetem o gesto e o som, e o grupo tenta adivinhar qual é essa qualidade, que será o acordo que o grupo

se comprometa a ter, por exemplo, grupo sem julgamento, que tenha escuta etc. Colocar no *chat* o que foi falado e compartilhar com o grupo todos os acordos.

Etapa 3

Fazer a análise dos acordos de cada participante com o questionamento de, caso não aconteça do grupo o cumprimento dos acordos coletivos, o que poderia ser feito? Acrescentar as sugestões de estratégias nos acordos.

Dicas:

Cada participante fará as três etapas seguidas até que todos(as) participem;

Caso o tempo esteja limitado estes acordos, podem ser feitos com falas sintéticas e o(a) curinga anota no *chat* para criar um documento compartilhado do que foi dito;

Caso seja no presencial, essas etapas são feitas com todos sentados em círculo, escrevendo (em um papel com cola ou *post-it*) três qualidades que oferece quando está no seu melhor em um grupo. Depois de compartilhar em grupo, cada um cola em um papel maior, que fica no centro do círculo. Criando, assim, um círculo das qualidades de cada um. Depois, novamente, a fala passa por cada pessoa no círculo, dizendo o que precisa do grupo para oferecer essas qualidades. O(A) curinga anota, criando os acordos com o que cada pessoa precisa para estar no seu melhor em grupo.

Que bom dia você quer escutar?

Cada participante pede ao grupo para lhe oferecerem bom-dia de "uma determinada maneira". Por exemplo, Ana diz "quero escutar um bom-dia com muita energia", e todos e todas dizem "bom dia, Ana" com muita energia. Em seguida, outro(a) participante faz o pedido, e assim segue o jogo.

> **Pode-se pedir bom-dia de muitas maneiras: com beijos, carinhoso, dançante, cantando etc. O importante é que cada um ofereça esse bom dia da sua maneira,**

mas a frase "Bom dia" e o nome da pessoa seja feito em coro, todos falando a frase ao mesmo tempo no grupo.

Variação:

O bom dia pode ser substituído por uma felicitação do que o outro está precisando ao chegar no grupo naquele dia. Cada um diz como cada um está chegando e o que está precisando no dia. Por exemplo, estou chegando muito cansada hoje e preciso de muita energia. O grupo diz "bom dia" com muita energia pra você (com gestos e sons que cada pessoa cria).

Jogos de interação e aquecimentos

Aquecendo com música
(vamos dançar juntos!)

Este é um bom exercício para aquecer. Colocamos uma música que escolhemos ou que pode ser sugestão de alguém da turma e pedimos para que dancem livremente. Ao final da música, pode-se perguntar como foi dançar e como se sentiram, ou apenas seguir para o próximo jogo.

On-line, a dança foi uma grande aliada, compartilhamos a música no modo compartilhamento — no *Zoom*, isso pode ser feito clicando no "compartilhar"; no item avançado, terá a possibilidade de compartilhar áudio do computador. Sugerimos que, se estiverem tímidos, podem dançar com a câmera desligada ou fora do foco. Mas, se quiserem, podem experimentar brincar com a câmera. No decorrer das oficinas, percebemos que as pessoas participantes ficam mais à vontade até para brincar com o enquadramento da tela. Também pontuamos que não é o objetivo performar para o outro, mas vivenciar uma experiência de acordar o corpo, dialogar com a música etc. Assim, não importa quem dança "bem", mas apenas a experiência de dançar de cada pessoa.

Variação "estátua"

Todas as pessoas do grupo dançam livremente (cada pessoa da sua maneira) e, quando a música parar, ficam todas paradas, conservando o movimento que estavam fazendo durante a dança. Como brincadeira

de “estátua”, paradas exatamente na posição que estavam quando a música parou. O(A) curinga, enquanto o grupo está parado como estátuas, oferece indicações para quando a música voltar, como: todos os movimentos se iniciam no quadril, só os braços, dançando com muito amor, com ciúmes na balada etc. A música volta e todos(as) voltam a dançar considerando o que foi pedido. Pode ser que, quando for uma parte do corpo, como, por exemplo, os olhos, que os(as) participantes possam se aproximar da tela para “dançar com os olhos”. O jogo pode ser finalizado com todos dançando livremente.

Dicas:

Roupas confortáveis e com um espaço, mesmo que mínimo, para se mover;

Respeitar seu corpo e os limites. Importante se desafiar, mas não ir além, a ponto de se machucar;

Nessa proposta, não tem um jeito certo de dançar.

Alongamento acumulativo com dança

Pede-se que algumas pessoas sejam voluntárias, propondo um movimento corporal para alongar o corpo. Uma pessoa de cada vez faz o movimento, e todo o grupo repete. Após cada pessoa propor um movimento, é formada uma sequência de movimentos, produzindo uma espécie de coreografia. O grupo repete essa coreografia. Então, compartilha-se uma

música, no caso do on-line, no modo compartilhar do *Zoom*.

Cada pessoa do grupo, então, é convidada a experimentar a dança, tendo como base os movimentos propostos como alongamentos. Essa sequência de movimentos vira passos de uma coreografia.

> **No entanto, cada pessoa pode decidir como vai adaptar os movimentos da coreografia para a música, levando em conta o ritmo do movimento, a repetição de movimentos, as pausas etc. Ou seja, é possível trocar a ordem dos passos, repetir mais de uma vez algum dos movimentos, encurtar ou alongar o tempo do movimento etc.**

Dicas:

É possível cada movimento criado ter um número assim quando for repetir a sequência, o(a) curinga pode ir chamando os números e o grupo realizando os movimentos;

A quantidade de movimentos que dão origem a coreografia está em 3 e 6 para que não seja muito difícil a memorização;

Antes de dançar a música, dialogando a coreografia com os ritmos, o grupo repete duas vezes os movimentos todos em sequência.

Dança com partes do corpo

Pede-se para os(as) participantes escolherem uma parte do seu corpo que conduza o movimento da sua dança, por exemplo, os quadris, os olhos etc. Essa parte escolhida é por onde o movimento se inicia. Também é possível, como na variação "estátua", quem está coordenando o grupo poder pausar a música e falar partes do corpo que vão conduzir o movimento dos(as) participantes e trocar a parte do corpo de tempos e em tempos.

Dicas:

Incentivamos que o enquadramento da câmera possa ser explorado, como uma brincadeira;

No on-line, é preciso pausar a música para dar indicação das partes do corpo, senão o grupo não escuta a indicação da parte do corpo.

Dançar o silêncio

O(A) curinga inicia explicando que será colocada uma música e que todas e todos estão convidados(as) para dançar, seja quando a música estiver tocando, seja quando ela parar. Isto é, a dança continua, mesmo que a música pare.

O(A) curinga, então, coloca a música e interrompe em certos momentos. Assim, a proposta é dançar a música e o silêncio. Essa indicação é oferecida antes de a música começar, de modo que o grupo seja convidado a observar as sensações produzidas quando se interrompe a música.

> **Como é dançar uma música? E quando este estímulo da música para? O que é o silêncio? Tem sons em casa? Que sons existem quando não se tem o estímulo da música? Eles entram na dança? Ou a música anterior continua na memória e é esta que está sendo dançada?**

Quando acabar a música, o(a) curinga propõe uma reflexão de como foi a vivência. Pode-se refletir com o grupo sobre o percurso, sobre as sensações produzidas pelo silêncio e sobre a manutenção do movimento. Também sobre o silêncio e o que se escuta. Pode-se até estimular uma conversa sobre o que escutamos no cotidiano. O que escutamos é o que o outro diz ou o que está já na minha memória é o que se escuta? E outras questões que possam vir no diálogo sobre som e silêncio e a escuta nossa de todo dia.

Dicas:

Como nos anteriores, cada pessoa dança à sua maneira, sem haver certo ou errado. O objetivo não é performar, mas vivenciar a dança, a música, o som, o silêncio, a imobilidade e os movimentos.

Cinco gestos com dança

Etapa 1

Investiga-se o que o grupo entende por gesto. Assim, se constrói um vocabulário comum sobre esse conceito. Explica-se que, no caso desse jogo, serão trabalhadas as imagens de uma ação ou atitudes, que estarão representadas como fotos, imagens estáticas. Podem ser temáticas;

Etapa 2

Pede-se que um(a) primeiro(a) voluntário(a) faça um gesto, de modo que todo o grupo possa ver. No caso do on-line, sugerimos que seja colocado um *spotlight* em quem está fazendo o movimento;

Etapa 3

Logo, o grupo todo é convidado a repetir o mesmo gesto, conservando as expressões faciais e cada detalhe do corpo. Este será o gesto número 1;

Etapa 4

Segue-se o mesmo procedimento com mais cinco pessoas. Assim, cada gesto corresponderá a um número – de um a seis. Sempre se repete o gesto feito, bem como os números anteriores, para que o grupo não se esqueça de cada gesto;

Etapa 5

Ainda em círculo, depois da criação de todos os gestos, os(as) participantes reproduzem uma imagem de cada vez, até repetirem os seis gestos apresentados. No caso do on-line, o(a) curinga diz os números dos gestos e todos(as) repetem ao mesmo tempo;

Etapa 6

Então, todos(as) andam pela sala, e a pessoa mediadora fala um número de cada vez, primeiro em ordem crescente, de um a seis. Os(as) participantes devem fazer o gesto correspondente ao número pronunciado. Essa etapa, no on-line, o(a) curinga apenas diz os números e o grupo repete sem andar, conservando, na medida do possível, o gesto visível no enquadramento da tela.

Etapa 7

Em seguida, o(a) curinga pode alternar a ordem dos números e criar sequências numéricas aleatórias — 2, 5, 1 —, para que os(as) participantes façam sequências distintas de gestos.

Variação com dança

Esta variação é muito parecida com o alongamento acumulativo com dança. O(A) curinga compartilha uma música para o grupo dançar, convidando as pessoas a utilizarem os passos, a sequência de gestos criados no exercício anterior. Neste caso, se os gestos forem temáticos, é importante a escolha da música, podendo até variar os estilos musicais (trocar de música) para perceber o que acontece com a coreografia.

Investigação com 6 gestos

Para investigar determinado tema, pode-se fazer esse jogo de maneira temática, por exemplo: três gestos de pessoa oprimida e três de pessoa opressora; ou dois gestos de pessoa opressora, dois de pessoa oprimida, dois de testemunhas. Essa variação é muito interessante para ver o que as pessoas simbolizam nos seus corpos diante de determinados temas. A dinâmica, nesse caso, pode ser realizada dividindo os (as) participantes e formando grupos para que possam ficar claras as relações entre os gestos. Podem ser gestos que investigam personagens, cenas ou temáticas que estejam sendo debatidas. Por exemplo, gesto de alguém normal, de alguém louco; de médicos, pacientes e assistentes sociais, de familiar, da pessoa com sofrimento psíquico e de um(a) psicólogo(a) etc.

Dicas:

Cada um deve fazer um gesto original (congelado), evitando ser o mesmo gesto já realizado ou muito semelhante a ele;

Os gestos podem ser feitos no meio do círculo. Se for assim, deve ser feito para os dois lados do círculo, garantindo que todos possam ver. Também a pessoa pode dar um passo à frente na sua posição no círculo. O importante é que todos tenham acesso à imagem feita para poder repeti-la com detalhes;

O jogo trabalha o corpo e a memória. Caso seja temático, contribui para analisar ideias, surpresas, preconceitos e estigmas. A dança contribui para perceber o que o ritmo e os estilos modificam em cada gesto.

Alongamento em três pessoas

Quando o tempo está curto, é possível fazer um aquecimento rápido em grupo. Nesse alongamento, pedimos para que três pessoas voluntárias do grupo proponham movimentos para alongar o corpo. Todos(as) os(as) participantes fazem os movimentos de alongamentos propostos por cada uma das três pessoas. Cada pessoa faz e o grupo espelha o movimento observando quem está propondo. No caso do on-line, pode ser colocado um *spotlight* na pessoa que está propondo o alongamento. Assim, todos e todas podem ver o que está sendo proposto.

Alongamento coletivo

Em sequência, no círculo, ou na sequência numérica no caso de oficina virtual, cada participante, por um pequeno tempo, irá propor um alongamento para o grupo, e todos e todas repetiram o que está sendo proposto. O(A) curinga incentiva que os movimentos propostos possam trabalhar partes diferentes do corpo. A sequência numérica, no virtual, é feita logo no início da oficina, renomeando os(as) participantes, colocando o número antes do nome. Importante que esses números não repitam sempre a mesma sequência, no caso de mais de uma oficina com o mesmo grupo.

Passa a careta

Etapa 1

Numerar os(as) participantes;

Etapa 2

O número 1 irá fazer uma careta, e o número dois irá reproduzir a careta. Ou seja, após a reprodução da careta do número 1, o número 2 cria a própria careta. Então, segue a sequência, até que a pessoa do último número tenha feito uma careta para que o número 1 reproduza. O grupo todo pode fazer a última careta também. No caso de ser presencial, não são necessários os números, pois o grupo fica em círculo e passa a careta para quem está ao seu lado.

Dica:

O número 1, quando estiver passando a careta para o número dois, pausa na imagem, faz estátua, até que o número 2 possa copiar o que está vendo. Se precisar, o(a) curinga guia o jogo até o grupo pegar a dinâmica;

Lembrem-se que, nas telas, o enquadramento importa para que o outro copie a careta.

Pare e ande

Etapa 1

Solicita-se que todos(as) andem pelo espaço;

Etapa 2

O(A) curinga, pede que todos(as) parem e repete essa solicitação algumas vezes;

Etapa 3

Depois, o que valerá são os contrários: quando for dito "anda", todos(as) devem parar, e quando se disser "para", todos(as) devem andar;

Etapa 4

Vão sendo introduzidas outras regras, como "dá um pulinho" e "bate palma"; "fala o nome baixinho" e "grita". Repete-se as mesmas etapas anteriores, sendo as regras acumulativas.

Variação Virtual

No virtual, a movimentação do andar não é possível sem sair da tela. Então, fazemos o mesmo jogo com senta-levanta; bate palma-faz uma dancinha; nome baixinho-grito de alegria.

Dicas:

É importante que, a cada regra nova, os(as) participantes as repitam algumas vezes antes de fazer o contrário. Também é importante que se introduza uma regra de cada vez;

É um bom jogo para realizar no começo da oficina ou na volta do intervalo, uma vez que não é muito complexo e propõe que os(as) participantes comecem a mexer o corpo ao mesmo tempo que se divertem;

O(a) curinga pode fazer o movimento que está dizendo em vez do contrário, que deve ser feito pelo grupo. Assim, pode ficar mais explícita a tendência de obedecer, que deve ser desnaturalizada;

O objetivo desse jogo é de desmecanização do corpo, das emoções e das ideias;

Lembre-se que escutar é diferente de obedecer. Os contrários ativam a escuta e a atenção.

Luta de boxe e troca de carinhos

O(a) curinga pede ajuda a dois(uas) voluntários(as) para explicar o jogo. Duas pessoas em pé, com alguns metros de distância uma da outra, devem reagir imediatamente aos golpes dados pelo(a) parceiro(a). Os golpes são feitos a uma distância segura, para que um não encoste no outro. Os movimentos podem começar lentos, a fim de que seja possível prestar atenção na reação a cada golpe. Ainda no modelo, explica-se que posteriormente a mesma ação será feita, porém agora, em vez de socos, será carinho,

obtendo-se reações a esse carinho. De tempos em tempos, a pessoa mediadora pode pedir que troquem as duplas.

No caso do on-line, é importante que, no exemplo, já seja pontuada a questão do enquadramento na tela e a necessidade de esperar o outro fazer o movimento para reagir a ele. A internet pode variar e ter algum atraso, portanto esta é uma escuta corporal que precisa de paciência para que a dupla se sintonize.

> **Não é possível reagir a algo que não vemos. Depois da reação, vem um novo golpe ou carinho. Incentiva-se que os movimentos sejam grandes, exagerados.**

A partir do modelo, já se explica ao grupo o que é preciso fazer para marcar sua dupla. Os(as) participantes das oficinas virtuais estarão numerados para facilitar a divisão das duplas.

Dicas:

Cada participante é incentivado(a), desde o modelo, a descobrir golpes ou carinhos diferenciados dos comuns, gerando, assim, cenas clownescas;

A distância deve ser mantida durante todo o jogo, no caso do presencial. No on-line, é necessária uma preocupação com o enquadramento, para que a dupla possa ver e receber o golpe ou o carinho;

Para a aplicação do jogo em formato on-line, na plataforma *Zoom*, o(a) *host* ou o(a) *co-host* da reunião enumera os(as) participantes, clicando nos três pontinhos na janela de vídeo de cada pessoa.

Depois, divide as duplas pelos números e pede para que cada um clique nos três pontinhos da janelinha do vídeo de sua dupla e selecione a opção "Pin/ Marcar Vídeo", para que a dupla esteja em destaque um para o outro. Os(as) participantes que estão pelo celular devem dar um clique duplo no vídeo de sua dupla para habilitar o destaque do vídeo. Usamos uma música para a luta de boxe e outra para os carinhos no formato on-line. Tal dinâmica também pode ser feita no formato presencial. As músicas no on-line estimulam as duplas.

SIM, VAMOS!

Este jogo retoma as brincadeiras de infância. Quando crianças, aceitamos com maior facilidade brincar e mudar de brincadeira. Aceitamos imaginar, arriscar, criar. Uma das pessoas do grupo propõe: "e se a gente...". Em seguida, completa a frase, sugerindo algo para todo o grupo fazer: "e se a gente dançasse?". O grupo todo responde: "sim, vamos". Experimentam, por exemplo, dançar por alguns segundos, até outro participante propor outra ação. A proposta "e se a gente...?" pode ser refeita muitas vezes: "e se a gente fosse para o Japão?"; "e se a gente fizesse careta?"; "e se a gente pulasse?"; "e se a gente cantasse ópera?" etc. As possibilidades são múltiplas. Cada participante do grupo faz a proposta a seu modo, ou seja, cada pessoa pode ser inventivo(a) e imaginar sua maneira de realizar o que foi proposto.

Dicas:

Alertar, no início do jogo, que todas as pessoas fazem cada proposta à sua maneira, respeitando seu corpo e dando asas à imaginação. Não tem certo ou errado;

É importante que todas as pessoas possam ter a chance, caso queiram, de propor, não sendo apenas as mesmas pessoas a proporem o que o grupo vai imaginar e brincar;

Se duas pessoas propuserem ao mesmo tempo, primeiro fazem uma proposta, depois a outra. Nas plataformas virtuais, precisa-se de uma atenção maior a este ponto, pois pode ocorrer certo *delay* na plataforma;

No formato virtual, podemos sugerir que as pessoas estejam de microfones fechados, abrindo somente no momento de lançar uma nova proposta. Dependendo do tamanho do grupo, torna-se difícil escutar as novas propostas. Se o grupo for pequeno, é mais divertido deixar todos os microfones abertos.

Movimento do animal

O(a) curinga pergunta: se você fosse um animal, qual seria? Leão, gato, elefante, cachorro, lobo, gorila, golfinho? Cada pessoa decide o animal que seria e conta ao grupo. Depois, todos(as) juntos(as) vão se movimentar livremente, como se fossem esses animais.

O(a) curinga pode fazer perguntas para incentivar a investigação de cada pessoa, tais como: de que forma esse animal se movimenta? É rápido? Lento? É predador ou submisso? Como move a coluna? Como move a cabeça? Onde o centro de energia desse animal está?

Por fim, pode ser colocada alguma música para que cada pessoa dance com os movimentos do animal que escolheu.

Mimosa Boliviana on-line

Etapa 1

Inicie o jogo solicitando que todo o grupo mexa determinada parte do corpo, como o ombro. Após isso, adicione mais uma parte do corpo, para que as mexam simultaneamente (por exemplo, ombro e boca). Vá adicionando movimentos até que as pessoas estejam mexendo várias partes do corpo.

Etapa 2

Os movimentos deverão cessar gradativamente, em ordem decrescente, do último movimento inserido até o primeiro. Deve-se parar o movimento de cada parte do corpo que for falada, até que não tenha mais nenhuma parte mexendo. O(a) curinga pode guiar esta parte também.

Dica:

No modo presencial, a atividade é feita em duplas; os movimentos se iniciam em toques nas partes do corpo. Eles são cumulativos. Depois que o corpo inteiro estiver em movimento, toca-se nas partes do corpo que, agora, terão que ficar imóveis.

Linha cruzada

Este jogo precisa ser iniciado com um exemplo. O(A) curinga pode fazer o exemplo com uma outra pessoa, para que se demonstre claramente o que o grupo vai realizar. Todos(as) os(as) participantes terão o mesmo texto contendo três falas, que serão iniciadas a partir do momento que chamarem o seu nome.

Falas:

Fala 1 – Alô, quem fala?

Fala 2 - Eu gostaria de falar com "tal pessoa" (falar o nome de um(a) participante que ainda não foi chamado) e uma qualidade.

Fala 3 - Com quem você gostaria de falar?

Etapa 1

Iniciar com algum(a) participante atendendo ao telefone com a primeira fala: "alô, quem fala?". A pessoa que está conduzindo o jogo responde com a fala 3: "com quem gostaria de falar?". A participante dirá a fala 2, chamando outra pessoa do grupo: "eu gostaria de falar com a Maria". Maria inicia com a fala 1: "alô, quem fala?". A participante que iniciou o jogo dirá a sua terceira fala: "com quem você gostaria de falar?". Então, Maria dirá a fala 2, chamando outro participante para a conversa, e assim sucessivamente, até que todos(as) participem.

Etapa 2

Depois de o grupo ter pegado o ritmo e entendido o jogo na primeira rodada, adicionaremos uma característica à pessoa chamada na fala 2, por exemplo: "eu gostaria de falar com a Maria 'cansada'". Esta dirá as três falas com cansaço. Cada participante fará as suas três falas de acordo com a característica que lhe foi designada.

Dicas:

Sempre fazer o exemplo antes de iniciar o jogo;

Não precisa executar as duas etapas, visto que o jogo pode ficar cansativo. Se o grupo já entendeu a dinâmica e já fez com qualidade, deixa mais divertido. Por exemplo: "quero falar com Ana sorridente"; então, ela exagera 100% no sorriso e faz sua fala; ou "quero falar com João que sempre está dançando", e ele enuncia sua fala dançando.

Viagem imaginária

Solicita-se duas pessoas voluntárias para que estes possam contribuir para a explicação do jogo.

Etapa 1

São feitas duplas nas quais uma das pessoas fecha os olhos, e a outra a guia em uma viagem para algum lugar — pode ser para a Bahia, para a lua, para um hospital, para praia etc. Quem está guiando deve conduzir a pessoa de olhos fechados durante toda a travessia da viagem sem contar para onde estão indo, promovendo a experiência apenas movimentando o corpo do outro e com sons. Se for andar de carro para chegar até o aeroporto, esse caminho será guiado para ser vivenciado por quem está de olho fechado, desde sentar no carro à troca de marchas, entre outras ações. A viagem pode ser

feita como se estivessem em uma floresta, em um supermercado, na Lua, no deserto do Saara ou em qualquer outro cenário real ou imaginário que o(a) guia proponha.

Não há falas neste jogo, mas os(as) guias podem fazer onomatopeias durante a travessia para torná-la mais viva para quem está de olhos fechados.

Todas as informações sobre a viagem devem ser passadas através do contato físico, do corpo e dos sons. Quem está de olhos fechados deve tentar imaginar onde está. Por exemplo, em uma praia? Com tubarões? Sol? Água de coco? O(a) guia deve usar o contato físico, a respiração ou os sons, mas nunca as palavras. Quem está de olhos fechados não poderá fazer nenhum movimento que não lhe tenha sido sugerido.

Etapa 2

Depois de alguns minutos, a viagem chegará ao fim, com o sinal da pessoa mediadora. É oferecido um minuto a mais para que os guias possam ter tempo de concluir suas viagens.

Etapa 3

Após isso, cada dupla conversa entre si: quem estava de olhos fechados diz para onde achou que estava sendo levado(a) e por quê. Em seguida, quem guiou conta para onde estavam indo.

Etapa 4

Inverte-se quem estava guiando e quem foi guiado(a); o mesmo processo se repete.

Etapa 5

No final, faz-se um círculo com todos(as) os(as) participantes, e o grupo partilha como foi a vivência do jogo.

Dicas:

Ressalta-se que a pessoa que guia é responsável pela pessoa que é guiada. Dessa forma, o(a) guia deve estar atento(a) às condições corporais do seu parceiro(a) e, quando necessário, diminuir o ritmo da viagem;

É possível fazer a viagem só com os movimentos e sem os sons;

Outra opção é realizar o momento da conversa no final, depois que já se inverteram as duplas;

No modelo inicial, já se explica como o(a) guia pode mover a pessoa de olhos fechados, tocando delicadamente em seu corpo, como se fosse uma marionete;

> **O jogo ativa todos os sentidos e a imaginação.**

Adaptação para o virtual:

O(A) curinga explica o jogo aos(às) participantes, e ele(a) mesmo(a) leva o grupo todo para uma viagem através dos sons. O microfone de quem faz os sons fica aberto, e o resto das pessoas fica fechado. O exercício será de imaginação, estimulado pelos sons. Os(as) participantes ficam de olhos fechados, viajando para onde os sons os levarem. Não há um lugar certo; o que importa não é acertar a intenção do(a) guia com os sons, mas investigar o que cada pessoa sentiu e para onde foi ao escutar determinados estímulos. Assim,

a polissemia dos significados de cada som tem um espaço maior do que cumprir a tarefa de "acertar" o local proposto.

A condução da viagem, depois do primeiro guia realizado pelo(a) curinga, pode ser feita também por outras pessoas do grupo. A pessoa que está conduzindo não usa palavras, apenas sons. A viagem dura não mais que dois minutos na plataforma on-line. A pessoa que a conduz por meio dos sons precisa se certificar de que o volume esteja suficientemente adequado, para que o grupo não precise se esforçar para escutar.

> **O grupo só abre os olhos no fim da viagem. Quando esta acabar, a pessoa que faz os sons, após alguns segundos de silêncio, avisa que chegaram ao destino e que podem abrir os olhos.**

Após cada viagem, há uma conversa para escutar a experiência com o jogo e para onde as pessoas foram. Além disso, é possível executar esse jogo dividindo as pessoas em salas, a fim de que seja feito em duplas. Dessa forma, as duas pessoas terão a experiência de conduzir a viagem e de serem conduzidas. No entanto, o modelo com o(a) curinga na viagem inicial permanece.

Viagem guiada

Etapa 1

Nesse jogo, pede-se que os(as) participantes caminhem lentamente, de olhos fechados, pelo espaço, devendo utilizar a imaginação para visualizar o caminho que será narrado pela pessoa mediadora do jogo. No ambiente on-line, os(as) participantes sentam e fecham os olhos por uns instantes.

Etapa 2

Indicamos que o jogo ative as sensações causadas pelos quatro elementos (terra, ar, água e fogo). A narração pode ser criada pelo(a) curinga. Um exemplo é a narração de um passeio na floresta:

"Sintam o chão da terra, as folhas caindo nos pés, o vento soprando no rosto, o balanço das plantas e as árvores ao redor, o som que faz o vento, trazendo também um cheiro — momentos antes da chuva; você vê aquela planta de que mais gosta, chega perto e sente sua textura, o cheiro. Você continua o caminho e ouve o som de uma queda d'água e, ao continuar, encontra uma cachoeira linda, com pássaros voando por cima da queda d'água; o calor provocado pela caminhada faz com que você queira entrar nessa cachoeira, então você entra, caminha lentamente até a

queda d'água e ali relaxa, sentindo a água banhar seu corpo e trazer uma sensação de renovação; você vai se despedindo dessa cachoeira, e, ao sair, um vento gelado em seu corpo molhado te faz sentir frio; ao olhar para o lado, avista uma fogueira e chega perto dela para se aquecer; você coloca o corpo e as mãos perto do calor do fogo e ouve o som dos gravetos queimando; quando já está bem quentinho(a), você se despede desse lugar; dá uma última olhada panorâmica e pensa naquilo que é mais importante para você"

O(A) curinga espera um tempo em silêncio e pede para que todos(as) os(as) participantes abram os olhos.

Pode haver comentários sobre a experiência e uma reflexão sobre o percurso, feita por quem quiser compartilhar tal vivência.

Dicas:

Narrar lentamente os comandos do caminho a ser percorrido;

Se houver pessoas com dificuldade de fazer a atividade de olhos fechados, pode-se propor que abram os olhos, mas que tentem escutar e imaginar o que está sendo dito.

Espelho

Oferecer um exemplo, antes de iniciar o jogo, ajuda o grupo a compreender as etapas que serão guiadas pelo(a) curinga durante o jogo.

Etapa 1

Tal atividade será feita em duplas, cada um olhando fixamente para a pessoa que está à sua frente, olho no olho. Na dupla, uma pessoa é sujeito e a outra é espelho. O sujeito inicia uma série de movimentos e de expressões fisionômicas, em câmera lenta, que devem ser reproduzidas nos mínimos detalhes pela pessoa que faz o espelho.

O sujeito não deve se considerar inimigo daquele que faz seu espelho: não se trata de uma competição, de fazer movimentos bruscos, impossíveis de serem seguidos; trata-se, pelo contrário, de buscar uma perfeita sincronia de movimentos e uma maior exatidão na reprodução dos gestos do sujeito por parte da imagem. A exatidão e a sincronização devem ser de tal ordem, que um observador exterior não seja capaz de distinguir quem origina os movimentos e quem os reproduz. É importante que os movimentos sejam lentos e contínuos, para que possam ser reproduzidos e mesmo previstos pela imagem. Fundamental também que se preste atenção aos mínimos detalhes, seja de todo o corpo, seja da fisionomia.

Etapa 2

Depois de alguns minutos, anuncia-se a troca de função entre as duplas.

Etapa 3

Após mais alguns minutos, informa-se que ambas pessoas vão ser simultaneamente sujeito e espelho. Assim, os(as) dois(uas) integrantes poderão iniciar os movimentos, mas sem combinar, até que seja imperceptível quem está guiando e quem está sendo guiado.

Dicas:

Inicialmente, faça um modelo para explicar o jogo com uma dupla de voluntários(as). As três etapas devem ser demonstradas: sujeito e espelho, inversão dos papéis e as duas pessoas sendo sujeitos;

Não há fala verbal durante o jogo;

Os movimentos do sujeito no espelho são lentos e contínuos, a fim de que possam ser reproduzidos;

Os que espelham o movimento prestam atenção aos mínimos detalhes, seja de todo o corpo, seja da fisionomia.

On-line:

Colocar um *spotlight* para que todos vejam a dupla voluntária na demonstração do jogo, ou seja, é necessário fazer as três etapas do jogo, de modo que o grupo compreenda o que será feito por cada dupla;

Para a aplicação do jogo em formato on-line na plataforma *Zoom*, como *host* ou *co-host* da reunião, numere os(as) participantes, clicando nos três pontinhos na janela de vídeo de cada pessoa. Divida as duplas pelos números e peça para que cada pessoa clique nos três pontinhos da janelinha do vídeo de sua dupla e selecione a opção "Pin Vídeo" (ou "Marcar", na versão em português), pois ambas pessoas precisam estar em destaque um para o outro. Participantes pelo celular devem dar um clique duplo no vídeo de sua dupla para habilitar o destaque do vídeo. Após o jogo, peça para que voltem ao modo galeria — quem estiver no computador e no celular precisa somente deslizar a tela para a esquerda, para que veja os(as) outros(as) participantes.

JOGOS E IMPROVISAÇÕES:

AFETOS E ESCUTATÓRIA

Associação livre

Etapa 1

Nesse jogo, uma pessoa inicia dizendo uma palavra; a próxima pessoa do círculo (no modo virtual, distribuir números para as pessoas e seguir a sequência numérica) diz uma palavra que se associe com a que foi dita antes; a terceira pessoa dirá uma palavra que se associe com a que a pessoa anterior disse. Por exemplo, o(a) primeiro(a) participante fala "casa", o(a) segundo(a) diz "casa me lembra tijolo"; o(a) terceiro(a) diz "tijolo me lembra cimento", e assim se segue até contemplar todos os participantes.

Etapa 2

Em um segundo momento, voltaremos a sequência, tentando recordar as associações realizadas. Nesse momento, a interação se dará da seguinte forma: a terceira pessoa diz "eu falei cimento porque 'Pedro' falou 'tijolo'"; depois a segunda: "e eu falei tijolo porque 'Ana' falou 'casa'". Assim se sucede até voltarem à primeira palavra.

Telefone sem fio
com movimento ritmado

Todos os(as) participantes estão de costas ou de olhos fechados. Duas pessoas abrem os olhos, a primeira propõe um movimento rítmico, e a segunda pessoa o repete. Então, a primeira volta a fechar os olhos ou a ficar de costas, enquanto a segunda repete o movimento rítmico que aprendeu para a pessoa seguinte, e assim sucessivamente. Quando for a vez da última pessoa, a primeira delas, que começou o movimento, mostra como ele era, e analisa-se as variações que ocorreram.

Dicas:

No on-line, é preciso numerar os(as) participantes, e é tarefa do(a) curinga conduzir cada um sobre quando abrir os olhos e quando fazer seus movimentos;

Na forma presencial, é melhor que as pessoas fiquem de costas, em vez de fechar os olhos no círculo, e se voltem todas as pessoas para a frente no último movimento.

Movimento acumulativo

Uma pessoa propõe um movimento rítmico, a segunda repete esse movimento e acrescenta um novo. A terceira pessoa repete os dois movimentos anteriores e acrescenta outro, e assim sucessivamente até a última pessoa do grupo. Cria-se, assim, uma coreografia do grupo. No final, o grupo todo repete a coreografia dos movimentos acumulados.

Dica:

No ambiente on-line, se houver muitas pessoas no celular, é preciso conceder o *spotlight* a quem está fazendo o movimento;

O importante é o trabalho grupal; assim, se alguém se esquecer dos movimentos, o grupo o ajudará a lembrar.

Uma história contada por muitos atores

Em círculo, no encontro presencial e numerados no encontro on-line, será contada uma história coletivamente, na qual cada participante vai falar uma frase, e esta será completada pela próxima pessoa do círculo ou sequência numérica. A história termina na última pessoa, antes da que iniciou a história. Ou seja, um ator ou atriz começa uma história, que é continuada por um segundo ator ou atriz, seguindo-se de uma terceira pessoa, até que todos(as) tenham contado a história.

Cada pessoa colabora com uma parte.

Dicas:

Pode-se contar a história sem palavras, somente com gestos e sons, e depois perguntar ao grupo qual história eles acham que contaram;

Também é possível propor um tema para a contação de história;

É possível discutir o que tem em uma história também trazendo elementos como personagens (quem?), cenário (onde?), conflito (o quê?), situações dramáticas, o tempo em que a história acontece/ aconteceu (quando?) e de que maneira e quais emoções aparecem (como?).

História contada com as mãos

Esse jogo é uma variação da história contada por muitos atores. As regras e dicas são as mesmas. A diferença é que, desta vez, a história é contada com a voz dos atores e das atrizes e com as suas mãos aparecendo na tela como narradoras, ou seja, são as mãos que contam e representam a história. Desse modo, pode ser usada a imaginação nesta encenação, com apenas uma parte do corpo em cena. No formato on-line, é importante que a mão fique centralizada na tela sem que outras partes do corpo de quem atua apareçam. Na história contada pelas mãos, pode haver sons, onomatopeias e palavras.

Gromelô dos afetos

O gromelô é uma língua inventada por cada pessoa. Com esses sons, que parecem não fazer sentido, ficamos mais atentos(as) à forma como que se diz, a como nos comunicamos. Pede-se que pessoas no grupo deem exemplos do que pode ser um gromelô, lembrando que cada um tem o seu. Assim, esse exercício é uma improvisação livre, feita por todos(as) os(as) participantes ao mesmo tempo. Cada um faz seu monólogo com os microfones abertos, incentivado pelas indicações de afetos ou situações que lhe despertam emoções específicas. Por exemplo:

> **surpresa, tristeza, medo, alegria, paixão em um primeiro encontro amoroso, contando sua maior e melhor ideia para um grupo de pessoas etc.**

Dicas:

Faça um modelo para ajudar a explicar o jogo. Chame um(a) voluntário(a) ao centro do círculo e faça dele um exemplo. No caso do virtual, pode ser aplicado o *spotlight*, que coloca o(a) participante em destaque para todos(as);

Você pode sugerir emoções e situações que sejam pertinentes para investigar determinadas questões com cada grupo;

É um jogo que pode ser oferecido no início da oficina.

Contudo, indicamos um pequeno aquecimento, seja com uma dança, seja com o pega-pega, entre outras. É um jogo divertido e que pode trazer várias reflexões;

On-line pode ser difícil para o grupo ver a troca de sugestão da improvisação. Por isso, o(a) curinga pode combinar com grupo de colocar uma reação na sua tela, ou algo que possa sinalizar que é preciso silêncio para a troca de indicação de improvisação;

As sugestões de improvisações podem indicar que cada pessoa esteja falando com alguém "imaginário" e não falando sozinho(a) na tela, o que estimula, assim, a imaginação. As sugestões de emoções e situações dramáticas podem ser criadas pelo(a) curinga, de acordo com o grupo que estão atuando;

Neste jogo, o que está por trás das palavras e faz parte da comunicação se evidencia, podendo haver uma reflexão, após o jogo, sobre como o grupo vivenciou essa experiência.

Tradutor

Etapa 1

Os(as) participantes são numerados e explica-se o que é gromelô, como no exercício anterior.

Etapa 2

Um dos(as) participantes interpretará aquele que faz o discurso, na língua gromelô, pode ser uma palestra, a revelação de uma descoberta, uma inauguração, um palanque político. Uma segunda pessoa vai fazer a tradução. Para isso, é importante que a pessoa que faz o discurso em gromelô faça algumas pausas durante sua fala para que o(a) tradutor(a) possa traduzi-la. Também vale ressaltar que quem traduz observa os movimentos, o modo como os sons acontecem, a fim de traduzir o que acredita ser mais fiel ao que está sendo dito. É certo que a tradução pode ser muito diferente do que imagina quem faz o gromelô no momento discurso. Isso não é um problema, mas é preciso um(a) tradutor(a) atento(a). No on-line, colocamos um *spotlight* na dupla que fará a improvisação e contamos o tempo para que não se estenda muito nesse exercício. Podemos seguir com as telas com números junto aos nomes. Como exemplo, temos: Andreia, número 1, faz o gromelô, e José, número 2, o traduz. Depois José ficará ainda no *spotlight* e fará seu gromelô, que será traduzido por Joana, número 3, e assim por diante.

Etapa 3

Reflexão sobre a vivência no coletivo.

Dicas:

Este jogo pode ser demonstrado por uma dupla de voluntários(as), antes que todos(as) façam o jogo, explicando-se todas as etapas;

No final do jogo, é importante haver espaço para refletir sobre as impressões e os elementos que apareceram durante as improvisações;

O jogo é divertido, além de estimular a criatividade e a escuta;

O jogo anterior pode vir antes deste na sequência de uma oficina;

Na experiência com esse jogo, percebemos que há uma grande possibilidade de o(a) tradutor(a) fazer a tradução não do que viu ou do que pensou ter ouvido da outra pessoa, mas de algo que ele ou ela mesmo pensou.

Desse modo, é preciso indicar que seja falada uma frase e depois esta seja traduzida, em vez de haver um texto longo para posterior tradução.

É interessante apontar a importância de se observar com atenção os movimentos que a outra pessoa faz até copiá-los; estar atento(a) ao tom de voz também ajuda. Claro que não é necessário que tenham o mesmo significado, o gromelô e a tradução, mas

incentiva-se que haja um esforço para ver a outra pessoa. Em alguns casos, escutar o(a) outro(a) implicará grandes limites, então é importante acolher e escutar o que cada pessoa quis dizer. Pode até surgir conteúdos muito importantes e significativos na tradução, ou seja, traduzir o que a outra pessoa diz a partir não do(a) outro(a), mas de si mesmo, ocasiona muitas reflexões.

Quantos Ás

Esse exercício busca trabalhar a compreensão de que a comunicação não se dá somente por seu conteúdo, mas também pela forma como esse conteúdo é emitido. É como nas relações amorosas, em uma briga, quando alguém diz: "o problema não é o que você falou, mas como falou". Dessa forma, neste exercício, podemos experimentar as diversas maneiras de como dizer a mesma coisa e de como o sentido se transforma.

Etapa 1

Em círculo, pede-se para um ator ou atriz ir ao centro e exprimir um sentimento, uma sensação, uma emoção ou uma ideia, usando somente um dos muitos sons do fonema "a", com todas as inflexões, movimentos e/ou gestos com que for capaz de se expressar. Pergunta-se: quais as diversas formas de se dizer "a"?

Todos os outros atores e atrizes no círculo (ou nas telas, em plataforma digital) repetirão, nos

mínimos detalhes, o som e a ação duas vezes, tentando sentir também aquela emoção, sensação, sentimento ou ideia que originou o movimento e o som. É importante ressaltar todos esses elementos para que o grupo não somente vivencie, mas repare na sua vivência. Outro ator ou atriz vai para o centro do círculo e expressa outro sentimento, sensação, ideia ou emoção, seguido novamente pelo grupo, que o repetirá duas vezes. Quando muitos(as) já tiverem proposto diferente "ás", o(a) curinga passa às outras vogais (e, i, o, u).

Etapa 2

Depois, segue-se para as palavras usadas no dia a dia. Como exemplo, em geral usamos "sim" e "não". É interessante provocar, caso necessário, possibilidades em que se diz "não", enquanto o corpo diz "sim", e vice-versa.

Etapa 3

Utilizam-se frases inteiras pequenas. A primeira pode ser uma sugestão do(a) próprio(a) curinga, com frases como "bom dia", "eu te amo" etc. As outras podem advir das vidas cotidianas dos(as) participantes, que, com as mesmas frases, sempre tentarão expressar ideias, emoções, sensações e sentimentos diferentes.

Etapa 4

O grupo lança mão de frases maiores ou de frases que os(as) participantes ouvem muito e que tenham sentido para aquele grupo. Podem

aparecer, ainda, frases de personagens das peças que estão sendo criadas.

Dicas:

No âmbito on-line, a pessoa que faz a proposta está no modo *speakerview* ou no *spotlight*, para que o grupo possa ver o que foi proposto. Também é preciso estar atento(a) ao enquadramento da imagem para que o grupo consiga compreender a proposta e repeti-la;

Este jogo cria possibilidades de se falar sobre o subtexto, o que está atrás das palavras ditas, impressas nas ações e nas maneiras como falamos;

Incentive que o grupo todo participe, e não apenas alguns mais desinibidos(as);

Incentive maneiras diferentes para cada tentativa, seja a prática das vogais, seja das frases;

A pessoa que vai ao centro do círculo deve repetir a ação duas vezes, uma para cada lado da roda, para que todos(as) possam ver com detalhes a proposta;

Nas plataformas on-line, este jogo funciona muito bem. Vale lembrar que o microfone de quem está fazendo a proposta deve estar aberto, e os(as) demais, fechados. É possível também lançar um *spotlight* no(a) propositor(a), para que todas as pessoas do grupo o(a) vejam. No momento em que o grupo precisará repeti-la, são abertos todos os microfones.

Eu sei o que é melhor pra você!

Mas eu não quero!

Esse é um exercício desenvolvido pelo pesquisador e praticante de teatro do oprimido Cesar Paro, que busca problematizar a experiência do sujeito que acha saber o que é melhor para a outra pessoa e do que resiste a essa determinação. Muitas vezes, partimos de nossas referências para olhar o sofrimento do(as) outro(a) e tentamos determinar, ou normatizar, o comportamento do(a) outro(a).

Etapa 1

Em duplas, uma pessoa vai dizer "eu sei o que é melhor pra você", criando uma imagem corporal corresponde a essa fala; a outra responderá "mas eu não quero" e criará uma imagem correspondente. Propõe-se que a dupla experimente as diferentes afetações ocasionadas pela repetição insistente deste diálogo de apenas duas frases, experienciando modos diferentes de dizê-las: com muito amor, raiva, medo, nojo, cansaço etc.

Etapa 2

Depois, o grupo discute sobre como foi a experiência. Como a vivência reverberou nos(as) participantes? Como é cuidar do outro? Podemos ser violentos quando achamos que sabemos o que é melhor para o outro? Vocês já passaram por situações similares.

Dicas:

Você pode inserir personagens nas improvisações;

No virtual, faz-se uma dupla por vez, e no presencial, todas as duplas são feitas simultaneamente.

Jogo do Advérbio

Etapa 1

O(a) mediador(a) investiga com o grupo o que é um advérbio e explica que, neste jogo, serão utilizados os advérbios de modo, os que terminam com "-mente". Por exemplo, "loucamente", "lentamente", "ternamente", entre outros. Vale ressaltar que o advérbio dá qualidade à ação. Também pode-se fazer a demonstração de um mesmo aperto de mãos sendo feito amorosamente e, depois, raivosamente. No caso do on-line, podem haver ações como acenar, tomar banho, coçar ou alguma que dê para ser vista no enquadramento da tela.

Etapa 2

Após essa explicação, o(a) mediador(a) diz que um dos(as) participantes sairá da sala (no caso de oficina virtual, a pessoa será direcionada para uma sala separada, o *breakrooms*, disponível no *Zoom*) e pensará de 3 a 6 ações, tais como comer, andar, tomar banho, pegar o ônibus etc.

Enquanto isso, o grupo decide um advérbio, a exemplo de rapidamente, carinhosamente, delicadamente.

Etapa 3

Após o grupo decidir o advérbio, o(a) participante que saiu da sala retorna. Ele(a) fala alguma ação, um verbo, como andar, correr, sentar, escovar o dente, tomar banho. O grupo, então, representa a ação proposta sem falas, motivado pelo advérbio escolhido.

Quem estava fora observa as ações feitas pelo grupo e tenta adivinhar qual foi o advérbio que foi selecionado.

Há três chances para adivinhar o advérbio (embora essa regra possa ser revista diante do contexto de cada grupo). Esse número de tentativas pode variar, dependendo do combinado feito no início. O grupo faz o possível para deixar explícito qual foi o advérbio escolhido. Destaca-se que os atores e atrizes não usam palavras, já que tentam usam o seu corpo para expressar o advérbio. Assim, todos e todas querem que quem saiu da sala adivinhe-o. O grau de dificuldade do tipo de advérbio pode ir aumentando, começando com advérbios mais simples, como lentamente, e chegando a tipos como exuberantemente.

Dicas:

Esse jogo trabalha as qualidades das ações cênicas;

Caso esteja muito difícil de acertar, o(a) mediador(a) pode pedir para que exagerem nas ações;

O objetivo é que se adivinhe o advérbio. Desse modo, o quanto antes ficar claro qual é o advérbio, melhor será o desempenho dos(as) participantes enquanto grupo;

No modo caso do *Zoom*, depois que o grupo decide o advérbio, o(a) participante que adivinhará é direcionado pelo *host* para outra sala. Quando o grupo escolher o advérbio, o *host* fecha a sala com a pessoa que saiu, bastando clicar no "Ok" para voltar imediatamente à sala com todos(as).

Improvisação dos desescutadores

Estas improvisações são baseadas nos abomináveis desescutadores que encontramos no livro "O palhaço e o psicanalista", de Christian Dunker e Cláudio Thebas. A proposta é que, através das improvisações, possamos estranhar e até mesmo perceber, com mais atenção, as dificuldades de escutar, no dia a dia, as pessoas e a nós mesmos. Vamos nos perceber nos divertindo, nos estranhando e criando outras possibilidades de escuta.

Afinal, "escutar", diferentemente de "ouvir", não é uma função biológica, é algo que se aprende.

Em cada improvisação, o(a) curinga proporá um tipo de desescutador, ou seja, indicará uma característica que a personagem possui e que a impede de conseguir escutar o outro. Uma dupla improvisará a pessoa "A" e a "B".

A pessoa "A" é alguém que quer contar uma coisa que lhe é importante — pode ser algo fictício ou um problema, um sonho, uma memória do passado.

Enquanto isso, a pessoa "B" interpretará o abominável desescutador, ou seja, não fará a escuta de uma maneira específica, proposta pelo(a) curinga. Depois, inverte-se: a pessoa "A" faz o desescutador, e a pessoa "B", a que quer contar algo.

Por fim, o(a) curinga sugere que ambas as personagens tentam se escutar. Chama-se outra dupla de participantes e propõe-se um novo desescutador.

Sempre que for propor a característica do desescutador, é importante dar um exemplo de como ele age diante da pessoa que está falando sobre alguma coisa.

A seguir, sugerimos alguns exemplos, supondo que a personagem que compartilhará algo fosse contar que está com dor de dente. Vejamos alguns desescutadores e como seriam suas respostas:

O ABOMINÁVEL "MEU PIOR É MELHOR QUE O SEU..." OU "E EU QUE...":

Nesse caso, a personagem sempre responde com algo pior que lhe aconteceu: "e eu que, além de dor de dente, estou com um problema na perna";

O ABOMINÁVEL "O CLONE" OU "SE EU FOSSE VOCÊ":

Nesse caso, a personagem sempre responde supondo que sabe o que a outra pessoa tem que fazer: "se fosse eu, já tirava o dente para parar de doer";

O ABOMINÁVEL "POLIANA":

Nesse caso, a personagem sempre responde afirmando que o problema da outra pessoa é por um bom motivo, que lhe vai fazer bem: "mas essa dor de dente vai te fazer uma pessoa mais forte";

O ABOMINÁVEL "INCRIMINADOR":

Nesse caso, a personagem sempre responde culpabilizando a pessoa pelo problema que tem: "também, né, você não deve escovar os dentes direito";

O ABOMINÁVEL "TELEPATA":

Nesse caso, a personagem sempre responde supondo que sabe tudo o que está ocorrendo com a outra pessoa: "claro, você ficou sem escova de dentes, né?! Você está trabalhando tanto, né, acaba ficando sem tempo pra escovar os dentes".

Dicas:

É importante explicar para o grupo o que é um desescutador. Em cada proposta de improvisação, é preciso deixar claro o tipo de desescutador que será investigado. É preciso lembrar que todos(as) nós temos situações em que atuamos como desescutadores, então para aguçar nossa escuta, experimentamos "clownescamente" olhar para os momentos em que ela não acontece;

Se você ficou muito interessado(a) neste jogo, encontrará mais abomináveis no livro "O palhaço e o psicanalista" e poderá também encontrar, no seu cotidiano, outros que não foram aqui narrados;

Na versão on-line, podem ser colocadas em *spotlight* as duas pessoas que vão improvisar ou, como alternativa, todos(as) desligam as câmeras, ficando ligados apenas as câmeras e os microfones da dupla da vez. Se estiverem numeradas, as pessoas participantes podem seguir a ordem dos números;

O(A) curinga controla o tempo em que uma pessoa conta algo importante e em que a outra faz o desescutador. Depois, inverte-se. Por último, as duas tentam uma conversa na qual haja o que acreditam ser uma escuta à outra pessoa. O(A) curinga conta por volta de 1 ou 2 minutos para cada etapa;

Refletir com o grupo se reconhecem os desescutadores propostos e sobre como foi a improvisação em que as duas personagens se propuseram a escutar — quais elementos da escuta apareceram nesse momento?

Lembrança inventada ou
Lembrança de Quintana

Mário Quintana dizia que "a imaginação é a memória que enlouqueceu". Nesse exercício, imaginaremos uma lembrança coletiva. O(A) mediador(a) pede para que, em círculo, cada pessoa diga uma frase dessa lembrança, criando, dessa forma, uma memória inventada coletiva.

Essa lembrança é tecida como uma história contada por muitos atores. No on-line, os(as) participantes vão falando a partir da ordem dos números que lhes foram designados, e no presencial, falam a partir da posição que ocupam no círculo.

Dicas:

Pode ser uma lembrança de futuro, como uma lembrança de quando acabou a pandemia ou do dia em que nos encontramos para fazer teatro presencialmente, entre outras;

A lembrança é uma história coletiva, portanto cada um completa aceitando ou se relacionando com todas as memórias inventadas para a história.

Improvisação do minuto
- onde, quem e afetos

Tal improvisação é feita em dupla. Tem-se quem, onde e o quê. Ou seja, quem são as personagens, onde elas estão e o que estão fazendo. Então, a dupla, sem combinar previamente, inicia a improvisação. Quando se passar um minuto, encerra-se a cena e troca-se para a improvisação de outra dupla com outra situação. Nesse exercício, cada dupla realizará uma improvisação durante um minuto. Enquanto o(a) condutor(a) não os(as) interromper, os(as) participantes têm de continuar improvisando. É possível, nesse jogo, trabalhar algumas dimensões do teatro. Em relação ao item "quem", propõe-se os(as) personagens (duas vizinhas, pai e filho, professor(a) e aluno(a), um(a) político e uma pessoa cidadã), podendo-se agregar um "onde", isto é, o local onde está ocorrendo a situação (no bar, na praça, em casa, no mercado). Além disso, é possível indicar uma situação (duas pessoas que namoram a mesma pessoa, um casal brigando, duas vizinhas falando mal de alguém do bairro), explorando-se, ainda, a dimensão afetiva das personagens e propondo-se emoções para cada uma. Como exemplo, pode-se imaginar um(a) psicólogo(a) cansado(a) e uma pessoa usuária que está ansiosa; um patrão ou patroa amoroso(a) e uma pessoa empregada que está raivosa; uma pessoa vacinada e alegre e uma não vacinada e raivosa; duas vizinhas, no mercado, debatendo o preço do feijão; um político gago e um alienígena debatendo a pandemia no fim do mundo.

Dicas:

Os microfones de quem não está fazendo a cena ficam desligados. Pode-se fechar as câmeras dos(as) participantes, deixando-se ligadas apenas as da dupla que improvisa. Pode-se optar pelo modo *speakerview*, no qual a dupla que está improvisando fica visível para todo o grupo;

Quando se encerrar a cena, todos(as) abrem o vídeo e aplaudem a dupla, ainda com os microfones desligados;

É interessante pensar na realidade do grupo para formular propostas de improvisação.

TÉCNICAS

Cartão postal

Etapa 1

O(A) curinga do grupo pode tanto representar a personagem do Tio Zé quanto explicar para o grupo que o Tio Zé é um tio muito querido por todos(as) (pode ser tia Ana, ou outra variação, sempre sendo uma pessoa muito querida). Em seguida, o(a) curinga inicia o momento contando a seguinte história:

"O Tio Zé, depois de muito tempo viajando, voltou desta viagem. Vocês estão muito felizes em vê-lo. Não é à toa que vocês não o reconhecem. Em sua viagem, ele coletou muitos cartões postais, cartões de todas as cidades às quais ele foi. Mas, ao chegar de viagem, sua mala, com todos os cartões, cai no mar! Um marinheiro até tentou o ajudar, mas o mar apagou o que estava escrito atrás dos cartões postais. Vocês podem ajudá-lo a recuperá-los?".

Etapa 2

Então, o(a) curinga diz que o grupo será dividido em grupos menores e que farão uma imagem estática, como uma foto de cartão postal de algum lugar, seja cidade, seja país, bairro, um lugar famoso. Criarão uma frase que o Tio Zé teria escrito, atrás do cartão, sobre o local visitado. A frase precisa ter uma relação intrínseca com a

imagem. Podem usar figurinos para construir a imagem do local em grupo.

Etapa 3

Depois, os(as) participantes voltam ao grupo maior e apresentam a imagem, enquanto o outro grupo tenta adivinhar o local e qual frase estaria escrita atrás do cartão.

Na oficina on-line, os grupos são direcionados para salas diferentes no *breakrooms* do *Zoom*, e se propõe, por exemplo, 15 minutos para a criação. Então, 5 minutos antes, o(a) curinga manda uma mensagem para os grupos, avisando que faltam 5 minutos para acabar o tempo. Assim, o grupo pode se planejar em relação ao tempo para a improvisação. Um minuto antes, o próprio *Zoom* avisa aos(às) participantes e os(as) leva automaticamente para a sala com todo o grupo.

Também no on-line, incentiva-se que, na criação cênica, se utilize o enquadramento da tela, aproximando ou afastando objetos ou partes do corpo.

Variação notícias da Terra:

O jogo é o mesmo, mas agora o grupo vai ajudar Tio Zé a saber o que está acontecendo na Terra. A viagem do Tio Zé foi tão longa, que se estendeu para Marte, onde ele ficou por um bom tempo; assim, ele não sabe nada do que está acontecendo. Por isso, o grupo criará imagens de cartões postais como antes, mas agora contendo algo importante que Tio Zé tem

que saber sobre o que está acontecendo na Terra. As frases atrás do cartão continuam, e a mesma dinâmica das etapas anteriores se repete com esta nova proposta.

Dicas:

Depois do jogo, promover um espaço para a reflexão dos(as) participantes sobre a experiência;

> **O importante não é adivinhar o local e a frase precisamente, mas pensar na experiência dos(as) participantes ao tentarem se expressar mediante as imagens e as construir coletivamente;**

O(A) curinga fica atento(a) às dúvidas e apoia a criação se necessário;

A variação do jogo possibilita que sejam discutidos temas atuais. Podem ser desenvolvidas outras variações temáticas, dependendo do objetivo do grupo.

Uma foto para...

Neste jogo, pede-se para o grupo compor coletivamente uma foto que será destinada a alguém. Decide-se, inicialmente, para quem será essa foto (para os pais, para um(a) amigo(a), para uma pessoa

inimiga, para um(a) professor(a), para um político). Ao sinal do(a) curinga, todos(as) fazem uma imagem para compor essa foto. Posteriormente, se analisa a foto: que afetos estão presentes, quais intenções, quais palavras poderiam estar sendo ditas?

Presencialmente, o grupo faz uma única foto, uma imagem coletiva. Na variação on-line, todas as pessoas fazem a imagem ao mesmo tempo, mas cada pessoa faz uma foto, originando uma composição de fotos na tela.

Em ambas as versões, on-line e presencial, o(a) curinga pode fotografar a produção e depois enviar para o grupo a imagem de cada foto que criaram.

Medo de criança

Etapa 1

Pede-se que cada participante faça uma imagem estática do seu medo de criança.

Etapa 2

Posteriormente, o grupo analisa coletivamente as imagens de cada participante: que medo é esse, o que o corpo revela, o que está diante dessa imagem?

Etapa 3

Por fim, pede-se para cada pessoa comentar sobre como foi a experiência.

Dicas:

Caso o grupo fique emocionado, pode-se propor algum tipo de acolhimento;

No on-line, é preciso ressaltar para o grupo que as imagens devem estar enquadradas na câmera.

Sonho de criança

Etapa 1

Pede-se que cada participante faça uma imagem estática de seu sonho de criança, da imagem que tinha de si quando crescesse.

Etapa 2

Após a primeira etapa, o grupo analisa coletivamente as imagens: que sonho é esse, o que o corpo revela?

Etapa 3

Por fim, pede-se para cada pessoa comentar sobre como foi a experiência.

Dicas:

Caso o grupo fique emocionado, pode-se propor algum tipo de acolhimento;

No on-line, é preciso ressaltar para o grupo que as imagens devem estar enquadradas na câmera.

Qual sonho você tem agora?

Etapa 1

Solicita-se que os(as) participantes fechem os olhos e se imaginem daqui a dez anos: onde você está? O que você está fazendo? Que pessoas são importantes para você? O que é importante para você daqui a 10 anos? Pede-se, então, que realizem uma imagem estática desse sonho.

Etapa 2

Posteriormente, o grupo analisa coletivamente as imagens de cada participante: que sonho é esse, o que o corpo revela?

Etapa 3

Por fim, pede-se para cada pessoa comentar sobre como foi a experiência.

Afeto real/ideal - normativo

Esse exercício busca investigar os modos como os sujeitos vivenciam a afetação no cotidiano e como a imaginam idealmente.

Aqui queremos refletir não só como os(as) participantes enxergam os elementos de sua realidade, mas também como os idealizam.

Ressaltamos que o aspecto ideal pode, em geral, ser extremamente normativo, colocando como futuro uma expectativa constituída pelos valores do presente. Este também é um importante elemento a ser analisado não como objetivo, mas, muitas vezes, como cárcere.

Etapa 1

O(A) curinga pede para que os(as) participantes fechem os olhos e tentem entrar em contato com seu cotidiano. Quais são suas práticas que se repetem, quais são os encontros, como se dão suas relações com o tempo, com os objetos, como se sentem nessas vivências? Então, o(a) curinga os(as) guia através de perguntas, fazendo uma viagem pelo cotidiano dos(as) participantes e buscando colocá-los(as) em contato com a forma como essas vivências os(as) afetam.

A seguinte pergunta é essencial: como você se sente nesses encontros?

Etapa 2

Solicita-se que os(as) participantes identifiquem qual é o afeto mais presente em suas vivências cotidianas (amor, raiva, cansaço, inveja, preguiça) e pede-se que construam uma imagem estática que expresse este afeto. Coletivamente, analisa-se os elementos que surgiram, questionando: o que é comum ao grupo? O que os(as) participantes enxergam nessas imagens? O que imaginaram? O que ocorreu para a pessoa estar nessa situação? Qual história está sendo expressa pela pessoa através dessa imagem? São muitas as possibilidades de investigação. É preciso ter cuidado com o tempo caso queira explorar os outros aspectos promovidos pelas outras etapas.

Etapa 3

Pede-se, então, que se crie uma imagem de como a pessoa idealmente desejaria ser afetada, qual seu ideal. Analisa-se coletivamente os elementos dessas imagens: como a pessoa se sente? O que vocês imaginam que ocorreu para ela estar se sentindo assim?

Etapa 4

Em seguida, pede-se que façam uma transição entre a imagem do real e a do ideal. Explica-se que haverá sete palmas, e em cada palma será feito um movimento. Chama-se a atenção do grupo para reparar como seu corpo se move, que dificuldades insurgem, que movimentos parecem artificiais e quais parecem mais fluidos.

Etapa 5

Por fim, pede-se para que os(as) participantes, partindo de sua imagem real, agora em sete palmas, se movimentem sem que tenham que chegar à imagem ideal, deixando o corpo fluir no sentido que lhes é mais natural. O que surge de novo? O que nos surpreende? Quais as diferenças em relação ao ideal?

Etapa 6

Coletivamente, promove-se um espaço para que cada pessoa comente sobre sua experiência, compartilhando suas descobertas.

Criação de poesia/música.

Após alguma improvisação, de uma imagem ou de alguma técnica ou mesmo de um tema, pede-se que, individualmente, os(as) participantes escrevam palavras e frases, mobilizadas a partir de suas experiências. Elas não precisam fazer sentido, o ideal é que sejam anotadas mediante o fluxo de pensamento, isto é, sem julgar se a palavra ou a frase é boa ou ruim, se faz sentido ou não. Posteriormente, divide-se as pessoas em grupos. Cada participante lê o que anotou, e, coletivamente, criam uma poesia que pode ou não ser musicada.

No on-line, depois que cada um fez suas anotações, dividimos os(as) participantes em salas para que façam sua criação e a apresentem para o grupo. É necessário lembrar que há várias limitações com criações musicais. Assim, se forem criadas, é importante que contem com os possíveis atrasos de voz, evitando o canto em coro.

Variação:

Poesia coletiva no formato de uma história contada por muitos atores

Nesta variação, o grupo estará em círculo ou, no on-line, com seus nomes numerados nas telas. Dessa maneira, uma pessoa começa a poesia e a próxima a completa até que a última a finalize. É necessário lembrar que este é um trabalho coletivo, então se trata de uma poesia em conjunto, o que requer que cada um escute tudo o que foi dito com atenção. Pode-se propor um tema específico para esta atividade.

A imagem do som

Etapa 1

Forma-se um círculo com todos(as) os(as) participantes. Alguém vai ao centro do círculo. Todos(as) os(as) outros(as) participantes permanecem no círculo, se virando de costas para o centro e fechando os olhos. Para a aplicação no virtual, pede-se que todos(as) virem de costas para a tela e fechem os olhos.

Etapa 2

A pessoa no centro do círculo faz um movimento ou uma ação e um som que expresse uma emoção, uma atitude cotidiana ou uma sensação. Isso se repete duas vezes. As pessoas em volta a ouvem, de olhos fechados, e tentam identificar qual imagem poderia corresponder ao som ouvido.

Etapa 3

O(A) curinga solicita que os(as) participantes que estão no círculo se virem para o centro da roda, todos(as) ao mesmo tempo, e abram os olhos; então, junto às pessoas do centro, todos(as) fazem os movimentos que, em suas opiniões, correspondem às suas percepções sobre o som ouvido.

Etapa 4

Depois, somente a pessoa do centro repete a ação.

Dicas:

Antes de iniciar o jogo, pode-se explicar o que seria esse movimento e ação com som para que o grupo todo entenda já de início;

Pode haver uma variação temática, na qual um tema específico seja investigado. Esta variação depende da investigação que o grupo deseja fazer, que pode ser sobre gênero, saúde mental, normatividade, loucura, cotidiano, pandemia, entre outras questões. No caso da variação temática, sempre há um momento de conversa para analisar o que foi suscitado ao final do jogo. Costumam aparecer muitos estereótipos que são importantes para causar estranhamento e serem debatidos;

Na versão on-line, a pessoa que faz o gesto e o som fecha a câmera; assim, o grupo não pode vê-la, só ouvi-la. Ela repete 3 vezes o mesmo gesto ritmado com som. As pessoas do grupo podem ficar de olhos fechados e, depois da terceira repetição, executar os movimentos que imaginaram e associaram ao som que escutaram. Quando o(a) curinga der o sinal, as pessoas abrem os olhos e repetem todas ao mesmo tempo, fazendo o movimento rítmico que associaram ao som produzido. Fazem isso mais de uma vez, de maneira que possam fazer o seu movimento e observar ao grupo ao mesmo tempo. A pessoa que fez o gesto rítmico observa e, após a repetição do que o grupo imaginou, a que está no *spotlight* faz seu gesto para que o grupo possa ver;

Sempre seguimos com reflexões após este jogo.

Imagem da hora - investigando a rotina em tempos pandêmicos

Etapa 1

Inicia-se o jogo dizendo ao grupo que hoje será realizado um jogo para pensar não somente com as ideias, mas também com os afetos e com o corpo sobre nossa rotina. Para este jogo, precisamos primeiro saber o que é um gesto rítmico. Dessa forma, perguntamos se alguém pode exemplificar com seu corpo o que seria um gesto rítmico; pedimos, então, que todos(as) o repitam.

Etapa 2

Cada pessoa escolhe um lugar no espaço para pesquisar seus movimentos. No ambiente on-line, é preciso ver se há algum objeto que possa machucar, pois é necessário certo espaço para se movimentar. Caso o(a) participante na plataforma on-line esteja em um espaço muito pequeno, os gestos têm menor extensão.

Etapa 3

Em seguida, explica-se que serão feitos gestos rítmicos correspondentes ao que realizamos em determinada hora do dia. Cada pessoa no seu espaço (virtualmente, pede-se que deixem os microfones fechados), à medida que a pessoa-mediadora disser uma hora do dia, terá que realizar gestos rítmicos relacionados ao que

fazem em sua rotina nesse horário. Podem realizar o que vier no seu corpo, sem julgamento, mas com atenção para perceber o corpo e as emoções. O(A) condutor(a) passa, pois, a falar alguns horários ou momentos do dia.

Por exemplo: 8h; 10h; 12h; 15h; 18h; 20h; 23h; 3h. Também pode dizer: hora de comer; hora de dormir; hora de lazer; hora do trabalho; hora do remédio, etc.

Etapa 4

Analisa-se as sensações e reflexões que surgiram nesta experiência. Além disso, solicita-se que imaginem um futuro desejado, lembrando-lhes que, no teatro, é possível visitar o passado no presente e imaginar e viver, mesmo que teatralmente, o futuro desejado. Isso nos fortalece até para pensar em estratégias e táticas no presente para criar esse futuro.

Variação on-line:

Etapa 1

Fazer as ações, na plataforma on-line, com cada pessoa, investigando sua rotina. Todos(as) estarão juntos(as) e farão os movimentos ao mesmo tempo, sendo todos os momentos conduzidos pelo(a) curinga. Depois, pesquisa-se as ações e faz-se duas coreografias. Uma será relacionada a momentos de sua rotina em que você se sente mal, que te deixam triste, com raiva e com medo. A outra coreografia se referirá aos momentos da sua rotina que te deixam alegre e com energia.

Etapa 2

Apresenta-se os movimentos para o grupo, e este analisa o que percebeu nas ações, quais são os afetos envolvidos e quais acontecimentos o afetam e produzem essas emoções e ações.

Etapa 3

Depois, a pessoa que fez a coreografia faz um comentário. Incentiva-se que a pessoa pense em três ações que poderia testar no cotidiano para modificar o que a incomoda.

Dicas:

Destacar os afetos/emoções (fazer a ação e atentar a como se faz esta ação);

A imagem é polissêmica;

O(A) curinga pode perguntar se fazer essa atividade possibilitou alguma reflexão sobre outras maneiras de agir no cotidiano. Também pode questionar quais elementos do cotidiano cada participante gostaria de transformar;

Fazer as ações grandes, movimentos magnificados.

Criação coletiva

O que querem do futuro?

Etapa 1

Nesta proposta, para a criação coletiva, coloca-se uma música e pede-se que os(as) participantes anotem palavras, frases e/ou provérbios sobre o que desejam para sua rotina pós-pandemia. O que querem transformar? Como esse período de quarentena vai afetar o modo como você organizava sua rotina antes da pandemia? (Fizemos da pandemia um exemplo por causa do momento que vivemos; porém, pode-se questionar sobre o futuro.)

Etapa 2

Depois, divide-se os(as) participantes em grupos de, mais ou menos, quatro pessoas. Cada um lê o que escreveu sobre seu desejo pós-pandemia. Após todos(as) terem lido, o grupo, coletivamente, criará uma frase ou um texto curto que sintetize a ideia do que pensaram para a rotina futura. Podem utilizar um gif (imagem com ritmo) ou uma cena curta para compor com a frase/texto curto.

Etapa 3

Os grupos voltam a se reunir e depois apresentam suas criações. Ainda, reflete-se sobre a experiência, as mudanças das rotinas, os modos como a quarentena os(as) afetou, os desejos que foram produzidos etc.

Criação de vídeo

Esta atividade é de estética do oprimido.

Etapa 1

Solicitamos que o grupo realize um vídeo sobre "o que fazem as mãos". Pode ser em seu local de trabalho, na escola, em casa, dependendo do que se quer discutir na oficina. Você pode propor a criação de vídeos curtos com outros disparadores: "apresente seu trabalho", "faça um vídeo sobre os elementos que te incomodam no dia a dia", "faça um vídeo sobre elementos que te potencializam".

Etapa 2

Reflexão coletiva: após compartilhar os vídeos, pergunta-se: "o que mais te chamou atenção nos vídeos?".

Como eu me vejo?
Como os outros me veem?
Como eu gostaria de ser visto?

Etapa 1

Neste jogo, em um primeiro momento, cada pessoa faz um desenho respondendo a cada uma dessas perguntas: como eu me vejo? Como os outros me veem? Como eu gostaria de ser visto? Não pode haver palavras nos desenhos.

O que importa não é se as pessoas desenham "bem", mas como se expressam.

Também indica-se que os nomes de quem desenhou sejam escritos atrás dos desenhos e que se coloque números 1, 2 e 3, para se referir à sequência das perguntas. Os desenhos devem ocupar somente um lado da folha.

Etapa 2

Depois que todos(as) os(as) participantes terminarem seus três desenhos, estes serão expostos sem que os(as) integrantes do grupo saibam quem foi que fez cada um. A exposição pode ser, por exemplo, prender os desenhos em uma parede. Sugere-se que eles sejam divididos em três partes, acompanhando a sequência das perguntas.

Etapa 3

Todos(as) os(as) participantes observam todos os desenhos expostos, ainda sem comentar e sem dizer qual desenharam.

Etapa 4

Então, uma pessoa por vez vem à frente da exposição e faz uma imagem com seu corpo respondendo à pergunta número 1. Todos(as) analisam essa imagem. O mesmo é feito com o resto das perguntas. São feitas observações gerais em cada imagem.

Etapa 5

Depois de feitas e analisadas as três imagens, a pessoa as faz na sequência, e o grupo analisa a relação entre elas.

Etapa 6

Por fim, tenta-se descobrir qual desenho se relaciona melhor com a imagem que está exposta. Cada integrante do grupo pode ter uma opinião. Quando alguém tiver uma ideia, dirá qual desenho corresponde a cada imagem vista e expõe o porquê da escolha do desenho em relação à imagem corporal.

Etapa 7

Ainda, pode ser analisada a relação dos desenhos e das imagens depois que o grupo souber qual desenho corresponde a cada uma das três imagens.

Dicas:

Todos(as) os(as) participantes fazem a mesma dinamização na sequência acima;

É um jogo longo por causa das análises;

> **Cuidado com as observações expositivas que remetam ao julgamento de quem fez o desenho ou a imagem corporal;**

Se houver pouco tempo, pode-se fazer apenas as etapas de desenho, analisando-as coletivamente.

Dicas para o modo on-line

Na versão on-line, em cada etapa do jogo, pedimos que todos(as) mostrem seus desenhos e tiramos um *print* (foto da tela) para compartilhar a tela dessa foto e analisar coletivamente as imagens.

É importante ressaltar o cuidado na análise. O que queremos é descobrir algo sobre aquele(a) que desenhou, mas que reverberações as imagens provocam no grupo, o que faz recordar, que associações são realizadas etc. Esse cuidado é importante para que a atividade não se torne constrangedora.

Improvisação Rashomon

Esta improvisação nos permite refletir sobre como uma mesma história possui diversas versões, dependendo do ponto de vista de quem a está vivendo. Tal variação ocorre em razão das vivências diferentes de cada pessoa, do lugar que ela ocupa na sociedade, dos seus interesses. O jogo de improvisação parte de uma afirmação simples, como "ela deu um tapa na cara dele". Pede-se, então, que 4 participantes improvisem, criando as narrativas de cada um dos envolvidos no acontecimento. Por exemplo, como "ela" conta o que ocorreu? Como "ela" se justifica? E "ele", que recebeu a bofetada, o que "ele" conta? "Ele" a acusa? "Ele" diz que a culpa é dele? E se um vizinho cego escutou, como ele contaria? E se fosse um vizinho surdo que só viu a situação? Teríamos aqui quatro improvisações realizadas.

Abaixo há outras possibilidades de improvisações:

Felizes para sempre - Padre no dia do casamento, antes de se casar e dez anos após o casamento.

Ela deu uma tapa na cara dele - Ela, ele, um vizinho cego e um vizinho surdo.

Este homem roubou um saco de feijão - Segurança do mercado, testemunha e homem.

O coronavírus é um vírus chinês - Chinês, americano e um brasileiro com medo de se contaminar com o coronavírus.

O barulho vem da casa do vizinho - Mãe tentando fazer o bebê dormir, vizinho fofoqueiro e vizinho de onde vem o barulho.

O mercado foi assaltado - Dono do mercado, testemunha de defesa, polícia e assaltante.

Dicas:

O(A) curinga pode contar o tempo para cada narrativa;

É possível criar muitas outras situações como as dos exemplos. Sugerimos que possam identificar que *fake news*, que notícias em geral ou que situações mobilizam o grupo, pois talvez ajudem na criação de novas possibilidades de improvisações;

No on-line, sugerimos que sejam desligadas as câmeras ou que seja dado um *spotlight* a quem está improvisando.

Criação de cena

Etapa 1

Divide-se o grande grupo em grupos menores de 3 pessoas, e cada um(a) conta uma história na qual queria contar algo, pedir ajuda, mas não se sentiu escutado(a).

Etapa 2

O grupo escolhe uma situação e cria uma cena com três personagens:

1) uma personagem que conta algo importante e, por isso, tem uma expectativa de ser escutada;

2) uma personagem que não escuta o que está sendo dito (pensar sobre o que impede essa pessoa de escutar);

3) uma personagem que está presente ou que é acionada posteriormente (o que pensa sobre a situação, como escuta a situação). Esta cena pode usar figurinos e pode ser incentivada a não ser realista ou naturalista.

Etapa 3

Apresenta-se as cenas para o grupo. Depois da apresentação, o(a) curinga pede para que cada personagem narre o que ocorreu, como no jogo do Rashomon.

Etapa 4

Analisa-se as cenas com o grupo. Perguntas possíveis: quais distorções cada personagem exerceu sobre o acontecido? Quais afetos estavam presentes na narrativa? Eles influenciam? Como? Dificulta a escuta? Que elementos tornam mais crível ou não a narrativa de cada pessoa? Houve pré-julgamentos que foram compartilhados?

Dicas:

Reforçar que são personagens, e não a opinião dos atores; A cena precisa ter começo, meio e fim.

ACOLHIMENTO

Muitas vezes, essa sequência de exercícios pode suscitar lembranças que produzem certo sofrimento ou alegrias. Por isso, em geral, realizamos um acolhimento.

A despedida

Etapa 1

Pedimos para que cada participante diga algo de que gostaria de se despedir e algo que gostaria de recuperar de sua infância. Em seguida, todos(as) do grupo repetem "adeus.../bem-vinda...", como em "adeus, medo de apanhar" ou em "bem-vinda, vontade de brincar".

Dicas:

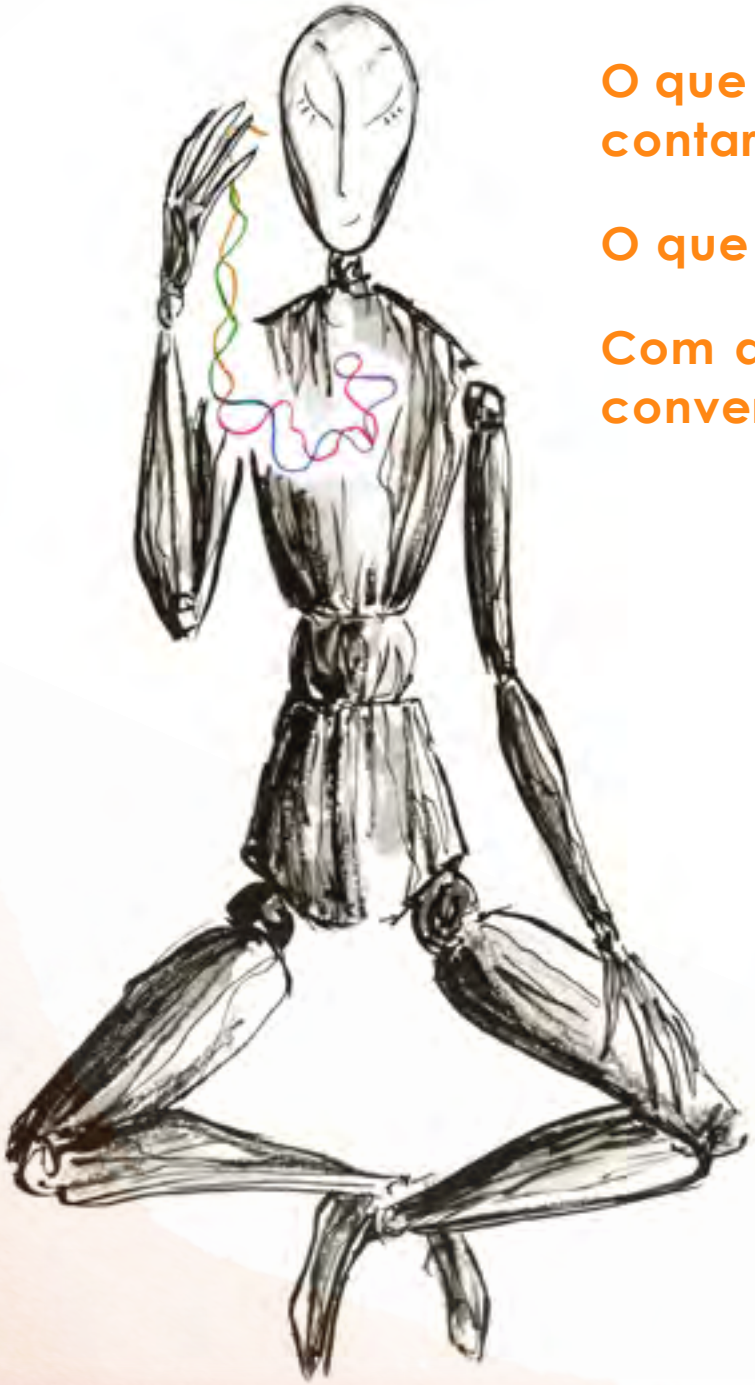
Pode-se fazer a imagem daquilo de que está se despedindo, assim como a imagem do que se está recuperando. Por exemplo, é possível fazer uma imagem do medo de apanhar e uma do brincar;

Não precisa ser do momento de infância, pode ser algo relacionado ao presente.

Fio no coração

Este é um bom jogo para finalizar processos e para momentos de acolhimento. Com ele, propomos uma escuta de nós mesmos. Frequentemente, não conseguimos escutar a outra pessoa, porque não nos escutamos, estamos cheios de emoções e pensamentos.

Então, pedimos que cada um encontre um lugar reservado no espaço em que estiverem (se for no modo virtual, é preciso desligar o microfone) e que imaginem um telefone com um fio que se conecta ao coração.



O que seu coração tem para te contar hoje?

O que você tem a dizer a ele?

Com a voz baixa, sussurrando, converse consigo mesmo(a).

Dicas:

As pessoas, se quiserem, podem partilhar com o grupo o que apreenderam nesta conversa;

As pessoas do grupo também podem desenhar sua vivência, partilhando, assim, o desenho com o grupo.

Eu estou aqui, eu estou te vendo

Este acolhimento é inspirado nos círculos restaurativos. Presencialmente, esta atividade é feita em círculo, e no virtual, é feita com a numeração de cada participante.

Presencialmente, uma pessoa se volta para a que está ao seu lado no círculo (ou para o número seguinte ao seu na tela), olha para ela e diz: "eu estou aqui". Enquanto isso, a pessoa ao lado olha nos olhos da segunda (virtualmente, faz-se com atenção e generosidade, como se olhasse no fundo dos olhos) e diz: "eu estou te vendo". Assim continua até a última pessoa, que faz com a que iniciou a atividade.

Esta atividade é sobre ser visto no grupo e sobre ver cada pessoa da maneira mais generosa possível.

REFLEXÃO SOBRE O PERCURSO E FINALIZAÇÃO DAS OFICINAS

É importante pensar em uma forma de encerrar sua oficina, proporcionando aos sujeitos um fechamento do ciclo que foi aberto, bem como uma reflexão sobre o todo que foi desenvolvido. Isso ajuda a sistematizar e a compartilhar os conhecimentos e as vivências que foram produzidos durante a oficina. Desse modo, é importante que haja espaço, na oficina, para a reflexão, mesmo que seja uma reflexão curta: “reflexão pílula”.

Reflexão final

Pede-se ao grupo que faça uma reflexão sobre o encontro ou sobre alguma coisa específica que queira compartilhar com o grupo. Para que seja sintético, sugerimos que se comece as frases com " eu descobri que...", por exemplo.

Palavra do dia

Cada um diz uma palavra de como foi o encontro. Escolhe-se uma das palavras, ou mesmo uma que não foi dita, mas que represente melhor as que foram faladas pelo grupo. Então, todos(as) saem do enquadramento da câmera. Conta-se até três e os(as) participantes, agora com os microfones ligados, voltam ao mesmo tempo e falam a palavra escolhida em forma de celebração. Esta atividade, no presencial e no virtual, apresenta algumas diferenças. Seguem as dicas:

Presencial

Etapa 1

Em círculo e de mãos dadas — mão esquerda para baixo e mão direita virada para cima —, pede-se que os(as) participantes falem bem baixinho a palavra escolhida pelo grupo e, olhando no olho das outras pessoas, caminhem para o centro, fechando o círculo.

Etapa 2

Abre-se o círculo novamente e, com o corpo ereto, falando em bom som, caminham ao centro, repetindo a palavra e se olhando nos olhos.

Etapa 3

Abre-se o círculo o máximo que puder, e quando estiver esticado ao máximo, podem bater os pés no chão, começar a pular, carregando energia para correr ao centro do círculo e, juntos, gritar a palavra escolhida.

Virtual

Pede-se que todos e todas saiam do vídeo, de forma que a pessoa não apareça no enquadramento da tela. O(A) curinga conta até três e, então, todos(as) insurgem diante da câmera, falando com entusiasmo a palavra do dia. Também pode-se solicitar que façam uma imagem junto com a palavra. Ainda, cada um pode demonstrar sua palavra e seu gesto no final, celebrando a diversidade de palavras do dia.

Palavra-dicionário

Nesta finalização, após a escolha da palavra final do dia, cada participante dirá, em outras palavras, o que significa a palavra escolhida, como um verbete de dicionário. Criaremos um dicionário do grupo com os significados desta palavra. Por exemplo: a palavra escolhida foi "escuta". Portanto, a primeira pessoa que falar vai dizer: "escuta, para mim, é empatia"; após isso, as próximas pessoas vão dizer apenas "e troca", "e aprendizado", e assim por diante. De forma cumulativa, a palavra "escuta" será tudo o que o grupo descreverá. Também pode-se pedir que realizem, junto à descrição da palavra, uma imagem. No fim, faremos a atividade da palavra do dia, mas cada um trará o gesto que escolheu enquanto associado ao significado que a palavra do dia tem para si no grupo.

VÍDEO DO PROJETO

“TEATRO SOCIAL DOS AFETOS NA SAÚDE MENTAL”

Acesse pelo Link

https://youtu.be/J2wJODzUwKg

ou pelo Código QR

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BOAL, A. Jogos para atores e não-atores. 8. ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2005.

BEZERRA, B. O normal e o patológico: uma discussão atual. In: Sousa, A. N.; Pitanguy, J. Saúde, Corpo e Sociedade. Rio de Janeiro: Editora UFRJ, 2006. (pdf)

CANGUILHEM, Georges. O normal e o patológico. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2015.

DUNKER C, Thebas C. A arte de perguntar. In: Dunker C, Thebas C. O palhaço e o Psicanalista: como escutar os outros pode transformar vidas. São Paulo: Editora Planeta do Brasil; 2019

FERNANDES, Kelly Cristina. Teatro social dos afetos. 2019. 291 f. Tese (Doutorado em Psicologia: Psicologia Social) - Programa de Estudos Pós-Graduados em Psicologia: Psicologia Social, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2019.

FIGUEIREDO, Luís Claudio. Cuidado, saúde e cultura: trabalhos psíquicos e criatividade na situação analisante. São Paulo: Escuta, 2014.

FOUCAULT, Michel. Vigiar e Punir: Nascimento da prisão. Petrópolis (RJ): Vozes, 1977.

GUIMARÃES, T.A.A. ROSA, L.C.S. Remanicomialização do cuidado em saúde mental no Brasil no período de 2010-2019: análise de uma conjuntura antirreformista. IN O Social em Questão - Ano XXII - nº 44 - Mai a Ago/2019 pg 111 - 138

MACHADO, Adriana Marcondes. Uma carta-luta aos que atuam na educação e na saúde. In Ceccim, Ricardo Buig; Freitas, Cláudia Rodrigues (Orgs). Remédios, medicamentos: o que a Educação tem com isso? Porto Alegre: Rede Unida, 2021. (pp. 315-324)

MAGIOLINO, Lavínia L.S. Afetividade e/na educação: sentir e expressar na experiência (est)ética - contribuições da filosofia espinosana. Filosofia da Educação - ISSN 1984-9605 - Volume 5, Número 1, 2013.

MELO, W. Nise da Silveira e o campo da Saúde Mental (1944-1952): contribuições,
embates e transformações. Mnemosine Vol.5, nº2, p. 30-52 (2009) – Artigos. IN: https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/mnemosine/article/view/41432/28701

SANTOS, E.S. JOCA, E.C. SOUZA, A.M.A. Teatro do oprimido em saúde mental: participação social com arte. COMUNICAÇÃO SAÚDE EDUCAÇÃO, 2016; 20(58):637-47

SAWAIA, Bader Burihan (org). Artimanhas da exclusão: uma análise ético-psicossocial da desigualdade. Petrópolis, RJ: Vozes, 1999.

SPINOZA, Benedictus de. Ética. Tradução Tomás Tadeu. 2ª ed. Belo Horizonte: Autêntica Editora, 2013.

VIGOTSKY, Lev S. Imaginação e Criação na Infância. Apresentação e introdução: Ana Luiza Smolka. Tradução: Zoia Prestes. São Paulo: Ática, 2009

SOBRE AS AUTORAS, COLABORADOR E CONTATOS

Para formações, oficinas ou para mais informações entre em contato conosco!

Kelly C. Fernandes

Kelly C. Fernandes, nome artístico Kelly di Bertolli, pesquisadora, mestre e doutora em Psicologia Social PUC-SP, teatro-educadora (USP), atriz (Strasberg Institute actor studio-NY) e psicanalista (CEP). Trabalha com Teatro do Oprimido desde 2001, atuando diretamente sob a orientação de Augusto Boal e CTO, em São Paulo, Rio de Janeiro e Nova York. É coordenadora na pós-graduação em Teatro do Oprimido e processos grupais na Psicologia Social. É parte e uma das fundadoras do Coletivo Garoa.

E-mail - kellydibertolli@gmail.com

Daniela Fontes Garcia

Daniela Fontes Garcia é psicóloga formada pela USP, especializada em Psicologia Social e Mestrando na área de Psicologia Escolar. É educadora popular e facilitadora de processos restaurativos. É formada pelo CDHEP e em economia solidária pela ITCP-USP. É cofundadora e atua com o Teatro do Oprimido desde 2010, junto ao Coletivo Garoa. Estuda Direção Teatral na SP escola de teatro. É coordenadora e professora da pós-graduação em Teatro do Oprimido e processos grupais na Psicologia Social.

E-mail - daniela.fontes.garcia@gmail.com

Elias Rezende

Elias Rezende é pós-graduado em Teatro do Oprimido e processos grupais na Psicologia Social. Praticante de teatro desde 2011, em 2014 passou a integrar o Coletivo Garoa como ator, músico, arte-educador e Curinga de Teatro do Oprimido. Em 2021, formou o grupo Teatro e Masculinidades, que se utiliza do Teatro Social dos Afetos e do Teatro do Oprimido para encontros apenas com homens e com um público misto.

E-mail - rezende.garoa@gmail.com

Coletivo Garoa

Formado em 2010, o Coletivo Garoa se constitui como um grupo teatral interdisciplinar que propõe uma pesquisa em arte, educação e psicologia, através de peças teatrais, experimentos cênicos, oficinas, formações e diálogos estéticos, a fazer uma reflexão crítica da sociedade e de seu processo histórico, assim como a produzir coletivamente novas ideias, afetos e práticas sociais concretas. Assim, constitui e atua em rede e em parceria com instituições, organizações, movimentos, associações para a produção de transformações sociais.

Instagram - @coletivogaroa

Facebook - coletivo garoa

E-mail - garoacoletivo@gmail.com