

UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS

Centro de Artes

Curso de Teatro - Licenciatura



Trabalho de Conclusão de Curso

**MICHAEL CHEKHOV E SUA TÉCNICA PSICOFÍSICA
DESAFIANDO OS SENTIDOS NO AMBIENTE ESCOLAR**

Paula da Cruz Brandão

Pelotas, 2014

Paula da Cruz Brandão

Michael Chekhov e sua técnica psicofísica desafiando os sentidos no ambiente escolar

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Centro de Artes da Universidade Federal de Pelotas, como requisito parcial a obtenção do título de Licenciatura em Teatro.

Orientadora: Prof.^a Me. Moira Beatriz Albornoz Stein

Pelotas, 2014

Paula da Cruz Brandão

Michael Chekhov e sua técnica psicofísica desafiando os sentidos no ambiente escolar

Trabalho de Conclusão de Curso aprovado, como requisito parcial, para obtenção do grau de Licenciatura em Teatro, Curso de Teatro - Licenciatura, Universidade Federal de Pelotas.

Data da Defesa: 1º de dezembro de 2014.

Banca examinadora:

Prof.ª Me. Moira Beatriz Albornoz Stein

Doutor empela Universidade

Prof. Dr. Paulo Germany Gaiger

Doutor em Ócio de Pontenciala Humano pela Universidade “Universidad de Deusto”, Bilbao, Espanha. Reconhecido no Brasil pelo PPG/FACED/UFRGS como doutorado em Educação.

Prof. Dr.ª Vanessa Caldeira Leite

Doutor em Educação pela Universidade Federal de Pelotas, Faculdade de Educação – FAE.

Dedico este trabalho à minha família, em especial às mulheres, por sua bravura de viver: às bisavós paterna e materna, Leonídia dos Santos David (*in memoriam*) e Elodina dos Santos Siqueira (*in memoriam*); às minhas avós paterna e materna, Sélia David Brandão (*in memoriam*) e Adi Siqueira da Cruz; à minha mãe Maria Rosângela da Cruz Brandão; às minhas tias paterna e materna, Vera David Brandão (*in memoriam*) e Maria Roselaine da Cruz Haical.

Agradecimentos

A Deus, por ser a força Onipotente, Onipresente e Onisciente em minha existência.

Aos meus pais, Luiz A. D. Brandão e Maria Rosângela da C. Brandão, pelo amor incondicional, pela confiança em meu potencial e pelo incentivo constante ao meu trabalho em busca de meus sonhos.

Ao meu namorado, Laerte Pedroso de Paula Jr., pessoa a qual admiro por sua história de vida e batalha pela educação, e que esteve sempre ao meu lado.

Aos meus irmãos, Viníceos e Diógenes da C. Brandão, por estarem presentes desde que nasceram, me apoiando com sua amizade e conselhos.

À minha cunhada, Sabrina Vieira Bandeira, por ter me dado junto ao Viníceos, um presente chamado Olívia, o qual me inspirou a cada dia para a conclusão deste trabalho.

À cunhada, Ruth Rafaela Lima, pela atenção com minha saúde durante o processo de digitação, e pelo suporte emocional.

À minha família e aos amigos, por terem colaborado, em seu tempo e de sua maneira, com essa conquista, e por compreenderem o motivo de minha ausência física.

Aos meus professores – mestres – doutores, que são um exemplo de vitória para a arte-educação.

À minha orientadora, Prof.^a Moira Stein, por seu empenho, por sua parceria, e pelo zelo com as revisões textuais.

À diretora, às coordenadoras, aos funcionários e aos alunos do I.E.E.A.B., pela recepção e dedicação à pesquisa.

Eternamente, grata.

O ator deve trabalhar a vida inteira, cultivar seu espírito, treinar sistematicamente os seus dons, desenvolver seu caráter; jamais deverá se desesperar e nunca renunciar a este objetivo primordial: amar sua arte com todas as forças e amá-la sem egoísmo.
(Constantin Stanislávski)

Resumo

BRANDÃO, Paula da Cruz. **Michael Chekhov e sua técnica psicofísica desafiando os sentidos no ambiente escolar**. 2014. Trabalho de Conclusão de Curso, Curso de Licenciatura em Teatro, Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, 2014.

A pesquisa deste escrito é mais um indicativo do papel que a arte-educação exerce na formação básica dos alunos, e um olhar para a possibilidade e a necessidade de implantação do estudo da prática teatral no currículo integral das escolas. Baseia-se num trabalho realizado com a técnica psicofísica do ator, diretor e pedagogo russo, Michael Chekhov, no período de estágio com uma turma, e em projeto extraclasse com alguns alunos, do 1º EMP3, do Instituto Estadual de Educação Assis Brasil, enfatizando o trabalho de preparação do ator em busca da construção de personagem. Para isso, foram desenvolvidos com os alunos, os exercícios psicofísicos de expressão corporal, com impulsos volitivos e qualidades de movimento, gesto psicológico e improvisação, objetivando uma interpretação que contemple as quatro qualidades da criação artística apontadas por Chekhov. A aplicação da técnica ocorreu nas aulas, durante o estágio e o projeto extraclasse, realizada com intuito de despertar nos alunos o seu “eu criativo” por meio da *imaginação* e da *individualidade criativa*. Simultaneamente, a pesquisa foi uma forma de observação do espaço que a arte teatral pode significar na vida escolar juvenil. Aborda as dificuldades perpassadas em sala de aula, assim como os resultados da experiência teatral com a técnica desenvolvida na escola. Atenta para a diversidade em nossos dias, num trabalho de respeito à formação de identidade, na qual os alunos ainda se encontram, os incentivando sempre à ideia de que são agentes ativos no processo de construção de uma sociedade mais justa. Os efeitos da prática desenvolvida demonstraram que apesar dos jovens estarem em processo de formação de identidade, além de se disponibilizarem à prática teatral, durante os ensaios e exercícios cumpriram as propostas sugeridas com a técnica psicofísica, desenvolveram sua criatividade e alcançaram corpos extra-cotidianos.

Palavras-chave: *educação; teatro; Michael Chekhov; técnica psicofísica; “eu criativo”*.

Abstract

BRANDÃO, Paula da Cruz. **Michael Chekhov and his psychophysical technique challenging the senses in school environment.** 2014. Coursework, Licentiate Degree in Acting and Theater Arts, Federal University of Pelotas, Pelotas, 2014.

This paper aims to analyze the role which art-education takes on fundamental schooling, and also looking forward to the possibility and necessity of implanting theatrical studies in schools' full content's program. It is based on a work made under, actor, director, and Russian educator, Michael Chekhov's psychophysical approach, during the graduation training in a extra class project with a group of students from 1st EMP3 in State Educational Institute Assis Brasil, focusing on the actor's preparation seeking the persona/character's construction. To achieve this, psychophysical exercises on body language, volitional impulse and movement qualities, psychological gestures, and improvisation were developed with students, aiming an interpretation which contemplates the four qualities on artistic creation pointed by Chekhov. The technical applicability took place during the classes in the graduation training period, in an extra class project, intending to awaken self-creativity in students, through imagination, and creative individuality. At the same time, the research was a way of observing the space which theatrical art may take on juvenile schooling. It touches on the difficulties experienced in the classroom, as well as the results obtained through the theatrical experience techniques developed in the school. It regards to the cultural diversity on an everyday basis, with due respect to identity formation, in which students still are on their way to find, encouraging them to the idea that they are active on the process of construction of fairer society. The effects through the developed practice showed that, despite the young learners being in a process of identity formation, they not only were willing to practice theatrically, during the rehearsals and exercises, they also fulfilled all the suggested propositions by the psychophysical techniques, and developed their creativity and reached out-of-daily-bodies.

Key-words: *education; acting; Michael Chekhov; psychophysical technique, "self-creativity".*

Sumário

1	Introdução	11
2	Michael Chekhov e a técnica psicofísica	15
2.1	A importância do trabalho de improvisação	22
2.2	Caminhos para construção da personagem	26
2.2.1	Corpo imaginário, centro imaginário e atmosfera	26
2.2.2	O gesto psicológico	32
2.3	Contribuição da técnica chekhoviana para a formação de atores e não atores	36
3	A prática teatral no contexto escolar do Instituto de Educação Assis Brasil	38
3.1	O desafio de teatralizar com o 1º EMP3	41
4	Experiência extraclasse: 6 encontros	47
4.1	Desencantando as condições para o trabalho extraclasse	47
4.2	Projeto extraclasse	48
5	Conclusão	52
	Referências	55
	Apêndices	57
	APÊNDICE A	58
	1º PLANO DE AULA	58
	APÊNDICE B	65
	2ª PLANO DE AULA	65
	APÊNDICE C	69
	3ª PLANO DE AULA	69
	APÊNDICE D	77
	4º PLANO DE AULA	77
	APÊNDICE E	84
	5º PLANO AULA	84
	APÊNDICE F	88
	6º PLANO DE AULA	88
	APÊNDICE G	94
	Plano de Aula do Estágio II	94

APÊNDICE H.....	98
Questões sobre a prática teatral e a experiência com a técnica psicofísica.....	98
Anexos.....	99
ANEXO A.....	100
Exercício 5 – Paisagem marinha.....	100
ANEXO B.....	102
Exercício 10 – <i>Bloqueados</i>	102
ANEXO C.....	104
Imagens do Estágio II.....	104
ANEXO D.....	105
ANEXO E.....	106
Imagens do Projeto Extraclasse – Chekhov na Escola.....	106
ANEXO F.....	107
ANEXO G.....	108
GP da personagem Patrícia – Aluna-atriz Beatriz.....	108
ANEXO H.....	109
GP da personagem Julia – Aluna-atriz Fernanda.....	109
ANEXO I.....	110
GP da personagem Vanessa – Aluna-atriz Stéphane.....	110
ANEXO J.....	111
Respostas das questões localizadas no “APÊNDICE H”.....	111
ANEXO K.....	115
Figura de um GP, do Livro <i>Para o Ator</i> , página 92.....	115

1 Introdução

Para que pudesse elaborar e digitar estas linhas, conheci o trabalho do diretor-pedagogo russo Michael Chekhov¹, durante leituras sobre o que motivaria minha pesquisa no trabalho de conclusão de curso. Deparei-me com um texto de Chekhov sobre “O Gesto Psicológico”, do livro *Para o Ator*, que o professor Rodrigo Ruiz nos indicou como leitura complementar, no quarto semestre, durante a disciplina de História do Teatro IV. Debrucei-me na leitura e decidi vincular o estudo do TCC ao Estágio II. Ou melhor, trabalharia a técnica chekhoviana durante as aulas com os alunos do Ensino Médio, e observaria em relação à arte-educação, como a técnica pode ativar sua imaginação na construção da personagem; e em se tratando de cidadania, se seria possível movimentar energia e emoções, a ponto de que, através do teatro, compreendessem seu “eu criativo” e seu lugar na sociedade como agentes transformadores de suas próprias vidas, sujeitos ativos na improvisação diária para a construção de uma sociedade mais justa.

Pensando na importância da arte-educação através do teatro e o possível crescimento dos alunos com as experiências artísticas, resolvi desenvolver o trabalho com a técnica chekhoviana no período de estágio (disciplina de Estágio II) com os jovens do 1º EMP3 do I.E.E. Assis Brasil², aplicando os exercícios com a turma durante os encontros semanais. A técnica consiste em preparar o ator/aluno a construir sua personagem, mas antes de tudo, possibilita uma harmonização interior com sua realidade exterior, estimulando o autoconhecimento e o trabalho coletivo. Está ligada com a Antroposofia³, de Rudolf Steiner, porque Chekhov era um estudioso

¹ Michael Chekhov foi um ator, diretor e professor russo. Teve por mestre Stanislávski, o qual o inspirou a criação de suas técnicas. Entre suas obras, destacam-se o livro *Para o Ator*, cujo trabalho reúne conceitos sobre a arte teatral, técnicas e seus respectivos exercícios, sendo um encorajamento aos atores e ‘simpatizantes’ pela carreira teatral. CHEKHOV, Michael. *Para o Ator*. 4ª ed. – São Paulo: Martins Fontes, 2010.

² Instituto Estadual de Educação Assis Brasil, escola que a graduanda desenvolveu o Estágio II. Localizado na rua Antônio dos Anjos, 296, cep: 96.020 – 700, no bairro Centro, na cidade de Pelotas, RS. Contato telefônico: (53) 3227 9099.

³ “É uma ciência espiritual moderna e prática, desenvolvida pelo filósofo austríaco Rudolf Steiner (1861 – 1925), que propõe uma forma livre e responsável de pensar, de perceber a realidade e de atuar, observando e respeitando o ser humano e a realidade na qual está inserido. Esta ciência pode permear o dia-a-dia como atitude, como visão de mundo e como possibilidade de trabalho e diversas áreas da vida humana: saúde, educação, agricultura, artes, convívio social, entre outras”. http://institutorudolfsteiner.org.br/?page_id=10.

de sua filosofia. Rudolf Steiner define a Antroposofia como "um caminho de conhecimento para guiar o espiritual do ser humano ao espiritual do universo". Considera que o homem é capaz de aumentar sua consciência e deliberar sobre seus pensamentos e ações, ou seja, tornar-se um ser "espiritualmente livre".

A proposta foi introduzir tais conteúdos para que o aluno pudesse entrar em contato com o teatro, não somente de uma forma teórica, como também prática. Assim, colaborando para uma melhor compreensão por parte dos aprendizes sobre a importância dessa arte, tanto para sua formação escolar quanto para a vida. Os conteúdos que discorreremos nos capítulos a seguir estão compilados no livro *Para o Ator*, do russo Michael Chekhov, e são eles: *individualidade criativa*; exercícios com qualidades de movimento: *modelagem, flutuação, voo e irradiação*; *corpo e centro imaginário* e, principalmente, os *GP's (gestos psicológicos)*. Acredita-se que as técnicas reunidas proporcionariam liberdade criativa para a obtenção de melhor desempenho na preparação do ator/atriz (nesse caso, os alunos do Ensino Médio) para construção de personagem, já que os objetivos e conteúdo dos planos de aula englobavam que concluíssem o estágio através da encenação de dramaturgias criadas por eles próprios em sala de aula. Entretanto, ao terminar o período de estágio, ficou acertada com alguns alunos sua participação na continuação da pesquisa, após as férias, pois não tivemos tempo para concluir o desenvolvimento da técnica chekhoviana contemplando na íntegra o conteúdo previsto no plano de ensino.

Abordaremos mais adiante sobre as experiências nos diferentes períodos e o crescimento de cada aluno (a) durante o processo.

O tema da pesquisa envolveu o desafio de compartilhar conceitos e ensinamentos, entre eles o *GP*, com não-atores, que talvez tivessem somente aquela oportunidade de vivenciar teatro no universo escolar e/ou durante suas existências. Por me interessar em conhecer indivíduos com histórias diversas, no período que abrangeu o estágio e a respectiva pesquisa, observei suas aptidões através da criatividade e/ou limitações que alguns, ao longo do processo, se depararam, mas por meio de bom senso, intuição e técnica, nós pudemos somar uns aos outros.

Como me utilizei de uma técnica específica para o desenvolvimento do trabalho, os objetivos da pesquisa englobaram a criação das dramaturgias, nas quais os alunos construíram suas personagens para encenação ao término do estágio. Durante o projeto extraclasse, o objetivo também foi analisar sobre o "como" os alunos criavam através de sua imaginação criativa, ativada pela técnica chekhoviana, porém

trabalhamos muito os exercícios de improvisação para a construção de cenas. O importante nos exercícios com a técnica psicofísica é a promoção do sentimento de coletividade por meio do trabalho de improvisação, fator que permitiu o relacionamento entre os alunos-atores e a afinidade necessária para o conjunto improvisador.

Pretendi com a pesquisa responder algumas questões, entre elas: “O que uma abordagem corporal possibilita alcançar com os alunos durante os encontros?”; “Como os alunos-atores deram forma a sua criatividade e a sua imaginação, ou seja, quais os conteúdos da técnica que preferiram trabalhar rumo aos resultados?”; e, “Houve mudanças no comportamento dos alunos durante sua rotina?”. Para isso, trabalhamos com os exercícios chekhovianos, estímulos de músicas variadas e contemporâneas, e conversas sobre o momento dos alunos e sobre questões que ativassem o senso crítico dos alunos frente aos acontecimentos atuais.

Os resultados foram obtidos através da minha observação em aula durante os exercícios que eles realizavam; por meio de registros fotográficos e filmagens que me possibilitaram perceber ainda mais os detalhes; e pela compreensão dos seus relatos verbais e escritos.

Conjeturando e encorajando a pesquisa do TCC, destacarei as sábias palavras de Mario Osorio Marques:

O escrever é isso aí: interlocução. Quais os interlocutores nesse ato aparentemente tão pessoal, solitário, reservado, silencioso? Os possíveis leitores que, parecendo tão distantes, já me espionando, indiscretos e metidos; os amigos a quem vou mostrando o que escrevo; os muitos autores que vão enriquecendo a listagem de minhas referências bibliográficas; os que estão com a mão na massa das práticas que busco entender. Por fim, porque influenciado por todos os demais, eu, escrevente em diálogo comigo mesmo e ao mesmo tempo primeiro da fila (em vez de ficar tranquilo em meu canto). (MARQUES, 2008, p. 26-27).

Tal citação me fez refletir a respeito de um pensamento de Michael Chekhov, exposto no livro *Para o Ator*, capítulo 10, *Como abordar o papel*. Na passagem pelas páginas 177-179, o autor comenta sobre a importância do público imaginário para a definição do *superobjetivo* da peça. Ele diz que o público deve ser consultado durante a criação da obra, ou seja, é interessante que o autor, os atores e o diretor façam perguntas a esse público a fim de alcançar uma interpretação mais clara sobre a peça, pois considera os espectadores coautores ativos da *performance*. Chekhov afirma que

a cooperação genuína constrói a relação de intimidade necessária para a compreensão do *superobjetivo*, sendo o público o possuidor do termômetro psicológico da peça, devido ao fato de não somente analisar, e sim, vivenciar a essência da mesma, relacionando-a ao valor ético captado. Assim, o público sente a peça com o coração e não com o cérebro, o que o faz reagir imediatamente durante as cenas. Por isso, é válido consultá-lo antes da estreia ou apresentação porque sua psicologia é livre da interpretação do próprio autor. (CHEKHOV, 2010, p. 174 - 179).

Em relação ao Estágio II, desde o momento da primeira observação em sala de aula, encontrei-me a pensar o objetivo, o conteúdo e a metodologia da aula especialmente para aquele determinado público. De alguma forma, eles são os espectadores, para os quais levava uma obra nova a cada encontro. Ao elaborar os planos de aula, acordar pelas manhãs e sair para dar aula para o 1º EMP3 era movida por um *superobjetivo educacional*: “É possível introduzir a arte teatral na escola como uma mola transformadora de histórias?”. Porém, durante o processo chamado aula é preciso estar ciente de que o plano (ou roteiro) poderá ser modificado, devido ao contexto do dia/semana daquele grupo. Então, a improvisação é acionada, tanto quanto a obra poderá ser mudada.

Creio ser válida a comparação dos pensamentos dos dois escritores comentados acima, pelo fato de que por melhores ou mais fiéis interpretações que nós autores tenhamos, essas são mutáveis no instante em que as compartilhamos.

Portanto, a participação do *interlocutor imaginário* (porém, real) é única, visto que ao escrevermos e convidarmos os interlocutores para participarem dos diálogos durante a escrita, somos conscientes de que o trabalho começa a ser entregue “a outros”, e estes poderão recriar nosso texto no âmbito da interpretação. Deste modo, constata-se a importância do *interlocutor imaginário* para a escrita e do *público imaginário* para a arte teatral.

2 Michael Chekhov e a técnica psicofísica

Michael Chekhov nasceu em São Petersburgo, Rússia, no ano de 1891. Era sobrinho do dramaturgo Anton Chekhov. Atuou como diretor, ator e professor no Teatro de Arte de Moscou, sendo um dos melhores alunos de Constantin Stanislávski⁴. Chegou a liderar o “2º estúdio”, mas teve divergências com seu mestre em relação à técnica da memória emotiva (1ª fase). O *gesto psicológico* se assemelha ao conceito de Stanislávski na fase das ações físicas (2ª fase), no qual diz que a repetição da ação moverá as características físicas e psicológicas da personagem. Ação física não é uma criação vazia ou apenas um movimento plástico, é uma ação autêntica influenciada por um objetivo e uma intenção da personagem, que se converterá numa ação psicofísica. O ator deve recordar a ação física para a interpretação, pois as experimentações com a memória emotiva demonstraram que as emoções podem tornar-se um meio instável porque independem de nossa vontade, além disso, pode não ser interessante para os atores ficarem lembrando e relembando emoções intensas para lhes inspirar um bom desempenho em cena. A divergência no pensamento de Stanislávski e Chekhov para o ponto de partida na construção da personagem, se dá porque para Stanislávski, o ator deve “partir de si próprio”, da sua memória e vivência, ao passo que, para Chekhov o ator deve partir de sua imaginação criativa, ou seja, da sua capacidade de compor características físicas e psicológicas para sua personagem.

Deve-se trabalhar outras formas ou técnicas para uma interpretação de êxito, sem precisar acionar a memória emotiva. Inclusive, o próprio Chekhov, quando aluno de Stanislávski, no primeiro estúdio, improvisou uma cena na qual o personagem sofria pela morte de seu pai. Stanislávski elogiou a atuação de Chekhov, mas ficou desapontado por ele não ter utilizado a “memória afetiva”. Sua proposta de buscar uma memória pessoal verdadeira estava sendo questionada, pois Chekhov não se utilizou do sentimento de tristeza associado ao mesmo fato. Seu pai não havia morrido, estava apenas enfermo. Chekhov, através da imaginação, trouxe uma emoção similar de sofrimento, confrontando a proposta do mestre. Este episódio fez

⁴ Stanislávski, Constantin (1863-1938) foi um importante diretor-pedagogo russo da história teatral. Presenteou-nos com seus métodos e longos estudos na área, entre eles: *A preparação do ator*; *A construção da personagem*; *A criação de um papel*; *Minha vida na arte*.

parte do processo de desenvolvimento do método das ações físicas, posteriormente adotado por Stanislávski.

Mesmo refugiado durante três décadas entre Europa e EUA, continuou sua pesquisa sobre a abordagem psicofísica da arte de atuar. Organizou sua técnica sobre atuação no livro *Para o Ator*. Seguindo o exemplo de seu mestre, também constituiu uma metodologia, porém esta é de uma atuação que sistematiza um trabalho prático com ênfase na “inspiração”. Para ele a “inspiração” do ator é a base de seu trabalho e deve ser comandada por uma técnica eficaz. A inspiração considerada um impulso que nos encoraja e nos move a agir de determinada maneira, por acreditarmos que, inspirados, alcançaremos o ideal ou o objetivo. A inspiração a que Chekhov refere-se é a inspiração artística, aquilo que o artista suspeita “poder ser”, e influenciado por tal, age. Chekhov (2010, p. 109) diz que “para criar por inspiração devemos adquirir consciência de nossa própria individualidade”.

Então, nosso mestre nos deixa algumas dicas para a conquista de uma boa atuação/interpretação. Tratarei sobre alguns princípios contidos na técnica chekhoviana, antes de falar nos *GP's*.

Dissertarei sobre as quatro qualidades de movimento, denominadas por Chekhov como *modelagem*, *flutuação*, *voo* e *irradiação*. Os exercícios com essas qualidades liberam no corpo e na mente do ator, a capacidade de concentração ao se movimentar, pois sua atenção é redobrada para que se execute a qualidade determinada.

A *modelagem* está presente nos exercícios realizados com a qualidade de *moldar*. Como se o ator estivesse moldando, esculpindo no ar qualquer movimento que faça. São movimentos definidos, sinalizando formas claras. Os exercícios para desenvolver a modelagem são vários, resumidamente, citarei alguns passos do exercício 3, do livro *Para o Ator*, que exemplificam e sintetizam a ideia de Chekhov neles contida. E assim, procederei em relação aos próximos exercícios sobre os conteúdos chekhovianos. Então os passos para o exercício 3, de *modelagem* são: 1º) Realizar com todo o corpo, fortes e amplos movimentos, dizendo a si mesmo (2010, p. 10): “À semelhança de um escultor, eu *moldo* o espaço que me cerca. No ar a minha volta deixo formas que parecem ser cinzeladas pelos movimentos de meu corpo.”; 2º) Ao criar formas fortes e definidas, pensando no começo e final de cada movimento, repetir a si mesmo (2010, p. 10): “Agora, *começo* meu movimento, que cria uma forma”, e depois de completá-lo: “Agora, *terminei-o*; a forma aí está.”; 3º) Assim (2010,

p. 10): “[...] pense e sinta seu próprio corpo como uma forma móvel. Repita cada movimento muitas vezes [...]” até se tornar livre, mais claro e expressivo. Deve-se imaginar o ar em volta como um meio de resistência; 4º) Reproduzir esses movimentos com diferentes partes do corpo, exemplo: moldar o ar com os ombros, joelhos, mãos, dedos, etc. Evitar a tensão muscular. Num primeiro momento, fazer os movimentos sem imaginar um *centro* no peito, após algumas repetições, fazer com o *centro imaginário*; 5º) Voltar aos movimentos naturais e tarefas cotidianas, utilizando o centro imaginário, pode-se usar objetos, os quais serão manipulados com energia; 6º) Mais uma vez, fazer os movimentos simples e usar o poder de modelagem que existe no corpo, os enviando para as mãos e dedos ao realizar os movimentos. Quando o ator estiver bem treinado, não criará mais no palco, movimentos e falas informes ou vazios e sem desenvoltura. (CHEKHOV, 2010, p. 10 – 11).

A *flutuação* é a qualidade que produz movimentos leves e mais lentos. Nos exercícios utilizados se percebe como os atores deixam seu corpo e voz influenciarem-se pela sutileza e tranquilidade. É como se o ator estivesse “andando na lua”. Seu caminhar e toda movimentação serão alterados por essa qualidade de *flutuar*. Para o exercício com *flutuação*, seguimos os seguintes passos de Chekhov, aqui resumidos: 1º) Na primeira etapa, trabalhar movimentos largos e amplos, utilizando todo o corpo, em seguida, realizar os movimentos naturais, e por fim, exercitar-se somente com as mãos e dedos; 2º) Pensar e falar em voz alta (2010, p. 12): “Meus movimentos estão *flutuando* no espaço, fundindo-se suave e belamente uns aos outros.”; 3º) (2010, p. 12) “[...] imagine o ar a sua volta como uma superfície aquática que o sustenta e à tona da qual seus movimentos deslizam facilmente”. 4º) “Mude as cadências e faça pausa de tempos em tempos”. Esse exercício lhe proporcionará uma sensação de calma, estabilidade emocional e conforto psicológico. (CHEKHOV, 2010, p. 12 – 13).

O *voo* traduz-se também por movimentos leves como os de *flutuação*, podendo ser mais rápidos na execução ou estáticos sem perder o vigor e o sentimento de estar pairando nas alturas. O desafio é driblar o ar em volta e superar o peso do corpo. Os movimentos com o *voo* possuirão a qualidade de *voar*, sendo assim, mais diretos com a permissão de variar o vigor físico. Para isso: 1º) (2010, p. 13) “Imagine todo seu corpo voando através do espaço”; 2º) Pode-se aumentar as cadências ao movimentar-se; 3º) Realizar o *voo* novamente, mas agora com movimentos largos e amplos, passando aos gestos naturais. Ao executar os movimentos cotidianos, certificar-se da preservação de sua autenticidade e simplicidade. Chekhov afirma que (2010, p. 13)

“uma sensação de jubilosa leveza e desenvoltura impregnará todo seu corpo”. (CHEKHOV, 2010 p. 13).

A *irradiação* define-se pelo ato de *irradiar*, que o ator realiza através da imaginação. Ou seja, quando Chekhov fala em irradiação, está falando em lançar (2010, p. 14) “os *raios* do seu corpo para o espaço em sua volta, na direção do movimento que estiver fazendo, e depois de o movimento ter sido executado”. *Irradiar* é enviar a energia que sai do corpo do ator como um impulso interior para encher todo espaço, inclusive tocar os espectadores no dia da peça. A *irradiação* é a energia em movimento, é a vontade que incita o ator a realizar a ação antes mesmo de ser realizada concretamente. Primeiro se tem o impulso de ir até a mesa, e então, no pensamento a ação foi realizada através da vontade de ir. Quando realmente caminhar, não esquecendo de deixar o rastro de luz por onde passar, o ator estará *irradiando* ao concretizar a ação, porém ele já havia a realizado no plano invisível, no plano da imaginação. Esse exercício confere ao ator uma forte presença cênica.

Essas quatro qualidades de movimento também colaboram com o trabalho de construção de personagem, que trataremos mais adiante, no que concerne a composição das características psicofísicas.

Chekhov afirma que o ator deve ser uma obra de arte em movimento. Toda a obra de arte possui quatro qualidades: *desenvoltura, forma, beleza e integridade*. A desenvoltura proporciona leveza ao corpo e ao espírito do ator, o tornando articulado no palco; se define, segundo Chekhov (1985, p. 48 apud Varotto, 2005, p. 27) como a “[...] habilidade de expressar as coisas de uma maneira clara e fácil na sua constituição física e psicológica” Ou seja, o ator não pode levar peso para a interpretação, a não ser que seu personagem tenha essa característica ou o tema da peça, caso contrário, os movimentos pesados e fala inflexível impedirão a força criativa do artista. Chekhov diz:

[...] Nunca se confundirão as qualidades da personagem com as do próprio intérprete como artista, se este tiver aprendido a distinguir entre *o que representa* (o tema, a personagem) e *como fazê-lo* (o modo, a maneira de representar). (CHEKHOV, 2010, p. 16).

Os movimentos pertencentes à *desenvoltura* têm a leveza por qualidade. Podem ser aplicados os exercícios que trabalham com as qualidades de movimento *voo* e *irradiação*.

A *forma* é o segundo requisito de uma obra de arte. Revela a habilidade de expressão, ou seja, se o artista expressa com nitidez a intenção estética de sua obra. Para a interpretação ter caráter de clareza é necessário que os movimentos e gestos, e a expressão do artista/ator sejam claros. Isso significa que um ator precisa ter condições de mostrar através de seu corpo e seus movimentos o que está querendo realmente dizer para o público que o assiste. A característica *forma* refere-se ao *como* o ator interpreta a temática almejada, levando em consideração o entendimento do artista sobre o que significa a *forma*.

[...] *Como* este o interpreta dependerá de até que ponto é completo e perfeito seu sentimento de *forma*. A tendência para a clareza de forma é evidente mesmo nas obras inacabadas e nos *sketches* dos grandes mestres. Criar com formas nítidas, precisas, é uma habilidade que os artistas em todas as áreas podem e devem necessariamente desenvolver em alto grau. (CHEKHOV, 2010, p. 17).

Os exercícios indicados são os que utilizam a *modelagem* e a *flutuação*.

O terceiro atributo acrescido à criação artística é a *beleza*. Chekhov esclarece que (2010, p. 18) “a verdadeira beleza tem suas raízes no *íntimo* do ser humano, ao passo que a falsa beleza está apenas no exterior”. A beleza é sutil, tem dois lados, o positivo e o negativo. A beleza se expressa esteticamente, e deve ser interpretada mais intuitivamente que analiticamente, e por estar ligada ao íntimo do ser humano tem caráter psicológico. Aqui o que importa para a interpretação do ator é a distinção entre *o que* e *o como*, entre o *tema* e o *modo*, entre a personagem e a situação, levando em consideração o bom senso do artista em relação ao conceito de beleza e bom gosto que possui.

Quando uma ação, um gesto ou um movimento vem de um impulso interior do artista, isso se evidencia esteticamente para os espectadores tanto com a propriedade fisiológica, como principalmente, com a psicológica.

Para que a interpretação tenha *beleza*, independente do que for ser representado no palco, é necessário verificar-se a harmonia entre corpo e intenção estética e a clareza nas ações. O ator poderá interpretar um mendigo manco e sujo, porém *quem* aparentemente é considerado feio pode ser visto como belo, devido à precisão da essência e à verdade cênica da personagem. Quer dizer, quando a intenção de um tema, uma personagem ou uma situação é expressa esteticamente através da interpretação dos atores, o resultado é o envolvimento e a inspiração do

público. É como se a atmosfera fosse envolvida por ondas que embalam e carregam os espectadores junto com a peça.

[...] A beleza com que semelhante tema é interpretado transforma a fealdade em sua ideia; por trás do particular assoma então o arquétipo, e este apela principalmente, de imediato, para a mente e o espírito do espectador, em vez de lhe destemperar os nervos. (CHEKHOV, 2010, p. 18).

Os exercícios indicados para a *beleza* partem da observação a todos os tipos de beleza, em seres humanos, na arte e na natureza. A seguir, é mister questionar-se por que se considera ou se impressiona com tais tipos, considerando-os belos. Isso possibilitará que se aprimore o senso de beleza em seu interior, pois o fato de exercitar a observação sobre a beleza se converterá em hábito, tornando-o capaz de apreciar a beleza que existe em toda a parte.

Para os exercícios corporais aconselha-se que se inicie com movimentos simples e amplos que surjam do seu íntimo até que seu corpo esteja impregnado de *beleza* e você se satisfaça esteticamente. Trabalhe com o *centro imaginário* dentro de seu peito e, igualmente, com a *modelagem*, a *flutuação*, o *voo* e a *irradiação*. O ator poderá falar e fazer movimentos simples do seu cotidiano, enaltecendo a elegância. Recomenda-se evitar movimentos de dança, e movimentar-se em frente ao espelho, pois somente se adquire uma qualidade superficial. (CHEKHOV, 2010, p. 19 - 20).

O quarto e último é a *integridade*, que caracteriza o trabalho daquele artista que desde os ensaios se integra no todo da peça. Ou seja, o êxito da interpretação de um ator se dá devido sua capacidade de relacionar e conectar sua personagem de uma cena à outra, independentemente de sua atuação em todas as cenas da peça. É preciso conhecer o papel de sua personagem e ter uma visão do seu papel em todas as cenas. Para isso, ao realizar a primeira cena pensa-se na seguinte ou na última, e vice versa, numa harmoniosa integração das partes com o todo. Isso capacita o ator a entender melhor cada detalhe de seu papel e seguir a *principal linha de acontecimentos*. A consequência do trabalho será a atenção e a compreensão do público em relação à intenção estética pretendida. Eis o alerta de Chekhov:

[...] O malogro ou a incapacidade para relacionar uma parte com o todo poderá tornar o papel desarmonioso e incompreensível ao espectador. (CHEKHOV, 2010, p. 20).

Para a qualidade *integridade*, além dos exercícios com *irradiação* por prioridade, recomenda-se o *Exercício 9*, página 21 à 22, do livro *Para o Ator*, de Michael Chekhov, que também desenvolve a imaginação e a memória do ator.

Resumirei o referido exercício em etapas. Na primeira etapa, o ator poderá recapitular os eventos/situações do dia que passou, destacando os momentos mais completos (acontecimentos que tiveram início, meio e fim). Chekhov ressalta para fazer “de conta que são cenas separadas de uma peça”. Define-se o início e o fim, relembando as cenas repetidamente em sua memória. A seguir, uma delas se destacará como uma *entidade* e, então, combinar-se-á às outras como uma *integridade*.

Na segunda etapa, o ator desenvolverá o exercício com momentos mais longos, preferencialmente de sua vida pretérita, e em seguida, tentará prever o futuro em relação a suas ideias e seus objetivos.

Na terceira etapa, o ator poderá fazer o indicado acima com a vida e com o destino de personagens históricas e com peças de teatro. Ainda observará as coisas (qualquer ser vivo visível, imagens arquitetônicas, paisagens, etc.) suas formas e objetivos, olhando-as como formas inteiras por si. Encontrará dentro delas as partes separadas, destacando-as como quadros completos. “Imagine como sendo colocadas em molduras, de modo que se assemelhem a fotos instantâneas ou seções de um filme”. Pode-se realizar esse processo com uma música, através do sentido audição. Perceba o tema, as frases como unidades separadas e a relação da variação existente em cada unidade com o tema da música. As imagens obtidas e suas relações se parecem com as cenas separadas de uma peça e a relação das mesmas com o todo.

A conclusão do exercício vem com a etapa em que separa-se a sala em duas partes: uma será a dos bastidores (ou coxia) e a outra será o próprio palco. O ator aparecerá para o público imaginário como um *começo significativo*, falará duas frases da sua personagem e sairá como um *final definitivo*. Para Chekhov, o objetivo do exercício é que o ator (2010, p. 22): “Apreenda todo o processo de aparição e desaparecimento como uma integridade em si mesma”. Ele conclui sobre os meios facilitadores para o alcance da qualidade *integridade*, sendo eles o senso claro do começo e do final e a compreensão nuclear e imutável da personagem, mesmo que haja mudanças da mesma ao decorrer da peça. Assim se verifica:

[...] Um senso agudo do começo e do final constitui apenas um meio de desenvolver o sentimento de *integridade*. Um outro meio consiste em conceber sua personagem como *imutável em seu núcleo*, apesar de todas as transformações que possa sofrer na peça. (CHEKHOV, 2010, p. 22).

Sucintamente, essas são as qualidades que todo artista deve conter em sua criação artística. Uma obra de arte é considerada esplêndida quando possui a harmonização entre as quatro qualidades referidas, sendo elas: *desenvoltura, forma, beleza e integridade*. O ator possui como seu material de construção cênica, o corpo e a fala, e estes devem estar impregnados das qualidades, por serem seus instrumentos no palco. Segundo Chekhov, o corpo do ator (2010, p. 16) “[...] deve tornar-se uma peça de arte em si mesmo, deve adquirir essas quatro qualidades, deve vivenciá-las interiormente.”

2.1 A importância do trabalho de improvisação

Neste espaço, abordarei os possíveis caminhos trilhados para a construção da personagem, que dizem respeito aos exercícios com os conceitos e os conteúdos da técnica psicofísica.

É necessário - antes de dissertar sobre *corpo e centro imaginário, atmosfera e gesto psicológico* - que se fale sobre a importância do trabalho coletivo e sobre a improvisação, tão frisados por Chekhov.

Sabemos que quando existe um grupo, este precisa ser integrado ou bem afinado entre si. Os grupos são compostos por pessoas com pensamentos diversos e com sua própria identidade, porém com um objetivo em comum que os une. Por isso, o ingrediente primordial para um bom desempenho e bom relacionamento entre os componentes ou membros do grupo, deve ser o respeito e a tolerância. Ainda mais, quando unidos por um ideal e/ou criação coletiva. Assim ocorre com a produção teatral. Para exercícios de improvisação, por exemplo, é necessário que os atores se conheçam e estejam atentos um ao outro, durante os ensaios e em cena.

Conforme Chekhov, um *ensemble*⁵, grupo de atores que formam (2010, p. 49) “um conjunto improvisador, vive num processo de dar e receber”. A improvisação não

⁵ Palavra de origem francesa; traduzida designa grupo de atores, trupe, companhia; unidade ou conjunto de peças complementares buscando um único efeito.

poderá ser realizada se algum membro do grupo se isolar do *ensemble*. Chekhov diz que (2010, p. 48) “o ator deve desenvolver em seu íntimo uma sensibilidade para os impulsos criativos dos outros”. Portanto, o ator deve estar atento ao parceiro de cena, pois qualquer indicação, seja um olhar, um movimento, uma pausa, uma entonação nova ou inesperada, um suspiro, uma mudança de ritmo, ou até mesmo um esquecimento ou engano da fala, pode ser um impulso criativo para que os outros improvisem. (CHEKHOV, 2010, p. 49).

O ator carece desenvolver o *sentimento de ensemble*. Ou seja, deve se preparar para ser consciente da presença individual de cada componente do *ensemble*. Esse sentimento é ativado realizando um exercício simples, todavia individual.

O exercício começará com cada ator repetindo o seguinte texto:

O conjunto criativo consiste em indivíduos e nunca deve ser por mim considerado uma massa impessoal. Aprecio a existência individual de cada um dos presentes nessa sala e, em minha opinião, eles não perdem sua identidade. Portanto, estando aqui entre meus colegas, nego o conceito geral de “Eles” ou “Nós” e, em vez disso, digo: “Ele e Ela, e Ela e Eu”. Estou pronto para receber quaisquer impressões, mesmo as mais sutis, de cada um que participa comigo neste exercício, e estou pronto para reagir a essas impressões harmoniosamente. (CHEKHOV, 2010, p. 50).

Antes de partir para improvisação em grupo, os atores formam uma relação entre eles, através do olhar, de cumprimentos e pequenas interferências corpóreo-vocais, para que estabeleçam os meios psicológicos, principalmente, objetivando a afinidade profissional e não apenas pessoal. É aconselhado por Chekhov que não sejam priorizados os aspectos negativos ou o jeito antipático de algum colega, e muito menos que o ator seja afetuoso demais com outro no palco, pois isso pode tirar o foco. É incentivado que se descubra os aspectos mais atraentes e as melhores qualidades do grupo.

A seguir, o grupo reunido decide sobre a improvisação. Definem uma sucessão de ações simples. Mas ao começar a improvisação, não devem comentar qual ação específica foi decidida por cada um. Devem ir fazendo ao mesmo tempo sua ação. Provavelmente, haverá muitas partidas até se chegar à ação comum. Para nosso mestre, (2010, p. 50) “O objetivo é que todos os membros selecionem e executem a mesma ação, ao mesmo tempo, sem acordo prévio ou sugestão de qualquer espécie”.

O importante é que os atores aprendam a se relacionar uns com os outros, e entendam o real valor de observar os parceiros de cena em prol do trabalho coletivo.

Existem mais exercícios, sobre os quais falarei resumidamente, que contemplarão a improvisação em grupo. No primeiro exercício, o *tema* será definido em linhas gerais, ou seja, será escolhida previamente uma situação e/ou determinado local. O grupo decidirá em relação à demarcação do cenário e seus respectivos objetos e elementos cênicos, além disso, distribuirão entre eles os papéis de cada ator. Nesse exercício, não se definirá enredo, nem sucessão de eventos, exceto, o estabelecimento dos momentos iniciais e finais, e o acordo da duração da improvisação. Outra dica importante, é que os diálogos de alguns não sejam monopolizadores, ou melhor, que os atores tenham falas objetivas para que não percam o sentido em busca de perfeição. Certamente, será preciso realizar uma segunda improvisação com o mesmo exercício, devido à confusão de articulações entre o grupo, apesar de já terem estabelecido um senso de unidade coletivo. Mesmo com o caos que poderá ter ocorrido, Chekhov ressalta alguns avanços, como:

[...] Mas cada um receberá um certo número de impressões oriundas de seus parceiros. Cada um reconhecerá as intenções dos outros com o propósito de criar e desenvolver a situação dada, sentirá seus estados de espírito e conjecturará as concepções deles sobre a cena imaginada. Também conhecerá suas próprias intenções não concretizadas, seu fracasso em amoldar-se ao enredo, seus parceiros, etc. Todas essas coisas, entretanto, *não* devem ser discutidas; os membros do grupo farão imediatamente uma outra tentativa para realizar a mesma improvisação, confiando ainda no senso de unidade e no contato que estabeleceram entre si. (CHEKHOV, 2010, p. 52).

A ideia para a segunda improvisação do mesmo exercício será que os membros não tenham medo de se arriscarem em alterações (até mesmo nas partes que mais gostaram de sua atuação na improvisação anterior), e que não sejam repetitivos, investindo em novas resoluções cênicas para a cena que deverá se encaminhar para um *esquete*⁶. É essencial que o grupo, mesmo improvisando muitas vezes o mesmo *sketch*, consiga manter sua clareza e definição de começo e final.

⁶ O termo *esquete* significa “uma peça de curta duração, geralmente caráter cômico, produzida para teatro, cinema, rádio ou televisão. O termo em inglês com o mesmo significado é *sketch*. [...] Os atores ou comediantes possuem forte capacidade de improvisação. Os temas para os esquetes são variados, mas geralmente incluem paródias sobre política, cultura e sociedade [...]”. (<<http://www.significados.com.br/esquete/>>)

Assim que a improvisação adquirir a aparência de um *sketch* bem ensaiado, os membros do grupo poderão decidir torná-lo mais interessante, adicionando algumas necessidades – atmosfera, caracterizações, diferentes ritmos -, as quais podem ser todas introduzidas, uma de cada vez. (CHEKHOV, 2010, p. 53).

O segundo exercício envolverá a escolha de uma cena de alguma peça jamais assistida – no palco ou na tela -, nem interpretada por algum componente do grupo. Os papéis serão distribuídos pelos membros do *ensemble*. Decidirão quem será o diretor, o qual deverá ler e interpretar exatamente o começo e o final da cena para todos. Após conhecerem o conteúdo da mesma, improvisarão a parte intermediária. Não é necessário que decorem as falas exatamente como estão escritas, para encenar basta ter compreendido a ideia da cena. Caso memorizem as falas, não devem reter de declamá-las como tais. Deve-se evitar a superficialidade, sendo fiéis aos seus impulsos criativos e intuição. Logo mais, poderão improvisar levando em consideração as caracterizações das personagens, contudo somente se esse for um desejo insistente. Quando chegarem ao final da cena, o “diretor” encenará do início ao ponto intermediário, momento ao qual os atores continuarão a improvisar até o final. De acordo com Chekhov (2010, p. 54), “[...] preenchendo as lacunas passo a passo, logo estarão aptos a interpretar a cena inteira, [...], mantendo sempre a *psicologia do conjunto improvisador*”.

Esse exercício, além de ter como objetivo a percepção do ator sobre o conhecimento e a riqueza de sua alma artística, o convencerá de que ele pode trabalhar uma peça de verdade, seguindo as orientações do autor e diretor, e ainda assim, se sentirá livre para improvisar, convertendo sua nova capacidade em uma *segunda natureza*.

Chekhov conclui o capítulo 3, de seu livro *Para o Ator*, com uma advertência:

Se enquanto improvisa, você começa a sentir que está ficando insincero ou afetado, pode ter certeza de que isso resulta da interferência de sua “lógica” ou do uso excessivo de palavras desnecessárias. Deve ter a coragem de confiar completamente em seu espírito improvisador. Siga a sucessão psicológica de eventos interiores (sentimentos, emoções, desejos e outros impulsos) que lhe falam desde as profundezas de sua individualidade criativa e não tardará em convencer-se de que essa “voz interior” que possui nunca mente. (CHEKHOV, 2010, p. 55).

Todos aqueles que no meio teatral vivem, ou algum dia se relacionaram com ele, obtendo algum tipo de experiência, devem ter percebido a situação advertida pelo mestre russo. Os próprios iniciantes passam por isso, mesmo sendo intensos e disponíveis às propostas. Essa sensação de falsidade cênica, que em algum momento já vivenciamos como atores, pode ser contida se tivermos foco e concentração em nossa personagem e na cena como um todo, pensando sempre que o *ensemble* é formado por vários atores com impulsos criativos variados e constantes. Porém, para alcançarmos uma improvisação verossímil é preciso que estejamos afinados com o grupo e com a proposta da cena que nos foi entregue.

2.2 Caminhos para construção da personagem

2.2.1 Corpo imaginário, centro imaginário e atmosfera

Para alcançarmos uma personagem determinada a convencer o seu próprio ator-criador, diretor, autor e a plateia, faz-se necessário praticar diversos exercícios da técnica psicofísica.

Chekhov nos chama atenção, dizendo:

[...] Toda e qualquer arte serve ao propósito de descobrir e revelar novos horizontes de vida e novas facetas nos seres humanos. Um ator não pode dar a seu público novas revelações se apenas se mostrar invariavelmente ele mesmo no palco. Como avaliar um autor teatral que em todas as suas peças se dramatiza a si mesmo, persistentemente, como o protagonista, ou um pintor que só é capaz de criar auto retratos? (CHEKHOV, 2010, p. 99).

Existem alguns conceitos essenciais que um ator deve conhecer. Dois deles são *corpo* e *centro imaginário*. Entende-se por *corpo imaginário*, a imagem de corpo que o ator imagina em sua mente, através da *imaginação criativa*, e permitirá que habite em seu próprio corpo. Ou seja, o *corpo imaginário* da personagem vestirá o corpo do ator, ou se preferir, o ator se vestirá do *corpo imaginário* criado por ele mesmo, ao exercitar sua imaginação. Michael Chekhov definiu o exercício da seguinte maneira:

Você imaginará que no mesmo espaço que ocupa com seu próprio corpo real existe um outro corpo – o corpo imaginário de sua personagem, que você acabou de criar em sua mente. (CHEKHOV, 2010, p. 101).

A partir dessa experimentação, o ator perceberá que seu corpo passa a se transformar e, aos poucos, vai assumindo as características físicas e psicológicas de sua personagem. Chekhov ressalta a seguinte comparação: quando vestimos trajes diferentes, assumimos uma postura diferenciada. Se vestirmos um *smoking* não teremos o mesmo comportamento e a mesma movimentação ao vestirmos um roupão (ou *hobby*). Ele ainda nos explica que (2010, p. 101) “[...] essa adoção da forma física imaginária da personagem influencia dez vezes mais fortemente a psicologia do ator do que qualquer roupa!”.

O ator poderá iniciar exercitando seu corpo imaginário apenas com uma ou algumas partes de seu corpo, como por exemplo, braço ou pernas, e ainda atribuir-lhe qualidade e ritmo ao movimento, balançando lentamente ou esticando rapidamente. Esses movimentos trarão tipos diferentes de personagens, por isso o ator deverá lembrar-se que todo seu ser está envolvido na transformação da personagem a ser interpretada. Deve-se ter paciência com o processo de aperfeiçoamento da personagem e cuidar para que não haja exageros com as inspirações em relação ao novo corpo. Os ensaios com falas e situações da personagem só deverão acontecer quando o ator sentir-se plenamente livre, verdadeiro e natural.

Para Chekhov (2010, p. 102): “O efeito do corpo imaginário será fortalecido e adquirirá muitos matizes inesperados se lhe for adicionado o *centro imaginário*”. O *centro imaginário* é um ponto escolhido pelo ator em seu próprio corpo, que ajudará a desenvolver a força da personagem no corpo imaginário, assim possibilitando a irradiação de energia e intenções através de sua movimentação. Por exemplo, se o ator escolher o centro imaginário no peito, esse ponto terá a concentração de energia do ator e o impulsionará a mover-se, como se puxado por tal ponto. Resumidamente, *corpo* e *centro imaginário* influenciam diretamente na presença cênica do ator.

O *centro imaginário* pode ser localizado onde o diretor e o ator resolverem que for mais coerente para o momento, na construção de determinada personagem. O centro poderá estar localizado no peito, como exemplificado anteriormente, e o ator não perceberá tanta mudança. Mas se decidir mudar o centro para outro lugar subitamente, como a cabeça, perceberá que seus movimentos, sua voz e psicologia

se transformarão. Então, poderá atribuir qualidades para a personagem. Chekhov elucida assim:

[...] Para um homem sábio, digamos, você deve imaginar o centro em sua cabeça como grande, brilhante e irradiante, ao passo que, para um tipo estúpido, fanático ou intolerante de pessoa, você deve imaginar um centro pequeno, tenso e duro. Você deve estar livre de todas as restrições ao imaginar o centro de muitas e diferentes maneiras, desde que as variações sejam compatíveis com o papel que está desempenhando. (CHEKHOV, 2010, p. 103).

Os centros podem ser colocados no abdome, na ponta do nariz, em um de seus olhos, em frente aos seus olhos, nos fundilhos de sua calça, no coração, como também, pode ser um centro oscilante que percorrerá um ponto ao outro em seu corpo. Só experimentando para saber as mudanças corporais e diversas possibilidades de composição de personagem através desses exercícios.

Percebe-se que a observação e a imaginação apresentam-se com enorme poder na construção da personagem. Tanto pelos exercícios de observação do comportamento humano e as diferentes atitudes que determinados indivíduos possuem, quanto pela materialização, através do *centro* e *corpo imaginário*, das personagens criadas em mente, pela imaginação criativa do ator. É aconselhável que se exercite a observação das pessoas em sua volta para saber como determinadas personagens agiriam, porém não se deve cair na reprodução idêntica desses tipos. Melhor será exercitar a imaginação criativa, baseados nas informações que se tem sobre sua personagem. Importante ainda, ressaltar que os exercícios com *corpo* e *centro imaginário* podem ser usados junto ou separadamente, porém sempre ajudarão na criação da personagem.

Nesse âmbito, temos ainda a caracterização da personagem, que significa defini-la através de uma *característica pequena ou peculiar da personagem*. Chekhov afirma:

Uma caracterização ou característica peculiar da personagem pode ser qualquer coisa inata na personagem: um movimento típico, um modo especial de falar, um hábito recorrente, uma certa maneira de rir, caminhar ou vestir um terno, uma forma insólita de segurar as mãos, uma inclinação singular da cabeça, e assim por diante. Essas pequenas peculiaridades são uma espécie de “retoques finais” que um artista aplica a sua criação. (CHEKHOV, 2010, ps. 105, 106).

A caracterização deve derivar da composição psicológica da personagem. Não pode ser criado um gesto ou palavra típica, por exemplo, sem que esteja ligada com a psicologia e todo o ser da personagem, caso contrário, seria inverossímil.

O que dizer sobre *atmosfera*? O que se entende por *atmosfera* da peça ou da cena?

A ideia de uma peça produzida no palco é o seu *espírito*; sua atmosfera é sua *alma*; e tudo que é visível e audível é seu *corpo*. (CHEKHOV, 2010, p. 57).

Primeiramente, a atmosfera no mundo real pode ser sentida em todos os espaços, tempos e eventos. Atmosfera pode significar os sentimentos que envolvem determinado ambiente ou local. Refere-se ao ambiente moral e ao espaço social. Para identificar a atmosfera de algum lugar é preciso nomear as qualidades que envolvem o ambiente e as sensações experimentadas pelo ser psicofísico desde o momento que chegou. Perguntar-se qual foi sua primeira impressão, e o que continuou sentindo, pode ser uma dica. Mas com certeza a atmosfera que nos envolve pode transformar o humor e influenciar as atitudes das pessoas que ali se encontram.

A atmosfera também pode ser mudada. Quando se está em um ambiente tranquilo e, de repente, devido a situações causadas por alguém ou por eventos naturais, se passa da tranquilidade para confusão, que o faz sentir certo desconforto ou peso emocional. Como exemplo, podemos citar duas situações: na primeira, você está numa festa em família de repente convidados de algum parente seu se envolvem numa discussão que desestabiliza a harmonia do ambiente e interfere no comportamento das demais pessoas. Outra situação seria um ambiente que vibra energia positiva para o universo, através de pessoas que estão meditando. Inesperadamente, o tempo começa a virar, se escutam trovões e relâmpagos, e um vento forte começa a varrer o que está na rua com violência. Logo mais, falta a energia elétrica, devido a galhos de uma árvore que caíram sob os fios do poste dessa casa. Evidente que esse ambiente, antes calmo, tornou-se conturbado, ou no mínimo, as pessoas passaram a vibrar com muita adrenalina. Claro que é possível alguém ter autocontrole tamanho para manter o equilíbrio, porém são raríssimos os casos.

A *atmosfera* constitui uma marca indispensável para o trabalho de construção da personagem porque traz à evidência o clima ou a energia que as personagens

envolvidas na cena estão vibrando; retrata as vibrações em que a situação da cena está pautada. O significado para *atmosfera*, segundo Michael Chekhov:

Sabe-se que o domínio da arte é, primordialmente, o domínio dos sentimentos. Seria uma boa e verdadeira definição dizer que a atmosfera de cada obra de arte é seu *coração*, sua *alma sensível*. Por conseguinte, é também a alma, o coração de todas e de cada *performance* no palco. (CHEKHOV, 2010, p. 63, 64).

Chekhov nomeia a *atmosfera* da cena de *sentimentos objetivos*, e os *sentimentos individuais* das personagens chama de *sentimentos subjetivos individuais*. Há essa diferença porque os *sentimentos objetivos* estarão em contraposição com os *sentimentos subjetivos da personagem*. Numa cena, as personagens podem ter sentimentos diferentes em relação a uma situação dada, porém será inevitável que duas *atmosferas* (sentimentos objetivos) coexistam. Ou seja, um grupo de pessoas, todas possuindo sentimentos subjetivos individuais, envolvidos por uma atmosfera de alegria, chega a sua classe, na qual iniciará uma aula entediante. A *atmosfera* da aula é de tédio, e poderá causar sonolência e desânimo nos alunos. Uma *atmosfera* terá que prevalecer, e será a mais forte. Provavelmente, se os alunos ficarem até o término da aula, serão afetados pelos sentimentos objetivos daquele ambiente, deixando a *atmosfera* em que antes estavam envolvidos.

A ilustração acima, pode tranquilamente ser encenada e o diretor, atores e espectadores serão tocados pela *atmosfera*. Aliás, se numa cena estiverem atores com uma boa técnica corpóreo-vocal, e todo cenário e iluminação estiverem alinhados com o tema, mas a cena não conter uma *atmosfera*, ou os elementos cênicos não produzirem os efeitos dos *sentimentos objetivos*, a encenação ficará mecânica e vazia e não terá o poder de arrebatá-lo o público. O público que percebe a *atmosfera* da peça é envolvido por ela e passa a emanar aos atores ondas de amor e satisfação estética, por se sentirem parte da cena. A interação entre ator e espectador com a compreensão da intenção estética é que faz acontecer o teatro, por isso, a plateia precisa participar do encontro teatral “ativamente”.

Listarei alguns passos para exercitar a compreensão da *atmosfera* na criação da personagem, de acordo com a técnica psicofísica: 1º) Observar a atmosfera na vida real e reproduzi-la, podendo alterar situações pela imaginação criativa; 2º)

Imaginar uma situação presenciada e transformar para cena, e em seguida, lhe atribuir diferentes *atmosferas*; 3º) Criar *atmosferas* em volta sem nenhuma circunstância dada; 4º) Movimentar-se e falar em harmonia com a *atmosfera* criada, seja ela qual for; 5) Agora, imaginar circunstâncias adequadas para *atmosfera* criada; 6º) Imaginar cenas da literatura, da história e de peças teatrais, identificando suas respectivas *atmosferas* para interpretá-las; 7º) Organizar numa “tabela” as *atmosferas* criadas; 8º) Concretizar movimentos dotados de qualidades-sensações-sentimentos. 9º) Não esquecer, além de escolher e exercitar a *atmosfera* das cenas, de atentar para a *atmosfera global* da peça. (CHEKHOV, 2010, p. 69, 74).

Nas páginas 70 à 72, do livro *Para o Ator*, de Michael Chekhov, os atores são incentivados a nomear as qualidades para um movimento da personagem. Todavia, para que não fiquem em dúvida em relação a que qualidade escolher para certo personagem, o ator poderá exercitar-se com várias qualidades, por exemplo: abatimento, arrogância, cautela, cólera, paixão, etc. A qualidade de cautela para o movimento despertará através da vontade, os sentimentos cautelosos na personagem. Após algumas repetições com essa qualidade, o ator estará agindo cautelosamente por ter se impregnado de sentimentos de cautela, incorporando uma personagem cautelosa. A qualidade estimula os sentimentos do ator, que são alcançados pela vontade de se movimentar cautelosamente. As qualidades poderão ainda despertar uma gama de sentimentos na personagem. O mestre russo comenta:

Qualquer posição do corpo pode ser impregnada de qualidades, exatamente como qualquer movimento. Tudo o que você precisa fazer é dizer a si mesmo: “Vou ficar de pé, sentar-me ou deitar-me com esta ou aquela qualidade em meu corpo”, e a reação virá imediatamente, convocando um caleidoscópio de sentimentos a partir do mais íntimo de sua alma. (CHEKHOV, 2010, p. 72).

Chekhov diz que (2010, p. 64) “O ser humano normal possui três principais funções psicológicas: pensamentos, sentimentos e impulso volitivos”, baseados nisso, entendemos que para não sermos considerados máquinas ou robôs, essas três funções devem estar em harmonia. Pois quando ocorre desequilíbrio entre as funções é fato que o ser humano terá problemas ou causará atritos com os que o cercam. Se imaginarmos um ser humano frio e calculista, que não se sensibiliza com os acontecimentos ao seu redor e evita o convívio social para não se envolver com as pessoas, será considerado um ser insensível, como se não tivesse sentimentos e senso de coletividade. Esse indivíduo tem seus sentimentos desconectados dos

pensamentos e impulsos volitivos, pois para Chekhov (2010, p. 64) “Nossos sentimentos harmonizam nossas ideias e nossos impulsos volitivos. Não apenas isso; eles modificam, controlam e aperfeiçoam as ideias e os impulsos, tornando-os ‘humanos’”. (CHEKHOV, 2010, p. 64).

2.2.2 O gesto psicológico

Chamemos-lhe *Gestos Psicológicos* (doravante citado como GP's), porque seu objetivo é influenciar, instigar, moldar e sintonizar toda a sua vida interior com seus fins e propósitos artísticos. (CHEKHOV, 2010, p. 84).

Os *GP's* são gestos arquetípicos, ligados a nossa vida interior, diferentemente dos gestos usuais ou naturais, que são os gestos cotidianos e que não ocupam todo nosso *corpo, psicologia e alma*, assim como o *GP*, que toma essa “trindade” inteiramente.

Quando o ator iniciar o trabalho de busca ao *GP* de sua personagem deverá lembrar-se que os *GP's* devem conter vigor físico, serem fortes, capazes de estimular sua força de vontade, mas jamais serem produzidos por meio de tensão muscular. Aliás, em todos os exercícios psicofísicos, Chekhov alerta para o cuidado com o excesso de tensão muscular durante os movimentos realizados. Mesmo que a personagem seja violenta ou se utilize de força física, o ator mostrará esse vigor com certa tensão muscular, mas a que deverá prevalecer é a força psicológica contida no gesto criado.

Já na construção de uma personagem mais fraca, não quer dizer que o gesto perderá força, e sim, que se acrescentará e realizará esse gesto com a qualidade física e psicológica de fraqueza, para que tal sentimento atinja o psicológico do ator e sua força de vontade torne sua personagem com características de fraqueza.

Por isso, os *GP's* devem ser simples, tendo uma forma clara e definida. Se o ator ainda não tiver definido e/ou se apropriado da forma do *GP* de sua personagem, poderá agir com imprecisão no palco, e não convencerá sobre a essência de seu papel e sobre a psicologia de sua personagem.

O *GP* possui também ritmo adequado à personagem que se deseja alcançar. Quando o ator realizar o mesmo *GP* com diferentes ritmos, perceberá que suas qualidades, sua força de vontade e sua suscetibilidade a diferentes nuances serão

alterados. Ao fazer um *GP* em ritmo diferente, é como se mudasse a energia da personagem e seus objetivos, o que facilita às mudanças de humor que o ator queira atingir para sua personagem, nas cenas ou situações variadas durante uma peça. O ritmo é importantíssimo para os *GP's* na construção da personagem e das cenas que esta atua.

O ator não deve buscar o *GP* de sua personagem analisando somente o texto e as indicações que o mesmo lhe dá a respeito das características físicas e psicológicas da personagem. É interessante que leia o texto, mas não o estude intensamente. Assim, poderá escolher um caminho mais produtivo e rápido, chamado método do *GP* para estudo e composição das características da personagem. Não será preciso que conheça o texto na íntegra e tenha esmiuçado sua personagem, pois a *intuição*, a *imaginação criativa* e a *visão artística* que o ator possui contribuirão com a mínima ideia que se obteve por meio de uma simples leitura ou indicação do diretor ou autor, a respeito de sua personagem. Aí estarão incluídas a confiança em seu palpite e, mais do que isso, a confiança em seu “eu criativo”, em sua *imaginação criativa*. Então poderá começar a construir seu *GP*, primeiramente se perguntando sobre quais são os desejos ou objetivos que movem sua personagem.

A seguir, listarei sinteticamente os passos de um dos exercícios ensinados por Chekhov para a construção da personagem, através da descoberta do *GP* e de seus consequentes e repetitivos ensaios. 1º) Com uma peça teatral escrita, fazer a distribuição dos papéis com o elenco. Escolher a personagem, investigar sobre suas características físicas e psicológicas e sobre os objetivos da personagem. 2º) Começar a prática, explorando gestos através das mãos e braços, realizando movimentos com qualidades escolhidas, intuitivamente, e que variem conforme necessário às características que já se conhece da personagem; 3º) Depois que iniciar o método, explorar outras regiões do corpo, buscando gestos ou movimentos que se adaptem à personagem que se deseja compor, até que todo o corpo esteja alinhado a um gesto (o possível *GP*); 4º) O *GP* alcançado conduzirá se o palpite do ator sobre o desejo da personagem era coerente; 5º) Continuar desenvolvendo o *GP*, de forma a moldar os gestos e acrescentando mais qualidades existentes na personagem, a conduzindo até o estágio da perfeição; 6º) Após esse experimento, o ator estará apto a encontrar seu *GP* ideal, que só será ajustado caso sinta necessidade ou seu diretor o oriente. (CHEKHOV, 2010, p. 84 – 87).

A variação de ritmos no movimento e a mudança nas qualidades dispensadas para que os sentimentos do ator ativem a força de vontade, impulsionarão a conquista do *GP* pelas características psicofísicas já conhecidas da personagem.

Sobre ritmos é importante que se comente sobre o *ritmo interior* e *ritmo exterior*. Segundo Chekhov:

O ritmo interior pode ser definido como uma rápida ou lenta mudança de pensamentos, imagens, sentimentos, impulsos volitivos, etc. O ritmo exterior expressa-se em ações e falas rápidas ou lentas. Ritmos interiores e exteriores contrastantes podem apresentar-se simultaneamente no palco. (CHEKHOV, 2010, p. 96).

Para exemplificar uma situação com ritmos contrastantes, a moça espera o ex-namorado. Devido à demora do rapaz, ela começa a pensar e repensar os “n” motivos do atraso, fica ansiosa imaginando muitas coisas e visualizando imagens que excitam seus sentimentos, aparecendo e desaparecendo de sua mente. No entanto, a aparência dessa moça é de tranquilidade, ou seja, seu comportamento exterior que engloba seus movimentos e fala, permanecem calmos e em ritmo lento. A conclusão é o contraste dos ritmos: o ritmo interior estava acelerado e rápido com muitos pensamentos colidindo, e ao mesmo tempo, o ritmo exterior era lento o que transparece equilíbrio e serenidade. Os ritmos contrastantes produzem forte impressão no público. (CHEKHOV, 2010, p. 96).

Existem muitos exercícios com *GP*'s. Resumidamente, explanarei sobre mais alguns. Um deles é o exercício 16, do livro *Para o Ator*, que trata sobre o trabalho com a variação de ritmos no desenvolvimento dos *GP*'s. 1º) Adotar uma personagem com personalidade calma, e repetir a frase (2010, p. 93): “Desejo que me deixem só”. 2º) Realizar o gesto (ver ANEXO J) e a frase simultaneamente, até sentir a qualidade de calma penetrar a psicologia; 3º) Fazer outro gesto, apenas mudando a posição ou inclinação da cabeça. Se estava ereta, inclinar para baixo e olhar na mesma direção; 4º) Refletir sobre o que as mudanças de movimento causaram na própria psicologia; 5º) Sentir se foi acionada à qualidade de calma, um toque de *insistência*, *obstinação*; 6º) Em seguida, dobrar o joelho direito, transferindo o peso do corpo para a perna esquerda, obtendo um *GP* com um matiz de renúncia. 7º) Ao erguer as mãos até o rosto, a qualidade de renúncia pode chegar à *inevitabilidade* e *solidão*; 8º) Se jogar a cabeça para trás e fechar os olhos, aparecerá o *sofrimento*. 9º) Se virar as palmas das mãos para fora: *autodefesa*; 10º) Se inclinar a cabeça para um dos lados:

autocomiseração; 11º) Ao dobrar os três dedos do meio de cada mão: sugestão de *humor*; 12º) Repetir a mesma frase para cada alteração no gesto, até ambos se harmonizarem. Chekhov diz (2010, p. 94): “Quanto menor for a mudança em seu gesto, mais sutil será a sensibilidade que se desenvolverá em você”. (CHEKHOV, 2010, p. 93 – 94).

Ainda no mesmo exercício, repete-se o mesmo, até sentir todo o corpo harmonizado e conseguir distinguir as reações psicológicas. Após, escolher outro *GP* ou continuar com o anterior, mas agora é preciso investir nos ritmos. Começar explorando o *GP* com um ritmo lento, e aumentar esse ritmo gradativamente, até ficar rápido. Novamente, perceber que reação a variação de ritmos desperta no corpo e na psicologia, e lembrando de inventar uma nova frase para cada mudança de ritmo. (CHEKHOV, 2010, p. 94).

Além de ser considerado um exercício que trabalha os ritmos, ele é um exercício sobre sensibilidade. Objetiva a harmonia entre o corpo, a psicologia e a fala. Quando estiver pronto, repita essa frase (2010, p. 94): “Sinto meu corpo e minha fala como continuação direta de minha psicologia. Sinto-os como partes visíveis e audíveis de minha alma”.

Por fim, comentarei sobre o *GP* global e *GP*'s particulares menores. Antes, quero frisar que o *GP* pode ser usado para qualquer segmento do papel, para cenas ou falas separadas, ou até para frases separadas. E o método de descoberta para cada um dos momentos citados acima, é o mesmo que o de busca do *GP* da personagem inteira. Para descobrir os *GP*'s menores, basta estudar e saber o que acontece com sua personagem em determinada cena, fala ou frase escolhidas. Aí, terá os sentimentos e qualidades que serão explorados para os movimentos e gestos em busca do *GP*, para esses momentos específicos. Existirá sempre o *GP* global que traduz a essência de sua personagem e jamais será apagado de sua memória. O que não ocorre com os *GP*'s menores, que serão trabalhados somente algumas vezes nos ensaios e depois esquecidos, pois é o *GP* global que influencia e determina a psicologia da personagem. O *GP* global poderá ser acionado depois de anos para uma atuação com o mesmo papel, e trará à vida sua personagem novamente, pois o *GP* está presente no mais recôndito de seu espírito.

2.3 Contribuição da técnica chekhoviana para a formação de atores e não atores

A imaginação acompanha-nos certamente desde o nascimento. E segundo Jung (1875 – 1961), os arquétipos estão presentes antes mesmo de assumirmos consciência pessoal. Durante a infância a criança pode construir seu mundo em contato com outras crianças, objetos (brinquedos), natureza, e outros seres invisíveis que permeiam e/ou perambulam sua ludicidade, acionadas por elas mesmas, mas principalmente estimuladas por seus pais, adultos ou professores. Por isso, faz-se tão importante o papel da arte-educação na formação cognitiva do indivíduo.

Para o psicólogo Jung, o arquétipo é o elemento inabalável do inconsciente coletivo, armazenado na individualidade humana, capaz de mudar constantemente de forma. Então, os conteúdos do inconsciente coletivo são chamados arquétipos, e os conteúdos do inconsciente pessoal são principalmente os complexos da tonalidade emocional que constituem a intimidade pessoal da vida anímica. Passados pelo inconsciente de geração em geração, através dos mitos e contos de fadas, os arquétipos possuem carga cultural, e estão ligados com a ética e a moral de determinada sociedade ou grupo, definindo o comportamento humano através das decisões e atitudes. São como conteúdos e motivos que impulsionam comportamentos e ações que se reinventam através do tempo e espaço, podendo variar interpretações, porém mantém a forma original.

O russo Michael Chekhov estudou sobre as emoções e as ações do ser humano, e como o ator deveria movimentar-se em cena. Ou seja, dedicou um período de sua vida a compilar uma técnica que colaboraria com os atores no processo de construção de personagem, partindo de um trabalho corporal que estimula a *imaginação* e o *eu criativo* do ator. Para isso desenvolveu exercícios baseados em técnicas que incitam o pensamento (mente), os impulsos (desejos/vontade) e as ações. A técnica compreende a realização de exercícios com quatro qualidades de movimento: *modelagem*, *irradiação*, *voo* e *flutuação*. E atrelado aos movimentos com essas qualidades está o trabalho com a imaginação, abrangendo *centro imaginário* que desperta o *eu criativo* do ator, e não se esquecendo de atentar para a *atmosfera* da peça, para o *superobjetivo* e, para a técnica de descoberta e/ou nascimento do *gesto psicológico*.

Partindo do pressuposto dos arquétipos também podemos refletir sobre a *imaginação criativa*, na verdade, esta é uma recriação de algo criado no passado e agora esboçado em nova forma. Chekhov diz que os *gestos psicológicos* não são gestos cotidianos (usuais ou naturais), e sim, arquetípicos. Gestos que envolvem a mente, a psicologia e o corpo do ator. É uma expressão física das características psicológicas da personagem. Portanto, o *GP* poderá ser ensaiado, alternando os ritmos e as qualidades no movimento e nas ações, porém jamais fugindo das características psicológicas da personagem. O *GP* de determinada personagem é como uma tatuagem em sua memória corporal, sempre que acionado, manifestará a personagem em questão. Por isso, torna-se uma técnica eficaz para atores e não atores.

Diz-se não ser interessante revelar o *GP* para o público, devendo ser trabalhado durante os ensaios e encontros relativos ao processo. O *GP* é como um segredo que os atores cultivam durante o desenvolvimento do trabalho e que se servirão sempre que preciso, pois é uma marca da personagem na memória corporal do ator. É considerado como a coluna vertebral para preparar o papel inteiro em sua essência. Pois se torna um caminho mais curto e artístico de transformar em cênico o que é literatura/literário.

Apesar de não termos controle de nossos sentimentos podemos incitá-los por meios indiretos. Igualmente ocorre, com nossos desejos, nossas necessidades e carências misturados aos nossos sentimentos, gerados na esfera da força de vontade.

Chekhov, nos incentiva a quando formos realizar um exercício ou um *GP* do personagem, devemos repeti-lo até chegarmos ao cansaço físico. Isso comprova que ao executarmos um movimento com repetição, a força de vontade será ativada, e a ação ou expressão será alcançada com clareza. Assim, o gesto e/ou movimento é considerado a chave para a força de vontade; e a chave para os sentimentos são as sensações e qualidades de movimento.

3 A prática teatral no contexto escolar do Instituto de Educação Assis Brasil

Este capítulo está destinado às informações - em forma de análise - sobre a escola em que estagiei, no período do mês de maio ao mês de julho de 2014. Gostaria de esclarecer que por conter os relatos das aulas nesta análise, é inevitável que em algumas linhas se verifique a minha percepção.

Optei por estagiar no Assis Brasil por dois motivos: um deles porque cursei a 8ª série (hoje 8º ano) na escola, em 1996; o outro é que fica localizado perto da minha casa.

Ao ser recebida pela direção, conheci uma professora de Artes chamada Delvani Bandeira, que ficou interessada pelo estágio em teatro. Atenciosamente, passou-me seus horários para que eu pudesse estudar em casa quais dias da semana se encaixariam aos meus horários. Combinamos que ligaria para ela quando tivesse decidido. Então, poderia ir à escola para conversar com a coordenadora Carina, responsável pelos estágios do Ensino Médio. A coordenadora foi para comigo, uma pessoa atenciosa e objetiva, autorizando-me a iniciar na data combinada com a professora.

No dia em que realizei a observação da turma, a professora apresentou-me para o 1º EMP3 e, em seguida, tivemos um diálogo rápido sobre o que pensam a respeito do teatro e se alguém já teve contato antes. Fiquei o período ali, o qual passou rapidamente. 1h/aula equivale a um período de 45 minutos, no I.E.E.A.B. Assim, já fui repensando sobre os planos de aula a serem organizados.

No primeiro dia de aula, aconteceu algo atípico para quem começa seu estágio. Chegando na sala da vice direção, para assinar o livro ponto, começa uma briga na sala da direção localizada ao lado. A porta estava aberta e duas meninas discutiam, em seguida, a que está batendo derruba a outra e continua a bater. Foi quando a vice-diretora gritou e pediu que eu chamasse alguém. “Chamar quem?”, pensei. Saí no corredor, olhando para ver se tinha uma figura masculina, não encontrei. Então, sai uma menina nervosa da sala da vice direção, respirava fundo e arrumava os cabelos. Voltei para sala e a situação já estava sob controle. Decidi ir assinar o livro ponto que fica no SOP (Serviço de Orientação ao Pedagógico), pois na escola assinam-se dois livros. Após assinar, ao sair no corredor, avistei muitos adolescentes em frente à sala da direção e resolvi me aproximar. Comecei a reconhecer seus rostos, mas não tinha certeza se eram os meus alunos. Quando escuto a saudação: “Oi sora. Temos aula

contigo agora, né?”. Percebi que deveriam ser colegas das meninas envolvidas na confusão, e perguntei quem brigou. Elas responderam que a Stéphane bateu na Jamile e que ambas eram colegas, ou seja, alunas do 1º EMP3, que eu daria aula no próximo período, pois estava acabando o recreio.

Como relatado, o primeiro dia de aula foi tenso. Ao iniciar a aula, tive dificuldade para que se concentrassem na explicação das atividades que realizaríamos. Estavam ansiosos para saber o que aconteceu com as colegas que estavam na sala da direção, decidindo seu futuro estudantil na escola. A sala de aula da turma é localizada de frente para a rua, e possui janelas baixas, das quais pedi que se afastassem para iniciarmos o trabalho. Enfim, depois de lhes chamar a atenção, fiz a chamada e propus um exercício de criação dramatúrgica, com estímulo a partir de uma imagem. A turma realizou a atividade e entregou-me, para que eu avaliasse em casa. Ao término da aula estavam mais calmos.

As próximas aulas foram ministradas em outras salas, sendo elas: a sala 2, de audiovisual, localizada no pátio (num prédio ao lado da sala da merenda) e a sala 303, no prédio principal. A sala 2 é uma sala de tamanho médio, com quatro janelas grandes com vista para o pátio, tendo piso de *parquet*. Possui recursos de áudio e vídeo: uma televisão, *home theater*, aparelho de som, cadeiras de plástico brancas e quadro. Para a prática teatral com o 1º EMP3 essa sala ficava apertada, quando estava presente a maioria da turma, que é composta por 37 alunos. A sala 303, que fica no 3º piso do prédio principal, é uma sala imensa, do tamanho de três salas como a de audiovisual, possuindo os mesmos recursos e objetos da sala 2. É um local adequado e amplo para os exercícios teatrais e caminhadas pelo espaço. Suas janelas têm vista para a rua Gonçalves Chaves e as outras janelas para o pátio da escola; seu chão é de piso frio. Apesar dos alunos terem preguiça de se mover das cadeiras para iniciar as atividades físicas, a necessidade deles se locomoverem até essas salas, na maioria das vezes, já fazia com que ficassem mais despertos.

A professora Delvani, que seria responsável por mim na escola, entrou em licença devido a motivos de saúde, então a professora Rosah Lemos de Pinho me deu cobertura. Ajudou-me quando precisei de mais diários de classe para realizar as avaliações.

Comecei o estágio na metade do 1º trimestre e finalizei no início do 2º trimestre. Portanto, fizemos 2 avaliações. A última do 1º trimestre e a primeira do 2º trimestre. A escola adotou o referencial curricular do RS, isso significa, que a avaliação é feita por

conceitos, o que a torna mais subjetiva porque o professor precisa conhecer bem cada aluno (ou deveria). Não se trata mais de avaliação por nota, de 0 – 10, e sim, pelos conceitos: CSA = Construção satisfatória de aprendizagem; CPA = Construção parcial de aprendizagem; CRA = Construção restrita de aprendizagem. No conceito CSA, é quando o aluno tem um rendimento maior de 60%, quer dizer, que os alunos que tiveram 61% de rendimento e 100% terão o mesmo conceito. O que faz algumas pessoas e educadores discordarem do método avaliativo em vigor. O CPA significa que o aluno produziu algo, mas não foi satisfatório para aprovação, então, poderá recuperar a nota. Já o CRA, diz respeito a situação do aluno que não produziu durante as aulas, portanto reprovou.

Percebi que os professores do Assis Brasil não estavam adaptados a esse tipo de avaliação, pois participei de reuniões pedagógicas e conselho de classe, nos quais presenciei algumas discussões por insatisfação com a forma de avaliação por conceitos, que foi implantada há um ano na escola.

Eu, particularmente, não tive dificuldade em avaliá-los, por fazer parte da área das Artes e acreditar que avaliação deve ser realmente mais subjetiva. Mas penso que só tendo dado aula para uma turma, não sei o que é realizar uma avaliação pautada na subjetividade dos alunos, quando estes contabilizam um número de 100 ou mais, por exemplo. A maioria dos professores trabalha em mais de uma escola, tendo muitas turmas por escola.

Em suma, o I.E.E.A.B. não é diferente das outras escolas estaduais em nosso estado e país. Possuem ótimos professores e outros não tão interessados em cumprir seu papel na escola. Há falta de professores, o que faz os alunos ficarem sem aula em alguns períodos, e quando é possível, “sobem” o período para poderem sair mais cedo.

Duas pessoas foram prestativas no período de minha passagem pelo Assis Brasil. Uma delas é funcionária chamada Clarice, que deveria ser o cartão visita da escola pelo bom humor que possui. Auxilia na portaria, faz cópias na xerox, é responsável pela entrega de chaves, enfim, sabe tudo o que acontece nos corredores, salas de aula e reuniões, porque simplesmente é alguém que gosta do que faz e está sempre disponível. Outra, é a Catarina, a monitora dedicada ao trabalho escolar, e responsável pelo corredor do 1º piso, no qual fica situada a sala de aula do 1º EMP3. De exemplos como esse, que a educação precisa no Brasil. Pessoas que mesmo realizando mais que sua própria função, não se acomodam, nem desistem de edificar.

Essas pessoas fizeram minhas reflexões irem ao encontro do pensamento de Paulo Freire, situado na página 54, do livro “Pedagogia da Autonomia: saberes necessários à prática educativa” que reforça o conteúdo deste relato:

[...] O fato de me perceber no mundo, com o mundo com os outros me põe numa posição em face do mundo que não é de quem nada tem a ver com ele. Afinal, minha presença no mundo não é a de quem a ele se adapta, mas a de quem nele se insere. É a posição de quem luta para não ser apenas *objeto*, mas sujeito também da História. (FREIRE, 1996, p. 54).

As poucas dificuldades logísticas enfrentadas durante o estágio, não impediram minha sensação de dever cumprido em relação ao desenvolvimento do trabalho de prática teatral, com adolescentes que já não estavam mais acostumados a terem aula de Artes. Penso ter vivido o papel de sujeito da história durante o estágio.

3.1 O desafio de teatralizar com o 1º EMP3

Tratei, no último item dos objetivos do meu plano de ensino (Estágio II), sobre acreditar na possibilidade de proporcionar aos alunos do 1º EMP3 uma experiência com o fazer teatral que pudesse marcar suas histórias, ao perceberem com as práticas que o teatro não é mera diversão, mas um comprometimento artístico que envolve todo o ser. Foi essa mesma fé no teatro como prática educativa que me moveu a buscar uma técnica para aplicar com a turma no Estágio II. Acredito que foi essa fé que me tocou no inconsciente quando marquei como primeira opção um curso de Licenciatura em Teatro.

Como Paulo Freire ensina, nossas primeiras aprendizagens vêm do ser social que somos e/ou nos constituímos. Mas temos que estar atentos, pois somos também seres inacabados e inconclusos. Isso quer dizer que nos transformamos a cada dia. Não saímos iguais de cada experiência e de cada relacionamento com as pessoas que nos cercam, ou até mesmo as que conhecemos recentemente. Assim ocorre em sala de aula. O professor deve respeitar a identidade de cada aluno, compreender o contexto no qual é inserido, não se esquecendo de utilizar o bom senso e a resiliência, caso contrário, corre o risco de agir com autoritarismo, o que pode afastá-lo de seus alunos e dos objetivos do plano.

Com os alunos do 1º EMP3, tendo consciência de sua inexperiência como atores e considerando sua bagagem de vida, ousei trabalhar as técnicas do diretor Michael Chekhov, que me atraíram por serem exercícios simples de executar. Porém, fez-se necessária a disponibilidade psicológica e física da turma para o desenvolvimento. Importante ressaltar que minhas intenções não tinham a pretensão de tornar meus alunos atores em menos de 20 horas/aula, mas de que entrassem em contato com algo novo na área das artes.

Como já comentado, a técnica de Michael Chekhov proporciona o contato com o próprio corpo e suas limitações, reflexões sobre o inconsciente e observações constantes sobre os gestos humanos para a construção da personagem. Através da experimentação, os alunos puderam se interessar pelo mundo criativo e sensível das artes. Cada jovem é ser pensante, e em contato com a técnica chekhoviana compreenderá a *individualidade criativa*, conceituada pelo mestre Chekhov como a marca individual de cada artista que será revelada em suas obras. A *individualidade criativa* é a forma, o conteúdo ou a mensagem que o artista sempre se utiliza em suas criações. É o que distinguirá os trabalhos com o mesmo tema ou situação, realizados por dois artistas. Exemplo: É pedido para artistas pintarem telas reproduzindo uma determinada paisagem. O veículo para a criação foi a paisagem, porém o resultado das telas de ambos será distinto. Assim, pode ocorrer com artistas-atores ao interpretarem uma personagem famosa, a “Nina”, da peça *A gaivota*, de Anton Tchekhov. Os atores/atrizes construirão o seu papel com ênfase em certas particularidades que para cada um deles são mais importantes, e que serão observadas durante sua interpretação e *performance*.

Para que o artista crie deverá realmente sujeitar o seu “eu cotidiano”, ou seja, acessar outros desejos, hábitos, pensamentos, relacionamentos, sentimentos e comportamento, enfim, outro modo de vida, para o “outro eu”, o *alter ego*⁷, que é o eu criativo no processo inspirador. A *individualidade criativa* permite ao artista-ator que o *outro eu*, o *alter ego*, preencha o corpo do “eu cotidiano” do ator, que conseqüentemente, encherá o palco com uma presença real, todavia que não é mais

⁷ Considerado no livro *Para o Ator*, de Michael Chekhov, como “um eu de nível superior; enriquece e expande a consciência”, dando potência cênica ao ator na atuação. CHEKHOV, Michael. *Para o Ator*. 4º ed., 2010, p. 111.

sua identidade somente, ou seja, não são mais somente os sentimentos, pensamentos, imagens e intenções do ser-ator, e sim, do ser-personagem atuando.

O ator terá, então, três diferentes seres dentro de si. O primeiro ser do ator é o “eu cotidiano”, do qual se afasta ao acessar o segundo ser, o “eu superior”, encontrando o *material de construção* para criar a personagem. Assim, o ator é dois “eus” criando o terceiro ser, que é a personagem e que terá a função de arrebatá-la a plateia com sua *performance* inspirada pela *individualidade criativa* do ator. O trabalho é possível quando o artista-ator criativo se afasta do seu “eu cotidiano” e deixa o “eu superior” atuar e contribuir com a criação da personagem, manipulando o *material de construção* (emoções, voz, corpo móvel) que lhe foi liberado. (CHEKHOV, 2010, p. 109 à 113).

Chekhov fala sobre construir uma personagem exercitando como ela se relacionaria com as outras personagens, pois em nossa vida real também tratamos as pessoas diferentemente, levando em consideração as personalidades diversas e os tipos de relações.

Inseridos num contexto de pluralidades, desenvolvemos um trabalho num período de dois meses, com dois encontros semanais de quarenta e cinco minutos cada, totalizando 20h/aula para a disciplina de Estágio II, contando o dia da observação à turma e as reuniões pedagógicas que participei. Sendo, que ao total do meu estágio contabilizou-se 25h/aula.

A turma do 1º EMP3 é composta por alunos de 14 a 17 anos. Demonstraram: sensibilidade às propostas; carinho com o coletivo e com a professora; criatividade durante as improvisações; curiosidade em determinados jogos e exercícios, principalmente em se tratando daqueles com abordagens contemporâneas; agitação nas aulas de sexta-feira, e também, acomodação nas de terça-feira. Nas terças-feiras nas quais eu dava aula no primeiro período, mais no início do estágio, por estarem sonolentos, tendiam a ficar sentados. Todavia, com os exercícios e jogos da Viola Spolin, eles foram perdendo a timidez e experimentavam mais. Isso foi unindo mais a turma. O trabalho em círculo, em salas não convencionais como sua sala de aula, era algo provocativo.

As primeiras aulas foram marcadas por jogos dramáticos e teatrais, os quais os ensinaram um senso de coletividade. Na quinta aula, dividi a turma em grupos que tinham *nomes de sentimentos* cada um, para uma melhor identificação durante os trabalhos, os quais foram assim chamados até o fim do estágio. Eram eles: *Grupo*

Arrogância, Grupo Euforia, Grupo Nostalgia, Grupo Tristeza e Grupo Raiva, o qual não produziu durante as aulas. Por ter nomeado os grupos em sala de aula, no momento que propus a atividade, pois não tinha refletido sobre os nomes na preparação do plano de aula, acabei intuitivamente trabalhando conceitos do Chekhov, como inspiração, estímulos através dos sentimentos e individualidade criativa. Inconscientemente dei aos grupos nomes de sentimentos, que de repente poderiam influenciar sutilmente suas emoções e seu comportamento psicológico na realização dos exercícios. Pois como citei acima, os membros do *Grupo Raiva* eram tímidos, alegavam não gostar de teatro e fugiam das aulas práticas. Penso que o nome atribuído ao grupo pode ter influenciado a manutenção da resistência deles em produzir.

Já a segunda metade do estágio, proporcionou-os maior contato com os seus corpos, devido ao fato de estarem ocorrendo aulas na sala 303, que possibilitava a prática de aquecimento com caminhadas pelo espaço. E foi nesse ritmo que os exercícios com a técnica chekhoviana aconteceram. Eles já estavam mais maduros sobre o assunto e a prática teatral em geral.

Como os grupos estavam produzindo uma dramaturgia para ser encenada ao fim do estágio, os exercícios com a técnica foram muito úteis à composição das personagens e construção das cenas. Trabalhamos variação de ritmo em determinadas ações físicas, improvisações de micro cenas com o cruzamento de personagens de grupos diferentes (intercalando personagens do *Grupo Nostalgia* com os do *Grupo Tristeza*, por exemplo), e também a realização de ações cotidianas integrando a *irradiação* e a *flutuação*. Utilizei apenas exercícios com as duas qualidades de movimento, pois não deu tempo de continuar os exercícios com as outras, *voo* e *modelagem*. Para a conclusão foi preciso combinar com alguns alunos que se dispuseram a dar continuidade à pesquisa depois das férias de julho, num projeto extraclasse, com autorização da escola e sala cedida pela mesma.

O processo de criação dramaturgica e o resultado da encenação foram interessantes. Mesmo eles não tendo o hábito de escrever, e eu não ter me atido na estrutura escrita da dramaturgia, dois grupos produziram um texto dramático. Em relação às encenações, pude ver o interesse deles na apresentação. Estavam eufóricos e barulhentos. Queriam combinar mais sobre a cena antes de apresentarem. Embora eu e Ruth Rafaela, responsável pelas filmagens, tenhamos organizado a sala 303, que os recebeu com cara de teatro (espaço físico = palco & plateia), eles

chegaram mexendo nas cadeiras e “desarrumando” tudo. Então, expliquei para eles o sentido do encontro teatral e daquela disposição espacial e eles arrumaram novamente.

O *Grupo Arrogância* produziu uma boa dramaturgia, com diálogos e rubricas, porém, na encenação faltou expressividade e tons. Teve duas personagens que em algum momento mostraram impulso e ritmo através dos gestos, porém a maioria não. A projeção de voz deixou a desejar. O tempo da encenação foi de curta duração.

O *Grupo Euforia* produziu uma dramaturgia sem diálogos, ou seja, por narração, mas no momento da interpretação os diálogos se fizeram presentes. A encenação foi interessante porque os alunos-atores foram objetivos e tudo tinha motivo de ser e estar em cena. Algo que me chamou atenção é que tinham noção espacial. Três alunos projetaram bem sua voz. Mesmo com uma confusão formada no enredo de sua cena, se entendia o que cada um falava. Levaram figurino e exploraram o “eu criativo”.

O *Grupo Nostalgia*, igualmente ao primeiro, produziu uma ótima dramaturgia. Investiu nos elementos cênicos, tinha efeitos sonoros e visuais, personagens bem definidos, principalmente a enfermeira-socorrista e o padre. Sua encenação foi composta por quatro micro cenas. Possuíam noção espacial. Houve um imprevisto ao qual souberam lidar com destreza (apesar de rirem muito). Na terceira micro cena, no momento em que vão levantar o corpo morto de Patrícia, não conseguem. Até que pela persistência conseguem erguê-la e levá-la até à mesa. A situação foi engraçada, porém o mais interessante é que o grupo soube lidar com o imprevisto, improvisando e criando uma cena de humor.

Por fim, o *Grupo Tristeza* compôs uma dramaturgia curta e com diálogos. O tema foi muito interessante. Sua encenação foi uma crítica à violência social em Pelotas. Ultrapassaram, no momento final da cena, o espaço delimitado como palco. Alguns personagens apresentaram gestos que se pareciam com seus *GP's* através de movimentos realizados com objetivo.

Em se tratando da turma, acredito que a maioria conseguiu compreender os objetivos e os conteúdos dos exercícios e das aulas. Sendo realista, um número de quinze alunos queria verdadeiramente experimentar a prática teatral e estavam sempre disponíveis a qualquer proposta. Ao término do estágio, quando realizaram as cenas, pude verificar nos corpos dos alunos mais flexibilidade ao movimentarem-se.

Também, estavam menos preconceituosos em relação ao contato com seus próprios corpos e os dos seus colegas, pois no início tinham mais pudor.

Quanto às qualidades de movimento, trabalhadas em aula para colaborar na caracterização e construção da personagem, notei que alguns alunos, através da realização de suas ações, memorizaram corporalmente as qualidades de *irradiação* e *flutuação*.

Quanto aos *gestos psicológicos* o trabalho foi mais árduo, pois como já comentei, os exercícios são simples de realizar, mas a descoberta do *GP* da personagem não é feita em poucos minutos, pois é necessário envolvimento e concentração. Apesar dos alunos terem trabalhado composição dramática e criação de sua própria personagem, eles tinham certa resistência para encontrar o *GP* de sua personagem, pois o confundiam com os gestos cotidianos, e os *GP's* são gestos arquetípicos. E por não serem gestos cotidianos, os alunos precisam realmente se envolver com a psicologia da personagem, para expressar em forma de corporeidade a subjetividade da mesma. De acordo com essa percepção, decidi enfatizar mais o trabalho com as qualidades de movimento para a construção de personagem.

Em relação às quatro qualidades – *desenvoltura, forma, beleza e integridade* – que segundo Chekhov um artista-ator deve ter, creio que precisaríamos de mais alguns encontros para que a turma as atingisse.

Observei como esses jovens, ainda em processo de formação de sua identidade, corresponderam aos impulsos de seu *eu criativo*, permitindo que sua *individualidade criativa* fosse exposta e trabalhada por meio da imaginação.

Penso que se tivéssemos mais hora/aula durante a semana ou se o estágio exigisse mais horas, teríamos contemplado o conteúdo da técnica psicofísica de Michael Chekhov, porém acredito que o tempo de projeto extraclasse foi produtivo, e contou com a presença de quem realmente queria se aprofundar. Este é o assunto do próximo capítulo.

4 Experiência extraclasse: 6 encontros

Este terceiro e último capítulo destina-se à análise das experiências extraclasse, com exatamente quatro alunos (as) que se dispuseram a continuar o trabalho com a técnica psicofísica, realizado para uma melhor constatação a respeito dos resultados da prática teatral. Tem como objetivo a observação sobre o alcance psicofísico dos alunos em relação aos conteúdos trabalhados nos exercícios chekhovianos.

4.1 Desencantando as condições para o trabalho extraclasse

O tempo urge, e já se estava, quase ao fim do mês de setembro, sem ter conseguido uma sala para o recomeço do trabalho. Fui várias vezes à escola, porém não conseguia as informações corretas, e por ser fim de trimestre, estava difícil o encontro com os responsáveis pela liberação de sala para projetos extraclasse. Enfim consegui contato novamente com a coordenadora Carina, a qual me liberou a sala 2 (sala de audiovisual).

Foram marcados seis encontros, que findariam na primeira semana do mês de novembro. As aulas ocorreriam às segundas-feiras, das 13h30min às 16h, abrangendo três períodos, com intervalo de 10 a 20 minutos.

Os três componentes do *grupo raiva*, do período de estágio, me encontraram no corredor, quando estava no processo de conseguir a sala para o trabalho extraclasse, e me disseram que iriam participar do grupo. Só não participaram porque no mesmo horário tinham aula de recuperação em outras matérias. Mas fiquei satisfeita em relação a ouvir das únicas três meninas que não produziram nas aulas de teatro, no tempo do estágio, de que queriam muito participar do projeto. Essa simples atitude das alunas me fez refletir sobre o *superobjetivo educacional* de lutar e acreditar sempre nas mudanças que a arte-educação pode causar na atmosfera escolar.

O início do trabalho foi marcado pela presença de apenas um aluno, o Thales. A aula rendeu bastante, em relação à preparação corpóreo-vocal, estímulos à *individualidade criativa* e qualidades de movimento, porém não foi possível

desenvolver os exercícios que envolveriam improvisação. O Thales é um aluno focado, portanto tivemos uma aula intensa, encerrada às 15h30min.

Seis alunos haviam confirmado presença para a primeira aula, porém surgiram imprevistos que os impediram de estar presentes. Os encontros foram marcados pela rotatividade dos alunos devido a assuntos pessoais e outros compromissos, quanto pela persistência de todos.

4.2 Projeto extraclasse

É importante advertir que os planos de aula e seus relatos detalhados, tanto àqueles do período de estágio que continham exercícios psicofísicos, quanto todos os do projeto extraclasse, estarão disponíveis nos apêndices deste trabalho para possíveis consultas de interesse dos leitores.

Comentarei sobre o rendimento dos alunos em relação à técnica, sinalizando para a prática em cada respectiva aula. Frisando os limites e o ápice dos exercícios para cada aluno, contando que cada ser é um universo único.

Começarei com as qualidades que a obra de arte deve ter: *desenvoltura, forma, beleza e integridade*. Levando em consideração que somente em uma aula, tive a oportunidade de trabalhar com os quatro alunos e observar juntamente, o trabalho individual e coletivo, que ia sendo criado com a presença ou não dessas quatro qualidades. Todavia, pude verificar nas últimas aulas que a criação artística dos alunos estava constituindo as quatro qualidades da obra de arte. Penso que isso se consiga atingir após algumas aulas com exercícios que desenvolvam as qualidades de movimento (*modelagem, flutuação, voo e irradiação*), com as quais trabalhamos bastante, desde o estágio.

A aluna Stéphane, que começou a participar a partir da 3ª aula, demonstrou em sua criação, desde o princípio, as qualidades da obra de arte. Os movimentos do seu corpo respondiam com *desenvoltura, forma, beleza e integridade* às propostas sugeridas pelos exercícios de composição de sua personagem.

Era preciso que entrassem num estado criativo, e para isso ocorrer, é necessário concentração e entrega. Dois alunos tinham dificuldade de concentração. Já os outros dois concentravam-se rapidamente, por isso estavam aptos à realização dos exercícios psicofísicos para a construção de personagem desde o começo das

aulas, se fosse preciso ou solicitado. Interessante que um dos alunos que não se concentrava facilmente, trabalhava com diligência os exercícios de qualidade de movimento e *GP*. A aluna que mais ria durante os exercícios, era quem mais tinha dificuldade para construir a personagem corporalmente, o que não significa menos disponibilidade e/ou entrega, e muito menos que não tenha atingido os objetivos com a técnica. Mas essa aluna, nas últimas aulas, passou a se concentrar mais rapidamente. Acredito que vão criando uma consciência corporal e certa afinidade com a técnica por meio dos exercícios, devido à disciplina dos encontros.

Em relação aos exercícios com as quatro qualidades de movimento, resolvi executar um trabalho direcionado para os atributos corporais que desejassem atingir em relação à composição das características físicas e psicológicas de sua personagem. Ou seja, quando se sugeria uma improvisação com certa qualidade de movimento, era para que atingissem uma estética corporal semelhante à de sua personagem. Contudo, essa qualidade de movimento deveria despertar os traços da personagem, coerentes com o que se conhece sobre quem é a personagem e sobre seus objetivos, sobre qual é a sua personalidade e sobre como se comporta em relação às outras personagens da cena.

Constatei que a construção de personagem se dá ao longo do trabalho de improvisação e *entrevistas* com as personagens. A entrevista se tornou uma maneira descontraída e eficaz de fazer com que elenquem a personalidade de sua personagem, imprimindo suas características físicas e psicológicas, na medida em que vão falando sobre suas criações. Esse exercício, que intuitivamente realizei em duas aulas, torna-se mais desafiador quando se trabalha as variações de ritmo ou contrastes com o ritmo *interior* e *exterior*.

Para as improvisações, nos utilizamos da própria cena criada por eles no estúdio; de improvisações com suas personagens realizando ações com qualidades de movimento, ora escolhida pela professora, ora escolhida pelos alunos; de improvisações com estímulos de objetos e sorteio de temas; de improvisações contidas no livro *Para o Ator*, de Michael Chekhov. As personagens foram sempre mantidas, exceto no exercício 2, da página 204, do livro *Para o Ator* (ver atividade 6, APÊNDICE C). Os alunos relataram que gostaram de fazer as improvisações em que não podiam combinar entre eles sobre as ações, e também que foi interessante improvisar sem ser com a personagem, pois conseguem identificar as mudanças que a mesma opera em seus corpos.

Desenvolvemos um trabalho de construção de personagem explorando *centro imaginário*, *corpo imaginário* e *atmosfera* presentes nos exercícios psicofísicos. Foi um processo interessante, pois ao realizarem os exercícios com a energia concentrada no *centro imaginário*, fluindo para todas as partes e órgãos do corpo, quanto para as direções do espaço, e ainda, os impulsionando a se moverem conduzidos pelo centro, os alunos tomavam postura e presença cênica. Então, quando iniciavam a busca pelo corpo imaginário e o vestiam, a sensação para quem assistia era de que, passo a passo, iam completando mais uma propriedade da personagem. Um dos alunos comentou que sentiu verdadeiramente a energia no centro imaginário pulsando e o impulsionando a agir como a personagem. Observei que os exercícios com esse conteúdo estimulam a força de vontade do ator, tão trabalhada por Chekhov.

Quanto à *atmosfera*, trabalhamos antes de improvisar, com a análise sobre o que o exercício sugeria a respeito de tempo e espaço, dois fatores que contribuem para a descoberta e o desempenho da atmosfera de tal lugar, situação ou cena a ser interpretada. Depois que esse e outros elementos estavam definidos, passavam ao ensaio ou à improvisação sem combinações. Os resultados eram coerentes com os dos exercícios de improvisação, sugeridos por Chekhov, ao final de sua obra *Para o Ator*, que se encontram entre as páginas 200 e 223, pois sempre se compreendia onde e como as personagens se encontravam, além da variação de ritmos em que algumas agiam.

O trabalho de construção de personagem por meio dos *GP's*, como comentei em outro momento, é simples de executar no sentido de que seus exercícios são simples de realizar, porém, foram necessárias algumas aulas para que os alunos compreendessem que os gestos deveriam ignorar as características cotidianas, pois os gestos são arquetípicos. Eles tendiam a buscar gestos naturais ou usuais, ou seja, gestos usados no dia-a-dia. Os primeiros gestos alcançados foram das personagens padre Josué, do Thales, e da personagem Vanessa, da Stéphanie; em seguida, das personagens Patrícia, da Beatriz, e da personagem Julia, da Fernanda.

Essencialmente, foram realizados alguns exercícios do capítulo 5, “O Gesto Psicológico”, do livro *Para o Ator*, de Chekhov. Entre os exercícios com *GP*, organizei um que, resumidamente, se trata de iniciar movimentos com gestos cotidianos, em seguida falar frases em voz alta sobre sua personagem, podendo ser falas que ela profere em cena. Depois de algumas repetições, sem se importar com o colega,

apenas com sua personagem, o aluno começa a realizar gestos subjetivos, que não tem uma definição cotidiana. E assim se repete as frases novamente. Observando-os, comecei a perceber as tendências do movimento que realizavam. Então lhes ajudei a definir seu *GP* de acordo com o material que apresentaram, questionando-os para que tivessem certeza sobre a coerência do *GP* que definiriam para sua personagem.

Houve algo que tentei não repetir em relação ao estágio, mas penso que poderia ter me esforçado mais, no sentido de separar um tempo maior para ser ouvinte, ao término dos exercícios. O tempo de troca é valioso por acrescentar reflexões sobre o conteúdo experimentado nos exercícios, baseado nas conclusões e sensações dos alunos. Mas o que me tranquiliza é que durante os exercícios que não exigem tanta concentração e ao término de alguns desses, os alunos tinham espaço para expressar sua opinião ou ideia.

Chekhov já dizia:

Muitas das interrogações que podem surgir em sua mente durante ou depois da leitura de cada capítulo poderão ser respondidas através da aplicação prática dos exercícios aqui prescritos. Lamentavelmente, não existe outro modo de cooperar: a técnica de representação jamais poderá ser adequadamente entendida sem que seja *praticada*. (CHEKHOV, 2010, XXI).

Em suma, durante as aulas práticas aprendi que para entendermos a teoria, o melhor caminho é a experimentação. Sempre ouvimos frases do tipo: “Na prática é bem diferente que na teoria”. Ou no próprio ambiente acadêmico, nos momentos de improvisações: “Façam, apenas! Mostrem fazendo”. É a mais pura realidade, pois consegui ver nos corpos dos meus alunos-atores, depois de alguns encontros e experimentações através de exercícios com a técnica, como seus corpos realmente memorizaram as qualidades de movimento que escolheram para suas personagens. Pude assim constatar a eficácia da técnica chekhoviana para o trabalho do aluno-ator.

5 Conclusão

De acordo com a técnica apresentada nos primeiros capítulos, face aos relatos de experimentação dos exercícios psicofísicos e os resultados obtidos com o 1º EMP3, entendo ter alcançado o êxito das aulas, tanto no período de estágio quanto no projeto extraclasse, por ter contemplado os objetivos da pesquisa.

Sabe-se o quanto é delicado adentrar no ambiente escolar, o qual possui suas regras e seus vícios perpetuados, e conseguirmos trabalhar com a subjetividade dos alunos através da arte teatral tendo por conteúdo exercícios de uma técnica psicofísica.

Sinto-me privilegiada de ter estado com pessoas que desejaram a realização e a vivência do experimento com a técnica chekhoviana. Sinto-me mais completa por entender que na troca, em sala de aula, ocorre a mesma dinâmica que no encontro teatral. Pois afinal, somos sempre atores e espectadores improvisando e interagindo, atores exercendo um papel ao alcance de um objetivo, e espectadores em busca de compreender a intenção estética, trocando energia e conhecimentos, irradiando afeto. Na vida real é assim, tanto somos os atores quanto somos os espectadores, tanto somos os professores quanto somos os alunos. Para um convívio tranquilo, é necessário o respeito ao próximo. No caso do 1ºEMP3, o respeito à sua formação de identidade, na qual, em todo o tempo, nesse mundo de informações velozes, se dispõem ao “novo”, se desprendendo muitas vezes dos paradigmas.

Os professores têm certo poder de conscientizar os alunos sobre sua importância para a sociedade, e de que são capazes de transpor limites e/ou modificar passo a passo, através da educação e da politização, a sua realidade e a realidade dos que os rodeiam, numa dinâmica de coletividade. Quando pensarmos em uma ação social em prol de “outros”, estaremos engajados na luta por condições sociais equiparadas.

A arte-educação prova suas condições de desenvolver a capacidade cognitiva dos alunos e o estímulo ao senso crítico. No caso do trabalho com a arte teatral realizado no Assis Brasil, a reflexão crítica ocorreu por meio de temáticas atuais e polêmicas, inseridas em exercícios de improvisação, interpretação, reflexão.

O aluno é convidado a se conhecer, a olhar para o seu interior, deixando um pouco de lado as aparências. A técnica psicofísica instiga essa situação em seus exercícios, através do desenvolvimento da imaginação para as criações artísticas,

concebendo a *individualidade criativa*. Nesse método de conectar corpo físico com o corpo psicológico, o aluno-ator passa a desenvolver o poder de reflexão pessoal e a consciência corporal, pois em primeiro lugar toma conhecimento do seu mundo, de sua personalidade e do seu “eu criativo”. Movimentar-se com certa qualidade, estimulando a própria vontade, intensificando os sentimentos, a fim de caracterizar a psicologia de uma personagem requer concentração e entrega, o que a técnica psicofísica ativa no aluno-ator. Isso foi conquistado no trabalho com o 1º EMP3, principalmente, no que diz respeito a terem aprendido a focar no trabalho para conectarem corpo físico e corpo psicológico e encarar com responsabilidade o projeto.

Em relação aos resultados técnicos, em ambos os períodos de aplicação da técnica – estágio e projeto extraclasse - verifiquei que para os *gestos psicológicos*, existem maneiras de levá-los a um estado criativo mais rapidamente, a partir do exercício comentado sobre iniciar com gestos usuais e depois de várias repetições, partir para os gestos arquetípicos. Após os exercícios com os *GP's*, eles estavam mais preparados para encenar e interpretar sua personagem. Quanto às qualidades que o artista deve depositar em sua obra, apurei que alguns desenvolveram, mais visivelmente, as qualidades de *desenvoltura, forma, beleza e integridade*, durante o processo. No que se refere ao alcance de corpos extra-cotidianos, para a descoberta dos *GP's*, e para a caracterização de uma personagem que não tenha as atitudes do próprio ator, observei o sucesso do experimento, ainda mais, quando se trata dos exercícios com as qualidades de movimento, as quais aguçaram as formas extra-cotidianas criadas pelos alunos.

Algo perceptível verificado na pesquisa, é ter realmente “desafiado os sentidos” dos alunos, pois ficou claro em seus depoimentos, que alguns conteúdos trabalhados em aula passaram a fazer parte de sua rotina. Alguns dizem ter mais concentração em suas ações cotidianas e em seus relacionamentos, e que ao se depararem com uma situação estressante usam a técnica de respiração diafragmática para se acalmar. Uma aluna, em depoimento escrito, discorre que a qualidade de movimento *modelagem* já faz parte de sua vida, ou seja, os movimentos que ela realiza em sua rotina tendem às qualidades de *moldar*. Para a maioria, o trabalho coletivo sempre fez parte de sua trajetória, tanto na escola, quanto em trabalhos artísticos que alguns já haviam se envolvido, todavia frisam que a concentração é essencial para trabalhar coletivamente, principalmente nas improvisações. E ainda, que a improvisação - como Chekhov também descreve – colabora para que aprendam ceder às opiniões e ideias

dos colegas, formando um grupo afim e unido. Perceberam que apesar de serem adolescentes e estarem em formação de identidade, se sentiram mais seguros e confiantes quanto ao processo de autoconhecimento, explorados nos exercícios de relaxamento e nos exercícios psicofísicos. No geral, eles afirmam ter entendido que o teatro pode acontecer em vários lugares, não somente em palco italiano, mas basta reunir ator e espectador num espaço para que seja transmitida a intenção estética da interpretação. Que para ser ator não é preciso nascer com “dom” ou “talento”, pode-se desenvolver um *estado criativo* no corpo físico e no emocional através da técnica de preparação do ator.

Dado o exposto, acredito ser o trabalho com a técnica psicofísica, de Michael Chekhov, um ganho para a arte teatral. Pretendo que esteja presente em minha didática sempre, aperfeiçoando-a através de oficinas, por vezes, na posição de aluna, outras de professora. Entendo que a técnica chekhoviana reúne o trabalho de alinhar o corpo físico e o corpo emocional do ator para um melhor desempenho de sua obra de arte. E prezo pela dinâmica focada num processo psicofísico, como a técnica aqui exposta.

Em virtude do que foi mencionado, percebo a possibilidade de lutar pelo *superobjetivo educacional*, ou seja, é possível introduzir a arte teatral como mola transformadora de realidades, quiçá histórias, no ambiente escolar. É um processo que requer determinação, empenho, paixão, persistência e tolerância. Afinal, estamos lidando com seres humanos multiculturais em muitas esferas da escola.

Referências

CHEKHOV, Michael. **Para o Ator**. 4ª ed. – São Paulo: Martins Fontes, 2010.

FERNANDES, Ciane. **Escrevendando: Teoria e Prática na Pesquisa em Artes Cênicas**. In: Temas em Contemporaneidade, Imaginário e Teatralidade. São Paulo: Annablume, 2000.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da Autonomia: saberes necessários à prática educativa**. – São Paulo: Paz e Terra, 1996 (Coleção Leitura).

_____. **Pedagogia do Oprimido**. 17ª ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1987.

MARQUES, Mario Osorio. **Escrever é preciso**. Petrópolis: Vozes, 2008.

SPOLIN, Viola. **Improvisação para o teatro**. São Paulo: Perspectiva. 2003.

_____. **Jogos Teatrais: o fichário de Viola Spolin**. São Paulo: Perspectiva, 2001.

STANISLAVSKI, Constantin. **A preparação do ator**. Rio de Janeiro: Civilização brasileira, 1982.

STANISLAVSKI, Constantin. **A construção da personagem/ Constantin Stanislavski; tradução Pontes de Paula Lima**. – 21ª ed. – Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2012.

_____. **A criação de um papel**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1999.

ALMEIDA, M. V. F. **Teoria da Imitação: C. Stanislavski e M. Chekhov**. Rio de Janeiro: UNIRIO. UNIRIO; *Doutorando; Nara Waldemar Keiserman. CNPq; Doutorado*. In: TEMPOS DE MEMÓRIA: Vestígios, ressonâncias e mutações, Porto Alegre, 2012. Anais do VII Congresso da ABRACE, 2012. Disponível em: <[http://www.portalabrace.org/viicongresso/completos/processos/Marcus_fritsch_Teoria da Imitação Stanislavski Chekhov.pdf](http://www.portalabrace.org/viicongresso/completos/processos/Marcus_fritsch_Teoria_da_Imitacao_Stanislawski_Chekhov.pdf)>. Acesso em: 15 de set. 2014.

MONTENEGRO, Yara. **O inconsciente coletivo é formado por arquétipos – Psicanálise Contemporânea**. São Sebastião, RJ, 2014. Disponível em, <<http://www.recantodasletras.com.br/ensaios/4649806>>. Acesso em: 10 de out. 2014.

MOSS, H.; LOUREIRO, T.; Milani, R. **Michael Chekhov Brasil**. Rio de Janeiro, 2012. Disponível em: <<http://www.michaelchekhov.com.br/index.html>>. Acesso em: 5/5/2014.

PERRONE, Maria Paula. M. S. Bueno. **A imaginação criadora: Jung e Bachelard**. São Paulo: USP, 2008. Disponível em: <<http://www.ip.usp.br/laboratorios/lapa/versaoportugues/2c30a.pdf>>. Acesso em: 12 de out. 2014.

VAROTTO, Daniela. ***Fisicidade e imaginação: a construção do corpo-mente orgânico do ator***. 2005. 91f. Dissertação (mestrado em Artes) – UNICAMP, Campinas, 2005. Disponível em: <http://www.ciasonhar.org.br/PDFS/fisico_imaginacao.pdf>. Acesso em: 10 de out. 2014.

Apêndices

APÊNDICE A

1º PLANO DE AULA

UFPel
Curso de Lic. em Teatro
Projeto extraclasse – Chekhov na escola
Pesquisa de TCC
Orientadora: Prof.^a Me. Moira Beatriz Albornoz Stein
Acadêmica: Paula Brandão
Data: 28/9/2014.

1º PLANO DE AULA

1 Dados:

Professor (a): Paula Brandão

Local: Assis Brasil

Dia da semana/Horário: Segunda-feira - Das 13h30min às 16h.

Sala: Audiovisual

Data do encontro: 29/9/2014

2 Objetivos: Que os alunos, através dos jogos teatrais, se readaptem à prática teatral e se integrem para formar um grupo coeso. Possam se concentrar para se prepararem para os exercícios psicofísicos. Tenham consciência de sua identidade.

3 Conteúdos:

- Aquecimento corpóreo-vocal;
- Expressão corporal;
- Identidade;

- Jogos;
- Interpretação;
- Percepção corporal;
- Relaxamento;
- Técnica chekhoviana abrangendo os conteúdos: *centro e corpo imaginário; gestos psicológicos; imaginação; individualidade criativa, qualidades da obra de arte; qualidades de movimento.*

4 Desenvolvimento das atividades:

Atividade 1 – Exercícios de aquecimento corpóreo-vocais

Organização: Todos em pé dispostos em círculo.

Descrição: 1º) Passar a língua no vestíbulo oral, pois propicia uma excelente reorganização muscular e uma melhor qualidade vocal, irrigando as pregas vocais.

2º) Varrer o palato (salivação e fortalecimento da musculatura). Logo, girar a cabeça para a esquerda e direita em movimentos circulares, relaxando os músculos do pescoço (duas vezes).

3º) Em pé, levantar os braços, esticando-os o máximo que conseguir. Buscando com as mãos alcançar algo imaginário, tocando com as mãos uma na outra (inspirando). Repetir por cinco vezes. Logo, deixar cair o tronco e a cabeça com os membros superiores (braços), sustentados pelas pernas e joelhos flexionados. Se balançar suavemente, ainda com a cabeça para baixo. Em seguida, girar o tronco para os lados, com os braços suspensos e as mãos, riscando no chão um desenho imaginário em forma de “8” ou símbolo do infinito.

4º) Desenrolar a coluna, subindo lentamente. Erguendo por último, a cabeça. Passar a língua no vestíbulo oral mais uma vez.

5º) Em pé, aquecer articulações com sonorização. Simultaneamente com a respiração, mexer as mãos, girando os pulsos e movimentando os dedos, expirando em sons de “s”, “f” e “x”.

6º) Novamente, passar a língua no vestíbulo oral.

Objetivos: Contato com as estruturas vocais do corpo, pretendendo a compreensão de noções como respiração diafragmática atrelada aos exercícios corpóreo-vocais. Assim, preparando a voz e o corpo para as cenas.

Materiais: Corpos.

Duração: 30 minutos.

Atividade 2 – “Acordando o corpo”

Organização: Em pé.

Descrição: Tapinhas leves para despertar os corpos. Explorando a musculatura e observando os sons obtidos em cada local dos corpos dos alunos.

Objetivos: Promover a observação e o relaxamento corporal e mental. Assim, possibilitando também, um despertar da musculatura.

Materiais: Corpos.

Duração: 5 minutos.

Atividade 3 - Caminhada pelo espaço

Organização: Espalhados pela sala, em pé.

Descrição: Caminhada de reconhecimento do espaço, colegas... Logo, caminhar conduzidos pela professora.

Objetivos: Melhor relação com o espaço ocupado. Maior integração com o próprio corpo, e também, com o coletivo.

Materiais: Corpos.

Duração: 5 – 10 minutos.

Atividade 4 – Derretimento de máscara

Organização: Podem estar sentados em colchonetes, cadeiras, ou em pé. Sempre em círculo.

Descrição: Ao inspirar, elevar a mão direita ao rosto e logo fechar os olhos, Começando pela testa, deixar a mão cair levemente pelo rosto, expirando ao mesmo tempo. Quando a mão se acomodar em sua perna, abrir os olhos e olhar para alguém da roda dizendo seu nome: “Meu nome é Juliano”; “Meu nome é Paula”; “Meu nome

é Thales”; “Meu nome é “Maria Inês”. O próximo a fazer é o colega escolhido pelo jogador que falou seu nome anteriormente.

Objetivos: Derreter a máscara que pode nos afastar de nossa essência. Concentração. Preparação do ator.

Materiais: Corpos.

Duração: 15 minutos.

Atividade 5 – Jogo do gosto

Organização: Formando um círculo.

Descrição: Alguém inicia o jogo dizendo algo de que gosta, em uma palavra, podendo ser qualquer coisa (objeto, pessoa, animal, vegetal, mineral, etc). Em seguida, o próximo também diz algo de que gosta, porém antes de dizer o seu “gostar”, fala o “gostar” do colega que o antecedeu. E, assim, sucessivamente até que se complete o círculo.

Objetivo: Exercitar a memória e imaginação, pois tem como se jogar até mesmo com as imagens para não se esquecer da sequência de palavras; Serve também para os alunos e professores conhecerem melhor um pouco mais da individualidade de cada um.

Materiais: Material humano.

Duração: 20 minutos.

Atividade 6 – Jogo do não gosto

Organização: Mesma disposição da atividade 2.

Descrição: Mesma estrutura do jogo anterior, porém nesse se diz o que cada um não gosta.

Objetivos: Idem atividade 2.

Materiais: Material humano.

Duração: 20 minutos.

Atividade 7 – Cena com diálogo

Organização: Em roda.

Descrição: O primeiro jogador, com determinada expressão escolhida por ele mesmo diz ao colega da direita: “Se eu te amo tanto, por que tu me odeias?”. O da direita responde, reproduzindo a mesma expressão do seu colega: “Eu não te odeio, eu te amo.” Então, o jogador que respondeu, agora pergunta. E assim, sucessivamente, pela roda.

Objetivos: Esse exercício estimula afinidade, atenção (pois não pode errar nenhuma palavra das frases; caso aconteça, sai do jogo), concentração, criatividade, intuição, disposição dos participantes, observação, percepção e - principalmente – envolvimento entre os jogadores.

Materiais: Material humano.

Duração: 20 minutos.

Atividade 8 – Técnica chekhoviana

Organização: Em círculo.

Descrição: Os alunos lembrarão o *GP* que estavam desenvolvendo nas aulas de estágio. Então, o farão, o repetindo várias vezes e com as quatro qualidades de movimento.

Objetivos: Trabalhar e apreender corporalmente os conteúdos chekhovianos para preparação do ator na construção da personagem, principalmente os *GP's* e qualidades de movimento.

Materiais: Corpos.

Duração: 20 – 40 minutos.

Atividade 9 – Desaquecimento

Organização: De pé, em roda e de mãos dadas.

Descrição: Após os professores explicarem o significado da música que será cantada por todos, podem dar as mãos e aprender a cantar. Música: *Tue tue barima tue tue... tue tue barima tue tue... abofrabá abadaúa daúa tue tue... barima tue tue*. Cântico de saudação de uma tribo africana para receber visitantes ou estrangeiros.

Objetivos: Integração do grupo. Contato físico e visual. Desaquecimento corpóreo-vocal para finalizar a aula.

Materiais: Material humano.

Duração: 20 minutos.

Relato da 1ª aula:

Estava apenas um aluno, o Thales, mas decidimos trabalhar mesmo assim. Claro que não o plano de aula desejado, mas grande parte.

Desempenho em relação,

Exercícios corpóreo-vocais: Praticou com desenvoltura, porém dificuldade nos exercícios de 'tr'.

Caminhada com foco: Compreendeu a proposta e desenvolveu bem o exercício. Trabalhou com bastante concentração, até porque era somente ele no espaço.

Exercício de corrida testando o desequilíbrio: Teve dificuldade no princípio e, logo, encontrou equilíbrio.

Derretimento de máscara: Fez com interesse e concentração. Disse seu nome sem vacilar.

Movimento com as qualidades de movimento flutuação, irradiação, voo e moldagem: Como trabalhamos construção de personagem e dramaturgia de micro cena durante o estágio, propus um gesto que a personagem dele, *o padre*, fazia com evidência. Conduzi com a espécie de movimento irradiação. Logo, com a moldagem. Nessas duas primeiras não houve tanta diferença no movimento, mas com voo e flutuação foi impactante. Ele mudou completamente, ou seja, descobriu tônus e a leveza para seu personagem. Os movimentos ficaram definidos e encontrou segurança ao realizá-los. Percebi que todo seu corpo se envolveu no exercício. Perguntei a ele, ao terminarmos o exercício sobre sua sensação, e a resposta foi que ele percebeu que realizou o movimento com maior clareza, concentração, criatividade e entrega. O movimento era o gesto de benzer com a mão que os padres fazem.

Desaquecimento: Música *tue tue...* Ensinei a música passando uma vez com ele. Então, fizemos por 3 vezes. A primeira em intensidade alta, a segunda em tom médio

e a última em tom baixo de mãos dadas. Agradei sua presença, nos abraçamos e, assim, nos despedimos.

OBS: As atividades 5, 6 e 7 não foram possíveis de realizar, porque tratavam de jogos e estava presente um aluno.

APÊNDICE B

2ª PLANO DE AULA

1 Dados:

Professora: Paula Brandão

Local: Assis Brasil

Dia da semana/horário: Segunda-feira – Das 13h30min às 16h.

Sala: Audiovisual.

Data: 6/10/14.

2 Objetivos: Depois que estiverem aquecidos, num estado criativo por trabalharem com a técnica chekhoviana, partirão para improvisação. O objetivo principal dessa aula é estimulá-los à caracterização da personagem e que explorem os possíveis ritmos para sua personagem durante a improvisação. Que desenvolvam a imaginação, senso de *individualidade criativa* e espírito coletivo, *do ensemble*.

3 Conteúdos:

- Aquecimento corpóreo-vocal;
- Imaginação;
- Improvisação;
- Individualidade criativa;
- Qualidades de movimento;
- Qualidades da obra artística: *desenvoltura, forma, beleza e integridade*.

4 Desenvolvimento das atividades:

Atividade 1 – Exercícios de aquecimento

Aquecimento corpóreo-vocal e alongamento (os mesmos do 1º plano, com acréscimos pela professora de alguns que acordem com a necessidade do momento para o grupo).

Atividade 2 – Técnica chekhoviana

Teoria e prática com a técnica chekhoviana. Aplicação de exercício com as qualidades de movimento: *modelagem, flutuação, voo e irradiação*.

Atividade 3 – Improvisação

Improvisação com seus corpos num estado criativo, após experimentarem exercícios com a técnica.

Diário do professor:

Nesse momento (13h47min), após ter pego a chave da sala e encontrado uma das alunas no pátio, estou na sala de áudio esperando virem para aula. Preparei o ambiente, recolhendo as cadeiras, pus uma música, e até já li uns exercícios chekhovianos, dando uma repassada no plano. Pretendo iniciar as 14h. Vou esperá-los mais um pouco.

Estou ansiosa para começar e esperançosa que venham mais alunos. Hehe!

Antes das 14h chegaram a Beatriz e Fernanda. Entraram pé por pé para brincar comigo e, percebendo a presença delas, virei-me. Rimos um pouco e elas me explicaram o motivo pelo qual a Stéphanie confirmou que estaria na aula de teatro, mas não foi. Fui até a administração e ligamos para a aluna, mas não conseguimos contato.

Iniciamos nossa aula.

Relato da 2ª aula:

Trabalhamos a 1ª atividade sem dificuldades, a não ser, o fato de terem demorado a alcançar um nível de concentração adequado. Alongamos em todos os níveis, principalmente no baixo. Tiveram dificuldade quando precisaram emitir sons das vogais, principalmente “a”, num exercício, ao qual ajoelhadas em forma de rendição com a cabeça encostada ao chão, vibravam esses sons. A Fernanda teve mais dificuldade em se concentrar, pois ria muito. Conseguiram realizar!

Caminhada livre com música estilo forró. A Beatriz caminhou dançando e a Fernanda mais comportada. Sem música, ainda em caminhada, prestando atenção na respiração diafragmática e expirando em sons de “s”, “x”, e “f”.

Logo, atribuí a condução com palmas (1 palma ritmo lento; 2 palmas ritmo médio; 3 palmas ritmo acelerado). Ficamos mais de cinco minutos para que exaustas, seus corpos se preparassem para os próximos exercícios. Em seguida, caminhada com foco, porém antes, demonstrei à elas como fazer. Encontrando um foco com o olhar e depois direcionando o corpo para aquele lugar, e quando estivessem chegando, buscassem outro foco, e assim sucessivamente.

Depois demonstrei o exercício do desequilíbrio (correr com foco a uma determinada direção e chegando na mesma, parar para não cair no precipício a frente), o qual elas responderam bem.

Enfim, começamos relembando as suas personagens e falei sobre a teoria da técnica chekhoviana para que se conscientizassem do processo e do valor da importância delas para os encontros e pesquisa.

A Beatriz lembrava bastante sobre a teoria. Principalmente sobre as qualidades de movimento *irradiação* e *flutuação*, que foram trabalhadas no período de estágio.

Beatriz falou sobre sua personagem e demonstrou uma partitura de movimento da cena do acidente de sua personagem Patrícia, então, trabalhamos essa partitura, primeiro numerando os movimentos. A Fernanda mostra o momento em que ela viu o acidente e pede socorro. Fizemos o mesmo processo de *decupagem*. As meninas repetiram umas 4 vezes suas partituras. Próximo passo, foi elas improvisarem uma situação de “telefonema” com a qualidade de movimento *flutuação*. Acredito ter sido o momento mais cômico da aula, pois elas conseguiram modificar até sua voz, devido a qualidade de movimento escolhida, sem que a professora sugerisse. Ficou interessante de olhar seus movimentos leves e mais vagarosos riscando o ar. As vozes muito engraçadas!

Momento final dos exercícios foi elas experimentarem uma de cada vez, fazer sua partitura com 3 espécies de movimento. Fernanda: Trouxe *voo*, *irradiação* e *modelagem*, porém interpretou o voo com leveza e *desenvoltura*, e obteve segurança enquanto realizava a partitura. Não mais se escondeu por trás de seus cabelos loiros. Seu corpo parecia estar realmente impulsionado por um objetivo.

Beatriz: *Irradiação*, *flutuação* e *modelagem*. Observamos que a flutuação sobressaiu esteticamente na partitura e ficou interessante, pois sua personagem saía

bêbada/chapada de uma festa, dirigindo-se ao carro. E o cômico e caricato estava na contradição ou contraste de um corpo bêbado “flutuar” até o carro. Mas dentro do carro, percebemos a qualidade da *modelagem*, em como ela fechou a porta do carro, pegou a chave e colocou na ignição e segurou a direção. Demonstrou desenvoltura, forma, beleza e integridade (as quatro qualidades de que a o ator deve ter em sua criação).

Pedi que observassem uma pessoa durante a semana para improvisarmos na próxima aula.

Desaquecimento: Ensinei para elas a música *tue tue* para que cantássemos por 3 vezes para nos despedirmos da aula.

Gostei bastante do rendimento obtido na aula de hoje.

APÊNDICE C

3ª PLANO DE AULA

1 Dados:

Professora: Paula Brandão

Local: Assis Brasil

Dia da semana/horário: Segunda-feira – Das 13h30min às 16h

Data: 13/10/14.

2 Objetivos: Explorar os diferentes níveis espaciais que o corpo do ator pode alcançar, durante o aquecimento e exercícios de expressão corporal. Avançar na construção de personagem por meio da técnica psicofísica de Chekhov.

3 Conteúdos:

- Aquecimento corpóreo-vocal;
- GP's;
- Imaginação;
- Improvisação;
- *Individualidade criativa*;
- Interpretação;
- Qualidades de movimento;
- Técnica chekhoviana.

4 Desenvolvimento das atividades:

Atividade 1 – Exercícios de aquecimento corpóreo-vocais

Organização: Todos em pé dispostos em círculo.

Descrição: 1º) Passar a língua no vestíbulo oral, pois propicia uma excelente reorganização muscular e uma melhor qualidade vocal, irrigando as pregas vocais.

2º) Varrer o palato (salivação e fortalecimento da musculatura). Logo, girar a cabeça para a esquerda e direita em movimentos circulares, relaxando os músculos do pescoço (duas vezes).

3º) Em pé, levantar os braços, esticando-os o máximo que conseguir. Buscando com as mãos alcançar algo imaginário, tocando com as mãos uma na outra (inspirando). Repetir por cinco vezes. Logo, deixar cair o tronco e a cabeça com os membros superiores (braços), sustentados pelas pernas e joelhos flexionados. Se balançar suavemente, ainda com a cabeça para baixo. Em seguida, girar o tronco para os lados, com os braços suspensos e as mãos, riscando no chão um desenho imaginário em forma de “8” ou símbolo do infinito.

4º) Desenrolar a coluna, subindo lentamente. Erguendo por último, a cabeça. Passar a língua no vestíbulo oral mais uma vez.

5º) Em pé, aquecer articulações com sonorização. Simultaneamente com a respiração, mexer as mãos, girando os pulsos e movimentando os dedos, expirando em sons de “s”, “f” e “x”.

6º) Novamente, passar a língua no vestíbulo oral.

Objetivos: Contato com as estruturas vocais do corpo, pretendendo a compreensão de noções como respiração diafragmática atrelada aos exercícios corpóreo-vocais. Assim, preparando a voz e o corpo para as cenas.

Materiais: Corpos.

Duração: 30 minutos.

Atividade 2 – Caminhada pelo espaço

Organização: Dispostos pela sala caminharão livremente e, logo, serão guiados pelas palavras da professora para a realização dos exercícios.

Descrição: Caminhada livre e guiada. Os alunos caminharão livremente pelo espaço se relacionando e conhecendo o mesmo. Logo, a professora indicará que acelerem o passo, a seguir que diminuam e, assim, variando o ritmo até que estejam aquecidos.

Objetivo: Relacionarem-se com o espaço, aquecimento e concentração para o trabalho de construção de personagem.

Materiais: Corpos.

Duração: 10 – 20 minutos.

Atividade 3 – Exercício 1 do livro *Para o Ator*, de Michael Chekhov

Organização: Em pé, dispostos pelo espaço como melhor lhes aprouver. De preferência, sendo possível a professora os observar.

Descrição: “Faça uma série de movimentos amplos, mas simples, usando o máximo de espaço a sua volta. Envolver e utilize o corpo todo. Movimente-se com suficiente vigor mas sem forçar desnecessariamente os músculos. Devem-se executar movimentos que “representem” o seguinte: *Abra-se completamente*, escancarando os braços e espalmando as mãos como se estivesse abrindo as asas para alçar voo, com as pernas bem separadas. Mantenha-se nessa posição expandida por alguns segundos. Imagine que está ficando cada vez maior. Volte à posição original. Repita o mesmo movimento numerosas vezes. Conserve presente em seu espírito a finalidade do exercício, dizendo a si mesmo: “Vou despertar os músculos adormecidos de meu corpo; vou anima-los e usa-los.”

Agora *feche-se* cruzando os braços sobre o peito e colocando as mãos nos ombros. Ajoelhe-se em um ou ambos os joelhos, inclinando a cabeça para frente e para baixo. Imagine que está ficando cada vez mais pequenino, enroscando-se, contraindo-se como se quisesse desaparecer corporalmente dentro de si mesmo e como se o espaço a sua volta estivesse encolhendo. Um outro conjunto de seus músculos será acordado por esse movimento de contração.

Volte para a posição ereta e *projete* seu corpo para a frente sobre uma perna, abrindo um ou ambos os braços. Faça o mesmo movimento de alongamento lateralmente, para a direita, para esquerda, usando o máximo de espaço que puder a sua volta.

[...]

Faça movimentos diferentes, amplos, bem modelados como se estivesse, sucessivamente, *lançando* alguma coisa em distintas direções, *erguendo* algum objeto do chão, *segurando-o* bem acima de sua cabeça ou *arrastando-o empurrando-o, atirando-o* para o alto. Tais movimentos devem ser completos, com suficiente vigor e num ritmo moderado. Evite os movimentos de dança. Não retenha a respiração enquanto se movimenta. Não se apresse. Faça uma pausa após cada movimento.

Esse exercício dar-lhe-á aos poucos um vislumbre das sensações de liberdade e de vida mais plena. Deixe essas sensações impregnarem profundamente seu corpo, como as primeiras qualidades psicológicas a serem absorvidas.”

Objetivos: Aquecer os corpos dos alunos, os tornando disponíveis as improvisações. Despertar a musculatura. Trabalhar movimentos, direções, sensações em seus corpos de acordo com as variações de movimentos e ritmos. Prepara-los para os exercícios com os fatores de movimento.

Materiais: Corpos.

Duração: 20 minutos.

Atividade 4 – Repetição da cena (aula passada) guiada pela partitura

Organização: Os alunos dispostos pelo espaço, sem contato um com o outro.

Descrição: Cada aluno no seu espaço passando a micro cena em partitura com os ritmos devidos para sua personagem e situação vivenciada. Acrescentando duas espécies de movimento definidas por eles mesmos, antes de iniciar o exercício.

Objetivo: Memorizar na mente e no corpo, os movimentos de cada micro cena, exercitando, desenvolvendo e aprendendo mais sobre as qualidades de movimento da técnica chekhoviana.

Materiais: Corpos.

Duração: 30 minutos – 40 minutos.

Atividade 5 – Entrevistas com as personagens

Organização: No mesmo local em que se encontravam na atividade anterior.

Descrição: A proposta é entrevistar os personagens para que estimulem a construir e se apropriar cada vez mais de suas personagens. Como exemplo: maneira de andar, falar, olhar, se movimentar, se relacionar com os outros (nesse caso, repórter/professora).

Objetivos: Trazer a existência com mais clareza as características físicas da personagem para que o ator/atriz tenha mais segurança na interpretação.

Materiais: Corpos e a imaginação criativa.

Duração: 10 – 15 minutos.

Atividade 6 – Improvisação: Exercício nº 2 da página 204 à 206 do livro Para o Ator (Michael Chekhov)

Organização: Primeiro momento sentados. Segundo momento, arrumando a sala (cenário) para improvisarem a história que ouviram.

Descrição: A professora leu para os alunos o exercício de improvisação escolhido. Os alunos não tiveram tempo para combinar, somente para arrumar a sala. Então, improvisam de acordo com o que escutaram.

Exercício:

“São três horas da manhã no hospital.

Na tarde anterior, um eminente estadista estrangeiro em visita ao país sofreu um acidente de automóvel quando regressava de um banquete solene em sua honra.

O que no começo se pensava ser um ferimento sem importância na cabeça mostrou ser uma séria fratura craniana à medida que, no decorrer da noite, novos exames eram feitos. Os auxiliares do diplomata, assim como os funcionários do governo do país que ele estava visitando, mostram-se gravemente preocupados. Pela manhã, as notícias estarão correndo o mundo. Os povos de ambas as nações manifestarão o seu alarme. Assim, o mais famoso neurocirurgião do país teve de saltar da cama e ser levado às pressas ao hospital.

A improvisação começa com a sala de operações às escuras. Uma auxiliar de enfermagem entra e acende as luzes. O superintendente do hospital entra em seguida, logo acompanhado de enfermeiras, a quem ordena que preparem a sala para a grande operação de emergência. Em rápida sucessão, aparecem o médico responsável pelo diagnóstico, o especialista em raio X e o anestesista. Todos se entregam a suas respectivas tarefas com semblante preocupado e desenvoltura profissional.

A atmosfera é de grande expectativa e de responsabilidade extraordinariamente pesada. A reputação do hospital e o destino das relações futuras entre os dois países dependem do êxito da operação.

O grande neurocirurgião não tarda a aparecer também. Examina o laudo do colega que fez o diagnóstico e as chapas de raio X, confere o equipamento e o pessoal, dá novas instruções. Então, as enfermeiras auxiliam a ele e a seus assistentes a lavar as mãos e a vestir toda a indumentária cirúrgica. Quando tudo está a postos, o paciente (mais imaginário do que real) é trazido na maca e transferido para a mesa de operações. Está anestesiado e recebeu transfusões de sangue.

Finalmente, a operação começa nessa **atmosfera tensa**, com o célebre cirurgião e dois assistentes debruçados sobre a cabeça do paciente. A maior parte dessa ação é em pantomima, e os instrumentos e demais parafernalias são passados e retirados principalmente por sinais de mãos.

Mas, durante a operação, desenvolve-se uma crise. O anestesista adverte que o pulso do paciente está ficando perigosamente baixo e sua respiração mais pesada e espasmódica. As indicações e reações são de que o paciente está fugindo rapidamente ao controle médico. É um momento de enorme tensão. Em consequência disso, o neurocirurgião é compelido a tomar uma decisão drástica: injetar uma nova droga, que o paciente talvez não seja capaz de suportar em suas condições atuais ou que lhe prolongará a vida até que a cirurgia esteja concluída e suas funções normais recuperadas. É uma probabilidade de meio por meio. O cirurgião ordena que a nova droga seja injetada.

A operação prossegue. Alguns instantes depois o anestesista, agora o centro das atenções, informa que o pulso está ficando mais forte e a respiração melhor. O paciente está resistindo e aguentando firme. A tensão diminui um pouco.

Finalmente, a operação termina – e coroada de êxito.

O paciente é levado na maca para fora. Assistentes e demais pessoas parabenizam o grande cirurgião por sua perícia e audácia. A atmosfera é de grande satisfação, enquanto as enfermeiras ajudam os médicos a despir suas vestimentas cirúrgicas e a lavar-se.

Quando alguns dos médicos assistentes estão prestes a partir, fazem uma pausa para repetir suas congratulações ao grande homem e despedir-se dos colegas. Nesse meio tempo, as enfermeiras estão arrumando a sala e saem, uma por uma, quando concluem suas tarefas.

Todos se dispersaram, exceto o cirurgião e a auxiliar de enfermagem. Ela o ajuda a vestir o sobretudo e acompanha-o até a porta. Ele dá uma olhada pela sala onde um grande evento histórico acabara de

ocorrer. Sua satisfação é evidente. A jovem auxiliar de enfermagem apaga as luzes e cai o pano, tal como subira, sobre a sala de operações às escuras.”

Objetivos: Desenvolve a atenção, memorização, decisões e soluções rápidas em relação a espaço, personagens e posições de ambos. Instigar a improvisação, para que não tenham medo de se arriscar em cena.

Materiais: Corpos.

Duração: No máximo 20 minutos entre leitura, arrumação de sala e improvisação.

Atividade 7 – Considerações dos alunos sobre a aula em geral

Organização: Sentados.

Descrição: A professora abordará os alunos sobre o que acharam, concluíram e quais sensações tiveram realizando os exercícios.

Objetivo: Saber o que os alunos pensam sobre as aulas, sobre a técnica e o que sentem em seus corpos realizando os exercícios. Provocar a reflexão e exposição dos alunos a respeito do que estão desenvolvendo em sala de aula.

Materiais: Corpos.

Duração: 10 minutos – 15 minutos.

Relato da 3ª aula

Participantes: Thales e Fernanda.

Atividades e avaliação:

- 1) Aquecimento e alongamento: Ocorreu tranquilamente. Porém, a Fernanda estava com dificuldade de concentração. O Thales é concentrado.

Atividade extra: Exercício dos “Olhos” de Maurice Durozier, do Théâtre Du Soleil. Se trata de um exercício em que cada participante eleva suas mãos até seus olhos e com os dedos polegar (localizados na parte inferior) e indicador (na parte superior dos olhos) faz-se o movimento de abrir o máximo que puder e sustenta a posição. Então, o exercício baseia-se em trabalhar (olhar) em todas as direções. Objetivo: Preparação do ator, proporcionando um *time*

aprimorado da cena para o mesmo. Também contribui para uma atenção e sensibilidade aguçadas do ator em relação a sua interpretação e em relação a afinidade com seus parceiros de cena. Proporciona soluções rápidas em palco, devido ao treinamento do poder de observação em relação ao espaço e a todos os envolvidos. “Como se tivéssemos olhos, mesmo atrás da cabeça). Resultado: Gostaram bastante. Trabalhou a concentração para ambos, principalmente para a Fernanda que gosta de tecer comentários durante os exercícios. Como ela começou a rir em determinado momento, propus que se virassem de costas um para o outro. Então, concluíram o exercício.

- 2) Caminhada pelo espaço: Caminharam livremente pelo espaço, primeiramente se relacionando consigo mesmos e com a sala, mantendo o foco durante a caminhada. Logo a professora os conduziu a caminharem mexendo todos os membros de seu corpo, variando níveis e ritmos. Em seguida, acrescentando um centro imaginário no peito, logo nas mãos, e assim, mesclando peito e mãos de acordo com a orientação da professora. Resultado: Ficaram mais disponíveis e uma melhor flexibilidade em seus corpos foi percebida.
- 3) Exercício 1 da página 6 do livro “Para o Ator”, de Michael Chekhov. Resultado: Os objetivos foram alcançados após um tempo trabalhando e os questionando sobre seus limites e o que estavam mostrando. Então, se entregaram mais e foram além das barreiras físicas. Claro, jamais os induzindo a sentirem dor demasiadamente.
- 4) Partitura e repetição. Resultado: Ensaíram suas partituras 10 vezes. A do personagem do Thales tinha as qualidades de movimento irradiação e flutuação, já a da Fernanda possuía a de irradiação e voo. Quando foram mostrar estavam concentrados e apropriados das características de suas personagens.
- 5) Entrevistas com a personagem de cada. Resultado: Avançaram no desempenho da construção de suas personagens. Contaram algumas coisas que registrei.

Thales: Padre Josué tem 97 anos de idade; 64 filhos e 57 esposas; muitas propriedades, sendo algumas, 7 xácaras. Fernanda: Julia nasceu no México e tem 26 anos. Foi casada, hoje é divorciada. Tem uma filha de 5 anos que estava junto com ela quando passavam pelo local do acidente. Moram em São Paulo

(capital). Socorreu Patrícia após o acidente. Estava passando pelo lugar e, coincidentemente, era sua amiga que estava ali.

OBS: Foi uma ideia que tive, como uma maneira de provocá-los na construção de personagem, vestindo o corpo imaginário.

- 6) Improvisação: Sala de operações. Exercício 2 da página 204, do livro “Para o Ator”, de Michael Chekhov. Resultado: Bom! Improvisaram tudo que ouviram a professora ler. A Fernanda se atrapalhou no início em relação as funções da personagem dela, no que diz respeito a estar atenta ao médico (Thales) para alcançar os instrumentos. Logo, se afinaram.
- 7) Bate-papo com os alunos para saber o que mais gostaram de trabalhar e suas sensações. Resultado: O Thales saiu primeiro, pois tinha compromisso com o balé. Ele disse que após a realização dos exercícios sente como se tivesse outro corpo. Gosta de trabalhar com a *irradiação*. Achou interessante o último exercício de improvisação, pois não puderam combinar a respeito. Considerou um desafio ter trabalhado com outro personagem (o médico) durante a mesma aula.

A Fernanda gostou bastante do exercício 1 do livro do Chekhov, *Para o Ator* que desenvolve as dimensões dos movimentos corporais. Acha interessante a repetição, pois realmente se fixa na mente os movimentos e não se esquece mais. Gostou também da última improvisação, em relação a ouvir a história e não combinar antes de fazer. Considerou improvisação pura!

APÊNDICE D

4º PLANO DE AULA

1 Dados:

Professora: Paula Brandão

Local: Assis Brasil

Dia da semana/horário: Segunda-feira – Das 13h30 às 16h

Sala: Audiovisual

Data: 20/10/2014.

2 Objetivos: Que os alunos percebam as atmosferas relatadas nos exercícios de improvisação do livro *Para o Ator*, e possam trabalhar com as características ou reações da personagem em determinada situação.

3 Conteúdos:

- Atmosfera;
- Aquecimento corpóreo-vocal;
- Concentração;
- Exercícios aeróbicos;
- Improvisação;
- Individualidade criativa;
- Técnica Psicofísica com vários conteúdos.

4 Desenvolvimento das atividades

Atividade 1 – Exercícios de aquecimento corpóreo-vocais

Organização: Todos em pé dispostos em círculo.

Descrição: 1º) Passar a língua no vestibulo oral, pois propicia uma excelente reorganização muscular e uma melhor qualidade vocal, irrigando as pregas vocais.

2º) Varrer o palato (salivação e fortalecimento da musculatura). Logo, girar a cabeça para a esquerda e direita em movimentos circulares, relaxando os músculos do pescoço (duas vezes).

3º) Em pé, levantar os braços, esticando-os o máximo que conseguir. Buscando com as mãos alcançar algo imaginário, tocando com as mãos uma na outra (inspirando). Repetir por cinco vezes. Logo, deixar cair o tronco e a cabeça com os membros superiores (braços), sustentados pelas pernas e joelhos flexionados. Se balançar suavemente, ainda com a cabeça para baixo. Em seguida, girar o tronco para os lados, com os braços suspensos e as mãos, riscando no chão um desenho imaginário em forma de “8” ou símbolo do infinito.

4º) Desenrolar a coluna, subindo lentamente. Erguendo por último, a cabeça. Passar a língua no vestibulo oral mais uma vez.

5º) Em pé, aquecer articulações com sonorização. Simultaneamente com a respiração, mexer as mãos, girando os pulsos e movimentando os dedos, expirando em sons de “s”, “f” e “x”.

6º) Novamente, passar a língua no vestibulo oral.

Objetivos: Contato com as estruturas vocais do corpo, pretendendo a compreensão de noções como respiração diafragmática atrelada aos exercícios corpóreo-vocais. Assim, preparando a voz e o corpo para as cenas.

Materiais: Corpos.

Duração: 30 minutos.

Atividade 2 – Exercício do “8”

Organização: Em pé formando uma roda.

Descrição: Pulando oito vezes de frente uns para os outros. E oito vezes para trás. Quatro vezes para frente e para trás. Duas vezes para frente e para trás. E por último, um pulo para frente, outro pulo virando para trás e finalizando com o último pulo para frente.

Objetivos: Aquecimento e preparação corporal para desenvolver ritmo.

Materiais: Material humano.

Duração: 5 minutos.

Atividade 3 – Exercício de relaxamento

Organização: Os alunos deitados ao chão de olhos fechados.

Descrição: O exercício é conduzido por estímulos verbais do professor aos alunos. Primeiramente, começar a dar atenção a respiração. Logo, o condutor retoma o fim de semana dos alunos, trabalhando as emoções através das lembranças, pensando nas pessoas que encontrou e as que gostaria e não teve a oportunidade; nas situações boas e ruins; pensando em soluções para os problemas enfrentados. A proposta é respirar fundo e deixar para trás o que realmente já passou, pois novas oportunidades chegam com a semana que se inicia.

Exercício 2 da série reflexão: Prestar atenção nos sons que consegue escutar para além da escola, os sons da rua: trânsito, pessoas, etc. Logo, ouvir com atenção os sons do pátio. E finalmente, prestar atenção nos sons da sala e nos sons de seu corpo. Atentando para as sensações do seu corpo (local mais relaxado, mais dolorido, mais pesado, mais pressionado, mais tensionado).

Exercício 3: Colocarei a música *Flor, minha flor*, do Galpão do *cd*. A proposta será que escutem a música, ainda de olhos fechados. Quando terminarem, abrirão os olhos devagarinho e passarão para o papel as imagens que lhe vieram em mente enquanto ouviam a canção. Pode ser em forma de desenho, palavras ou frases.

Objetivos: Que os alunos possam se autoconhecer no processo de interiorização proporcionado pelos exercícios de relaxamento. Libertarem-se de pensamentos negativos, expulsando com a força de seu pensamento as energias densas. Prepararem-se para a interpretação.

Materiais: Corpo dos alunos-atores; músicas; papel e caneta.

Duração: 15 – 30 minutos.

Atividade 4 – Exercício 1 do livro do Chekhov, *Para o Ator*, já trabalhado nas aulas anteriores.

(ver APÊNDICE C, atividade 3)

Atividade 5 – Improvisação

Organização: Os alunos dispostos pela sala como quiserem para se preparar para improvisar.

Descrição: A improvisação possuirá as qualidades de movimento, já trabalhadas. A professora escolherá durante a aula, as situações para improvisação.

Objetivos: Desenvolvimento da imaginação, *individualidade criativa*, do espírito de *ensemble*. Explorar o trabalho psicofísico, através da expressão corporal e das características corporais ativadas pelas qualidades de movimento na construção de personagem.

Materiais: Corpos.

Duração: 30 – 40 minutos, pois serão várias improvisações.

Atividade 6 –

Improvisação de micro cena através do desenvolvimento da partitura, como trabalhado nas aulas anteriores.

Organização: Treinarão todos ao mesmo tempo, porém individualmente, onde lhe aprouver no espaço. Logo, apresentarão um por vez.

Descrição: Os alunos exercitarão a partitura de micro cenas desenvolvidas por eles no estúdio, podendo aprimorá-las. Repetirão várias vezes pensando na *flutuação* e *irradiação*. Depois, mostrarão o exercício sem uma música tocando, e logo mais, com uma música que será escolhida no momento.

Objetivos: Trabalhar a memorização corporal e caracterização de personagem através das qualidades de movimento na improvisação.

Materiais: Corpos.

Duração: 25 – 40 minutos.

Atividade 7 - Exercício de derretimento de máscara

(ver APÊNDICE A, atividade 4)

RELATO:

Contexto: Estava presente uma aluna que ainda não tinha participado desses encontros extras - A Stéphanie. Ela explicou que todas as segundas, sua mãe precisou sair, e só tem ela para ficar em casa, cuidando de seu irmão de dois anos. Estava motivada de estar ali e ficou chateada de não ter podido estar nos outros 3 encontros.

Atividades e avaliação:

- **Aquecimento e alongamento.** Os mesmo de sempre, dando atenção para cabeça, pescoço, membros superiores e inferiores, mãos e pés. Exercícios do plano da 1ª aula e da 3ª. Acréscimo: Ao chão, o exercício de borboleta. Outro exercício de alongamento com as pernas erguidas, abrindo e fechando, e também, em forma de tesoura (como se cortasse o ar). Outro exercício: deitada ergue uma perna, enquanto mantém a outra esticada ao chão. Logo, abaixa a perna que estava esticada, em forma de triângulo por cima da perna que está esticada no chão, virando o corpo (torcendo o tronco) no sentido da perna dobrada, virando a cabeça para o lado contrário, esticando o braço contrário. Fazer para direita e esquerda. Alonga as musculaturas e articulações.

- **Realizamos o exercício aeróbico do “8”.** Resultado: A Stéphanie e eu sentimos nossa musculatura aquecida e nossos corpos preparados para os exercícios. A temperatura do dia já estava mais elevada. Respiramos fundo e repetimos o exercício.

Reflexão e relaxamento. Interiorização.

Desenvolvimento: A aluna deitada no chão de olhos fechados, primeiramente, começa a dar atenção a sua respiração. Logo, pedi retomasse seu fim de semana, pensando nas pessoas que encontrou e as que gostaria e não teve a oportunidade; nas situações boas e ruins; pensando em soluções para os problemas enfrentados. A proposta é respirar fundo e deixar para trás, pois novas oportunidades chegam com a semana que se inicia.

Exercício 2 da série reflexão: Prestar atenção nos sons que consegue escutar para além da escola, os sons da rua: trânsito, pessoas, etc. Logo, ouvir com atenção os sons do pátio. E finalmente, prestar atenção nos sons da sala e nos sons de seu corpo.

Atentando para as sensações do seu corpo (local mais relaxado, mais dolorido, mais pesado, mais pressionado, mais tensionado).

Exercício 3: Coloquei a música do Galpão do *cd*. Propus que ela escutasse a música, ainda de olhos fechados. Quando terminasse, abriria os olhos devagarinho e iria passar para o papel as imagens em forma de desenho, palavras ou frases que surgiram em sua mente quando ouvia a canção.

- Exercício 1 do livro do Chekhov, *Para o Ator*, já trabalhado nas aulas anteriores.

Resultado: Superação dos limites corporais. A Stéphanie sentiu a diferença que seu corpo toma com a variação dos movimentos de ampliação (grandes) e contração (pequenos, miúdos). Esse exercício foi realizado pensando na Vanessa sua personagem, criada no estágio II.

- Improvisação: Pedi que a Stéphanie, no corpo da Vanessa estivesse em casa nas tarefas domésticas. Enquanto, estava varrendo a casa, sentiu o cheiro da comida que estava cozinhando e se dirige para o fogão. Ela improvisou a micro cena com as 4 espécies de movimento. As que mais se salientaram foi a flutuação e modelagem. Stéphanie disse que se eu não falasse, ela não teria percebido as mudanças. Então, repetimos o exercício e convidamos um colega da outra turma para ser espectador. Stéphanie percebeu as mudanças e ficou impressionada como os movimentos mudam com as diferentes espécies. O nosso espectador, chamado Brenan, conclui o mesmo, dizendo que na modelagem ela estava mais “calma”, entendemos a expressão “calma” como a realização de movimentos mais seguros, ao imaginar que a personagem estava modelando o ar, tanto no seu caminhar, como no mexer a comida dentro da panela.

- Improvisação da microcena através do desenvolvimento da partitura, como trabalhado com outros os colegas nas aulas anteriores. A Stéphanie representou sua personagem Vanessa na festa que Patrícia estava antes de sofrer o acidente que lhe tirou a vida. Vanessa preparava *drink's* e encenou o momento que entregou o último drink para Patrícia. A aluna fez o exercício várias vezes pensando na flutuação e irradiação. Depois, mostrou o exercício sem uma música tocando e logo mais, com uma música, com o auxílio do Brenan, do 1º EMP4 (o espectador do exercício anterior). A música era *Lindona* do MC GUIME. A música proporciona uma liberação

corporal, mas a aluna estava tão concentrada que não teve alteração em seus movimentos. Quando partimos para o exercício numerando a partitura, ela ficou mais tensa.

- Entrevista com Vanessa para investigação do acidente e reconstrução dos fatos. A proposta é de a atriz ir construindo a personagem, elencando suas características físicas e psicológicas em busca do GP a ser trabalhado nas próximas aulas. Personagem Vanessa: Tem 26 anos e nasceu numa cidade do interior de Minas Gerais, porém passou a maior parte de sua infância e juventude em BH. Detesta falsidade e não gosta que as pessoas opinem sobre sua vida pessoal. Há 6 anos que trabalha como *bargirl*. Namora um cara de 28 anos, e prefere morar sozinha porque é muito ciumenta (durante a conversa, reforçou por duas vezes que é ciumenta). Acha que se morassem juntos, faria marcação cerrada com o namorado, fuçando em seu celular e controlando a vida dele. Sua relação com a Patrícia começou com uma amizade influenciada pela amizade de suas mães, porém não eram amigas íntimas. Se encontravam sempre na balada, devido ao seu trabalho, por ambas gostarem da noite.

Contou que Patrícia estava acompanhada de muitos amigos e todos tentaram impedir que ela dirigisse, pois aquele dia estava muito alcoolizada. Acredita que seus amigos não têm responsabilidade sobre a morte de Patrícia no sentido de ser algo planejado por algum deles (ou de simples negligência), pois ela fez sua escolha de beber e dirigir, não ouvindo as pessoas.

- Exercício de derretimento de máscara realizado na 1ª aula. A Stéphane fez sem dificuldade alguma. Repetimos 4 vezes. Com ele, provoquei a aluna na projeção de voz em diferentes direções, e respondendo as minhas entonações, ela também mudava a forma de falar “Meu nome é Stéphane”, devido aos sentimentos que surgiam em ritmo acelerado.

Finalização: Fiz massagem na aluna.

Término da aula: 16h. Contendo um intervalo de 5 minutos antes da atividade 6.

Não estava prevista no plano de aula.

Registrei alguns exercícios através de fotos.

APÊNDICE E

5º PLANO AULA

1 Dados:

Professora: Paula Brandão

Local: Assis Brasil

Dia da semana/horário: Segunda-feira – Das 13h30min às 16h

Data: 27/10/2014.

2 Objetivos: Que os alunos exercitem *corpo* e *centro imaginário*, a fim de desenvolver seu *eu criativo* através da imaginação, para que durante as improvisações e exercícios com os GP's definam ainda mais os traços psicofísicos de sua personagem.

3 Conteúdos:

- Aquecimento corpóreo-vocal;
- *Centro imaginário* e *corpo imaginário*;
- Concentração;
- Construção de personagem;
- GP's;
- Identidade;
- *Individualidade criativa*;
- Ritmos e suas variações.

4 Desenvolvimento:

1ª atividade – Aquecimento corpóreo vocal, alongamento em vários níveis e relaxamento

(ver APÊNDICE A, atividade 1)

Duração: 30 – 40 minutos.

2ª atividade – Caminhada pelo espaço
(ver APÊNDICE A, atividade 3)

OBS: Acréscimo de caminhada com alteração de ritmos buscando as características das suas personagens.)

Duração: 20 – 25 minutos.

3ª atividade – Exercício com o centro imaginário e movimentos comandados por ele

Organização: Cada aluno disposto no seu lugar.

Descrição: Se movimentarão movidos pela energia em seu peito que conduzirá todos os membros de seu corpo e órgãos. Primeiro, intuitivamente, em seguida, conduzidos por comandos da professora.

Objetivos: Que possam trabalhar através do centro imaginário, a construção de suas personagens, as características corporais e psicológicas das mesmas, mas que consigam experimentar através da força de vontade as sensações que a energia do centro imaginário distribuirá aos seus corpos.

Materiais: Material humano.

Duração: 15 – 20 minutos.

4ª atividade – Improvisação sorteada e com estímulos de objetos

Organização: Dispostos pela sala.

Descrição: A professora preparará papéis em branco e ao início da aula pedirá aos alunos que escrevam temáticas que desejem tratar em suas improvisações. Os temas serão decididos na hora e sorteados. Dois ficarão para a aula do dia 27/10 e os outros dois para 3/11.

Objetivo: Desenvolver a improvisação. Decisão rápida. Afinidade no palco. Interpretação. Trabalhar as personagens com suas espécies de movimento.

Materiais: Objetos (boneca, fone de ouvido, chaveiro com uma chave, um rolo de papel higiênico) e figurino (bolero jeans e chapéu). Maquiagem. Corpos.

Duração: 30 minutos.

RELATO:

Aula filmada com o consentimento dos alunos. Talvez seja introduzida em dvd no TCC, com a autorização de seus pais.

Contexto: Dia quente. Os 4 alunos presentes. Que alegria! Mesmo o Thales precisando sair às 15h10min devido ao *ballet*, a aula foi muito proveitosa. Avançaram bastante na técnica chekhoviana e na compreensão da mesma.

1ª atividade: As meninas avançaram na respiração diafragmática. Fernanda e Beatriz estavam com dificuldade de concentração. Thales e Stéphane concentradíssimos. Também obtiveram crescimento nos exercícios de alongamento, em plano baixo (ao chão).

2ª atividade: Caminhada tranquila. Respondem aos comandos com diligência. Fizeram os exercícios com foco e desequilíbrio muito bem. A Stéphane que ainda não conhecia, aprendeu com a Beatriz. Percebi uma integração do grupo. Um espírito de cooperação. Fiquei feliz!

3ª atividade: Centro imaginário no peito. Na medida em que os alunos realizavam suas movimentações irradiavam a energia do peito que os movia, enquanto falavam frases todos ao mesmo tempo, cada vez mais projetando a voz. Observei que o exercício os tirou da zona de conforto, e desenvolveu sua *força de vontade*, que Chekhov tanto aborda em seu livro, como base para ação.

4ª atividade: “Gesto psicológico”. Pedi que fizessem gestos, podiam começar com gestos cotidianos, mas deveríamos chegar nos GP’s. Então, os conduzi a movimentarem seus corpos explorando as qualidades de movimento de suas personagens. Foram avançando, e logo, obtivemos um movimento para Vanessa, a personagem da Stéphane, uma partitura para Patrícia a personagem da Beatriz, e por fim, um movimento para Julia, a personagem da Fernanda. Pedi que fizessem até chegar em seu limite. Quando cansaram, as conduzi a continuarem e falando todas

ao mesmo tempo em voz alta sobre suas personagens. Para finalizar, ajudei uma a uma a finalizar seu GP, ou seja, como Stéphane tinha um movimento: tiramos a foto deste e tornou-se o GP de Vanessa; Beatriz tinha composto uma partitura, na qual escolheu um gesto para ser seu GP; e Fernanda estava com mais dificuldade (no sentido de estar encabulada), porém já tinha seu GP, o qual foi extraído de um movimento de levar as mãos para frente e para trás, quando as mãos leves com a espécie de movimento (voo) chegavam a frente, se tocavam, foi aí que Fernanda decidiu que o GP de sua personagem seria ficar com as mãos dadas em frente ao ventre.

5ª atividade: Os alunos escreveram em seus papéis e foram escolhidos dois temas para essa aula e os outros dois para a aula da semana que vem (3/11/14). Os temas sorteados foram: câncer e poluição. Tinham objetos para estimulá-los na improvisação, são eles: chapéu, fone de ouvido, chaveiro com uma chave, boneca de pano e porcelana; um rolo de papel higiênico; um bolero jeans. Também tinha um estojo de maquiagem, lhes dando a opção de se maquiarem. O Thales já tinha ido embora, mas as 3 meninas se maquiaram. Partimos para a improvisação!

A primeira foi sobre o câncer. As meninas estavam concentradas durante a improvisação. Principalmente, a Fernanda e a Beatriz que geralmente riem durante as cenas. Gostei bastante do resultado, pois mantiveram suas personagens. A micro cena se passou numa praça e as amigas consolaram a amiga que descobriu que está com a doença.

A segunda improvisação se passou num escritório de vendas, localizado no *atelier* da allmofadas.com. Como o tema era poluição, decidiram falar de sustentabilidade. Reciclagem de produtos para confecção de novos produtos, estes para decoração de ambientes cobertos e ao ar livre. Uma era a vendedora e as outras duas foram comprar. Ambas saíram satisfeitas com a negociação. A atividade teve duração de 20 minutos no total.

6ª atividade: As meninas escreveram sobre a aula. Registraram o que mais lhes chamou atenção entre os exercícios, suas descobertas, sensações e dificuldades. Nos despedimos às 16h30min. Avançamos no horário, pois fizemos um intervalo de 25 minutos.

APÊNDICE F

6º PLANO DE AULA

1 Dados:

Professor (a): Paula Brandão

Local: Assis Brasil

Dia da semana/Horário: Segunda-feira - Das 13h30min às 16h.

Sala: Audiovisual

Data do encontro: 3/11/2014

2 Objetivos: Visto que será a última aula do encontro, os alunos serão avaliados em relação ao desempenho do trabalho durante o tempo de projeto, analisando os resultados individuais e em grupo sobre os conteúdos psicofísicos desenvolvidos. Que eles possam refletir sobre o que a técnica psicofísica acrescentou para eles e o que o teatro provocou em suas vidas.

3 Conteúdos

- Aquecimento corpóreo-vocal;
- Identidade;
- Improvisação;
- Interpretação;
- Relaxamento;
- Técnica chekhoviana abrangendo os conteúdos: *centro e corpo imaginário; gestos psicológicos; imaginação; individualidade criativa, qualidades da obra de arte; qualidades de movimento.*

Atividade 1 – Exercícios corpóreo-vocais

Organização: Em pé formando um círculo. Se necessário, explorar os outros níveis.

Descrição: Exercícios ministrados nas aulas anteriores. Porém, nesse último dia de aula, a professora vai propor para os alunos que eles conduzam o aquecimento baseados no que recordam. (ver planos de aula 1 e 3).

Objetivo: Que eles saibam e experimentem se determinar e conduzir a aula, estimulando a memória corporal. Despertar o “eu criativo”. Aquecer o corpo e a voz para as improvisações.

Materiais: Corpo humano.

Duração: 30 – 50 minutos.

Atividade 2 – Caminhada

Organização: Caminhada pelo espaço.

Descrição: Caminhada livre e guiada. Os alunos caminharão livremente pelo espaço se relacionando com o mesmo. A seguir, os alunos serão guiados pelo som de uma música (*Pa bailar*, Bajo Fondo), movimentando o corpo todo. Quando a música terminar, a professora indicará que acelerem o passo, a seguir que diminuam e, assim, variando o ritmo até que estejam bem aquecidos. Nesse exercício, também serão trabalhadas as qualidades de movimento.

Objetivo: Relacionarem-se com o espaço, aquecimento e concentração para o trabalho de construção de personagem.

Materiais: Corpos e música (tango eletrônico).

Duração: 10 – 15 minutos.

Atividade 3 – Exercitar o gesto psicológico

Organização: Espalhadas pelo espaço.

Descrição: Treinar seu gesto psicológico, movimentando-se. Logo, congelar. (Serão fotografados)

Objetivo: Incorporar a personalidade da personagem e exteriorizar as suas características físicas. Preparação para as improvisações. Compor mais detalhes na personagem.

Materiais: Corpos.

Duração: 15 – 20 minutos

Atividade 4 – Improvisação indicada pela professora

Organização: Se utilizaram do espaço delimitado como palco para improvisação.

Descrição: Improvisarão uma cena com um lugar definido “praia”, e uma situação “onda gigante” destrói quase tudo por onde passa.

Objetivo: Trabalhar atmosfera, individualidade criativa, corpo e centro imaginário. Mais um exercício para que os alunos se concentrem na incorporação da personagem.

Materiais: Corpos e se precisarem algum objeto da própria sala ou pessoal.

Duração: 15 minutos, entre combinar e mostrar.

Atividade 5 – Improvisação chekhoviana

Organização: Todos os alunos em cena.

Descrição: Improvisação número 5, página 214 à 215, do livro de Michael Chekhov.

Objetivo: Desenvolver a percepção e a experimentação com os conteúdos chekhovianos presentes no exercício. Preparação para a obtenção das qualidades artísticas, necessárias para uma boa interpretação, através do exercício de improvisação.

Materiais: Corpos e livro do Chekhov.

Duração: 20 minutos entre leitura e apresentação.

Atividade 6 – Improvisação – Exercício 10, página 220 – 223, do livro *Para o Ator*, de Michael Chekhov

Organização: A mesma das improvisações anteriores.

Descrição: Os alunos lerão o exercício. Terão um tempo para combinar. Em seguida, improvisarão. Se for preciso, repetirão a improvisação.

Objetivo: Desenvolvimento dos conteúdos da técnica psicofísica para o aperfeiçoamento das características da personagem.

Materiais: Corpos e livro. Algum objeto seu ou do próprio ambiente.

Duração: 20 – 30 minutos entre ler, combinar, apresentar e comentar.

Atividade 7 – Exercícios das partituras trabalhadas em aula: 1º momento com outro desfecho sob o original; 2º momento a encenação original

Organização: Em grupo.

Descrição: Foram trabalhadas micro cenas das personagens, individualmente e em conjunto, durante as aulas em forma de partitura. Na aula de hoje, improvisarão um outro desfecho, ou seja, encontrarão outra solução para o enredo da encenação.

Objetivo: Trabalhar a memória corporal e as qualidades da obra artística, no sentido de como os alunos resolvem as mudanças na improvisação.

Materiais: Corpos e alguns objetos pessoais ou presentes no espaço.

Duração: 15 – 20 minutos.

Atividade 8 – Improvisação de micro cena real

Organização: A mesma do exercício anterior.

Descrição: Os alunos, improvisarão a cena original com sua dramaturgia própria.

Objetivo: Que os alunos desenvolvam as mudanças repentinas, a memória corporal, a variação de ritmos para que as qualidades da obra de arte estejam presentes em suas criações.

Materiais: Corpos e objetos.

Duração: 15 – 20 minutos.

Atividade 9 – Derretimento de máscara

Organização: Sentados em círculo.

Descrição: Ao inspirar, elevar a mão direita ao rosto e logo fechar os olhos, Começando pela testa, deixar a mão cair levemente pelo rosto, expirando ao mesmo tempo. Quando a mão se acomodar em sua perna, abrir os olhos e olhar para alguém da roda dizendo seu nome: “Meu nome é Juliano”; “Meu nome é Paula”; “Meu nome é Irene”; “Meu nome é “Maria Inês”. O próximo a fazer é o colega escolhido pelo jogador que falou seu nome anteriormente.

Objetivo: Concentração quando no início das atividades para preparar-se para as improvisações e interpretações. Ao fim das aulas, trabalha o verdadeiro eu do artista, sem máscaras. Busca pelo “eu interior” e pelo reencontro com o “eu cotidiano”.

Materiais: Corpos.

Duração: Pode durar de 10 – 20 minutos.

OBS: Em todos os exercícios de improvisação dessa aula, os alunos trabalharão com a mesma personagem. Terão liberdade de modificar alguns detalhes do exercício, sem alterar o tema ou circunstância dada.

4 Relato em forma de Avaliação:

- **Quantos alunos estavam presentes?** Estavam presentes as 3 alunas: Beatriz, Fernanda e Stéphane.

- **Os alunos corresponderam a proposta do primeiro exercício?** Sim. Conduziram organizadamente o aquecimento, iniciando pela parte superior na região da cabeça; num segundo momento ao tronco e membros superiores; em seguida, membros inferiores e exercícios em nível baixo, sentadas no chão. Stéphane começou com o exercício do infinito (atividade nº tal do plano tal). Beatriz, “girar o pescoço”. Stéphane “girar as mãos” (exercício tal). Fernanda “massagem facial”, “movimentar os ombros 5 x para frente/5x para trás”, “alongamento dos braços”. Beatriz conduziu aos corpóreo vocais, ajoelhadas de cabeça para baixo, repetindo os sons “a, e, i, o, u” com pausas entre eles, som de “ão” e “óum”. Fernanda aos sons de “a, e, i, o, u” sem pausas. Para os exercícios com membros inferiores e nível baixo, Stéphane conduziu ao clássico que “movimenta as pernas em borboleta”, depois sentadas, esticar as pernas tocando com as mãos, conseqüentemente, alongando os braços. A seguir, abre-se as pernas em seu limite, e deitando o tronco, estica-se os braços para frente em seu limite. Deitadas, as conduzi que conforme inspirassem, levantariam seus braços para cima, expirando e soltando o ar na medida que seus braços desciam (5x). O outro exercício, ainda deitadas, seria com as pernas dobradas e os pés ao chão, ao inspirarem elevariam o tronco, segurando 3 segundos, para soltar em som de “s”, “f”, “x”, “p”, à

medida que o tronco desce (1x para cada). Ministrei um exercício de relaxamento para esvaziarem-se de qualquer incomodo ou inquietação, presente consciente ou inconscientemente. Depois, pedi que se levantassem e movimentassem todo seu corpo aleatoriamente, explorando todos os níveis e membros. Percebi a diligência e seriedade, as quais conduziram o aquecimento. Tiveram ritmo constante, ou seja, não perderam tempo lembrando os exercícios. A medida em que uma terminava, outra propunha o próximo exercício.

- **Alguma dificuldade na caminhada?** Nenhuma. Todas se movimentaram como proposto. Soltaram-se com estímulo musical.

- **Como foi o trabalho com os GP's?** Por já estarem mais apropriadas de gestos extra cotidianos, fluiu bastante. E conseguiram concentrar-se bastante, no exercício de congelamento com o GP. O que prepara seus corpos para a interpretação.

- **Algum apontamento sobre as improvisações?** Cumpriram os tempos determinados para o processo dos exercícios de improvisação. Estavam em “estado criativo” mais apurado. Mantiveram os traços de sua personagem durante as improvisações. Observei as qualidades da obra de arte em seus corpos criativos. Muito **disponíveis** para as improvisações.

- **Houve/houveram dificuldade (s) no exercício final de derretimento de máscaras? Quais?** Sim, de concentração. A Stéphane que tinha passado pela experiência, na aula que trabalhou comigo, colaborou para mostrarmos o exercício. Lembrava direitinho. Quando fomos iniciar, a Beatriz riu. A Fernanda ficou apreensiva, demonstrando desconforto. Reiniciamos diversas vezes, até conseguirmos. Enfim, quando conseguimos completar uma rodada, repetimos o exercício com uma alteração. Ao término do derretimento de cada uma, ao falar “eu sou fulana”, a outra que foi escolhida para continuar, deveria provocar a colega, dizendo: “tu não és a fulana”, e coisas do tipo, que questionassem a sua identidade. Foi muito interessante. Quando finalizamos, nos despedimos do projeto e as levei em casa, pois chovia muito. Suas mães estavam preocupadas ligando, pois já era 16h45min.

APÊNDICE G

Plano de Aula do Estágio II

UFPel

Centro de Artes – Núcleo de Artes Cênicas

Curso de Lic. em Teatro

Disciplina: Estágio II

Orientador: Prof. Me. Mateus Gonçalves

Acadêmico (a): Paula Brandão

Data: 3/7/2014

16º PLANO DE AULA

1 Dados de identificação

- 1.1 Nome da estagiária:** Paula Brandão
- 1.2 Escola:** Assis Brasil
- 1.3 Série/turma:** 1º EMP3
- 1.4 Carga horária:** 1 hora/aula
- 1.5 Dia da semana/horário:** 3º período – sexta-feira – 9h15 às 10h00.
- 1.6 Data da aula:** 4/7/2014
- 1.7 Sala:** Sala 303, no 3º piso do prédio principal.

2 Objetivos:

- Avançar na construção de personagem;
- Desenvolver o GP's.

3 Conteúdos:

- Aquecimento corpóreo-vocal;

- *Centro Imaginário*;
- Concentração;
- Construção de personagem;
- Qualidade de movimento: *flutuação*;
- Expressão corporal;
- GP's.

4 Desenvolvimento:

Atividade 1 – Aquecimento: Caminhada com estímulos para a construção de personagem

Organização: Grupo distribuído pela sala caminhando.

Descrição: A professora indicará com comandos verbais o exercício de aquecimento. Os alunos se concentrarão nas suas personagens durante uma caminhada normal pelo espaço. Logo, a professora pedirá posturas para os alunos realizarem, envolvendo *centro imaginário* (energia concentrada em determinada parte do corpo). Exemplo: Ombros caídos e, em seguida, ombros elegantes; Nariz altivo e, em seguida, apontando para baixo; caminhada com passos largos e, em seguida, passos miúdos...

Objetivos: Que os alunos percebam em seus corpos a transformação que passaram através das simples mudanças de movimentos. Desenvolver sua concentração para realização da próxima atividade que envolve a qualidade de movimento *flutuação*.

Materiais: Material humano.

Duração: 20 minutos.

Atividade 2 – Ações com a qualidade de movimento *Flutuação*.

Organização: Dispostos nos grupos em círculo.

Descrição: Realização de ações cotidianas, integrando a qualidade de movimento *flutuação* (movimento leve e suave) à ação. Opções de ações: Andar na lua; despertar;

pintar uma tela; ler um livro; mexer um café e toma-lo; acender um cigarro e fumar; desativar uma bomba prestes a explodir.

Objetivos:

- Que os alunos experimentem a elaboração de uma ação até sua realização, pensando na qualidade de *flutuação* para os movimentos;
- Desenvolver a expressão corporal.

Materiais: Material humano.

Duração: 25 minutos.

5 Avaliação

- Compreenderam e realizaram a qualidade de movimento *flutuação*?
- Como está a construção de personagem?
- Estavam participativos?

6 Referências

CHEKHOV, Michael. ***Para o Ator***. 3ª ed. – São Paulo: Martins Fontes, 2003.

STANISLAVSKI, Constantin. ***A construção da personagem!*** Constantin Stanislavski; tradução Pontes de Paula Lima. – 21ª ed. – Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2012.

STANISLAVSKI, Constantin. ***A preparação do ator***. Rio de Janeiro: Civilização brasileira, 1982.

_____. ***A criação de um papel***. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1999.

SPOLIN, Viola. ***Jogos Teatrais: o fichário de Viola Spolin***. São Paulo: Perspectiva, 2001.

RELATO 16ª AULA

1 Atividades:

- **Atividade 1** – Ocorreu como planejado. Durante a caminhada conduzida, a professora teve dificuldade em conseguir que os alunos se separassem, pois alguns estavam em duplas, o que dificulta o trabalho de concentração e construção de personagem. Mas foi interessante, porque apareceram alguns GP's. Ao aquecimento foi acrescentado um exercício que o professor Mateus me ensinou, o da “bolinha imaginária”. Primeiramente, se joga a bolinha um para o outro em círculo. Logo, o educador engole essa bolinha, a qual percorre por vários lugares do corpo humano, alterando os movimentos. O professor Mateus que estava observando a aula nesse dia, participou desse exercício, também conduzindo. Todos gostaram!

OBS: O Nicolas e o Rafael chegaram atrasados em aula. Tentaram fazer gracinha, porém não tiveram êxito.

- **Atividade 2** – Realizaram as ações físicas com a espécie de movimento flutuação. Estavam concentrados e participativos. Alcançaram o objetivo do exercício.

2 Avaliação:

- **Compreenderam e realizaram a espécie de movimento flutuação?** Sim. Estavam concentrados e agiram com determinação durante os comandos da professora. O resultado do exercício com a flutuação teve mais desenvoltura que o da irradiação.

- **Como está a construção de personagem?** Em crescimento. Alguns alunos como Thales, Stéphane, Diuly e Christian mostraram claramente seus gestos psicológicos pelos seus personagens.

- **Estavam participativos?** Sim. Participativos, determinados e atentos. Estavam comportados, respeitaram a presença do Mateus. Gostaram dele e do exercício da bolinha.

APÊNDICE H

Questões sobre a prática teatral e a experiência com a técnica psicofísica

- 1) Qual é sua concepção sobre teatro hoje? Sua concepção mudou, depois da experiência teatral?
- 2) Quem foi Chekhov, e em que se baseiam os conteúdos da sua técnica psicofísica?
- 3) De todos os exercícios trabalhados nos exercícios chekhovianos durante o estágio, e nas aulas extraclasse, qual/quais mais gostaste de fazer?
- 4) Percebestes alguma mudança em sua visão sobre o trabalho coletivo? E alguma mudança pessoal, após o contato com a técnica psicofísica?

Anexos

ANEXO A

Exercício 5 – Paisagem marinha

“Durante dois dias, uma tempestade esteve varrendo o mar com ininterrupta violência. É desconhecida a sorte dos quatro barcos pesqueiros que tinham saído há quase uma semana e já deviam estar agora de volta.

Na praia da velha aldeia de pescadores estão reunidas as famílias dos desaparecidos e seus amigos, aguardando soturnamente sobre a chuva, espiando esperançosamente o horizonte agreste em busca de um sinal dos barcos e de seus tripulantes.

A atmosfera é de esperança, mas também de medo, misturando-se ao desespero e a uma paciência estoica nascida de longa tradição.

Num dado momento, alguém parece ter avistado um objeto distante – poderia ser um barco, talvez dois – batendo-se valentemente com a tempestade na furiosa vastidão do mar. Binóculos mais potentes revelam ser somente um barco, criando seu mastro a impressão de um outro a seu lado.

Qual dos pesqueiros seria não pode ser determinado, mas, quando se levanta e é possível obter uma melhor visão, seu convés parece estar apinhado de pescadores. Isso só pode significar uma coisa para os que estão na praia: que os outros barcos naufragaram e alguns de seus tripulantes foram resgatados por aquele.

Mas que os barcos se perderam – e quem, entre suas tripulações? O suspense é enlouquecedor, e alguns homens mais corajosos da aldeia resolvem sair para o mar em salva vidas para ajudar a rebocar o barco destroçado e seus tripulantes exaustos.

Quando cada salva-vidas vara finalmente na praia despeja sua carga de pescadores resgatados, torna-se cada e mais claro que famílias estão sofrendo perdas e quais recuperam seus entes queridos. Por exemplo, uma garotinha pensa ter reconhecido seu pai e corre para beijá-lo – para logo recuar quando perceber ser o pai de outrem.

Também perceptível a existência de barreiras psicológicas, assim como diferenças psicológicas, nas reações de ambos os lados. Os afortunados não podem expressar todo o seu contentamento tão abertamente quanto gostariam na presença da infelicidade dos outros, e os infelizes não podem ser tão desumanos que invejem

ou ignorem a alegria dos que tiveram melhor sorte, mesmo em face de suas próprias tragédias.

O que acontece então? As pessoas enlutadas distanciam-se das que jubilam e formam grupos separados, ou o quê? Como reagem numa situação como essa?” (CHEKHOV, 2010, p. 214 - 215).

ANEXO B

Exercício 10 – *Bloqueados*

“Um grupo de turistas está sendo conduzido através de uma famosa mina de cobre em Montana, mil e quinhentos metros abaixo da superfície da terra. Formam um grupo heterogêneo, um conglomerado de tipos e caracteres que dificilmente se encontrariam reunidos em quaisquer outras circunstâncias.

Além do guia, o grupo inclui (talvez entre outros) um corretor da Bolsa e um vigarista que está aguardando sua oportunidade para defraudar, a esposa do corretor, duas professoras, uma prostituta, um casal em lua-de-mel, um homicida e um detetive em sua pista, um alcoólatra incurável e uma jovem que sabe ter seus dias contados por uma doença fatal e está, portanto, preenchendo seus dias com o que talvez sejam as últimas férias de sua vida.

O elevador acaba de largá-los no fundo e volta a subir o poço, deixando os turistas para se acostumarem à penumbra e à atmosfera cavernosa. Então, justamente no momento em que o guia os instrui para que acendam suas lanternas e se prepara para conduzi-los mais adiante no interior da mina, há o estrondo ensurdecido de uma tremenda explosão. O grupo é jogado ao chão pelo impacto. Toneladas de rocha e de resíduos descem em cascata pelo poço do elevador e obstruem a entrada da mina. Pressões incalculáveis convertem os destroços numa massa compacta. Os turistas estão completamente bloqueados!

Quando se recuperam do choque da explosão e da avalanche, sofrem ainda um outro choque ao perceberem que estão seriamente emparedados. Suas naturezas ocultas vêm à tona nesses minutos de pânico. A jovem noiva grita seu terror; o corretor da Bolsa exige que o guia faça alguma coisa; sua esposa desmaia e a prostituta procura reanimá-la; o homicida e o detetive apanham duas pás e começam a cavar desesperadamente um túnel; o alcoólatra procura o frasco de bolso para um trago muito necessário, descobrindo que ficou estilhaçado – e assim por diante para o resto das personagens.

Em resumo, nessas primeiras reações ao sepultamento, o egoísmo de cada um afirma-se. Depois, quando o desenrolar dos acontecimentos indica que eles estão sendo lentamente cortados de todo contato com possíveis turmas de resgate, quando

a fome e a sede aumentam, as pilhas das lanternas começam a enfraquecer e a luz começa a se extinguir, quando se apercebem de que em virtude da avaria no sistema de ventilação, o oxigênio está sendo consumido pelos gases tóxicos subterrâneos – então o egoísmo converte-se em ódio e manifesta-se em todas as palavras e gestos.

Condenados à morte, lutam contra ela como animais cruéis e predatórios, acusando-se mutuamente por suas próprias deficiências, transferindo as responsabilidades pela situação, escarnecendo uns dos outros por sua inépcia para encontrar uma saída. Os que têm vingança em seu íntimo descarregam-na, os que têm covardia exibem-na e os que têm misericórdia e indulgência retêm-nas.

Entretanto, há um profundo e inabalável senso de camaradagem, de solidariedade em todos nós, que brota para a vida quando a iminência da morte é final e conclusiva. Tal momento chega para essas vítimas quando reconhecem que toda esperança acabou e enfrentam o inevitável, que todos devem morrer e o melhor que têm a fazer é aceitar esse fato.

A partir desse momento inicia-se uma inversão, um abandono de todas as fragilidades e abominações mortais. Por vários atos, gestos e sacrifícios, revelam de si mesmos aquilo que é mais desejavelmente humano e verdadeiro, tudo o que é basicamente bom e sinceramente altruísta.

O que é que fazem ou como indicam que estão convertendo esses últimos minutos de vida numa Utopia até então inatingível, eis o desafio de improvisação para o grupo, tais como foram as anteriores oportunidades oferecidas nesse exercício para o desenvolvimento de incidentes condizentes com cada personagem. Mas a impressão resultante deve ser tão convincente que justifique o comentário de um deles quando observa que nunca tanta paz e harmonia reinou antes entre seres humanos. Além disso, ele sabe que isso terminará, que todos reverterão a suas antigas personalidades se por acaso forem resgatados – e reza para que tal não aconteça!

Se finalmente serão resgatados ou não, e como reagirão se o forem, são ainda outras latitudes de improvisação que o grupo pode aceitar ou declinar, dependendo do objetivo particular para o qual o exercício foi selecionado.” (CHEKHOV, 2010, p. 220 – 223).

ANEXO C

Imagens do Estágio II



Alunos em exercício do "telefone sem fio", nas primeiras aulas de estágio



Esq. p/ direita: Otávio, Guilherme, Francine, Cássio G., Vitor



Esq. p/ direita: Otávio, Guilherme, Francine, Cássio G., Vitor, Ítalo.



Visão da sala de audiovisual



1ª Improvisação do Grupo *Nostalgia*



Padre Josué no enterro de Patrícia



Último dia de aula - Concentração no camarim



Encenação da dramturgia criada pelo Grupo *Nostalgia*

ANEXO D



Dia da avaliação e autoavaliação



Francine, Guilherme e Lucas Santos



Nathã



Guilherme e Francine



Funcionária Clarice na portaria do I.E.E.A.B



No xerox



Paula Brandão (profª. estagiária com Catarina, monitora responsável pelo corredor da sala do 1º EMP3



Paula com Clarice

ANEXO E

Imagens do Projeto Extraclasse – Chekhov na Escola



Exercício 2, *Sala de Operações* (p. 204 - 206) de improvisação do livro *Para o Ator*, de Michael Chekhov



Reanimando o paciente durante processo cirúrgico



Médico e a enfermeira



Obs: Personagens do próprio exercício



Stéphane no exercício de relaxamento que antecedia o da música *Flor, minha flor*, do Grupo Galpão



Vanessa preparando *drink's* na boate em que trabalha



Gestos da Vanessa



Exercício de entrevista com a Vanessa para a investigação da morte da Patrícia

ANEXO F



Aquecimento corpóreo-vocal



Respiração diafragmática, expirando em sons de vogais



Exercício de caminhada com foco



Caminhada com vários focos



Antes da improvisação com temas sorteados, momento *make* - Fernanda e Beatriz



Stéphane e Fernanda se transformando em Vanessa e Julia



GP inicial



Leitura do exercício 10, *Bloqueados*, improvisação, do Chekhov

ANEXO G**GP da personagem Patrícia – Aluna-atriz Beatriz**

ANEXO H**GP da personagem Julia – Aluna-atriz Fernanda**

ANEXO I**GP da personagem Vanessa – Aluna-atriz Stéphane**

ANEXO J

Respostas das questões localizadas no “APÊNDICE H”

Beatriz Rodrigues: “1) Eu agora tenho outra percepção em relação ao que eu pensava sobre teatro. Pois agora com as aulas que tive, consegui entender mais um pouco sobre Teatro. Agora eu entendo que o teatro é mais que uma simples encenação de uma pessoa comum, os atores têm toda uma preparação antes de atuar. Eles se dedicam de corpo e alma para poder projetar o personagem.

Mudou muito. Como eu tinha explicado, tive uma percepção completamente diferente do que eu imaginava.

2) O Chekhov foi um ator, diretor e pedagogo que nasceu na Rússia. Stanislávski fundou o Teatro de Arte de Moscou”, e foi professor de Chekhov. Michael Chekhov que fez a técnica psicofísica, que se baseia em estimular os sentimentos, movimentos e os impulsos através da ação física.

3) Os exercícios que eu mais gostei foi a improvisação por estar naquela hora e ter que pensar em pouco tempo para conseguir incorporar o personagem. E fazer acontecer foi muito legal. Gostei também da qualidade de movimento *modelagem* pois foi boa a sensação de *modelar* cada movimento.

4) Para mim eu acho melhor quando trabalho com mais pessoas por poder estar com alguém, mas ao mesmo tempo sinto como se minhas ideias não fossem as mesmas que a dos outros. Mas quando trabalho sozinha, eu escolho o que eu quero fazer e não tem opiniões diferentes.

Sim, teve uma mudança muito grande. A técnica de respiração me fez acalmar nos momentos de estresse. Quando interpretei o meu personagem me sentia mais séria e concentrada. E acho que isso conseguiu fazer parte da minha vida.”

Fernanda Miranda: “1) Que Teatro não é só apresentar em teatros, tipo o Guarani, Sete de Abril, entre outros. Que teatro pode ser feito em qualquer lugar e com quantas pessoas for possível.

Sim. Depois que comecei a fazer teatro com o professor Chico Meirelles, do Cassiano, mudei totalmente minha ideia sobre o que eu pensava sobre teatro. Depois de um tempo eu parei porque é uma experiência muito puxada em gravar falas, como

eu estudo acho meio puxado. Depois quando conheci a professora Paula, recomecei a fazer umas aulas de teatro.

2) Chekhov foi um ator, diretor e pedagogo importante para a arte teatral na Rússia. E depois por todo o mundo, pois organizou um método baseado em exercícios psicofísicos, que além de preparar o ator para encenação, também alinha o corpo físico e corpo emocional.

3) Todos foram muito bons, mas o que eu mais gostei foi “corpo imaginário” e o “centro imaginário”. A gente trabalhou muitas vezes, e foi o que eu mais gostei. É muito legal também as qualidades de movimento: *irradiação, flutuação e modelagem*.

4) Sim, pois fazer só fazer trabalho na escola é uma coisa, já, fazer teatro, encenação com várias pessoas (atores) encenando contigo, é outra coisa, exige concentração, etc...

Sim, depois que comecei a fazer teatro me senti mais segura. Tive menos vergonha de fazer as coisas em geral no dia-a-dia.”

Stéphane Canez: “Entendi que o teatro não é apenas uma peça que tu chegas lá, encena e vai embora. É um lugar onde tu sentes o teu personagem, sente aquele frio na barriga quando vai pôr em prática tudo aquilo que tu aprendeste e só sai de lá quando está totalmente satisfeito com aquilo que tu fizeste. É sentir prazer com o seu personagem, é se identificar com ele.

Minha concepção mudou depois das aulas sim, pois eu nem sequer sabia como funcionava o teatro, não sabia eu existiam exercícios para se concentrar, achei que tu só pudesse fazer teatro se tu nascesse com esse tal “dom”.

2) Michael Chekhov foi ator, diretor e pedagogo, que usou o que aprendeu ensinando outras pessoas com seu método da técnica psicofísica que estudava as qualidades de movimento.

3) Gostei de trabalhar todos os conteúdos, mas o que mais gostei foi do *gesto psicológico* porque cada personagem tem um gesto que o identifica. Também gostei de trabalhar a improvisação, que trabalhamos em grupo e deixamos os outros, além de nós mesmos, darem suas opiniões e aperfeiçoar a improvisação.

4) Não percebi muita mudança no trabalho coletivo, pois sempre fiz trabalhos em grupo.

E sobre a mudança pessoal, após o contato com a técnica psicofísica, sim, senti mudança, pois tudo que eu faço me lembra as qualidades de movimento e sinto

em tudo que eu faço a *modelagem* e tudo o mais. Amei ter trabalhado essa técnica e com a profª. Paula tudo ficou mais fácil de entender. Obrigada, amei!”

Thales Souza: “1) Bom, comecei a fazer teatro em 2007, aos 9 anos, com o professor Chico Meirelles, que foi em minha escola e convidou um grupo de alunos para participar de suas aulas. Eu, como sempre muito curioso em tudo, aceitei, e no final de suas aulas nos apresentamos na Colégio Municipal Pelotense. Logo mais integrei no grupo Tholl, ao fim de 2009, e para uma grande surpresa eles possuíam aula de teatro. Nesse ano (2014) ganhamos uma grande oportunidade de poder ter algumas aulas, e infelizmente limitadas pelo tempo, com a professora Paula.

Então, eu cresci já tendo aulas, nunca tive aquela ideia na cabeça de criar um pensamento de “como são” as aulas. Está aparecendo novas oportunidades e cada vez eu estou aceitando. Estou adorando cada vez mais, pois no teatro você poder ser qualquer pessoa (personagem) e também estar em qualquer situação. Como danço *Ballet*, temos que passar sentimentos para quem está assistindo a cena. Nada diferente do teatro, onde o objetivo é passar sentimentos que a peça propõe, mostrar a intenção estética.

2) Chekhov começou suas experiências, acredito que em seu país de origem (lugar de seu nascimento), na Rússia, com o professor Stanislávski, que fundou a escola “Teatro de Arte de Moscou”. Então, logo após se especializou numa metodologia para o ator. Por isso, além de ator e diretor, foi pedagogo. Criou obras e uma delas foi a técnica psicofísica, onde ele acreditava que precisávamos usar o corpo (ação física) para mostrar (ativar os sentimentos), assim podermos fazer a criação da personagem e entrar no palco, já com o personagem que iremos interpretar, e não, com nosso comportamento.

3) “Centro imaginário” – Utilizando uma “bolinha” fizemos o exercício, onde a “bolinha” estava em algum lugar de nosso corpo, e neste local onde ela se encontrava, ela que apontou a direção para onde iríamos nos mover. Utilizei muito a irradiação no “centro imaginário”. Em grupo, a improvisação foi algo muito gostoso de usar e bem importante, pois nada era em momento algum cominado, isso achei bem essencial em todas nossas aulas de teatro.

4) Como falei desde criança já trabalhava em grupo, então não mudou minha ideia de trabalho coletivo. Minha ideia é a mesma, se você não se concentrar você

acabará prejudicando seus colegas ou seu grupo, e não conseguirão produzir algo satisfatório.

Mudaram algumas coisas em minha vida pessoal após a técnica, porque hoje, sei quem realmente sou, me conheço muito mais porque nesta idade, nessa fase (adolescência) é muito complicado tudo, porém me sinto mais seguro.”

ANEXO K

Figura de um GP, do Livro *Para o Ator*, página 92.

