



CREATIVIDAD TEATRAL

fausto carrillo
ricard boluda

estudios teatrales coda

e teatro



© Autores
Ricard Boluda
Fausto Carrillo
(Estudios Teatrales Coda)

© Ilustraciones
Cristina Peñuela

© Fotografías
Ismael Tato
Todas las fotografías que se incluyen
corresponden a talleres de formación
impartidos por los autores en El Timbal,
Centro de Formación y Creación
Escénica (Barcelona)

© Diseño editorial, de colección y portada:
Cristina M^a Ruiz Pérez

Director de colecciones:
Fernando Bercebal

© De esta edición:
Cristina M. Ruiz
ÑAQUE Editora
Pasaje Gutiérrez Ortega, 1
13001 - Ciudad Real
ESPAÑA

3^a Edición actualizada y renovada 2015
1^a Edición 1987

ISBN 978-84-96765-87-0



colección **e**teatro

pedagogía · manuales

Queda prohibida, sin la previa autorización escrita de los titulares del copyright, la reproducción parcial o total de esta obra, incluido el diseño de cubierta, por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático, y la distribución de ejemplares mediante alquiler público.

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra sólo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Dirijase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

ÍNDICE

PRÓLOGO A LA TERCERA EDICIÓN
PRESENTACIÓN (1987)

ENTRENAMIENTO PSICOFÍSICO

A · CALENTAMIENTO RELACIONAL

- 1 · PRIMER ENCUENTRO
- 2 · ITINERARIOS FIJOS
- 3 · ARTICULACIONES
- 4 · FORMAS CORPORALES: ABIERTAS Y CERRADAS
- 5 · FORMAS CORPORALES: CIRCULARES Y ANGULARES
- 6 · FORMAS CORPORALES: PENDULARES, REBOTE, VIBRATORIAS
- 7 · FORMAS COMBINADAS
- 8 · TENTETIESO
- 9 · DIRECTOR DE ORQUESTA

B · ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN SENSORIAL

- 10 · VIAJE A TRAVÉS DEL CUERPO
- 11 · EL VASO DE AGUA
- 12 · RECONOCIMIENTO DE OBJETOS SENSORIALES
- 13 · EL QUEHACER DIARIO (I)
- 14 · EL QUEHACER DIARIO (II)
- 15 · LOS SUELOS
- 16 · EXPLORACIÓN DE LA NATURALEZA
- 17 · LA MASA ELÁSTICA
- 18 · ESPACIOS RESTRINGIDOS
- 19 · LA DUCHA
- 20 · EL LUGAR ÍNTIMO



C · EJERCITACIÓN DE LA IMAGINACIÓN

- 21 · ASOCIACIÓN LIBRE DE IDEAS
- 22 · ESPACIO INTERESTELAR
- 23 · ACTITUDES EN TORNO A UNA SILLA
- 24 · SONIDOS ONOMATOPÉYICOS
- 25 · TRANSFIGURACIONES
- 26 · SENSACIÓN DE FALTA DE OXÍGENO
- 27 · LA MUERTE

LA ACCIÓN INTENCIONAL

A · EJERCITACIÓN DEL SENTIDO DE LA ACCIÓN

- 28 · ACCIONES FÍSICAS MOTIVADAS
- 29 · ACCIONES FÍSICAS HABITUALES
- 30 · SECUENCIAS PARALELAS
- 31 · LA ESTATUILLA
- 32 · EL RETRASO

B · DESARROLLO DE LA CAPACIDAD DE ACCIÓN-REACCIÓN

- 33 · EL CUADRILÁTERO
- 34 · RECEPTORES-EMISORES
- 35 · PARTIDO DE TENIS
- 36 · LA PELOTA
- 37 · GESTUALIDAD DE LA MIRADA
- 38 · EL AUTOBUS
- 39 · DUCAR AL COMPAÑERO
- 40 · EL ACTOR Y SU SOMBRA
- 41 · LA MARIPOSA
- 42 · SUJETO-OBJETO
- 43 · EL DOMESTICADOR Y SU MASCOTA

C · ENTRENAMIENTO DE LA INTERRELACIÓN

- 44 · EL DOMADOR Y LOS LEONES
- 45 · TESEO Y ARIADNA
- 46 · EL AMO Y EL ESCLAVO

- 47 · SUBALTERNO QUIERE SER PATRÓN
- 48 · ABORDANDO EL PERSONAJE
- 49 · EL ANFITRIÓN

ESTRUCTURAS LÚDICAS DE IMPROVISACIÓN

A · ESTRUCTURAS DE PARTICIPACIÓN

- 50 · LOS PLATOS
- 51 · ICONOGRAFÍAS
- 52 · LA RADIO Y EL DIAL

B · ESTRUCTURAS DE COMPOSICIÓN

- 53 · METAMORFOSIS
- 54 · EL GATO
- 55 · LOS COMENSALES
- 56 · PERSONA PULCRA-PERSONA GROSERA

C · ESTRUCTURAS SITUACIONALES

- 57 · SITUACIONES IMPREVISIBLES
- 58 · LA CABINA TELEFÓNICA
- 59 · EL BARBERO
- 60 · ENSAYO DE SEDUCCIÓN
- 61 · IMPROVISAMOS, INVENTANDO SITUACIONES
- 62 · CRISIS EN UNA REUNIÓN
- 63 · LA FIESTA
- 64 · EL VENDEDOR Y EL CLIENTE
- 65 · EL DISCURSO (I)
- 66 · EL DISCURSO (II)

D · ESTRUCTURAS NARRATIVAS

- 67 · CÍRCULO DE SINCERIDAD
- 68 · EL ACCIDENTE
- 69 · IMPROVISACIONES NARRATIVAS

BIOGRAFÍA DE LOS AUTORES

CATÁLOGO EDITORIAL



PRÓLOGO A LA TERCERA EDICIÓN

Hace 16 años, en 1995, salió a la luz la segunda edición de “Creatividad Teatral”, publicada a la sazón por la Editorial Alhambra-Longman. Sus contenidos se articulaban por sesiones, proponiendo progresivamente estructuras de improvisación más complejas, con el fin de “desarrollar la capacidad creadora de los participantes y su expresión espontánea”.

La edición que ahora tenemos el placer de presentaros contiene cambios significativos en su estructura, en la terminología empleada y en sus contenidos.

El manual se articula en torno a tres grandes capítulos (Entrenamiento Psicofísico, Acción Intencional, Estructuras Lúdicas de Improvisación), y abandona el formato de sesiones de las dos primeras ediciones. Estos capítulos, a su vez, se articulan en sendos subcapítulos que reúnen las actividades propuestas por categorías muy precisas. El entrenamiento psicofísico, cuyo objetivo es despertar y liberar contenidos de la propia personalidad y expresarlos por medio del juego dramático, puede ejercitarse indistintamente de forma relacional o individual. El descubrimiento de la expresión dramática como acción intencional, se puede ejercitar en paralelo y progresivamente desde los conceptos de acción, reacción e interrelación. Las actividades de improvisación que, por su parte, tienen como misión educar el comportamiento escénico del participante y estimular la multiplicidad de respuestas para cada propuesta, pueden abordarse desde los conceptos de participación, situación relacional, actividades narrativas y juegos de composición.

Nos liberamos de este modo del modelo anterior que, en estos momentos, nos parece, en muchos aspectos, inapropiado, tanto desde un punto de vista conceptual como pragmático. Y preferimos resistir la tentación de proponer un uso programático del manual, permitiendo al responsable de la actividad el uso de las actividades propuestas según las necesidades del grupo y su contexto de trabajo.

Otro de los aspectos revisados ha sido la introducción y cambio de una terminología más actual, en consonancia con nuestra evolución como pedagogos en el ámbito teatral. Estudios Teatrales Coda -antiguo Equipo Coda- ha desarrollado en los últimos años una intensa actividad de investigación en el campo de la formación de actores que ha dado lugar a la creación del **Sistema Coda**, un conjunto de procedimientos metodológicos para la actuación.

La nueva edición ha comportado así mismo cambios en su contenido. Se ha prescindido de algunas actividades y hemos introducido nuevas propuestas, puntos de vista nuevos en algunos ejercicios, y se han incorporado más de una veintena de variantes alternativas en los ejercicios modelos.

En fin, hemos intentado organizar mejor cada actividad, desarrollando sus fases, su enunciación, el mecanismo de ejecución, las normas de juego y los controles de evaluación. Se han destacado los comentarios pedagógicos dirigidos al responsable del taller, aportando recomendaciones y alternativas a la actividad propuesta, subrayando los objetivos y condiciones básicas para su realización.

Queremos aprovechar también la ocasión para reivindicar el término creatividad teatral en el seno de un Taller de Teatro. Si bien es cierto que en estos años y desde nuestra primera edición en 1987, la publicación de manuales especializados en Expresión Dramática u otras acepciones afines como, por ejemplo, Juego Dramático o Drama, han sido un hecho que ha venido a llenar un hueco en el panorama editorial de este país, reivindicamos el uso de este término frente a los demás, llamando a nuestras propuestas de trabajo, propuestas de creatividad teatral. Ponemos el énfasis de este modo en el proceso de descubrimiento y aparición de la expresión en los participantes, sin menoscabar el desarrollo de su expresión dramática; en el desarrollo de sus facultades creativas en aras de conseguir una expresión libre y polivalente. Para nosotros, el juego dramático no es sólo una modalidad de juego que estimula la expresión dramática sino que además promueve la creatividad de los participantes en este ámbito. Pensamos, como pide Isabel Tejerina, que “la práctica de la dramatización y del teatro debe insertarse en la pedagogía de la creatividad. Esto es, en el estímulo de la capacidad de salir de los caminos convencionales para producir algo inédito, al ordenar realidades conocidas en relaciones nuevas” (“Dramatización y Teatro Infantil. Dimensiones psicopedagógicas y expresivas” (Siglo XXI, Educación, Madrid, 1994, pág. 217).

Ricardo Boluda
Fausto Carrillo
Estudios Teatrales Coda



PRESENTACIÓN (1987)

Pocas cosas parecen tan aleatorias como la enseñanza de la interpretación teatral. Vemos proliferar las escuelas, cursos y cursillos de formación del actor, y quienes llevamos años en una escuela oficial de teatro conocemos la enorme complejidad de la empresa. En primer lugar, por la gran diversidad de métodos que tienen puntos de partida completamente distintos. A veces, uno llega a creer que la enseñanza de la interpretación sólo es una especie de «puesta a punto» para ese actor que «nace», y que no «se hace». Por otra parte, hay una actividad abierta, una acumulación de experiencias diversas, una enseñanza a partir de la práctica teatral de artistas que intentan transmitir su propia concepción del teatro. En este caso, se aplica a la enseñanza una «técnica» directamente influida por la dirección escénica y a partir de propuestas escénicas concretas. Por otro lado, se acumulan las técnicas de preparación de la voz y el cuerpo (expresión oral y corporal), por lo que dichas materias pueden perder su carácter necesariamente complementario.

La auténtica preparación del actor debe consistir, de entrada, en despertar una serie de capacidades que permitan la imitación, la creación, la incorporación de personajes en acción, en conflicto. Es un trabajo creativo con una enorme exigencia estética y que requiere una educación a fondo de la sensibilidad, de la inteligencia, de la capacidad de observación, de la memoria, etc., como para cualquiera de las artes, a menudo mejor consideradas que la del actor (¿dónde buscar una historia sobre los grandes actores y sus realizaciones, que sea equiparable a las que poseemos sobre literatura, pintura, música y otras artes?). Todo esto nos llevaría a una larga consideración sobre la condición de creador o de simple intérprete del actor. A nosotros, nos parece indudable su condición de creador (a partir de una idea, tema, guión o texto a los que él da su plena razón de ser).

Por todo lo dicho, nos parece muy importante -y es algo que se ha hecho poquísimas veces- sistematizar, a través de una serie de ejercicios muy calculados y graduales, todo lo que un actor debe dominar para ejercer su oficio. Existen una serie de ejercicios que muchos profesores de interpretación utilizan y a los que añaden otros, inventados sobre la marcha. Esta práctica, que tantos profesionales hemos vivido, corre siempre el peligro de diluirse, de dispersarse y de perder -por tanto- su eficacia.

El equipo CODA ha hecho a la pedagogía de la interpretación teatral el gran servicio de aportar un «corpus» sistematizado de ejercicios que son previos, o paralelos, a la interpretación de cualquier texto teatral y que, a la vez, apuntan no sólo a la preparación vocal o corporal, sino al arte específico de la interpretación. Se basan para ello en la experiencia de otros pedagogos y en su experiencia propia, ya muy consolidada y acreditada dentro del Instituto del Teatro, tanto en los cursos oficiales como en múltiples cursos de iniciación por todas las comarcas.

Creo además que este texto ha de servir -como es obvio- no sólo a los aspirantes a actor. La expresión teatral forma parte de la formación global de la persona, y todas las escuelas pueden servirse de ella. Es más, parece lógico que se incorpore a la formación básica del individuo, como otras materias no menos negligidas y de gran importancia para educar la percepción y el conocimiento de la realidad.

Feliu Formosa



ENTRENAMIENTO PSICOFÍSICO

- El calentamiento relacional
- Las actividades de recuperación sensorial
- El entrenamiento de la imaginación

Las actividades propuestas en este capítulo han sido diseñadas para garantizar un entrenamiento psicofísico. El planteamiento de este tipo de ejercicios en un taller de creatividad teatral tiene por objetivo estimular la organicidad de la expresión. Todo entrenamiento de carácter psicofísico, bien sea por el uso de técnicas corporales, relacionales o individuales, tiene que provocar en la expresión de sus participantes la activación inmediata de contenidos de la propia personalidad. De este modo, la respuesta del participante a las reglas de juego que le son dadas llevará el impulso de un contenido interior que busca armonizarse con su expresión.



CALENTAMIENTO RELACIONAL

Este calentamiento se centra en el uso y construcción de un espacio de juego común en el seno del grupo de trabajo. Las actividades espacio-temporales centrarán esencialmente este apartado. El procedimiento de propuesta-propuesta será el más empleado dado que permite la inmediatez de la respuesta.



1

PRIMER ENCUENTRO

La compenetración del grupo de participantes no es una tarea que permita resultados inmediatos, se hace necesario desde el primer momento ciertas condiciones de trabajo que la favorezcan.

Estas se centran fundamentalmente en disponer de un espacio adecuado, lo suficientemente amplio, bien iluminado, limpio y con calefacción, que facilite la disponibilidad de los participantes y la cohesión del grupo.

Este espacio real se constituirá en el territorio de la ficción a través de la actividad de sus participantes.

- Secuencia de actividades posibles:

1ª · Los participantes caminan por la sala a paso ligero con la libertad que sugiere abarcar todo el espacio, procurando evitar el contacto físico con los demás, desplazándose de forma decidida, sin titubeos.

Debemos estimularles la necesidad de ocupar por un instante cualquier punto de la sala.

A continuación, repetirán la operación sucesivamente graduando libremente la velocidad de la marcha, lo que implicará una mayor intensidad de los reflejos para evitar el contacto.

2ª · Acorde a estas premisas, el objetivo pasa a concentrarse en los compañeros con los que se cruzan. Para tal efecto, el profesor detendrá en algunas ocasiones la evolución de los participantes con una señal, para que hagan el recuento de los cruces que cada uno ha tenido, y luego proseguir. La concentración puesta en objetos dinámicos proporciona perspectivas más interesantes en la percepción del espacio siempre cambiante.

3ª · Una nueva variante podría ser el ejercicio de la balanza: el grupo de participantes se sitúa de manera equidistante dentro de una plataforma flotante imaginaria. Al desplazarse uno de ellos, el resto de compañeros modificará su posición para restablecer el equilibrio de pesos en la plataforma.

30 **Tiempo de la actividad**
minutos por grupo.

2

ITINERARIOS FIJOS

Los participantes se distribuirán en la sala como se indica en la figura 1, tras haber elegido el número de la posición que ocuparán.

A partir de este punto, cada uno de ellos fijará un itinerario que mantendrá invariable y por el cual se moverán durante todo el juego, como si se tratara de carriles fijos sobre los que discurren.

- Fases del ejercicio:

1 · Ensayo de fijación del itinerario elegido.

Los participantes ensayarán el itinerario las veces que les sea necesarias hasta tenerlo bien asimilado.

2 · Puesta en juego del itinerario.

- Premisa: evitar los choques frontales.

A una orden del moderador, los participantes se desplazarán por sus itinerarios fijos al mismo tiempo, buscando de mantener el cuerpo, desde los hombros hasta la punta de los pies relajado, ante la inminencia del choque con sus compañeros, y orientado en la dirección de la marcha. Sólo, en el último momento, se permitirán una leve modificación del itinerario para evitar el choque con otro compañero.

- Premisa: Asumir los choques.

Siguiendo el procedimiento anterior, se evitará de nuevo el choque frontal con los compañeros por un leve desvío del itinerario fijo. Se asumirán, sin embargo, los tropiezos, fricciones y demás colisiones no frontales. Se controlará que en el momento del choque, hombros, brazos y antebrazos estén relajados, de manera que ante la inminencia del choque no se cree una tensión, de tal forma que el efecto del choque sea como un simple roce.

- Premisa: Contacto visual personalizado.

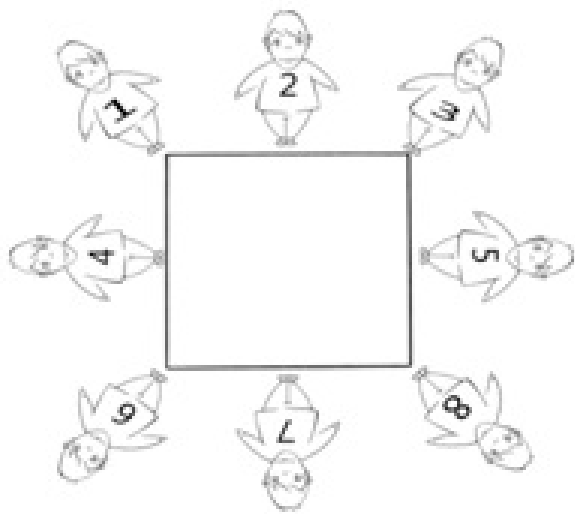
Antes de iniciarse de nuevo el juego de los itinerarios fijos cada participante elige a un compañero para observarlo cada vez que éste se cruce con él. Recordar que en esta fase, se han acumulado los controles anteriores, tales como el itinerario fijo e invariable, los



desvíos para evitar los choques frontales y la actitud de disponibilidad relajada de los cuerpos en las demás colisiones. Ahora, además, la observación debe ser tranquila y muscularmente relajada.

2.4. Premisa: Contacto visual generalizado.

Como anteriormente, al cruzarse con algún compañero, y sin dejar de desplazarse sobre sus carriles, todo participante fijará la mirada sobre aquel tanto como pueda. Cuando ya no le sea posible mantener el contacto visual, lo buscará de nuevo en el compañero que le sea más asequible, y así con todos los que se vayan cruzando.



1 • Itinerarios fijos

Comentarios Pedagógicos

ti-po

Tipo de actividad

El ejercicio tiene la finalidad de conseguir que el cuerpo se mueva libre y relajadamente. Se trata, por tanto, de lograr la relajación corporal por desplazamiento de la concentración de la conciencia del propio cuerpo hacia un objetivo exterior (el itinerario de los compañeros).

con-dicio-nes

Respecto a las condiciones de la actividad

Dependiendo de las condiciones del espacio de juego, es aconsejable que, para cada grupo, el número de participantes no sean superiores a ocho.

En la fase de fijación del itinerario los participantes pueden optar por la forma de recorrido que deseen: en zigzag, forma de 8, etc.

En la fase de contacto visual generalizado es importante que, a medida que avanza el ejercicio, los concurrentes se olviden prácticamente del cuerpo, para concentrarse exclusivamente en el juego de sostener la mirada.

Tiempo de la actividad

20

minutos por grupo.



3

ARTICULACIONES

Descubramos las posibilidades de movimiento que tienen nuestras articulaciones con el objeto de sensibilizarnos con respecto a nuestro propio cuerpo.

Dispuestos en círculo y en pie, iniciemos el repaso de las articulaciones más importantes del cuerpo, siguiendo el orden siguiente:

1 · Dedos de la mano	4 · Hombros	7 · Caderas
2 · Muñecas	5 · Cuello	8 · Rodillas
3 · Codos	6 · Cintura	9 · Tobillos



• Articulaciones

• Fase A

Empecemos, pues, por los dedos de las manos, estirándolos y retrayéndolos, separándolos, doblándolos, haciéndolos girar, etc. Luego, seguiremos con cada una de las partes enumeradas, experimentando durante unos 30 segundos por articulación.

• Fase B

Volveremos a repasar todas las articulaciones pero, en esta ocasión, comprometiéndolas en la expresión de imágenes o acciones concretas que el moderador irá enumerando para cada articulación. Procuraremos poner en funcionamiento nuestra imaginación para crear nuestras propias respuestas. Por ejemplo: amasar pan, tocar el piano, tejer, escribir a máquina, imitar a una araña tejiendo, etc.

Comentarios Pedagógicos

ti-po

condiciones

Tipo de actividad

El objetivo que se persigue con este ejercicio es que tomemos conciencia de todas las formas de movimiento que nos permiten hacer las articulaciones del cuerpo humano.

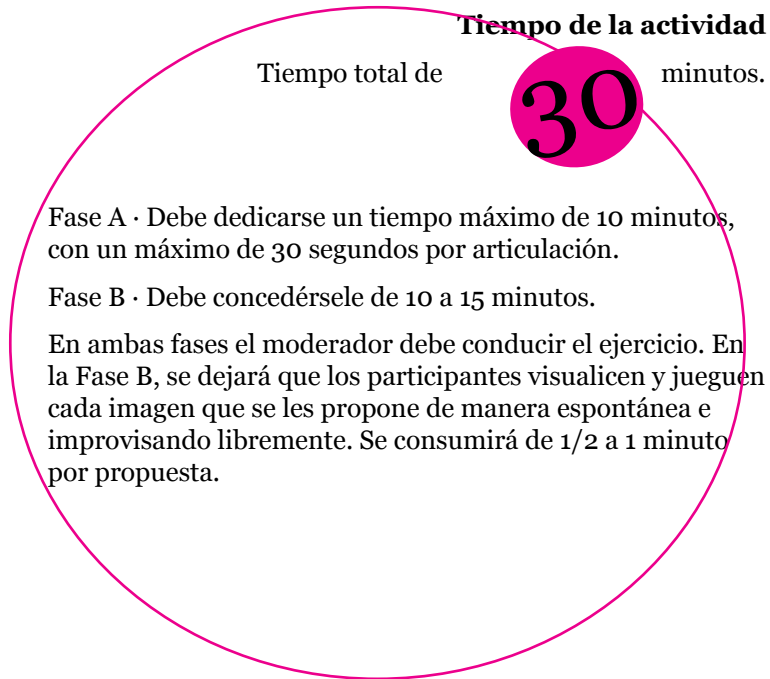
Respecto a las condiciones de la actividad

Tabla de ejemplos del moderador:

- Con los dedos: amasar pan, tocar el piano u otro instrumento, tejer, escribir a máquina, pintarse las uñas, imitar a una araña.
- Con las muñecas: accionar una manivela, batir huevos, llamar a la puerta, poner en marcha una moto, pintar, destornillar, etc.
- Con los codos: dirigir la circulación, hacer señales marítimas, levantar pesas, imitar el parabrisas de un coche, sostener un duelo de esgrima.
- Con los hombros: remar, volar, nadar, gestos expresivos (de sorpresa, indiferencia, resignación), masaje.
- Con el cuello: seguir la pelota en un partido de tenis o ping-pong, un hombre adormeciéndose, seguir el vuelo de una mosca, picotear granos como una gallina.
- Con la cintura: remar, hacer el borracho, imitar a un muñeco articulado, cavar, recoger cosas del suelo, etcétera.
- Con las caderas: bailar, moverse como un elefante u otro animal, pase de modelos, aguantarse con dificultad la retención de orina, montar a caballo.
- Con las rodillas: esquiar, marcha militar, bailar el can-can, saltar ala comba, sentarse y levantarse, ir en bicicleta y pedalear, arrodillarse, patinar.
- Con los tobillos: jugar a patear la pelota con un solo pie, caminar de talones como un muñeco autómatas, andar de puntillas como un ladrón, pasar la cuerda floja.



Se sugerirán, como máximo, dos ejemplos por cada articulación, o sea unas 15 ó 18 propuestas en total, dejando el resto a la imaginación de los alumnos.



4

FORMAS CORPORALES: ABIERTAS Y CERRADAS

La ejercitación corporal pasa ineludiblemente por el conocimiento y puesta en práctica de las formas de movimiento básicas o modélicas que desarrollan la capacidad plástica y expresiva de nuestro cuerpo. Pretendemos que aprendáis a conocer la enorme potencialidad expresiva que se oculta tras un cuerpo al que tenemos habituado a movimientos estandarizados, siempre mecánicamente reproducidos.

Tomaremos como referentes los diversos movimientos que observamos en nuestro transcurrir cotidiano.

Hoy -y en sesiones sucesivas- vamos a ejercitarnos en estas formas básicas, para ello seguiremos sistemáticamente el contenido de una clasificación arbitraria, pero muy útil, que recoge siete tipos de formas corporales de movimiento:

Abiertas	Angulares	Pendulares	Vibratorias
Cerradas	Circulares	De rebote	

Empecemos por las formas abiertas y cerradas, es decir, por todas aquellas formas de movimiento que sugieren una ocupación mayor o menor del espacio que nos envuelve.

- Fases de ejercicio:
 - a · Los participantes evolucionarán libremente, adoptando posiciones que ocupen una gran cantidad de espacio y comprometiendo en el juego las articulaciones que ya conocéis.
 - b · A continuación, tratarán de partir de posiciones abiertas, y evolucionar contrayendo y replegando el cuerpo hacia posiciones cerradas.
 - c · Dispuestos por parejas enfrentadas, como indica la **figura 2a** -el participante 1 propone al 14 una forma abierta- o cerrada. Éste, por su parte, la imitará para, a continuación, proponer a su vez otra



forma cerrada -o abierta-, y así sucesivamente, iniciándose de ese modo un ciclo continuado de propuesta-imitación-propuesta. Para ello, los participantes seguirán ciertas motivaciones o imágenes que su imaginación les puede sugerir. Ejemplo:

Abiertas ·

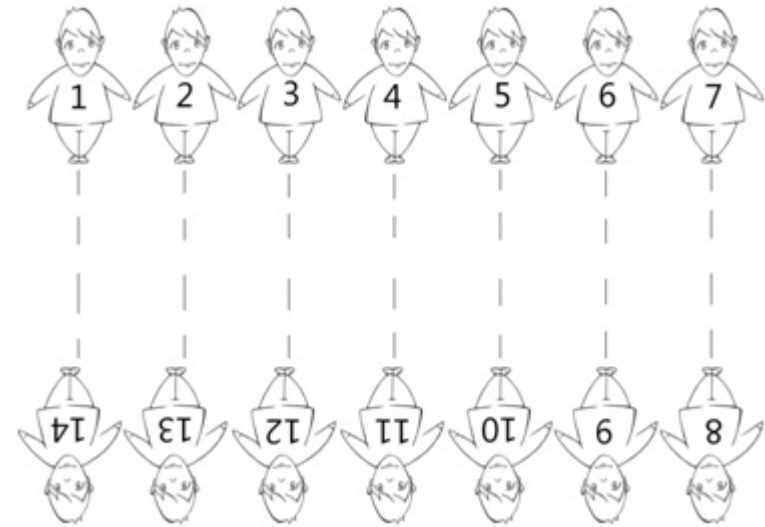
- El estiramiento de un gato.
- El salto de un jugador de baloncesto.
- El desperezamiento.

Cerradas ·

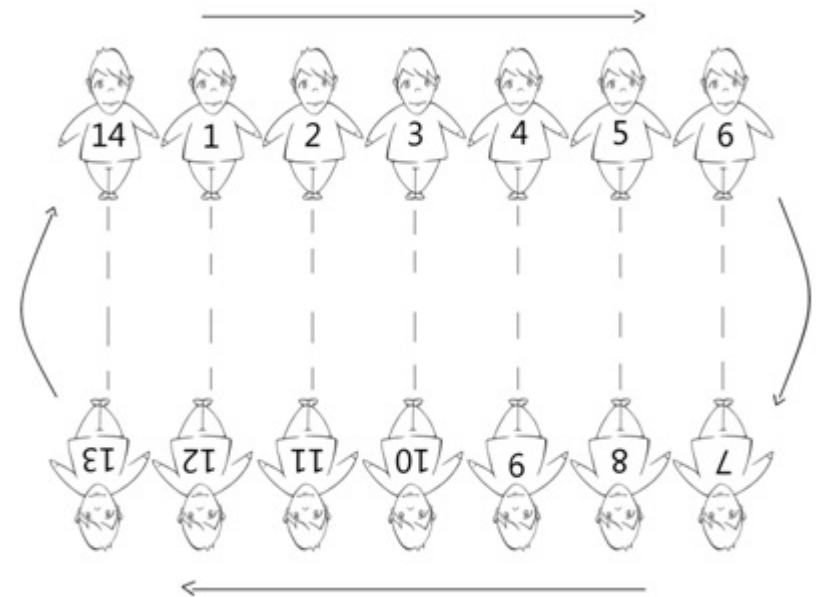
- Dormir en posición fetal.
- Esconder la cabeza tímidamente.
- Acurrucarse por el frío.

Esta operación se repetirá consecutivamente con todos los compañeros. Para ello, el grupo rotará como indica la **figura 2b**: el jugador 1 se relaciona con el jugador 14 y, a continuación, con el jugador 12.

d · Una vez se hayan ejercitado en el ciclo continuado de propuesta-imitación-propuesta, podemos probar de establecer un intercambio permanente de propuesta-propuesta, prescindiendo del momento de la imitación. Como en el procedimiento anterior, los participantes responderán siguiendo sus asociaciones libremente.



2a • Formas corporales abiertas y cerradas



2b • Formas corporales abiertas y cerradas



Respecto a las condiciones de la actividad

Debe procurarse que el ejercicio se desarrolle en silencio. Téngase en cuenta que el ejercicio es una progresión desde la ejercitación de movimientos libres a la imitación de la gestualidad del compañero, desarrollando de ese modo la interacción que tanto hemos de practicar.

Adviértase a los participantes que pueden comprometer y combinar todas o algunas de las articulaciones básicas.

He aquí algunas otras sugerencias sobre formas:

- Abiertas
 - Alcanzar un tarro en una estantería.
 - Tomar el sol en la playa.
- Cerradas
 - Reacción ante un golpe en el estómago.
 - Posición defensiva del boxeador.
 - Posición de sentado, cruzado de piernas y brazos.

Tiempo de la actividad

40 minutos.

Distribución del tiempo según las fases:

- a · 5 minutos.
- b · 5 minutos.
- c · 10 minutos.
- d · 10 minutos.

FORMAS CORPORALES: CIRCULARES Y ANGULARES

En la sesión anterior hemos tratado de las formas básicas abiertas y cerradas. Hoy les toca el turno a las formas circulares y angulares.

Una forma de *movimiento circular* es aquella que sugiere un movimiento ondulatorio, redondo y de articulación amplia. Por ejemplo, imitar con los brazos las aspas de un molino.

Una forma de *movimiento angular* es aquella que explora las posibilidades de flexión del cuerpo. Por ejemplo, cuando el cuerpo se mueve como una marioneta.

● Formas circulares

Los participantes se agruparán por parejas, dispuestos en dos círculos concéntricos y enfrentados, como indica la **figura 3a**. Cada pareja iniciará su juego de propuesta-imitación-propuesta, combinando las formas circulares con las abiertas y cerradas ya conocidas, siguiendo la pauta marcada en ejercicio 4. En todo momento, y mientras el moderador no dé la señal del cambio de pareja, el juego continúa sin interrupción. A la indicación del mismo, el círculo exterior rotará una posición, adoptando la distribución que indica la **figura 3b**. El círculo interior permanece inmóvil.

● Formas angulares

a · A fin de facilitar una mejor comprensión de las llamadas formas angulares o de flexión, vamos a proponer a los participantes la práctica de movimientos codificados.

Por ejemplo: caminar hasta la silla para tomar mi chaqueta.

A continuación, los participantes codifican ese movimiento o acción ejercido previamente de forma espontánea y natural. Para ello, dividen en momentos o secuencias más breves esa acción, tomando conciencia del comportamiento de nuestro cuerpo.

b · Luego, los participantes evolucionan libremente por la sala moviéndose como un robot.



1. Tratarán de comprender todas las articulaciones del cuerpo, sin olvidar una sola (cuello, cintura, muñeca, codo, etc.) y probarán de encontrar un patrón a modo de código de movimiento para su imaginario robot.

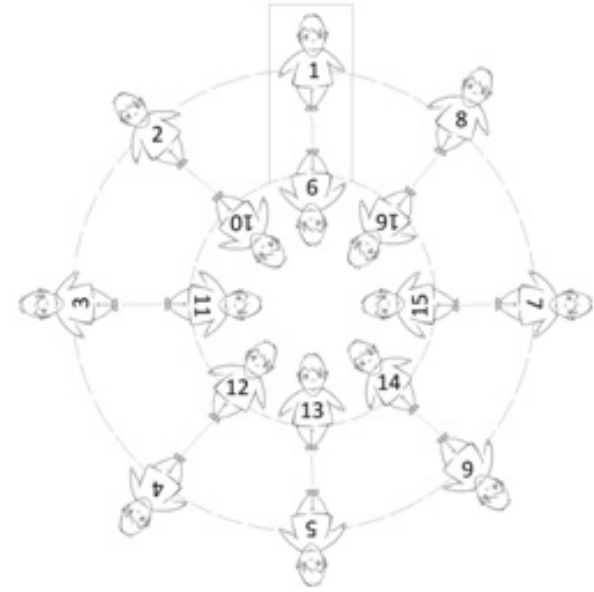
Para empezar, codificarán la manera de mirar y mover el cuello; después, la forma de caminar a la máxima velocidad posible; más tarde, el momento de girar el cuerpo, etc.

Los movimientos de un robot deben ser mecánicos, es decir, sin vida, y siempre programados para caminar, girar, sentarse o levantarse de la misma manera. Por ello denominamos código de movimiento al modo en que cada participante «programa» su robot.

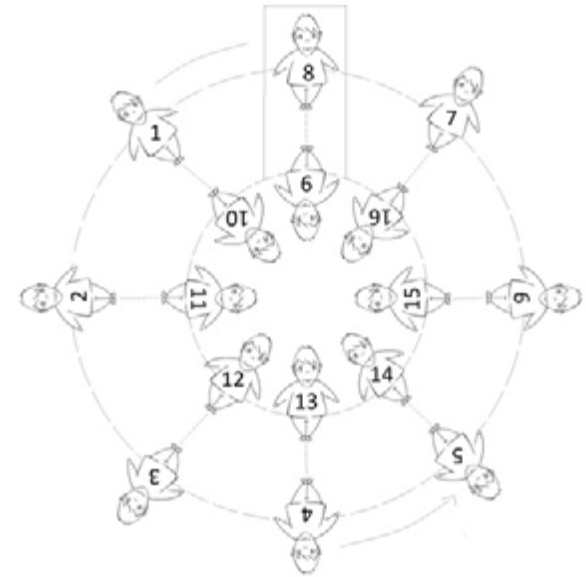
2. Pasado este periodo de tiempo de experimentación personal, los participantes se alinearán por grupos de cinco y os dispondréis a realizar una carrera de robots, de un extremo a otro de la sala.

Cada cual procurará moverse siguiendo su propio código y manera peculiar de desplazarse.

No interesa saber quién llega primero, sino quién mantiene hasta el final su propio movimiento de robot, sin precipitaciones ni cambios.



3a • Formas corporales circulares



3b • Formas corporales circulares



Comentarios Pedagógicos

Respecto a las condiciones de la actividad

- Formas circulares.

Conviene sugerir que empiecen ejecutando formas simples y sencillas a fin de facilitar la imitación del compañero.

Los cambios de parejas se señalarán con el triángulo.

- Formas angulares.

a · Codificar el caminar.

Cada participante optará por un caminar distinto dirigido a algún propósito que previamente ha decidido.

Por ejemplo:

- caminar rápido para cerrar la puerta.
- caminar de puntillas para no ensuciar el piso recién mojado.

b · El robot.

Hay que procurar que cada participante mantenga la composición corporal de robot que ha encontrado en el transcurso de la carrera. Dejar claro que únicamente pierde aquel que, por llegar antes, no logra controlar y sostener su composición como robot.

Luego, se formarán grupos de 5 participantes para la carrera.

Tiempo de la actividad

Tiempo total: **30** **40** minutos.

Formas circulares: de 10 a 15 minutos.

Formas angulares:

a · 10 minutos.

b · 10 minutos como máximo para que ellos exploren libremente el código de movimientos de su robot.

condiciones

6

FORMAS DE MOVIMIENTO: PENDULAR / REBOTE / VIBRATORIA

Pondremos punto final a este breve pero significativo repaso de las formas básicas de movimiento presentando tres nuevas modalidades.

● Formas pendulares

Son aquellas que exploran las posibilidades de oscilación de todas las articulaciones del cuerpo.

Serían afines a este tipo todos los movimientos de vaivén, fluctuantes, mecedores y periódicos.

Ejemplo:

- El péndulo de un reloj.
- Una planta mecida por el viento.
- El movimiento de una campana.
- El ir y venir de las olas, la marea.

● Formas de rebote

Son aquellas que exploran las posibilidades de resorte de todas las articulaciones del cuerpo.

Serían afines a este tipo todos los movimientos de resortes, muelles, ballestas, tensores, elásticos y materiales dúctiles y flexibles.

Ejemplo:

- Salto de canguro.
- Muñecos mecánicos con mecanismo de resorte.
- La pelota que rebota en una superficie.
- Los movimientos de brazos de un boxeador.

● Formas vibratorias

Son aquellas que exploran las posibilidades de vibración y temblor del cuerpo.



Este tipo de movimientos, por lo general, suelen ser más rápidos, menos evidentes pero no por ello menos expresivos. Serían afines a este tipo o modalidad todos los movimientos de temblores, sacudidas, estremecimientos, etc.

Ejemplo:

- Un terremoto.
- El cristal de una puerta al cerrarse.
- Tiritar de frío.

Para el ejercicio, los participantes se agruparán por parejas (véase figura 3a del ejercicio “Formas corporales circulares y angulares”). La dinámica del juego sigue la misma pauta de sesiones anteriores: propuesta-imitación-propuesta. Para cada una de las formas ya expuestas de movimientos se dejará un tiempo de ejercitación.

Comentarios Pedagógicos

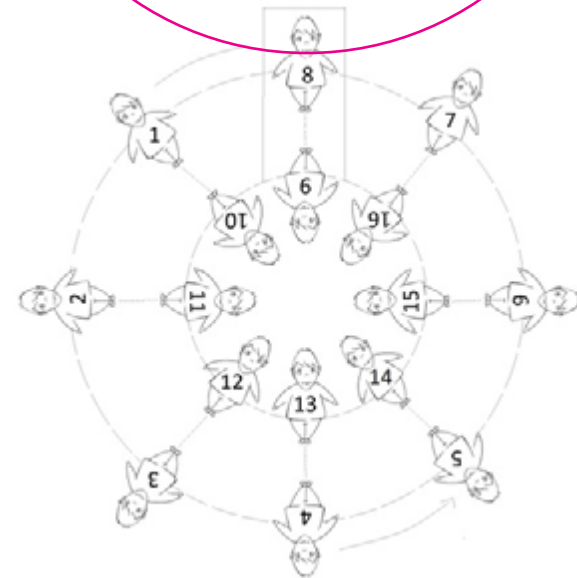
Tiempo de la actividad

20 25 minutos.

El tiempo se distribuirá en tres rotaciones completas del siguiente modo:

- 7 minutos para el estudio de las Formas pendulares.
- 7 minutos para el estudio de las Formas de rebote.
- 7 minutos para el estudio de las Formas vibratorias.

La señal para rotar y cambiar de pareja se dará cada minuto aproximadamente (véase, para todo ello, la figura 3b del ejercicio “Formas corporales circulares y angulares”).



3b • Formas corporales circulares

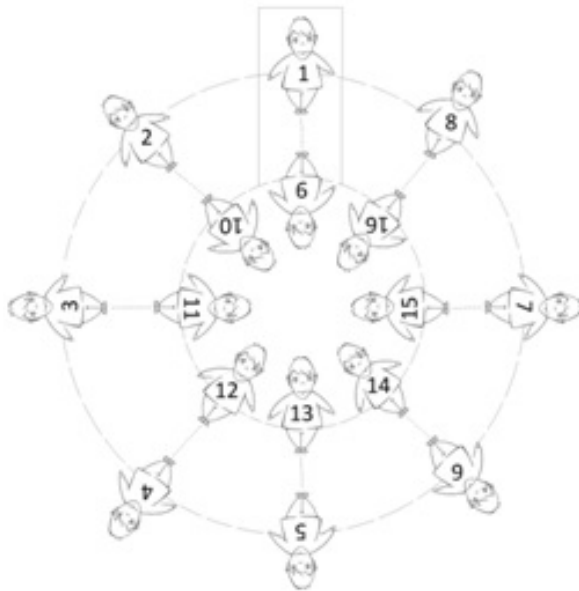


7

FORMAS CORPORALES COMBINADAS

Distribuidos como indica la **figura 3a** del ejercicio “Formas corporales circulares y angulares”, los participantes combinarán de manera libre y espontánea todas las formas básicas de movimiento conocidas y puestas en práctica.

La relación se establecerá por el procedimiento de propuesta-propuesta. Los participantes estarán atentos a la señal de rotación para efectuarla de inmediato.



3a • Formas corporales circulares

Comentarios Pedagógicos

ti-po

Tipo de actividad

Pretendemos aquí desarrollar la espontaneidad y fluidez corporal al tiempo que potenciar la capacidad de dar respuestas inmediatas.

Para ello se plantea el procedimiento de propuesta-propuesta que permite explorar la organicidad en la inmediatez de la interrelación. Con esta propuesta, se suprime como en anteriores ocasiones el tiempo de imitación y se intensificará el nivel de espontaneidad forzando a cada uno a responder directamente estimulado por la propuesta del compañero.

En ningún momento debe interrumpirse el juego; la línea de propuesta-respuesta debe ser continua.

Tiempo de la actividad

Se contará con un tiempo de ejercitación de

15 minutos.

Los cambios rotatorios se producirán cada

2 minutos.



8

EL TENTETIESO

Los participantes se distribuyen por la sala de pie y por parejas.

Uno de los componentes de la pareja desempeñará el papel de «tentetieso», para lo que, desde una posición estable, tenderá a perder el equilibrio por donde quiera.

El otro participante será el encargado de compensar, con sus manos, la pérdida del equilibrio de su compañero, colocándolas en los puntos más idóneos para ello.

Así, si el participante A se inclina hacia adelante, el B colocará sus manos en los hombros o en la frente, restaurando el equilibrio de A.

● Reglas de juego:

a · Antes de empezar, los jugadores A cerrarán los ojos y los mantendrán así durante el juego.

b · A anunciará a su compañero B que está a punto de perder el equilibrio, poniendo rígido todo su cuerpo. B se pondrá de inmediato en disponibilidad, presto a restituir con sus manos la posición estable de A.

c · A, en la posición estable de punto de partida, relajará de nuevo su cuerpo y se tomará unos segundos antes de volver a empezar.

Se pueden adoptar diferentes posiciones estables de punto de partida: sentados, arrodillados, acuciados, etc.

Pasado un cierto tiempo de ejercitación, las parejas intercambiarán sus papeles.

Comentarios Pedagógicos

condiciones

Respecto a las condiciones de la actividad

Para el buen funcionamiento del ejercicio, los jugadores deben respetar en todo momento las reglas del juego y mantener con responsabilidad su atención. Sólo así, los jugadores A podrán confiar en sus compañeros B y perder el equilibrio sin temor. Y viceversa, si los jugadores A siguen los tiempos pautados, los jugadores B podrán ejercer sin sobresaltos su función.

Tiempo de la actividad

10

minutos.



EL DIRECTOR DE ORQUESTA

Los participantes se distribuirán al igual que los instrumentos de una orquesta sinfónica, en grupos de violines, oboes, clarinetes, trompetas, contrabajos, etc.

1 • Coordinación de conjunto.

Propuesta la pieza musical por el moderador (por ejemplo, la quinta o la novena sinfonía de Beethoven), el mismo, haciendo las veces de director, se preparará a dirigir el concierto.

Los grupos de instrumentos, guiados por su batuta, tararearán, en un primer momento, la melodía completa hasta conseguir una buena coordinación de conjunto.

Después, algunos participantes probarán de dirigir la orquesta durante unos minutos tratando unos y otros de no perder la sincronía con la melodía.

2 • Ataque epiléptico.

Volvemos a repetir el ejercicio con la misma o una nueva melodía. En plena conducción de la orquesta, al director le sobreviene inesperadamente un corto ataque de epilepsia (unos 10 segundos aproximadamente), tras el que recobrará la normalidad. Después, como si nada hubiera ocurrido, continuará con su tarea.

El ataque epiléptico representará un cambio brusco y sorpresivo en el ritmo de la melodía, al cual los instrumentos habrán de adaptarse rápidamente durante el concierto.

El juego puede repetirse cambiando la música, al director o a los instrumentos de los alumnos, unas cuatro o cinco veces como mínimo.

Comentarios Pedagógicos

condiciones

1 • Coordinación de conjunto

Respecto a las condiciones de la actividad

Se elegirá una pieza clásica conocida y que no requiera un número excesivo de instrumentos. Convendría que las piezas escogidas las pudieran escuchar previamente los alumnos.

Los participantes serán distribuidos por grupos de instrumentos y se les preguntará por sus preferencias.

Cada participante tratará de imitar, aproximadamente, el timbre de su instrumento y de seguir el movimiento de la batuta.

Tiempo de la actividad

20 minutos.

condiciones

2 • Ataque epiléptico

Respecto a las condiciones de la actividad

El moderador hará previamente una demostración ilustrativa de las convulsiones epilépticas, o bien buscará un alumno que lo haga, pues no todos conocen esta enfermedad.

Tiempo de la actividad

5 minutos.



ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN SENSORIAL

Este tipo de calentamiento persigue básicamente la recuperación sensorial de experiencias propias como estímulo para la construcción de un comportamiento escénico verosímil. Aprendemos a dejarnos estimular por contextos espacio/temporales específicos, que son espacios de acción, desvelándose en los participantes un pensamiento sensorial y emocional.



10

VIAJE A TRAVÉS DEL CUERPO

Los participantes corren formando un círculo amplio, uno detrás de otro, moviendo el cuerpo desarticuladamente como una marioneta. Inmersos en este movimiento anárquico del cuerpo, ejercitan y combinan las formas corporales conocidas.

A una señal del moderador, los participantes pararán súbitamente el movimiento, corrigiendo el punto de gravedad para no perder el equilibrio.

Permanecerán inmóviles y, con los ojos cerrados, tratarán de visualizar la postura adoptada al parar, repasando mentalmente todo el cuerpo de pies a cabeza. Por ejemplo, de los pies a los tobillos, de los tobillos a las rodillas, de las rodillas a las nalgas, etc. Procurarán concentrarse en aquellos puntos de mayor tensión física.

Si la señal les ha sorprendido en una posición incómoda, intentarán distender al máximo su cuerpo.

A una nueva señal, se retoma el movimiento hasta que, de nuevo a la señal siguiente, volverán a inmovilizar el cuerpo.



• Viaje a través del cuerpo

Comentarios Pedagógicos

condiciones

Respecto a las condiciones de la actividad

Procurar que las posturas que adopten los participantes al inmovilizarse no sean rígidas, sino lo más distendidas posible, pudiendo hacer ligeros reajustes o correcciones para recuperar el equilibrio en las posiciones adoptadas.

Puede utilizarse un pandero o bien una palmada para parar y retomar el movimiento.

El tiempo en que el alumno está inmovilizado irá disminuyendo progresivamente dejando, al principio, un intervalo de tiempo de 1 minuto -como máximo- por «viaje», para acabar dedicándole tan sólo unos segundos. Este proceder forzará a los alumnos a viajar a través de su cuerpo cada vez con más rapidez y atención.

Tiempo de la actividad

10 minutos.



EL VASO DE AGUA

Este simple ejercicio permitirá probar la sensibilidad que tiene el cuerpo para recuperar y asociar sensaciones gustativas, apelando únicamente a nuestra memoria sensorial.

El moderador situará en el centro de la sala un vaso que contiene, supuestamente, agua.

1 • Cada uno de los participantes recordará por cuenta propia alguna circunstancia que estimule y motive la necesidad de beber agua.

Ejemplos:

- Para apagar su sed después de una actividad física.
- Para ingerir un medicamento.
- Para enjuagarse la boca.
- Para calmar el escozor producido por una determinada ingestión.

A continuación, los participantes pasarán de uno en uno y beberán el supuesto vaso de agua, tratando de recuperar las sensaciones específicas que acompañaron a su circunstancia real.

2 • Después, repetirán la operación, pero en esta ocasión, justo en el momento de llevarse el vaso a la boca, el moderador revelará el contenido del mismo.

El participante no sabe lo que va a tomar y, en consecuencia, no debe pensar en lo que va a hacer. La asociación será espontánea. El simple enunciado de lo ingerido debe provocar en los participantes una reacción intuitiva, no estereotipada.

Ejemplos:

- Limón.
- Vinagre.
- Picante.
- Miel.

El participante reaccionará de inmediato, asociando el sabor del producto.

Los demás comprobarán si la reacción del compañero corresponde a la propia experiencia.

Comentarios Pedagógicos

condiciones

Respecto a las condiciones de la actividad

El ejercicio puede plantearse haciendo salir a los participantes de uno en uno, o bien, por grupos de dos o de tres componentes.

ob-je-tos

Objetos

Lista de productos o sustancias:

Limón	Cerveza
Aceite	Leche pasada
Tónica	Jarabe
Vino	Mostaza
Agua con mosca	Yogurt
Cerveza caliente	Sopa

Tiempo de la actividad

a 15 a 20 minutos.

15

20



12

RECONOCIMIENTO DE OBJETOS SENSORIALES

Un mimo describe la sensación de tener agua entre sus manos valiéndose de la estudiada y perfeccionada técnica corporal propia de su arte. Sin embargo, en el juego que proponemos ahora vamos a pedir a los jugadores que pongan el empeño en experimentar únicamente las sensaciones que les produce el tacto con objetos imaginarios diversos, confiando en que su “memoria corporal” le hará intuir la expresión apropiada.

Ejemplo: imagina tu reacción si tuvieras entre tus manos:

Agua. Gelatina. Barro.

Para ello el juego se desarrollará como sigue:

- Primera fase:
 - a • Minutos antes de iniciarse el juego, el moderador formulará a cada uno por separado las materias u objetos que manejarán.
 - b • La disposición para el ejercicio será por parejas enfrentadas y formando dos hileras como indica la **figura 2a** del ejercicio 4. La separación entre parejas debe permitir que realicen el ejercicio con comodidad.
 - c • Uno de los participantes de cada pareja iniciará el juego manipulando uno de los tres objetos que han recibido.

Su actividad consistirá en establecer una relación de carácter sensorial con ese objeto, palpándolo, pasárselo de mano en mano, poniéndolo en contacto con diversas partes de su propio cuerpo. En suma, efectuando algún tipo de relación con él.

No se considerará correcto ilustrar la manipulación del objeto, ni recrear actividades que hacen uso del mismo. Por ejemplo: si tenemos azúcar, tomar una taza de café; si tenemos hielo, servir una bebida.

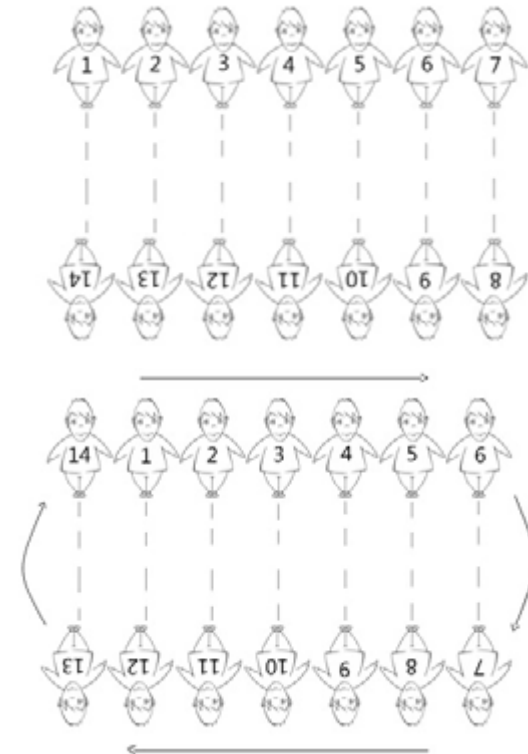
- Segunda fase;
 - a • Cuando con la manipulación de sus respectivos objetos hayan logrado una percepción sensorial matizada de los mismos,

pasarán a ofrecer el objeto al compañero. Antes de entregar el objeto, lo manipularán delante de él tal como lo habían practicado. Igualmente el compañero que observa prestará mayor atención no tanto a la manipulación del objeto como a la percepción sensorial que tenga del mismo.

- b • Luego, el compañero le brindará, a su vez, su experiencia sensorial integrando en la suya la del compañero.
- c • Este último, hará lo mismo con el objeto que ha estado manipulando, lo manipulará una vez más frente al compañero antes de entregárselo imaginariamente. Y aquel repetirá la experiencia integrando la suya en la del compañero.

Estas dos fases se repetirán consecutivamente con todos los compañeros. Para ello el grupo rotará a la señal del moderador como indica la **figura 2b** del ejercicio 4: el jugador 1 se relaciona con el jugador 14 y, a continuación, con el jugador 12.

2a / 2b • Formas corporales abiertas y cerradas



Comentarios Pedagógicos

ti-po

Tipo de actividad

Este es un ejercicio de imaginación sensorial. Se evalúa, por tanto la capacidad y la sensibilidad para expresar de forma refleja los contenidos de la experiencia o memoria táctil.

El juego no tiene nada que ver con la charada o pantomima. En ésta se dibuja o ilustra con el gesto la idea u objeto imaginario. En este juego, por el contrario, se trata de expresar las acciones pertinentes a partir de la sensación que produce el objeto imaginario que se tiene en las manos.

con-dicio-nes

Respecto a las condiciones de la actividad

Antes de iniciar el juego, se repartirán a los participantes, individualmente y por separado, tres materias de la lista. Cada participante debe ir cambiando la materia sugerida con cada uno de sus compañeros.

El cambio de parejas debe arbitrarse dando un tiempo aproximado de dos minutos por pareja para que ambas partes se transmitan mutuamente las sensaciones.

Para terminar, se hace salir a los alumnos, de uno en uno, para que oigan de sus compañeros los objetos o materias que ellos entendieron. En caso de duda, el moderador intervendrá para aclarar cuáles eran las materias que se comunicaron entre sí.

ob-je-tos

Objetos

Lista de materiales sensoriales táctiles:

Arena	Azúcar	Papel de lija	Barro
Aceite	Gelatina	Tinta-china	Plastilina

Leche	Algodón	Miel	Bolsa plástica
Hielo	Paja	Cabellos	Goma
Sangre	Chicle	Erizo	Brasas
Harina	Vidrios	Seda	Corcho

Las materias seleccionadas son de tal naturaleza que deben producir estímulos o reacciones sensoriales concretas. Por ejemplo: el erizo pincha, el hielo quema.

Tiempo de la actividad

30 a 40 minutos.



EL QUEHACER DIARIO (I)

Vamos a realizar un somero repaso de la experiencia vivida durante el día.

Los participantes se estirarán en el suelo boca arriba, completamente relajados. Cerrarán los ojos e intentarán evocar los acontecimientos y sucesos que han vivido durante el día. Tratarán de recordarlos siguiendo un orden no necesariamente cronológico. Por el contrario, dejarán que la memoria organice las impresiones y percepciones vividas. Y procurarán hacerlo como espectadores de sí mismos.

Si se produce dispersión de ideas o imágenes en lugar de forzar la retención, concentrándose rígida y tensamente, dejarán que ella misma se disipe y las imágenes vuelvan a encarrilarse.

Comentarios Pedagógicos

**con-
dicio-
nes**

Respecto a las condiciones de la actividad

El orden cronológico obliga a circunscribir los recuerdos en sucesión de hechos y, aunque a simple vista pueda parecernos de utilidad, los reduce a un esquema enumerativo.

El repaso de la jornada diaria debe entenderse como la recuperación de una experiencia vivida expresada por la visualización clara y viviente de los acontecimientos en forma de imágenes, y no de conceptos o ideas.

Se requiere que el alumno agudice la percepción sensorial de cada uno de los acontecimientos, dejándose llevar por las impresiones sensibles que le ha dejado esa experiencia, que tienda a la representación mental pero sensitiva de lo vivido, que no se conforme con una simple rememoración enumerativa de hechos. Mejor si sus impresiones las pudiera contener dentro de una percepción espacial, como la percepción de un cuadro en vivo.

**re
tro
acción**

Retroacción

Realizar, al final, un breve coloquio entre todos y escuchar las impresiones de los participantes.

El moderador averiguará el grado de sensorialidad y visualización de su experiencia y los tipos de percepción dominantes. Para ello, con el relato que hacen los participantes de los sucesos, el moderador ayudará, con sus preguntas, a precisar y concretar los elementos que amplifiquen la percepción, de manera que el alumno la complete de la mejor manera posible.



Un posible cuestionario básico podría contener las siguientes preguntas:

- ¿Cuál ha sido el grado de conciencia de vuestro propio cuerpo en cada situación?
- ¿Cuál ha sido el grado de conciencia de los objetos y acontecimientos que os han afectado?
- ¿Cuál ha sido el grado de conciencia de vuestras sensaciones?

Tiempo de la actividad

30 minutos.

Dedicar un máximo de 15 minutos al ejercicio, y el resto a la retroacción.



14

EL QUEHACER DIARIO (II)

Al igual que en la sesión anterior, procederemos a un repaso general de la jornada vivida durante el día.

• Fases del ejercicio:

a • Tendidos en el suelo, boca arriba y completamente relajados, los participantes probarán de evocar, primeramente, todos los sucesos y acontecimientos que han vivido durante el día.

Este repaso general no debe seguir un orden cronológico, sino transcurrir respetando el proceder de la memoria.

b • Luego, aislarán algunos momentos del día, seleccionando aquel que mayor y más viva impresión les haya producido.

Es recomendable que los participantes elijan un momento en que las relaciones con las personas no sean más importantes que el suceso. Recordarán el entorno espacial y los objetos que lo conforman y el momento concreto de la evocación.

Luego, tomarán conciencia de lo que sucedía a su alrededor, y de cómo interactuaba en ese espacio.

Sirva de ejemplo la siguiente narración en primera persona:

“El momento en que tomé café”

“El aroma del café me produjo una sensación placentera, al tiempo que el vaho que desprendía empañó mis gafas. Al servirme, el camarero dejó la taza cerca del borde de la mesa y reaccioné con rapidez, creyendo que se caía. Por un instante, sentí vértigo. Miré al camarero que se alejaba de espaldas y me pareció un carnicero. Me recordó a Obélix. Justo delante de mí, una mujer discutía acaloradamente con su marido, el cual, por su parte, intentaba tomar su café con leche tranquilamente. Hubo un momento en que me miró de reojo y yo desvié la mirada hacia un reloj de péndulo de calor caoba...”

Comentarios Pedagógicos

ti-po

Tipo de actividad

Es esencial en la preparación de un actor que sea capaz de recordar y “revivir” las experiencias incluso más triviales de la vida cotidiana pudiendo captar los pormenores sensoriales que rodean cada uno de nuestros actos, pues de ese modo el material disponible para su interpretación será más rica en matices. Estos ejercicios de memoria sensorial le ayudarán.

con-dicio-nes

Respecto a las condiciones de la actividad

Antes de iniciar el ejercicio, pídaleles que traten de evocar especialmente -las sensaciones, impresiones y recuerdos vivenciales de su experiencia. Aconséjese que no se limiten a definir o enumerar únicamente los episodios o detalles, sino a relatar la impresión que todos esos detalles ejercieron sobre ellos.

- a • En esta fase, los participantes tratarán de recordar la jornada en toda su extensión.
- b • Ahora, cada uno aislará el momento que más vívidamente recuerde, y se aprestará á recuperar el máximo de sensaciones percibidas. Primero, procurarán concentrarse en el “espacio del contexto”. Después, en el “espacio de su acción”. Finalmente, en las modificaciones y cambios de su comportamiento.

Por ejemplo:

“El momento en que tomé café”

Se debe recordar el ambiente cargado del café. Las mesas ordenadas y limpias. Las venas muy marcadas de las manos del camarero. La taza de café sucia y rayada. El agradable calorcillo del sol que entra por el ventanal. Los rostros de la gente de otras mesas. El murmullo de las conversaciones. Las cosas y pensamientos que me cruzaron por la cabeza, etc.

re-tro-acción

Retroacción

El moderador dejará un tiempo de evocación de unos 20 minutos y ocupará el resto en comentarios y preguntas con los que ayudará a los participantes a precisar la percepción sensorial que hayan experimentado.

Evitará que, al explicarle su experiencia, el interesado enumere tan sólo los episodios. No hay que olvidar que el orden natural de la memoria no es cronológico sino arbitrario en apariencia, que no gratuito. Hay que aprender a respetarlo.

Hay que pedirle que hable también de sus sensaciones.

Calibrarás el grado de concentración y sensibilidad de los participantes por el tipo de información que te proporcione. Cuanto más sensorial sea la evocación, más nos aproximaremos al objetivo del presente ejercicio.

Tiempo de la actividad

De **70** a **80** minutos.



15

LOS SUELOS

Los participantes se moverán libremente por la sala, imaginando tener bajo sus pies diversos tipos de suelos que el moderador irá sugiriendo y que, como es natural, condicionará su marcha.

Si se debe caminar por la arena, es evidente que la consistencia del suelo hará más penoso el desplazamiento que si se hace sobre pavimento.

Los participantes, además, estarán atentos a las sugerencias del moderador y tendrán los sentidos bien despiertos.

Evocando las sensaciones de la propia experiencia en esos medios, los participantes expresarán a través del cuerpo las dificultades de movimiento, centrándose y distinguiendo especialmente el tipo de resistencia que ofrece cada uno de ellos. No se trata pues de representar sino de recuperar la sensorialidad

Comentarios Pedagógicos

condiciones

Respecto a las condiciones de la actividad

Antes de empezar el ejercicio y para tomar conciencia de la sensibilidad de los pies, pediremos a los participantes que se quiten los zapatos y caminen brevemente descalzos. Luego, se volverán a calzar y comprobarán la diferencia.

El moderador concederá un tiempo de 2 minutos para cada terreno y propondrá un máximo de cinco suelos diferentes.

La selección de los mismos debe dar a los participantes la oportunidad de explorar una variedad de estímulos distintos.

He aquí algunas posibilidades:

- Caminar por la arena de la playa.
- Caminar por la calle enlodada.
- Caminar sobre el hielo.
- Caminar por la nieve.
- Caminar por una playa de piedras.
- Caminar dentro del agua.
- Caminar por un corral lleno de paja.
- Caminar sobre un puente colgante.

Tiempo de la actividad

Un máximo de

15

minutos.

V

Variante de la actividad

El moderador puede especificar con mayor detalle las circunstancias del terreno, como pueden ser el plano de inclinación, el grosor o densidad del elemento, etc.

Por ejemplo:

- Subir una calle empinada por la acera resbaladiza.
- Atravesar un río con el agua hasta la cintura o la rodilla.
- Caminar por la nieve procurando saber donde pisamos para no hundirnos en ella.
- Caminar por una superficie helada que se puede resquebrajar.
- Meterse en un mar invadido por las algas.



16

EXPLORACIÓN DE LA NATURALEZA

Los participantes se encuentran imaginariamente lejos del bullicio de la ciudad, en plena naturaleza, rodeados de todos los elementos naturales: el aire puro, los ríos, las montañas, los árboles, los insectos, los pájaros, las flores, la noche, el alba, el silencio, la paz...

En estas circunstancias ambientales, explorarán atentamente el medio natural, reviviendo sensitivamente las propias experiencias.

Los participantes comenzarán por establecer un contacto con cada uno de los elementos naturales que el moderador irá nombrando, manipulándolos imaginariamente. Por ejemplo:

- Jugar con el agua de un arroyo, remojar los pies.
- Recoger flores y plantas.
- Observar los insectos y jugar con ellos.
- Recorrer con la mirada y las manos la corteza de un árbol.

Procurarán no quedarse en el simple hecho de acariciarlos; deben intentar, además, establecer contacto sensorial y afectivo con cada uno de los elementos imaginarios.

El ejercicio durará hasta que el moderador lo dé por terminado. Los participantes no deben estar, por tanto, pendientes del tiempo que pasa, sino concentrados en el ambiente de la naturaleza que ha sido propuesto.



Explorando la naturaleza

Comentarios Pedagógicos

ti-po

Tipo de actividades

La propuesta de exploración diseñada pretende estimular ordenadamente la atención progresiva en los objetos sensoriales propios de los medios naturales, y favorecer su implicación.

Objetivos

Objetivos

- Desarrollo de la capacidad de evocación sensorial de la propia experiencia, y activación corporal de esta experiencia en la concreción escénica.
- Activación de la manipulación de objetos imaginarios.

condiciones

Respecto a las condiciones de las actividades

El grupo de participantes trabajará simultáneamente por toda la sala. Se procurará que sea un trabajo individual, no relacional, y que su desarrollo se haga en silencio.

En todo momento, los participantes evocarán sus experiencias, sensaciones y recuerdos, estableciendo contacto únicamente con los objetos y elementos imaginativos de cada medio.

Evitar que el alumno lo haga contemplativamente, y deje, en consecuencia, de expresarse a través de sus relaciones con los objetos. Esas relaciones serán las que estimularán un número indeterminado de asociaciones y recuerdos personales.

Una característica esencial de este ejercicio, en relación a los beneficios de recuperación sensorial y concreción escénica, es que el espacio condiciona básicamente el comportamiento, y hasta cierto punto es un condicionamiento involuntario.

Al acabar, se establecerá un pequeño diálogo con los alumnos y se recogerán sus impresiones personales.



Tiempo de la actividad

V

20

minutos.

Variante de la actividad

Explorar la continuidad de un espacio natural.

Los participantes establecerán una relación sensorial y afectiva con los elementos de un espacio natural reducido indicado por el moderador. Este espacio está constituido a su vez por otros espacios más pequeños con características definidas.

Por ejemplo:

- La exploración de la orilla de un río. Contiene los espacios: la maleza, el lecho propiamente del río cercano a su orilla, la bajada al río, el terreno de cantos rodados, la playa de arena, el lodazal, etc.



17

LA MASA ELÁSTICA

Los participantes se agruparán de pie en el centro de la sala formando una piña, e imaginarán estar inmersos en una masa pegajosa de una consistencia semejante al chicle. Tratarán de desembarazarse de la molesta adherencia de esa materia por todo el cuerpo y procurarán abrirse camino por entre esa masa elástica.



• La masa elástica

condiciones

Respecto a las condiciones de la actividad

Los participantes, envueltos imaginariamente por una masa elástica, se confrontan a una resistencia a la vez firme y flexible.

Pídenseles que, antes de iniciar el ejercicio, traten de sentirse envueltos por esa masa pegajosa. Se les sugerirá que los movimientos sean, al principio, lentos y de corto alcance, intentando mover un dedo, una mano, la cabeza, un pie, etc., para después tratar de jugar y buscar las posibilidades de movimiento completo.

Es aconsejable que cierren los ojos para lograr una mayor concentración y para percibir todas las sensaciones que producen las adherencias imaginarias del chicle en la piel y en la ropa.

Es recomendable, sin embargo, que la resistencia que ofrece la materia, se exprese con una disponibilidad energética adecuada, evitando así las tensiones, que son generalmente innecesarias cuando se representan acciones físicas. El esfuerzo que oponemos a una materia preexistente en la realidad, no es necesariamente la misma en la ficción.

Tiempo de la actividad

De **10** a **15** minutos.

Cada grupo dispondrá de un tiempo de 5 a 7 minutos.

ESPACIOS RESTRINGIDOS

1 • En nuestra vida cotidiana estamos sujetos a las limitaciones espaciales impuestas por lugares públicos de escasa capacidad. Pensad en los ascensores, los vagones del metro, los autobuses etc.

Vamos hoy a experimentar la carencia de espacio, ante las dificultades de movimiento que nos suelen imponer estos espacios restringidos.

a • En primer lugar, construiremos un espacio que semejará un tubo en vertical con 4 ó 5 participantes, dispuestos en círculos y unidos por los brazos enlazados por la cintura (**véase la ilustración**). Otro de los participantes se situará en el interior del círculo y tratará de moverse, notando las presiones que sus compañeros ejercen sobre él.

Cada participante dispondrá de un tiempo suficiente para experimentarlo.

b • En segundo lugar, aprovechando las posibilidades de la sala de trabajo, con la ayuda de muebles, armarios, planchas, o cualquier otro elemento, los participantes construirán otras posibilidades de espacios restringidos.

2 • La experiencia anterior, ha permitido a los participantes tomar conciencia de las posibilidades de movimiento en un espacio restringido, así como de las presiones sufridas en el propio cuerpo.

A continuación, inspirados en esta experiencia cada participante tratará de moverse en el interior de espacios restringidos imaginarios.

Por ejemplo:

Un tubo de ventilación de 75 cm de diámetro.

El seno materno

La chatarra de un coche.

Atrapado en las ruinas de un edificio.



Comentarios Pedagógicos

ti-po

Tipo de actividades

Objetivos

- La sensibilización de la relación entre cuerpo y espacio.
- La toma de conciencia de nuestra necesidad espacial.

Respecto a las condiciones de la actividad

- 1 • Los participantes se distribuirán, desde el principio, por grupos de 6 participantes y trabajarán simultáneamente.

En a· el participante que logra salir del interior, se incorpora de inmediato al grupo de compañeros que configuran el tubo. Al mismo tiempo, un nuevo participante situado en su interior prueba de buscar una salida.

En b· se aprovechará cualquier objeto y material disponible en la sala de trabajo, siempre y cuando no suponga un riesgo o dificultad añadida para el buen funcionamiento del ejercicio.

El moderador vigilará la seguridad de disposición de la pila de objetos que se utilicen.

- 2 • Cada participante se situará en un lugar diferente de la clase. Se evitará que hagan pantomima o ilustren, simplemente, las dificultades del movimiento. Por el contrario, las limitaciones reales del espacio restringido interpretado, deberían ser respetadas en la representación imaginada en la sala de trabajo.

- a • Antes de iniciar el juego, cada participante visualizará las dimensiones hipotéticas del espacio restringido escogido.

- b • Luego, explorará todos los movimientos posibles en su interior, experimentando las sensaciones, presiones y limitaciones físicas y espaciales que ello comporta.

Objetivos

condiciones

ob-je-tos

Objetos

Un material de trabajo muy aconsejable para un taller de expresión dramática son diversos cubos de dimensiones 1 x 1 x 1 metros, y/o 1 x 1 x 1,5 metros. Este tipo de material permite disponer con facilidad de espacios restringidos en donde los participantes deben adaptar su cuerpo a las dimensiones de los mismos, así como, por ejemplo, quedar literalmente encerrado entre dos cubos.

Tiempo de la actividad

30 minutos.

1 • Tiempo: 20 minutos.

2 • Tiempo: 10 minutos.

• Espacios restringidos



19

LA DUCHA

Existen actividades cotidianas muy personales que poseen un grado especial de sensorialidad. Una de estas actividades pertenece al grupo de actividades vinculadas a nuestro aseo personal, como es tomar una ducha.

Para preparar el ejercicio y con anterioridad, el moderador pedirá a los participantes que, al volver a sus casas, tomen conciencia de las sensaciones que han experimentado al tomar una ducha o un baño. Asimismo, pedirá también que traten de recordar aquellos aspectos singulares que reflejan la manera personal de llevarlo a cabo.

Una vez en clase, los participantes saldrán de uno en uno. Dispondrán su espacio de juego, acorde al tipo y dimensiones de su bañera. Y volverán a ducharse, dándose la oportunidad de experimentar de nuevo esas percepciones.

Comentarios Pedagógicos

Evaluación

Respecto a la evaluación de los participantes

El moderador debe controlar que los participantes:

- a · Actúen con naturalidad, sin perder su ritmo personal.
- b · No pierdan el sentido y coherencia de sus acciones.
- c · Concreten sus objetos y mantengan su atención.
- d · Y en especial, que sus cuerpos actúen orgánicamente sensorializando al ducharse cada momento, en contacto con los diversos objetos utilizados (agua, jabón, grifo, etc).

Es importante establecer, después del ejercicio, una conversación con el participante que permita desvelar el nivel de atención y sensorialidad experimentado.

En la evaluación, es bueno recordar lo inapropiado que es juzgar lo que ha sucedido en el ejercicio tomando como criterio la manera que uno tiene de hacerlo en su vida cotidiana. Por el contrario, nuestros juicios deben partir única y exclusivamente de lo ocurrido en el aquí y ahora del ejercicio, y valorar el grado de coherencia y sensorialidad corporal.

Tiempo de la actividad

Aproximadamente

5

minutos por participante.



20

EL LUGAR ÍNTIMO

A todos nos gusta tener un lugar íntimo, privado, para reencontrarnos con nosotros mismos y los espacios más queridos.

Vamos a proponer a los participantes reencontrar por medio de nuestras propias acciones los objetos antes existentes en aquel lugar que acostumbra a ser el más personal y reservado. Por ejemplo, en el dormitorio, mi ropa; en el estudio, mis libros; en la sala de estar, mi guitarra, etc. Se supone que del contacto y de la relación habitual con esos objetos hemos recibido una serie de impresiones sensoriales y afectivas que han quedado grabadas en nuestra memoria.

El juego consiste en apelar a la memoria sensorial para “revivir” nuevamente las sensaciones e impresiones que se han tenido, pero en esta ocasión, haciéndolo en el aquí y ahora de la representación, es decir, como si se estuviera en contacto directo con los objetos.

Para ello, cada participante dispondrá de un tiempo durante el cual, situado en el centro de la clase, creará hallarse en su habitación preferida y establecerá contacto sensorial y emotivo con cada uno de los objetos imaginarios presentes en su recuerdo, realizando con ellos una serie de actividades o acciones que le son ya habituales. Por ejemplo: poner un disco, fumarse un cigarrillo, tocar la guitarra, leer un libro, hojear revistas, escribir, relajarse, soñar, etc.

Comentarios Pedagógicos

ti-po

Tipo de actividad

La finalidad de la actividad es la de servirse de la evocación y de la memoria emocional como estímulos para la construcción de un comportamiento escénico.

Objetivos

- Desarrollar la atención interior.
- Activar la sensibilidad del alumno.
- Exteriorizar los factores afectivos de su personalidad.

Los procesos evocativos son un procedimiento de actualización de nuestras vivencias que nos ayudan a desarrollar nuestras sensibilidades.

Objetivos

Tiempo de la actividad

Los participantes saldrán de uno en uno y se les asignará de cinco a diez minutos aproximadamente. A veces un tiempo más dilatado permite que el alumno se implique mejor en sus recuerdos.

5 10



EJERCITACIÓN DE LA IMAGINACIÓN

Este tercer y último calentamiento, ejercita la imaginación creadora, por medio de la expresión dramática con una selección de actividades que alternan la inmediatez de la respuesta con su preparación, así como la inventiva con la capacidad de comprensión, sugestión y asunción de situaciones ajenas



21

ASOCIACIÓN LIBRE DE IDEAS

El juego consistirá en seguir las asociaciones inmediatas en torno a un amplio campo de actividades humanas propuesto por el moderador.

Por ejemplo: las actividades de ocio.

El procedimiento de juego será de *propuesta-respuesta*.

Los participantes se disponen en dos filas enfrentadas y por parejas (véase **figura 2a** del ejercicio “Formas corporales: abiertas y cerradas”).

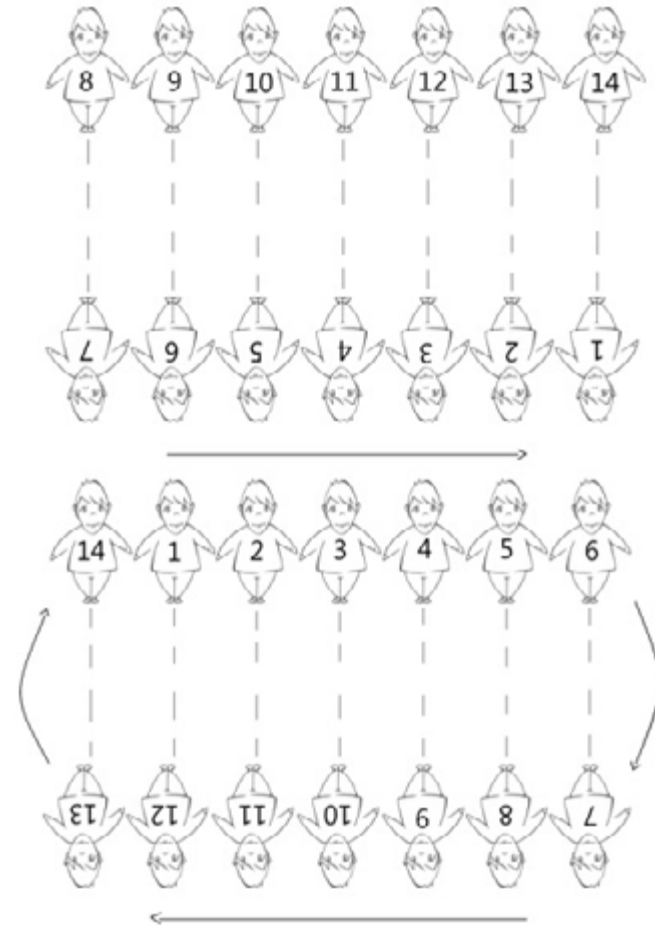
Tomando como modelo a la pareja 1-14, el participante 1 propone una acción del campo de ocio (*componer un rompecabezas*) y el participante 14 responde inmediatamente con otra (*recorta siluetas de papel*). Acto seguido, el participante 1 responde al participante 14 con otra proposición (*pinta un cuadro*) y así sucesivamente.

Las respuestas serán ejecutadas cuando el compañero haya finalizado su acción que, en general, durará lo justo para dar a entender al compañero la actividad de que se trata (de 5 a 10 segundos).

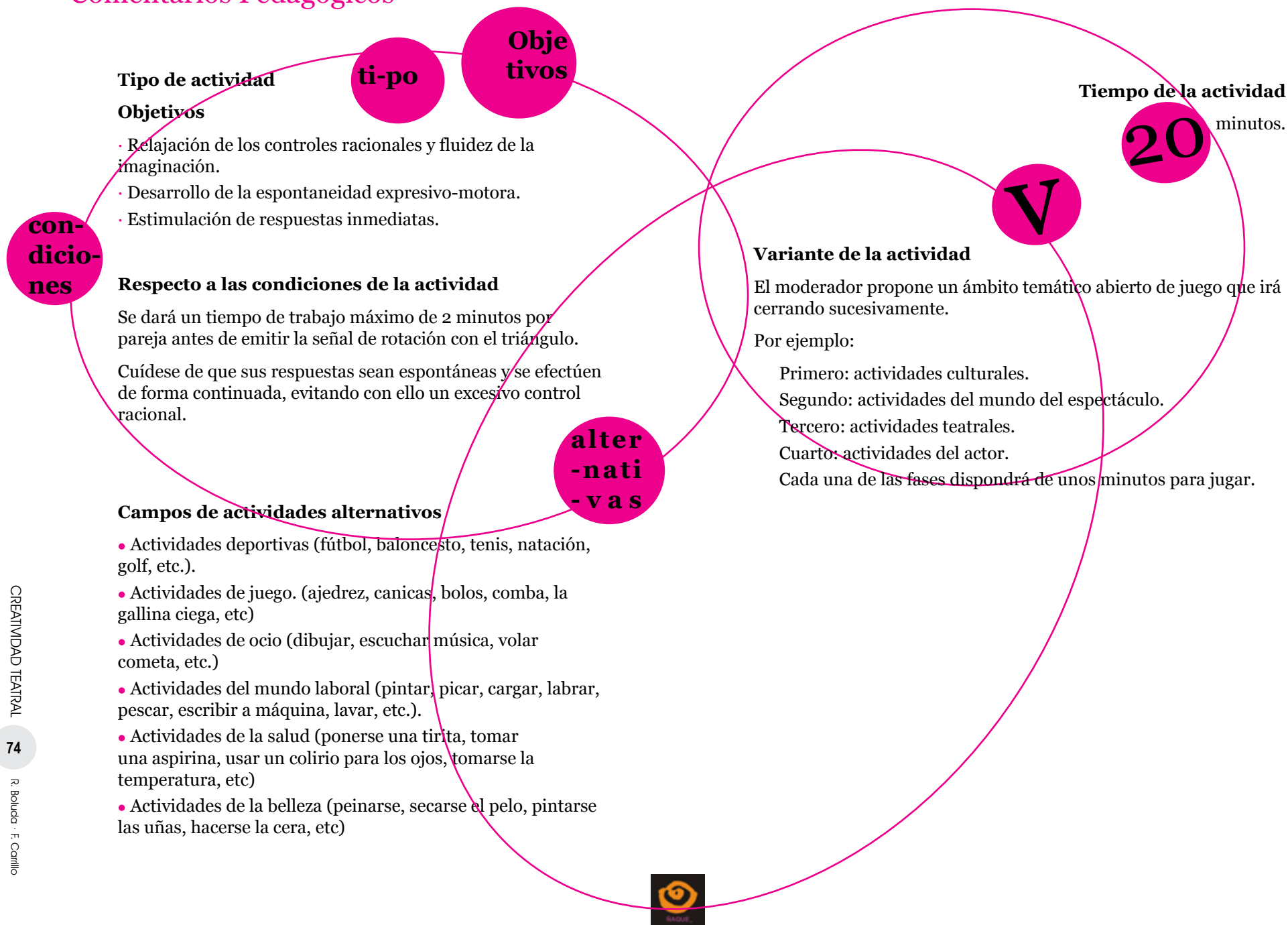
Procurad que la respuesta al compañero venga estimulada por lo que aquél hace y, aunque en alguna ocasión no identifiquéis la actividad en cuestión, su acción debe bastar para insinuaros vuestra respuesta inmediata. No se trata de pensar o reflexionar sobre lo que se ve ni en lo que se dará como respuesta, sino de jugar ininterrumpida y espontáneamente, sin preocuparse de la lógica conexión. Por ejemplo: Si el participante 1 propone “enmarcar un retrato”, el participante 14, no está obligado a responder con “colgar el cuadro en la pared”.

A la señal del moderador, los participantes rotarán un lugar (véase **figura 2b** del ejercicio “Formas corporales: abiertas y cerradas”).

2a / 2b • Formas corporales abiertas y cerradas



Comentarios Pedagógicos



EL ESPACIO INTERESTELAR

a ●

Los participantes evolucionan libremente por la sala e imaginan que su cuerpo flota en el espacio interestelar ingrávido. Deben sentir gradualmente la sensación de levedad y la necesidad de convertir su cuerpo en un objeto ligero y suave. Los desplazamientos serán lentos, dóciles y continuados, e irán sintiendo poco a poco una armonía de movimientos que se funden sin interrupción.

Se evitarán los movimientos bruscos o nerviosos. Hay que comprender e imaginar las particulares de un espacio ingrávido para controlar los desplazamientos sin perder su continuidad.

Deben asumir el dato sugerente de saber que los apresuramientos pueden provocar una salida de la órbita espacial en la que nos movemos y, consecuentemente, perder el control de nuestras acciones al salir despedidos hacia un espacio infinito.

b ●

Repetiremos la experiencia ubicándonos de nuevo en un espacio interestelar y creando una atmósfera de contagio sonoro -por influencias mutuas- entre los participantes.

En esta ocasión, los participantes acompañarán de sonidos el movimiento en el espacio, expresando de este modo lo que para cada uno de ellos sería esta aventura, una aventura espacial. Deben intentar dejarse influenciar sonoramente por el resto de participantes.

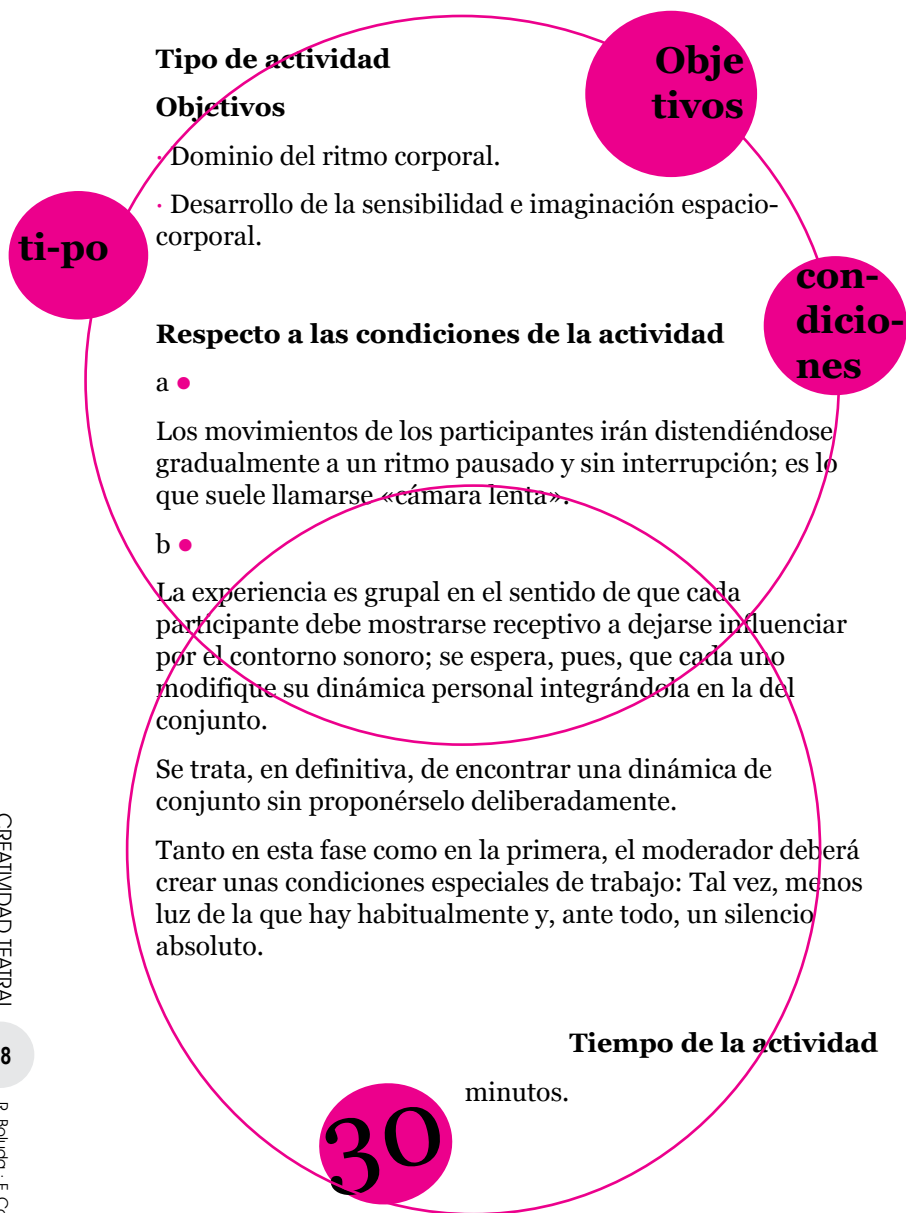
Para ello el moderador hará uso de grabaciones sonoras y musicales que faciliten la atmósfera de trabajo e iniciativa de los participantes.

El movimiento debe ir acompañado orgánicamente de imágenes, sensaciones que se van originando y asociando en el contagio. Por ejemplo: sensación de integración en el espacio circundante, sensación de tranquilidad o inquietud, percepción de haces de luz, sensación de frío, etc.



● Espacio interestelar





ACTITUDES EN TORNO A UNA SILLA

A partir de un objeto común en nuestra vida cotidiana como es una silla, trataremos de descubrir nuevas formas de relación con las usuales. Para ello tomaremos dos puntos de partida:

- La silla será un elemento relacional fijo.
- La silla será un elemento relacional móvil.

Para el ejercicio, los alumnos se dispondrán, sentados en semicírculo, alrededor de una silla, según se muestra en la **figura 4**.

• La silla fija

- El cuerpo se adapta al objeto fijo.

Uno a uno, cada participante establecerá un inventario de cuatro o cinco relaciones posibles. Por ejemplo: sentado, echado sobre ella, por debajo, encima, en torno, etc.

- El objeto fijo se transforma en otros objetos.

a- Uno a uno, los participantes conferirán usos y significaciones a la silla, transformándola en otros objetos imaginarios. Por ejemplo: máquina de escribir.

Si tecleo en su asiento, mi acción transforma su función de ser silla, en otra distinta, ser máquina de escribir.

Otros ejemplos: caballo, cápsula espacial, coche, etc.

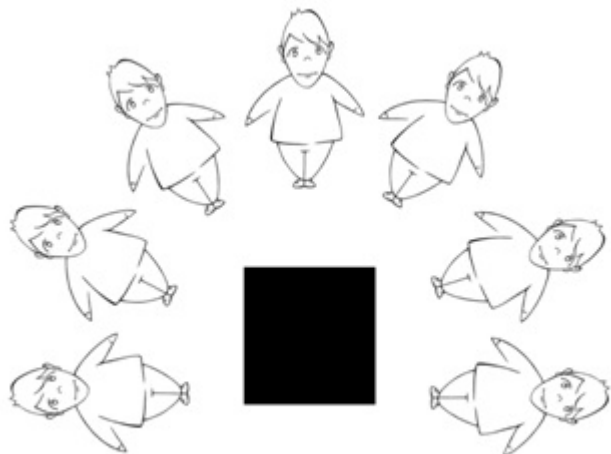
b- El moderador manipula la posición de la silla, y los participantes, de uno a uno, otorgará, de nuevo, usos y significaciones a la posición de la misma.

• La silla móvil

La silla es, ahora, manipulada por cada participante, variando para ello su posición usual -las cuatro patas en el suelo- e invistiéndola de nuevas significaciones. El cambio de posición de la silla implica

un cambio en la relación objeto-individuo que debe sugerirte esas nuevas significaciones. Por ejemplo: coche de bebé, escritorio, etc.

Cada participante está obligado a cambiar la posición de la silla y, a continuación, darle un significado cuya relación debe establecer con claridad; es decir, en el primero de los ejemplos, tumbar la silla para convertirla en un cochecito de bebé. El participante manifestará con sus movimientos la nueva relación al manipular la silla en esa posición.



4 • Actitudes en torno a una silla

Comentarios Pedagógicos

ti-po

Tipo de actividad

El objetivo primordial de este ejercicio persigue potenciar la amplitud de miras, variar la perspectiva con la que estamos acostumbrados a ver todo lo que nos rodea y, agudizar la imaginación creativa explorando nuevas relaciones con los objetos.

Para ello, sensibilizamos a los participantes en la percepción espacial del objeto.

Respecto a las condiciones de la actividad

- Relación con objeto fijo
 - Inventario de todas las relaciones posibles.
 - El objeto se convierte en otro objeto imaginario.

El moderador hará uso de su potestad para proponer distintas posiciones del objeto-silla después de haber observado las propuestas llevadas a cabo por el grupo de participantes con anterioridad. De este modo, incidirá en aquellas posibilidades no operadas por el grupo.

- Relación con objeto móvil

El objeto es manipulado, investido de significaciones diversas. No es imprescindible, en este punto, exigir a los participantes una precisión desmedida en los movimientos, aunque sí la suficiente para que no quede lugar a dudas sobre el objeto que manipulan.

ob-je-tos

Objetos

Con el mismo propósito, pueden ser utilizados otros objetos habituales como por ejemplo, bastones, cubos, abrigos, etc.

con-dicio-nes

30
45

Tiempo de la actividad
minutos.



24 SONIDOS ONOMATOPÉYICOS

Toda actividad cotidiana hace uso de una diversidad de objetos cuya manipulación produce un ruido característico. El contacto con las cosas conlleva siempre, indiscutiblemente, este fenómeno. La imitación del sonido de una cosa mediante la palabra que lo expresa es, por otro lado, lo que se llama onomatopeya, a la cual recurren con tanta frecuencia los niños para designar a los animales, por ejemplo, el perro es el gua-gua; el pajarito, el pio-pio, etc.

Con la finalidad de desarrollar la capacidad de imitación o invención de sonidos, asociados a la manipulación imaginaria de objetos usuales, os proponemos el siguiente juego:

Los participantes se dispondrán a ejecutar actividades de la vida cotidiana tratando de imitar su sonido peculiar. Por ejemplo, recordad los múltiples ruidos que se escuchan durante una comida: el pan que cruje, la cuchara o el tenedor golpeando el plato, la bebida al ser servida en una copa, etc.

Antes de empezar el juego, dejaréis 2 ó 3 minutos para que cada participante reflexione sobre la actividad que realizará y los objetos que va a manipular.

Ejemplo:

Actividad · “El aseo matinal”

- Acciones · Abrir la puerta del baño (ñiii...)
Dar el interruptor de la luz (¡clink!)
Abrir el grifo del agua (Chuuu...)
Enjabonarse las manos (rasch, rosch...)
Quitarse el jabón (chfuu...)
Secarse con la toalla (fras, fros...)
Peinarse (zas, zis, zas...)
Etc.

Al comenzar el juego, cada participante saldrá al centro de la sala y dispondrá de 1 minuto, aproximadamente, para componer su tarea.

Comentarios Pedagógicos

condiciones

Respecto a las condiciones de la actividad

Controlar que la actividad mimada por el alumno no sea una simple reproducción mecánica para salir del paso. El control básico, no obstante, no debe ejercerse sobre el sonido; el control lo debemos ejercer sobre la secuencia de acciones físicas comprometidas en la actividad, de manera de que la relación con los objetos es semejante a la de cualquier otra actividad, con el añadido de que el contacto además es sonoro. Debemos pues controlar la ejecución correcta de cada acción en la actividad y la coherencia de la cadena sonora que le corresponda.

alternativas

Acciones alternativas

A continuación, se dan varios ejemplos de acciones y los objetos imaginarios con que realizarlas:

- Ordenar un armario (puertas con bisagras, cajones, ropa, perchas, etc.)
- Tomar un desayuno (pan, cuchillo, leche, etc.)
- Tomar una ducha (cortinas, agua, grifos, jabón, esponja, toalla, etc.)
- Trabajar con el ordenador (interruptor, ratón, teclado, señales acústicas, etc.)
- Hacerse una tortilla (huevo, tenedor, sartén, aceite, sal, etc.)
- Decorar la habitación (carteles, grapas, cortinas, bombillas, etc.)

Tiempo de la actividad

30

minutos.



TRANSFIGURACIONES

Ahora vamos a hacer un ejercicio para poner a prueba nuestra capacidad de sugestión e imaginación.

Primera propuesta:

Los participantes se situarán, en silencio y con poca luz, frente a una imagen o dibujo impreciso, a la distancia apropiada para verlo borroso.

Observarán y fijarán intensamente la mirada en él y tratarán de ver cosas, formas o imágenes.

Recogerán sus impresiones anotándolas en un papel para poder compartirlas más tarde con los compañeros.

Segunda propuesta:

El moderador intervendrá ahora enumerando algunos objetos que deberán buscar en el dibujo, como un cuchillo, un barco, un pañuelo, dejando el tiempo apropiado para explorar cada una de ellas.

Tercera propuesta:

Asimismo, inducidos por él, los participantes tratarán de ver cómo el dibujo se empieza a mover, descubriendo nuevas formas y colores.

Cuarta propuesta:

Por último, los participantes procurarán verse dentro del dibujo cuando tenían 7 u 8 años, y en diversas situaciones.

En todas sus fases el ejercicio se desarrollará en silencio.

Comentarios Pedagógicos

Objetivos

ti-po

Tipo de actividad

Objetivos

Se trabaja la capacidad de sugestión del alumno y la ilusión de realidad como medio de ampliar sus horizontes imaginativos.

condiciones

Respecto a las condiciones de la actividad

El dibujo puede ser una mancha, un cuadro abstracto o una fotografía impresionista, pero siempre algo de contornos indefinidos, para catapultar la capacidad imaginativa del participante, el cual experimenta una transformación de lo objetivo en subjetivo merced a esa capacidad y a sus vivencias personales.

En cuanto al soporte-estímulo para ejercer la inducción podemos utilizar además de dibujos otros soportes visuales como una fotografía, una transparencia, un negativo siempre y cuando sus imágenes sean indeterminadas para que la subjetividad organice arbitrariamente sus elementos en una forma nueva personal. .

Aquellos alumnos que usen gafas, deberán quitárselas y se situarán, igual que los demás, a la distancia concreta a partir de la cual comienzan a ver borroso el dibujo.

El moderador deberá mencionar aquellos objetos que más naturalmente pueda sugerir al dibujo.

Las propuestas del moderador no siguen ningún orden de progresión, son independientes, y cada una de ellas sugiere grados de sugestión del alumno y de manipulación del moderador distintos.



re
tro
acción

Retroacción

Al final, se establecerá un pequeño coloquio para recoger las impresiones de los alumnos y las vicisitudes de cada una de las fases del ejercicio.

Puede ocurrir que unos vean lo que hay, y otros, lo que se les ha inducido a ver. En los primeros, diríamos que se dio una inhibición de su capacidad de sugestión y de su predisposición para dejar fluir el imaginario. Como en toda sugestión no sólo es importante la capacidad de sugestión que tenga el participante sino su deseo de dejarse sugestionar.

Propuestas alternativas

- Puede haber una propuesta en que el profesor arbitrariamente sugiera al alumno lo que tiene que ver y ya no tanto apoyándose en lo que sugiere el dibujo.
- También se podría preguntar a uno de los alumnos que es lo que ve personalmente él, e inducir al resto del los alumnos a que perciban lo mismo.

20

Tiempo de la actividad

minutos.

Debe recordarse que el tiempo de un ejercicio no es el que marca su ejecución, sino el que cada participante requiere para entrar en una experiencia personal. Llamémoslo «tiempo de la experiencia personal» y convengamos en que es un factor a tener siempre en cuenta.

El tiempo es opcional, pero se aconseja distribuirlo como sigue:

- Primera propuesta · 4 minutos.
- Segunda propuesta · 6 a 8 minutos para dos o tres propuestas de objetos.
- Tercera propuesta · 4 minutos.
- Cuarta propuesta · 4 minutos.

alter
-nati
-vas

26

SENSACIÓN DE FALTA DE OXÍGENO

Los participantes se hallarán en una habitación cerrada herméticamente.

Gradualmente irán sintiendo la falta de oxígeno, el enrarecimiento del aire y la asfixia paulatina, hasta llegar a la muerte.

El moderador irá marcando con una señal la graduación o progresión de todo el proceso:

- 1ª · Señal · Sentirán el bienestar del aire puro de la montaña (fuerte oxigenación).
- 2ª · Señal · Respirarán el oxígeno real de la sala (oxigenación normal).
- 3ª · Señal · Aspirarán el aire enrarecido de un recinto lleno de humo y abarrotado (Discoteca, bar, ese.).
- 4ª · Señal · Experimentarán los primeros síntomas de asfixia y la ausencia de oxigenación. (Inmersión acuática prolongada).
- 5ª · Señal · Imaginariamente, representarán la muerte por asfixia (apoyando la imaginación con la experiencia de otras muertes que hayáis presenciado, como la de algún animal quizá).

Para conseguir un buen nivel de sugestión, previamente los representantes se sensibilizarán con la situación siguiendo ciertas pautas:

- a · Recordarán o tratarán de evocar experiencias personales en que hayan sentido la falta de aire. Por ejemplo, en un coche de verano, en un ascensor averiado.
- b · Retendrán varias veces la respiración durante unos segundos, hasta sentir la necesidad de respirar



Comentarios Pedagógicos

ti-po

Tipo de actividad

Objetivo

Desarrollar la capacidad de sugestión y sensibilización con la apertura del subconsciente.

Objetivos

condiciones

Respecto a las condiciones de la actividad

El ejercicio lo harán todos los participantes al mismo tiempo.

Es necesaria la máxima concentración.

El ejercicio se desarrollará en las siguientes fases:

- 1 • Fase previa. Los participantes se relajan y concentran, siguiendo las pautas indicadas en a • y b • .
- 2 • Desarrollo del ejercicio. Convendrá explicar la progresión, enumerando los niveles de graduación y la forma en que éstos se irán dando -es decir, sin interrupciones marcados por el toque de campanilla o triángulo.
- 3 • Relajación y retroacción. Después del ejercicio, se procurará que se relajen durante unos minutos. A continuación, se organiza un coloquio y se recogen sus impresiones.

No se excluye la posibilidad de un contagio o sugestión colectiva en las fases posteriores más críticas del ejercicio, lo cual es normal. Conviene estar sobre aviso, sin embargo, vigilar a los participantes que puedan ser demasiado sugestionables. Si se notara que el ejercicio puede desencadenar en alguno una especie de crisis nerviosa, se interrumpe y se hace que se siente.

Tiempo de la actividad

Total: minutos.

25

- 1 • Fase previa • de 4 a 5 minutos.
- 2 • Desarrollo del ejercicio: El tiempo para cada fase es:
 - 1ª • Señal • 1 1/2 minutos.
 - 2ª • Señal • 1 1/2 minutos.
 - 3ª • Señal • 1 1/2 minutos.
 - 4ª • Señal • 2 minutos.
 - 5ª • Señal • 2 minutos.Tiempo total: 8 a 10 minutos.

Si bien damos los tiempos aproximados para cada señal, habrá que fiarse más del nivel de sugestión expresado en el ejercicio.

- 3 • Relajación y retroacción: 10 minutos.



27

LA MUERTE

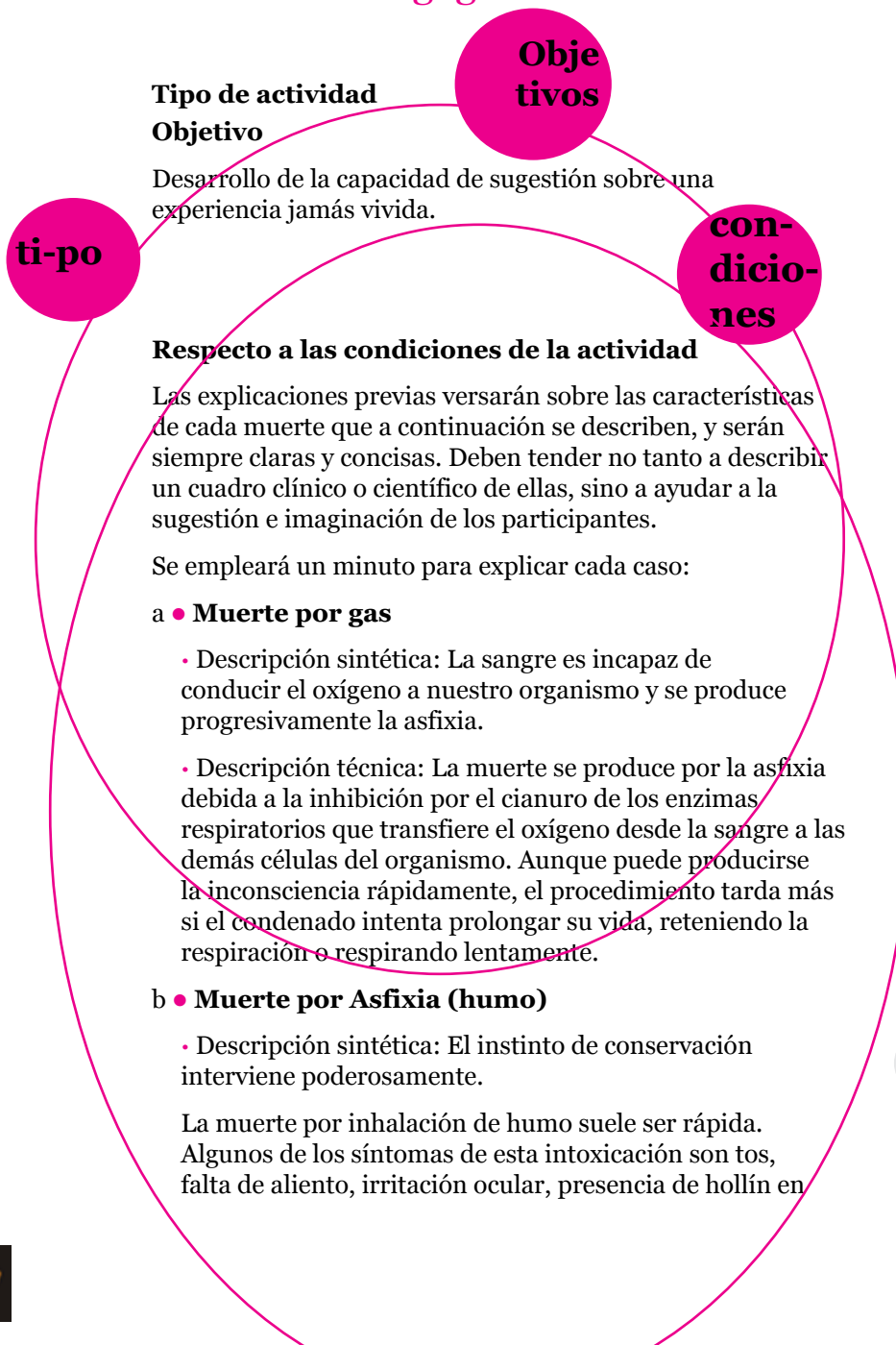
De las diversas situaciones que aparecen en el teatro, la muerte es uno de los pocos momentos en los que un actor no puede apoyarse directamente en su experiencia, sino en su imaginación y capacidad de sugestión.

Los participantes se dispondrán a experimentar esa sensación, y oirán para ello las explicaciones que el moderador les dará acerca de los síntomas que caracterizan a las siguientes muertes:

- a . Muerte por gas.
- b . Muerte por asfixia (de humo).
- c . Muerte por descarga eléctrica.
- d . Muerte por envenenamiento.

Una vez determinadas las características de cada una, y teniendo en cuenta la circunstancia de ser reos condenados a muerte, os colocaréis en fila frente a vuestros compañeros, y dispondréis de algunos instantes -los últimos de vuestra vida- antes de oír la señal del moderador. A partir de este momento, sentiréis irremisiblemente los efectos de la agonía que se os haya sugerido.

Comentarios Pedagógicos



las fosas nasales y garganta, cambios agudos en el estado mental (confusión, mareos...) y pérdida de conocimiento.

- Descripción técnica: El humo daña el organismo de tres modos diferentes: asfixia (la combustión consume el oxígeno disponible, que desciende a unas concentraciones por debajo del 15%), quemaduras en las vías respiratorias (la inflamación rápida de los tejidos quemados puede obstruir el flujo de aire a los pulmones) y los daños a nivel celular ocasionados por los tóxicos en combustión.

c • Muerte por descarga eléctrica

- Descripción sintética: Muerte fulminante inconsciente. El instinto de conservación interviene en forma de último estertor de manera brevísima, como un automatismo reflejo.

d • Muerte por envenenamiento (cianuro)

- Descripción sintética: Muerte larga y violenta. Instinto de conservación neutralizado por la agudeza de los dolores. Convulsiones, contorsiones. Consciencia lúcida de los efectos. Sensación de cólicos fuertes y destrucción de las vísceras.

A continuación, según las condiciones de la sala de trabajo los participantes en grupos reducidos o todos a la vez, se situarán frente a los demás compañeros. Los actantes deberán permanecer sentados y separados por un metro el uno del otro.

Procedimiento final:

1. Se les concederá un par de minutos para que procuren concentrarse en silencio sobre las circunstancias de la muerte dada.
2. Finalizado este tiempo, se dará una primera señal convenida (toque de campanilla, mejor) para que se inicie el trance de la espera que durará otro par de minutos.
3. Una segunda señal convenida señalará el inicio del proceso -lento o rápido, según el caso- de la agonía y muerte del participante.

Como éstos no suelen terminar el ejercicio al mismo tiempo, antes de iniciarlo se les pedirá que nadie se mueva hasta oírse la señal correspondiente. Esta señal se dará cuando se haya comprobado que todos los participantes han finalizado el ejercicio. Se evitarán así posibles interferencias, y se garantizará el proceso de sugestión y actuación de cada uno de los actantes.

El moderador determinará si es conveniente o no el experimentar más de una situación de muerte en una misma sesión.

Tiempo de la actividad

De **20** a **30** minutos.



LA ACCIÓN INTENCIONAL

- Ejercitación del sentido de la acción
- Desarrollo de la capacidad de acción-reacción
- Entrenamiento de la interrelación

En el capítulo anterior, la acción era el vehículo por medio del cual la personalidad del participante funcionaba unitariamente en la realidad de ficción, estableciendo vínculos con sus objetos de atención, bien fueran sus compañeros u objetos reales o imaginarios. La acción es el principio que vincula todos los elementos que intervienen en el juego.

En este capítulo, centramos nuestra atención en el concepto de acción intencional. Como dice Jerzy Grotowski ¹ “Es fácil confundir las acciones físicas con los movimientos. Si voy hacia una puerta, no es una acción es un movimiento. Pero si voy hacia la puerta para amenazaros con terminar la conferencia, habrá un ciclo de pequeñas acciones y no sólo un movimiento. Este ciclo de pequeñas acciones se irán uniendo en mi contacto con vosotros, en la manera de captar vuestras reacciones, así como, yendo hacia la puerta, mostraré una “mirada controladora” (o una escucha) para saber si mi amenaza funciona. No será ir hacia la puerta tan solo, eso sería un movimiento, sino algo más complejo, alrededor del hecho de ir hacia la puerta.”

La acción intencional apela por tanto al sentido de la acción. El concepto de sentido para nosotros incluye los aspectos de direccionalidad e intención propios de un objetivo y el aspecto valorativo y afectivo que mueve a la acción asociados al concepto de motivación.

Los aspectos de direccionalidad e intención nos hablan de nuestros interlocutores, hacia quién o quienes dirigimos nuestra necesidad de contacto.

El aspecto valorativo y afectivo estimula el sello personal de cada participante o la manera cómo les permitimos por el diseño de la actividad volcar su personalidad.

¹ GROTOWSKI, Jerzy. Conferencia de Lieja, enero 1986, no publicada, citada en RICHARDS, Thomas. Travailler avec Grotowski sur les actions physiques. Editorial Actes Sud / Académie Expérimentale des Théâtres (Colección Le Temps du Théâtre, 1995), pág. 127



EJERCITACIÓN DEL SENTIDO DE LA ACCIÓN

En este apartado, las actividades propuestas pretenden sensibilizar a los participantes con el sentido de la acción. Para ello se han seleccionado ejercicios con acciones muy simples de la vida cotidiana y actividades conocidas que exigen un mayor compromiso y elaboración.



28

ACCIONES SIMPLES MOTIVADAS

Cuando a alguien se le pregunta: “¿cuál es el problema del actor?”, los profesionales responden unánimemente: “la motivación” “el cómo motivarse. Y tienen razón porque el actor necesita estar motivado para que aparezca el impulso de la acción.

Fijémonos en nuestra experiencia personal. A lo largo del día efectuamos una gran cantidad de acciones; hay algunas en las que estamos concentrados exclusivamente para llevar a cabo esa acción particular; así sucede cuando abrimos la cerradura de una puerta o nos miramos ante un espejo. Otras, por el contrario, nos obligan a dispersar nuestro foco de atención; así, cuando abrimos una cerradura atascada al tiempo que charlamos con nuestro hermano sobre la injusticia de la calificación de un examen. El enfado que produce esa injusticia condicionará la acción de abrir la puerta de una forma peculiar.

Vamos a practicar algunas de las acciones más simples acompañadas de una motivación concreta.

Ejemplo:

Acción	Motivación
Sentarse	Para descansar

Primera fase • Una acción dada busca una motivación

El moderador indicará la acción y pedirá que, antes de ejecutarla, escojan de su experiencia una motivación que de sentido y dirección a la acción. Los participantes practicarán estas acciones individualmente y por turno. Por ejemplo, sentarse para esperar.

Segunda fase • Una acción dada busca tres motivaciones distintas

El moderador nombrará una acción y pedirá al participante que la ejecute tres veces, con tres motivaciones distintas. Por ejemplo,

sentarse para esperar, para calmar el dolor, para tranquilizarse. Como en el ejercicio anterior, el participante determinará, previamente, la motivación, antes de tomar la decisión de ejecutarla.

Tercera fase • Una acción y una motivación dada común busca circunstancias distintas

Para finalizar el ejercicio, el moderador dará una acción y una motivación única para todos. Los participantes ejecutarán la misma acción y motivación situándose en alguna circunstancia personal. Por ejemplo, sentarse para descansar de una larga caminata, después de correr, después de estar un buen rato de pie, porque se ha clavado una espina, etc.

En este caso, los elementos singulares se harán, todavía si cabe, más evidentes, al observar repetidamente una misma acción con la misma motivación pero ejecutada con la peculiaridad que le imprime cada participante.



Comentarios Pedagógicos

ti-po

Tipo de actividad

Iniciaremos con este ejercicio el trabajo de las motivaciones y del **comportamiento motivado**², aspecto central en la labor de creatividad del actor, ya que implica la expresión y comunicación de contenidos propios de la personalidad para ser plasmados en la ficción. Aquí partimos del principio de que la experiencia personal puede ser utilizada como estímulo para la construcción de un comportamiento imaginario.

Para evaluarlo, se tomará en consideración la autenticidad del comportamiento o motivación, distinguiendo el **sello personal**³ de la experiencia adquirida.

con-
dicio-
nes

Respecto a las condiciones de la actividad

En la primera y segunda fase el moderador cambiará la acción cada cinco participantes.

En la tercera, no serán más de tres acciones con motivación las dictadas.

En todas ellas, procurad evitar que los participantes se motiven de manera externa, convencional, a través de los clichés conocidos, o reproduciendo mecánicamente la idea. Conviene insistir en que el trabajo debe partir de uno mismo. Ahora bien, el participante debe situarse en la experiencia personal sólo para estimularse. No se trata de recuperar una experiencia personal para reproducirla tal cual.

El recuerdo de la experiencia es un estímulo para jugar la actividad propuesta con un sello propio.

He aquí algunas propuestas de acciones y motivaciones:

Propuestas de acciones Propuestas de objetivos o motivaciones

Sentarse	para disimular
Levantarse	para ver una carrera de caballos
Estar de pie	para observar a una persona
Caminar	para leer un diario
Saltar	para comer
Revolotear	para ver la televisión
Estirar	para calmar el dolor
Empujar	para cuidar un enfermo
	para ver la televisión
	para hacer un agujero
	para tranquilizarse
	para recordar una melodía
	para cortarse unas uñas
	para hacerse el importante
	para sorprender a alguien
	para descansar.

Tiempo de la actividad

45 a 60 minutos.

² Comportamiento motivado: El trabajo que hacemos sobre el sentido de la acción sigue un proceso de concreción y sensorialización, hasta el punto de generar el impulso para el comportamiento. Comportamiento motivado quiere decir que estamos cargados de energía y de sentido para actuar.

³ Sello personal: No es otra cosa que la manera en que volcamos nuestra personalidad sobre nuestra creación, siendo la personalidad quien marca el sello distintivo.



29

ACCIONES FÍSICAS HABITUALES

1 • Nos ubicaremos en la sala como indica la **figura 5a**.

Los participantes se unirán en grupos de 6, como máximo.

2 • El participante 0 propondrá a los compañeros que están frente a él una actividad de carácter pragmático que pertenezca a la experiencia común de la gente y a su propia experiencia, y la realizará del modo en que habitualmente la ejecuta.

Ejemplo:

- Regar una planta.
- Ponerse los zapatos.
- Lavarse los dientes.
- Grapar unos folios.
- Retirar el mantel de la mesa.
- Ordenar las revistas.
- Colgar un cartel.
- Tender la ropa.
- Poner un disco.
- Etc.

El participante 0 podrá repetir la actividad un máximo de 3 veces para que los compañeros se fijen y procuren entenderla. En cualquier caso, no debe perder su impronta personal. El moderador se encargará de controlar que la ejecución de la acción propuesta no sea estrictamente descriptiva y posea el toque personal del participante.

3 • Acto seguido, los compañeros ensayarán esa misma actividad durante un breve tiempo con el fin de precisarla.

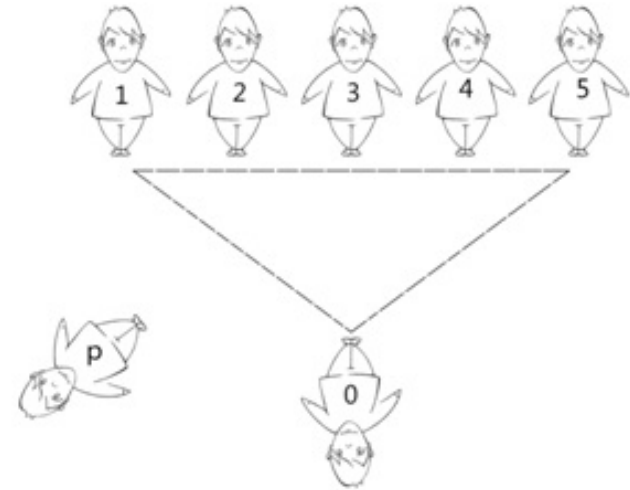
a • Primero, fijará los pasos realizados por el compañero.

b • Segundo, asumirá la actividad como propia desde su experiencia personal, lo que le permitirá encontrar los detalles personales (su propio tempo, su manera de manejar los objetos)

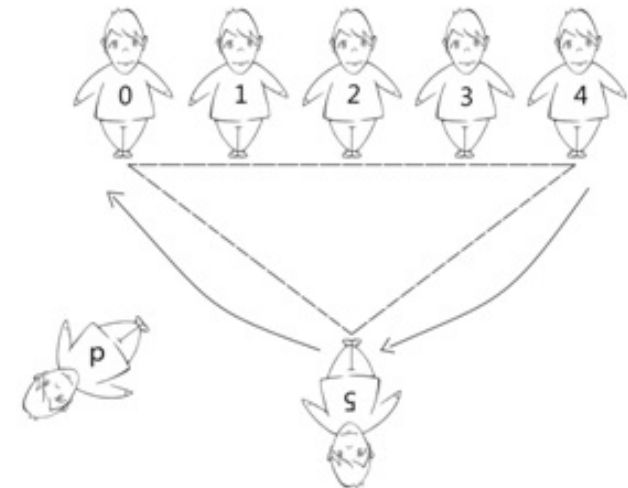
4 • Después, uno por uno presentará su modo peculiar de realizar la actividad.

5 • A continuación, se efectuará la rotación y dos participantes adoptarán las posiciones que indica la **figura 5b**, iniciándose de nuevo el ejercicio.

5a • Acciones físicas habituales



5b • Acciones físicas habituales



ti-po

Tipo de actividad

Las personas se expresan a partir de su propia experiencia e imprimen, así, su huella personal en todo lo que es exteriorización de su personalidad.

con-
dicio-
nes

Respecto a las condiciones de la actividad

Se formarán grupos de 6 participantes como máximo.

Se dejará el tiempo apropiado para cada proposición y para las respuestas personales de los restantes participantes.

Podrá observarse que las respuestas de los participantes crearán variantes de personalidad. Debe procurarse que las actividades o acciones propuestas correspondan a la experiencia común y sean conocidas por todos, pues podría ocurrir que el participante planteara una acción muy personal y privada que los otros desconocieran y, en consecuencia, la imitación resultara problemática. Imagínese, por ejemplo, que decidiera cambiar una pieza a la lavadora automática.

El ejercicio sigue hasta completar la rueda (véanse figuras 5a y 5b), saliendo al final un nuevo grupo.

Tiempo de la actividad

De 20 a 30 minutos.

No utilizar más de 15 minutos para cada rueda.

SECUENCIAS PARALELAS

En nuestro quehacer cotidiano estamos acostumbrados a alternar en algún momento más de un cometido a la vez, con aparente facilidad y destreza. Sin ir más lejos, “simultaneamos” de ocupación cuando, por ejemplo, miramos los horarios de autobús y al mismo tiempo buscamos el abono de viaje en nuestra cartera.

Vamos a experimentar individualmente la alternancia de dos actividades aparentemente simultáneas con la siguiente improvisación:

“Acuciado por el hambre, me preparo una tortilla a la francesa en la cocina.

Pero para llevar a cabo la actividad tengo que moverme en una cocina sensiblemente desordenada de dimensiones reducidas. De este modo, debo alternar la preparación de los utensilios, batir un huevo, poner la sartén o encender el fuego con otras actividades como recoger, limpiar y ordenar suficientemente el espacio.”

Para ello, cada participante dispondrá de unos minutos para repasar mentalmente el procedimiento usual de hacerse una tortilla a la francesa. Asimismo, visualizará las dimensiones y el mobiliario de la cocina imaginaria.

Las dos necesidades básicas -ordenar y preparar- se iniciarán prácticamente al mismo tiempo, y su ejecución deberá ser coherente en todas sus fases. Las acciones físicas tendrán la duración ajustada a su necesidad.

La necesidad de ordenar o limpiar, en todo momento, no detiene ni aplaza mi actividad en la cocina. Por el contrario se acomoda a las necesidades derivadas de prepararme una tortilla.



Comentarios Pedagógicos

Objetivos

Tipo de actividad Objetivos

- Alternar acciones de procesos diferentes.
- Desarrollo de la concentración dinámica.

ti-po

**alter
-nati
-vas**

Actividades alternativas

Es importante que las propuestas de actividades paralelas sean, hasta cierto punto, habituales; porque de esta manera contamos con el previo conocimiento de la experiencia.

1. Pinto la pared, mientras explico a un compañero las incidencias de un partido de fútbol.
2. Hablo por teléfono mientras recojo la ropa del tendedero.
3. Me maquillo para actuar mientras repaso el texto ya aprendido de una escena.
4. Cuento como he visto un incidente en la calle mientras ordeno la compra en la nevera.

**cuestio-
nario**

Cuestionario

El moderador realizará al finalizar el siguiente cuestionario:

- ¿Habéis tenido problemas de lógica y coherencia en vuestras acciones?
- ¿Habéis perdido la concentración y en algún momento vuestras acciones eran precipitadas, automáticas y anticipadas?
- ¿Habéis mantenido vuestro propio tiempo en la ejecución de las acciones?

Tiempo de la actividad

De a minutos.

30 45

Cada participante dispondrá de 2 minutos para situarse, y 5 minutos para improvisar.

Como en otras ocasiones, el moderador regulará el tiempo, acomodándose al grado de pericia, iniciativa y creatividad de los participantes.

• Secuencias paralelas



31

LA ESTATUILLA

Ahora vamos a modelar imaginariamente una estatuilla de madera de dimensiones reducidas - que no sobrepase los 30-40 cm. Para ello, tengamos en cuenta las siguientes indicaciones:

a • Antes de empezar, se dará un tiempo para que los participantes piensen en alguna figura que les sea familiar.

Si les fuera difícil visualizarla, no deben preocuparse, les animaremos a que comiencen meticulosamente su tarea ya que la imagen se irá materializando según la vayan moldeando y se concentren en el trabajo.

b • Luego, los participantes se situarán en un punto de la sala y establecerán su pequeño espacio-taller. No comenzarán a modelar la figura sin visualizar, primero, los utensilios que van a utilizar como el martillo, el formón, la gubia, la lima, etc. Para ello, y antes de empezar, el moderador hará las preguntas pertinentes para asegurarse que los participantes tienen percepción sensorial de cada una de sus herramientas de trabajo.

Con estos requisitos, los participantes ejecutarán la tarea poniendo en ella todo su interés y concentración.

Es una condición para que el ejercicio pase de ser algo aburrido y mecánico a un entretenimiento gratificante y creativo.

En la medida en que el propósito perseguido se materialice, el participante recibirá estímulos añadidos que le ayudarán a instalarse aún más en el juego.

Comentarios Pedagógicos

Objetivos

Tipo de actividad · Objetivos

- Enfoque de la intensidad de la atención a un campo restringido.
- Estimulación de la imaginación creativa.
- Desarrollo de la capacidad de sugestión.

ti-po

con-dicio-nes

Respecto a las condiciones de la actividad

Conviene insistir en que es importante tener presente la continua relación con los objetos imaginarios que manipulen y las reducidas dimensiones de la estatuilla. Ello les obligará a trabajar con mayor precisión, en un nivel óptimo de concentración o imaginación.

Una característica esencial del ejercicio es trabajar sobre espacios reducidos, para obligar a la precisión en la manipulación de los instrumentos.

Interesa controlar que no se distraigan y que en todo momento estén centrados en cada fase de la tarea, así como el grado de interés que ponen.

15 25

Tiempo de la actividad
minutos.

Debe advertirse, antes de empezar, que el ejercicio concluirá cuando se dé la señal. Si se piensa concederles 15 minutos, se les dirá que disponen de 20 minutos. Se persigue con todo ello que el alumno se organice sin prisas, y se concentre exclusivamente en su tarea, y no en el objetivo de acabar cuanto antes. Al final a modo de test, se les preguntará sobre el tiempo transcurrido desde el inicio del ejercicio. La pérdida de la conciencia del tiempo transcurrido es índice de una concentración intensa.. Si alguien cree que ha pasado más tiempo del real es porque, probablemente, su concentración no ha sido lo suficientemente penetrante como para dejarse atraer por el juego. Por el contrario, si los participantes pierden de algún modo la noción del tiempo, es porque su atención e interés en el juego propuesto ha sido correcta.



32

EL RETRASO

Un joven está durmiendo. Suena el despertador. Mira rápidamente la hora y comprueba que es tardísimo. Se levanta y se viste a toda velocidad.

Vuela a la cocina, y se calienta un poco de leche. De súbito, cambia de opinión y se conforma con tomarse un vaso de leche fría.

Coge el abrigo, los libros y sale de casa en dirección a la parada del autobús.

Una vez allí, espera impaciente la llegada de su autobús. Por fin llega el que esperaba. Deja primero que la gente descienda. Luego, sube por la puerta delantera, pica su billete y el autobús arranca.

Por fin, el autobús se detiene frente al Instituto. Desciende por la puerta trasera y se dirige apresuradamente hacia la puerta de entrada, siempre con la sensación de llegar tarde.

Entra, se dirige a su aula. Durante unos instantes duda si entrar; se decide, abre la puerta y... la encuentra vacía. Se fija en el gran reloj de pared y comprueba estupefacto que ha llegado una hora antes de lo habitual.



• El retraso

Comentarios Pedagógicos

ti-po

Tipo de actividad

Objetivos

- Poner a prueba la capacidad expresiva del alumno para narrar mímicamente una pequeña historia.
- Estimular la capacidad de proponerse nuevas circunstancias que estimulen la propia creatividad.

Objetivos

condiciones

Respecto a las condiciones de la actividad

La partitura de acciones físicas ofrece a los participantes una única circunstancia común (ir con retraso) para un itinerario básico que atraviesa lugares muy concretos (el dormitorio, la cocina, la escalera, la parada, el autobús, el aula).

Cada participante debe sentirse libre para imaginar y preparar una propuesta personal que se enriquezca con otras circunstancias.

Para valorar su sentido rítmico natural, es importante que quede palmaria la constante urgencia de la situación que el actuante imprime a sus acciones, su inquietud por llegar al Instituto a su hora.

La ejecución fácil y limpia de gestos dará una idea clara de sus posibilidades expresivas e imaginativas.

Es interesante y productivo desarrollar en este ejercicio el sentido competitivo. El primero que actúa pone las bases que los demás intentan imitar y superar. Se irá evaluando esa mejoría y progresión.

Tiempo de la actividad

El necesario para llevarla a cabo.



DESARROLLO DE LA CAPACIDAD DE ACCIÓN- REACCIÓN

En este nuevo apartado, queremos que los participantes adquieran la comprensión de que toda acción implica una decisión hacia un objeto situado en un contexto que nos interpela a actuar. Se desarrollará así la capacidad de recepción de estímulos externos así como la habilidad para dejarnos modificar por ellos.



EL CUADRILÁTERO

Por parejas, y una tras otra, los participantes rivalizarán uno frente al otro, en una suerte de contienda de actitudes básicas de acción-reacción, valiéndose, exclusivamente, del lenguaje del cuerpo.

Los compañeros se dispondrá alrededor de los mismos formando un cuadrilátero pugilístico.

El moderador, por su parte, regulará la dinámica del juego enunciando periódicamente diversas *actitudes básicas de acción-reacción* que estimulen la interrelación.

Ejemplo:

Voces de mando del tipo: muéstrate hostil; seductor; visiblemente indiferente; animador.

Cada pareja evolucionará por el cuadrilátero tratando de reflejar con el cuerpo y la expresión del rostro la intención que corresponde a la propuesta formulada.

Se trata de crear una corriente de intercambios con el compañero, de manera que la expresión sea intencionada hacia el rival, como si le quisiéramos golpear con la expresión.

Si la actitud propuesta por el moderador es de fastidiar, el participante A se mostrará ante B en ese tono; a su vez el participante B, responderá con el mismo talante bajo un nuevo matiz.

Cada pelea constará de tres asaltos. A cada uno de los *asaltos* le corresponderá una actitud. En cada uno de los asaltos se producirá un máximo de seis intercambios por jugador.

Al término de un asalto, el moderador introducirá una nueva propuesta de actitud básica.

Comentarios Pedagógicos

ti-po

Tipo de actividad

El objetivo que se persigue es establecer y mantener contactos entre los participantes en la intercomunicación de sus actitudes.

Respecto a las condiciones de la actividad

Todos a su turno realizarán el ejercicio por parejas. El ejercicio será presenciado por los compañeros en silencio.

Como ya hemos comentado, cada uno de los asaltos tendrá un máximo de 6 intercambios por participante. Ahora bien, si el moderador ve que la relación deja de ser productiva puede dar por terminado el asalto, pronunciando en voz alta una nueva actitud.

El moderador enunciará actitudes que no estimulen solamente la expresión de los participantes, sino que promocionen la intencionalidad hacia el compañero.

Sugerencia de actitudes:

Ansioso, mimoso, obediente, cuidadoso, encantado, celoso, seductor, distante, provocador, agresivo,

Tiempo de la actividad

minutos.

20

**con-
dicio-
nes**

• El cuadrilátero



34

RECEPTORES-EMISORES

Si, imprevisiblemente, alguien se dirige a nosotros hablándonos con rapidez, a buen seguro que le pediremos que nos repita lo que ha dicho: nuestra atención fijada en otro menester no estaba en condiciones de captar sus palabras.

Vamos a comprobar la capacidad de concentración de nuestros participantes ejercitándolos en el siguiente juego.

Los participantes se disponen en círculo, sentados en el suelo, como indica la **figura 6**.

El juego consiste en distinguir y ser capaces de reproducir claramente las frases emitidas por un mínimo de tres compañeros. Éstos serán emisores, y el que intenta captar el contenido de las frases, el receptor.

El juego se desarrolla como sigue:

Cada uno de los emisores pensará una oración compuesta que no sea muy corta, ni excesivamente larga. Por ejemplo: «Dame la carpeta que está encima de la mesa de roble». «El vaso de Coca-cola se me ha caído al suelo».

Los emisores mirarán al receptor que ha de atender a sus frases, y las articularán al unísono, con un ritmo y volumen de voz parecido.

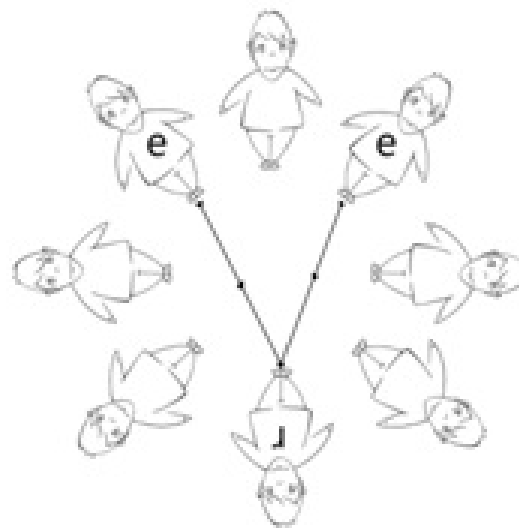
El receptor adoptará, en primer lugar, una actitud de escucha abierta a toda la información que recibe e intentará comprenderlas todas.

Si el receptor ha comprendido parcialmente los mensajes, los emisores repetirán las frases tres veces como máximo.

Si el receptor distingue las dos oraciones correctamente, o el margen de error y confusión es mínimo, consideraremos la recepción de las dos frases como buena.

Si no es así, los emisores las repetirán una vez más y el receptor fijará su atención tan sólo en uno de ellos y tratará de distinguir la oración de éste. Luego, se volverían a repetir las frases por tercera vez y el receptor fijará su atención en el otro emisor: Para concluir, intentará reproducir ambas frases.

El juego vuelve a iniciarse con un nuevo receptor y dos emisores.



6 • Receptores-emisores



Comentarios Pedagógicos

ti-po

Tipo de actividad

El objetivo primordial del ejercicio es desarrollar la concentración al máximo, para lo cual habría que alcanzar el enfoque abierto de la concentración, es decir, intentar captar varias fuentes de información simultáneamente. Si ello no se consiguiera, hay que ejercitarse entonces con el enfoque cerrado de la concentración, esto es, el aislamiento y captación de una de las fuentes sobre dos.

Respecto a las condiciones de la actividad

Se comienza con la adjudicación de los papeles de emisor y receptor a todos los participantes.

Antes de iniciarse el juego, toma nota por separado de las frases que serán emitidas.

Sería conveniente que los emisores ensayaran previamente, en un rincón de la sala, la emisión simultánea de sus frases, que comprobaran que tienen una duración semejante y que contaran a tres antes de decir sus frases para que surgieran al unísono.

Pueden darse como buenas las recepciones que tengan un margen de error o confusión mínima.

El moderador puede animar la dinámica del ejercicio ampliando la participación de más emisores, aumentando el grado de dificultad para el receptor.

Variante de la actividad

a • Los emisores, en un número no menor de 6, se ponen de acuerdo en las frases que van a pronunciar.

Por ejemplo: “Vete a cine”; “Me gusta tu música”; “Me voy a marear”, etc.

b • El moderador las anotará y escogerá una de ellas.

c • El moderador indicará al receptor el tipo de mensaje que entre todos los emitidos debe reconocer.

Por ejemplo: Si hubiese escogido la frase, “Me voy a marear”, el moderador puede insinuar al receptor que el mensaje tiene que ver con el mareo.

d • Los emisores actuarán al unísono, pronunciando las frases con una dicción rápida o lenta, y el receptor tratará de reconocer al emisor.

condicio-
nes

Tiempo de la actividad
minutos.

30



El sonido es materia y cuando alguien relaciona el sonido con la manipulación de un objeto, cobra conciencia de esta noción.

Propón a tus jugadores que se agrupen por parejas y se sitúen frente a frente para un partido de tenis.

La distancia media de separación entre jugadores de 4 ó 5 metros puede ser modificada a lo que dé de sí la sala de trabajo. Cuanto más grande sea, mejor.

Fase ● 1

Dispuesto al saque, uno de los dos participantes golpeará la pelota con su raqueta imaginaria al tiempo que dirá: ¡PA! Este simple sonido silábico, acompañado del gesto con la raqueta, será el estímulo para la visualización imaginaria de la trayectoria de la pelota cada vez que ha de ser golpeada.

La sílaba-pelota debe ser claramente proyectada al compañero. Cuando la pelota no haya sido oportunamente golpeada, o la sincronización del golpe con el sonido no sea justa, podéis pedir la reparación de la falta sacando de nuevo.

Hazles notar que el sonido debe producirse a flor de labios, sin que la garganta sea afectada en su emisión. No debe forzarse la garganta en ningún ejercicio en el que participe la voz.

Fase ● 2

Una vez los jugadores han asimilado la mecánica de juego, pueden probar de condicionar el sonido al efecto que se le da al golpe de la pelota. Por ejemplo, un golpe fuerte y seco, un golpe suave a la red, un golpe decidido en paralelo.

Respecto a las condiciones de la actividad

La actividad puede repetirse en nuevas sesiones de trabajo. Es conveniente comenzar primero con series de sílaba-pelota.

Por ejemplo:

PA-PE-PI-PO-PU

MA-ME-MI-MO-MU

LA-LE-LI-LO-LU

Más tarde puede experimentarse con todas las combinaciones posibles de una vocal y dos consonantes

Por ejemplo:

MAR-MER-MIR-MOR-MUR

RAM-REM-RIM-ROM-RUM

MRA-MRE-MRI-MRO-MRU

ARM-ERM-IRM-ORM-URM

Lo que interesa, en todos los casos, es la sincronización entre el tiempo del golpe y el tiempo del sonido

La serie de sílabas se pronunciarán correlativa y alternativamente por cada jugador.

Al momento del saque se decide siempre la sílaba o palabra. Por ejemplo, si el primer jugador lanza con “¡Pa!”, el segundo golpea como respuesta “¡Pe!”, y así sucesivamente.

Es natural que en la mayoría de estos ejercicios se desarrolle la espontaneidad. Téngase presente, sin embargo, que en el ejercicio que nos ocupa importa, sobre todo, la espontaneidad vocal unida a la proyección del sonido.

El moderador arbitrará la situación en todo momento.

con-
dicio-
nes



36

LA PELOTA

Vigilará si el jugador está bien atento, si tiene o no una buena visualización imaginaria de la trayectoria de la pelota y de la colocación del golpe del contrario, si realiza una buena sincronización entre gesto y sonido, etcétera.

Actividades alternativas

Partido de Ping-Pong
Partido de Squash
Partido de Bádminton

alter
-nati
-vas

Tiempo de la actividad

20 minutos.

Cada pareja dispondrá de 3 minutos para competir. Un minuto para dominar la mecánica del juego, dos minutos para interactuar como si se tratara de un verdadero match.

Vamos a jugar con una pelota imaginaria.

El moderador dará las características - por ejemplo: es una pelota de playa, de plástico, de 50 cm de diámetro - y las reglas del juego.

Los participantes formarán grupos de 4 a 6 jugadores. Se situarán de pie formando un círculo amplio en el centro de la sala. Uno de ellos tomará con las manos la pelota imaginaria y la lanzará al compañero que desee. Éste la recibirá y, a su vez, la pasará a otro compañero.

Para ello el moderador establecerá las condiciones de juego introduciendo gradualmente los siguientes requisitos, con un sentido de acumulación:

- 1º • Mantener la percepción del diámetro de la pelota.
- 2º • Distinguir bien la dirección o trayectoria que lleva la pelota lanzada. Puede ir rodando por el suelo, a media altura, botándola, etc.
- 3º • Percibir correctamente, así mismo, la energía o impulso puesto en el lanzamiento. Puede lanzarse con suavidad, con energía, etc.

El jugador intentará valorar y corregir la correcta visualización del lanzamiento. Sólo en función de la actitud e impulso corporal del compañero, podrá intuir la trayectoria virtual de la pelota, la energía puesta en el lanzamiento y el modo como debe recibirla.

Es importante que los participantes orienten el lanzamiento claramente al compañero que haya de recibir la pelota. Por eso, aunque todo esto se haga con suma rapidez, deben mirar al que la recibirá antes de desprenderse de ella.

Por su parte, el receptor debe recibir la pelota con una actitud consecuente y acorde al modo de lanzamiento del primero.



37

GESTUALIDAD DE LA MIRADA

Comentarios Pedagógicos

Respecto a las condiciones de la actividad

El moderador determinará las características de la pelota antes de empezar. En concreto:

Tamaño: De basket, de playa, de handbol, de tenis, etc.

Material: De plástico, cuero, medicinal, etc.

Fases de la actividad

En una primera fase, los participantes se dispondrán en círculo sin variar sus posiciones y lanzarán la pelota de forma arbitraria, tratando de sorprenderse y obligando al resto de los compañeros a estar pendientes del juego.

En la siguiente, los participantes girarán en círculo en el sentido de las agujas del reloj y se pasarán la pelota sin dejar de moverse, de manera que el movimiento constante del grupo complique la recepción o el lanzamiento de la pelota.

En la tercera y última fase, todo el mundo se desplazará libremente acorde a la dinámica que adquiera el juego.

Actividad alternativa

Uno de los participantes se colocará en medio y tratará de interceptar la pelota, acosando a sus compañeros para robarles el balón.

Cuando el moderador, en calidad de árbitro, determine que el jugador ha recuperado la pelota de un compañero, este último lo sustituirá saliendo al centro.

Tiempo de la actividad

20

minutos.

condiciones

alternativas

Los participantes se disponen en círculo, sentados en sus respectivas sillas. El moderador se aproximará a cada uno de ellos, por detrás de su silla, y les entregará una nota escrita cuyo contenido el resto de compañeros ignorará.

A un tercio del grupo, aproximadamente, se les indicará en la nota una intención de la mirada que deberá transmitir a los demás. Aquellos que reciban la nota en blanco, tendrán el rol de receptores, y deberán discernir la intencionalidad de las miradas con las que se encuentran y reaccionar consecuentemente a ellas.

Cuando se produzca un cruce de miradas entre dos participantes activos, ambos deberán discernir rápidamente su intencionalidad, y darse por aludido respondiendo cómo receptores, igual que el resto de sus compañeros.

Cuando el moderador considere oportuno iniciará una nueva ronda. De esto modo, el ejercicio se repetirá hasta que todos los participantes reciban una nota cuyo contenido les haga participar intencionando su mirada. La motivación puede ser del tipo:

Mirar disimuladamente.

Mirar con atrevimiento.

Mirada de reconocimiento.

No es correcto que los participantes respondan con una simple actitud exterior o de pose. Hay que tratar de hacerles comprender que la intención debe alimentarse estrictamente por medio del contacto permanente con los demás. Esta actitud abierta hacia el compañero debe estimular si cabe más nuestra intención. De tal modo que si, en primer lugar he decidido “mirar disimuladamente las manos del compañero”, en contacto con él, mi intención se carga de valores subjetivos como por ejemplo “desearía ser acariciado por ellas” o por el contrario “no desearía tener contacto con ellas porque son muy huesudas”.

Al cabo de un cierto tiempo, la actitud concreta será substituida por otra siguiendo el procedimiento anteriormente indicado.



ti-po

Tipo de actividad

El objetivo es desarrollar la capacidad de modificación por medio del contacto con los compañeros.

Respecto a las condiciones de la actividad

Hay que tratar de que el ejercicio se haga en silencio y sin risas. Si es necesario, se interrumpirá el ejercicio y se empezará de nuevo.

Las propuestas se irán renovando a criterio del moderador, vigilando que los participantes vayan asumiéndolas paulatinamente.

• Actitudes

A continuación proponemos un cuadro de actitudes para estimular intenciones concretas hacia el compañero:

Mirar disimuladamente.

Mirar amorosamente.

Mirar con odio.

Mirar con avaricia, con lujuria.

Mirar con desprecio.

Mirar impertinentemente, burlonamente.

Mirar por encima del hombro.

**condicio-
nes**

Tiempo de la actividad

20 minutos.



• Gestualidad en la mirada

Cuando cruzamos las miradas con personas desconocidas, acostumbramos a enjuiciarlas, estableciendo asociaciones de índole diversa que nos conducen a valoraciones que pueden ir de lo subjetivo -que no se sustenta en dato objetivo alguno- al análisis objetivo de su apariencia.

Vamos a hacer un ejercicio partiendo de una base semejante a la expuesta.

Tres personas que se desconocen, viajan en el autobús, de pie, cogidas de la misma barra metálica, de tal modo que la posición les obliga a tener una visión permanente de sus compañeros de juego.

A pesar de no ser conocidos:

El actor A sentirá simpatía por el actor B y antipatía por el actor C.

El actor B sentirá simpatía por el actor A y sospechara que el actor C es alguien a quien conoce.

El actor C sentirá antipatía por el actor A y sospechara que el actor B es alguien conocido.

En conclusión: A y B intercambian simpatía.

A y C intercambian antipatía.

B y C intercambian reconocimiento mutuo

• Fase proyectiva · “Cómo yo los quiero ver”.

En contacto visual permanente y alternado, los tres participantes se ejercitarán primero en la propia intencionalidad sin percibir todavía los estímulos propios de una situación verdaderamente de interrelación. De esta manera, cada actor será activo con uno de sus compañeros y receptivo con el otro. Por ejemplo: A mantiene un contacto activo de simpatía por B, y éste se mantiene receptivo. B mantiene un contacto activo de reconocimiento con C, mientras que C reacciona sin intencionalidad concreta. C mantienen un contacto activo de simpatía con A, mientras que A reacciona sin responder a las solicitudes de C.



Cumplido este momento, se podría ejercitar la segunda intencionalidad de los actores, pero consideramos que es opcional, de manera que la segunda fase sería una interrelación activa, de intercambios permanentes y alternados.

- **Fase reactiva** · “Cómo creo que me está mirando”.

En contacto visual permanente y alternado, los tres participantes experimentarán la sensación real de estar continuamente observados.

En este segundo momento, al ser una relación triangular, siempre habrá uno de los tres que observará como los otros dos compañeros interactúan. En este caso, su rol sería temporalmente de simple observador pasivo.



• El autobús

Comentarios Pedagógicos

Respecto a las condiciones de la actividad

No habrá ni contacto físico ni acción verbal en ningún momento.

Fase proyectiva •

La animadversión o la simpatía deben manifestarse de forma progresiva. Los actores expresarán mutuamente estas cualidades de sentimiento imaginando que su compañero representa a alguien tal vez conocido que nos cae - simpático - como es el caso de A y B - o antipático - como es el caso de A y C.

Sin embargo, la relación entre B y C deja de ser un juicio de valoración para convertirse en un acto de reconocimiento con alguien que nos parece conocido y reconstruimos un pasado común.

Fase reactiva •

Los actores deben estimularse mutuamente, alternando el contacto con uno y otro compañero.

No hay que caer en el error de expresar por medio del rostro y la mirada simples actitudes estereotipadas.

Tiempo de la actividad

Tiempo máximo para cada trío de participantes:
minutos.

15

Fase proyectiva: 5 minutos.

Fase reactiva: Cada trío de participantes tendrá el tiempo necesario para que el intercambio se produzca de manera natural y espontánea. El moderador valorará y determinará la finalización de la improvisación

con-
dicio-
nes



DUCHAR AL COMPAÑERO

Sí, habéis leído bien: vamos a duchar al compañero. Por supuesto, no necesitaremos agua, ni jabón, ni una toalla para llevar a cabo la acción, pues vamos a ducharlo imaginariamente. Pero, atención, porque no resulta tan fácil como a primera vista pudiera parecer. Antes de iniciar la tarea, debemos reflexionar sobre todos los elementos u objetos imaginarios que precisamos manejar. Por ejemplo: el grifo de la ducha, el agua -caliente o fría-, una esponja, una pastilla de jabón, el champú, loción, toalla, etc.

Los participantes se disponen por parejas. Uno de ellos será el elemento pasivo y el otro el activo.

La acción se inicia desvistiendo imaginariamente al compañero; el participante activo le irá quitando prenda por prenda. Luego, el pasivo entrará en la bañera y se sentará confortablemente en ella, ya dentro del agua. El participante activo realizará la secuencia de acciones que corresponden a la actividad de duchar al compañero: remojarlo, enjabonarlo, frotarlo, aclararlo y secarlo.

Terminado el ejercicio, se intercambian los roles, y se inicia de nuevo la experiencia.

El participante activo debe dejarse hacer, ayudando en lo posible a que su compañero realice la tarea con comodidad.



• Duchar al compañero

Comentarios Pedagógicos

Tipo de actividad

Este ejercicio está enmarcado dentro de los llamados juegos relacionales. Explora las sensaciones sinestésicas. A diferencia del primero, no es el propio cuerpo quien recibe las estimulaciones directamente. La relación que se establece con los objetos es importante. Cada objeto proporciona una estimulación diferente. Incluso el cuerpo del compañero es un objeto sensorial.

ti-po

con-
dicio-
nes

Respecto a las condiciones de la actividad

Para la realización del ejercicio se puede optar por hacerlo por parejas, de manera que todos podamos observar a todos, o por grupos. En este caso, cada vez saldrán entre 2 o 3 parejas. El resto de participantes se dividirán según el número de parejas que intervienen en el ejercicio y harán un seguimiento en exclusiva, evaluando el proceso.

Debe controlarse que:

- a • el participante activo visualice claramente todos los objetos que utiliza (agua, jabón, esponja, etc.) y trate de seguir una secuencia lógica en sus acciones. Se evitará que lo haga con desgana.
- b • el participante pasivo refleje las reacciones y sensaciones provocadas por el contacto de los objetos en su cuerpo. Para ello, debe estar en permanente contacto con lo que hace su compañero. Como siempre, se tratará de prevenir las risas.

Al final del juego, se pedirá a los responsables de cada grupo que hagan comentarios sobre sus impresiones. Es importante averiguar qué reticencias o inconvenientes ha habido. Tales



reticencias se deberán al hecho, en cierta manera violento, que supone enfrentarse y relacionarse con el compañero con un cierto contacto físico íntimo. Sin embargo, deben irse acostumbrando a la idea de que tales relaciones no deben ser traumáticas sino comunes.

Sirva de ejemplo el siguiente cuestionario de preguntas para facilitar la retroacción del ejercicio:

- Haced un repaso de la lógica y coherencia de las acciones físicas realizadas.
- ¿Qué impresiones sensoriales se han activado al contacto con los objetos (agua, jabón, esponja, toalla, grifo)?
- ¿Qué grado de recepción y escucha ha habido con el compañero?

Tiempo de la actividad

a minutos.

V

20 a 30

Variante de la actividad

Queda la posibilidad de una segunda variante, consistente en que el personaje pasivo reacciona a las estimulaciones sensoriales, especialmente a las de su compañero, y consecuentemente a la de los objetos.



40

EL ACTOR Y SU SOMBRA

El juego que se propone comporta un esfuerzo de coordinación y sincronización corporal con el compañero. Sabemos que no hay ningún cuerpo que, ante un foco luminoso, deje de proyectar la sombra de su figura; se mueva en una u otra dirección, su sombra se desplaza junto a él.

En este ejercicio vamos a llamar actor al participante que propone y dirige los movimientos, y seguidor o sombra al que, obviamente, le sigue inseparable.

El actor realizará diversas acciones o movimientos, dejándose llevar y fluir libremente por sus asociaciones libres. Por ejemplo, puede caminar, saltar, pararse y observar, rascarse la cabeza, rezar, chutar, etc.

El seguidor o sombra se situará a su costado, ligeramente hacia atrás y en diagonal, a una distancia de unos 50 cm aproximadamente, pisará los talones a su compañero, imitándolo simultánea e ininterrumpidamente.

Pasado un cierto tiempo, los papeles se intercambian.

41 LA MARIPOSA

Comentarios Pedagógicos



Los participantes se dispondrán por parejas. Como en el ejercicio “El actor y su sombra”, habrá un actor y un seguidor o sombra.

El actor seguirá el vuelo imaginario de una mariposa, a la que intentará atrapar con una caza-mariposas, visualizando sus movimientos en todo momento. Su compañero-sombra seguirá, a su vez, los gestos, movimientos y desplazamientos del conductor, procurando no sólo imitarlo lo más rápidamente posible, sino dejándose guiar por los impulsos de aquél de forma interrumpida.

Para el buen funcionamiento del ejercicio es importante que el actor ignore por completo a su sombra y circule por la sala con el único objetivo de atrapar la mariposa.

Para ello, no descuidará en ningún momento la percepción imaginaria del vuelo de la mariposa. De modo que las decisiones del movimiento del cuerpo, se rijan por la mirada, y no por un impulso precipitado que pierda su objeto de atención. Así, el índice de la mirada facilitará la sincronización del seguidor.

Éste, por su parte, estará en actitud receptiva, en estado de alerta permanente, pendiente tan sólo de las evoluciones y reacciones del actor, a quien seguirá ligeramente distanciado.

El ejercicio se repetirá permutando los papeles de ambos participantes.



• La mariposa



Comentarios Pedagógicos

Objetivos

Tipo de actividad

Objetivos

- Percepción imaginaria de un objeto móvil.
- Activar la captación intuitivo-espontánea de estímulos externos.
- Estimulación y sincronización de los actos reflejos.

Respecto a las condiciones de actividad

Es conveniente estudiar previamente el comportamiento de una mariposa. Para ello, el monitor puede considerar el uso de materiales gráficos y/o la proyección de audiovisuales que permitan ese conocimiento de antemano. De lo contrario, el imaginario del conductor puede ser repetitivo.

Si el participante-sombra logra un grado de sincronización simultánea con el actor y su sensación de dependencia va decreciendo a medida que el ejercicio se desarrolla, significa que ambos participantes han logrado una compenetración de acción intuitiva y espontánea.

Valga este último comentario para las actividades alternativas que se proponen a continuación.

Actividades alternativas

- El actor persigue a un roedor que merodea las habitaciones de la casa con una escoba en las manos.
- El actor juega con su perro en el jardín.

Tiempo de la actividad

15 20 minutos.

Se adjudicarán 2 minutos por pareja

ti-po

condicio-
nes

alter-
-nati-
-vas

Los participantes se distribuirán por parejas y asumirán los papeles de actor-sujeto y actor-objeto.

El actor-sujeto ejecutará las acciones típicas de una actividad que previamente decidirá o le será sugerida por el moderador.

Por ejemplo, el momento del aseo personal.

El actor-sujeto realizará las acciones propias de tal actividad, valiéndose de los objetos que se requieren para ese menester. El actor-objeto, por su parte, desempeñará en todo momento la función de soporte de las acciones del sujeto, adaptándose corporalmente de forma continua a las insinuaciones del sujeto.

Supongamos, pues, que el "sujeto" desea lavarse las manos; de inmediato, el "objeto" se transformará en lavabo; si el «sujeto» se dispone a sentarse, el "objeto" se transformará en silla.

El actor-sujeto no deberá ordenar o imponer mímicamente las transformaciones al compañero, sino que deberá sugerirlas con un gesto claro y preciso. A su vez, el actor-objeto tendrá puesta su atención en su compañero continuamente, para captar con rapidez aquello que precisa.

No se utilizará la palabra para nada.



Comentarios Pedagógicos

Tipo de actividad

Objetivo

Desarrollar la disponibilidad y adaptación inmediata.

Objetivos

ti-po

condiciones

Respecto a las condiciones de la actividad

El “sujeto” indicará con gestos claros y precisos cuáles son sus intenciones o necesidades. El “objeto” deberá reaccionar instantáneamente a las insinuaciones del “sujeto”, transformándose en los diversos elementos.

Si el gesto del “sujeto” no es claro o el “objeto” no lo comprende, el primero repetirá el gesto una vez más.

Deberá hacerse una llamada de atención cada vez que el “sujeto” se limite a conducir o imponer sus necesidades, o cuando el “objeto” discuta o ponga impedimentos al “sujeto”.

Pasados aproximadamente dos minutos, los roles se intercambian y vuelve a comenzar el juego.

Tiempo de la actividad

a minutos.

15 20

43

EL DOMESTICADOR Y SU MASCOTA

Distribuidos de nuevo por parejas, cada uno de sus componentes asumirá los roles de «domesticador» y «mascota».

El domesticador, utilizando frases muy cortas y precisas, ordenará acciones físicas y comportamientos diversos de manera continuada. Su compañero las ejecutará de inmediato, adaptándose continuamente y obedeciendo las voces de mando, sin detenerse a pensar para nada.

Ejemplo:

Anda... corre... ríe... siéntate... desliza... ráscate... golpea... saluda... arrodíllate... retuerce... presiona..., etc.

El domesticador habrá pensado previamente en un número de acciones variadas que le permitirán poner a prueba la capacidad de adaptación inmediata del compañero obediente.



Comentarios Pedagógicos

Tipo de actividad

Objetivos

- Respuestas espontáneas.
- Flexibilidad al cambio de situaciones.
- Receptividad

Objetivos

ti-po

con-dicio-nes

Respecto a las condiciones de la actividad

Hay que procurar que tanto el «domesticador» como la «mascota» no interrumpan para nada su línea continua de acción verbal-acción física. Si es preciso, se para el juego y se exige una mayor concentración. Ni el domador ni el sumiso deben hacer ningún tipo de comentarios, ni contradecir lo que dicen o hacen.

Deberá exigirse que las frases sean breves, claras y precisas, para que sean recibidas por el compañero como un estímulo claro que le sitúa y le permite reaccionar de inmediato.

Objetos

a. Voces de mando: acciones simples acciones que el compañero «mascota» llevará de inmediato a la concreción de una acción con sentido para él.

Por ejemplo: «Palpa», «Saluda», «Tose», «Presiona», «Sonríe», «Llora», «Desliza», «Flota», «Corta»...

b. Voces de mando: breves actividades cotidianas que la «mascota» personificará.

Se pueden probar las voces de mando que indican acciones físicas habituales y pequeñas actividades.

Por ejemplo: «Lávate», «limpia tu habitáculo», «Come pan»...

ob-je-tos

c. Voces de mando: comportamientos:

Las voces de mando estimularán comportamientos más precisos con cierto grado de caracterización.

Por ejemplo: «Hazte el tonto», «estás cabreado», «Perro guardián», «buscas mimos», «esperas miedoso la llegada de tu amo»...

Tiempo de la actividad
minutos.

30

El tiempo máximo para cada pareja será de 2 minutos, intercambiando los papeles pasado 1 minuto.

V

Variante de la actividad

Como el ejercicio es una variante de otro ejercicio más genérico que es el del bombardeo, donde todos los alumnos, cada cual a su turno, manda y ordena los comportamientos que debe realizar el compañero, se podría probar para que haya mayor flexibilidad y espontaneidad que el alumno reciba indistintamente directivas variadas, pudiendo ser éstas acciones simples, actividades o comportamientos.



ENTRENAMIENTO DE LA INTERRELACCIÓN

Para terminar esta sección, en este apartado, las propuestas que realizamos habilitarán especialmente el uso de la improvisación relacional con objetivos dados y se estudiará el concepto de estrategia..



44

EL DOMADOR Y LOS LEONES

Imaginemos una jaula que contiene cuatro leones hambrientos, representados por sendos participantes, dispuestos a lanzarse sobre el domador, quien tratará de actuar con decisión sobre ellos para contenerlos.

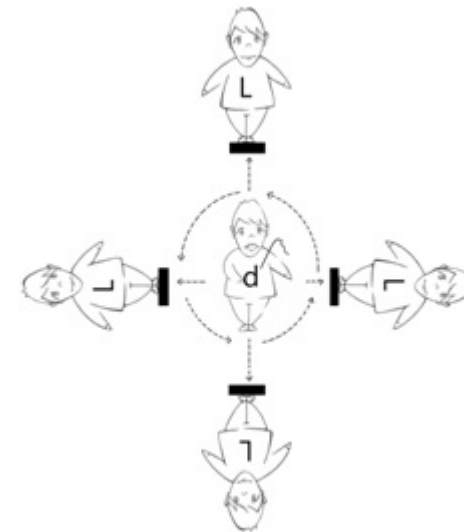
El espacio de la jaula estará enmarcado por cuatro sillas -que representarán las peanas para los leones- separadas por una distancia mínima de 4 metros, como indica la **figura 7**.

Los leones descenderán de su silla dispuestos a despedazar al domador cada vez que éste se halle desprevenido y, para ello, esperarán atenta y pacientemente la primera ocasión de sorprenderlo distraído. Sin embargo, la acción de abalanzarse sobre su víctima irá precedida de un gruñido amenazador como señal del inminente ataque.

El domador actuará con decisión, clara y tajante, intuyendo las intenciones de los leones para reprimir cualquier tentativa de ser atacado. Para ello estará provisto de un cinturón, a modo de látigo, o de una silla, y con su actitud, mirada y voz obligará a la fiera a replegarse sobre la silla, al tiempo que hará restallar su látigo.

Los leones pueden gruñir todo el tiempo, pero aquel que se dispone al ataque deberá incrementar considerablemente la potencia de su rugido. Esto es importante, dado que constituye la señal-estímulo para el domador, quien deberá reaccionar a ella con presteza. Tan solo está permitido que un actor-león descienda de su peana para atacar, cada vez.

7 • El domador y los leones



ti-po

Objetivos

Tipo de actividad

Objetivos

- Adaptarse a los estímulos provocados por una situación externa.
- Activar la concentración dinámica y la respuesta refleja.

condiciones

Respecto a las condiciones de la actividad

Éstas son las reglas y condiciones del juego:

- El participante domador debe proveerse de una correa o similar.
- Es aconsejable estimular que los actores-leones permanezcan en actitud permanente de ataque y muestren su agresividad dando zarpazos al aire y rugiendo. El resto permanecerá activa y agresivamente sobre sus sillas. Cuando el actor-león atacante, tras ser reducido, haya subido a la suya propia, es entonces cuando cualquier otro actor-león y sólo uno puede atacar de improviso, pero emitiendo siempre un gruñido más fuerte, un segundo antes del ataque.
- Si el participante domador logra ser sorprendido y es atacado por un actor-león, se intercambian mutuamente los roles.
- La distancia de 4 metros, aun siendo una referencia de separación, puede ampliarse si conviene.
- Si se desea complicarlo, se pueden utilizar más leones; por ejemplo, de 6 a 8.
- Las reglas anteriores deben ser respetadas con el máximo rigor para que puedan cumplirse los objetivos propuestos.

Tiempo de la actividad
De 30 a 40 minutos.

“¿Puedes levantar la voz?” o, por el contrario, “No estoy sordo” son algunas de las expresiones que comúnmente manejamos cuando alguien que está situado cerca de nosotros habla con un volumen inapropiado de voz que hace difícil la recepción y comprensión de su mensaje. Por lo general, nuestra petición suele ser atendida y nuestro interlocutor regula la intensidad y volumen de la voz acorde a la distancia que nos separa.

Este factor de proximidad o lejanía entre el que escucha y el que habla es motivo de una nueva propuesta de juego.

Para el ejercicio, los participantes pasarán al centro de la sala por parejas.

Entre los componentes de cada pareja mediará una distancia imaginaria que los mantendrá separados.

Ejemplo:

Una muralla.

Un laberinto.

Separados por el cauce de un río.

Un cristal de protección.

Los participantes establecerán un diálogo alternado y jugarán una situación imaginaria estimulada por la propuesta que se les ha dado. Pueden iniciarlo con expresiones simples del tipo: “¿me oyes?” - ¡hola! - ¿cómo estás?



Comentarios Pedagógicos

Tipo de actividad

ti-po

Se pretende sensibilizar a los participantes sobre el hecho de cómo la intención y la necesidad de contacto estimula y modifica las modulaciones y la direccionalidad de la voz.

Por otra parte, se estimulará la dramatización de la situación si al definirla destacamos claramente el inconveniente que representa la distancia física como obstáculo para la comunicación de los objetivos de cada uno de los jugadores, en la medida de que debe intensificarse la necesidad de comunicación.

Respecto a las condiciones de la actividad

con-dicio-nes

Las parejas saldrán de una en una y recibirán dos tipos de indicaciones:

a · Se formulará a cada una de ellas una situación en donde la distancia imaginada entre los jugadores es un obstáculo para comunicarse.

Ejemplos:

- Un padre y su hijo se encuentran separados por un río de cauce irregular. El padre debe ayudar con sus indicaciones a que su hijo se reúna con él en la otra orilla.
- Un operario de mudanzas indica desde un balcón a un compañero que está en la calle lo que debe hacer para ayudarle a bajar un mueble de grandes dimensiones.
- Una persona se ha quedado encerrada en su automóvil y pide ayuda a otra.
- Un reo que se considera inocente recibe la visita en prisión de su abogado.

- Un experto auxilia con sus indicaciones a una persona que está atrapada bajo los escombros.
- Recuerda el laberinto del Minotauro. Ariadna y Teseo están separados por él y desean encontrarse para salir del mismo.

b · Se acortará la distancia entre los participantes (de espaldas, a dos metros, junto a la pared, estirados en el suelo)

Tiempo de la actividad

Entre los

15 20

minutos,

con un par de minutos por pareja.



EL AMO Y EL ESCLAVO

Dos participantes saldrán al centro de la sala y asumirán los papeles de “amo” y “esclavo”.

En ningún momento emplearán la palabra, y tan sólo a través del gesto y la acción se relacionarán como sigue:

a · El “amo” insinuará una acción.

Por ejemplo: ir a sentarse.

b · El “esclavo”, pendiente en todo momento de lo que hace su “amo”, tratará de sincronizarse con él, demostrando continuamente su actividad servil.

Por ejemplo: correrá a ofrecerle una silla imaginaria a la que le sacudirá el polvo con un plumero antes de que el “amo” se siente. Si el “amo” abre su periódico y se dispone a leer, el “esclavo”, le dará al interruptor de la lámpara o le abrirá las cortinas de la ventana para que entre luz. Si el “amo” desea subrayar unas líneas del periódico y busca en sus bolsillos un bolígrafo, el “esclavo” le dejará el suyo y se ofrecerá como apoyo brindándole la espalda, etc.

Se establecerá, así, una corriente de propuestas y respuestas serviles entre “amo” y “esclavo”.

Para su buen funcionamiento, el “amo” deberá seguir su línea de acciones según la actividad que haya escogido realizar (por ejemplo, como jefe de oficina) sin precipitarse, calmadamente y, aunque demostrará tener presente al “esclavo”, tratará de no hablar con él, ni siquiera gestualmente, sino que se limitará a aceptar, sin demostraciones de agradecimiento ni amonestaciones, las colaboraciones y sugerencias de éste. A su vez, el “esclavo” deberá estar pendiente de lo que hace su “amo”, tratando de no desperdiciar oportunidad alguna para demostrar su servilismo, al tiempo que no deberá contradecirle en nada.

El amo, ante una respuesta no asumida o comprendida, expresará su malestar, dándole al esclavo un margen de tiempo para que se integre.

Ejemplos relacionales: El pintor y su ayudante. El capitán de barco y el marino. El cliente y el camarero. El jefe de oficina y el empleado. El arquitecto y el capataz. El déspota y el pelele. El actor y su mánager.

Comentarios Pedagógicos

Respecto a la condiciones de la actividad

El “amo” llevará a cabo todo tipo de acciones.

Por ejemplo:

- Buscar una cerilla para encender su cigarrillo.
- Necesitar un bolígrafo o pluma para escribir.
- Ir a encender la lámpara.
- Sentir calor.
- Ir a llamar por teléfono.
- Levantarse para buscar un libro.
- Ir a abrir una puerta.
- Tumbarse en el sofá.
- Peinarse.
- Ponerse a escribir a máquina.
- Acomodarse para ver un dvd.
- Buscar un cenicero para tirar la ceniza del pitillo.
- Escribir una carta.

con-
dicio-
nes

El “esclavo” puede reaccionar no sólo sincronizándose activamente con su compañero, sino respondiendo emotivamente ante ciertos estímulos.

Por ejemplo:

- Puede ser complaciente o estar malhumorado si también su amo lo está.
- Puede alegrarse aparatosamente si a su amo le toca la lotería.
- Puede ir en su ayuda si el amo se encuentra en algún percalce.

En general, el “esclavo” mantendrá una actitud sumisa y de total dependencia con respecto a su «amo».

35 **Tiempo de la actividad**
minutos.

Se fijará un tiempo de 4 minutos por pareja. A los 2 minutos, se realiza el cambio de roles.



47

EL SUBALTERNO QUIERE SER PATRÓN

Dos participantes asumirán los papeles de subalterno y patrón (o empleado y jefe).

El ejercicio consistirá en un respetuoso y competitivo juego de propuesta-respuesta entre ambos.

El patrón se tomará la libertad de iniciarlo, ejecutando una acción o actividad que realiza habitualmente en su trabajo. El subalterno observará y responderá de inmediato tratando de hacerlo siempre mucho mejor.

El patrón ni tendrá derecho a responder ni a competir con el subalterno. Por el contrario, propondrá una nueva actividad que el subalterno deberá de nuevo superar.

Por ejemplo:

El patrón llama por teléfono marcando digitalmente el número y tomando el auricular en sus manos; el subalterno responderá apretando un botón y hablando por un micrófono fijo.

El patrón anota en su agenda lo que debe de hacer; el subalterno saca una grabadora de bolsillo y registra su voz.

El patrón se pone las gafas para leer un documento; el subalterno no las necesita.

Etc.

En ningún momento deberá existir un contacto físico, ni la confrontación será de lucha o agresiva. Como en otras ocasiones, no se utilizará la palabra.

Comentarios Pedagógicos

ti-po

Tipo de actividad

Pretende desarrollar la capacidad de fantasía e imaginación.

Respecto a las condiciones de la actividad

El subalterno debe mostrar que, haga lo que haga su patrón, él siempre puede hacerlo mejor; debe mostrarse, pues, más inteligente, más hábil, más capaz, más atleta, más veloz, más sagaz, debe mostrar que posee más cosas y mejores, etc. Las posibilidades de desarrollo del ejercicio en esta línea son inmensas y por eso debe estimularse la capacidad de imaginación e inventiva de los participantes.

Pueden tomarse como ejemplos de relación los propuestos en el ejercicio "El amo y el esclavo".

condiciones

50

Tiempo de la actividad

minutos.

El tiempo para cada pareja será de 6 minutos, cambiándose los roles de patrón y subalterno al cabo de tres minutos.

• El subalterno quiere ser patrón



ABORDANDO A UN PERSONAJE

Ocuparán el espacio de juego dos participantes que, representarán a un personaje real y a un personaje de ficción.

El personaje real será representado por uno de los participantes, quien hará el esfuerzo de entregarse honestamente al devenir de la situación con respuestas sinceras y valientes.

El participante que interpreta al personaje de ficción deberá tener una idea clara del que se le ha asignado, compenetrándose con las características y propósito del personaje, sin caer en la expresión estereotipada. Por el contrario, dará rienda suelta a la expansión de su personalidad dentro de las funciones y objetivos de su personaje.

Deberá llevar a término, por tanto, el objetivo que se le encomienda, siguiendo una estrategia prudente a fin de no provocar el rechazo de su interlocutor, ni de obligarlo a ponerse a la defensiva prematuramente. Procurará moverse con cautela hacia su objetivo, intentando, primeramente, desarmar o poner de su parte al personaje real, antes de entrar en materia.

Supongamos, por ejemplo, que un personaje acusado de tráfico de drogas se ha escapado de una prisión; le urge permanecer escondido durante un tiempo en algún lugar, y acude a alguien para que le auxilie. En primer lugar, tratará de acceder a la persona que le puede ayudar sin levantar sospechas; en segundo lugar, buscará ganarse la atención hacia su persona sin provocar rechazo; en tercer lugar, conducirá la conversación hacia sus intereses con habilidad; en cuarto lugar, confesará abiertamente su necesidad.

La naturaleza y objetivos del personaje de ficción serán dados por el moderador al participante que lo encarna, y por separado en la sesión anterior, con el fin de que disponga de tiempo para la preparación de su estrategia de personaje.

Comentarios Pedagógicos

Tipo de actividad Objetivos

ti-po

Obje-
tivos

- Desarrollo de una improvisación relacional a partir de los objetivos planteados a un personaje de ficción, y las posibles reacciones del personaje real.
 - Estimulación de la inventiva y la fluidez verbal.
- En el ejercicio intervienen diferentes factores de la personalidad: inteligencia, imaginación, sinceridad, inventiva, capacidad de fabulación, lógica, etc.

Respecto a las condiciones de la actividad

con-
dicio-
nes

• El personaje real

El personaje real asume como ciertos todos los planteamientos que el personaje de ficción exprese sobre sí mismo. En consecuencia, no hay inconveniente en admitir en él algunas características de «personaje de ficción», sin dejar en lo posible de actuar sinceramente.

Por ejemplo:

Si el personaje de ficción se revela como su padre, él reaccionará como su hijo.

Sólo el moderador -y el participante- conocerán el objetivo del personaje de ficción. Los demás lo adivinarán en el curso de la improvisación, incluso el personaje real. A éste sólo se le indicarán aparte los supuestos de ficción difíciles de aceptar.

El participante que representa al personaje real tiene la función esencial del receptor que se deja modificar por los estímulos que recibe del compañero. Pero tiene también la función esencial de valorar el grado de coherencia y validez de las estrategias y comportamientos del compañero que representa al personaje de ficción, para acceder más tarde o más temprano a sus requerimientos.



EL ANFITRIÓN

El anfitrión recibe en su residencia la visita de un huésped importante. El carácter diplomático de la relación hace que la conversación discurra entre frases de cumplido y actitudes respetuosas.

Sin embargo, el anfitrión tiene la intención de envenenar a su huésped y se vale de su condición de tal para encontrar la oportunidad propicia de verter el veneno en su copa o taza de café, mientras que el huésped, sospechando de sus intenciones, recurrirá a su ingenio para evitar caer en la trampa que se le prepara. En ningún momento, el huésped debe hacer ver a su anfitrión que sospecha de él.

A pesar de todo ello, ambos, comprometidos por las normas de la cortesía, actuarán, el uno esgrimiendo sagazmente excusas o pretextos para evitar ser envenenado, y el otro, aceptando tales excusas o ingeniándose para distraer al huésped y poder verter el veneno en su copa, sin ser visto.

• El personaje de ficción

Para preparar mejor el personaje de ficción, desglosamos a continuación las fases posibles de una estrategia:

- a · Adecuación. Toma de contacto, conocimiento previo y posicionamiento frente al contrincante supuesto.
- b · Estrategia. Sobre la base anterior, desarrollar las tácticas que conforman su estrategia general. Por ejemplo, provocar piedad, deslumbrar, etc.
- c · Ataque. Una vez conseguido ese primer paso, ir introduciendo a su contrincante dentro de la corriente de sus intenciones hasta que éste manifieste una actitud abierta y de disposición favorable.
- d · Remate. Por último, plantear el asunto y estar preparado al posible rechazo de su petición para poder contraatacar por otro/s flanco/s.

Lista de situaciones

Éstas son algunas situaciones que se pueden explotar:

- Un padre decide revelar a su hijo su paternidad.
- Un policía te acusa de haber cometido un robo del que no eres responsable.
- Un muchacho desea seducir a una chica.
- Alguien con una depresión nerviosa solicita cariño o ayuda.
- Un joven pide comida y cobijo por una noche.
- Un desconocido te ofrece trabajo en el extranjero y has de partir en una semana.
- Alguien te pide que le guardes una maleta cuyo contenido desconoces y que tampoco te puede revelar.
- Cristóbal Colón desea formarse una opinión sobre lo que piensa un joven del siglo XXI sobre la gesta del Descubrimiento.
- Una foca se ha extraviado y pide ayuda para que la devuelvan al mar.

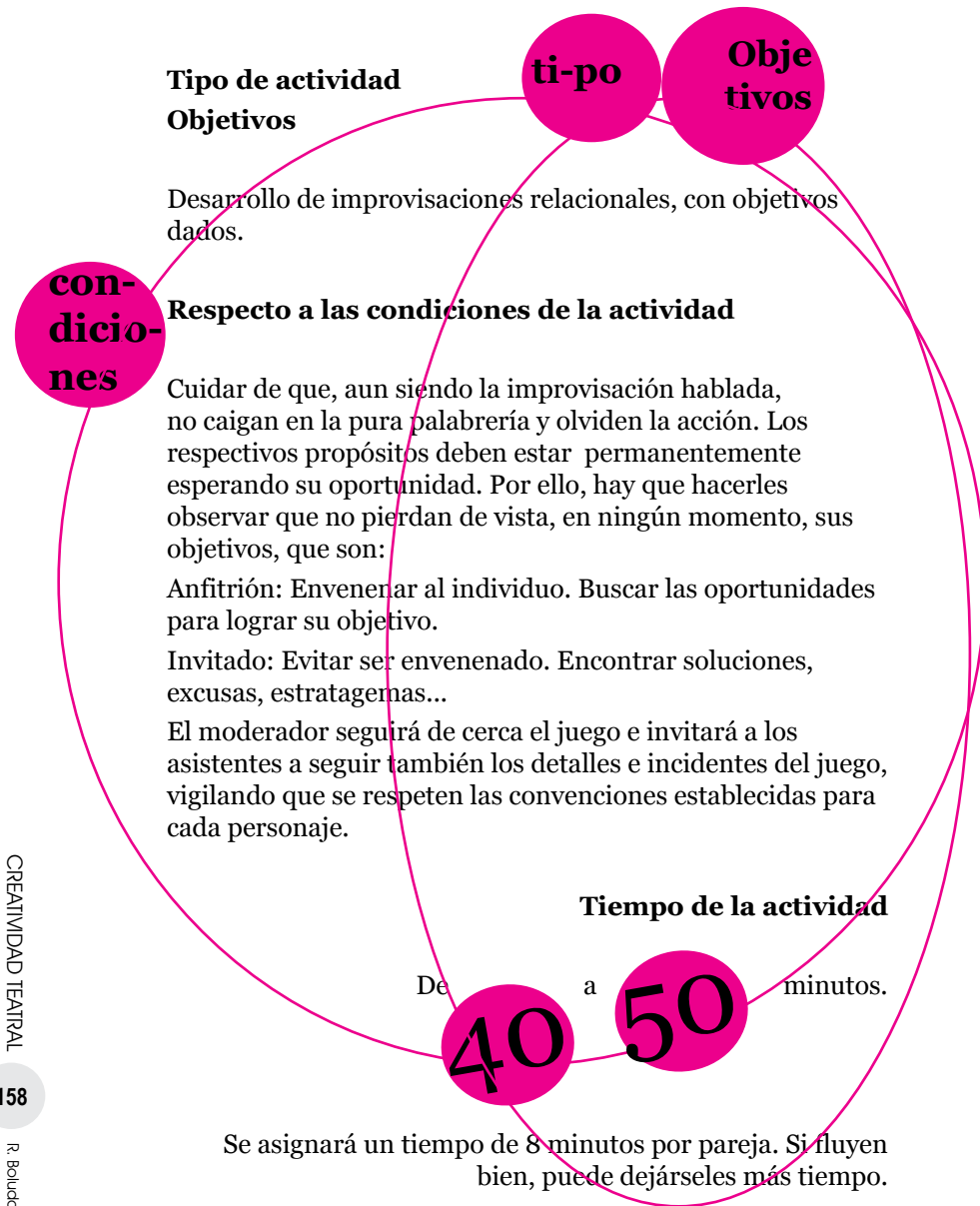
80

Tiempo de la actividad
minutos.

Se concederá un tiempo de 10 minutos para cada pareja, pudiendo excederlo, como siempre, si la dinámica es buena.



Comentarios Pedagógicos



ESTRUCTURAS LÚDICAS DE IMPROVISACIÓN

- Estructuras lúdicas de participación
- Estructuras lúdicas de composición
- Estructuras lúdicas situacionales
- Estructuras lúdicas narrativas

El uso de la técnica de la improvisación en un taller de creatividad teatral se justifica plenamente siempre y cuando se aliente el uso progresivo de la misma y las reglas de juego fijadas sean precisas, variadas y flexibles.

Las actividades que se proponen tienen cada una de ellas una organización espacio-temporal específica que determina en buena medida la dinámica de la improvisación. Esta organización no pretende anular la pluralidad de respuestas de los participantes. Por el contrario, la introducción progresiva en el taller de los elementos básicos de la convención dramática (roles, estatus, situación, circunstancias, imprevistos, etc) proporciona un marco de ficción que estimula la respuesta creativa de sus jugadores.

El uso de estructuras lúdicas de improvisación, aplicado con procedimiento, es interesante por su capacidad de generar contenidos, crear confianza y respuesta múltiple en una situación dada de juego, pero además también, y muy importante, porque educa el comportamiento escénico del participante.



ESTRUCTURAS DE PARTICIPACIÓN

Las actividades que proponemos elaboran dispositivos originales para desarrollar en grupo aspectos diversos como la retentiva, la expresión corporal o el pensamiento continuo y discontinuo.



50 LOS PLATOS

● Clientes y camareros

Situémonos en el comedor de un bar-restaurant. El menú para el día de hoy consiste en escoger un primer y segundo plato, postre y bebida.

Formaremos un grupo de doce participante, de los cuales ocho serán los clientes y cuatro, los camareros.

Los clientes se dispondrán en las mesas por parejas. Cada uno de ellos llevará una tarjeta y un lapicero para anotar sus pedidos. En esta tarjeta se indicará, por ejemplo:

Bebida ·	Agua sin/con gas
	Vino blanco/clarete/tinto
	Refresco de...
	Infusión de...
Primer plato ·	Ensalada de tomate
	Arroz a la cubana
	Judías verdes con patatas
Segundo plato con su guarnición ·	Atún a la plancha con pimientos
	Estofado de cordero y setas
	Albóndigas con tomate
Postres ·	Macedonia de frutas
	Helado de vainilla
	Tarta de manzana

Los camareros tendrán la responsabilidad de retener mentalmente todos las comandas.

El juego es como sigue:

a · Los camareros iniciarán al mismo tiempo su actividad, repartiéndose por entre las mesas. Habrá un camarero por mesa.

Los clientes pedirán lo que quieren en voz alta, sin olvidar de apuntarlo en sus tarjetas. El camarero anotará mentalmente los pedidos. En total retendrá un total de 8 pedidos con sus respectivos complementos.

b · Los camareros volverán a su posición en la barra y tratarán de recordar los clientes y sus comandas, que depositarán imaginariamente en sus bandejas, repitiéndolas mentalmente para fijarlas mejor.

c · Los camareros, de uno en uno, regresarán para servir en su mesa, mientras los demás esperan su turno.

En las mesas, irá diciendo con la expresión “su comanda es...” los pedidos solicitados al tiempo que sirve. En el caso de que el camarero cometiese un error, el propio cliente lo hará saber en voz alta con un “no es correcto”, dando, así, oportunidad al camarero para recordar y rectificarse en la comanda.

● Clientes y camareros en competición

Si deseamos hacer del ejercicio una actividad competitiva y por equipos, podemos plantear su participación de este modo:

Los participantes se distribuirán por mesas y representarán a los clientes de un restaurante.

Cada mesa será ocupada por dos jugadores. A uno le llamaremos A1 y al otro B1.

Si, por ejemplo, disponemos de cinco mesas en el espacio de juego, tendremos diez clientes que intervendrán en el juego.

Habremos establecido, de este modo, dos equipos de cinco clientes cada uno, los clientes del equipo A y los clientes del equipo B.

Cada equipo incluirá a un camarero que servirá a los clientes del equipo contrario.

Los clientes de cada equipo harán sus comandas consistentes en dos platos con sus respectivas guarniciones.

Por ejemplo: Ensalada de tomate
Osobuco a la Milanesa con arroz

El procedimiento seguirá este orden:

Primera Fase·

a · Los integrantes de ambos equipos decidirán y anotarán en un papel el menú elegido.

b · El moderador guardará los papeles donde se detalla el menú solicitado.

Segunda Fase ·

a · El camarero del equipo B tomará las comandas de los clientes del equipo A.

b · Cada uno de los clientes del equipo A hará el pedido en voz alta para ser escuchado por los del equipo B.



c · Los jugadores del equipo B memorizarán tanto al cliente que hace el pedido como el menú solicitado por este. Esto equivaldrá a memorizar un total de 10 platos más sus guarniciones.

Tercera Fase ·

a · El camarero B se retirará a la barra y tratará de recordar los platos solicitados por cada uno de los clientes.

b · La retirada a la barra del camarero del equipo B, dará entrada a la intervención del camarero A, quién actuará exactamente igual que su compañero con los clientes del equipo B.

Cuarta Fase ·

a · Una vez que el camarero del equipo A vuelve a la barra, el camarero B regresará para servir a cada uno de los clientes del equipo A. Lo hará enunciando el voz alta los platos, siguiendo el orden de las comandas.

b · En caso de que el cliente no estuviera de acuerdo, lo hará saber con un “no es correcto”. Esto significa que se ha equivocado y que tiene una nueva oportunidad para rectificar. Si, no obstante, vuelve a equivocarse, dará una sola oportunidad a los compañeros de equipo para evitar ser penalizado.

Si ni unos ni otros logran acertar por completo, el moderador hará la rectificación leyendo el pedido.

Las puntuaciones obtenidas definirán el equipo ganador y serán como sigue:

- Por un plato con su guarnición, 2 puntos.
- Por uno de sus componentes, 1 punto.

Si cada camarero tiene cinco clientes, y cada uno pide dos platos con su guarnición, la puntuación máxima que puede conseguir es de 20 puntos.

Por cada componente que el camarero enuncie equivocadamente perderá un punto, salvo que sus compañeros acierten.

Comentarios Pedagógicos

ti-po

Tipo de actividad

Se trata, fundamentalmente, de un ejercicio de retentiva, que puede modificarse en función de la capacidad de quienes participan.

El grado de dificultad del ejercicio variará en función del número de clientes y camareros.

con-
dicio-
nes

• Clientes y camareros

Respecto a las condiciones de la actividad

- a • La ambientación del ejercicio aportaría elementos de dramatización que podrían revertir en una mayor participación e implicación de los jugadores. Sería interesante que el ambiente en que se realiza obedeciera a características y circunstancias diferentes. Puede introducirse la variante de que una vez sentados en las mesas, haya bullicio de un típico restaurante popular, o por el contrario, que la acción se desarrolle en un comedor de lujo. También, podríamos proponer que los comensales pertenezcan a clases sociales o grupos humanos diferentes.
- b • El moderador tomará siempre nota de los pedidos. Se evitarán, así, posibles discusiones
- c • Los platos se solicitan de uno en uno, haciendo una pausa de por medio. Ese intervalo es necesario para que el camarero, primero, registre el pedido, y segundo, asocie con la del plato otra imagen que le pueda ser útil para recordar.
- d • En la barra, el camarero debe colocar los platos sobre la bandeja, mimando la acción de la manera más sensorial posible.
- e • De regreso, los platos deben servirse de uno en uno anunciándolos en voz alta y segura.



51 ICONOGRAFÍAS

f. El moderador evaluará la capacidad de los participantes en todo momento, y establecerá una dificultad ascendente de la actividad modificando cuando lo crea oportuno el número de sus componentes esenciales (clientes, camareros, platos, guarniciones). Por ejemplo, puede poner a prueba la retentiva de los mismos o bien, aumentando el número de clientes y reduciendo el número de camareros, o bien aumentando el número de platos por cliente y/o establecer que cada plato tenga más de una guarnición (ensalada de tomate y atún, helado de vainilla y fresas)

condiciones

Tiempo de la actividad

15

20

a minutos

• Clientes y camareros en competición

Respecto a las condiciones de la actividad

Se tendrán en cuenta las condiciones b), c), d) y e) referidas anteriormente.

El juego puede ejercitarse en varias sesiones. Si se repite en una misma sesión, el rol de camarero será asumido por otro participante en cada equipo.

Tiempo de la actividad

La duración óptima que consideramos es de minutos por sesión.

30

45

a

- Realizaremos composiciones corporales grupales que describan imágenes, cuadros, esculturas o figuras conocidas y famosas. Por ejemplo, «Las meninas» (véase, al propósito, las **ilustraciones propuestas**) Para ello, los participantes se dividirán en grupos de 5 a 8 personas y prepararán, durante unos minutos, esa imagen o figura conocida conjuntando sus cuerpos. Cuando lo hayamos ensayado lo suficiente, cada uno de los grupos presentará su trabajo ante los demás, que tratarán de adivinar o reconocer la imagen.
- En este segundo ejercicio, la dificultad se acentuará al explorar la composición en grupo de objetos de uso cotidiano. Algunas sugerencias: bicicleta, coche, tijeras, máquina de escribir, reloj de cu-cú, sofás, cama plegable, etc.





• Las meninas de Goya



• Los fusilamientos del 3 de mayo de Goya



• Lección de anatomía de Rembrandt



Comentarios Pedagógicos

Tipo de actividad

Objetivo

Composición plástica corporal.

Objetos

Además de la exploración de las imágenes y objetos que se sugieren en este ejercicio, los participantes podrían proponer libremente otros distintos.

Tiempo de las actividades

30

minutos.

El tiempo de elaboración es de 15 minutos, tanto para las iconografías como para los objetos cotidianos. Como siempre, si el grupo de participantes es imaginativo, puede superarse el tiempo indicado.

Objetivos

ob-je-tos

LA RADIO Y EL DIAL

Imaginad un aparato de radio con las distintas frecuencias o emisoras y el dial que posibilita su localización.

Las emisoras serán representadas por un grupo de 4 ó 5 alumnos sentados (o de pie) en fila, separados por una distancia de un metro.

El dial lo representará otro participante que se desplazará de un extremo al otro de la fila, avanzando, retrocediendo y deteniéndose indistintamente en cada una de las emisoras.

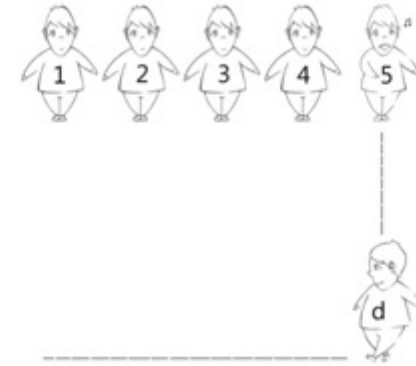
Antes de iniciar el juego, cada participante-locutor deberá saber qué tipo de programa radiofónico conducirá - deportivo, informativo, cultural, musical, publicitario - y hacerse una idea aproximada de sus contenidos. Debe tener en cuenta que su discurso se emitirá ininterrumpidamente, en consecuencia debe preparar una buena estrategia para conseguirlo.

Cuando los participantes-locutor hayan decidido y preparado su tema de locución, el participante-dial iniciará la actividad. En ese momento todos los locutores al unísono transmitirán sus respectivos programas en voz baja, teniendo cuidado de no perder su línea de pensamiento.

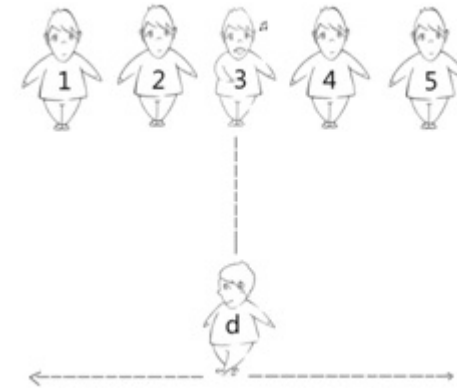
Cuando el dial inicie sus desplazamientos (fig. 8a), pase y/o se detenga ante una emisora, el participante que la represente pasará a emitir su programa en voz alta. Si el dial se desplazara rápidamente, cada emisora se sintonizará y dejará de sintonizar en el preciso momento en que el dial salga de su campo (fig. 8b). Este momento del juego, si se hace con precisión por ambas partes, puede ser interesante en la relación estímulo-respuesta. Sin embargo, esta emisora no interrumpirá en ningún caso la continuidad de su emisión, que continuará en voz baja.

Así pues, cada participante deberá concentrarse en:

- a · La narración del programa que emite.
- b · Las fluctuaciones del dial, que obliga a cambiar y continuar las emisiones en voz alta o baja (acción de pensamiento)



8a • La radio y el dial



8b • La radio y el dial



• La radio y el dial



Comentarios Pedagógicos

ti-po

Objetivos

Tipo de actividad

La actividad tiene como objetivos:

- a • La flexibilización de la concentración.
- b • La fluidez verbal y el desarrollo de la acción de pensamiento.

La finalidad fundamental del ejercicio es que el participante tome conciencia que la acción de pensamiento está actuando como base para la acción verbal, de manera que, al terminar el ejercicio, debemos evaluar:

- a • El grado de concentración de los participantes para mantener la continuidad de la emisión.
- b • La fluidez verbal en la emisión en voz alta.
- c • El paso de la acción verbal en voz alta a la acción de pensamiento, y viceversa.

Respecto a las condiciones de la actividad

El monitor puede sugerir algunos tipos de programas radiofónicos o de publicidad que suelen escuchar en las emisoras, y comentar los pormenores de sus contenidos, para estimular a sus alumnos en determinar su elección.

Es aconsejable dejar un par de minutos a los participantes para que inicien mentalmente sus programas, antes de que intervenga el participante-dial.

El dial, en principio, no tiene una función especial, salvo la de desplazarse a voluntad.

No obstante, deberá respetar los tiempos de detención ante un compañero-locutor. Es aconsejable que oscile entre un mínimo de 2 segundos y un máximo de 30 segundos. En el primer caso, se acelera la sucesión de intervenciones, y en el segundo caso, se prioriza el discurso.

con-diciones

Asimismo, durante el juego, el monitor vigilará que la actividad de los locutores no se interrumpa, y mantengan la continuidad de pensamiento, ya sea mentalmente o en articulación muda.

Sería interesante estimular que los locutores discurren en su discurso con imágenes.

Tiempo de la actividad

2030 minutos.

El tiempo para cada grupo será de unos 10 minutos.

V

Variantes de la actividad

a • En este caso, los locutores no continúan en voz baja su discurso al alejarse del dial, sino que suspenden su discurso momentáneamente hasta que el dial vuelva a sintonizarlo nuevamente, momento en el cual retomaría su discurso en el punto que lo dejó. Para esta variante de pensamiento discontinuo, habría que controlar que el locutor en el momento que deja de ser sintonizado pase a ser un oyente normal y corriente, atento a las emisiones de sus compañeros, y cuando vuelva a ser sintonizado no haya perdido la coherencia ni el hilo del discurso.

b • Otra variante, que podría darle una importantísima actividad al dial consistiría en darle al actor que lo representa, aparte de su función de dial, la función también de oyente. En su caso, tendría que atender varios discursos diferentes –a conveniencia-, de forma discontinua, y fijar coherentemente su discurrir.

En las últimas dos variantes convendría posiblemente establecer un tipo de interrogatorio que garantizara que los locutores y el dial hayan asumido su cometido.



ESTRUCTURAS DE COMPOSICIÓN

Para este apartado hemos seleccionado una serie de actividades que exploran la composición física y gestual de roles, estableciendo escalas de progresión en la transformación del comportamiento.



METAMORFOSIS

A fin de facilitar la dinámica del ejercicio, los participantes se dividirán en dos grupos, que trabajarán uno tras otro. Antes de iniciar el ejercicio, se propondrá una serie de oficios asociados, cada uno de ellos, al manejo de un determinado objeto.

Ejemplo:

OFICIOS	OBJETOS
1. Pintor.	Brocha
2. Equilibrista	Cuerda Floja
3. Jinete	Fusta o látigo
4. Director de orquesta	Batuta
5. Ilusionista	Varita mágica
6. Torero	Muleta
7. Danzarín	Movimientos de brazos

Se iniciará el juego ejecutando la tarea propia de un pintor, utilizando para ello una brocha de pintar imaginaria.

Al oír la señal, los participantes evolucionarán gradualmente de los movimientos característicos con una brocha a los de un equilibrista sobre la cuerda floja, habiéndose producido así la primera transformación.

El resto de las transformaciones se efectuará de idéntica manera.

Al finalizar, el primer grupo habrá experimentado todos los oficios descritos más arriba. A continuación, el juego se volverá a repetir con el segundo grupo.

Comentarios Pedagógicos

condiciones

Respecto a las condiciones de la actividad

Los participantes se dividirán en grupos que pueden oscilar de 5 a 8 personas.

Se repetirá la lista de oficios y objetos a los participantes un mínimo de tres veces para que la memoricen en el orden en que está.

Cuando se indique la señal de cambio con el triángulo, realizarán sus transformaciones en el orden previsto y de una manera gradual. La característica esencial de este ejercicio es que las modificaciones deben hacerse de forma continuada e ininterrumpida; y sobre todo, que los cambios de una forma a la otra sean imperceptibles. No valen cambios bruscos o evidentes.

alternativas

Acciones alternativas

A continuación facilitamos una secuencia de oficios y objetos opcional.

OFICIOS	OBJETOS
Peluquero	Peine
Criada	Plumero
Ceramista	Modela con el torno
Malabarista	Jugar con las pelotas
Bailaora	Castañuelas
Sastre	Tijeras o metro
Policía	Mover la porra

Tiempo de la actividad

De a minutos.

10 15

Cada grupo dispondrá de un tiempo máximo de 5 minutos.



54

EL GATO

La actividad consistirá en la imitación realista de un gato.

Los participantes recibirán por parte del moderador una descripción general del comportamiento del gato.

Los participantes asumirán libremente el lenguaje corporal del gato probando sus comportamientos básicos y definiendo sus intencionalidades primarias.

Por ejemplo:

- Un gato en estado de atención mantiene la cola erguida y sus orejas permanecen levantadas.
- Un gato se comporta amigablemente si ronronea o emite maullidos con el cuerpo estirado, la cabeza alta, la cola erguida y los ojos grandes abiertos.
- Un gato a la defensiva mantiene plegadas sus patas traseras, sacudiendo o balanceando su cola y las pupilas dilatadas.
- Si su espalda está curvada, agita la cola en todos los sentidos se muestra encolerizado.

El sonido característico del animal puede acompañar las acciones.

Comentarios Pedagógicos

con-
dicio-
nes

Respecto a las condiciones de la actividad

Para la exploración del comportamiento del gato, el moderador hará una descripción general suficiente que permita su ejecución. No obstante, los participantes pueden recibir con anterioridad del moderador la premisa de recordar y observar el comportamiento de este tipo de animales. En este caso, la puesta en común de las experiencias recabadas por los participantes acompañaría la descripción general dada por el moderador.

La exploración del comportamiento del gato será realizada al unísono y de forma individual.

Tiempo de la actividad
minutos.

30



LOS COMENSALES

Varios comensales en número no mayor a 6 se disponen en torno a una mesa para cenar. El juego consiste en que adopten el comportamiento -actitudes, modales, formas de comer- que se corresponden con cada una de las clases sociales que a continuación se relacionan, cambiando de uno a otro comportamiento -y por el orden en que figuran en la lista- a la señal convenida del moderador.

El orden de clases será el siguiente:

- Aristócratas.
- Altos cargos.
- Empleados.
- Obreros.
- Mendigos.
- Hombres primitivos.
- Perros.

El orden de clases ha sido definido siguiendo, a su vez, el orden de refinamiento de los modales que afecta la manera de comportarse en la mesa, comiendo y sirviéndose, y que van perdiendo a medida que se suceden.

El inicio de cada transformación se producirá al oír la señal convenida con el moderador.

El paso de un personaje o comportamiento a otro es el aspecto más importante del ejercicio y, en consecuencia, no debe realizarse con brusquedad, sino mediante una transición de 10 a 15 segundos de duración como mínimo.

Se valorarán, en primer lugar, las transiciones no precipitadas, además de las formas de comportamiento, los gestos, las actitudes. En segundo lugar, la correcta visualización en todo momento de los objetos imaginarios que son utilizados: platos, tenedores, cuchillos, botellas, y los diversos alimentos con sus peculiaridades al ser ingeridos (espinas, caldo, huesos, sabor, etc)

El uso de la palabra queda restringido y en su lugar la voz será usada libremente como gesto sonoro expresivo.

Comentarios Pedagógicos

**con-
dicio-
nes**

Respecto a las condiciones de la actividad

Se forman grupos no mayores de 6 participantes. Para este juego se necesitará una mesa o similar y seis sillas.

Antes de iniciar el juego, el grupo de participantes se pondrá de acuerdo sobre los platos que cada clase social comerá.

Por ejemplo:

Aristócratas y altos cargos, platos compuestos de marisco, pescado, solomillo.

Empleados y obreros, platos compuestos de sopas, potajes, carnes de ave, tortillas.

Mendigos, restos de comida.

Hombres primitivos, carne cruda.

Perros, huesos.

Las señales de transición serán suaves, con campanilla, por ejemplo. Según la fluidez de las improvisaciones de los alumnos, se dejarán entre 2 minutos -como norma- a 3 ó 4 minutos si la situación creada puede considerarse excepcional.

La evolución seguirá el orden que se indicado al principio.

Convendría que el moderador recomendara a los alumnos no caer en una representación externa y esquemática de los comportamientos. Sería bueno que el alumno se identificara como el personaje con la clase social a la cual representa, y desde esta percepción manipular los objetos imaginarios.

De **30** a **40** minutos.



56

PERSONA PULCRA- PERSONA GROSERA

Una persona pulcra y prudente, debido a una coincidencia de lugar circunstancial (esperar sentada en el mismo banco al mismo autobús), se ve obligada a soportar los constantes asedios inoportunos de otra persona extrovertida cuyo comportamiento es vulgar, grosero y repugnante, realizando actos inapropiados: sonarse de forma escandalosa, escupir, toser, peerse...o todo aquello que se considera inapropiado para las normas de decencia y urbanidad.

La primera se sentirá constantemente importunada por la segunda, la cual, acuciada por la necesidad de comunicarse, deseará entablar conversación con aquella de manera natural, y sin intención de provocar.

La persona pulcra, a pesar de la repugnancia y rechazo que le produce el contacto involuntario con la grosera, evitará manifestar o evidenciar este rechazo, tratando de disimular su desagrado con gran esfuerzo y adoptando una actitud forzosamente diplomática y amable.

La grosera no tendrá consciencia del efecto que su proximidad y comportamiento provoca en la otra, por lo que no percibirá cómo aquella va soportando mal una serie de impertinencias y groserías que le llevarán, por fin, a perder el control de sí misma, lo que acabará por obligarla a reaccionar de modo tanto o más grosero que su acompañante de banco.



• Los comensales



Comentarios Pedagógicos

ti-po

ObjetivoS

condicio-
nes

Tipo de actividad

Objetivo · Relacionar dos tipos de comportamiento por oposición.

Respecto a las condiciones de la actividad

Es importante explicarles bien la sinopsis inicial a los participantes -aunque ya estén informados antes de iniciar el juego.

Lo básico del ejercicio está en la relación que se establece entre las dos personas. Una de ellas cultiva las más estrictas reglas de urbanidad, la decencia y la conducta social, mientras que el otro personaje, extremadamente extrovertido, vulgar y grosero, actúa sin la más mínima educación ni sentido del decoro.

Es conveniente que la improvisación sea hablada sin que el elemento físico y gestual vaya en desmedro.

alter-
nati-
vas

Actividades alternativas

- a · En un restaurante, la persona respetable se sienta junto a la persona grosera en la única mesa disponible.
- b · En el compartimento de un tren de largo recorrido, coinciden la persona respetable y la persona grosera.
- c · ambos personajes coinciden en la sala de aparatos de un gimnasio.

Tiempo de la actividad

minutos.

30

Cada pareja de participantes dispondrá de un tiempo de 3 ó 4 minutos.



● Persoina pulcra-persona grosera



ESTRUCTURAS SITUACIONALES

Para este apartado hemos seleccionado una serie de actividades que exploran la composición física y gestual de roles, estableciendo escalas de progresión en la transformación del comportamiento. Las actividades de este apartado han sido actualizadas notablemente con respecto a la edición anterior, y presentan estructuras de interrelación muy diversas que exploran todo tipo de imprevistos y situaciones en la modalidad individual, en pareja y en grupo. En algunos casos, es necesaria la preparación del tema, objetivos y estrategias antes de poner en juego.



57

SITUACIONES IMPREVISIBLES

Vamos a dar, a continuación, una serie de situaciones para su elaboración en improvisaciones individuales. Son improvisaciones muy sencillas y breves pero que potencialmente sugieren situaciones muy ricas.

Ejemplo:

- Buscas algo, que no encuentras, en tu habitación.
- Te has quedado encerrado en un urinario público.
- Quieres dormir pero un mosquito te lo impide.
- Estás en un restaurante y te dispones a comer, pero hay algo que te impide hacerlo.
- Al vestirte, descubres una mancha en los únicos pantalones que tienes.
- Tienes un terrible cólico y esperas al médico.
- Pelas cebollas.
- Se te prende fuego en la cama.
- Se te revienta una cañería.
- Estás durmiendo y escuchas un ruido extraño, intermitente.
- Escribes un trabajo importante que tienes que entregar al día siguiente y tu ordenador te hace el tonto.

A todos los participantes se les asignara una situación para que la improvisen.

Comentarios Pedagógicos

ti-po

Tipo de actividad

Todas las situaciones tiene un denominador común: el imprevisto.

Respecto a las condiciones de la actividad

Cada participante tiene que jugar las circunstancias que le han tocado improvisar a fondo, con la obligación de buscar solución imperiosa al imprevisto.

Será el moderador quien tome la decisión de dar por terminada, antes o después, la improvisación a la vista de la dinámica e implicación de cada participante.

Tiempo de la actividad

30

minutos: 2 minutos por alumno.

**con-
dicio-
nes**



LA CABINA TELEFÓNICA

Más de una vez habréis llamado por teléfono desde una cabina pública y, probablemente, en alguna ocasión habréis sufrido la contrariedad de un corte de línea repentino justo en el momento en que realizabais una llamada urgente o importante.

Reproduzcamos la situación anterior. Trazaremos en la sala un espacio reducido delimitado por sillas, que será para nosotros la cabina telefónica.

Y tomemos las circunstancias siguientes para jugar la situación:

Imagínate empleado en una oficina y con un jefe muy estricto y severo. Esa mañana no te has levantado a tiempo para ir al trabajo y decides no ir, pero antes debes excusarte ante tu jefe. Optas, pues, por llamar por teléfono desde la cabina más próxima, pero sólo dispones de 3 monedas. Se da la circunstancia, por otra parte, que hace tan sólo una semana que le has pedido un anticipo.

Al efectuar la llamada, serás víctima de consecutivos cortes de la línea que se te indicarán por una señal del moderador. Cada vez que haya una interrupción, te verás obligado a echar una nueva moneda y a retomar la conversación allí donde se quedó, tratando de disculparte ante tu jefe, y temiendo que tales incidentes puedan comprometer tu empleo.

Comentarios Pedagógicos

ti-po

Tipo de actividad

El objetivo de este ejercicio es la estimulación del comportamiento unido a una progresión dramática: la necesidad de excusarse ante su jefe, intensificada por los contratiempos que imposibilitan la comunicación.

**con-
dicio-
nes**

Respecto a las condiciones de la actividad

Para marcar las interrupciones deberá emplearse, en este caso, una señal efectiva y rotunda: un golpe seco, una fuerte palmada o un golpe de pandero. La frecuencia de los cortes depende del moderador, pero conviene efectuarlos en función de la reacción del participante.

Así, si el alumno tiene una buena fluidez verbal y su nivel de concentración es óptimo, pueden provocarse los cortes desde el inicio del ejercicio y en el momento más inoportuno. Si, por el contrario, el alumno tiene escasa fluidez verbal y su concentración es irregular, no se le interrumpirá hasta que consiga meterse de lleno en el juego.

Deben señalarse 3 cortes, tantos como monedas el participante deposita para llamar. El corte final obliga al participante al terminar su ejercicio, a tomar conciencia de que sus monedas, también, se han esfumado.

Tiempo de la actividad

Establecer un tiempo aproximado de

3

minutos por jugador.



59

EL BARBERO

La sala se transformará en una peluquería, colocando una silla en el centro.

Dos participantes asumen los papeles de peluquero y cliente. Éstos, a partir de una situación inicial (por ejemplo, el cliente entra en la peluquería y pide cortarse el bigote), irán tejiendo toda una serie de acciones y diálogos, de manera libre y espontánea.

Sin que la acción en desarrollo sea interrumpida, el moderador, en cualquier momento, puede sustituir a alguno de los participantes. Puede sustituir al peluquero por otro peluquero o al cliente por otro cliente.

Para ello, el nuevo participante se dirigirá al compañero que debe sustituir, le invitará a que se retire mediante una señal -unos golpecitos en el hombro- y asumirá su rol.

El nuevo participante retomará el juego en el punto de la acción verbal y física en que su compañero lo dejó, y dará continuidad lógica al tema de la situación con su comportamiento.

No se permitirá que el participante que se incorpora al juego pueda variar la situación sin más. Por el contrario, debe asumir, primero, la que recibe, y encontrar, después, el momento para hacerlo.

Por ejemplo, el cliente saliente discutía con el peluquero de fútbol, mientras le perfilaba el bigote. El cliente entrante continuará esta misma discusión y acción.



• El barbero



**con-
dicio-
nes**

Respecto a las condiciones de la actividad

Dejar un tiempo de 3 ó 4 minutos antes de provocar un nuevo cambio.

Si la fluidez expresiva de uno de los alumnos o de la pareja es buena, puede dejarse que superen el tiempo fijado.

No se permitirán interrupciones en la continuidad de las acciones que realicen ambos personajes.

La risa de los alumnos participantes se origina, a veces, en una falta de concentración para entrar de lleno en la situación. El moderador procurará mantener siempre el control de la clase y, si se produjeran risas, actuará con firmeza y las cortará de raíz.

**alter-
-nati
-vas**

Actividades alternativas

Siguiendo el procedimiento de “improvisación por relevos” indicado más arriba, podemos improvisar entorno a las vicisitudes de:

- a · Una consulta al dentista.
- b · Una sesión de tatuaje.
- c · Un chequeo médico.
- d · Una encuentro con el masajista.

Tiempo de la actividad

40

minutos.

60

ENSAYO DE SEDUCCIÓN

Un/a joven espera a una persona amiga, que llegará de un momento a otro. Está en su habitación y ha decidido seducirla esa misma noche. Dispone la habitación de manera que el ambiente sea lo más íntimo y acogedor posible. Con ese propósito, puede colocar una lámpara cálida junto al sofá, disponer de algunos licores, perfumar la habitación.

Mientras tanto, ensaya los gestos y actitudes que adoptará cuando ella llegue:

«Yo aquí... ella allí... daré dos pasos á la izquierda, me inclinaré sobre el diván... así... comenzaré a acariciarla de esta manera... le diré dulcemente...; con el pie izquierdo, en el momento propicio, apagaré la lámpara de esta manera, la desnudaré...»

Durante el juego, el participante irá planificando su estrategia de seducción, reflexionando sobre la disposición de los objetos, sus actitudes y gestos para con ella, las palabras que empleará, etc.

El jugador irá diciendo en voz alta todo lo que va a hacer y, acto seguido, lo ejecutará.

Así pues, si habla de perfumar la habitación, deberá rociarla con algún spray; si decide, en voz alta, correr las cortinas, procederá a ello de inmediato.

Al cabo de un tiempo, y ante una señal del instructor, creará oír el timbre de la puerta, se tomará unos segundos para ponerse en situación y abrirá. Y pueden suceder dos cosas:

- a · Una visita inesperada.

El seductor deberá improvisar una nueva actitud en relación con el inesperado visitante, sin perder de vista que la visita esperada puede llegar en cualquier momento.

En ningún caso, el seductor debe jugar la sospecha de una visita inesperada. Por el contrario, actuará ilusionado ante las expectativas de un acontecimiento importante para él.



b · La visita esperada.

El visitante esperado deberá sorprender al anfitrión con su comportamiento, superando o frustrando sus expectativas de seducción.



• Ensayo de seducción

Comentarios Pedagógicos

Respecto a las condiciones de la actividad

Se harán grupos de tres: uno será el personaje seductor; otro, la visita inesperada; y un tercero, la visita esperada. El moderador puede sugerir el reparto de funciones o dejar que cada grupo las asigne.

El primero trabajará con sus propias premisas y maneras de hacer. Nuestras indicaciones iniciales nunca deben constreñir su libertad de acción. Éstas sólo deben servir para darle una idea de los aspectos que intervienen para que el participante prepare su propio recibimiento.

El seductor será sorprendido con la llegada de alguien a quien no esperaba. Pueden llegar el padre de la joven, el hermano menor, el portero de la escalera, el vecino de enfrente, el cobrador de la luz, etcétera.

La entrada de la persona amiga daría continuación a la situación creada previamente. Pero, si damos al personaje (hombre o mujer, según quien sea el seductor) algunas directivas del comportamiento, que pueden ir, desde ser asequible a las solicitudes del pretendiente hasta desmontar o frustrar dichas expectativas la improvisación puede ganar en interés.

Se inducirá a que los demás participantes traten de mejorar la propuesta del compañero anterior, siendo lícito expresar y repetir ideas o acciones de aquél para mejorar o enriquecer la propia propuesta de seducción.

condiciones

60

Tiempo de la actividad

minutos.

Al ensayo de seducción participante se concederán aproximadamente 5 minutos por participante.

Los participantes tendrán para cada nueva situación un tiempo que fluctuará entre 5 y 10 minutos. El moderador tendrá, sin embargo, la potestad de darla por concluida cuando lo crea conveniente.



IMPROVISAMOS, INVENTANDO SITUACIONES

Los participantes se dividirán en grupos de 4 ó 5. Cada grupo dispondrá de un tiempo para imaginar y preparar una improvisación, cuestionándose sobre los siguientes datos:

- a · El tema.
- b · El lugar.
- c · Los personajes.
- d · Las circunstancias externas.
- e · Las circunstancias internas de los personajes.
- f · Accesorios.

Ejemplo:

- Tema: El miedo.
- Lugar: un refugio de alta montaña.
- Personajes: Grupo de alpinistas jóvenes.
- Circunstancias externas: Al anochecer, nieva intensa e ininterrumpidamente, incomunicados por la nieve, bajas temperaturas, escasean los alimentos y la leña.
- Circunstancias internas de los personajes: Temen morir congelados, esperanza de ser rescatados, la debilidad y el cansancio se apoderan poco a poco de ellos. Crisis nerviosas y actitudes de entereza. Hay cortes del fluido eléctrico, pueden quedar a oscuras en algún momento.
- Accesorios: Una mesa alargada en el centro de la habitación, sillas, hogar, poca leña, restos de comida, sacos, mantas, etc.

Luego, cada grupo representará el tema que ha escogido y seguirá el esquema elaborado, pero con la voluntad dispuesta a la improvisación.

Comentarios Pedagógicos

Tipo de actividad

Se consideran elementos dramáticos o estructurales:

- a · El tema: A partir de él se desarrolla el argumento o historia.
- b · El lugar: Concierno al espacio de la acción.
- c · Los personajes: Roles y características fisiológicas.
- d · Las circunstancias externas: Abarcan todos los detalles que integran el contexto de la acción.
- e · Las circunstancias internas de los personajes: Se refieren a las estructuras psíquicas y a las motivaciones específicas de cada personaje; sentimientos, emociones, etc.

A partir de estos elementos, el actuante creará una situación.

Respecto a las condiciones de la actividad

Los grupos no tendrán más de 5 jugadores.

Puede también sugerírseles algunos temas y dejar que el resto de los elementos dramáticos sean completados por ellos mismos.

Proponemos, a continuación, algunos temas que podrían elaborar:

- Tiempo libre.
- La locura.
- Transportes.
- La ceguera.
- Diplomas.
- La sordera.
- Matrimonio.
- Los curas.

Actividades alternativas

Si se desea continuar durante algunas sesiones más este trabajo, facilitamos, acto seguido, algunos elementos estructurales para improvisaciones:

ti-po

con-
dicio-
nes

alter-
nati-
vas



- Lugar: El mercado.
Personajes: 2 clientes, 2 vendedores, 1 turista.
Circunstancias de los personajes: El turista desconoce el idioma.
- Tema: El aburrimiento.
Lugar: Una casa en las afueras de la ciudad.
Personajes: 2 parejas jóvenes.
Circunstancias externas: invierno, de noche.
Circunstancias internas: Llevan un año viviendo juntos.
Trabajan 8 horas diarias. Problemas económicos.
Sentimiento de frustración en uno de ellos.
- Lugar: Consulta del médico.
Circunstancias externas: El médico no llega. Es verano.
Circunstancias internas: Cada uno tiene una enfermedad diferente.
Accesorios: Habitación sin ventanas, sillas, etc.
- Lugar: Un hospital.
Tema: La operación.
Personajes: 1 ó 2 médicos, enfermero, anestesista, paciente, familiar del paciente.
Circunstancias externas: El equipo médico se apresta a intervenir quirúrgicamente a un paciente bajo la mirada atenta de un familiar.
Accesorios: Camilla e instrumental quirúrgico imaginario.

Tiempo de la actividad

30

a

45

minutos.

El tiempo de elaboración será de 10 a 15 minutos.

Las improvisaciones durarán de 10 a 15 minutos.



● Improvisamos, inventando situaciones



CRISIS EN UNA REUNIÓN

Seis o siete personajes se encuentran reunidos con ocasión de la boda de uno de ellos, e inician una animada charla en torno a las circunstancias que en ella intervinieron: el vestido de la novia, la distinción de los individuos, las anécdotas de la ceremonia, etc.

La conversación se desenvuelve de una manera cordial y respetuosa, siempre dentro de las reglas sociales de la amabilidad y la cortesía. Sin embargo, dicha conversación se verá interrumpida por ciertos acontecimientos insólitos o crisis que a cada uno de los personajes le sobrevendrá por turno, y que alterarán el ambiente cordial de la reunión. Una vez que las crisis respectivas se hayan superado, la normalidad retornará al ambiente cordial, como si nada hubiese sucedido.

El desarrollo del ejercicio discurrirá como sigue:

- 1 · Se formarán grupos de 6 ó 7 participantes y se distribuirá el papel que cada uno de ellos deberá desempeñar. No hay inconveniente en dejar que, por iniciativa propia, ellos mismos se agrupen y se repartan los roles.
- 2 · A continuación, el moderador indicará a cada uno de los participantes, por separado, el tipo de crisis y el número de participación que le ha tocado.
- 3 · Para prevenir que el participante no caiga en el error de manifestar la crisis por medio de un comportamiento estereotipado que no permita el desarrollo de su resolución, es preciso explicar antes de empezar, que cada una de las crisis necesita además de un inicio, un punto álgido y una vuelta paulatina a la normalidad.

Ejemplo:

La amiga de la novia comienza paulatinamente a ponerse nerviosa, sobreviniéndole una inquietud o pavor desconocido. Al principio, produce un desconcierto general. Los invitados tratarán de tranquilizarla, proporcionándole un calmante que la serenará, retornando la conversación a su cauce normal.

4 · Sin más pormenores, comienza la improvisación, dejándoles dos o tres minutos antes de dar la señal de la primera crisis, de manera que puedan entrar y consolidar la situación.

Conviene dejar que ellos mismos encuentren la dinámica de la improvisación, pero debe cuidarse de que en las manifestaciones críticas no se ríen, y guarden la sensatez apropiada a la situación.

El moderador indicará por la señal de un timbre el inicio de cada una de las crisis.

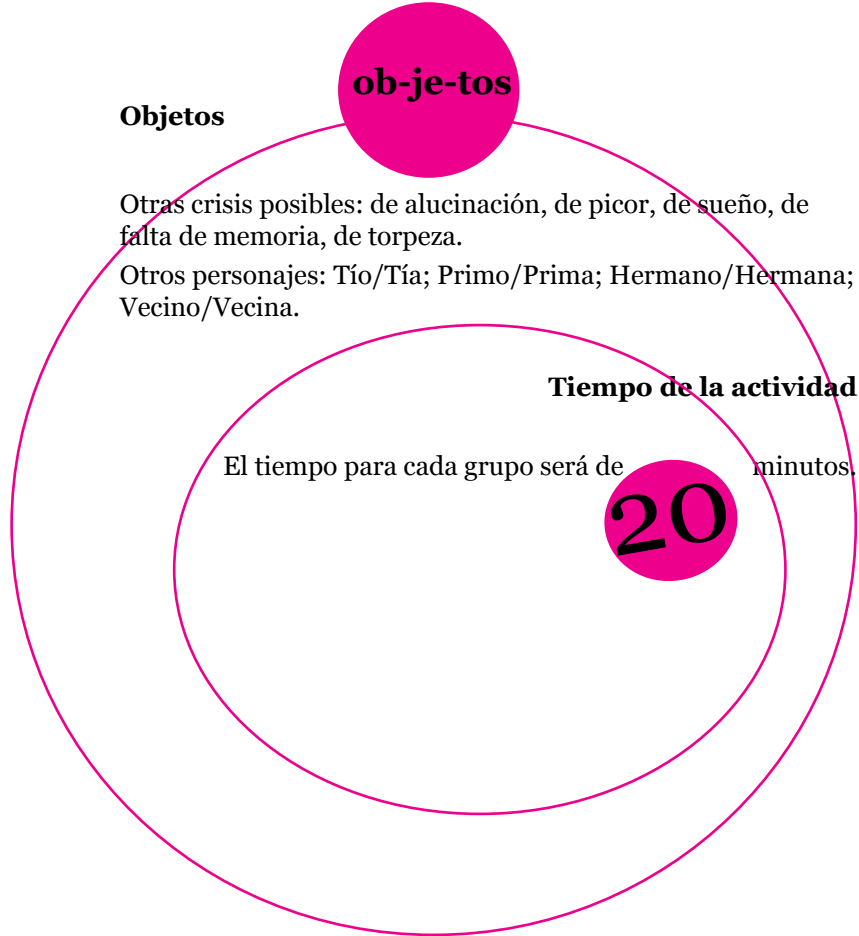
Conviene esperar al menos dos o tres minutos como mínimo para señalar el comienzo de la siguiente.

El orden discurrirá de este modo:

- 1ª. La madre: crisis de llanto.
- 2ª. El padre: crisis de rabia.
- 3ª. El novio: crisis de celos.
- 4ª. La novia: crisis de miedo.
- 5ª. El amigo del novio: crisis de risa.
- 6ª. La amiga de la novia: crisis de nerviosismo.
- 7ª. La hermana de la novia: deseo imperioso de bailar.



Comentarios Pedagógicos



ob-je-tos

Objetos

Otras crisis posibles: de alucinación, de picor, de sueño, de falta de memoria, de torpeza.

Otros personajes: Tío/Tía; Primo/Prima; Hermano/Hermana; Vecino/Vecina.

Tiempo de la actividad

El tiempo para cada grupo será de minutos.

20

Juan celebra una fiesta en su casa.

Durante la mañana ha estado llamando por teléfono a sus amigos, invitándoles a venir esa noche a su casa. Algunos le han confirmado su asistencia, como Enrique, Ana y Beatriz.

Juan tiene la función de velar por el éxito de la reunión, mostrándose simpático y cuidando que la animación no decaiga.

Ana, ex-novia de Juan, siente ahora atracción por Enrique, pero sabe que éste pretende a Beatriz. Su intención es conquistarlo, a pesar de Beatriz.

Enrique pretende a Beatriz y cree que tiene posibilidades con ella. Sospecha de las intenciones de Ana, y le molesta.

Beatriz es amable con todos y no se siente ligada a nadie. Sabe las intenciones de Enrique, y le gusta provocarlo y divertirse con él.

Los cuatro participantes deberán jugar su objetivo de personaje a fondo, lo que significa aprovechar cualquier situación para desplegar, poco a poco, sus respectivas estrategias. En el proceso, los personajes se impondrán unos sobre otros, se entablarán conflictos, discusiones, pero, ante todo, el sentido de la improvisación es la fiesta, los personajes no deben olvidarse de ello.

A modo de ejemplo, he aquí una breve lista de algunas situaciones que pueden producirse entre los personajes:

- Beatriz se divierte dando esperanzas a Enrique y levantando los celos de Ana.
- Enrique no sospecha de las intenciones de Beatriz y se siente correspondido.
- Ana despliega sus mejores armas de seducción para no perder su oportunidad, Enrique se muestra esquivo con ella.
- Juan sospecha del nudo amoroso e intenta arbitrar la situación y que el espíritu de la fiesta no decaiga.



Comentarios Pedagógicos

Respecto a las condiciones de la actividad

Los objetivos básicos de los personajes son:

Juan: Velar por el éxito de la reunión.

Ana: Conquistar a Enrique.

Enrique: Atraerse a Beatriz.

Beatriz: Pasarla bien con todos y divertirse con Enrique.

El esquema de relaciones será común para todos grupos y similar al propuesto. Estará en función del número de participantes que haya de cada sexo. Lo importante es que dicho esquema sea un entramado recíproco de relaciones y objetivos, en el cual quedan implicados los personajes.

Se necesitarán algunos elementos accesorios, como mesas y sillas, reproductor de música, vasos, botellas, etc.

Para que haya fluidez en los diálogos los participantes no deben forzar la búsqueda de su objetivo. Por el contrario, deben tratar de encontrar, atentos, la oportunidad para desplegar sus estrategias.

Es normal que el esquema relacional inicial se pueda modificar en el transcurso de la improvisación. Téngase en cuenta que las situaciones van desarrollándose espontáneamente en función de las respectivas estrategias y giros que éstas puedan tomar, siempre con el fin de conseguir el objetivo propuesto.

Situaciones alternativas

1 · La fiesta de la comunidad de vecinos. (el presidente de la escalera, la joven estudiante, el inmigrante norteafricano, el inquilino más veterano, la peluquera, etc.)

**condi-
cio-
nes**

**alter-
-nati-
-vas**

2 · La fiesta con los compañeros del trabajo (la jefa de diseño, el encargado de suministros, el empleado de oficina, la conserje de la fabrica, el vendedor del concesionario, etc.)

3 · La fiesta con los antiguos compañeros de la escuela (la ex-novia de adolescencia, escritora de cuentos infantiles; el más estudioso de la clase, controlador aéreo; la más guapa de la clase, activista social; el más deportista, cocinero; el más simpático de la clase, diseñador de coches de carreras, etc.)

En cada una de estas situaciones, tienen que definirse antes de empezar los roles, estatus y objetivos de sus participantes.

Tiempo de actividad

De

45

60

minutos.

Cada grupo tendrá 5 minutos para reflexionar, y 10 ó 15 minutos para actuar.



EL VENDEDOR Y EL CLIENTE ⁴

Ciertamente, no siempre es fácil para un vendedor hacer valer su ingenio y habilidad con el fin de colocarle a su cliente un producto. A su vez, el cliente no siempre estará dispuesto a comprar todo lo que se le ofrezca, ni tendrá interés en adquirir algo a lo que no le vea una utilidad inmediata.

Dispongámonos a representar esta situación común y cotidiana. El vendedor desea vender un producto a su cliente y se las ingeniará por todos los medios a su alcance para conseguirlo, desarrollando al efecto tácticas y habilidades propias del oficio.

Ejemplo:

- Adoptar una máscara de simpatía.
- Ser amable y despertar la confianza del cliente.
- Saber moverse con cautela hacia su objetivo.
- Tener conocimiento de las características y utilidades del producto.
- Ser convincente.
- Disponer de argumentos para todo.
- Saber hacer propaganda de los fabricantes o casa distribuidora.
- Convencer de lo asequible del precio del producto y de sus ventajas.

El cliente, por su parte, intentará no dejarse embaucar, argumentando inconvenientes y oponiendo todo tipo de observaciones negativas sobre las supuestas ventajas y cualidades del producto.

Se parte del supuesto de que el cliente está interesado y en condiciones materiales de comprar, pero no está decidido a dejarse vender cualquier cosa y a cualquier precio.

El objetivo del vendedor es colocar el producto; el del cliente, sopesar las ventajas y desventajas del producto, al tiempo que regatea el precio.

⁴ Este ejercicio fue diseñado por el Equipo Coda como actividad de simulación para programas de autogestión y autoocupación de vendedores.

Comentarios Pedagógicos

condiciones

Respecto a las condiciones de la actividad

Preparación:

Días antes de llevar a cabo la actividad, con suficiente antelación, el moderador distribuirá los roles, designará el artículo a vender y asignará un tiempo para que se preparen y reflexionen sobre las características del producto y sobre la estrategia a seguir por el vendedor con su compañero (véase el ejercicio “Abordando a un personaje”. Fases de una estrategia.)

Los participantes dispondrán, por tanto, de un período suficiente para recabar la información necesaria del artículo (catálogos, prospectos). Conviene indicar de que tanto el vendedor como el comprador recabe la misma información, de manera de que estén en condiciones parecidas para evaluar sus capacidades. El comprador tendría que informarse sobre el artículo que se le quiere vender, y al mismo tiempo de otros artículos similares. El vendedor debería estar bien informado sobre su artículo, y con un conocimiento suficiente de los competidores. Es aconsejable que se comparen las prestaciones y el precio de al menos dos productos similares del mismo artículo.

Ejecución:

Debe cuidarse que las argumentaciones discurrirán dentro de la lógica y la coherencia que define la misma naturaleza del juego previsto. Así, si se prevé vender un vehículo aeroespacial, se entra en la lógica imaginaria.

Puede hacerse que los participantes actúen como jurados, y que sean ellos quienes decidan, al final, si el cliente compra o no, indicando con ello al ganador. Si deciden que el cliente compra, éste será el ganador.



Objetos

Puede hacerse algunas de las siguientes sugerencias temáticas:

- Vender un coche.
- Vender un chalet o apartamento en la playa.
- Vender un aparato electrodoméstico.
- Vender un aparato de TV.
- Vender una loción milagrosa para las arrugas, la caída del cabello, etc.

ob-je-tos

80

Tiempo de la actividad

minutos.

Dejar un tiempo de 10 minutos para cada pareja, pudiendo excederlo, como siempre, si la dinámica de la improvisación es buena.



65

EL DISCURSO (I)

Vamos a proponeros una serie de situaciones humorísticas, articuladas a partir de una situación de base: Dar un discurso.

● **La pulga** ● Uno de los participantes, con vistas al público, improvisará un discurso que versará sobre las cualidades, propiedades y ventajas de un nuevo producto contra las pulgas. Antes de iniciarlo, el moderador dejará un tiempo mínimo al participante para reflexionar y preparar el tema del discurso.

Por ejemplo: Se trata de un producto insecticida contra toda suerte de bichos y pulgas. Su composición química hace del producto uno de los más avanzados del mercado y, sin duda, revolucionará el mercado de los insecticidas.

En todo momento, el participante hablará con convicción del producto que exhibe y presenta. De pronto, notará un extraño pero fugaz picor en una zona del cuerpo, que tratará de aliviar rascándose suavemente, al tiempo que continúa su discurso sin interrupción.

El picor no será permanente, sino que aparecerá de vez en cuando en medio del discurso pero, eso sí, intensificándose y haciéndose cada vez más frecuente y molesto. El participante sentirá el picor de una pulga saltarina que recorrerá vorazmente algunas partes del cuerpo, siguiendo un itinerario imaginario. Por ejemplo, la cabeza, el cuello, el brazo derecho, la mano derecha, etc.

● **El vuelo de una mosca** ● En esta ocasión, el orador improvisa un discurso sobre la distracción de los niños pequeños. En concreto sobre la condición ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) en los niños menores de siete años. Los síntomas de la condición ADHD son: hiperactividad, impulsividad y distracción. Los niños que sufren esta condición generalmente tienen mucha dificultad en estar quietos y tranquilos, son muy olvidadizos, actúan sin pensar, sin parar de hablar, cambian de interés con frecuencia, se aburren fácilmente, etc.

Pues bien, de vez en cuando el orador parecerá simpatizar con su discurso y perderá el hilo del discurso, al quedarse alelado en la contemplación, por ejemplo, del vuelo de una mosca, para retomarlo después en el punto donde lo dejó, con la mayor naturalidad y como si nada hubiese sucedido.



Respecto a las condiciones de la actividad

A fin de facilitar la dinámica del ejercicio, se distribuirán equitativamente las dos situaciones planteadas entre los participantes. Por ejemplo, la mitad prepararán “La Pulga” y la otra mitad, “La distracción”.

Es bueno disponer de algunas fichas de información sobre los temas de los discursos, que ayuden a estimular a los oradores. No obstante, no conviene entrar en detalles, aunque los pidan. Los márgenes de la improvisación han de ser amplios y abiertos.

Las siguientes indicaciones del moderador ayudarán a los participantes a situar mejor las circunstancias del ejercicio:

En el primer caso, les indicará que imaginen un itinerario. Y no estará de más comentarles que los picores serán fugaces, pero cada vez más intensos.

En el segundo, les pedirá que piensen y seleccionen a voluntad diversos tipos de distracciones y las incorporen durante la improvisación. Por ejemplo, el vuelo de una mosca, unas voces que se escuchan intermitentemente, alguien que se levanta sorpresivamente de su butaca, una gotera que puntualmente moja sus papeles, etc.)

Antes de iniciar los discursos, se dejará un tiempo de 5 minutos para que todos los participantes reflexionen y preparen su discurso.

En sus intervenciones no importa demasiado la lógica del discurso, aunque el participante deberá tender a exponer el tema que trata.

60

Tiempo de la actividad

minutos.

El discurso no debe durar, en ningún caso, más de 4 ó 5 minutos.

EL DISCURSO (II)

Vamos a continuar ahora la serie de actuaciones de humor articuladas en torno a una situación única dada: Un discurso.

En todas ellas, hay que tratar de construir un discurso coherente dirigido a un auditorio determinado. Para ello, antes de empezar su discurso, el orador seleccionará el tema y el público a quien se dirige.

El tema del discurso será, en todos los casos, libre y el participante dispondrá de unos minutos para reflexionar sobre él.

● **El micrófono** ● El orador improvisa un discurso sobre cualquier tema. En medio del discurso, el micrófono se desliza obligando al orador a interrumpirlo y ajustarse de nuevo el micrófono.

El orador tratará de disimular el incidente en todo momento, reiniciando sus palabras como si nada sucediera. Progresivamente, el orador irá perdiendo la paciencia ante las reiteradas caídas del micro.

● **El tiro** ● Un orador de amplia sonrisa dirigirá su discurso al auditorio. El tema sobre el que versará será totalmente libre. Cuando más entusiasmado esté, recibirá un tiro por la espalda. El orador, sin cortar sus palabras ni modificar su sonrisa, irá desfalleciendo poco a poco hasta morir, pero conservando la sonrisa mezclada con el rictus de dolor.

El dolor va transformando progresivamente la sonrisa que se dibuja en los labios del orador en una mueca tragicómica. Debe insistirse en que conserven la sonrisa así como la coherencia del discurso hasta el total desfallecimiento. La señal del tiro se dará con un golpe fuerte y seco que se asemeje a un disparo.

● **La cola** ● Un orador fogoso -el típico agitador- dirige su perorata con amplios y desmesurados ademanes. En un determinado momento, da un golpe sobre la mesa y su mano queda pegada en cola. Éste procura disimular, sin interrumpir su discurso, para no quedar en ridículo, al tiempo que trata de despegarla; pero lo único que consigue es que se le pegue la otra mano.

A medida que se alarga el discurso, el problema se acentuará. Es posible que al orador se le peguen progresivamente las manos, los antebrazos, incluso otras partes del cuerpo en su afán por desprenderse y liberarse de la actitud corporal adoptada fortuitamente por la adherencia.



Comentarios Pedagógicos

Tipo de actividad Objetivos

ti-po

Obje
tivos

- Ejercitar la alternancia en situaciones paralelas.
- Ejercitar la multiplicidad de objetivos.

Respecto a las condiciones de la actividad

Convendría, previamente, que los actantes practicaran imaginariamente el hecho imprevisto: la caída del micrófono, el desfallecimiento o similar, la adherencia a un objeto pegajoso. En este último caso, además, conviene explicarles que la parte o partes del cuerpo pegadas deben estar fijas sobre la mesa o silla y relajada, mientras que el resto del cuerpo es el que hace el esfuerzo de despegarse.

Para el micrófono tal vez sería interesante disponer de uno real y explorar todas sus posibilidades.

Como en la sesión anterior, no importa demasiado la lógica del discurso, si bien el participante debe tender a construir un tipo de discurso coherente y con sentido.

60

Tiempo de la actividad

minutos.

Como en la sesión anterior dedicada al discurso, se dejará 5 minutos para reflexionar y 4 minutos para cada actuación.



ESTRUCTURAS NARRATIVAS

Para terminar, las actividades que a continuación proponemos, exploran la capacidad narrativa y la organización estratégica para comunicar con sinceridad, sucesos vividos directa o indirectamente, y con credibilidad, sucesos inventados. Así mismo se proporciona al grupo una actividad narrativa compleja de representación.



CÍRCULO DE SINCERIDAD

Cuando en la vida corriente sentimos la necesidad de expresarnos, no dudamos en hacerlo libremente con nuestros amigos.

Ahora bien, todos hemos vividos alguna ocasión en la que no nos hemos atrevido a manifestar lo que pensamos o a confesar algún suceso personal y privado; y si, por alguna razón, nos sentimos obligados, lo haremos con reticencia y ocultando parte de la verdad.

Veamos que ocurre al compartir recíprocamente con los compañeros algunos de estos momentos o secretos.

a · Dispuestos en círculo y sentados en el suelo, los participantes recordarán en silencio algunas de las experiencias personales que cuestan revelar.

Puede tratarse de un problema, un percance, una ilusión pasada, una humillación recibida, una ambición secreta, etc.

Debemos animarles a que seleccionen aquellos recuerdos que les provocan todavía un cierto pudor o inhibición.

b · Realizada la evocación y precisión del suceso a narrar, los participantes, de izquierda a derecha, se dispondrán a compartir con el máximo de sinceridad el suceso de su elección.

c · El ejercicio se puede volver a repetir en una nueva sesión. Pero antes de comenzar, cada participante invitará a uno de sus compañeros como su confidente.

Cuando sea su turno, el confidente se levantará y colocará en el centro, muy próximo y frente a su compañero.

Aquel se dirigirá a él tomándolo como la única persona a quien revelará su secreto.

Los demás escucharán en silencio la confesión o revelación.

Al seleccionar el recuerdo, es conveniente, también, pensar en la estrategia que seguiremos para revelar los episodios que lo constituyen. Es decir, ¿de qué modo introduciremos el tema?, ¿qué actitud podemos tomar que nos permita expresarnos con mayor soltura?, ¿cómo podemos encontrar la manera de revelar lo que nos es difícil expresar?

Comentarios Pedagógicos

**alter
-nati
-vas**

Actividad alternativa

Un nuevo ejercicio o variante, consistiría en que los participantes designados para contar una historia cuenten con dos opciones:

- 1 · Contar una historia verdadera (vivida por otra persona muy próxima) y contarla como propia.
- 2 · Contar una historia falsa (inventada o vivida en la ficción literaria o audiovisual) y contarla, así mismo, como propia.

Si opta por contar una historia falsa, tendrá que esforzarse por simular la autenticidad de la misma.

La historia contada, en los dos casos, puede estar dirigida a todos los alumnos o a uno en particular.

El resto de los alumnos deducirá si la historia es verdadera o falsa.

Tiempo de la actividad

45 a **60** minutos.

Dejaremos unos 10 minutos para la preparación que se realizará en silencio.

Cada participante dispondrá de 5 minutos para intervenir.



Ante un mismo hecho (un hombre agonizando, por ejemplo), pueden darse tantas situaciones o perspectivas como diferentes son los grados de relación o de intereses de cada persona con el fallecido: el médico -perspectiva científica-, un periodista -interesado en el suceso por razones diferentes-, un vecino -cierto grado de relación afectiva- y la esposa -transida de dolor. Naturalmente, nuestro relato de los hechos varía por completo en función de la perspectiva adoptada, aunque el suceso sea el mismo para todos.

Pongamos, pues, que sucede un accidente. El suceso puede relatarse al menos desde tres perspectivas diferentes:

a ● Como **sujeto o protagonista** del suceso (narración subjetiva).

Nos impresiona sobremanera y lo vivimos en carne propia. Nuestra descripción será absolutamente personal y subjetiva en donde el componente emotivo predomina y marca de forma ostensible el uso que hacemos de la lengua.

b ● Como **testigo u observador** del suceso (narración más objetiva).

Nuestra explicación será algo más objetiva y distanciada, aunque siempre desde la perspectiva personal del observador.

c ● Como **informador o testigo no presencial** del suceso (narración sumarial, máximo distanciamiento).

Narramos un acontecimiento del cual no hemos sido siquiera testigos presenciales, pero que conocemos a través de la lectura o el relato de una tercera persona, quizá testigo presencial de lo acaecido. En tal caso, nuestro grado de distanciamiento será máximo.

El juego se iniciará con la explicación de un accidente real, presenciado o padecido por alguno de los participantes. Luego, se formarán grupos de tres participantes, que tomarán como punto de partida la explicación primera, o mejor, otra narración de un suceso vivido por alguno de los tres.

Una vez escogido y narrado el suceso desde la perspectiva a) -sujeto protagonista-, los dos restantes relatarán la misma historia, adoptando la perspectiva b) -testigo observador-, y el otro la perspectiva c) -informador no presencial.

Comentarios Pedagógicos

condiciones

Respecto a las condiciones de la actividad

● Primera fase:

El juego puede iniciarlo el mismo moderador, contando un accidente personal o, mejor, intentando que uno de los participantes lo haga. Se verá así con más claridad la primera perspectiva. Esta demostración servirá para sensibilizar al resto de los participantes, estimulando su memoria emotiva.

Segunda fase:

Después se formarán grupos de 3 participantes y prepararán la narración. Puede pedirse que comience a relatar la acción en cada trío aquel que haya pasado por una experiencia algo traumática, o dejar que sean ellos quienes lo decidan.

Tercera fase:

Por último, varios tríos presentarán oralmente y ante los demás las tres perspectivas del mismo hecho.

● Características de los tipos de narradores:

Profundizando en las características de cada narrador según su perspectiva o punto de vista de un suceso podríamos añadir:

a ● **Sujeto o protagonista** (familiar, en el caso de «El accidente»)

- Emotivamente identificado.
- Testigo presencial.
- Visión del acontecimiento subjetivo.
- Intención al narrar: Descripción dramática.



b · **Testigo u observador** (Hombre de la calle, en «El accidente»).

- Emotivamente distanciado.
- Testigo presencial.
- Su visión del acontecimiento es más objetiva y veraz.
- Intención al narrar: Narrativa.

c · **Informador o testigo no presencial** (Policía, en el caso de «El accidente»).

- Emotivamente distanciado hasta la indiferencia.
- Testigo no presencial.
- Versión objetiva restringida y deshumanizada, descripción sumarial.
- Intención al narrar: informativa, o relato distanciado.

Las diferencias de narración responden, pues, a tres grados de identificación con el hecho explicado.

Tiempo de la actividad

60

minutos.

El moderador dedicará para la introducción del primer relato unos 10 minutos.

Los grupos dispondrán de unos 5 ó 10 minutos para que preparen la narración.

El tiempo máximo de presentación para cada grupo será de 9 minutos, que se distribuirán en tres partes de 3 minutos, una para cada miembro del trío.

69

IMPROVISACIONES NARRATIVAS

En estas improvisaciones, a diferencia de las realizadas con anterioridad, trataremos de desarrollar una idea o tema por secuencias.

Cualquier tema es válido si da pie a una historia susceptible de ser representada en lugares y tiempos distintos. Por ejemplo: el asalto a un banco, una historia de amor...

Para la preparación de la improvisación, han de tenerse en cuenta los siguientes extremos:

a ● **El guión.** Ante todo, se establecerá el esquema básico de la historia, un guión que nos facilitará las pautas a seguir en la improvisación.

Por ejemplo: Tema: Asalto a un banco.

«Dos delincuentes se encuentran en un café situado frente al banco en cuestión.

Mientras discuten y preparan el plan, vigilan los movimientos que se suceden frente al banco. Luego, se dirigen en moto a una cita. En una plaza hablan con el confidente le interrogan y se ponen de acuerdo en el precio por toda la información recibida. Ya en casa, acaban los preparativos y deciden la fecha para dar el golpe, etc.»

b ● **Lugares de acción.** Pueden ser muy diversos. En el ejemplo anterior, destacamos: el café, una moto, una plaza, una casa, etc. Otras posibilidades serían: la escalera o ascensor del edificio, los sótanos del banco, un avión, un país extranjero, un barco, un supermercado, etc.

Los lugares se darán a entender con algunos muebles o accesorios (sillas, mesas...) y se distribuirán estratégicamente por toda la sala. Así, una silla puede estar revestida de significados tales como un helicóptero, una moto, un coche, un primer piso, la cima de una montaña, una fortaleza, la ventanilla de una agencia bancaria, etc. El resto de accesorios u objetos utilizados pueden ser imaginarios y definidos mímicamente.

c ● **Funciones de los personajes.** El grupo estará formado por unos 6 ó 7 participantes que se dividirán en los siguientes grupos:



Dos protagonistas

- 1 · Su función será la de llevar a término la historia que se narra, poniéndola en acción.
- 2 · Los protagonistas son personajes permanentes que, en ningún momento, asumen otro rol o papel.
- 3 · Concebirán el guión de la historia y los lugares de acción, partiendo de un tema libre o sugerido por el moderador, prohibiéndoseles darlo a conocer al resto de los participantes.
- 4 · En el curso de la improvisación, irán revelando sus planes, proyectos u objetivos en voz alta y en el momento que vayan a ejecutar la acción. Por ejemplo: «Ahora iremos a...», «Preguntemos por...», «Acércate a...», «Cogeremos la avioneta para...». De este modo, permitirán que el resto de los participantes suplentes en el juego (ayudantes, oponentes y extras) puedan ir conociendo el desarrollo de la acción y, en su caso, planificando una estrategia que impida o ayude al propósito de los protagonistas.
- 5 · Tienen libertad para dialogar entre ellos o con el resto de los participantes. En cambio, no se dará el caso de que los participantes suplentes (ayudantes, oponentes y extras) hablen entre ellos, pues éstos operan dentro de las situaciones creadas por los protagonistas, que son quienes llevan adelante la historia.

Un ayudante

- 1 · Su función es la de favorecer los objetivos de los protagonistas.
- 2 · Desempeñarán roles diferentes, pero siempre serán los protagonistas quienes crearán la necesidad de su intervención. Por ejemplo, cuando alguno de éstos diga: «Necesitamos a Pepe, el especialista en cajas fuertes», el ayudante encamará, de inmediato, a Pepe, integrándose en la situación.
- 3 · Sólo podrá desempeñar un rol para cada situación, manteniéndolo hasta que se produzca un cambio en el lugar de acción. En ese caso, esperará a ser requerido de nuevo por los protagonistas, para encarnar a un nuevo personaje.

Dos oponentes

- 1 · Tienen la función de crear dificultades, obstaculizando y desbaratando la estrategia de los protagonistas.

- 2 · Son personajes que no guardan ninguna relación entre sí y, en consecuencia, siempre deben actuar independientemente.
- 3 · Adoptarán diversos roles. A diferencia del ayudante, podrán intervenir, cada uno por su cuenta, en cualquier momento que crean conveniente y por iniciativa propia.
- 4 · Únicamente desempeñarán un rol en cada lugar de acción.
- 5 · Su intervención deberá ser oportuna y justificada por la situación, nunca gratuita o por el sólo afán de entorpecer. Por ejemplo, si los protagonistas hablan en el café de sus planes, no podrán detenerlos interpretando el papel de policías, pues concluiría la historia. Ahora bien, si los protagonistas deciden bajar por una alcantarilla, podrían adoptar el papel de personal de servicio de agua potable y cerrar la compuerta de la alcantarilla; en este caso, entorpecen una posible huida hacia el exterior de los protagonistas, obligándoles a adoptar otras medidas. Entre los oponentes puede haber, según el tema escogido: policías, detectives, porteros, guardas, ladrones rivales, etc.

Extras

- 1 · Serán uno o dos participantes.
- 2 · Desempeñarán funciones concretas de trabajo o de servicios, según el lugar de acción. Su función es, pues, al contrario que la de los oponentes, neutral.
- 3 · Sus intervenciones vendrán marcadas según las necesidades de cada situación.
- 4 · Actuarán por iniciativa propia y siguiendo la lógica de la acción. Si el lugar es un café, podrán hacer de mozo, encargado, chica del bar, etc. Si es en el Banco, serán empleados, cajero, director, etc.

Todos los personajes suplentes (opponentes, ayudantes y extras) seguirán atentos todos los detalles y circunstancias del desarrollo de la historia, y deberán identificarse siempre que intervengan y al entrar en escena, revelando su profesión u ocupación de forma verbal. Por ejemplo: «Soy el especialista en cajas fuertes», «Soy el empleado de servicio de aguas», «Soy el administrador del Banco», etc.



Comentarios Pedagógicos

ti-po

Objetivos

Tipo de actividad Objetivos

- La práctica en grupo de contar una historia de manera serial.
 - Puesta a prueba de la imaginación y habilidad del alumno para encontrar soluciones a situaciones difíciles y comprometidas.
- Evaluación: Prestar atención a la fluidez imaginativa, al sentido de la oportunidad y a la capacidad de resolver problemas.

condiciones

Respecto a las condiciones de la actividad

Se formarán grupos de 6 ó 7 participantes. Deben tomarse en consideración los siguientes aspectos:

Preparación

- Elegir a los protagonistas de cada grupo con unos días de anticipación, de manera que puedan reflexionar sobre las siguientes cuestiones:
 - El tema de la historia.
 - El guión o esquema básico de la historia.
 - Los lugares o espacios de acción.
- Escoger algunos muebles y accesorios para mejor definir los lugares de acción y ponerlos a disposición de los protagonistas.

Ejecución

- Cuidar de que los protagonistas prevengan al resto de los participantes de la acción que van a realizar, de modo que éstos puedan reaccionar.

ob-je-tos

- La palabra sólo será utilizada por los protagonistas para hablar entre ellos y para comunicarse con el resto de los participantes. Se evitará que sea utilizada entre los suplentes, si no es para comunicarse con los protagonistas.
- Los oponentes, protagonistas y ayudantes no pueden eliminarse físicamente. Sólo los extras pueden ser víctimas mortales en una situación violenta y, así, ser excluidos del juego.
- Los participantes que intervienen como extras en un grupo, pueden volver a participar como protagonistas, ayudantes u opositores en otro grupo. Por el contrario, consideramos que estos tres últimos ya han tenido oportunidad de actuar lo suficiente.
- El moderador tendrá la potestad de desautorizar las intervenciones incorrectas o antirreglamentarias con una suave señal de silbato.

Objetos

Si así se considera oportuno, el tema puede proponerlo el propio moderador. He aquí algunas ideas:

- Asalto a una diligencia.
- Rescatar a un indio de los españoles.
- Liberación de un compinche preso en la oficina del sheriff.
- Sustracción de la fórmula mágica del laboratorio de Frankenstein.
- Rapto de la chica de tus sueños.
- Descubrimiento del tesoro oculto en el centro de la pirámide.

Tiempo de la actividad

60

minutos.

Cada grupo dispondrá de 15 a 20 minutos.



LOS AUTORES



ricard boluda

fausto carrillo



Ricard Boluda Martín es jefe de Estudios Profesionales. Profesor de interpretación, prácticas escénicas, expresión y comunicación y teoría de las artes escénicas del Ciclo Formativo de Grado Superior. Profesor de interpretación en el curso de especialización “Actuar per a cine y tv”. Creador del Sistema Coda de interpretación y especialista en coaching formativo personalizado. Especialista en aplicación de técnicas teatrales en el ámbito de las organizaciones.

Licenciado en Filosofía y Letras por la UAB (1993) y en Arte Dramático en la especialidad de Interpretación por el Instituto de Teatro de Barcelona (1982). DEA en “Artes escénicas” por la Universidad Autónoma de Barcelona – Instituto del Teatro, obteniendo la máxima calificación por su trabajo “Historia, temática y poética de los monólogos de Pepe Rubianes. Trilogía inicial (1983-1987), un análisis de los mecanismos creadores del actor-narrador” (2003).

Estudioso de las artes escénicas contemporáneas, especialmente en el ámbito de la actuación y formación del actor.

En su formación dramática ha tenido como profesores a Ricard Salvat, Marco de Marinis, Fausto Carrillo, Feliu Formosa, Jean-Pierre Sarrazac o Jaume Mascaró.

Ha sido profesor de Prácticas de Interpretación, en la especialidad de Interpretación, y de Estética, en las especialidades de Dirección escénica y Escenografía, de la ESAD del Instituto del Teatro. En la actualidad imparte, en esta misma institución, clases de Historia General de las Artes del Espectáculo.

Desde 1995 es responsable de la actividad escénica, teórica y editorial del Espai de Teatre del Vicerrectorado de Actividades Culturales de la Universidad de Lleida, donde ha impartido cursos de Estética Teatral del siglo XX. Creador y director, desde el año 2000 del Seminario Procesos de Creación en las Artes Escénicas en la UdL.

Creador conjuntamente con Fausto Carrillo (Instituto del Teatro) del **Sistema Coda de formación actoral**, conjunto de procedimientos metodológicos de aplicación al plan de Estudios Profesionales del Centro de Formación y Creación Escénica, El Timbal. (<http://www.nuvol.com/entrevistes/ricard-boluda-no-podem-dissociar-el-treball-intern-i-extern-de-lactor/>)

Ha sido coautor del manual “Creatividad Teatral” (Alhambra, 1986; Longman, 1995, en preparación tercera y nueva edición actualizada para Naque Editorial), considerada una de las primeras publicaciones en nuestro país sobre pedagogía teatral en el medio educativo.

Actor y director, ha dirigido los montajes siguientes: “Mercedes”, de Thomas Brasch; “El paso del Niágara”, de Alonso Alegría; “Don Juan”, de Molière-Bertolt Brecht; “Savage / Love”, de Sam Shepard; “Mientras agoniza (As I lay dying)”, de William Faulkner, y “Diderot y el huevo oscuro”, de Hans Magnus Enzensberger.

Como intérprete ha participado con el Centro Dramático de la Generalitat en el espectáculo “El vino más ardiente” de Miguel María Gisbert; con el Centro Dramático del Vallés en el espectáculo “El cántaro roto” de Heinrich Von Kleist; con el Globus de Terrassa en el espectáculo “La boda de los pequeños burgueses” (primer dramático en TV3); con el Teatre Estable de Lleida en el montaje de “Ricardo III” de William Shakespeare, dirigido por Xavier Albertí; con la compañía Interval Teatro en los espectáculos “Luv” de Murray Schisgal; “La mosqueta” de Ruzante; “Los dos gemelos venecianos” de Carlo Goldoni y “Los títeres de cachiporra” de Federico García Lorca. Protagonizó el cortometraje “La condena” de Franz Kafka dirigido por Toni Piqué y Rafael Mundet.

Ha dirigido, a la vez, una treintena de talleres de formación. Entre otros, “El abanico” de Carlo Goldoni; “Cruzadas” de Michel Azama; “Hamlet” de William Shakespeare; “Ascensión y caída de la ciudad de Mahagonny” “El buen soldado Svejk” de Jaroslav Hasek; “Danza de agosto” de Brian Friel; “Esperando a Godot” de Samuel Beckett o “Ubu rey” de Alfred Jarry.



Fausto Carrillo es licenciado en arte dramático. Pedagogo y director escénico.

Profesor durante 26 años de Técnicas de Interpretación y de Talleres en la Escuela Superior de Arte Dramático (ESAD) del Institut del Teatre de Barcelona. Ha impartido clases también en la Escuela Superior de Danza de la misma institución.

Es miembro fundador del equipo **Estudios Teatrales Coda**.

Su formación artística empieza en la década de los setenta en París, donde desde el principio se interesa por la pedagogía actoral, profundizando en las técnicas teatrales de Bertolt Brecht, Stanislavski y Grotowski, entre otros. Ha colaborado en diversos trabajos de dramaturgia actoral con la compañía L' Epée de Bois (Cartoucherie de Vincennes) y otros grupos afines hasta su incorporación a la docencia catalana.

Ha dirigido y participado en la dirección de actores entre otros en los siguientes montajes: “La Mosqueta” de Ruzante; “I due gemelli veneziani” de Carlo Goldoni; “Luv” de Murray Schisgal; “Oh, los bellos días” de Samuel Beckett; “El especulador” de Honoré de Balzac; “Eisenhower y la Tiqui Tiqui Tic” de Alfredo Bryce Echenique; “Los títeres de cachiporra” de Federico García Lorca; “El casamiento de los pequeños burgueses” de Bertolt Brecht o “Anna Christie” de Eugene O’Neill.

Fundador en 1978 del grupo de Estudios Teatrales Coda. Sus experiencias de investigación sobre la creatividad específica del actor, tanto en el campo de la docencia como en el campo de la producción teatral, le llevaron a publicar el manual “**Creatividad Teatral**” (Alhambra, 1986; Longman, 1995) considerada una de las primeras publicaciones en nuestro país sobre pedagogía actoral en el medio educativo.



Ha dirigido más de un treintena de talleres de interpretación. Entre ellos: “La cantante calva” de Eugène Ionesco; “Mala sangre” de David Plana; “La buena persona de Sezuán” de Bertolt Brecht; “Por delante y por detrás” de Michael Frayn; “El baile de los ladrones” de Jean Anouilh; “Un tranvía llamado deseo” de Tennessee Williams; “Revolta de brujas” de Josep Maria Benet i Jornet; “La importancia de llamarse Ernesto” de Oscar Wilde; “Julio César” de William Shakespeare; “La más fuerte” de August Strindberg; “El médico a palos” de Molière; “Volpone” de Ben Jonson o “Casa de muñecas” de Henrik Ibsen.

En la actualidad, imparte clases personalizadas en el Estudio Coda, laboratorio de estudios avanzados. Asimismo, colabora como asesor de interpretación en El Timbal, Centro de Formación y Creación Escénica de Barcelona, en la aplicación de la Técnica Coda para la formación de actores.

Estudios Teatrales Coda

Estudios Teatrales Coda nace en 1981, especializándose en la investigación pedagógica y la formación del actor. En estos años hemos actuado en cuatro ámbitos específicos:

- La docencia
- La experimentación escénica.
- La reflexión teórica sobre la praxis actoral
- La crítica y la opinión

Docencia

Hemos desarrollado nuestra actividad pedagógica en la ESAD del **Instituto del Teatro** y en **El Timbal Centro de Formación y Creación Escénica** (Barcelona), preferentemente.

Hemos creado el **Sistema Coda**, modelo pedagógico para la formación actoral, cuyo funcionamiento integrador permite superar las habituales contraposiciones de metodologías que no hacen más que empobrecer las posibilidades de acción formativa, y permitir un trabajo personalizado y orgánico con el actor desde el inicio de su aprendizaje, al facilitar herramientas y procedimientos de autoconocimiento y experimentación del propio proceso creativo.

Experimentación Escénica

Hemos llevado a cabo nuestra actividad escénica con la creación de la compañía **Interval Teatre** (1982-1997).

Hemos colaborado en la dirección de actores con **El Globus de Terrassa**, el **Centre Dramàtic del Vallés**, **Germinal Producciones** de Castellón, y la compañía **L'Epée de Bois** de París.

Reflexión teórica y de investigación

Hemos publicado el manual "**Creatividad Teatral**", una de las primeras publicaciones en nuestro país sobre pedagogía teatral en el medio educativo. Del libro, actualmente agotado, se hicieron tres ediciones (1987 y 1995 en España, 1997 en México) y más de una decena de reimpressiones.

Está pendiente también de publicación del estudio "**Historia, temática y poética de los monólogos de Pepe Rubianes. Trilogía inicial** (1983-1987), un análisis de los mecanismos creadores del actor-narrador".

Editamos el año 1985, el cuaderno de dirección y de clases del taller "**El baile de los ladrones**" de Jean Anouilh, en el Instituto del Teatro.

Crítica y opinión

Hemos publicado los estudios "**Lulu, una tragedia-monstruo en el TNC. De las dificultades de actuar fuera de un registro naturalista**" (Universidad de Barcelona); "**Los monólogos de Pepe Rubianes, la trilogía inicial**" (Ensayo de Teatro del AIET); "**Autonomía y vinculación es libertad. Formación del actor**" (30 años de El Timbal).

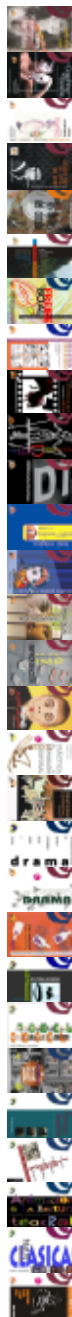




PEDAGOGÍA TEATRAL

La mejor colección en pedagogía de la expresión y teatro

- I. Pintor · M. Pintor **Teatro, psicoogía y vida cotidiana**
La actuación teatral y la psicología positiva para conocerse a uno mismo
- L. Dorrego et al. **Coaching a Escena**
100 dinámicas de coaching con recursos teatrales
- T. Motos et al. **Otros escenarios para el teatro**
Teatro para el cambio · Personal · Social · En la educación · En la empresa.
- A. Cantos **Quiero ser actor de cine**
Guía práctica para construir un personaje inolvidable.
- F. Bercebal **Los límites del círculo**
De la filosofía al arte escénico pasando por propuestas prácticas.
- El Glayu **Las montañas mágicas**
Trabajar teatro con personas mayores
- T. Baraúna y T. Motos **De Freire a Boal**
Pedagogía del Oprimido · Teatro del Oprimido
- C. Malavía **De la puesta en escena a la puesta en esencia**
12 preguntas. Lazos de unión entre el mundo médico y el teatral
- C. De Matteis **Cuando Stanislaski conoció a Buda**
Orientaciones para interpretar en Cine Teatro y Televisión
- U. Trefalt **Dirección de títeres**
Manual imprescindible en un campo desértico
- A. Martínez **Cuaderno de dirección teatral**
La figura del director. El cuaderno de dirección
- M. Mato **El baúl mágico**
Imaginación y creatividad con niños de 4 a 7 años
- El Glayu **Teatro para educar**
Propuestas textuales para educar contenidos transversales
- T. Motos y F. Tejedo **Prácticas de dramatización**
El libro básico de la teoría y la práctica de la dramatización
- Carles Castillo **Improvisación. Arte de crear el momento**
El compromiso del personaje, la creación del espacio...
- C. Castillo **Mimo. El grito del gesto**
Manual práctico de 25 sesiones, con ilustraciones
- T. Motos y L.G. Aranda **Práctica de la Expresión Corporal**
Manual Fundamental para el trabajo de esta disciplina
- Mercedes Ridocci **Creatividad corporal**
Composiciones basadas en trabajos de investigación
- F. Bercebal **Drama. Un estadio entre juego y teatro**
Un estadio intermedio entre juego y teatro
- F. Bercebal **Un Taller de Drama**
25 sesiones, con CD-rom para programar
- T. Motos y G. Laferrière **Palabras para la acción**
Términos de teatro en educación e intervención sociocultural
- Varios **Sesiones de trabajo con los Pedagogos de hoy**
Distintas propuestas de estos profesionales
- C. Poulier **Jugar al Juego**
Recopilación de juegos de Drama y Teatro
- P. Bayón **Los recursos del actor en el acto didáctico**
Definición de los recursos aplicables a la enseñanza
- M. T. Farreny **Pedagogía de la expresión. C. Aymerich**
La teoría y la práctica de esta adelantada de la expresión
- A. Forés y M. Valivé **Didáctica de la educación social**
El teatro de la mente y la didáctica educativa
- Varios **Animación a la lectura teatral**
Propuestas prácticas para animar a leer... teatro.
- A. J. Fernández **Teatro para clásicas**
Dos obras y propuestas para su trabajo en el aula
- A. J. Fernández **Dramatizaciones de mitos y leyendas griegas**
Piezas breves con propuestas didácticas partiendo de mitos clásico



TÉCNICA ESCÉNICA

Necesarios para un buen proyecto escénico

- Regiduría J. M. Labra
Técnica profesional del arte de la regiduría
- Técnicas de organización y gestión M. A. Pérez
Técnicas aplicadas a las Artes Escénicas
- Tras la escena M. Aguilar y A. Fdez. Torres
Reflexiones, comentarios, glosario de términos
- Teatro de Creación C. Baldwin y T. Bicat
Proceso para un espectáculo
- Gestión de proyectos escénicos M. A. Pérez
Gestión y Dirección técnica
- Gestión de salas y espacios escénicos M. A. Pérez
Para gestión privada y pública
- Vestuario Teatral M. Echarr y E. San Miguel
Cuaderno de Técnica Escénica
- Decorado y Tramoya J. López de Guereñu
Cuaderno de Técnica Escénica
- Sonorización M. A. Larriba
Cuaderno de Técnica Escénica
- Iluminación J. C. Moreno
Cuaderno de Técnica Escénica



TÉCNICA TEATRAL

Imprescindibles para cualquier proyecto teatral



- Teatrológia. Nuevas perspectivas C. Rodríguez y M. Veites
Homenaje a Juan Antonio Hormigón.
- Didascalías M. Martínez y S. Golopenti
Estudio profuso y práctico de las anotaciones teatrales
- 22 escenas para la interpretación L. Dorrego
Los lenguajes dramáticos
- Robert Wilson. Arte escénico planetario P. Valiente
Visión técnica y teórica de este artista
- Manual de técnica vocal V. Blasco
Teoría y práctica individual
- Expresión corporal · Teatro europeo s.XX M. P. Brozas
Repaso histórico y técnico. Teatro y danza
- J. S. S., una dramaturgia de las fronteras M. Martínez
Texto apostillado sobre su obra
- Hacia un tercer teatro Ian Watson
'Eugenio Barba y el Odín teatral'
- Sesiones con los Dramaturgos de hoy Varios
Distintas propuestas de estos profesionales
- Dramaturgia de textos narrativos J. Sanchis
Teoría y práctica de un proceso de creación

eTEATRO MANUALES

Ebook y transmedia en ÑAQUE

- Dramaterapia T. Motos
Teatro terapéutico para el cambio personal
- Teatro en la educación A. Navarro
Nuevos enfoques del teatro en educación
- Dramaterapia y neurodrama D. Ferrandis
Teatro con ancianos, en residencias de tercera edad
- Teatro en las organizaciones D. Stronks
La formación del profesional dentro de la empresa
- Hacer, Sentir, Pensar J. Moreno y J. Paredes
Actividades para mejorar la comunicación en educación
- Dirigir Teatro G. Cárdenas
Guía para afrontar la dirección teatral amateur o profesional
- Teatro, el arte en la enseñanza P. Mascaró
Actividades para el taller de teatro con adolescentes
- Hagamos Teatro F. Corrales
Manual-guía para montar una obra de teatro
- Dispositivo y Artes M. Martínez · Euriel Gobbe
Una nueva herramienta crítica para el análisis de producciones
- De palique con Kike M. Pacheco
Reflexiones sobre el texto teatral en la escuela
- Creatividad Expresiva en el arte del actor A. Cantos
Sesiones prácticas de trabajo teatral
- El cubo líquido S. Hervitz
Un original enfoque teatral para el desarrollo de la creatividad
- Teatros de transformación A. Fernández
Diferentes técnicas teatrales
- Creatividad Teatral R. Boluda · F. Carrillo
Procedimientos metodológicos para la actuación



REVISTA
TEATRO EXPRESIÓN EDUCACIÓN

ÑAQUE Teatro Expresión Educación
Revista trimestral. Artículos, experiencias, prácticas...





www.naque.es

