



UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ
INSTITUTO DE CIÊNCIAS DA ARTE
ESCOLA DE TEATRO E DANÇA
CURSO DE LICENCIATURA EM TEATRO

Poliana Cardoso Almeida

**Jogos teatrais para não-atores:
Um relato de experiências em ambiente laboral**

Artigo de conclusão de curso apresentado ao Curso de Licenciatura em Teatro, da Universidade Federal do Pará (UFPA), como requisito para obtenção do título de LICENCIADA EM TEATRO.

Orientadora: Prof^a Dr^a Iara Regina da Silva Souza

Belém/PA
2023



UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ
INSTITUTO DE CIÊNCIAS DA ARTE
ESCOLA DE TEATRO E DANÇA
CURSO DE LICENCIATURA EM TEATRO

Poliana Cardoso Almeida

**Jogos teatrais para não-atores:
Um relato de experiências em ambiente laboral**

Artigo de conclusão de curso apresentado ao Curso de Licenciatura em Teatro, da Universidade Federal do Pará (UFPA), como requisito para obtenção do título de LICENCIADA EM TEATRO.

Orientadora: Prof^a Dr^a Iara Regina da Silva Souza

Belém/PA
2023

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) de acordo com ISBD
Biblioteca Universitária da ETDUFPA-Belém-PA**

A447j

Almeida, Poliana Cardoso

Jogos teatrais para não-atores: um relato de experiências em ambiente laboral / Poliana Cardoso Almeida – 2023.

Orientadora: Prof^a Dr^a Iara Regina da Silva Souza.

Artigo de Conclusão de Curso (Graduação) – Universidade Federal do Pará, Instituto de Ciências da Arte, Escola de Teatro e Dança, Curso de Licenciatura em Teatro, Belém, 2023.

1. Teatro e sociedade. 2. Jogos teatrais. 3. Ambiente de trabalho – Aspectos sociológicos. I. Título.

CDD - 23. ed. 792.028

Elaborado por Rosemarie de Almeida Costa – CRB-2/726



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ
INSTITUTO DE CIÊNCIAS DA ARTE
ESCOLA DE TEATRO E DANÇA
CURSO DE LICENCIATURA EM TEATRO

ATA DE AFERIÇÃO DO TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

ATA DE AFERIÇÃO DO TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

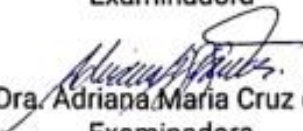
Ao trigésimo dia do mês de maio do ano de dois mil e vinte e três, às dez horas, reuniu-se na sala 15 (auditório), na ETDUFPA, a Banca Examinadora composta pelos professores: Prof.ª. Dra. Iara Regina da Silva Souza (Orientadora e Presidente), Prof.ª Ma. Cláudia do Socorro Gomes da Silva (Examinadora) e Prof.ª Dra. Adriana Maria Cruz dos Santos (Examinadora), para a avaliação do Trabalho de Conclusão de Curso de autoria da aluna Poliana Cardoso Almeida, intitulado: "**Jogos Teatrais para não-atores: Um relato de experiências em ambiente laboral**". Após a apreciação do trabalho escrito e da apresentação pública oral e expositiva, a banca promulga o seguinte resultado:

O trabalho foi aprovado com conceito Exel-Te com as seguintes observações revisão final do texto após constar, foi lavrada a presente Ata, que depois de lida e aprovada, será assinada pelo presidente e demais membros da banca examinadora.

Belém, 30 de maio de 2023

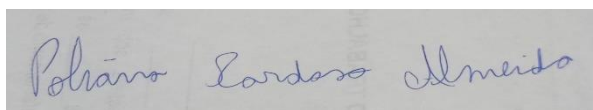

Prof.ª. Dra. Iara Regina da Silva Souza
Orientadora e Presidente da Banca


Prof.ª. Ma. Cláudia do Socorro Gomes da Silva
Examinadora


Prof.ª. Dra. Adriana Maria Cruz dos Santos
Examinadora

Autorizo, exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, a reprodução total ou parcial deste artigo de conclusão de curso por processos fotocopiadores ou eletrônicos, desde que mantida a referência autoral. As imagens contidas neste trabalho, por serem pertencentes a acervo privado, só poderão ser reproduzidas com expressa autorização dos detentores do direito de reprodução.

Assinatura:



Poliana Cardoso Almeida

Belém, 30 de junho de 2023

AGRADECIMENTOS

Agradeço a minha família por todo apoio;

Agradeço aos amigos; Jeferson Antonny, Mauricio Silva, Gustavo Martins e Fabricio Nascimento que me disponibilizaram dispositivos eletrônicos para digitação deste trabalho;

Aos amigos Leonardo Bahia, Jairo Dos Anjos, Dalila Costa e Vanessa Luz por todas as aulas, oficinas, momentos e anos de ensinamentos do teatro;

Agradeço ao Patrick dos Santos Gonçalves por todo carinho, amor e paciência nesse processo;

Agradeço a Clínica Sandro Andrade; Sandro Andrade Roberta, Silvia, Simone, Jessica, Ana, Brenda, Dalila, Luana, Rafaela, Lya e Najda que são mulheres presente neste processo e são exemplos de força e luta e colegas de trabalho pelo período de experimentação e pela possibilidade de adentrar com a pesquisa do artigo;

Agradeço a Professora Iara Regina da Silva Souza por ter me orientado;

Agradeço muito aos meus pais Ricardo Almeida e Paula Cardoso por me acompanharem nessa trajetória, sempre me incentivando a seguir meus sonhos;

Evoé;

**Jogos teatrais para não-atores:
Um relato de experiências em ambiente laboral**

***Theatrical games for non-actors:
A report of experiences in the work environment***

Poliana Cardoso Almeida¹
Iara Regina da Silva Souza²

Resumo:

O presente trabalho tem como tema a minha trajetória pessoal como artista até suas vertentes no espaço laboral onde atuo. O objetivo é abordar a importância de jogos teatrais e a utilização do mesmo como recurso didático para desenvolver pensamentos críticos, análise pessoal e resolução de conflitos. A escolha desse processo se desenvolveu a partir da necessidade de investigar a comunicação e o efeito causado na instituição. Tendo em vista a necessidade de qualidade no ambiente organizacional propondo-se metodologias inspiradas no método de Teatro do Oprimido descrito em três fases: Onde tudo começou; Habilidade de se reconhecer no espaço; Jogos e aprendizados. Por fim, o trabalho procura apresentar caminhos para desenvolver qualidade e bem estar para melhoria das pessoas no ambiente de estudo.

Palavra-chave: jogos teatrais; cooperatividade; trajetória.

Abstract:

The present work has as its theme my personal trajectory as an artist to its aspects in the work space where I work. The objective is to address the importance of theatrical games and their use as a didactic resource to develop critical thinking, personal analysis and conflict resolution. This process was chosen based on the need to investigate communication and the effect it had on the institution. Bearing in mind the need for quality in the organizational environment, methodologies inspired by the Theater of the Oppressed method are proposed, described in three phases: Where it all began; Ability to recognize yourself in space; Games and learning. Finally, the work seeks to present ways to develop quality and well-being for the improvement of people in the study environment.

Keyword: theatrical games; cooperativeness; trajectory.

¹ Poliana Cardoso Almeida Graduanda do curso de Licenciatura em Teatro, na Escola de Teatro e Dança da UFPA/ETDUFPA/ICA/UFPA. Compõe o grupo de pesquisa Corpo de Teatro L.A.B, coordenado pelo prof. Dr. Leonardo Bahia. Foi bolsista PIBIC-UFPA (2018-2019). Email: polianaalmeida544@gmail.com

² Professora da Escola de Teatro e Dança da Universidade Federal do Pará. Doutora em Estudos Culturais pelas Universidades de Aveiro/Minho em Portugal. Mestra em Artes pelo Instituto de Ciências das Artes/UFPA. Orientadora.

Introdução – Onde tudo começou.

Quando criança eu aprendi dentro de casa que brincadeira e jogos eram coisa séria, (aos finais de semana jogando dominó os vizinhos disparavam argumentos do tipo “isso é jogo para adultos e não criança”, em resposta, muito carismático meu pai respondia “ela já tem idade para aprender matemática, e dominó é um jogo matemático”. O momento mais prazeroso do dia era também o que precisava de mais atenção, meu pai aprendendo a dar aula no pequeno quadro que tínhamos na sala com cotocos de giz e desenhos incompreensíveis para me entreter pelo meio de contas matemáticas, e a minha mãe rabiscando no papel tentando acertar os cálculos e arrancando as folhas preenchidas para que eu pintasse formas abstratas por cima, uma vez perguntaram se eu escrevia meu nome por cima dos números e eu respondi “não sei escrever ainda, estou aprendendo igual a mamãe. Nessa época mamãe estava terminando o EJA (Ensino de Jovens e Adultos) hoje dentro de casa, além de pais, ambos são professores e educadores (Paula Cardoso, pedagoga e Ricardo Almeida, licenciatura em C.F.B) e com muito orgulho pude ouvir diversas vezes que jogos e brincadeiras precisam ser de maior alcance a todos pois além de ativar a criatividade fortalece a comunicação. Em dias atuais quando vou visitá-los o meu local preferido é meu antigo quarto o qual está lotado de jogos, brinquedos, livros, figurinos, experiências científicas, tintas e papel.

Na adolescência conheci Leonardo Bahia (educador formado em pedagogia e licenciatura em teatro pela UFPA, paraense, diretor) e Jairo dos Anjos (ator, encenador, diretor, sonoplasta) que me apresentaram o teatro e me conquistaram a partir de jogos teatrais de Viola Spolin, sistemas de Laban, Constantin Stanislavski e Jerzy Grotowski que o Jairo tanto amava. Todas essas pessoas incríveis me ensinaram que aprender com amor é o melhor caminho, atualmente graduanda da licenciatura, preste a me formar, gostaria de perpetuar o ensinamento que tive de berço: se divertir é muito importante e fazer isso aprendendo é educação e cultura.

Barba foi extremamente marcante para mim na faculdade turma que começou em 2018 pela Licenciatura na Escola de Teatro, pois ativou minha percepção, assim como Boal em Jogos para atores e não-atores me fez adquirir uma perspectiva sobre técnica corporal de sensibilidade emocional e física do cuidado com o corpo do outro; a partir deste processo minha proposta durante o período pós pandêmico foi propor para o ambiente, utilização dos jogos da infância e teatro do oprimido.

O trabalho do artista cênico exige dedicação, pode ser mil vezes mais cansativo e requer tempo para obtenção de resultados, por isso para quem vive de teatro o tempo é fundamental. Dentro da minha trajetória eu percorri por poucos grupos, mas por vários espaços, começando com o teatro litúrgico até a dança e grupo de teatro independente.

Dos grupos que eu participei, o Grupo Sant'arte era um grupo independente de Ananindeua, bairro cidade nova. Este visa o ensino e evangelização, abrindo espaço para arte de forma acessível à comunidade de forma gratuita. O Grupo Sant' Arte de teatro e dança, objetiva o ensino e a prática do teatro e da dança. O trabalho do grupo consiste na evangelização através da arte teatral, proporcionando também a oportunidade a pessoas que gostariam de iniciar a arte, participarem do grupo. Possuem vários trabalhos que contam trajetórias de vida de alguns santos católicos, assim como uma homenagem ao Círio de Nazaré e ao Natal.

Foto 1 - Direção do Grupo Sant'arte - 21 de abril de 2019.



Fonte: Acervo do Grupo

Os principais espetáculos são: A Paixão de Cristo, A história de Santa Rita de Cássia, O Círio de Nazaré e o Auto de Natal. Sendo que entre esses períodos o grupo também realiza trabalhos de encenações à convites. Fundado por Leo Bahia, posteriormente por Jairo dos Anjos e atualmente coordenado por Dalila Costa. Iniciei minha trajetória no grupo em 2011.

Já com a prática de oficinas para iniciantes, jogos teatrais, encenação, performance, direção compartilhada com Dalila Costa em “O verdadeiro sentido do Natal” e terminei minha trajetória no mesmo em 2018.

Também fui e sou integrante do Grupo de Teatro colaborativo Corpo de Teatro L.A.B Grupo de teatro colaborativo ananindeuense que investiga a movimentação corpórea e suas possibilidades. O Corpo de Teatro L.A.B é um grupo de experimentação cênica com foco em trabalhos corporais e de iniciação artística, mesclando as linguagens do teatro e da dança. Desde sua criação em 2012, o grupo investe em trabalhos com temáticas regionais e elementos do cotidiano paraense/amazônico que fazem parte da nossa memória e tradição. A direção geral é do professor, ator, diretor e bailarino Leo Bahia (Leonardo Almeida Bahia), fundador do grupo e diretor até os dias atuais. Criador de obras como: Uma Mulher: Eu sou Maria e îande.

Foto 2 - Uma Mulher: Eu sou Maria – Teatro Claudio Barradas - 23/08/2018



Fonte: Acervo pessoal

Todos fomos surpreendidos quando em 31 de dezembro de 2019, a Organização Mundial da Saúde (OMS) foi alertada sobre vários casos de pneumonia na cidade de Wuhan, província de Hubei, na República Popular da China. Tratava-se de uma nova cepa (tipo) de coronavírus que não havia sido identificada antes em seres humanos.

No Brasil, em 30 de janeiro de 2020, a OMS declarou que o surto do novo coronavírus constitui uma Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional (ESPII) o mais alto nível de alerta da Organização, conforme previsto no Regulamento Sanitário Internacional.

Em Belém do Pará, onde nasci e resido, durante esse período pandêmico, fomos surpreendidos com uma iniciativa inédita, em setembro de 2020, a Secult lançou uma plataforma para cadastrar artistas, fazedores e fazedoras de cultura que compõem um extenso levantamento sobre os fazeres e saberes culturais de todo o Estado. Levantando dados de 16843 agentes fazedores de arte na cidade. A iniciativa também ajuda no acesso a outros editais, chamadas públicas, aquisição de bens e serviços vinculados ao setor cultural e ações de incentivo à cultura. A plataforma serviu ainda para cadastrar trabalhadoras e trabalhadores da cultura interessados em receber o auxílio emergencial previsto na Lei Aldir Blanc. O Corpo de Teatro L.A.B, grupo independente ao qual até hoje faço parte participou do programa e foi premiado com o Aldir Blanc, porém dois editais aprovadores não eram suficientes para manter 2 anos de pandemia e os efeitos dela, como os espaços que já eram bem inacessíveis agora estavam limitados, no ápice da pandemia houve as quarentenas onde os encontros eram proibidos. E a maioria da população, inclusive os artistas tinham que decidir entre morrer de covid-19 ou de fome. E após o transtorno o mundo iria precisar de tempo para voltar ao normal, as sequelas da pandemia ainda vivem entre nós. Muitos artistas, assim como eu, foram em busca de uma nova fonte de renda fora da arte. Perdemos muitas pessoas e no teatro eu perdi o Jairo e a cidade perdeu um extraordinário artista.

Me encontrei nesse trabalho num novo formato, o coração do ator vive longe da arte e bate de imaginação mesmo distante, a clínica aos meus olhos parecia um teatro, onde os pacientes eram o público, os recepcionistas, biomédicos, dentista, enfermeiros eram todos atores, e a gerência os encenadores. Nesse leve devaneio eu percebi que todo mundo atuava. Ao estar no balcão da recepção, porém sem antes ensaiar, sem preparar

seu corpo, sua voz, seu psicológico. Naquele momento eu vi o quanto a minha trajetória poderia ajudar na percepção dos colaboradores da empresa, e não somente para empresa crescer e sim para aqueles que hoje são meus colegas de trabalho, lidarem com o atendimento ao público sem absorver tanto estresse, tornando o oprimido consciente da sua situação.

A Clínica Sandro Andrade, saúde e estética, fica localizada na Mario Covas, bairro do satélite. Mesmo local onde trabalho atualmente no setor gerencial, como técnica administrativa e pude desenvolver jogos teatrais com a equipe. Espaço esse onde se tem como foco principal a saúde. Quando se trata de saúde neste nicho de empresas pensamos logo no valor agregado ao cliente, mas esquecemos muitas vezes que o trabalhador/prestador de saúde também precisa de cuidados físico, psicológico e emocional.

Igualmente na arte é um trabalho feito por humanos para humanos, e percebendo a necessidade do espaço foi feito exercícios em grupo visando bem estar da equipe e do público como um todo a partir de dinâmicas e jogos teatrais.

Habilidade de se reconhecer no espaço.

Para situar melhor o modo como aplicamos os jogos teatrais com funcionários que fazem parte do atendimento ao público, na Clínica Santo Andrade, é preciso localizarmos algumas questões que envolvem o mundo do trabalho. A Consolidação das Leis do Trabalho (CLT) é o marco legal que estabelece as normas regulatórias para as relações individuais e coletivas de trabalho no Brasil. Ela foi aprovada pelo decreto-lei N.º 5.452 em 1943 e, desde então, passou por atualizações e reformas. Para a jornada de trabalho ser válida pelas regras da CLT, 220hs mensais, tendo formatos que variam em cada empresa. Se for acrescentar as horas extra, horas de deslocamento do trabalho para casa e horário de almoço a conta só aumenta. Isso significa que a maioria da população passa seu dia no trabalho.

A palavra trabalho vem do latim tripalium, termo utilizado para designar instrumento de tortura, ou mais precisamente, “instrumento feito de três paus aguçados, algumas vezes ainda munidos de pontas de ferro, nas quais agricultores bateriam o trigo, as espigas de milho, o linho, para rasgá-los e esfiapá-los” (ALBORNOS, 1994, p.10). E hoje o trabalho é qualquer atividade física ou intelectual, realizada pelo ser humano, cujo objetivo é fazer, transformar ou obter algo para realização pessoal e desenvolvimento

econômico. Etimologicamente, a palavra emprego é regressiva de empregar, por sua vez, empregar vem do latim. Muitas pessoas têm trabalho sem ter emprego, sem estar empregado, sem remuneração alguma ou qualquer tipo de prazer, sobrevivendo em condições de escravidão. Como o próprio nome diz o trabalho tem histórico de tortura. Em cada geração é pensado novos meios de tornar o cenário diferente.

Uma das coisas mais importantes da vida de uma pessoa é o tempo, esse que é preenchido majoritariamente pelo mercado de trabalho. Esse tempo dedicado a ele, acarreta uma série de fatores, sem dúvidas o maior deles é a necessidade, a partir dessa linha de pensamento se compreende a noção de que corpo e mente de cada trabalhador requerem cuidados dentro das empresas independente do patamar hierárquico, raça, gênero e etnia. Deste artigo parte a minha experiência com jogos teatrais no ambiente laboral inspirado em Augusto Boal e Eugenio Barba, os quais ao meu olhar trazem novas noções em cada leitura e a cada experiência. Sendo assim, a importância de Boal, com Teatro do Oprimido tem sua relevância social para este trabalho bem como de Barba pela forma como conceitua o corpo extra cotidiano.

Augusto Boal foi um importante teatrólogo brasileiro, criador do Teatro do Oprimido e autor de diversas obras sobre o teatro e a arte de representar. Um de seus trabalhos mais famosos é o livro "Jogos para atores e não-atores", publicado em 1998. Nesta obra, Boal apresenta uma série de exercícios e jogos teatrais que podem ser utilizados por pessoas que desejam desenvolver suas habilidades de representação, seja no contexto profissional ou simplesmente como uma forma de se expressar artisticamente.

O livro é dividido em quatro partes, cada uma abordando um aspecto diferente da arte de representar.

- Na primeira parte, Boal discute a importância do jogo teatral como uma forma de desenvolver a criatividade e a expressividade dos atores. Ele apresenta uma série de jogos que estimulam a imaginação e a improvisação, permitindo que os participantes experimentem diferentes formas de interpretação.
- Na segunda parte, Boal aborda a relação entre o corpo e a voz na representação teatral. Ele apresenta exercícios que visam desenvolver a consciência corporal dos atores, permitindo que eles utilizem seu corpo de

forma mais expressiva e consciente. Além disso, Boal discute a importância da voz na representação teatral, apresentando exercícios que ajudam os atores a desenvolver sua dicção e projeção vocal.

- Na terceira parte, o autor discute a importância da improvisação e da interação entre os atores. Ele apresenta uma série de jogos que visam estimular a interação e a improvisação entre os participantes, permitindo que eles criem cenas e diálogos de forma espontânea e criativa.
- Finalmente, na quarta parte, Boal discute a importância da representação teatral como uma forma de engajamento político e social. Ele apresenta uma série de jogos que visam estimular a reflexão crítica e a ação política dos participantes, permitindo que eles utilizem a arte teatral como uma forma de se envolver em questões sociais e políticas.

Em resumo, "Jogos para atores e não-atores" é uma obra fundamental para todos aqueles que desejam explorar a arte da representação teatral. Os jogos e exercícios apresentados por Boal são não apenas divertidos e criativos, apresentam um conjunto de possibilidades as quais permitem que os participantes desenvolvam suas habilidades de expressão e interação social. Além disso, o livro apresenta uma visão engajada e politizada da representação teatral, mostrando como a arte pode ser utilizada como uma forma de reflexão.

A técnica busca criar um espaço para a reflexão crítica e o diálogo social, tendo como objetivo a transformação social e a libertação dos oprimidos. O teatro do oprimido se divide em três etapas: o teatro-fórum, o teatro-imagem e o teatro-invisível.

- A primeira etapa, o teatro-fórum, é um espaço de discussão e diálogo entre o público e os atores, onde são apresentadas cenas que retratam situações de opressão. Após a cena ser apresentada, o público é convidado a interagir com os atores e a buscar soluções para a situação problemática retratada na cena. O objetivo é criar um espaço de diálogo e reflexão, onde o público pode se expressar e discutir formas de superar as opressões retratadas.
- A segunda etapa, o teatro-imagem, é uma técnica que busca a conscientização do corpo e do espaço através do movimento e da imagem. Nessa etapa, os

atores representam uma cena sem palavras, utilizando apenas movimentos e gestos para expressar as emoções e sensações. O objetivo é criar uma imagem que possa ser interpretada de diferentes maneiras pelo público, buscando a reflexão crítica sobre as opressões sociais.

- A terceira etapa, o teatro-invisível, é uma técnica que busca criar uma nova realidade através da prática teatral. Nessa etapa, os atores representam cenas onde uma opressão é superada, e o público é convidado a entrar na cena e a transformar a situação através de suas ações. O objetivo é criar uma nova realidade através da experiência teatral, onde o público pode vivenciar a superação das opressões retratadas.

O teatro do oprimido tem como base a teoria da pedagogia do oprimido, de Paulo Freire, que busca a conscientização crítica dos indivíduos para a transformação social. A técnica teatral de Boal busca criar um espaço de diálogo e reflexão, onde o público pode se expressar e buscar soluções para as opressões sociais. O teatro do oprimido é uma técnica teatral que busca a transformação social através da reflexão crítica e do diálogo social.

Na visão de Paulo Freire, os oprimidos são aqueles que vivenciam a opressão, a marginalização e a desigualdade social em diferentes contextos. Ele argumenta que a sociedade está estruturada de forma hierárquica, na qual uma minoria detém o poder e impõe suas vontades sobre a maioria, resultando em injustiça e desigualdade. Para Freire, os oprimidos são os indivíduos que estão em posições de subordinação, privados de seus direitos, voz e participação plena na sociedade. Essa opressão pode ser resultado de fatores como classe social, gênero, raça, etnia, orientação sexual e condições socioeconômicas desfavoráveis. Os oprimidos são frequentemente privados de acesso a recursos, educação de qualidade, oportunidades de emprego, saúde adequada e participação política. Eles são forçados a viver em condições precárias e enfrentam marginalização social, discriminação e estigmatização.

No entanto, Freire não vê os oprimidos como meras vítimas passivas. Ele acredita na capacidade dos oprimidos de se conscientizarem de sua situação, de desenvolverem uma consciência crítica e de se engajarem na luta pela libertação e transformação social. Ele defende a importância da educação como ferramenta de empoderamento desse grupo,

permitindo-lhes compreender sua realidade, questionar as estruturas opressoras e buscar a transformação social.

A superação da opressão requer ações coletivas, solidariedade e diálogo entre os oprimidos. Ele propõe a construção de uma sociedade mais justa e igualitária, na qual todas as pessoas tenham voz, participação ativa e sejam tratadas com dignidade. O teatro do oprimido foi criado em um contexto de repressão política e censura durante a ditadura militar no Brasil. A técnica teatral de Boal foi utilizada como uma forma de resistência e de crítica social, buscando a conscientização crítica dos indivíduos e a transformação social. Hoje, o teatro do oprimido é utilizado em diversas partes do mundo como uma forma de reflexão crítica e de transformação social. Em suma, o teatro do oprimido é uma técnica teatral criada por Augusto Boal que tem como base a teoria da pedagogia do oprimido, de Paulo Freire e busca a transformação social através da reflexão crítica e do diálogo social. A técnica se divide em três etapas: o teatro-fórum, o teatro-imagem e o teatro-invisível.

Outro grande encenador que faz entrelaçamento similar com essa linha de pensamento é Eugenio Barba, um dos mais importantes diretores teatrais da atualidade e um dos principais responsáveis pelo desenvolvimento da Antropologia Teatral, uma abordagem interdisciplinar que busca compreender a relação entre o teatro e a cultura. Nicola Savarese é pesquisador e colaborador de longa data de Barba, tendo sido fundamental para a criação do Odin Teatret, companhia fundada por Barba em 1964 e que se tornou referência mundial no teatro contemporâneo. Ainda que, com verbetes que abordam diferentes conceitos e práticas da Antropologia Teatral. Cada verbete é composto por uma reflexão breve, mas profunda, sobre o tema em questão, seguida por um exemplo prático que ilustra a aplicação do conceito no trabalho do ator.

Entre os temas abordados, destaca-se o corpo do ator, que é visto como a principal ferramenta de expressão na arte teatral. Barba e Savarese defendem que o corpo do ator deve ser trabalhado de forma integral, considerando não apenas a técnica corporal, mas também aspectos como a memória, a imaginação e a presença cênica. Outro tema importante abordado no livro é o trabalho em grupo, que é visto como fundamental para o desenvolvimento do ator e para a criação de espetáculos teatrais de qualidade. Barba e Savarese defendem que o trabalho em grupo permite o compartilhamento de experiências e conhecimentos, além de estimular a criatividade e a inovação. Além disso, o livro

também aborda temas como a relação entre o ator e o espectador, a importância da voz na arte teatral, a relação entre o teatro e a cultura popular, e a prática teatral.

Além de Boal e Barda outro autor importante na reflexão que fazemos é Renato Ferracini (2003), que no artigo intitulado "O corpo cotidiano e o corpo-subjético: "relações", aborda a relação entre o corpo cotidiano e o corpo-subjético na arte da performance. Ferracini argumenta que o corpo cotidiano é o corpo que vivencia as atividades do dia a dia, enquanto o corpo-subjético é aquele que está em constante mutação e transformação. Ele enfatiza a importância de explorar a relação entre esses dois tipos de corpo na criação de performances artísticas.

O autor começa discutindo a noção de "corpo cotidiano", que é moldado pelas atividades do dia a dia e pela rotina. Pontua que esse corpo é limitado e restrito pela repetição de gestos e pela falta de criatividade, enquanto a arte da performance pode ser uma maneira de transcender essas limitações. Ferracini sugere que o corpo-subjético é aquele que se abre para a experimentação e a transformação, sendo capaz de criar novas possibilidades de movimento e expressão. Analisa as relações entre esses dois tipos de corpo na prática da arte da performance. Ele argumenta que o objetivo da performance é explorar as possibilidades do corpo-subjético, levando-o a um estado de fluidez e de constante transformação. No entanto, para alcançar esse estado, é preciso trabalhar em conjunto com o corpo cotidiano, explorando as limitações e possibilidades que ele apresenta. Ferracini apresenta várias técnicas e práticas para explorar essa relação entre o corpo cotidiano e o corpo-subjético. Ele destaca a importância da consciência corporal, da improvisação e da experimentação. Ele também enfatiza a importância da interação com outros corpos, argumentando que a troca e o diálogo com outros artistas podem ajudar a expandir a capacidade expressiva do corpo. Ao longo do artigo, Ferracini apresenta exemplos de performances que exploram essa relação entre o corpo cotidiano e o corpo-subjético. O autor coloca a obra de artistas como Pina Bausch e Marina Abramovic, que utilizam o corpo como um meio de expressão artística e de investigação do mundo ao redor. Ferracini também apresenta sua própria pesquisa em performance, destacando a importância do processo de criação em conjunto com outros artistas. Uma reflexão profunda sobre a relação entre o corpo cotidiano e o corpo-subjético na arte da performance. Ele argumenta que essa relação é fundamental para a criação de performances que explorem as possibilidades do corpo em constante transformação. O artigo oferece várias práticas e técnicas para explorar essa relação, e destaca a importância da consciência

corporal, da improvisação e da interação com outros artistas na criação de performances que transcendam as limitações do corpo cotidiano.

O artigo "O Corpo Extra-Cotidiano na Instituição de Formatação do Cotidiano" RETTAMOZO, Mateus. ROSSETO, Robson aborda o paradoxo existente entre a arte e a escola, enfocando a relação entre a teoria de Eugênio Barba sobre pré-expressividade e o corpo extra-cotidiano com a instituição escolar. O objetivo do estudo é analisar como o teatro busca um corpo transgressor e inovador, enquanto a escola é responsável por formatar os corpos cotidianos dos alunos.

O trabalho teatral é descrito como uma atividade complexa, permeada por diversas estruturas, linguagens e estéticas. Um dos elementos fundamentais é a presença cênica do ator, que é capaz de manter a atenção do espectador mesmo antes de transmitir qualquer mensagem. Essa presença cênica está relacionada à pré-expressividade, que não considera intenções, sentimentos ou identificação do ator com o personagem. O objetivo principal da pré-expressividade é desenvolver a qualidade da presença do ator no espaço de jogo, atraindo o olhar do espectador.

Eugênio Barba enfatiza a importância do trabalho pré-expressivo, que consiste em abandonar a configuração habitual do corpo cotidiano para alcançar um corpo cênico. Essa configuração corporal específica é alcançada por meio de técnicas que promovem a dilatação do corpo, como o equilíbrio precário, a dança das oposições, a incoerência coerente, entre outras. Esses princípios podem ser observados em diferentes técnicas teatrais, especialmente nas do teatro oriental.

No contexto escolar, o trabalho com a presença cênica e o corpo extra-cotidiano é fundamental para que os alunos experimentem e vivenciem o teatro de forma prática. No entanto, a instituição escolar, historicamente, tem o papel de formatar e disciplinar os corpos dos alunos, impondo padrões de comportamento e lógicas corporais. A arquitetura escolar, as regras de localização funcional, os uniformes e outras normas de disciplina corporal são exemplos de estratégias utilizadas para controlar os corpos dos estudantes. Diante desse cenário, o artigo destaca o desafio de trabalhar com o abandono das lógicas cotidianas do corpo no ambiente escolar, que é justamente responsável por ensiná-las. A escola objetiva moldar os corpos dos alunos de acordo com padrões estabelecidos pelas normas sociais, enquanto o teatro busca romper com esses padrões e explorar corpos transgressores. O autor conclui que o paradoxo entre arte e escola é inextinguível, e é

justamente nesse paradoxo que o teatro encontra seu lugar. O artigo discute a relação entre o corpo extra-cotidiano e a instituição escolar, enfocando como o teatro busca corpos outros que não padronizados enquanto a escola molda os corpos cotidianos dos alunos. O trabalho com a presença cênica e a pré-expressividade é fundamental no contexto escolar, mas enfrenta o desafio de romper com as lógicas e disciplinas impostas pela instituição. O artigo destaca a importância desse paradoxo e avaliando a partir deste princípio todos que puderam estar numa intuição de ensino com o passar dos anos viram adultos e por si só com profissões e empregos.

Jogos e aprendizados

Em 2015 eu comecei a ministrar oficinas de jogos em grupos de teatro (grupo independente, Corpo de Teatro L.A.B) e (grupo de teatro paroquial Sant' Arte) Espaço onde os atores estavam dispostos a treinar, vinham com a noção de experimentar teatro, em 2018 comecei minha formação (Escola de Teatro e Dança – ETDUFPA) e toda teoria e prática que impactavam eram positivas e encaixavam com meu aprendizado através do Leo e Jairo, para muitos jovens o primeiro ano de faculdade é um momento de singulares descobertas, amizades, experiências e uma explosão de informações. E como qualquer jovem paraense o orgulho de entrar em uma universidade pública vinha em forma de empolgação, e aos 18 anos estar na Escola de Teatro era um momento de dedicação total não somente aos estudos como para trabalhos teatrais novos. No dia que saiu o resultado da aprovação na UFPA também comecei a minha carreira administrativa e a primeira carteira assinada como jovem aprendiz, onde não houve nenhum espaço para exercer atividades artísticas, mas me abriu a linha de pensamento sobre o meu corpo em estado de cotidiano. Porém meu maior desafio foi quando precisei ministrar jogos teatrais a partir do meu estágio na licenciatura em teatro, tive a oportunidade de implementar jogos teatrais para as pessoas no meu grupo de trabalho, unido o útil ao agradável após me formar no técnico administrativo em 2022 e receber o cargo de gerente.

Comecei uma vez por semana a desenvolver os jogos com a equipe e percebi que questões administrativas também passavam pelos jogos, porque através dele poderíamos trabalhar melhor o senso de cooperação e coletividade visto que é necessário para um funcionamento orgânico de um grupo de trabalho, sobretudo nós que trabalhamos com atendimento ao público. Dentro das cadeias teóricas da administração a gente compreende o cliente enquanto prioridade às relações humanas dentro do âmbito de trabalho. E essa

noção vem do capitalismo, por sua vez um sistema econômico tem como objetivo principal a obtenção de lucro. As características centrais do capitalismo são a propriedade privada e a acumulação de capital. Dentro das empresas, a hierarquia é o que define a organização de cargos e salários. Tudo parte da chefia, que pode ser o proprietário, diretor geral ou presidente. A partir disso, cria-se uma ordem de distribuição do poder, hierárquica, para definir quem toma as decisões e quem as executa. Neste artigo o foco são as pessoas e a saúde e para isso Henri Fayol e Peter Drucker pai da administração serão em dados momentos somente mencionados.

Administração é a tomada de decisão sobre recursos disponíveis, trabalhando com e através de pessoas para atingir objetivos, é o gerenciamento de uma organização. Estando em um sistema capitalista ocorre um fenômeno em que alguns indivíduos ou grupos possuem mais privilégios, poder e riqueza do que outros, criando uma disparidade na qualidade de vida e nas oportunidades de desenvolvimento onde se faz permanecer a desigualdade social e a necessidade de permanecer em empregos insalubres. Porém o momento que nos encontramos pós pandêmico os trabalhos são escassos.

Foto 3 – Sala da Gerência



Fonte: Acervo pessoal

Dinâmica 1:

Nesse dia a dinâmica desenvolvida foi uma massagem coletiva onde as pessoas se postaram em fila e massageavam o colega à frente, assim sucessivamente. Após cada um dia onde sentia dor muscular e se auto massageava. A maioria das pessoas não tem esse carinho com seu próprio corpo, dedicar um tempo a essa análise é importante, além disso a maioria pode perceber que os outros colegas sentem dor, algo que durante os turnos não

é comentado ou observado. A segunda etapa foi o jogo das estátuas. Quando o condutor da dinâmica gritava “estátua” todos ficam parados formando a melhor pose possível, nesse jogo o intuito era gerar resistência e atenção, no final todos fomos lanchar juntos. Porém dessa vez uma pessoa servia a outra com intuito de gratidão e partilha.

A avenida Mario Covas possui um total de 7,20 quilômetros, a rodovia que vai do trecho da BR-316 até a Avenida Augusto Montenegro, tem como objetivo desafogar o trânsito na capital. Composta majoritariamente por prédios, condomínios e edifícios tem um grande fluxo de veículos, automotores e bicicletas avassalados pelo sol intenso e vias irregulares com buracos.

Irremediavelmente se o cliente estiver estressado, visto que ele já chega para procurar um serviço de atendimento preventivo, ou emergencial, além da dor que impactam o humor, este mesmo, deturpado com o alto fluxo urbano, absorve essa carga no corpo, e reverbera no ambiente social. Então uma vez que o cliente estressado expande uma carga negativa e por sua vez se dá uma situação em cadeia de mal-estar onde todos vão ficando tensos, apreensivos e o atendimento com baixíssima qualidade, incluindo a falta de motivação, estrutura empresarial e condições de trabalho desvantajosas e atrasos no salário, com o passar dos anos é possível acarretar em transtornos ou doenças individuais, a partir deste, propus a recepção inicialmente jogos que proporcionasse uma descontração, relaxamento, reflexão e conscientização. Os jogos iniciaram como desenvolvimento do estágio pela faculdade e se tornaram um potencial inovador no trabalho qual perpetuou a carga horária por um proveitoso período com massagem, alongamento coletivo conduzido por mim.

Dinâmica 2:

Segunda dinâmica foi desenvolvido durante uma reunião onde a maioria das meninas não tinham onde deixar os filhos, propus o jogo da minhoca e o gavião (uma pessoa é escolinha como o gavião e o restante faz parte do corpo da minhoca, ao iniciar o gavião precisa comer a parte da minhoca que está no topo, ou seja, a primeira pessoa da fila), feito por cinco vezes trocando o gavião houveram quedas, gritos, risadas. O jogo infantil além de estimular a memória da infância, induz o trabalho em equipe e a movimentação de corpo no local onde é proibido brincadeiras. Uma recepcionista pontuou: “nunca pensei que o pessoal da enfermagem sentisse tanta dor assim, mas deve sentir por que passam horas em pé, chega à canela engrossa” – concluiu rindo. Importante

a mencionar nessa dinâmica é que os filhos das participantes estavam brincando junto com suas mães e outras crianças, as mesmas dificilmente tem condições de pagar uma baba, normalmente tem o suporte de um familiar ou parente para carregar a dupla jornada de ser mãe e trabalhadora, que conta todo mês com um salário e nem sempre recebe o esperado na data certa ou valor equivalente. Atualmente uma mulher no mercado de trabalho ganha um terço proporcional ao que um homem cumprindo mesmo cargo ou função. Elas dividiram seus relatos e compartilharam a dificuldade enfrentada por cada uma sendo mãe, mulher e dona de casa.

Até que algumas semanas de encontros olhei para o balcão da recepção e observei que os clientes olhavam atentos a um diretor e a recepcionista que conversavam com a voz elevada. Muito preocupada os levei para uma sala reservada e avisei o quanto aquela situação estava completamente equivocada, pois estavam discutindo na frente dos clientes, e ambos me explicaram que a situação era comum e simulada, pois a televisão não estava funcionando e havendo vários “pacientes/impacientes” na recepção eles inventam histórias para entreter os ouvintes.

Todo mundo atua, age, interpreta. Somos todos atores. Até mesmo os atores! Teatro é algo que existe dentro de cada ser humano (BOAL, 1986)

Barba (1994), traz a ideia de um corpo, que em estado de presença, se apresenta dilatado, e em uma dinâmica física de oposições. A partir dos jogos, as pessoas entram no estado do corpo que não o mesmo, trazendo mais disposição e ânimo para mais um dia que poderia ter sido cômodo ao corpo, mas dentro da metodologia traz percepções novas as pessoas da clínica. Com o decorrer do dia esse corpo vai ficando cansado e "travado" novamente, mas ativa memórias já adormecidas no passado individual de cada um, fazendo com que não seja um dia como qualquer outro. Está "energia", focalizada para ser liberada na solução da cena, neste contexto é liberado para solução de demandas no trabalho, o conceito de Barba já foi citado diversas vezes por outros estudiosos como Stanislavski e Peter Brook, no teatro, e Laban e Pina Bausch, na dança, porém o que me chama a atenção referente ao Barba e principalmente Boal, é esse corpo que além de político é arte.

Aprender a lidar com o público exige certa dose de “malabarismo”, e como todos estamos sujeitos ao erro e ao estresse, é comum que as algumas situações afugentem a

paciência, no entanto é aí que se inserem as atividades teatrais, nesses momentos percebi a importância do teatro enquanto mecanismo de resolução de conflitos, de proporcionar um ambiente mais solidário, à expressividade de corpos estáticos e mentes pensantes.

O teatro enquanto caráter humano - a arte do encontro e todo encontro - requer escuta, olhar, atenção, participaram das atividades, dentre eles profissionais de diversas áreas, técnico de enfermagem, recepcionista, estagiários de administração, apesar da diversidade do grupo e da ausência prévia de contato com o teatro, pude perceber nessas dinâmicas iniciais o interesse surgir, e a partir desse a maior disponibilidade de experimentar, os jogos a princípio eram bem basilares, poderiam também serem trabalhados na educação infantil, no entanto, funcionava, estava dando certo, percebia além do interesse o resultado, o senso de cooperação e coletividade eram acentuados e a tensão pré-atendimento diminuía, gerando assim um ambiente de trabalho mais saudável e colaborativos para todos desde os clientes à colaboradores e essa relação colaborador e cliente, fluía com mais facilidade o atendimento.

É visível que esses corpos não ficaram prontos para uma maratona de esportes na mesma frequência do corpo extra cotidiano no ápice mencionado por Barba, mas sim, é possível dispensar cargas acumulada com a frequência de estresse absorvida e a melhor qualidade de vida aos praticantes frequentes dos jogos. Trazendo a possibilidade de “maratonar” o maior desafio de todos, ou seja, a vida.

Todos os dias estavam havendo atritos e irritações por uma série de problemas técnicos como, matérias colocados em local inapropriado, desencontro de informações, discussões pelo funcionamento e a falta de logística nos afazeres, situações de descontentamento por parte de empresa com funcionário e funcionário com a empresa, muitas exigências que não eram cumpridas por nenhum lado ou se quer a escuta dessas solicitações, a maior problemática na verdade era uma obrigação da empresa, o salário atrasado novamente, é uma enorme desorganização por parte da direção, falta de compromisso e aglomeração de problemas consecutivos na recepção principalmente no atendimento. Toda situação estava trazendo um clima organizacional desagradável que foi notado, a necessidade de avaliar e rever a cultura organizacional da empresa foi apontada por todos durante os jogos, então decidimos conversar mais sobre o assunto, analisar e reivindicar soluções.

Dinâmica 3:

Ao decorrer do percurso adaptei aos jogos do Boal no ambiente pela necessidade de corpos gritantes por socorro sem palavra alguma. Então optamos explorar cada vez mais, reunimos a equipe e cada um foi no seu setor e fez uma auto representação de si mesmo executando sua função, a recepcionista exercia sua função como no cotidiano, porém agora os colegas a observavam calados e fazendo anotações, ao final apontaram que todos faziam a mesma coisa em sequências diferentes e foi proposto organizar um fluxograma para melhoria de trabalho das pessoas.

Simone, que exerce os serviços gerais mostrou seus materiais de limpeza, por onde começava a higiene do local, e fez apontamentos que lhe deixavam chateada como referente ao cesto de lixo comum. Objeto usado por todos que por péssimos costumes sempre ficava infestado de larvas pela tampa aberta e ela precisava tocar, mesmo com o uso de luvas é desagradável. Trazendo o pensamento de conscientização para todos adquirirem novos hábitos.

Roberta, também fez sua simulação de cotidiano e apontou referente a sobrecarga de trabalho e funções que exercia pela falta de cooperação também incluindo o lixo, porém dessa vez específico dos consultórios onde não estava dando conta. E conta que não estavam separando devidamente o lixo de consultório, nas opções infectado e comum, onde o maior erro das separações seria pela falta de informações dos profissionais e totalmente cabível a empresa instruir, os mesmos desenvolveram maneiras de solucionar os problemas dando solução a todos como este último foi feito por eles manuais grudados próximo das lixeiras com todas as instruções para melhoria e cuidado da equipe.

Roberta é jovem, sem filhos, estuda pela noite e passa o dia todo no trabalho, bastante dedicada nas suas funções eu poderia dizer que ela carrega todos os consultórios nas costas, as vezes quando à vejo, o cansaço no seu rosto transparece, pergunto se está tudo bem e de forma muito graciosa ela diz que “sim”. Durante a dinâmica eu perguntei como estava se sentindo e a mesma responde “exausta”.

Alguns atuavam na íntegra seu cotidiano, outros tentavam explicar suas tarefas, bastantes nervosos, envergonhados ou empolgados enquanto toda equipe observava o não-ator, atuando.

Após todo processo individual foi feito recorte de imagens de tudo que lhes incomodava e colado no papel como eles se sentiam a partir do que exerciam na empresa.

Dentro dos apontamentos deles, fomos coletivamente tentando fazer intervenção das soluções para melhorar o nosso trabalho.

Foto 4 – Recepção da Clínica, 08/2022



Fonte: Acervo pessoal

Dinâmica 4:

Dinâmica de situação-problema onde os não-atores encenavam seu cotidiano representando personas criado individualmente por eles e conduzido por mim, onde existiam situações ao qual alguém da equipe precisava resolver.

Assim foi decidido coletivamente que teríamos uma reunião por mês para conversar e levantar questões de incômodo as pessoas. Esse dia normalmente não tem atendimento, é funcionamento interno.

Então com a tentativa de mostrar aos outros meu devaneio, fomos a recepção e cada um criou um personagem baseado em algum cliente ou recepcionista que já teve contato com a intenção de visualizarem outro ponto de referência que não era o deles, a experiência de atuar, e a sensação de estar minimamente no lugar do outro, seja cliente ou colega de trabalho.

Talvez por medo de retaliação ou discriminação Dona Silvia já não se queixava abertamente, nem tiravas dúvidas, mãe de duas crianças e com certa idade ela balançava a cabeça com movimento de “sim” para cada pergunta que fazíamos durante o dia, porém

durante a dinâmica ela pode interpretar como os clientes a tratavam de forma grosseira e como ela se sentia ofendida e devolvia da mesma forma no atendimento, demonstrando também que a culpa na verdade era da péssima comunicação que existia da direção para a recepção.

Dinâmica 5: Palavrões?

O grupo em posição de roda foi orientado a se espreguiçar bastante inicialmente, após eu indicar alguém para se direcionar a outro integrante palavras de baixo calão à gritos. O intuito era pensar rápido, e ser criativo de forma vulgar. As pessoas ficam horas se sentindo reprimidos durante o trabalho e no fundo sem patentes ou cargos somos todos iguais, numa situação de estresse não controlamos a raiva muito menos as palavras. Após muitos risos eles conseguiram gritar, xingar com “palavrões” os colegas sem lembrar do cargo que ocupavam na empresa.

Ao final foram feitos pedidos de desculpas e colocações sobre a importância do respeito e o cuidado com as palavras e atitudes pois elas magoam. Nesse momento eu me reconheço e autojulgo como parte da cadeia hierárquica muitas vezes oprimida, e outras vezes ocupando o papel de opressora.

Desqualificar reiteradamente, por meio de palavras, gestos ou atitudes, a autoestima, a segurança ou a imagem do servidor público ou empregado em razão de vínculo hierárquico funcional ou laboral. É uma forma de violência que tem como objetivo desestabilizar emocional e profissionalmente o indivíduo e pode ocorrer por meio de ações diretas (acusações, insultos, gritos, humilhações públicas) e indiretas (propagação de boatos, isolamento, recusa na comunicação, fofocas e exclusão social). Assédio moral é a exposição de um funcionário a situações humilhantes e constrangedoras, repetitivas e prolongadas. Geralmente, tal expressão se refere a atos ocorridos durante a jornada de trabalho e no exercício de suas funções. O assédio moral no trabalho é considerado crime desde a aprovação da Lei 4742/2001, em março de 2019.

Fotos 5 e 6 - Recepção da Clínica



Fonte: Acervo pessoal

Dinâmica 6:

Inspirado no Teatro jornal de boal, fizemos escritas, recortes e/ou desenhos e colocado em um único envelope, sem identificação pessoal, depois de todas exigências serem avaliadas foram listadas em prioridades para serem metas com objetivo de alcançá-las num máximo de quinze dias. Sendo uma dinâmica de problema e resolução, onde as pessoas fizeram seus apontamentos do que deveriam mudar nas suas atividades ou gestão da empresa e a solução dos problemas para ser testado e aprovado por todos, trazendo mudanças no ambiente de trabalho de forma coletiva e contemplando o grupo, as reuniões mensais são momento de feedback.

Dinâmica 7:

Certo dia, no final do turno houve vários desentendimentos, erro de comunicação e percepções, no dia seguinte pela manhã nos reunimos, em roda todos cantaram a música "Borboletinha" 5 vezes até diluir minimamente o clima tenso. Foi entregue uma caneta e ela passava na mão de todos na ordem e quando a música acabava a pessoa tinha que falar como se sentia sobre tudo que aconteceu e como se sentia sobre o ocorrido.

No final de cada declaração individualmente se criava uma imagem com o corpo estático (estátua). Depois que todos possuíam suas estátuas de sentimentos e puderam se abrir com seu ponto de vista pessoal. Um de cada vez se prostrar na imagem fixa, concentrado e silente até os colegas solucionarem o problema com "Brainstorming"

(tempestade de Ideias), que duravam de 3 até 5 minutos, que por vezes não seriam soluções imediatas, porém a ideia de uma possível solução precisava ser unânime e de aceitação principal da pessoa estática que desmanchava a imagem aos poucos de acordo com as ideias irem se concretizando a um consenso.

A imagem de cada um dizia o que nem sempre poderia ser dito com palavras. O maior apontamento foi a falta de "comunicação saudável" (olhar para o outro, entender suas necessidades, se colocar no lugar dele). Como solução foi definido que o emissor (ou locutor, pessoa que emite a mensagem) deve falar com mais calma, objetividade e paciência, e o receptor (ou interlocutor, pessoa a quem a mensagem é remetida) deveria se expressar quando tiver dúvidas até ser passado a mensagem com sumo entendimento.

Entende-se que a falta de comunicação infelizmente é um problema muito comum em empresas de todos os tamanhos e setores. A comunicação é essencial para a realização das atividades diárias, para o trabalho em equipe, para a motivação das pessoas. Quando a comunicação falha, podem surgir conflitos e até mesmo a perda de autoestima das pessoas. A falta de comunicação pode ocorrer por diversos motivos, como falta de clareza na transmissão de informações, falta de interesse ou disposição para ouvir o outro, sobrecarga de trabalho que impede a troca de informações e a comunicação de forma adequada, falta de treinamento para comunicação e gestão de conflitos, entre outros. Para combater os ruídos de comunicação, é importante que as empresas invistam em políticas de comunicação eficazes e que incentivem a colaboração e a troca de informações. Algumas medidas que estão sendo tomadas:

- Estimular a cultura de feedback:

Feedback é uma ferramenta poderosa para melhorar a comunicação e o desempenho da equipe. A empresa deve incentivar a cultura de feedback, para que os funcionários possam se expressar de forma clara e honesta, identificando pontos fortes e pontos de melhoria.

- Promover treinamentos e capacitações:

A empresa deve investir em treinamentos e capacitações para desenvolver habilidades de comunicação, como a escuta ativa, a empatia, a negociação e a gestão de conflitos.

- Utilizar ferramentas de comunicação eficientes:

A empresa pode utilizar ferramentas de comunicação interna, como e-mails, intranet, redes sociais corporativas e aplicativos de mensagem instantânea, optamos também pela utilização de telefones fixos para urgências e para manter os funcionários informados e atualizados.

- Criar um ambiente de trabalho colaborativo:

A empresa deve estimular a colaboração entre os funcionários, promovendo a participação em grupos de trabalho, projetos em equipe e eventos de integração (reunião uma vez por mês fixo), para que possam compartilhar conhecimentos e informações de forma mais eficiente.

- Incentivar a liderança participativa:

A liderança deve ser participativa e estar aberta para ouvir as ideias e sugestões dos funcionários, criando um ambiente de diálogo e colaboração, que estimule a comunicação e o trabalho em equipe.

O ruído e ausência de comunicação é um problema comum nas empresas, no entanto pode ser remediada por meio de comunicação eficazes, treinamentos, ferramentas de comunicação adequadas e empatia. Entendemos que ser mulher no mercado de trabalho é extremamente difícil e se houver a possibilidade de ajudar outra mulher, que se faça presente tentando buscar ao máximo clareza e compreensão. A partir das dinâmicas foram coletados dados (informações) de toda equipe foram feitos avanços, como manuais, instruções, melhor comunicação e resolução de conflitos.

Meses após as dinâmicas em uma reunião, pessoa 1 diz: "vai ser a primeira festa de dia das mães do meu filho, e é muito importante pra mim saber que eu vou estar nesse momento mesmo sendo horário comercial da clínica conseguimos flexibilidade, sem penalidade, apenas conversando e se apoiando na troca de horários".

Pessoa 2 comenta: "Nunca houve uma gerente mulher na empresa, sempre eram homens. Quando a Poliana entrou eu sabia que haveria mudanças principalmente na mentalidade da direção sobre o funcionamento da Clínica. E hoje vejo que não mudou

somente a clínica, mas as pessoas mudaram, nós amadurecemos! O trabalho que foi feito não ajudou muitas pessoas que estavam no período porque a maioria não está mais conosco. Hoje a rotatividade de pessoas parou, e eu me sinto mais leve".

A empresa estava com muitas dívidas e entrando em falência, e mesmo com tanta dificuldade vários colegas tentavam salvar seus empregos, não foi possível manter todos mas havia importância da equipe em tentar ajudar os que permanecem e aos que saíram. No decorrer do processo saíram pessoas da empresa por motivos como corte de gastos, novas propostas de empregos (melhor oportunidade), término de contrato, falta de adaptação e mudanças de carreira. Os que permaneceram após o período de dinâmicas fizeram novas amizades, desenvolveram motivação na sua atual função ou se encontraram em outro cargo, porém o formato de trabalho no Brasil continua sendo abusivo e explorador, se atentar a melhorias é algo que nunca deve ser deixado de lado. Durante o processo eu reconheci a própria pressão que vivia na empresa e deixo este artigo como registro histórico do momento e das pessoas que estiveram conosco.

É possível concluir que os jogos teatrais são ferramentas úteis ao espaço laboral, desenvolvendo aprendizado, conscientização, percepção, autoconhecimento, maturidade pessoal, cooperação e conscientização social. Porém a mudança é atemporal e volátil, é possível manter estímulos e prática das atividades ou alterá-las quando necessário.

Ter empatia por outra pessoa é muito mais do que apenas enxergá-la. É vestir suas dores. É encontrar ecos dos outros dentro de si mesmo.

Imagens:

1. Facebook Grupo Sant' Art:
https://www.facebook.com/gruposantarte/?ref=page_internal
2. Instagram Grupo Corpo de Teatro L.A.B:
<https://instagram.com/corpo.lab?igshid=MzRIODBiNWF1ZA==>

Referências:

ALBORNOZ, Suzana. **O que é o trabalho**. 6ª ed. São Paulo, SP: Brasiliense, 1994.

BARBA, Eugenio; SAVARESE, Nicola. **A arte secreta do ator**: dicionário de antropologia teatral. Campinas, SP: Hucitec, 1995.

BOAL, Augusto. **Jogos para atores e não-atores**. São Paulo, SP: Civilização Brasileira, 1998.

FERRACINI, Renato. **O corpo cotidiano e o corpo-subjétil**: relações. ANAIS... III Congresso. Brasileiro De Pesquisa e Pós-graduação em Artes Cênicas, Vol. 1, pp.35-88, Florianópolis, SC, 2003

RETTAMOZO, Mateus; ROSSETO, Robson: O MOSAICO – O corpo extra-cotidiano na instituição de formatação do cotidiano. **R. Pesq. Artes**, Curitiba, n. 7, p. 45-54, jan./jun., 2012