

HOJA DE ACTIVIDADES – Técnicas de ensayo (Análisis de emociones)

Objetivos	<ul style="list-style-type: none">- Trabajar las emociones.- Cambiar la perspectiva de las situaciones.- Trabajar el lenguaje teatral.- Enriquecer las escenas.- Descubrir que los personajes no son unívocos, sino que tienen contradicciones internas y son precisamente estas contradicciones las que hacen reales a los personajes.
Duración	90 minutos
Participantes	15-20 personas
Materiales	Una sala cómoda para trabajar, donde no se le moleste ni moleste a otras salas contiguas.
Paso a Paso	<ul style="list-style-type: none">- Formar grupos pequeños (entre 5 y 7 personas).- Elegir una historia de opresión. Puede ser una que se haya trabajado previamente y sobre la que queramos construir una obra de Teatro Foro o una nueva.1. Empezar la historia con una imagen. Cuando el/la facilitador/a diga ¡MONOLOGO INTERIOR!, los/as participantes empezarán a decir en voz alta los pensamientos de los personajes, aunque no sepan bien qué decir (monólogo interior).2. Cuando el/la facilitador/a diga ¡ACCIÓN!, los/as participantes empezarán a actuar en una improvisación, moviéndose y hablando, y se pararán solo cuando el/la facilitador/a diga ¡STOP!3. El facilitador explica que van a repetir la escena desde el principio (mismo texto y acciones) pero esta vez lo harán con AMOR. Los personajes aman a todas las cosas y personas que les rodean, incluso aunque estén en conflicto con ellas. *Repetir toda escena con AMOR ayuda a ralentizarla y hacer más complejos a los personajes (por ejemplo, si la obra es muy densa en emociones y conflicto). Incluso cuando hay un conflicto podemos encontrar algo de amor en él.4. Después se repite la escena desde el principio (mismo texto y acción) pero esta vez con MISTERIO. Los personajes sospechan de todos/as y de todo lo que les rodea. * Repetir la escena con MISTERIO hace que toda la escena crezca (si es una obra con pocos sentimientos o conflicto de baja intensidad).

	<p>5. Después se repite la escena desde el principio (mismo texto y acción) pero esta vez como si fuera un CULEBRÓN. Los personajes actúan como en un culebrón.</p> <p>* Repetir la escena como un CULEBRÓN también permite que toda la escena crezca (si las acciones son muy pequeñas).</p>
Evaluación	<ul style="list-style-type: none"> - Participación activa de los/as participantes. - Capacidad de crear una escena real pero no realista. - Capacidad de los/as participantes de repetir la escena concentrándose en la emoción propuesta. - Capacidad de hacer una síntesis de la situación.
Sugerencias y consejos	<ul style="list-style-type: none"> - Ayudar a hacer las escenas más complejas a través de diferentes emociones. - “Empujar” a los/as participantes a meterse en la escena sin tener respuesta a todas las preguntas (cómo lo hago, qué significa) sino haciendo, probando y reflexionado sobre ello a posteriori. - Observar el proceso y las reacciones a las diferentes propuestas del/de la facilitador/a. - Acompañar al grupo para que adquiera una conciencia escénica más profunda.