



um kit de ferramentas para jogos de simulação para prevenir o bullying e o abuso

O Jogo com elementos do FÓRUM TEATRO



UNIVERSITATEA BABEŞ-BOLYAI
BABEŞ-BOLYAI TUDOMÁNYEGYETEM
BABEŞ-BOLYAI UNIVERSITÄT
BABEŞ-BOLYAI UNIVERSITY
TRADITIO ET EXCELLENTIA



Erasmus+

O projecto foi financiado pela Comissão Europeia. Os pontos de vista expressos nesta publicação não reflectem necessariamente os da Comissão Europeia.

Tabela de conteúdos

Introdução.....	3
Nota importante	3
JOGO DE TEATRO FÓRUM	5
Versão 1: Teatro Fórum com imagens congeladas.....	6
Versão 2: Fórum com cenas e intervenções encenadas.....	9
Versão 3 - Crianças e Adolescentes como participantes.....	11
Notas gerais sobre o Jogo como Teatro Fórum	13
JOGOS E ATIVIDADES DE FT PARA O JOGO DE TABULEIRO.....	14
Jogos usando Expressão Corporal	14
Encenação/ Role-Playing	16
Outras sugestões	18

Introdução

Oferecemos-te 3 variações do jogo utilizando as técnicas interativas de um método chamado de Teatro Fórum - FT. Oriundo da América Latina, foi criado para desenvolver, através do teatro, competências para enfrentar os problemas predominantes da vida das pessoas comuns. Inicialmente, o trabalho desenvolveu-se com grupos de trabalhadores e camponeses em campanhas de alfabetização e posteriormente, de forma mais ampla, o diretor brasileiro Augusto Boal criou uma abordagem em que "os oprimidos se tornam os artistas".

Hoje em dia, o FT inclui muitas técnicas e é aplicado em todos os domínios da vida. Uma sessão típica começa com exercícios e jogos que visam ativar e conectar os cinco sentidos e gerar uma atmosfera de diversão e criatividade. O objetivo da sessão é fazer evoluir uma peça, ou várias peças de teatro derivadas das experiências dos participantes em que uma opressão ou um problema é o foco – uma situação de injustiça ou de incompreensão, um ato de violência, etc. A estrutura da peça deve envolver um Protagonista - o oprimido que é derrotado ou frustrado pelo Antagonista ou Opressor, que, ao contrário do Protagonista, pode ser uma entidade múltipla. A sessão é conduzida por um Facilitador que se torna o 'Joker' do Fórum, o facilitador ou mediador do grupo.

Uma performance de Teatro Fórum envolve a substituição do Protagonista por aqueles que assistem, que não são espetadores, mas "ESPET-ATORES", em comum com os participantes da peça. A peça, que pode ter uma duração variável, é apresentada uma vez e depois repetida desde o início. Os ESPET-ATORES que acreditam que podem oferecer alternativas às ações do Protagonista são incentivados a gritar "Pára", a interromper a ação, a assumir o papel e a tentar outra solução. Quem quiser pode experimentar. O protagonista é geralmente o único papel substituído, mas existem algumas regras que determinam se e quando outros personagens podem ser substituídos. Juntos, eles 'ensaia a mudança'.

O Fórum Teatro é o teatro da primeira pessoa do plural. É absolutamente necessário começar com a história individual que, se não se pluraliza, não está a cumprir o seu propósito. Num grupo de espetadores, cada indivíduo é encorajado a partilhar aquilo com que se identifica no que está a acontecer e a agir em nome dos outros e também de si mesmo.

Nota importante:

Para aplicares as técnicas como Joker, precisas de ter uma formação mais do que básica em Teatro Fórum e possúires não só conhecimento teórico, como também habilidades práticas para aplicá-las no processo. Para aqueles que têm essa formação e se sentem suficientemente confiantes, oferecemos os algoritmos 1, 2 e 3 do Jogo de Teatro Fórum.

Se, por outro lado, não te consideras suficientemente competente ou não tens nenhum conhecimento de FT, podes tentar usar alguns jogos e atividades de FT para tornar o jogo de tabuleiro mais animado e emocionante. Podes encontrá-los no final, com a designação de

“Jogos e atividades de Fórum Teatro para o Jogo de Tabuleiro”.

Aproveita!

JOGO DE TEATRO FÓRUM

Participantes: Dois, no máximo três grupos de 4 a 7 pessoas cada.

Materiais: Um quadro de cortiça/ cartão para cada grupo, alfinetes ou marcadores coloridos, materiais impressos para o Jogo, cadeiras e mesas.

Líderes: um Game Master (GM) e pelo menos um assistente ou co-líder. No algoritmo usamos o nome genérico de “Facilitador” que pode ser o Game Master ou um Assistente. Quando o GM adota o papel de Joker na parte do Fórum, é referido como “Joker”.

Nota: Cada equipa possui um espaço/ mesa separado com cadeiras e deve haver espaço suficiente para a apresentação e para o fórum. Cada mesa deve ter um quadro de cortiça/ cartão com uma tabela impressa fixa. A tabela possui linhas horizontais e colunas verticais. Antes do início do jogo, os participantes escrevem os seus nomes na primeira coluna, de forma a que cada um tenha uma linha. Cada uma das outras colunas tem o nome dos 5 tipos de abuso - emocional, verbal, sexual, financeiro e físico. A equipa recebe os marcadores coloridos, por exemplo, amarelo, vermelho, azul e verde - para cada uma das quatro reações (na parte inferior do gráfico deve ser explicada qual cor significa qual reação). Se escolheres alfinetes, deve haver muitos para cada cor - cada participante deve ter os suficientes para poder escolher. Faz um bom cálculo!

Em todas as versões a seguir descritas, cada grupo pequeno trabalha com personagens diferentes, o que tem certas vantagens, mas também desvantagens. Os Game Masters podem escolher trabalhar com o mesmo personagem nos diferentes grupos, o que, previsivelmente, mudará certos aspetos, mas não a essência do Jogo.

Existem muitos personagens para escolher. O GM pode preparar um número definido, como oito, e sortear pelos grupos ou ler 3 ID's diferentes para cada grupo e fazê-los escolher um deles.

Versão 1: Teatro Fórum com imagens congeladas

Algoritmo:

1. Aquecimento rápido para o grupo todo, seguido de um jogo que envolva todo o corpo - Memes vivos (veja a secção de jogos abaixo). Em seguida, os grupos vão para as mesas designadas e votam/ sorteiam (n)o personagem.
2. Depois de selecionado o personagem, o Facilitador escreve-o no topo da tabela. Os vários grupos trabalham paralelamente e independentemente. Devem estar em espaços diferentes, ou com espaço suficiente entre eles, para que não haja interferência.
3. Os facilitadores leem a primeira situação de abuso para os grupos e depois as quatro reações (mas não as opções positivas/ negativas!). Cada membro do grupo faz individualmente a sua escolha de reação e coloca o alfinete com a respetiva cor na linha e coluna certas. Neste momento não há discussões, apenas escolhas. Isto permitirá ao Facilitador passar por todas as 5 situações com relativa rapidez, dando tempo suficiente para reflexão. São permitidas mudanças a qualquer momento.
4. Repete-se o mesmo com todas as 5 situações de abuso. Deve ficar claro que não se trata de um jogo de velocidade, embora o tempo seja sempre um fator importante para que o grupo possa ouvir o ID, a descrição da situação ou a reação quantas vezes for necessário. Consultar o guião também é uma opção. No final desta etapa, a tabela fica preenchida e as escolhas ficam visíveis para todos.
5. Os grupos têm tempo para escolher uma das situações de abuso que consideram importante para o personagem e que seja interessante discutir. O grupo deve chegar a um acordo por meio de votação. De seguida, discutem a situação e as suas escolhas e este é o momento em que podem falar sobre o personagem/ protagonista e as suas reações (fuga, agressão, etc). Uma opção possível é fazer uma lista de três situações de abuso a serem discutidas mais adiante.
6. Ambas as equipas são solicitadas a fazer uma imagem congelada da situação de conflito/ momento da história escolhido, com duas sub-tarefas explícitas: a) Deve ficar claro qual é exatamente o tipo de abuso e b) deve ficar claro quem é o protagonista. Têm 1 minuto para fazer isto sem serem vistos pelas outras equipas. (Dizemos protagonista em geral, mas durante o jogo usa-se o nome do personagem.) A imagem congelada pode ser descrita como um momento de pausa de um vídeo ou uma foto tirada por um telemóvel - é importante que não seja desperdiçado tempo com explicações longas (por outro lado, deve-se assinalar explicitamente que a imagem está congelada). Os jogadores devem ser avisados que todos os detalhes da imagem são muito importantes e, provavelmente, terão que ficar nessa posição durante algum tempo. A outra equipa é informada de que irá ver uma imagem congelada e terá que responder a algumas perguntas.
7. A equipa 1 apresenta a imagem para a equipa 2. Enquanto a equipa 1 está a construir a imagem, a equipa 2 deve manter os olhos fechados e abri-los a um determinado sinal. O Facilitador diz à equipa 2 para observar a imagem silenciosamente por alguns segundos - isto é importante, embora às vezes difícil de controlar.

8. A equipa 2 tenta adivinhar o que está a acontecer e quem é o protagonista. A equipa 1 confirma (ou nega, até que fique claro). Em seguida, a equipa 1 explica com mais detalhes qual é a situação, quem é quem e, mais importante, fala sobre o histórico do Protagonista.

9. O Facilitador pede que a imagem seja feita novamente - ela pode ter sido desfeita após o processo de adivinhação - ao mesmo tempo que aponta diferentes detalhes, por exemplo:

Facilitador: “Vamos olhar para a imagem novamente (deve pedir paciência à Equipa 1). Como se sente o protagonista? Como estão os seus punhos? O que podes dizer sobre eles? O que está a pensar/ dizer a si mesmo? E esta pessoa (aponta para um dos agressores)? Como é que ele/ ela se sente/ pensa? O que diz ela? Poderias, por favor, vir aqui, assumir a posição dele e verbalizar o que poderia ele dizer? Alguém tem uma sugestão diferente?”

O Facilitador deve sentir como o grupo reage a esta tarefa e não deve forçá-lo a participar. Os seus elementos são convidados a vir e a assumir uma posição apenas se parecerem dispostos a fazê-lo. A imagem deve ser processada da forma mais objetiva possível, sem qualquer indício de julgamento ou moralização.

10. É pedido à equipa 2 que faça uma mudança na posição corporal do protagonista em resposta ao abuso. Se houver várias propostas, faz uma votação rápida para escolher uma delas. Deve estar ciente de que a equipa 1 não pode aguentar a imagem congelada durante muito tempo. Fica atento. Variação: Os outros fazem uma cópia da imagem da equipa 1 MAS com a reação do protagonista, para que a equipa 1 possa ver. Podes escolher se a dinâmica pode levar a um desenvolvimento mais favorável para o protagonista ou não. É muito importante ressaltar que ESTA É UMA INTERVENÇÃO SILENCIOSA! Os participantes devem poder decidir, ler e julgar por si mesmos, MAS sem comentários verbais.

11. Todo o processo - etapas 7 a 10 - é repetido com as equipas 1 e 2 em papéis invertidos - a equipa 2 são os apresentadores e a equipa 1 são o público. Todo o processo não deve demorar mais do que 6/ 7 minutos. Os participantes devem ser capazes de trabalhar com a imagem congelada do outro grupo e mesmo assim não perder a conexão com a sua própria imagem.

12. Agora as duas equipas recebem a tarefa de fazer uma outra imagem congelada dando sequência à sua (ou, alternativamente, da situação do outro grupo!) pulando no tempo: pode ser 5 minutos, ou cinco dias, mas num futuro previsível. A outra equipa deve adivinhar como a situação mudou para o protagonista (as questões para dinamização são fornecidas abaixo). Novos personagens podem ser introduzidos: professores, mentores, amigos, figuras de autoridade... Esta tarefa deve demorar um pouco mais do que a primeira etapa, porque o grupo tem que discutir o desenvolvimento.

Facilitador: "O que achas que está a acontecer nesta imagem/ foto? Quem está nela? Quem é o protagonista? Quanto tempo se passou desde a imagem/ foto anterior? Como é que a situação mudou? O que é que o protagonista fez, certo ou errado, para chegar exatamente a este ponto? Concordas com este desenvolvimento?"

13. Todo o processo pode ser repetido com outro par de imagens congeladas (a mais votada a seguir) ou

14. As equipas adicionam palavras e ações às suas cenas e apresentam-nas como peças do Fórum umas às outras. Se o tempo permitir, as cenas poderão ser colocadas no Fórum (ambas, ou apenas uma, após votação do grande grupo) com intervenções do público.

Versão 2: Fórum com cenas e intervenções encenadas

Apenas para lembrar as regras básicas do Fórum Teatro - FT

Para o público:

1. Primeiro, assistirão a uma performance, que mostra um problema/ questão/ situação de opressão.
2. No final da apresentação, serão convidados a aplaudir os esforços dos atores e, em seguida, terão algum tempo para discutir, entre vocês, a situação e algumas soluções possíveis para mudar a série de eventos.
3. A apresentação será então repetida. A qualquer momento, qualquer espetador pode gritar "STOP". Depois, sobe ao palco e ocupa o lugar do personagem central (protagonista), a fim de tentar mudar a série de acontecimentos. (Desta forma, o espetador torna-se o "ator-espetador"). Não há a necessidade de ter experimentado fazer teatro para participar - precisa de ideias para mudar os eventos e resolver efetivamente o problema/ opressão.
4. Tendo em conta as regras do jogo, os participantes só podem trocar de lugar com os personagens que desejam mudar as circunstâncias apresentadas. Alternativamente, podem introduzir personagens que sejam capazes de apoiar outros personagens que desejam mudanças.
5. O Joker está sempre disponível para orientar e apoiar qualquer pessoa que esteja um pouco nervosa. Se o participante tem uma ideia para provocar mudança, mas não quer subir ao palco, pode pedir para congelar e oferecer a sua sugestão ao grupo de atores que executará esta sugestão.
6. Por último, deve ser lembrado que ninguém pode propor situações de violência como sugestão de mudança. O Fórum Teatro não aceita estes casos como um método de mudança.

Regras para o Joker:

1. Os Jokers devem evitar todas as ações que possam manipular ou influenciar o público. O público nunca deve ser confrontado com a própria interpretação pessoal do Joker sobre os eventos.
2. Os Jokers não devem decidir nada individualmente. Devem devolver as dúvidas para o público, por exemplo, *"Esta solução funciona ou não?"*.
3. Cuidado com as soluções "mágicas". O Joker pode interromper a ação do espetador se considerar uma ação mágica. Os próprios não devem tomar essa decisão, mas devem perguntar ao público se eles partilham dessa opinião.
4. O Joker é o 'parteiro', auxilia o nascimento de todas as ideias, de todas as ações!

5. É mais importante conseguir um bom debate do que uma boa solução.
6. O Joker não se deve misturar nem com o público nem com os atores, mas permanecer separado deles - fisicamente alerta e dinâmico o tempo todo. Se o Joker estiver cansado ou confuso, transmitirá ao público uma imagem de cansaço e desorientação.
7. Seja flexível de acordo com o seu público, por exemplo, um público de jovens do 8º ano pode adotar uma postura participativa, de querer subir ao palco para estar com os seus amigos, não querendo, necessariamente progredir na ação.
8. Decida com os artistas, durante o processo de ensaio, se haverá "personagens ausentes", ou seja, personagens que não aparecem na apresentação, mas que podem ser apresentados durante o Fórum. Por exemplo, se o protagonista mora com o pai, onde está a mãe? Ela pode ser trazida para a ação ou está muito longe ou mesmo morta? O processo de criação pode criar uma elaborada rede de personagens ou simplesmente ser deixado para os espetadores criarem durante o Fórum. Isso pode, no entanto, levar às soluções "mágicas" em que, por exemplo, os avós maravilhosos aparecem para salvar o dia!

O Joker como Mestre do Jogo

As notas no Guia para o Jogo de Tabuleiro também se aplicam aqui. A história de um personagem no Jogo é uma oportunidade de ter um processo de Teatro Fórum. Assim, quem lidera o processo, deve interiorizar as regras e a ideia do Jogo e, principalmente, as histórias dos personagens, a sua abertura para reflexão, compreensão, empatia e ação.

Algoritmo

A configuração e o processo são os mesmos da Versão 1 até à etapa 5, verifica para obteres mais detalhes.

1. Jogo de aquecimento para todo o grupo - vê a secção "Jogos" abaixo.
2. Os Facilitadores leem três dos ID's, previamente escolhidos, para cada grupo e o grupo vota no personagem com quem jogar. Os dois ou três grupos jogam com personagens diferentes.
3. O GM lê a primeira situação de abuso e depois as quatro reações (mas não as opções positivas/ negativas!). Cada membro do grupo faz a sua escolha e estas são marcadas na tabela com os alfinetes/ marcadores coloridos. Neste ponto, não há discussões, apenas escolhas. Isso permitirá que o Facilitador passe por todas as 5 situações com relativa rapidez, mas dando tempo suficiente para reflexão. São permitidas mudanças a qualquer momento. O mesmo deve repetir-se com as 5 situações de abuso.
4. Em seguida, os grupos têm tempo para escolher uma situação para discussão e Fórum. Devem chegar a um acordo através de votação. Em seguida, discutem a situação e as suas escolhas e este é o momento em que podem falar sobre o personagem e as suas reações

(fuga, agressão, etc). Novamente, são permitidas as mudanças. Em seguida, votam numa segunda e numa terceira situação e fazem uma lista das 3 primeiras.

5. Em seguida, o Facilitador deve desenvolver a situação para uma cena curta com um diálogo envolvendo o Protagonista e o(s) agressor(es). A cena não deve ser resolvida como um problema, independentemente da reação que eles escolham. A construção da cena não deve demorar muito para que os participantes não percam o ímpeto do jogo. O Facilitador deve salientar que o Protagonista deve ter um momento de escolha para reagir de formas diferentes, todas muito realistas. (Neste ponto, o Facilitador pode mostrar o cartão com o resultado negativo se houver necessidade.)

Nota sobre a dramaturgia: É muito provável que os participantes, principalmente os menos experientes, tenham algumas dificuldades com a exposição, ou seja, com o cenário da situação inicial onde se diz quem é quem, entre outras coisas. Podes aconselhá-los a escrever uma breve introdução e a lê-la, ou escolher alguém para fazer um prólogo e contar ao público todos os detalhes necessários. Tal poupará tempo e esforços.

(Não terás este problema se os grupos jogarem com o mesmo personagem.)

6. O Grupo 1 mostra a(s) sua(s) cena(s) para o(s) outro(s) grupo(s) que são os espetadores.

(Se o tempo não permitir o Fórum em grande escala, especialmente com três grupos, todas as cenas são mostradas uma após a outra e, em seguida, o grupo escolhe qual delas será trabalhada.)

7. O Facilitador começa a “atuar” como Joker e apresenta brevemente as regras do Teatro Fórum. Segue-se a encenação e a intervenção(ou intervenções).

8. Os papéis dos grupos são invertidos e o processo é repetido. Se os grupos forem três, eles devem alternar até que todos tenham mostrado os seus personagens e praticado o Fórum.

9. Se o tempo permitir, pode ser feita outra situação (aquela que foi votada em segundo lugar, depois em terceiro).

10. Encerramento: O processo de representação deve ser parado e encerrado. Por exemplo: O grupo todo fica em duas filas, frente a frente, formando um corredor. Um a um, os participantes percorrem o corredor com os olhos fechados, enquanto o grupo os guia suavemente e sussurra palavras bonitas sobre eles e o seu desempenho. É bom se o grupo encontrar uma maneira de se despedir do personagem com quem se conectou, escrevendo, por exemplo, notas curtas ou desenhando fotos dirigidas a ele e colocando-as numa caixa especial. Estas reflexões também podem servir de feedback.

Versão 3 - Crianças e Adolescentes como participantes

Esta versão é ligeiramente diferente da Versão 2. A forma como é apresentada tem em conta o facto de se focar em crianças ou adolescentes como participantes, mas também pode ser feita com participantes mais velhos.

Após a introdução do jogo, o Facilitador faz perguntas para verificar se, e em que medida, as crianças estão familiarizadas com os quatro termos que descrevem as quatro reações (assertividade, agressão, fuga e ajuda). Alguns exemplos podem ser dados para que não haja qualquer dúvida sobre o seu significado.

De seguida, o Facilitador prossegue lendo a sequência de eventos sem ler a descrição das reações.

Os participantes devem escolher a resposta apenas pelo nome e colocar o alfinete/marcador colorido na mesma (eles nem sabem que existe uma descrição). Esta escolha é determinada pela forma como eles próprios reagiriam, se estivessem no lugar do personagem.

Depois de ouvir todos os 5 abusos, as crianças discutem o tipo de reação a cada abuso e novamente escolhem um deles em conjunto com a reação (consolidação da escolha/ reação) para fazer uma cena. Parte da discussão deve focar-se na forma como o personagem reagiria e equilibrar a reflexão entre o que queremos e o que é realista.

Após ser dada a resposta, o Facilitador lê o Negativo das duas Opções, ficando com o conhecimento de que existe um possível final negativo. Os detalhes da reação escrita também estão disponíveis se eles quiserem adicionar ou alterar algo.

O Fórum é o mesmo da Versão 2.

Durante o Fórum, o público é solicitado, entre outras coisas, a adivinhar que tipo de reação acabaram de ver.

Notas gerais sobre o Jogo como Teatro Fórum:

1. A introdução ao jogo deve ser cuidadosamente planeada e até mesmo ensaiada - todos devem saber exatamente o que está a acontecer. Deve existir tempo suficiente para isso.
2. Importante: Todas as reações são feitas em nome do personagem. Se alguns participantes considerarem as informações de identificação insuficientes, podem ser encorajados a imaginar como é a vida do personagem (talvez fechar os olhos e imaginar as respostas para algumas perguntas).
3. As cenas apresentadas não devem demorar muito a serem preparadas, porque o jogo perde o ímpeto.
4. O método do “alfinete/ marcador colorido” pode ser a base para a discussão de como fazemos as nossas escolhas e o quanto somos influenciados pelos outros.
5. Com alguns grupos, é importante enfatizar que esta não é uma corrida ou competição, mas um jogo em grupo para criar uma história em torno de uma certa pessoa, numa situação de vida específica.

JOGOS E ATIVIDADES DE FT PARA O JOGO DE TABULEIRO

Jogos usando Expressão Corporal

Memes Vivos

Os Memes são muito populares e poderás usá-los para te referires a imagens congeladas com algum texto adicionado.

O grupo fica num círculo, com as costas voltadas para o centro. O Game Master fornece o texto do meme, como por exemplo:

- “Eu às 7h30 da manhã!”

E começa a contagem decrescente de 5... 4... 3... Depois do “1” todos se viram para o centro e fazem a imagem congelada de si mesmos às 7h30 da manhã.

Depois, devem olhar uns para os outros, sem quebrar a imagem. Esta dinâmica é repetida com todos os outros memes/ temas/ sentimentos/ problemas...

Esculturas 10 Segundos

Divide o grande grupo em grupos mais pequenos (5 a 12 pessoas) e explica que serão dados nomes às estátuas, que devem ser executadas em dez segundos, sem falar. Novamente, convida-os a ver as estátuas uns dos outros. (Sugestões de títulos das estátuas: “Flor”, “Elefante”, “Acidente”, “Fonte”, “Meu país”...)

O jogo “Tornar-se”

Associação & Espontaneidade

Este pode ser um jogo que envolva todos os participantes ao mesmo tempo, ou apenas uma parte do grupo, enquanto os restantes contribuem com diferentes ideias sobre como e o que fazer.

Peça aos jogadores para se transformarem em:

- Um pote de maionese
- Um maço de cigarros
- Dentaduras

Não será uma dinâmica muito demorada. Adicione desafios paralelos, como:

- És um pote de maionese. Aberto ou fechado? Cheio ou vazio? Fresco ou não? Mostra.

- És um maço de cigarros. Vazio ou cheio? Onde estás? No bolso de alguém ou na prateleira de uma loja? Mostra.
- És uma flor. Que tipo de flor? A florescer ou não? Num vaso ou no campo? Que cor? Colhida recentemente ou não? Um presente para um amante ou para um funeral? Mostra.
- És água. Natural ou com gás? Num copo? Numa jarra, numa poça, num lago ou num oceano? Fresca ou suja?
- És uma pedra, ar, areia ou fogo.
- És azul, vermelho ou verde.
- És um relógio. Tipo Big Ben ou relógio de pêndulo? A trabalhar ou não? As horas estão certas ou não? Quem é que está a usar o relógio? Como podes representar isso?
- És uma batata frita. Do McDonalds ou do Burger King? Quente ou fria? Tens ketchup? Estás num prato ou num pacote de cartão? Trincada ou não? Estaladiça ou mole?

Depois de algum tempo, os jogadores devem ser capazes de criar as histórias laterais por si próprios. Incentiva os participantes a experimentar diferentes tipos de histórias, dá espaço para veres o que eles inventam.

Peixe Grande, Peixe Pequeno

É um jogo divertido, cheio de energia.

Os participantes devem organizar-se em círculo. Passa-se um padrão ao longo do círculo. Todos, na sua vez:

- Diz “Peixe Grande” e mantém as duas mãos à tua frente, afastadas cerca de 10 cm entre si. A próxima pessoa do círculo repete a mesma coisa.
- Diz “Peixe Pequeno” e mantém as duas mãos à tua frente, com uma distância de cerca de 50 cm. Quando “isto” é feito, a direção muda.

Os jogadores que erram (por exemplo, diz “Peixe Pequeno” e mantém as mãos muito próximas ou diz “Peixe Grande” e posiciona as mãos afastadas) devem “morrer” fazendo um sinal sonoro alto.

Encenação/ Role-Playing

Se te aventurares a fazer alguma dramatização durante o jogo, aqui estão algumas sugestões:

Encenação de Grupo:

Numa determinada situação, uma conversa entre dois personagens a discutir pode ser feita com todo o grupo a assumir um papel. Isto pode ser feito com duas cadeiras e duas pessoas sentadas nelas, uma de frente para a outra. Elas representam dois personagens num conflito verbal. Digamos que a Marta e a sua amiga Érica estão a aproveitar-se dela (assédio emocional). Depois de sentados, todos os elementos do grupo posicionam-se atrás uns dos outros, de acordo com a posição que desejam assumir no início da discussão. Os dois voluntários sentados iniciam então a conversa.

Por exemplo:

- *ÉRICA: Porque não atendeste quando eu liguei?*
- *MARTA: Como? Eu estava numa aula de ginástica.*
- *ÉRICA: Que tipo de amiga és?*
- *MARTA: Por favor, não fales assim comigo.*

Após este início, os outros participantes podem assumir os papéis e intervir, já que estão atrás de cada um dos personagens. Claro que isto deverá ser feito UM a UM, o que às vezes pode ser difícil e vai testar a tolerância e a paciência do grupo. As linhas ou argumentos não devem ser muito longos (geralmente não são) e deves certificar-te de que todos têm a hipótese de falar sem interromper o fluxo natural da conversa.

- *ÉRICA: Estou a desistir de ti.*
- *(Alguém intervém como MARTA): Mas por quê? Às vezes, também não atendes o telemóvel!*

Agora, uma parte importante do jogo é que os participantes podem trocar de papéis e sentar-se na cadeira sempre que quiserem. Talvez possas impor um limite de tempo para cada intervenção como 3 ou 5 minutos.

É bom receber algum feedback após o jogo, com perguntas como:

- Em que lugar te sentiste mais confortável?
- Aprendeste algo novo sobre a Marta?
- Isto foi realista? Seguiu a descrição dos dois personagens?
- Qual foi o momento mais emocionante?
- Se tivesses agora a hipótese de falar com a Marta, que conselho lhe darias?

Esta atividade pode ser um bom passo para iniciar o Fórum (veja a nota abaixo).

Possível sequência de Técnicas FT:

Estas técnicas são usadas, uma a uma, entre as 5 cenas de abuso, seguidas por reações.

- Discussão (após a 1.ª situação de abuso): Argumentos a favor e contra as reações do Protagonista.
- Entrevista por papel (após a 2.ª situação de abuso): Um participante assume o papel de Protagonista, os restantes questionam a reação e os sentimentos.
- Discussão nos grupos (após a 3.ª situação de abuso): O que achas que vai acontecer a seguir?
- Discussão (após a 4.ª situação de abuso): O que farias tu na mesma situação?
- Discussão final: Melhores e piores reações.

Outras sugestões:

Nome & Gesto

O grupo forma um círculo. O líder começa, apresentando-se pelo primeiro nome acompanhado de um gesto físico. Todo o grupo repete o nome e o gesto. Este processo repete-se em todo o grupo até que todos digam os seus nomes e façam um gesto. Este processo é então repetido, sem o nome. Então, quem quiser, dá um passo à frente e o resto do grupo deve dizer o seu nome e realizar o gesto dessa pessoa.

Bombas & Escudos

O grupo espalha-se pela sala. Cada pessoa escolhe outro colega sem divulgar - essa pessoa será a sua bomba. Em seguida, escolhe outra pessoa - essa será o seu escudo. O objetivo do jogo é manter o escudo entre si e a bomba.

Haverá muitos movimentos frenéticos para começar e o Facilitador pode fazer uma contagem decrescente de 10 a 1 quando a bomba está prestes a explodir. Ao comando "CONGELA", o Facilitador percorre o grupo perguntando às pessoas se conseguiram manter o escudo entre elas e a bomba.

Empurra para Não Ganhar

Este exercício é o exemplo perfeito para o treino de Teatro Fórum! É sobre usar todas as tuas forças e ainda assim não vencer.

Durante uma sessão de teatro Fórum, um ator não deve ceder às intervenções do espectador, não deve subjugar-lo, mas ajudá-lo a aplicar a sua força.

Divide os participantes em pares. Imagina uma linha desenhada entre cada par. Os pares colocam as mãos nos ombros uns dos outros e começam a empurrar. Empurrar o seu oponente e cruzar a linha para o outro território seria vencer o jogo - neste jogo, ninguém quer vencer. Cedem à força do parceiro, apoiam o peso um do outro, às vezes empurrando com mais força, às vezes permitindo ao parceiro empurrá-los com mais força.

Variação: costas com costas, sentados ou em pé

Variação: ombro com ombro

Entrevista no papel do Agressor (membro da família/ companheiro)

Uma das melhores coisas sobre o Teatro Fórum é que pode estudar-se a psicologia do Opressor/ Agressor e a entrevista é uma maneira de fazer isso. Isto pode ser feito pelo Game Master ou por um dos participantes. Os elementos do público devem fazer as perguntas, mas o Game Master deve estar pronto para direcioná-los, desafiá-los ou provocá-los.

Desfaz a personagem

Ao fazeres jogos de papéis, não te esqueças de ajudar os participantes a saírem do papel, é crucial! Pode ser com um toque no ombro e dizer "Agora voltaste a ti!" ou anunciá-lo para todo o grupo com uma espécie de ritual simples, como "Sacode o corpo!".