



INSTITUTO POLITÉCNICO
DE VIANA DO CASTELO

O TEATRO COMO INSTRUMENTO DE COMUNICAÇÃO COMUNITÁRIA “CONFISSÕES DE MULHERES”

Jéssica Dias Moreira



INSTITUTO POLITÉCNICO
DE VIANA DO CASTELO

Jéssica Dias Moreira

O Teatro como instrumento de comunicação comunitária “Confissões de mulheres”

Mestrado em Educação Artística

Trabalho efetuado sob a orientação do(a)
Professor Doutor Carlos Almeida

Julho de 2023

Dedicatória

Às Mulheres, Mães, Avós, Esposas, Amigas presentes neste estudo.

À Mulher da minha vida, a minha inspiração, a minha Mãe Adelaide.

Agradecimentos

Expresso a minha sincera gratidão a todas as pessoas, que me deram força para continuar e que contribuíram para que esta viagem fosse realizada. Agradeço particularmente:

Aos meus familiares por todas as ausências ao longo deste caminho, aos meus pais e irmãos, por me terem ensinado o significado de força e determinação.

Ao André, o meu companheiro de todos os dias, por ser o meu pilar, pelo seu amor, por todo o apoio, carinho, paciência e por ter permitido que eu lutasse pelos meus sonhos.

À Carla, por ter aparecido na minha vida e ter feito esta caminhada de mão dada, a minha companheira de jornada, loucura e resistência, espelho de generosidade, ela foi a calma nos momentos de maior incerteza e a firmeza nos momentos de falta de coragem.

Ao meu orientador, o Doutor Carlos Almeida, pela escuta, pelas orientações dadas, pela paciência e por todos os ensinamentos ao longo deste processo. Sem dúvida que tornou possível contornar todas as dificuldades ao longo deste estudo.

Às cinco mulheres que participaram neste estudo, pelas partilhas que fizeram, por me ensinarem tanto e a todas as outras que contribuíram para que ele se tornasse rico, verdadeiro e real, o meu muito obrigada.

Resumo

Este estudo, foi realizado no âmbito da Educação Artística com mulheres, residentes em Caminha e Viana do Castelo, com a colaboração da empresa Porta de Cena.

Pretendeu-se com esta investigação reconhecer o teatro como um valioso instrumento de comunicação comunitária. A escolha desta temática, partiu da falta de valorização desta área, nomeadamente do teatro amador.

Assim, esta investigação aborda o tema do teatro comunitário realizado exclusivamente por mulheres, tendo como objetivos o empoderamento e a valorização pessoal das participantes, a promoção da autoestima e da autoconfiança, bem como na sua capacidade de trabalhar em grupo e resolver conflitos.

O estudo assume uma perspetiva qualitativa e com recurso a uma opção metodológica de investigação-ação. Para a recolha de dados, foram realizadas cinco entrevistas às participantes na investigação. Os registos de diário de bordo, a análise de conteúdo das entrevistas e os registos escritos no decorrer das sessões também foram essenciais para permitir uma triangulação de dados e resultados o mais consistente possível.

Nesse sentido esta investigação teve como ponto de partida abordagens como a de Augusto Boal, denotando a sua pertinência na construção e sedimentação do Teatro Comunitário.

Os resultados indicaram que o teatro comunitário pode ser uma ferramenta impulsionadora para promover alterações sociais positivas em comunidades locais.

O processo de criação e produção do espetáculo, assim como as sessões de expressão dramática, permitiu retratar e abordar temáticas presentes no quotidiano de cada interveniente, desde as atrizes, até aos espetadores, alertando para problemáticas por vezes consideradas tabu, perspetivando alternativas de mudança, não só de caráter pessoal como social.

Palavras-chave: Teatro Comunitário, Mulher, Intervenção Cénica

Abstract

This study was focused in artistic education with women from Caminha and Viana do Castelo with the collaboration of the theatre company Porta de Cena.

The main goal of this investigation was to recognize the art of representation/drama as a valuable instrument of community communication. The choice of this theme stemmed from the lack of appreciation of this area, namely amateur theatre.

Thus, this investigation addresses the theme of community theatre performed exclusively by women, aiming the empowering and enhancing of the personal value of each participant, their self-esteem, their self-confidence as well as their teamwork skills and conflict resolution.

This study assumes a quality perspective and with investigation/action methodologic option. For data collection, we conducted five interviews with the investigation participants. Logbook records, interviews' content analysis and the written record throughout sessions were also essential to allow a triangulation of data and results in the most consistent way.

In that regard, this investigation had contributions such as Augusto Boal's one, as a starting point, denoting its relevance in the construction and sedimentation of community theatre.

The Results showed that Community theatre can be a promoting valuable/ useful/ priceless tool to promote social positive changes in local communities.

The process of creation and production of the show, as well as the sessions of dramatic expression allowed to approach everyday life issues of each participant, from actresses to spectators alerting to some taboo considered problems anticipating not only personal but also social changing alternatives.

Key words: Community Theatre, Women, Scenic intervention

Ser Mulher

*“A mulher não é só casa
mulher-loiça, mulher-cama
ela é também mulher-asa,
mulher-força, mulher-chama
E é preciso dizer
dessa antiga condição
a mulher soube trazer
a cabeça e o coração
Trouxe a fábrica ao seu lar
e ordenado à cozinha
e impôs a trabalhar
a razão que sempre tinha
Trabalho não só de parto
mas também de construção
para um filho crescer farto
para um filho crescer são
A posse vai-se acabar
no tempo da liberdade
o que importa é saber estar
juntos em pé de igualdade
Desde que as coisas se tornem
naquilo que a gente quer
é igual dizer meu homem
ou dizer minha mulher.*

Ary dos Santos

Índice

Dedicatória	IV
Agradecimentos	IV
Resumo.....	VI
Abstract	VIII
Ser Mulher.....	IX
Índice	XI
Índice de Figuras:	XIII
Índice de Tabelas:.....	XIII
CAPÍTULO I - INTRODUÇÃO	1
Introdução.....	3
1.1. Contextualização da Investigação	5
1.2. Apresentação do Problema	5
1.3. Pertinência do Estudo	6
1.4. Objetivos da Investigação	6
1.5. Questões de Investigação	7
1.6. Organização do estudo.....	7
CAPÍTULO II – ENQUADRAMENTO TEÓRICO	9
2.1. Teatro e Comunidades: aproximações e contexto	11
2.1.1. Teatro Comunitário	11
2.1.2 Teatro Comunitário em Portugal	14
2.1.3. Influências e inspirações	16
2.2. A Mulher e o Teatro	18
2.2.1. O Papel da mulher no teatro em Portugal	19
2.3. Intervenção Cénica – O Teatro como Instrumento de Comunicação Comunitária	22
CAPÍTULO III– METODOLOGIA DA INVESTIGAÇÃO.....	25
3.1. Metodologia de investigação – abordagem qualitativa.....	27
3.2. Seleção e caracterização do método Investigação-Ação.....	28
3.3. Vantagens e desvantagens.....	30
3.4. Contexto da Investigação	30
3.5. Caracterização dos intervenientes.....	30
3.6. Instrumentos de recolha de dados	32
3.6.1. Observação.....	32
3.6.2. Entrevistas	33

3.6.3.	Blocos Temáticos e objetivos da entrevista	35
3.5.4.	Notas de Campo	37
3.5.5.	Registo Audiovisuais.....	38
3.5.6.	Triangulação	38
3.6.	Plano de Ação	39
3.7.	Papel do Investigador.....	40
3.8.	Cronograma.....	41
3.8.	Considerações Éticas	41
CAPÍTULO IV – DESCRIÇÃO, ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DOS RESULTADOS		43
	Introdução.....	45
4.1.	Descrição e Análise das Entrevistas	45
4.2.	Análise e caracterização das sessões	53
	Bloco 1 - Apresentação	53
	Bloco 2 – Consciência individual e em grupo	58
	Bloco 3 – Autoconhecimento	63
	Bloco 4 – Informação Dramatúrgica	66
	Bloco 5 – Elementos Cénicos.....	68
	Bloco 6 – Produção Teatral	72
	Bloco 7 – Apresentação da Peça “Confissões de Mulheres”	76
CAPÍTULO V – CONCLUSÕES E IMPLICAÇÕES EDUCATIVAS		81
5.1.	Resumo dos Capítulos Anteriores	83
5.2.	Conclusões da Investigação.....	84
5.3.	Limitações do estudo	88
5.4.	Contributo do estudo para trabalho futuro	89
5.5.	Considerações Finais	89
Bibliografia.....		91
Apêndices:.....		93
	Apêndice I: Investigadora e Atrizes.....	93
	Apêndice II: Texto Escrito pela Investigadora	93
	Apêndice III: Final de Espetáculo.....	108
Anexos.....		109
	Anexo A: Consentimento Informado	109
	Anexo B: Dados recolhidos exercício “Romance da minha vida”	111
	Romance da vida de BA.....	111
	Romance da vida de TH.....	112
	Romance da vida de SA	114

Romance da vida de MG	115
Romance da vida de VH	115
Anexo C: Cartaz e Folha de Sala	118
Anexo D: Obra “Ser Mulher” da artista Carla Silva	119

Índice de Figuras:

Figura 1: Bloco 1 Apresentação.....	58
Figura 2: Bloco 2 "Consciência individual e em grupo"	62
Figura 3: Bloco 2 "Consciência individual e em grupo"	62
Figura 4: Bloco 3 "Autoconhecimento"	65
Figura 5: Informação Dramatúrgica	68
Figura 6: Bloco 5 "Elementos Cénicos"	71
Figura 7: Bloco 5 "Elementos Cénicos" e Adereços de Cena	71
Figura 8: Bloco 6 "Produção Teatral" (fotografia de ensaio)	75
Figura 9: Bloco 6 "Produção Teatral" (sessão fotográfica).....	75
Figura 10: Bloco 7 "Apresentação do Espetáculo"	79
Figura 11: Bloco 7 "Apresentação do Espetáculo" (coreografia final)	80
Figura 12: Bloco 7 "Apresentação do Espetáculo" (leitura de poemas)	80
Figura 13: Agradecimento Final do Espetáculo (investigadora com as participantes)	93
Figura 14: Final do Espetáculo (investigadora com as participantes)	108
Figura 15: Cartaz Oficial	118
Figura 16: Folha de Sala Frente	118
Figura 17: Folha de Sala Verso	118
Figura 18: Obra da Artista Carla Silva intitulada " Ser Mulher"	119

Índice de Tabelas:

Tabela 1: Dados de caracterização das participantes.....	32
Tabela 2: Blocos temáticos e objetivos da entrevista	35
Tabela 3: Planeamento das sessões em fases/blocos.....	39
Tabela 4: Cronograma	41
Tabela 5:Análise de dados e resultados da sessão 1, exercício de “Auto-retrato”	55

CAPÍTULO I - INTRODUÇÃO

Introdução

A escolha do Teatro Comunitário como tema da minha dissertação deveu-se às histórias que passaram pela minha vida, sendo também uma homenagem a todas elas. Senti desde sempre que, talvez por circunstâncias da vida, fui e continuarei a ser, uma defensora assídua do feminino, da mulher, dos seus direitos e opiniões, talvez por ter nascido Mulher.

Quando nascemos, temos diante de nós um legado imenso, que é conseguir transmitir as nossas aptidões, capacidades e vontades da maneira mais fidedigna possível, sem corromperem aquilo que somos, e talvez sendo mulheres acresce a responsabilidade de sermos capazes de aceitar qualquer desafio com determinação e sucesso. Assim, percebi que através do Teatro e da Expressão Dramática conseguimos transmitir as nossas ideias, opiniões, sonhos e histórias de uma forma mais real, sem nos expormos, afinal tudo é teatro, e este é um campo onde são permitidas aspirações, contraposições e narrativas distintas da norma.

Pode-se dizer que a história remonta a 2011, aquando da escolha pela Licenciatura em Teatro e Educação. Após a conclusão do curso, surge então a experiência de trabalhar com grupos e comunidades ligados ao teatro.

Após este contacto com grupos heterogéneos, o despertar da curiosidade e o interesse em conhecer, de forma mais enraizada o Teatro Comunitário foram o principal motivo para envergar pelo Mestrado em Educação Artística. A escolha deste mestrado proporcionou novos olhares para outras culturas, que contribuíram para desenvolver e enriquecer a minha trajetória enquanto artista e professora, algo que se proporcionou recentemente e que desde sempre sonho ser.

A colaboração com um grupo de teatro amador, não poderia ter-se mostrado mais conveniente já que foi por essa escolha que entrei em contato com os elementos que hoje fazem parte da minha pesquisa.

No início da pesquisa para esta dissertação pude constatar que o enquadramento do Teatro e Comunidade é bastante amplo, por isso o que procurei fazer foi contextualizar sob o ponto de vista das memórias e histórias de vida das mulheres como integrante inspirador para a criação artística.

O olhar sobre a vida de cada uma, tem através da representação, o desenvolvimento das aptidões individuais e do sentido da ação coletiva. Como refere Barata (1981, p.

11), “se o teatro é a expressão de uma vida social, também é força atuante sobre a comunidade que lhe inspira os temas e conflitos que procura reproduzir”.

O teatro comunitário promove a reunião de pessoas numa sociedade segmentada onde a necessidade de criar laços e de reinventar rituais é urgente. O teatro põe em evidência a ideia de que a realidade não está construída, que o teatro é ponto de encontro e que a criação é também uma partilha. Assim, através de determinadas ações culturais ou projetos de teatro comunitário, verificamos não só a dimensão de educação estética, como também a dimensão sociopolítica, possibilitando o acesso a meios culturais por parte de outras classes, que de outra forma não teriam esse contacto, contribuindo para um processo de democratização da cultura e ampliação da cidadania.

Paul Heritage vem afirmar:

“Acreditar que o teatro é um lugar em que o significado é feito e nunca completo faz com que se veja o teatro – e consequentemente o mundo – como um local de mutabilidade e, assim, de transformação. (...) o teatro envolve-os num processo de desatamento do mundo e mostra que a mudança é possível. (...) a oficina de teatro e a performance são lugares de transformação constante, em que o corpo não permanece fixo numa forma ou papel determinado. O corpo é permanentemente nada e pode ser temporariamente tudo. Desatar o mundo é, na visão de Brecht, estabelecer uma relação dialética com a sociedade que vivemos.” (Heritage, 2000, p. 15)

Este processo promove o reconhecimento através do teatro, através da partilha de histórias de vida e da normalização de problemáticas presentes nas mesmas.

Alguns dos jogos e dinâmicas utilizadas ao longo do processo ajudaram as participantes a tomar consciência das suas recordações, sentimentos, desejos, ideias e esperanças.

O teatro em comunidade faz com que indivíduos que nele interajam, principalmente como atores, assumam papéis de protagonistas dos seus problemas e, mesmo que não sejam iguais, estejam cientes das suas implicações e possíveis causas. Permite, acima de tudo, um processo de criação autêntico, que leva em consideração a realidade da vida delas e toda a problemática envolvida no ser periférico e no estar na periferia, num processo criativo e reflexivo com e para o seu mundo.

O motivo da utilização do teatro como forma de ação social é assim descrito por Klühner (1989) como:

um processo cultural de comunicação, capaz de funcionar tanto junto de pequenas audiências como para grandes massas, com o seu potencial, em ambos os casos, de reações criativas. Portanto, um método de ampla influência possível na comunidade visada ou na própria sociedade como um todo. A ação dramática tem, na sua essência, a possibilidade de fundir-se numa mesma representação do real e do imaginário, a realidade objetiva e a realidade interna que mostra essa realidade tal como é vivida e sentida pelo que nela estão mergulhados. (Kühner, 1989, p. 28)

1.1. Contextualização da Investigação

A realização deste estudo baseia-se nas potencialidades do Teatro Comunitário como ferramenta aglutinadora do discurso efervescente do indivíduo, tendo como perspectivas metodológicas autores como Boal (1975), Freire (1980) e Bezelga (2012). Esta forma de teatro contribui para a promoção do à-vontade sem efeito de julgamento por parte de outros.

Pretende-se com a realização deste projeto enaltecer o papel da mulher numa determinada comunidade, através da partilha de histórias de vida, ficcionadas ou não.

Assim o projeto caracterizou-se por planear um conjunto de sessões de expressão dramática com os indivíduos (mulheres) de um grupo de teatro amador, propondo posteriormente uma apresentação final resultado desta intervenção. A apresentação do espetáculo serviu de exemplo para inspirar mudanças de intervenção comunitária.

1.2. Apresentação do Problema

As necessidades nesta proposta de investigação, baseiam-se na falta de valorização do Teatro, bem como na carência de partilhas de experiências relacionadas com a vida e problemáticas subjacentes às vivências das mulheres de diferentes faixas etárias.

A apresentação final do espetáculo *“Confissões de Mulheres”* contribuiu para o fortalecimento das relações comunitárias, na integração e valorização do papel das atrizes enquanto mulheres, mães, donas de casa e profissionais e o que está inerente à passagem do tempo e da idade.

1.3. Pertinência do Estudo

A realização deste estudo torna-se pertinente na medida em que aborda as potencialidades do Teatro Comunitário como ferramenta de comunicação. Esta forma de teatro contribui para a promoção da autoestima, da valorização pessoal, da partilha de temáticas consideradas “tabu”, uma vez que expõe problemáticas comuns a todos nós.

Pretende-se com a conceção desta investigação enaltecer o papel da Mulher recorrendo ao teatro em comunidade e para a comunidade, possuindo uma clara função social.

O espetáculo final irá possibilitar a transmissão de conhecimentos e sentimentos, bem como o fortalecimento das relações comunitárias, a integração e valorização do papel das participantes.

Posto isto, o processo compreende a realização de um conjunto de sessões de expressão dramática com cinco mulheres de um grupo de teatro amador (Ecos de Cena, da companhia Porta de Cena).

Conceitos-chave: Teatro Comunitário, Intervenção Cénica, Mulher

1.4. Objetivos da Investigação

- Promover os valores da arte comunitária através da união das dimensões artísticas e de partilha em comunidade social.
- Desenvolver experiências de teatro em comunidade feito para, na e com a comunidade.
- Enaltecer o papel da mulher numa determinada comunidade, através da partilha de histórias de vida.
- Valorizar a pesquisa e experimentação artísticas como práticas inovadoras do desenvolvimento e do conhecimento do indivíduo.

1.5. Questões de Investigação

1. De que forma é que o teatro colabora para a partilha de vivências dentro de determinada comunidade, através de sessões de expressão dramática?
2. É possível, através do processo criativo de uma peça de teatro, contribuir para a normalização de temáticas subjacentes às participantes?

1.6. Organização do estudo

Este estudo encontra-se organizado em cinco capítulos que se dividem da seguinte forma:

No Capítulo I é referido o contexto de investigação, apresentada uma introdução, a identificado o problema, as questões de investigação, os objetivos da investigação, a pertinência do estudo e os conceitos chave.

O Capítulo II refere-se ao enquadramento teórico, abordando os conceitos-chave considerados pertinentes no desenvolvimento deste estudo. Este capítulo é subdividido em três temas, o Teatro Comunitário, o Papel da Mulher no Teatro e o Teatro como Instrumento de Comunicação Comunitária.

No Capítulo III evidencia-se a contextualização da metodologia de investigação qualitativa, justificando o método selecionado, definindo os instrumentos de recolha de dados e os blocos temáticos. São também apresentadas a triangulação, a caracterização dos vários intervenientes e as considerações éticas. Neste capítulo estão também definidos o plano de ação e o cronograma.

No Capítulo IV estão descritos a análise de dados onde é elaborada uma descrição, reflexão e interpretação dos resultados das sessões e entrevistas.

No Capítulo V são relatados os resultados e as conclusões deste estudo, como também as limitações detetadas no mesmo e contribuições para futuras investigações.

CAPÍTULO II – ENQUADRAMENTO TEÓRICO

Introdução

O capítulo que se apresenta será dedicado ao enquadramento teórico sobre o Teatro em Comunidade tendo como base o entendimento de autores como Bezalga (2012), Boal (1996), Andrade (2013), Paulo Freire (1987), Nogueira (2008), entre outros.

2.1. Teatro e Comunidades: aproximações e contexto

2.1.1. Teatro Comunitário

A palavra Teatro tem origem no termo grego Theatron, que significava “o lugar onde se vê”, isto é, o espaço do anfiteatro ocupado pelo espectador. Este era um vasto espaço criado para que milhares de pessoas assistissem a um acontecimento que envolvia toda ou quase toda a comunidade e cujo significado era ao mesmo tempo religioso e político. (Mateus, 2005)

De acordo com Kühner (1989), o teatro é um processo cultural de comunicação, capaz de funcionar tanto com pequenas audiências como para grandes massas, com potencial, em ambos os casos, de reações criativas. Assim, esta forma de teatro, promove o reconhecimento de problemas vividos numa determinada comunidade. Portanto, um método de ampla influência possível na comunidade visada ou na própria sociedade como um todo.

Bezalga (2013) afirma que o teatro em comunidade contribui não só para a promoção da saúde, mas também para uma participação mais ativa e informada de indivíduos, contribuindo para a promoção de hábitos culturais. Este processo de comunicação fomenta a cidadania ativa e a participação da população na melhoria das suas condições de vida como uma ação essencial para a redução das desigualdades.

O teatro pode ser ainda uma ferramenta para a valorização pessoal, uma vez que permite que as pessoas se expressem livremente e desenvolvam competências de comunicação, criatividade e trabalho em grupo. Além disso, o teatro pode auxiliar a melhorar a autoestima e a confiança das pessoas, permitindo que elas se sintam mais confortáveis na sua própria pele e sejam mais assertivas socialmente. Assim, este meio

de informação, de transmissão de conhecimentos e sentimentos promove uma ebulição entre o vivido e imaginado que dá conta desse processo. Nele a linguagem aparece como concreta e, sobretudo, como ferramenta do processo educativo que não pode ser apreendido sem ser artesanalmente testado, produzido ou mesmo seduzido. (Boal A. , 2009)

Dependendo do ambiente de onde o indivíduo é originário, a canalização aplicada em palco possibilita a sua visibilidade num discurso efervescente, promovendo o à-vontade sem receio de julgamento por parte dos outros.

Lopes (2011) defende que a prática do teatro comunitário tem uma dimensão educacional, na medida em que contribui para fortalecer relações comunitárias, o entendimento, a integração e a transitividade crítica. Portanto, o teatro com significados educacionais não está condicionado à ausência da beleza e do cultivo das emoções. O teatro educacional é jogo dramático que abre uma perspectiva de educação para quem assiste e quem o realiza.

O teatro em comunidade possui uma clara função social e baseia-se num determinado grupo e nas mudanças que nele é capaz de operar. Philip Taylor define-o como sendo uma aplicação de arte teatral que é aproveitada para ajudar as comunidades a desenvolver alguns aspetos de quem são e do que se pretendem tornar. (Taylor in Mota, 2019, p. 8)

Para Bauman (2003), a Comunidade é definida como algo que remete ao conforto e ao acolhimento, sendo um local que nos proporciona uma rede de proteção e que nos ajuda a enfrentar as dificuldades diárias, diferente de sociedade. Assim, procuramos criar vínculos sociais numa determinada comunidade. Este sentimento de pertença e aceitação é fruto das várias transformações individualistas características do séc. XXI, onde o inimigo seria aquele que está fora da comunidade. Nas palavras do mesmo autor “o aconchego do lar deve ser procurado, quotidianamente, na linha de frente”. (Bauman, 2003, p. 22)

Márcia Nogueira (2008) a propósito do “Encontro Internacional de Reflexão sobre Práticas Artísticas Comunitárias” (EIRPAC) refere que o Teatro na Comunidade assume distintas definições, mas essencialmente a nomenclatura utilizada parte do princípio de duas trajetórias, teatro comunitário ou teatro na comunidade.

Ao conceito “comunidade” associamos a imagem de uma “terra” ou “aldeia”, uma comunidade rural, pequena, estável e isolada geograficamente. Uma comunidade composta por cidadãos, vizinhos, com conhecimento de cada elemento. Existe, portanto, a ideia de ligação e afinidade e muitas vezes de consanguinidade em cada um deles. (Nogueira M. P., 2017)

Não podemos definir apenas Comunidade em termos de localidade.

“(…) É a entidade à qual as pessoas pertencem, é maior que as relações de parentesco, mas mais imediata do que a abstração a que chamamos de “sociedade”. É a arena onde as pessoas adquirem as suas experiências mais fundamentais e substanciais da vida social, fora dos limites do lar” (Cohen in Nogueira 2017, p.14)

Kershaw (1992) segue a mesma linha de pensamento do autor, ao propor que toda comunidade é parecida no que diz respeito às dissemelhanças internas que alberga e ao papel de interferência que assume entre o indivíduo e a sociedade. Assim, o mesmo refere a “Comunidade de local” como sendo criada por uma rede de relacionamentos formados por interações face a face, numa área delimitada geograficamente e a “Comunidade de interesse”, como sendo formada por uma rede de associações que são predominantemente caracterizadas pelo seu comprometimento em relação a um interesse comum. Estas comunidades podem não estar delimitadas por uma área geográfica particular. Posto isto, comunidades de interesse tendem a ser explícitas ideologicamente, mesmo que os seus membros venham de áreas geográficas diferentes, eles podem de forma relativamente fácil reconhecer sua identidade comum.

A definição do que seria Teatro e Comunidade, compreende uma diversidade de formas artísticas e as ramificações que delas surgem, variam conforme as tradições locais e os contextos políticos, sociais e artísticos onde estão inseridos. De acordo com Kershaw (1992) “estamos perante uma prática de teatro comunitário: Sempre que o ponto de partida [de uma prática teatral] for a natureza do seu público e da sua comunidade. Que a estética de suas performances for talhada pela cultura da comunidade e da sua audiência. Neste sentido estas práticas podem ser categorizadas enquanto Teatro na Comunidade.” (Kershaw, 1992, p. 05)

Assim, podemos concluir que não basta nos apresentarmos numa comunidade para que sua prática possa ser entendida como teatro na comunidade. É preciso que seu conteúdo e/ou sua forma dialoguem com a comunidade. (Nogueira M. , 2008)

2.1.2 Teatro Comunitário em Portugal

Essencialmente após o 25 de abril que em Portugal, surge a abertura teatral a pessoas exteriores ao teatro. O teatro feito por comunidades e para comunidades com o intuito de divulgar a cultura de uma região, promover a inserção social, abordando temáticas que até então estavam sujeitas a limitação do Estado Novo, alicerçando novas formas e estéticas artísticas.

O fenómeno denominado de “globalização” veio influenciar a perspectiva do Teatro em Portugal. A criação de novos métodos e técnicas de teatro como Teatro do Oprimido, oriundo do Brasil, constitui um exemplo de como as práticas estrangeiras foram importadas para o nosso País. Apesar das iniciativas de divulgação do teatro comunitário por parte de determinadas organizações, como por exemplo, associações culturais, religiosas, partidárias, podemos afirmar que o teatro, é de um modo geral, uma arte em crise no século XXI.

Por norma, as criações teatrais têm vindo a ser executadas com base em objetivos semelhantes ao desta investigação, a conceção de um projeto, com base em temáticas tabus adjacentes à sociedade onde os elementos de determinada comunidade tentam promover a valorização desta arte.

A propósito da pesquisa para a fundamentação deste estudo, deparei-me com a tese de mestrado de Joana Teixeira (2014), sobre o Estudo de Caso de Teatro Comunitário em Portugal. Na perspectiva da autora o Teatro “tornou-se uma arte distante do público, tanto do ponto de vista físico/territorial, como do ponto de vista artístico, comparativamente a outras artes”. (p. 28) A mesma compara-a com o cinema e a música em termos de localização, o primeiro está na maioria das vezes localizado em grandes centros comerciais, tornando de fácil acesso a pessoas que vão fazer as suas compras ou passear, o segundo é ainda mais simples porque está localizado em plataformas online, onde os utilizadores podem “ouvir a música que se quiser, onde se quiser, quando se quiser”. Relativamente ao teatro, deparamo-nos que muitos deles estão localizados nos

centros das cidades, comparativamente aos centros comerciais que estão localizados em zonas de aglomerados habitacionais.

“Ao teatro, no entanto, as pessoas têm de se deslocar propositadamente, por interesse, porque querem realmente. Isso obriga a um esforço muito maior, comparado à facilidade de acesso a outras artes. Muitas vezes esse esforço é inglório, porque é frequente o descontentamento ou o aborrecimento do espectador perante o resultado de um espetáculo de teatro. Justa ou injustamente, o teatro é inevitavelmente comparado a outras artes, no sentido em que não acompanhou o ritmo de evolução técnica de outras artes e é visto recorrentemente como uma arte pouco apelativa. A não-identificação do público com o que é apresentado em cena pode, apesar de tudo, corresponder a um preconceito. O que é certo, é que a divulgação das atividades teatrais, é ainda hoje feita em nicho, ou seja, através de uma curta rede de contactos, entre a qual circulam cartazes e convites.”

(Teixeira, 2014, p. 29)

Em linha com este pensamento, Denis Guénoun, faz uma reflexão sobre o público que compõe a ida ao teatro. Muitas das vezes esse público é composto com amadores, amigos, famílias que vão ao teatro para ver se conhecem alguém. O autor desqualifica os públicos considerando-os indignos do estatuto de “verdadeiros espectadores”. Assim Denis conclui que o verdadeiro espectador vai ao teatro pelo puro prazer de degustar a representação em si e que, por desgraça, esse “espectador é hoje um fóssil, se é que algum dia existiu”. (Guénoun, 2003)

Muitas vezes, esta falta de coerência e desvalorização do olhar dos artistas está paredes meias com a desmotivação do público. O público deve-se ver retratado no que está a ser representado, os problemas, soluções e temas a serem abordados devem ser reais e o mais aproximado das comunidades. No seguimento desta perspetiva, Teixeira (2014) afirma que

“nota-se por parte do teatro uma grande necessidade de criar novos públicos, pois o teatro não é autofágico. Há, portanto, um interesse, por parte de certos artistas, em se aproximarem das comunidades, com vista a uma reflexão sobre a arte que fazem e para quem a fazem. Tal aproximação leva-os à partilha e ao debate de ideias, de opiniões e de gostos, como estratégia de desenvolvimento e expansão da arte. Identificam-se então, pelo menos, dois objetivos neste estreitamento entre artistas e comunidades: o desenvolvimento criativo do teatro e o desenvolvimento de um público que se questione e o questione.”

(Teixeira, 2014, p. 30)

Posto isto, será de acordo com a inovação artística que permanece influenciada com os saberes e tradições do espetador e do ator. Neste sentido torna-se fulcral ter em consideração a formação de públicos, sendo esta uma técnica que alia a fidelização de audiências tornando-se uma expressão artística apelativa. Públicos mais informados, tornam-se públicos mais cultos, ativos e sensíveis a diferentes temáticas.

A arte do palco pode nesse sentido contribuir para a libertação das pessoas, para isso estas deverão possuir autonomia de pensamento na interpretação do que é apresentado, incitando o progresso mental e social de uma comunidade.

2.1.3. Influências e inspirações

Augusto Boal é uma das figuras mais influentes no teatro comunitário. Ele é conhecido por ter desenvolvido o Teatro do Oprimido, uma abordagem teatral que visa envolver a comunidade na criação de espetáculos que abordam questões sociais e políticas relevantes. O Teatro do Oprimido é baseado na ideia de que o teatro pode ser uma forma de empoderar as pessoas e ajudá-las a encontrar soluções para os seus problemas. Boal (1996) também enfatizou a importância da participação ativa da audiência no processo teatral, através de técnicas como o "espetador-ator" e o "fórum teatral".

O Teatro para as comunidades caracteriza-se, segundo Boal (1996) como um teatro feito por artistas para comunidades periféricas, desconhecendo de antemão a sua realidade.

Caracteriza-se por ser uma abordagem de um teatro de mensagem.

“Usávamos nossa arte para dizer verdades, para ensinar soluções: ensinávamos os camponeses a lutarem por suas terras, porém nós éramos gente da cidade grande; ensinávamos aos negros a lutarem contra o preconceito racial, mas éramos quase todos alvíssimos; ensinávamos às mulheres a lutarem contra os seus opressores. Quais? Nós mesmos, pois éramos feministas-homens, quase todos. Valia a intenção” (Boal in Mota, 2019, p. 21)

A sua abordagem teatral tem sido amplamente adotada em todo o mundo para expor questões como a violência doméstica, a discriminação racial, a pobreza e a exclusão social.

Assim, propôs uma pedagogia que trabalhasse o conhecimento da realidade do educando, da qual o educador pudesse partir para desenvolver suas atividades.

De acordo com Nogueira (2008) a nova abordagem, inspirada por Augusto Boal e Paulo Freire, baseia-se no princípio de respeito pelas necessidades reais do povo, não do que se imagina que necessitem.

Na perspectiva da investigadora Márcia Nogueira (2008) da Universidade do Estado de Santa Catarina, esclarece estas práticas artísticas da seguinte forma:

“Trata-se de um teatro criado coletivamente, através da colaboração entre artistas e comunidades específicas. Os processos criativos têm sua origem e seu destino voltados para realidades vividas em comunidades de local ou de interesse. De um modo geral, mesmo usando terminologias diferentes, esboça-se um método baseado em histórias pessoais e locais, desenvolvidas a partir de improvisação. Cada terminologia, a seu modo, guarda relações com um processo educativo entendido ou não como transformador.” (Nogueira M. , 2008, p. 4)

Assim, de acordo com Nogueira (2008) a comunidade é convidada a participar desde a identificação da necessidade do estudo teatral até a atuação na apresentação final. O que se pretende é dar ao povo os meios de produção teatral. O Teatro é praticado como uma arena dramática onde os assuntos das pessoas são apresentados, compartilhados entre diferentes membros das comunidades, de forma a fortalecer as pessoas, para agir como um meio de comunicação entre diferentes setores da comunidade e mesmo entre diferentes comunidades, enquanto uma forma de identificar e solucionar os problemas, de compartilhar histórias.

Partindo do princípio da influência do Teatro do Oprimido neste projeto, o mesmo define-se de acordo com o seu criador Boal (1996) como um sistema de exercícios físicos, jogos estéticos, técnicas de imagem e improvisações espaciais, que tem por objetivo resgatar, desenvolver e redimensionar essa vocação humana, tornando a atividade teatral um instrumento eficaz na compreensão e na busca de soluções para problemas sociais e interpessoais.

O Teatro do Oprimido, de acordo com Barata (1979), adota as dimensões artística, social e política inerentes à experiência teatral, ao que se acrescenta uma nova dimensão, a terapêutica. O ato teatral enquanto autodescoberta, análise e reflexão é sem dúvida uma experiência terapêutica, que se constitui, neste sentido, a partir do jogo como meio de conhecimento. (Barata in Regalado, 2016)

A abordagem de Freire e Boal foram as influências e inspirações essenciais ao longo deste processo. A indagação de temáticas adjacentes ao cotidiano feminino tornou o Teatro do Oprimido e os jogos presentes no mesmo método como ferramenta aglutinadora do discurso das artistas.

“Nosso papel não é falar ao povo sobre a nossa visão do mundo, ou tentar impô-la a ele, mas dialogar com ele sobre a sua e a nossa. Temos de estar convencidos de que a sua visão do mundo, que se manifesta nas várias formas de sua ação, reflete a sua situação no mundo, em que se constitui. A ação educativa e política não podem prescindir do conhecimento crítico desta situação, sob pena de se fazerem “bancárias” ou de pregarem no deserto.” (Freire P. , 2018, p. 91)

A par da influência neste processo do método de Teatro do Oprimido de Boal e Freire estão as inspirações para a planificação de diversas sessões de expressão dramática, que na perspectiva de Solmer (2003) proporcionam a liberdade de expressão.

“A Expressão Dramática utiliza situações predeterminadas ou completamente deixadas ao acaso do momento (improvisação), que colocam o participante na possibilidade imediata de se exprimir, comunicar, sentir e experimentar. E assim, através do jogo, aprender. Conhecer mais e melhor o mundo em que vive”.

(Solmer, 2003, p. 356)

2.2. A Mulher e o Teatro

“Uma representação significa o que está presente no espírito; esta presença pode ser mais ou menos adequada à realidade da coisa ou da pessoa representada, pode ir até a deformação figurada desta realidade e confundir-se, então, com uma produção puramente imaginária, fantasmagórica. O ser representado é sempre segundo, mediatizado relativamente ao sujeito que é a sede da representação. Assim, pode dizer-se que a mulher é um objeto de representação constituído por um outro sujeito, diferente do seu, que se coloca no seu lugar, o sujeito masculino”.

(CRAMPE-CASNABET, 1991, p. 370)

2.2.1. O Papel da mulher no teatro em Portugal

A presença da mulher no teatro pressupõe uma afirmação de poder e de aceitação de diferentes divisões sociais. Na Grécia e Roma antiga representar era um papel dado exclusivamente ao masculino. Os homens chegavam mesmo a desempenhar papeis que hoje são desempenhados por mulheres, faziam-no com recurso a máscaras.

Therese du Parc é apontado como sendo o primeiro nome feminino da história do teatro. “La Champmesle”, nome pelo qual era conhecida por causa do casamento com Charles Chevillet Champmesle, começou a sua atividade teatral ao pertencer ao grupo de Molière, com o surgimento de “Commedia Dell’Arte”.

Durante o séc. XVIII, em Portugal, as mulheres foram proibidas de atuar, inicialmente nos espetáculos da corte e posteriormente nos teatros públicos. No reinado de D. Maria I, chegaram a ser banidas não apenas dos palcos, mas também do auditório como defesa da manutenção da moral e dos bons costumes.

Este contexto delimitou a evolução do Teatro em Portugal e tornou mais demorado o desenvolvimento da sociedade portuguesa no que diz respeito às ideias progredidas pelo Iluminismo. De acordo com Bruno Schiappa (2009) “O Iluminismo considerava o teatro uma escola de civilização, um moderador de vícios e um construtor de moralidade e, para que tal acontecesse, devia ser sempre *vraisemblable*”. (p. 1)

Os homens representavam todos os papéis, o que na maioria das vezes era considerado ridículo pelos estrangeiros que visitavam Portugal na altura. Em 1772, dois estrangeiros, Richard Twiss e William Wraxall, escreveram:

“A 17 de Novembro, desloquei-me ao palácio do rei, em Belém(...) onde assisti à ópera italiana Ezio. A orquestra é excelente; não se admitem mulheres, exceto as da casa real, a este espetáculo. Também não são admitidas no teatro: castrados disfarçados de mulheres tomam o seu lugar, e a ilusão é perfeita. Mas chocou-me ver os ballets dos intervalos executados por homens, cujas barbas negras e largos ombros sob trajes de mulher não inspiram nada de agradável. Este costume invulgar é atribuído ao ciúme da rainha.”

(Twiss in Shiappa, 2009, p.1)

Como refere Eleutério (2003) “a proibição de subirem mulheres ao palco aparece como condição *sine qua non* para que um texto teatral possa ser representado”. (p. 278) Os textos eram escritos, avaliados e representados exclusivamente por homens. Numa

carta de 1779, Arthur William Costigan (pseudónimo literário do Major português Diogo Ferrier) escreveu:

“Meu querido irmão: Prometi numa das minhas cartas contar-vos uma representação teatral a que assistimos. Foi uma autêntica farsa; na minha maneira de ver, excedeu em ridículo e burlesco tudo quanto de mais grosseiro, mesmo nos tempos mais rudes, foi alguma vez produzido no teatro. Agora não há aqui teatro público, pois a piedosa rainha não permite uma escola pública de imoralidade; menos ainda admitiria que mulheres aparecessem em cena. É de opinião que consentir às mulheres que se exibam desta maneira em público é parecer patrocinar o vício favorito do país; visto que a principal preocupação é evitar o escândalo. Isto confirma o que já disse em tempos, assim como concorda com o conselho que os velhos frades, neste país, dão sempre aos novos: si non caste tantum modo caute, se não podeis ser casto ao menos sede cauteloso. Em conformidade com estas razões, Sua Majestade, mercê da sua autoridade absoluta, pode proibir às mulheres de representarem em público: elas, porém, agradecem a Deus o não poder ela impedir de representarem em particular.” (Carreira in Schiappa, 2009)

Schiappa (2009), para a revista nº 12 Sinais de Cena, seleciona alguns testemunhos de estrangeiros que retratavam as suas impressões sobre a vida teatral em Portugal durante o séc. XVIII:

William Beckford (1760-1844) esteve em Portugal em 1787/88 e de novo em 1794:

“Estive mais entretido do que esperava, apesar da récita durar mais de quatro horas e meia, das sete até perto da meia-noite. Compunha-se o espetáculo de uma empolada tragédia em prosa, em três atos, intitulada Sesostris, dois bailados, uma pastoral, e uma farsa. As decorações não eram más, e os trajes eram pomposos. Um jovem de andar incerto, e olhar turvo, trajando o mais pesado luto, guinchou e roncou alternadamente o papel de uma princesa viúva. Outro adolescente, mal seguro nos seus sapatos de tacões altos, representava a Sua Majestade egípcia, e garganteou duas árias com toda a nauseabunda suavidade de um aflautado falsete. Conquanto eu tivesse vontade de lhes esmurrar os ouvidos, por me terem tão grosseiramente aturdido os meus, o auditório foi de mui diversa opinião, e aplaudiu-os com o maior entusiasmo.”

(Beckford in Schiappa, 2009, p.2)

Robert Southey (1774-1843) esteve em Portugal nos anos de 1799 e 1800 e escreveu:

“A ópera italiana, cujo absurdo exige uma tal perversidade, é normalmente aguardada aqui com interesse. A rainha atual não admite que as mulheres apareçam no palco, e esta medida, na verdade uma consequência do seu ciúme, dizem que procede da sua

preocupação pela moral pública. Tinha sido dada permissão, quando eu cheguei, para que uma bailarina se exibisse e o teatro estava esgotado por essa razão. Onde estava a preocupação da rainha com a moral pública permitiu tal? Não se deveria autorizar nenhum divertimento que não fosse benéfico para o espectador e fosse vicioso para o intérprete. Tais proibições de índole espartana seriam vistas como despóticas nos nossos Estados modernos e liberais, onde leis sumptuárias são consideradas entraves à liberdade.”

(Southey in Schiappa 2009, p. 2)

O papel da mulher no teatro em Portugal tem sido historicamente limitado, com as mulheres a serem frequentemente distanciadas para papéis secundários e estereotipados. No entanto, nas últimas décadas, houve um aumento significativo na presença e reconhecimento das mulheres no mundo do teatro. As mulheres têm vindo a assumir papéis importantes como atrizes, diretoras, dramaturgas e produtoras, e a explorar temas relevantes para as mulheres e para a sociedade em geral. Além disso, tem havido um esforço para promover a igualdade de género no teatro, com iniciativas que visam aumentar a representação das mulheres em todos os níveis da indústria teatral e garantir que as suas contribuições sejam reconhecidas e valorizadas. No entanto, ainda há desafios a enfrentar, como a falta de financiamento e recursos para projetos liderados por mulheres e a persistência de estereótipos de género no mundo do teatro.

Desta feita, o teatro pode ser uma ferramenta poderosa para a valorização das mulheres, permitindo que as suas histórias e perspetivas sejam partilhadas e ouvidas. Nesse sentido ao criarmos um texto sobre o Universo Feminino, podemos abordar temas relacionados com a luta das mulheres pela igualdade e justiça, incluindo questões como a violência doméstica, a discriminação laboral e os direitos reprodutivos. Além disso, o teatro pode ser usado como uma técnica para promover a diversidade e a inclusão, concedendo voz a mulheres de diferentes origens e experiências.

O espetador que assiste a uma peça de teatro que valorize as mulheres, poderá sentir-se inspirado para refletir sobre as suas próprias atitudes e comportamentos em relação às mulheres, bem como sobre a necessidade de mudanças sociais mais amplas.

A expressão dramática pode ser um instrumento para as mulheres se expressarem e contarem as suas histórias. Através do teatro, da dança ou de outras formas de arte

dramática, as mulheres podem explorar as suas próprias experiências e emoções, bem como partilharem mensagens importantes com o público. Através de sessões de expressão dramática podemos permitir para que as intervenientes se sintam mais confiantes, permitindo-lhes explorar diferentes papéis e perspetivas.

2.3. Intervenção Cénica – O Teatro como Instrumento de Comunicação Comunitária

De acordo com Bezelga (2012) a democratização no acesso tecnológico e a esperança do seu impacto, na vivência quotidiana de milhões de seres humanos, poderia ser a chave para um caminho para um Mundo mais feliz. No entanto, num período marcado pela globalização, vemos nas práticas criativas e expressivas em contexto local, e à arte-educação, a urgência da tomada de uma posição crítica, de resistência, no desempenho de um papel regulador entre o individual e o coletivo, na esteira de uma maior convivialidade inclusiva e solidária.

Piaget vem complementar esta linha de pensamento com a importância da educação pela arte como sendo primordial para criar indivíduos capazes de fazer coisas novas e não simplesmente repetir o que outras gerações fizeram. Isto implica que todo o participante seja visto como um “Todo”, permitindo-lhe um desenvolvimento harmonioso e equilibrado do seu “Ser”. (Piaget in Afonso, 2013)

No âmbito da educação artística, o teatro e mais concretamente a expressão dramática podem ser uma ferramenta eficaz, uma vez que permite aos seus participantes experimentar diferentes formas de desenvolvimento das suas capacidades criativas e interpretativas. Sousa (2003) evidencia a importância desta área ao afirmar que “a expressão dramática é um dos meios mais valiosos e completos de educação.” (p. 33)

Poderemos estar perante uma estratégia para a sociedade do futuro, devendo a escola formar, espíritos flexíveis, empreendedores, aptos a sair de caminhos batidos. O pensamento e a sensibilidade criadora estão no centro da evolução social e cultural e a escola deve ser a sua base de apoio.

Na perspetiva de Landier & Barret (1999) a prática da expressão dramática desde cedo pode ser benéfica para o desenvolvimento das competências comunicativas e

emocionais da criança. Uma pedagogia com base na expressão pode contribuir para a construção de múltiplas pontes, entre a arte e o ensino. Esta ligação favorece o desabrochar dos jovens que passam na escola uma grande parte do seu tempo.

“A expressão dramática, enquanto prática pedagógica do teatro no sentido mais lato, pode-se fixar como finalidade favorecer o desenvolvimento, o desabrochar da criança através de uma atividade lúdica que permita uma aprendizagem global (cognitiva, afetiva, sensorial, motora e estética).”

(Landier & Barret, 1999, p. 12)

Ao explorar diferentes personagens, histórias e emoções, as crianças aprendem a expressar-se de forma mais clara e eficaz, melhorando a autoestima e desenvolvendo a criatividade. A intervenção cénica pode ajudar os alunos a compreender melhor os aspetos técnicos e estéticos do teatro, bem como a história e a cultura que estão por trás das diferentes formas de expressão artística.

A prática da expressão dramática permite apoiar as crianças a desenvolver a capacidade de trabalhar em grupo e a respeitar as diferenças individuais. Continuando nesta linha de pensamento, os autores Landier & Barret (1999) privilegiam a expressão oral como sendo uma das cinco acentuações da prática da expressão dramática, ao “desenvolver a argumentação, favorecerem igualmente a escuta, a atenção ao outro, a aceitação da diferença”.

Gauthier (2000) afirma ainda que a expressão dramática potencia nos seus intervenientes viverem a sua imaginação, os seus sonhos, as suas fantasias e até os seus medos, provando a capacidade de transformação e de se imaginarem.

De acordo com Heritage (2000) e numa perspetiva de intervenção cénica, o teatro, pode ser um instrumento de comunicação comunitária, uma vez que permite que as pessoas se expressem, compartilhem as suas histórias e se envolvam em discussões sobre questões importantes para a comunidade. Ele promove uma ferramenta para que os seus membros se tornem criadores, artistas e espectadores, ao trabalharem juntos para abordar desafios sociais e diligenciar mudanças.

Embora o teatro comunitário seja por si uma grande escola, é necessário continuar a vinculação da educação com a arte, a cultura, a cooperação, a cidadania, a esperança, as questões humanas. Assim, torna-se possível recuperar o humanismo e a ligação da arte e com a vida.

Para abordarmos o teatro como instrumento de comunicação comunitária, é importante ter em consideração o envolvimento dos membros da comunidade em todas as etapas do processo, desde a criação até à apresentação. Além disso, é fundamental garantir que o teatro comunitário esteja acessível a todos, independentemente da sua origem social, da idade ou habilitações artísticas.

Em suma, o teatro pode ser uma técnica importante para envolver a comunidade, promovendo a conscientização, estimulando o diálogo e a reflexão, além de inspirar mudanças sociais positivas. Ao permitir que as pessoas compartilhem as suas histórias e perspetivas, o teatro comunitário pode fortalecer a coesão social e capacitar os membros da comunidade a tornarem-se agentes de transformação das suas próprias vidas e na sociedade em geral.

CAPÍTULO III– METODOLOGIA DA INVESTIGAÇÃO

Introdução

Ao longo deste capítulo são abordadas as opções metodológicas do estudo, bem como as suas bases teóricas. A adoção de uma metodologia qualitativa, com a investigação-ação como método considerado o mais adequado, os instrumentos de recolha de dados, bem como os seus fundamentos teóricos, as considerações éticas que conduziram este estudo e por fim o plano de ação que, de forma planificada orientou a investigação.

3.1. Metodologia de investigação – abordagem qualitativa

Este estudo assenta nas cinco características de uma investigação qualitativa definidas por Bogdan e Biklen: na investigação qualitativa a fonte direta de dados é o ambiente natural, constituindo o investigador como instrumento principal; a investigação qualitativa é descritiva; os investigadores qualitativos interessam-se mais pelo processo do que simplesmente pelos resultados ou produtos; os investigadores qualitativos tendem a analisar os seus dados de forma indutiva; e o significado é de importância vital na abordagem qualitativa. (Bogdan & Biklen, 1994)

Sampieri, Collado & Lucio (2013) caracterizam a pesquisa qualitativa como “um processo que explora os fenómenos em profundidade; é basicamente conduzido em ambientes naturais; os significados são extraídos dos dados; não se fundamenta na estatística”. (p. 29)

A adoção da referida metodologia de investigação qualitativa torna-se mais adequada uma vez que, segundo Bogdan & Biklen (1994), “os investigadores qualitativos assumem que o comportamento é significativamente influenciado pelo contexto em que ocorre, deslocando-se, sempre que possível, ao local de estudo” (pp. 48-49)

Analisa múltiplas realidades subjetivas, não tem sequência linear, é indutivo e recorrente. Os benefícios são a profundidade de significados, a extensão, a riqueza interpretativa e a contextualização do fenómeno.

A pesquisa qualitativa utiliza a recolha de dados sem medição numérica para descobrir ou aprimorar perguntas de pesquisa no processo de interpretação. Assim, segundo Sampieri, Collado & Lucio (2013) a metodologia qualitativa avalia o desenvolvimento natural dos acontecimentos, isto é, não há manipulação nem estimulação em relação à

realidade. Afirmam também, que a pesquisa qualitativa se fundamenta na perspectiva interpretativa centrada no entendimento do significado das ações dos seres vivos, principalmente dos humanos e das suas instituições.

Assim, podemos afirmar que a origem da pesquisa qualitativa é aprofundar os fenómenos, que são explorados a partir da perspectiva dos participantes num ambiente natural e em relação ao contexto.

Em suma, investigação qualitativa será a metodologia adotada neste estudo uma vez que pretende compreender a perspectiva dos participantes sobre os fenómenos que os rodeiam (histórias de vida), aprofundar as suas experiências, pontos de vista, opiniões e significados, isto é, a forma como os participantes percebem subjetivamente a sua realidade.

3.2. Seleção e caracterização do método Investigação-Ação

A escolha do método de investigação-ação foi a mais adequada uma vez que torna possível de forma concreta a resolução de problemas educativos em situações específicas.

Pretende-se assim, com a escolha deste método de investigação, proporcionar a partilha de histórias de vida das mulheres do grupo de teatro amador Ecos de Cena, levando a palco a naturalização desses problemas e histórias, tornando possível enaltecer as mesmas através deste processo de criação.

Fundamentando com Cohen, Manion & Morrison (2000) que consideram a Investigação-Ação passível de influenciar a prática educativa, além de facilitar a reflexão sobre a experiência de uma realidade concreta, permitindo assim detetar fenómenos e situações específicas, na busca de boas práticas que possam modificar essa mesma problemática, interferido sobre ela.

“Sendo um procedimento essencialmente em loco, com vista a lidar cm um problema concreto localizado numa situação imediata. Isto significa que o processo é constantemente controlado passo a passo (isto é, numa situação ideal), durante períodos variáveis, através de diversos mecanismos (questionários, diários, entrevistas e estudos de casos, por exemplo), de modo que os resultados subsequentes possam ser traduzidos em modificações, ajustamentos, mudanças de direção, redefinições, de

acordo com as necessidades, de modo a trazer vantagens duradoras ao próprio processo em curso.”

(Cohen, Manion, & Morrison, 1989, p. 223)

Comparativamente a Bogdan & Biklen (1994) que consideram que esta metodologia de investigação pretende além do mais propulsionar mudanças sociais através da recolha sistemática de dados, o que, na voz dos mesmos, é a vantagem principal deste método.

Elliot (1991) e Moura (2003) atestam esta definição ao apontarem este método como um estudo que objetiva a melhoria da qualidade da ação de um fenómeno social específico; no qual o papel primordial será do professor/investigador, enquanto comunicador reflexivo, capaz de enfrentar situações específicas, complexas e problemáticas; com a intenção de corrigir e avaliar as suas práticas tendo como finalidade a mudança social.

Latorre (2007) menciona que o método de Investigação-ação se integra como um processo em espiral reflexiva de ciclos:

- * Planificação – elaborar um plano de ação para melhorar uma determinada situação, no sentido de melhor compreender e resolver a situação considerada problemática;
- * Ação – implementação do plano, introduzindo alterações à situação Inicial;
- * Observação – verificar os resultados da aplicação do plano de ação no contexto em que decorreu (impõe-se o recurso a estratégias de recolha e análise de dados);
- * Reflexão – refletir sobre os resultados obtidos, de modo a poder concluir sobre a validade das hipóteses iniciais e da eficácia da estratégia de ação para a resolução do problema (esta etapa pode implicar a formulação de novas hipóteses, bem como um novo plano de ação, iniciando-se novamente o ciclo de investigação).

Outro motivo que levou à constatação de que a metodologia de investigação-ação será a mais adequada através de uma abordagem qualitativa foi o fato de colocar em prática, num curto período, um modelo teórico crítico, sob a forma de três ciclos, numa dialética de reflexão – ação – reflexão contínua e sistemática, como defende Elliot (1994, in Moura 2003).

Segundo Cohen, Manion & Morrison (2000, p. 78) a Investigação-Ação:

- * Tem como objetivo desenvolver práticas reflexivas e unir prática e investigação.
- * Focaliza-se nas práticas diárias e nas práticas reflexivas
- * Tem como características, contextos específicos e participantes com

investigadores.

3.3. Vantagens e desvantagens

Relativamente às vantagens do método de investigação-ação, este possibilita melhorias significativas na prática educacional, de acordo com Cohen & Manion (1994); Elliot (1994); Moura (2003) uma vez que paralelamente à experiência, o investigador identifica mais facilmente situações problemáticas e o seu papel no lugar da ação, possibilitando desenvolver todo o processo. Para Cohen e Manion (1994) outra vantagem deste método será aplicação do mesmo em curtos períodos e em pequena escala.

De acordo com Cohen, Manion & Morrison (2000) a grande desvantagem deste método é a impossibilidade de se produzirem generalizações de natureza estatística, porque se confina a contextos específicos que só poderão ser transportados para outras situações mediante adaptações e alterações.

3.4. Contexto da Investigação

Com esta investigação-ação pretende-se a realização de 30 sessões de expressão dramática dinamizadas pela investigadora. Serão utilizadas também entrevistas com o grupo de cinco mulheres pertencentes ao grupo de teatro amador “Ecos de Cena” da companhia de teatro “Porta de Cena” e ao grupo de teatro “Oficinas do Centro Dramático de Viana”

3.5. Caracterização dos intervenientes

A escolha de elementos pertencentes ao grupo de teatro amador “Ecos de Cena” deveu-se ao facto de já os conhecer previamente. Contudo, um dos elementos não pertencia

ao grupo, tendo sido, através deste projeto, o primeiro contacto com a expressão dramática e o teatro.

A angariação de participantes para este projeto foi difícil, uma vez que o grupo iniciaria ensaios para uma nova produção de teatro, o que dificultaria a disponibilidade das mesmas. Duas participantes integram também o grupo de oficinas de teatro do Centro Dramático de Viana (CDV), o que condicionou novamente a marcação de ensaios durante a semana e os horários.

Foi feito o levantamento da disponibilidade das participantes e verificou-se que o dia mais conveniente seria à segunda-feira, restava então encontrar o local para a realização das sessões.

As primeiras sessões foram realizadas no Cineteatro em Vila Praia de Âncora, o que limitou três das participantes de vinham de Viana do Castelo, assim, por questões de proximidade e de disponibilidade do espaço, optamos por continuar os ensaios na Escola Superior de Educação em Viana do Castelo e intensificando os mesmos numa fase final, próximo da data de estreia do espetáculo, novamente no Cineteatro dos Bombeiros Voluntários de Vila Praia de Âncora.

As cinco mulheres deste projeto foram confrontadas com dificuldades notórias, que afetavam por vezes a dinâmica de trabalho, nomeadamente atrasos de algumas participantes e a indisponibilidade de ensaios que foram condicionados com as novas produções dos outros grupos de teatro a que pertenciam.

A faixa etária das participantes estendia-se dos 35 aos 77 anos e foi esse o mote para dar nome à escrita do texto e à produção teatral “Confissões de Mulheres dos 35 aos 77”. Todas tinham nacionalidade portuguesa.

Na tabela 4, são apresentadas características das participantes. Verifica-se heterogeneidade nas intervenientes, as idades são distintas o que contribuiu para a criação de um texto mais dinâmico e realista, bem como para a execução das sessões, sendo que foi respeitado o tempo e as dificuldades de cada uma das participantes.

Tabela 1: Dados de caracterização das participantes

Participante	Idade	Habilitações	Profissão	Agregado Familiar
TH Divorciada	54	12º ano	Funcionária Finanças	2 filhos e 1 neto
BA Casada 2x	47	12º ano	Esteticista	3 filhos
VH Solteira	35	Pós-graduação	Administrativa	s/filhos
MG Casada	77	Antiga 4ª classe	Cabeleireira	2 filhos
SA Casada	65	Bacharelato Enfermagem	Enfermeira Terapeuta	e 2 filhos e 2 netos

3.6. Instrumentos de recolha de dados

3.6.1. Observação

A observação foi um dos instrumentos de recolha de dados mais importantes, uma vez que pode “revelar características de grupos ou indivíduos impossíveis de descobrir por outros meios.” (Bell, 1997, p. 140) É privilegiada a observação direta, porque permite identificar diretamente e ajustar, em tempo real, contratempos e ou esclarecimentos diretos aos participantes.

Há dois tipos de observação – participante e não participante. Lacey (1976) define a observação participante como “a transferência do individuo total para uma experiência imaginativa e emocional no qual o investigador aprendeu a viver e a compreender o novo mundo”. (p.65)

“Os testemunhos que emergem tipicamente da observação participante são muitas vezes considerados subjetivos, parciais, impressionistas, idiossincráticos, e carecem de medidas qualificáveis precisas que são características da pesquisa e experimentação.”

(Cohen, Manion, & Morrison, 1989, p. 129)

A observação participante permite uma perspetiva mais objetiva e possível de interpretação, comparando os conhecimentos acumulados à luz das atividades

presentes do estudo. Os dados recolhidos deverão ser pré-estabelecidos antes do início das atividades, visto ser importante e pertinente registar vivências do ambiente natural.

A combinação destas ferramentas possibilita o registo de todo o processo e das atividades pré-estabelecidas no antes, durante e pós o projeto.

Assim, podemos concluir que a observação é muito útil para recolher dados sobre fenómenos, temas ou situações delicadas ou difíceis de discutir ou descrever; também quando os participantes são muito eloquentes, articulados ou descritivos; quando se trabalha com um fenómeno ou um grupo com o qual o investigador não está muito familiarizado; e quando precisamos de confirmar com os melhores dados o que foi recolhido nas entrevistas. (Cuevas, 2009)

3.6.2. Entrevistas

No presente estudo optou-se pelo modelo de entrevista semiestruturada devido à flexibilidade que permite. Apesar de se utilizar um fio condutor consistente com os objetivos da investigação, a ordem das questões poderá mudar de acordo com as reações dos entrevistados, permitindo uma abordagem mais natural e compreensiva.

“Em investigação qualitativa, as entrevistas podem ser utilizadas de duas formas. Podem constituir a estratégia dominante para a recolha de dados ou podem ser utilizadas em conjunto com a observação participante, análise de documentos e outras técnicas. Em todas estas situações, a entrevista é utilizada para recolher dados descritivos na linguagem do próprio sujeito, permitindo ao investigador desenvolver intuitivamente uma ideia sobre a maneira como os sujeitos interpretam aspetos do mundo.”. (Bogdan & Biklen, 1994, p. 134)

Para Bell (1997, p. 141) define este tipo de entrevistas do seguinte modo:

“São feitas determinadas perguntas, mas os entrevistados têm liberdade de falar sobre o assunto e de exprimirem as suas opiniões. O entrevistador limita-se a colocar habilmente as questões e, se necessário, a sondar opiniões na altura certa”.

Recorreu-se a um guião da entrevista semiestruturado respeitando as seguintes fases:

1. Legitimação da entrevista e motivação do entrevistado: Criação de um clima de confiança e abertura.

Na abertura da entrevista foi necessário fazer uma contextualização, abordando os objetivos da entrevista e informar as entrevistadas de que as respostas obtidas eram confidenciais e anónimas.

Posto isto, traçou-se os objetivos da primeira fase da entrevista:

- Legitimar a entrevista e motivar a entrevistada;
- Criar um clima de abertura e confiança promotor de uma boa interação entre entrevistadora e entrevistada.

Tarefas:

- a) Informar sobre o tema e objetivos do trabalho;
- b) Realçar a importância que a colaboração do entrevistado tem para o estudo;
- c) Garantir o anonimato;
- d) Pedir autorização para a gravação da entrevista;
- e) Promover um clima de abertura e confiança;

2. Caracterização pessoal e profissional dos entrevistados.

Os primeiros dados a retirar nesta fase serão de caráter profissional ou sociodemográfico:

- * Sexo/Idade
- * Questões de natureza pessoal e de resposta fácil
- * Formação
- * Áreas de interesse/ projetos desenvolvidos/ outras funções desempenhadas

Objetivos da segunda fase da entrevista

- Recolher dados acerca de: idade e sexo, profissão, habilitações literárias e áreas relacionadas com o estudo em questão (teatro)

3.6.3. Blocos Temáticos e objetivos da entrevista

Foi estruturada uma grelha de entrevista, que segundo Bogdan & Biklen (1994) permitem, geralmente, “respostas e são suficientemente flexíveis para possibilitar ao observador anotar e recolher dados sobre dimensões inesperadas do tópico do estudo, mantendo fidelidade à tradição qualitativa de tentar captar o discurso próprio do sujeito, deixando que a análise se tome evidente.” (p. 108)

Tabela 2: Blocos temáticos e objetivos da entrevista

Blocos temáticos / categorias		Objetivos
Primeira Fase entrevista		Fundamentar a entrevista e motivar o entrevistado.
▪ Legitimação da entrevista e motivação do entrevistado		Informar qual o propósito do projeto. Promover um ambiente de confiança entre entrevistador e entrevistado.
I.	Segunda Fase da entrevista	Recolher dados associados à idade, sexo, profissão, habilitações literárias, nº de filhos.
	Dados sociodemográficos dos entrevistados e caraterização dos participantes	
	Opinião dos entrevistados em relação ao teatro (gosto pelo teatro)	Conhecer a opinião dos entrevistados sobre os seus hábitos culturais relacionados com o teatro.
	II. Valorização do teatro na sociedade	Saber qual a opinião dos entrevistados quanto ao papel do teatro na sociedade portuguesa?
III.	O papel da mulher no teatro	Conhecer a opinião dos entrevistados quanto ao papel de interpretar as vivências do Universo Feminino

Os pontos fortes da entrevista semiestruturada são:

- * Otimização do tempo disponível;
- * Tratamento mais sistemático dos dados;
- * Especialmente aconselhado para entrevistas a grupos;
- * Permite selecionar temáticas para aprofundamento;
- * Não se espera introduzir novas questões, mas não se fecha essa possibilidade.

Foram formuladas questões que possibilitaram criar uma organização coesa, como refere Bogdan & Biklen (1994), fundamentais na extração de significados e de interpretação.

I. Dados Sociodemográficos

Objetivo: Recolher dados associados à idade, sexo, profissão, habilitações literárias, nº de filhos.

Formulário de questões:

- Nome
- Idade
- Habilitações literárias
- Filhos

II. Opinião dos entrevistados em relação ao teatro (gosto pelo teatro)

Objetivos: Conhecer a opinião dos entrevistados sobre os seus hábitos culturais relacionados com o teatro.

Formulário de questões:

- Acha que o teatro é uma forma de arte
- Alguma vez fez teatro
- O que a levou a integrar um grupo de teatro amador
- O que a levou a participar neste projeto
- Vai com frequência ao teatro

III. Valorização do teatro na sociedade

Objetivos: Saber qual a opinião dos entrevistados quanto ao papel do teatro na sociedade portuguesa.

Formulário de questões:

- O que pensa sobre a valorização do teatro em Portugal?
- Considera possível viver só do teatro?

IV. O papel da mulher no teatro

Objetivos: Conhecer a opinião dos entrevistados quanto ao papel de interpretar as vivências do Universo Feminino.

Formulário de questões:

- O que pensa da ideia de criar uma peça só com mulheres, a falar do Universo Feminino?
- Considera que liberta a alma quando representa os problemas comuns nas mulheres?
- Quais os contributos do teatro para a valorização de temas tabus?

3.5.4. Notas de Campo

Tirar notas de campo extensas faz parte integrante de uma investigação qualitativa. Ao longo do estudo foram retiradas notas de campo, essencialmente no final do período de observação.

As notas de campo permitiram uma descrição das pessoas, objetos, lugares, acontecimentos, atividades e conversas. Em adição e como parte dessas notas, o investigador registou ideias, estratégias, reflexões e palpites, bem como os padrões que emergem. Bogdan & Biklen (1994) referem que “o relato escrito daquilo que o investigador ouve, vê, experiência e pensa no decurso da recolha e refletindo sobre os dados de um estudo qualitativo.” (p. 150)

3.5.5. Registo Audiovisuais

Os registos foram essenciais nesta investigação porque ajudaram a relembrar factos e acontecimentos, o que na perspetiva de Bogdan & Biklen (1994) permitem “acompanhar o desenvolvimento do projeto, a visualizar como é que o plano da investigação foi efetuado pelos dados recolhidos”. (p. 151)

Segundo Moura (2003), as imagens registadas no vídeo ou em fotografias funcionavam como um tipo de memória, que permitindo fazer um inventário de acontecimentos e verificar como, onde e quando certos tipos de comportamentos ocorreram.

Para Coutinho (2008) “os meios audiovisuais são técnicas usadas nas suas práticas de investigação e que se destinam a registar informação selecionada previamente” (p.28). Para o autor, a fotografia é ainda uma técnica de excelência na investigação-ação”, o vídeo é uma ferramenta indispensável e a gravação áudio revela-se de muita utilidade.

Podemos concluir que estes instrumentos de recolha de dados, quando utilizados, podem ser um aliado imprescindível na investigação, entregando fiabilidade ao estudo através dos elementos não verbais, uma vez que retratam posturas, comportamentos e gestos que de outra forma não seriam recolhidos.

3.5.6. Triangulação

Neste estudo, optou-se pela triangulação de dados, permitindo, após a recolha dos mesmos, o cruzamento de pontos de vista, evitando desfechos partidários.

A triangulação dos dados, permite utilizar diferentes fontes para a obtenção de evidências. Segundo a perspetiva de Cohen, Manion, & Morrison, (2000) o uso de dois ou mais métodos de recolha de dados no estudo de algum aspeto do comportamento humano é chamado de triangulação.

O recurso à triangulação, é indispensável, uma vez que permite aumentar a credibilidade das interpretações que o investigador faz.

3.6. Plano de Ação

O plano de ação desenvolveu-se partindo do planeamento de 30 sessões. Esta estrutura foi contruída de forma adaptada às necessidades do projeto e às dificuldades das intervenientes.

Com este estudo, aplicaram-se diferentes métodos teatrais que, através de exercícios de expressão dramática, promoviam a criatividade, o à-vontade com o público, o aumento da autoestima das participantes de forma a ampliarem a criação artística.

Tabela 3: Planeamento das sessões em fases/blocos

Número de Sessões (20)	Finalidades	Síntese da sessão	Meses / Datas / Duração
1	Apresentação do projeto aos participantes;	Implementação dos exercícios “Autoretrato” e “Autoapresentação”	setembro / 19
	Recolher dados dos intervenientes;	.	2h00
	Promover a dinâmica de grupo e a confiança;	Diálogo com os participantes.	
3	Estimular o diálogo e a comunicação entre os participantes;	Desenvolvimento de exercícios de expressão corporal, dramática e vocal.	outubro 03, 10, 17
	Consciencializar para uma boa postura corporal;		6 horas (2 horas cada sessão)
	Desenvolver a atividade respiratória e a aptidão vocal;		
6	Promover o autoconhecimento;	Exercícios de confiança,	outubro/ novembro 24, 31, 7, 14, 21 e 28
	Incentivar a criatividade e desenvolvimento de competências pessoais;	individuais e em grupo.	12 horas (2 horas cada sessão)
		Exercícios de improvisação e interpretação de cenas.	

6	Recolher informação dramatúrgica. Elaborar o texto autobiográfico	Estruturação de texto, personagens e figurinos para a peça. Elaboração de texto dramatúrgico com base em relatos das participantes.	Dezembro / Janeiro 5, 12, 19, 2, 9 e 16 12 horas (2 horas cada sessão)
4	Realização de elementos cénicos	Seleção e realização dos elementos cénicos.	Abril 03, 17, 27, 28
9	Executar e estruturar a produção teatral com base na recolha de vivências das intervenientes.	Ensaaios.	Maio 02, 04, 08, 09, 11, 16, 18, 19 e 20 18 horas (2 horas cada sessão)
1	Representar a peça	Apresentação pública	21 de Maio

3.7. Papel do Investigador

O investigador teve o papel de observador participante, implicando a avaliação e recolha de informação ao longo das sessões. Teve ainda um papel ativo na escrita do texto para a produção teatral, planificando e elaborando os materiais necessários para o espetáculo. A encenação do espetáculo ficou a cargo do investigador, com o apoio de alguns elementos essenciais para esta investigação.

3.8. Cronograma

Tabela 4: Cronograma

Fases da dissertação (Ação a desenvolver)	Set	Out	Nov	Dez	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul
Recolha de Informação e preparação da investigação											
Revisão da Literatura											
Enquadramento Metodológico											
Implementação do projeto											
Consentimento de recolha de dados											
Recolha de dados											
Análise dos dados											
Ensaaios para o espetáculo (resultado do projeto)											
Edição dos dados recolhidos											
Conclusão											

3.8. Considerações Éticas

As participantes deste estudo, foram informadas, de forma explícita e clara, sobre os objetivos e finalidades, proporcionando assim a salva guarda de todas as identidades e vontades das mesmas. Tratando-se de uma investigação com caráter biográfico e à qual as histórias de vida dos sujeitos do estudo são essenciais, foi fundamental garantir o anonimato dos relatos verbais durante a observação e nas entrevistas. O conhecimento

prévio que a investigadora detinha sobre os elementos do grupo contribuiu para que todos se sentissem mais à vontade e com maior confiança, facilitando o processo e a recolha de dados.

Assim, neste estudo foram respeitados os seguintes pontos-chave de natureza ética:

- Consentimento informado do entrevistado (por escrito)
- Direito à privacidade com o registo de fotografias autorizadas;
- Direito à proteção de dados pessoais, na análise e redação das entrevistas com recurso a nomes ficcionados ou colocação de siglas;
- Parecer à Comissão de Ética do IPVC.

Segundo Tuckman (2000) o investigador deve considerar as seguintes obrigações, antes de iniciar qualquer investigação: salvaguardar a integridade física, mental e moral dos participantes; assumir a confidencialidade dos resultados e obedecer aos princípios deontológicos da investigação na área científica em que o investigador opera.

Na perspetiva de Esteves (2008) “O princípio da responsabilidade ética e a garantia da salvaguarda dos seus direitos, interesses e sensibilidades são quesitos morais que requerem tanto mais a interpelação da consciência do investigador, quanto menor é a capacidade defensiva que as crianças têm”. (p.107)

CAPÍTULO IV – DESCRIÇÃO, ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DOS RESULTADOS

Introdução

O presente capítulo aborda a descrição e interpretação dos dados das entrevistas, bem como a descrição dos blocos de sessões presentes no estudo, nomeadamente os seus objetivos, necessidades verificadas, competências e caracterização dos participantes.

Foi essencial criar um conjunto de atividades e jogos de expressão dramática que melhor se adaptassem aos objetivos gerais do projeto e aos conceitos presentes neste estudo, assim, o conceito de “mulher” foi a rampa de lançamento para promover essencialmente a valorização de cada uma das participantes. Cada mulher deste estudo, na sua essência, foi responsável para criação do texto e posterior espetáculo, partilhando as suas fragilidades, as suas conquistas e os sonhos. Sempre que existiam limitações na execução de exercícios durante as sessões, a investigadora iniciava a sessão seguinte readaptando com uma nova metodologia.

4.1. Descrição e Análise das Entrevistas

Nesta investigação optou-se pela adoção de entrevistas semiestruturadas como um dos instrumentos de recolha de dados. Os dados recolhidos nas cinco entrevistas realizadas às participantes foram fundamentais para este estudo, uma vez que potenciou transmitir de forma concreta e sistematizada as opiniões das entrevistadas relativas ao Teatro e à temática abrangente neste estudo, o universo feminino.

As entrevistas iniciaram-se com a recolha de dados sociodemográficos das participantes: BA tem 47 anos, possui o 12º ano, tem três filhos de 26, 21 e 8 anos; MG tem 77 anos, as suas habilitações literárias são a 4ª classe e formação em cabeleireira, tem dois filhos de 53 e 54 anos; VH tem 35 anos, as suas habilitações literárias são pós-graduação e não tem filhos; SA tem 65 anos, as suas habilitações literárias são bacharelato em enfermagem e outras formações em Reiki, taças tibetanas e artesanato, tem duas filhas de 38 e 42 anos; TH tem 54 anos, as suas habilitações literárias são o 12º ano e tem dois filhos de 22 e 30 anos.

Seguidamente foi questionado às entrevistadas se teriam experiência no teatro, ao que BA e VH mencionaram apenas a experiência que tiveram na infância, no período escolar e na catequese.

TH e SA afirmaram que pertenciam ao grupo de teatro do Centro Dramático de Viana, nomeadamente integravam o projeto “Ativa Sénior” à 8 e 12 anos, assim como pertenciam também ao grupo de teatro amador “Ecos de Cena” da Companhia de teatro Porta de Cena, MG referiu a experiência de longa data:

“Faço teatro desde os meus 10 anos (...) o bichinho do teatro já vinha com a minha avó, ela fez muito teatro, depois esse gosto foi passando para o meu tio e para mim (...) desse gosto e união, de várias pessoas, formou-se a Fundação Ramos Pereira, que apoiava alunos carenciados a seguirem os estudos (...) chegamos inclusive a receber uma menção honrosa”.

Quando questionadas, “Acha o teatro uma forma de Arte”, as entrevistadas foram unânimes nas suas respostas, afirmando que sim, BA:

“Sem dúvida, pelo que te permite fazer, permite ser muitas vezes aquilo que na realidade na tua sociedade, não consegues (...) Vestes vários papéis, és quem queres ser e engraçado, eu estou a achar muito interessante aquilo que nós estamos a fazer por isso mesmo. Porque de certa forma sinto que permite expressar como eu gostaria de me expressar e que muitas vezes não é possível. Por isso, sim sem sombra de dúvida que é uma forma de Arte.”

VH afirmou que o teatro é uma forma de arte pela forma como possibilita *“inspirar várias pessoas que estão a observar qualquer peça sobre vários temas”*, MG declarou que o teatro *“Dá-nos uma nova vida quando estamos a entrar na velhice (...)”*, SA *“Totalmente! Porque a arte não é só trabalhar de mãos, também é criatividade e toda a envolvimento.”*, TH:

“Sem dúvida, tem de ser uma forma de arte, as pessoas transformam-se completamente naquilo que não são, personalizam várias personagens, atuam de acordo com outras pessoas que não são aquilo que elas são! Portanto tem de ser, forçosamente, uma forma de arte.”

BA foi ainda questionada sobre o motivo de nunca ter feito teatro ao que respondeu:

“Porque sempre me achei demasiado retraída, ou seja, senti que não me conseguia libertar dos meus medos o suficiente para fazer aquilo que me estava a propor no palco. Eu era invadida por uma sensação de pânico, por causa do público, por me estar a expor, por causa das críticas, por causa do julgamento, por isso é que eu acho que é arte, porque quando conseguimos libertar dessas

amarras todas, e é o que está a acontecer agora, percebemos que não há medo nenhum para ter, e que aquilo é fantástico, aquele momento que estamos a viver, aquela personagem que estamos a vestir. Por esses motivos é que eu até hoje não me senti confortável nesse papel. Para mim conseguir fazer teatro é um processo de amadurecimento, é essencial fazê-lo desde tenra idade, para te permitir na fase adulta fazeres o que pensas, sentir o que sentes, te expressares como bem entenderes sem te preocupares com o que os outros pensam de ti”.

As entrevistadas foram questionadas sobre o que as levou a integrar um grupo de teatro amador, ao que a TH afirmou *“Aconselhamento médico. Por questões psicológicas. (...) é realmente uma coisa que eu gosto de fazer e que me ajuda muito. Acho que se parasse agora de fazer teatro é quase como se voltasse a atrofiar.”*, VH evidenciou que foi no pós-pandemia Covid-19 que refletiu sobre a importância de fazer coisas que gostava, que durante anos não fez e o teatro era uma delas, o teatro *“dá cor e alegria aos meus dias”*.

À questão “O que a levou a participar neste projeto” as entrevistadas foram consensuais nas suas respostas, afirmando que os principais motivos foram conhecerem o grupo e essencialmente pelo projeto, ao que a VH respondeu:

“o projeto em si torna-se também bastante interessante, o tema porque também nunca participei em algo do género, e creio que o tema ser Mulher é urgente e bastante pertinente e achei um desafio e, portanto, não sou de virar costas a desafios e quis aceitá-lo.”

TH, ressaltou esta ideia afirmando:

“gostei da ideia de ser uma experiência só com Mulheres. Mulheres tão diferentes que nós somos, com idades tão distintas, com histórias de vida tão diferentes e achei que fazer um projeto assim ia ser uma coisa adorável e é bonito, acho bonito podermos partilhar histórias tão diferentes.”

BA mencionou ainda o estímulo de se vencer a si mesma porque nunca tinha feito teatro:

“O achar que chegou a hora e que realmente estou num momento em que tudo aquilo que me preocupava até aqui está vencido. Hoje os muitos obstáculos e receios na exposição ao público que eu tinha está resolvido, hoje posso dizer que subo ao palco sem problema nenhum. E eu estou sempre a ler a peça que

escreveste e está espetacular, vai ser muito bom. Vai haver muita mulher a identificar-se com os temas que estamos a abordar.”

Quando questionadas, “Vai com frequência ao teatro”, todas as entrevistadas responderam iam frequentemente, de denotar a resposta de BA, afirmando que a sua ida ao teatro funciona como uma terapia:

“Vou ao teatro às vezes para esquecer tudo aquilo que me amarra, sem pensar em nada do que está lá fora. Aquele momento é para chorar a rir. Parece que cresces na cadeira! Nós quando crescemos somos como um bolo, moldado numa forma, vamos crescendo, mas ficamos formatados e adaptados à forma onde estamos e eu uso o teatro hoje em dia para expandir”.

No ponto temático relativo à valorização do teatro em Portugal, as entrevistadas tiveram respostas distintas, assim enquanto umas consideraram que o teatro está valorizado a nível nacional, outras consideraram que não, que ainda há muito a fazer para que tal aconteça. SA e MG detiveram uma resposta positiva, mencionando que há mais *“profissionais, há mais formação, há mais divulgação”*, embora MG considerasse que *“nunca houve o apoio suficiente para os atores e atrizes que vivem essa arte”*, VH analisou que:

“Em termos nacionais não tenho uma ideia muito concreta sobre isso, acredito que se calhar houve aqui um período em que foi desvalorizado o teatro, mas pegando um bocadinho na questão local, tem havido uma grande procura pelas peças aqui do grupo, portanto acho que as pessoas também despertaram novamente para este tipo de artes e começaram a lhe dar o esse valor, no entanto também se nota que é um grande empenho das companhias de teatro profissionais e também das amadoras em abordar assuntos pertinentes e mais arrojados e isso desperta a curiosidade e interesse do Público. Já houve peças que eu quis ver, e nem tive oportunidade para comprar bilhetes, portanto acho que está a haver uma boa adesão para este tipo de arte.”

BA a esta questão opinou de forma negativa expondo o materialismo atual como um dos principais influenciadores dessa desvalorização:

“Porque acho que as pessoas ainda valorizam muito tudo o que é material, vivemos muito para o outro ver e o teatro é como a magia, tu vais lá mas não trazes nenhum material, não trazes nada, trazes a bagagem, trazes a

experiência. É como viajar...viajar ainda consegues mostrar... tiras umas fotos! As pessoas acabam por não valorizar a experiência de assistir a um bom teatro, como não valorizam o tempo de quem lá está, a capacidade de quem lá está, o trabalho de quem lá está! Tudo aquilo que foi feito, as pessoas pensam o teatro é ir para palco e fazer! Eu falo porque eu sei que não consegui fazer durante muitos anos, eu sei o quanto é difícil, quanto se tem de trabalhar! Portanto sem sombra de dúvida que as pessoas ainda têm muito para aprender.”

TH expôs ainda a realidade do teatro amador:

“O teatro amador é pouco valorizado e devia ser mais valorizado, porque ao longo destes anos descobri que há pessoas no teatro amador que tem um jeito muito especial para fazer teatro e que têm de ser mostradas, têm de ser vistas. Há muita aquele estigma de que os amadores são amadores e cabem onde couberem, o teatro amador é muito pouco divulgado e devia haver mais grupos, devia haver mais divulgação, devia haver mais oportunidades.”

À pergunta “Considera possível viver só do teatro” todas as entrevistadas afirmaram que não, mencionando a falta de apoios como o principal motivo, SA *“Acho que sim desde que também haja apoios, porque não é só o ator que trabalha, também tem de haver as outras profissões que ajudam e sem apoios, com as despesas que depois também acarreta, não é possível”*.

BA referiu ainda:

“Infelizmente em Portugal acho que quem vive só do teatro não vive tão bem quanto isso, pelo menos é a ideia que eu tenho e já assisti a vários testemunhos de gente importante do teatro em Portugal e é essa imagem que deixam, mas lá está voltamos ao mesmo...por falta de reconhecimento e muitas vezes por falta de apoios.”

As entrevistadas referenciaram a exceção de alguns atores e atrizes a nível nacional que pertencem a uma minoria, com uma carreira consolidada e que muitos deles já passaram pela televisão, MG *“Amadores fazem teatro por amor, agora profissionais têm de ter um hobby que lhes dê algum dinheiro como a televisão”*, TH *“Viver só do teatro só para algumas pessoas que realmente conseguem atingir aquele último patamar, tirando esses casos excecionais acho que é impossível viver-se ao teatro, que é pena”*, VH realça ainda:

“Quando era miúda ainda cheguei a falar também queria ser atriz nas provas de aptidão e disseram-me logo «esquece isso em Portugal» por isso acabou por ser também uma quase crença, porque parece quase como um mundinho só para alguns e para aqueles que querem-se esforçar mesmo muito. Hoje adulta, acredito que realmente é um pouco assim, só sobrevive neste mundo quem acredita mesmo que vai conseguir sobreviver nele”.

No bloco correspondente ao papel da mulher no teatro foram colocadas algumas questões diretamente ligadas ao projeto e à peça de teatro “Confissões de Mulheres”. Posto isto, à primeira questão “O que pensa da ideia de criar uma peça só com mulheres, a falar do Universo Feminino” as entrevistadas expressaram-se de forma radiante VH *inclusivamente comenta:*

“Há várias temáticas que nos fazem também refletir naquilo que nós somos, (...) temas como este sobre as Mulheres que acredito que me façam também descobrir mais um bocadinho de mim. A ideia de criar uma peça só com Mulheres fará tanto a mim, que participo na peça, como quem esteja a assistir, a encontrar também mais um pedacinho de si, a observar-se a si mesma por uma outra perspetiva. Se calhar andamos aqui e somos todas até muito parecidas, ou até podemos olhar para coisas que vemos de forma um bocadinho mais zangada, de uma forma mais negativa, e relativizar essas situações. Estamos a ver outras pessoas a falar desse assunto de uma forma mais leve. Falar da mulher acaba por ser um tema pertinente devido ao que as Mulheres, ao longo destes anos, tiveram de lutar, para ter o seu papel na sociedade. Por fim para se sentirem-se também como uma parte integrante, para terem mais autoconfiança, portanto acho que acaba por ser libertador.”

BA salienta a sua perspetiva afirmando:

“Acho que é fantástico! (...) são mulheres de várias idades, ou seja, é muito interessante porque são vários tempos ao mesmo tempo! (...) eu analiso as minhas experiências, mas ouço as experiências de pessoas muito mais velhas o que é muito interessante! (...) é uma experiência espetacular, cada uma de nós viveu a vida à sua maneira, (...) no fundo somos todas iguais, com experiências diferentes, com resultados diferentes, mas no todo somos

Mulheres. (...) acabamos por deixar cair as máscaras. Despimo-nos de preconceitos, de inseguranças, de tudo aquilo que nos pesa.”

TH ressalva a sua opinião declarando:

“Acho uma ideia adorável! As Mulheres têm muito que contar, o universo feminino é imenso e esta peça propriamente dita, as Mulheres entre os 35 e os 77, é uma peça muito rica em conteúdo, muito rica mesmo, porque há muitas histórias. As Mulheres são pessoas com muitas, muitas funções, muitas coisas na vida, uma vida muito preenchida e partilhar uma peça só com Mulheres de idades tão distintas e enriquecedor!”

SA argumenta, *“Eu acho um espetáculo, acho que que é uma forma de as Mulheres passarem cá para fora coisas que estão guardadas, se calhar desde a infância, e que de outra forma não eram capazes de não falar sobre isso”.*

Relativamente à questão “considera que liberta a alma quando representa os problemas comuns nas mulheres”, todas as mulheres afirmaram positivamente MG *“Considero que sim! (...) isto é, como um confessionário! Estamos a confessar aquilo que nos está a contrariar na vida”*, SA *“Considero! É uma sensação de libertação de coisas que estavam ali camufladas e que que às vezes até nos prejudicam, porque são sentimentos que a gente tem de coisas passadas e com desta forma conseguimos nos libertar delas, é muito bom.”*, VH *“este tipo de peças que falam daquilo que é o nosso dia do dia-a-dia, acaba por libertar e relativizar vários assuntos que vão na alma de muitas Mulheres.”*; TH *“Sem dúvida! Sem dúvida! Aliás o exteriorizar determinadas situações mais problemáticas da vida é uma das melhores terapias que podemos fazer por nós próprios”, onde BA argumenta:*

“Sim, conseguimos olhar para as nossas imperfeições. Quando fizemos o exercício do Romance de Vida, de escrever a nossa história de vida, eu li e questioneei-me para quê tanta perfeição? Muitas vezes as nossas imperfeições são analisadas quando estamos a representar aquilo, porque não deixa de ser a nossa verdade. É uma autoanálise, de onde eu vim, onde eu estou e para onde eu vou. (...) é importante, nós mulheres projetarmos o que queremos ser daqui a uns anos. E não ficarmos «quadrados», porque chegamos ao final da vida, esprememos e não saí nada! E esta troca de experiências é muito boa, porque

permite aprender com o passado, viver o presente e olhar para o futuro. Portanto, sem sombra de dúvida que se deveriam fazer mais peças como esta”.

Por fim, a última questão da entrevista foi “qual a contribuição do teatro para a valorização de temas “tabus” ao que as entrevistadas responderam de forma diferenciada, mas unânime nas opiniões, afirmando que é através do teatro que se normalizam problemáticas comuns a cada um de nós, desvalorizando-os em palco, relativizando-os de uma forma mais leve, mais cómica e mais engraçada, SA salienta:

“Existem coisas que para outras pessoas são tabus, mas faladas no teatro, parece-me que as pessoas começam a aceitar de melhor forma. Como se fosse uma coisa normal, abrimos mais a mente para perceber a diferença que existe entre as pessoas.”

TH *“É ótimo, (...) o teatro é a forma mais natural, a mais prática, mais compreensível de se vencer um Tabu, sem dúvida!”*

BA a esta questão argumenta:

“Eu acho que se certa forma desvaloriza e normaliza, porque às vezes achamos que determinados temas não devem ser falados (...) o teatro permite-te muito isso, deixarmos de ver muitas vezes aquele «monstro» que a sociedade criou, que o consumismo criou (...). Abordar alguns temas decorrentes de uma sociedade digital e perfeccionista. O importante é as pessoas depois irem ao Teatro, não fiquem em casa!”

VH, salienta:

“O teatro pode dar palco a vários temas e há que aproveitar esse palco para falarmos daquilo que muitas vezes é deixado à margem. O teatro pode exatamente normalizar e ajudar, é olhar para várias coisas que se calhar muitas Mulheres pensam da mesma forma, e assim ao ser visualizado por elas numa peça de teatro a pode incentivar a que esse tema seja mais levado de forma leve”.

MG *“É alertar e falar em palco para o público que estiver a assistir (...) porque o que estamos a apresentar trata-se de nós mesmas, nós a falar dos problemas de todas as mulheres.”*

4.2. Análise e caracterização das sessões

A estrutura das sessões era composta por três fases caracterizadas pelo aquecimento, desenvolvimento da sessão/ exploração, interiorização e improvisação e por fim a avaliação da sessão ou reflexão dos exercícios executados.

O aquecimento foi sempre respeitado no início de cada sessão, e é nesse ponto de extrema importância porque era um contributo indispensável para a concentração das participantes.

O desenvolvimento da sessão/ exploração correspondia à parte central da sessão e tinha como finalidades promover a escuta ativa e a confiança entre o grupo, desenvolver a criatividade e a expressividade, assim como dominar o corpo e a voz.

A última fase da sessão era de avaliação e reflexão dos exercícios e dinâmicas realizadas, eram essencialmente de diálogos entre as intervenientes e de ouvir as necessidades e dificuldades sentidas.

Bloco 1 - Apresentação

Calendarização: A sessão 1 realizou-se a 19 de setembro de 2022

Duração: 2 horas aproximadamente.

Objetivos da Sessão:

- Apresentar o projeto aos participantes;
- Conhecer o grupo com a recolha de dados sociodemográficos;
- Promover o autoconhecimento dos participantes através da dinâmica de grupo “Autorretrato” e “Autoapresentação”;
- Promover a dinâmica de grupo e a confiança.

Descrição da Sessão:

A sessão iniciou-se com uma breve conversa introdutória com todos os participantes, solicitando-se posteriormente que se sentassem em círculo. Deu-se início à fase de apresentação, começando por expor o estudo às participantes (Anexo A) ¹e o tema do

¹ Anexo A: consentimento informado entregue às participantes

projeto, explicou-se os seus objetivos e a razão pela qual se pretendia implementar tal projeto.

Foi informado às intervenientes a importância da partilha de experiências, uma vez que serviria de base para a criação do texto que iria resultar na peça final do projeto. Realçou-se que as partilhas seriam sem julgamento algum e que cada uma só mencionaria o que desejasse, salvaguardando a exposição das participantes. Posto isto, deu-se início ao aquecimento, adotando-se o exercício “Autorretrato” como ferramenta para promover concentração do grupo.

O exercício iniciou-se com a distribuição de uma folha de papel tamanho A5 e uma caneta a cada participante. Assim, cada uma foi convidada a realizar um desenho ou a escrever uma frase que fosse representativa da própria pessoa, ou que descrevesse a própria maneira de ser ou sentir. O texto escrito também poderia ser o título de um filme, uma poesia ou uma canção. Posteriormente, os participantes de forma anónima, entregaram os papeis à investigadora, que os fez circular, um de cada vez, por todos os elementos do grupo. Após terem observado os trabalhos, os participantes exprimiram o seu parecer e considerações acerca do carácter e personalidade do autor da frase. Foram partilhados os resultados sem comentários depreciativos, era como que cada frase, contasse uma história, a história de cada uma delas. Neste exercício, surgiram alguns comentários interessantes, com os quais podemos constatar a cumplicidade das participantes TH “«you say» conta a história da minha vida, ele diz que eu sou amada, quando eu não sinto nada, (...) ela ouve vozes na cabeça dela a dizerem que ela não é capaz (...)”, BA “(...) eu vivo muito tranquilamente a minha vida, este momento, nesta fase da minha vida, penso naquilo que vivo no agora, não no amanhã, o amanhã só deus é que sabe (...)”. VH “(...) é difícil encontrar uma frase que me representa, acho que são tantas, olha gosto muito de mar e gostava muito de seguir a área da música, mas a vida não me permitiu (...)”.

Na tabela abaixo encontram-se a recolha de dados deste exercício.

Tabela 5: Análise de dados e resultados da sessão 1, exercício de “Auto-retrato”

Participantes	Frase que me identifica
TH	“Lauren Daigle «you say»”
BA	“Na vida só somos donos do «hoje», porque o ontem já passou e amanhã quando chegar já será hoje novamente.”
VH	“Metade de mim é feita de maresia. Mas também de música.”
SA	“Eu sou muito positiva levando o meu dia a dia com alegria e que me compensa todos os dias com o meu trabalho.”
MG	“Eu sou uma pessoa que a minha preocupação é ajudar todas as pessoas que me rodeiam e não só.”

Foram exploradas ainda as expectativas de cada uma das mulheres em relação ao trabalho que estavam a iniciar, assim como as fantasias, pensamentos ou preocupações. Denotou-se disponibilidade da parte delas para abraçar o desafio, foi mencionado como sendo algo inovador, MG “(...) Aí, um espetáculo só com Mulheres, as minhas amigas vão adorar ver (...)”, VH “(...) gosto muito da ideia de ser só a falar da Mulher (...)”, TH “(...) tem é de ser comédia, (...)”.

A maior parte dos elementos era pertencente ao grupo de teatro amador “Ecos de Cena”, portanto a escolha do dia a realizar as sessões futuras foi definido para as segundas, sendo que durante os outros dias da semana as participantes tinham ensaios com o outro grupo. Duas participantes pertenciam também ao grupo das Oficinas de Teatro do “Centro Dramático de Viana (CDV)”.

Esta primeira sessão incidiu essencialmente na apresentação das participantes (Fig. 1) e para conhecer de forma mais aprofundada o grupo, assim foram colocadas algumas questões que serviram de base também para a criação do texto.

Uma das questões colocadas às participantes foi o motivo pelo qual aceitaram integrar neste projeto de investigação. As razões apontadas também foram descritas na análise de conteúdo das entrevistas.

- “Desafio de vencer-me a mim mesma.” (BA)
- “(...) o projeto em si torna-se também bastante interessante, o tema porque também nunca participei em algo do género” (VH)

- “(...) porque gostei da ideia de ser uma experiência só com Mulheres. Mulheres tão diferentes que nós somos, com idades tão distintas, com histórias de vida tão diferentes” (TH)
- “Eu sempre gostei muito de conviver com as pessoas” (MG)
- “Porque já conhecia o grupo” (SA)

Após a fase de aquecimento da sessão ter sido realizada, iniciamos a fase da exploração, que corresponde ao ponto central da sessão. Nesta fase foram realizados dois exercícios: “Autoapresentação” e “O encontro”.

No decorrer do exercício “Autoapresentação” as participantes já estavam colocadas em círculo, então deu-se início à explicação da dinâmica. Cada uma das mulheres foi convidada a dizer tudo o que desejam sobre elas próprias, como por exemplo, o estado civil, o signo do zodíaco, atividades preferidas, se têm filhos, qual o seu maior medo, qual a sua maior qualidade. Após esta breve e introdutória apresentação, foi solicitado que partilhassem as expectativas de cada uma em relação ao trabalho, as fantasias que tinham, os pensamentos e preocupações. MG “(...) olhem, já fiz tanta coisa na vida, que nem sei por onde começar (...) aos 77 anos pensamos que já vivemos muito, mas eu continuo com vontade de fazer coisas”, BA “(...) pode-se dizer que só agora me sinto realizada profissionalmente, tenho agora o meu próprio negócio”, SA “eu sinto que a minha missão é ajudar as pessoas através da terapia, é algo que me faz bem”.

Seguidamente deu-se início à fase da avaliação da sessão. Neste ponto abordou-se os exercícios realizados nas fases anteriores, nomeadamente as dificuldades que sentiram, as emoções de cada uma e as recordações que vieram ao de cima ao partilharem com as restantes participantes.

Reflexão do Bloco 1:

Inicialmente denotou-se alguma desconcentração das participantes aliada à inquietude de movimentos, provavelmente pela sessão ser realizada ao final do dia, tornando-se necessário focar o grupo com a fase de aquecimento.

A disposição do grupo ter sido em círculo, potenciou entusiasmo, mas ao mesmo tempo preocupação, uma vez que se encontravam numa situação de igualdade e a “nu” perante os outros, o receio de julgamento pelo outro era evidente, mas em momento

algun foi ultrapassado esse limite. Foi necessário frisar algumas vezes, que ali só partilhariam o que quisessem, portanto, era uma conversa descontraída entre 6 mulheres BA *“(...) gostei muito da opinião da TH, é de fato aquilo que eu sou.”*

Assim, a divisão da sessão por fases, torna-se fundamental, uma vez que em cada fase são definidos objetivos concretos para solucionar as dificuldades evidenciadas pelas participantes, nomeadamente, a distração, o receio de partilha e a falta de iniciativa.

Os exercícios propostos de “autoapresentação” e de “autorretrato” contribuíram para “quebrar o gelo” e favorecer a partilha perante o grupo. Surgiram alguns comentários como VH *“(...) eu desenho muito mal, mas alguma coisa vai sair daqui”*, MG *“(...) aí filhas, vocês já me conhecem bem, eu nem sei o que é que vou escrever”*

A intenção destes exercícios “autoapresentação” e “autorretrato” foi levar à tomada de consciência que cada uma tinha de si mesma, o que se verificou com sucesso pelos comentários realizados pelas participantes SA *“(...) é bom ver qual é a imagem que os outros têm de nós, às vezes precisamos disso para sermos valorizadas (...)”*, TH *“Conheces esta música? É a minha história de vida (...), ela diz que luta contra pessoas que lhe dizem que ela não é capaz (...)”*. Esta verbalização dos pensamentos e das expectativas aliviou a tensão e a ansiedade e predispôs os participantes para o projeto que se iniciaria a partir daquele dia, TH *“(...) isto está a ser muito emotivo para mim”*, MG *“(...) chegarmos a esta idade e perceber que ainda temos sonhos é saber que nunca é tarde para desistir”*.

Em suma, serão adotadas nas sessões seguintes soluções concretas para que as participantes estejam mais focadas nos exercícios, nomeadamente, a adaptação da fase do aquecimento, com a escolha de dinâmicas mais simples, que possibilitem a concentração e participação de cada uma das intervenientes.



Figura 1: Bloco 1 Apresentação

Bloco 2 – Consciência individual e em grupo

Calendarização: 03, 10 e 17 de outubro

Duração: 6 horas.

Objetivos das sessões:

- Estimular o diálogo e a comunicação entre os participantes;
- Consciencializar para uma boa postura corporal;
- Desenvolver a atividade respiratória e a aptidão vocal.

Descrição das Sessões:

As três sessões seguintes, foram colocadas num só ciclo, sendo que cada uma delas tinha a duração aproximada de duas horas. Verificou-se que na última sessão, persistiu alguma desconcentração nas participantes, bem como falta de iniciativa, assim no decorrer deste ciclo de sessões, optou-se por insistir neste ponto, criando exercícios adaptados às participantes com o intuito de tornar coeso o grupo.

Este segundo ciclo, continuou com a divisão das sessões por fases, assim todas começavam pela fase de aquecimento. SA *“(...) Isto custa arrancar, mas vamos chegar lá”*. Esta fase levaria o grupo a estar mais concentrado e predisposto para os exercícios.

Um dos exercícios realizados neste ciclo chamava-se “As estátuas” e para a sua realização, foi proposto às participantes, se espalharem pelo espaço. Assim, foi colocada uma música para facilitar um ambiente propício para a atividade. As participantes começaram a andar e a correr pela sala ao som da música e, ao bater as mãos da investigadora, teriam de individualmente, adotar uma postura de estátua, com uma posição associada a um sentimento, MG *“(...) eu não consigo correr filhas, tenho de ir a andar (...)”*, SA *“Olha que saio daqui com menos 10 kg (risos do grupo)”*, TH *“a tua estátua estava triste como a noite!”*

Seguidamente demos início à fase exploratória nas sessões, uma das dinâmicas escolhidas para este ciclo foi o exercício “Ciclo da vida”. Para este exercício a sala foi colocada com a luz reduzida e as participantes foram convidadas a deitarem-se no chão de costas para baixo. Ao longo do exercício foram sendo dadas indicações às participantes. Foi solicitado, que imaginassem cada ciclo das suas vidas, que cada indicação fosse uma viagem à infância de cada uma. *“Imaginem que se encontram deitadas num berço. São muito pequeninas...com três dias de vida... Estão na vossa caminha...têm fome...estão à espera de que vos tragam algo para comer...têm fome e são muito pequena”*. As participantes permaneceram deitadas, faziam alguns movimentos pequenos com as pernas, espreguiçavam o corpo e faziam alguns sons. *“Agora têm 4 anos de idade, já crescidas. Estão com os vossos amigos na creche...podem brincar livremente”*. Foi aguardada a reação das participantes, que durante 5 minutos comunicaram umas com as outras, verbalizando pequenos sons, nunca palavras. Se seguida, as participantes foram convidadas a sentar-se cada uma na sua cadeira, sem se distraírem e mantendo a idade que retratavam. *“Agora têm nove anos. Estão na quarta classe. É um momento de pausa porque a professora saiu da sala de aula...”*. Foi dado tempo para observar a dinâmica entre elas. *“Agora caminhem dentro da sala, livremente, enquanto o tempo passa... subam para o autocarro que está à vossa espera. Têm 18 anos. Com as vossas colegas, vão numa viagem de fim de ano...podem sentar-se onde quiserem”*. Após 5 minutos passamos para a fase final do exercício. *“Agora estão num jardim público. Têm 50 anos. Podem sentar-se, passear, fazer o que quiserem...”*. Pausa no exercício *“Agora têm 70 anos. Encontram-se com os vossos familiares, os vossos filhos, ou o vosso marido, o que é que lhes dizem?”*

Pausa para ver as reações das participantes, a emoção no rosto de cada uma era evidente, MG *“temos uma família muito bonita, obrigada por tudo o que construímos”*, TH *“(...) filha, toma conta do teu irmão (...)”*. Foi verbalizado o final do exercício *“Estão mortas. Procurem um local para repousar em paz. Visualizem a vossa sepultura (em que terra é que se encontra) e eventualmente a lápide. Leiam o epitáfio escrito na lápide”*. As respostas no fim do exercício foram surpreendentes e a emoção era evidente no rosto de cada uma: BA *“(...) senti que estava a reviver a minha vida toda (...)”*, TH *“(...) consegui cheirar de novo a casa da minha avó! (...)”*, SA *“(...) não sei como foi possível voltar a trás no tempo (...)”*, MG *“eu gostava de ser enterrada aqui, com os meus pais, é uma vontade que eu tenho”*, VH *“(...) a vida é mesmo um sopro”*.

Outro exercício realizado nesta fase de exploração foi “O palco”. Para a sua execução, os participantes foram convidados a posicionar as cadeiras no fundo da sala e a imaginarem que estariam num teatro. No início a explicação do exercício suscitou alguma ansiedade, porque as participantes não conseguiam imaginar o espaço de teatro: TH *“lá está ela a inventar (...)”*, VH *“(...) como é que eu vou subir ao palco se o chão aqui é plano?”*, BA *“eu nunca subi a um palco, ao menos este não tem público, até me sinto melhor por ninguém estar a ver! (risos do grupo)”*. Seguidamente explicou-se às intervenientes que teriam de atravessar o palco imaginando que o pano estaria aberto ou fechado e sem usar as palavras teriam de fazer um gesto ou uma ação que quisessem. Após esta dinâmica, teriam de imaginar o palco com o pano aberto e deveriam interagir com o público, mas sem utilizar a linguagem verbal, poderiam dançar, fazer vénias, etc. Algumas participantes fizeram danças, outras apenas ações, como pentear o cabelo, varrer o chão, ou imitar movimentos de confeção de alimentos.

Durante este ciclo de sessões, foram realizados também exercícios de expressão corporal, como por exemplo “Comunicar através do corpo”. Para a realização deste exercício foi solicitado às participantes que posicionassem as cadeiras em semicírculo. Posteriormente deu-se início à explicação do exercício, as participantes teriam de, através do corpo, representar situações, deveriam comunicar com o corpo, através de mímica facial e do olhar. No início a inquietude foi evidente, conforme os comentários das participantes, SA *“alguém que vá primeiro do que eu”*, MG *“como é que posso comunicar com o corpo sem falar?”*, mas depois foram ganhando mais confiança, BA, *“isto é, como eu faço com o meu filho quando quero que ele faça as tarefas de casa! Comunico com o olhar! (risos do grupo)”*.

Na finalização do ciclo de sessão, optou-se pela realização de exercícios de respiração e expressão vocal. Ao longo dos exercícios de trava-línguas e de respiração, foi explicado a importância das participantes adotarem uma postura correta, aliada a uma boa respiração, para que a projeção e dicção ao longo do espetáculo fosse a mais perceptível possível. Denotou-se uma grande curiosidade da parte das intervenientes para a realização dos exercícios, uma vez que nunca tinham realizado nada do género *MG “já faço teatro há alguns anos e nunca fizemos nada do género!”*, *BA “aí, eu noto uma diferença tão grande na minha voz (...)”*, *SA “se ouvem os nossos gritos daqui somos expulsas”*.

Por fim, as sessões terminavam com a fase de avaliação, onde as participantes partilhavam as suas limitações, competências adquiridas e quais as expectativas para as próximas sessões. *TH “posso dizer que aprendi a utilizar o meu diafragma em condições”*, *VH “é muito bonito ver a partilha que estamos a fazer aqui, parece que somos um grupo de terapia”*, *BA “eu tenho muita dificuldade em colocar a voz, tenho uma voz muito aguda, preciso de fazer estes exercícios mais vezes!”*.

Reflexão do Bloco 2:

As sessões correspondentes a este bloco caracterizavam-se essencialmente por desenvolver a confiança entre o grupo, através de exercícios de expressão corporal, vocal e de relaxamento. Face às necessidades ou arduidades apresentadas, foram também adaptados os exercícios. A título de exemplo, a MG no decorrer deste ciclo de sessões foi operada ao pé direito, o que a impedia de realizar certos exercícios, assim, foram sendo adaptadas as dinâmicas de grupo para que todas as intervenientes participassem.

Denotou-se ao longo destas três sessões alguma evolução no grupo, na forma como se relacionavam e na predisposição para a realização dos exercícios.

A divisão das sessões por fases, foi fundamental primeiramente para a organização e planeamento do tempo e para predispor as participantes às atividades que seriam realizadas. Assim, enquanto na fase de aquecimento se pretendia encaminhar as participantes para a sessão, esquecendo as preocupações do dia-a-dia, na última fase, a de avaliação e conversa final foi essencial para unir o grupo, promover a confiança e cumplicidade (Fig. 2 e 3).

Foi denotado que ao iniciar as sessões com exercícios de aquecimento “trazia” as participantes para a sessão, preparando-as para a próxima fase. Para um melhor desenvolvimento das atividades propostas, optou-se pela colocação de música ambiente apropriada. Verificou-se neste ciclo de sessões, por parte de algumas intervenientes, uma resistência inicial, que deverá ser trabalhada nas sessões seguintes.



Figura 2: Bloco 2 "Consciência individual e em grupo"



Figura 3: Bloco 2 "Consciência individual e em grupo"

Bloco 3 – Autoconhecimento

Calendarização: 24, 31 de outubro e 7, 14, 21, 28 de novembro

Duração: 12 horas.

Objetivos das sessões:

- Promover o Autoconhecimento;
- Incentivar a criatividade;
- Desenvolver competências pessoais.

Descrição das Sessões:

Conforme planejado anteriormente, dividiram-se as sessões em três fases, que foram Aquecimento, Exploração e Avaliação/ Reflexão.

Iniciando sempre as sessões com a fase do Aquecimento, para predispor as participantes às atividades a realizar. Denotou-se também algum cansaço pós dia de trabalho, conforme afirmaram algumas participantes BA “(...) *ainda bem que começamos a fazer este exercício para relaxarmos um bocadinho (...)*”, TH “(...) *estava exausta, mas ao chegar aqui até saio mais bem-disposta (...)*”, MG “(...) *nós atravessamos a viagem debaixo de chuva forte! Tivemos de parar duas vezes no caminho, se isto não é vontade de cá estar, então não sei!*” (Risos do grupo)

No decorrer deste ciclo de sessões, adotou-se por uma abordagem mais autobiográfica das participantes. Esta temática, atenuou a resistência de algumas intervenientes, em realizar exercícios autobiográficos, verificada nas sessões anteriores. Essa resistência poderia influenciar de forma negativa, o processo da investigação, assim era premente a resolução deste problema.

Para estimular o diálogo e comunicação entre os elementos do grupo, foi realizado um exercício intitulado, “O Encontro”. Para a realização deste exercício foi solicitado às participantes a disposição das cadeiras em forma de meia-lua e seguidamente foi colocado um conjunto de questões às quais as deveriam responder ou passar a questão para a colega seguinte BA “(...) *até estou com medo das perguntas que vêm aí (...)*”, VH “(...) *somos obrigadas a responder a tudo?*” ao que foi respondido que não, poderiam passar a pergunta para a participante seguinte se se sentissem intimidadas. A resposta deveria ser imediata e espontânea. As participantes deveriam observar as

expressões e os gestos de cada uma. Não deveriam ser debatidas opiniões, somente escutar as respostas. As perguntas eram variadas do cotidiano ou da vida pessoal. A finalidade deste exercício era ajudarem-se mutuamente no autoconhecimento, favorecendo a tomada de consciência das intervenientes. TH *“(...) adorei este exercício (...)”*, MG *“(...) tinha uma imagem diferente de vocês que mudou com este jogo (...)”*, SA *“parece que já vos conheço há tanto tempo (...)”*.

Durante a fase de exploração foi realizado também o exercício “Mudo de Vida”, que tinha como objetivos favorecer a livre expressão dos próprios desejos de mudança, que ajudaria as participantes a tomar consciência das próprias necessidades e condicionamentos. Neste exercício as participantes foram sentadas no chão, em forma de círculo, e solicitou-lhes para deixarem fluir livremente as próprias fantasias e ideias. Assim, deu início ao exercício, *“Se vocês quisessem mudar de vida, torná-la mais estimulante e se, para tal, fosse suficiente exprimir um desejo, quais seriam as coisas que gostariam de fazer? Escrevam numa folha as primeiras dez coisas que vos vêm à mente, mesmo as mais absurdas e impossíveis”*. No final da elaboração escrita, cada participante verbalizou as suas fantasias. Seguiu-se uma conversa/ debate na qual cada interveniente foi confrontado explicitando os seus próprios desejos, sonhos e aspirações. SA *“(...) realmente, olhamos para trás e pensamos que já fizemos tanta coisa (...)”* MG *“(...) venho para aqui pensar nos meus sonhos antigos”*, BA *“estamos sempre a aprender”*.

Com o propósito de incentivar à criatividade, foi proposto ao grupo um exercício “musical” que consistia na colocação de diferentes estilos musicais. À medida que a música ia sendo alterada, as participantes teriam de mudar a sua forma de reação, assim, numa música lenta deveriam adotar movimentos lentos, numa música ritmada e rápida deveriam movimentos acelerados. Neste exercício só existiam duas regras a cumprir, primeiro nunca parar entre músicas, segundo no momento que fossem colocadas as músicas mais lentas, as participantes deveriam dançar abraçadas TH *“nunca pensei depois de um dia de trabalho me vir rir tanto para aqui (...)”*, SA *“(...) à muito tempo que não dançava abraçada a alguém (...)”*, BA *“(...) és pior que o meu marido, tenho os dedos todos pisados (...)”* (risos do grupo).

As sessões terminaram com a organização do espaço e reflexão acerca dos exercícios executados. As participantes demonstraram à-vontade com os exercícios que gostavam mais e os que tinham mais dificuldades.

Reflexão do Bloco 3:

Foi primordial executar este tipo de exercícios quando o grupo já estava familiarizado, já se sentiam confortáveis com os olhares e de certa forma sentiam que as vivências de MG com 77 anos poderiam ser as vivências de cada uma delas com o passar dos anos.

O tempo e as dificuldades de cada participante foram respeitados, assim nestas sessões, onde a partilha se torna mais pessoal (Fig. 4), foi evidente o respeito e o não julgamento.

As fantasias e ideias expressas sobre si mesmas foram manifestações de necessidades e impulsos inconscientes, o fato de elas explicarem às restantes ajudou a aceitá-los e a emanciparem-se dos próprios condicionamentos que foram criando.

Foi denotado que este tipo de exercícios foram a chave para tornar o grupo mais receptivo a atividades de carácter pessoal, contudo para a rentabilidade das sessões teria de encurtar o tempo de cada exercício, pois poderia ser posta em causa a seriedade da produção teatral. O comprometimento era fundamental, deveriam ser evitados atrasos e ausências.



Figura 4: Bloco 3 "Autoconhecimento"

Bloco 4 – Informação Dramatúrgica

Calendarização: 5, 12, 19 de dezembro e 2, 9, 16 de janeiro

Duração: 12 horas.

Objetivos das sessões:

- Recolher informação dramatúrgica;
- Elaborar o texto autobiográfico.

Descrição das Sessões:

As sessões iniciaram-se com o habitual Aquecimento, desta feita o mesmo teria de ser realizado num curto espaço de tempo, para poder rentabilizar os exercícios seguintes.

Paralelamente à execução destas dinâmicas iniciais, foi solicitado, às participantes a realização de textos, incidindo nas fases da vida de cada uma. Assim, a realização destes textos, foi facultado às participantes materiais de escrita.

O exercício pretendido denominava-se “O Romance da Minha Vida” e consistia em analisar os condicionamentos infantis e as expetativas sobre a própria vida. Após a distribuição do material de escrita, as participantes foram convidadas a imaginarem ter à sua frente o livro da própria vida escrito por um autor anónimo. O importante aqui seria a primeira página do livro.

Foi solicitado às participantes que fechassem os olhos e visualisassem o início do primeiro capítulo.

Passado algum tempo, convidam-se as intervenientes do grupo a escreverem como gostariam que iniciasse a narração da sua vida. Para isto foram esclarecidas que a biografia poderia iniciar com qualquer acontecimento e em qualquer idade, não necessariamente no primeiro dia de vida. Quando todas terminaram, foram lidos os textos. De seguida, foram tecidos comentários e considerações pessoais e de grupo, o que gerou um debate com troca de opiniões, comentários e partilhas BA “(...) *Não há história que não me comova, não há tema que não busque saber e, definitivamente, não há barreira que não consiga derrubar (...)*”, VH “(...) *Penso que sou uma pessoa sensível, pois gosto de pequenos detalhes. (...) Muitas das minhas memórias passam*

por cheiros, mas também por sons. (...) A minha infância, penso ter sido uma infância feliz. (...)”.

Ao longo deste ciclo de sessões, foi solicitado às participantes a recolha de textos que poderiam integrar a peça de teatro “Confissões de Mulheres”, como por exemplo, poemas, histórias fictícias e outras histórias familiares. Após essa recolha, foi realizada uma triagem e selecionados o material adequado a integrar no espetáculo.

A fase de avaliação/ reflexão das sessões foi onde se constatou mais dificuldades, VH *“(...) há certos dias que eu recordo com alguma tristeza, prefiro não falar disso (...)”*, tendo sido também a fase onde mais competências foram verificadas, BA *“(...) pouca gente sabe disto, foi uma passagem muito complicada na minha vida, (...)”*. Este ponto da sessão incidiu na reflexão dos exercícios realizados, na recolha de opiniões, limitações e expectativas das participantes. Algumas vezes, por necessidade de uma análise imediata, foi feita a avaliação e conversa logo após a realização dos exercícios de aquecimento e/ ou exploratórios (Fig. 5). Nestes diálogos em grupo foi possível denotar as frustrações, receios, anseios. Assim, tornou-se uma das fases mais importantes das sessões, composta por “alegrias, medos, choros e risos” das intervenientes, MG *“(...) para mim está a ser uma terapia (...)”*, SA *“(...) parece que estamos numa sessão com o psicólogo (...)”*, BA *“(...) Confissões de Mulheres (...)”*.

Reflexão do Bloco 4:

Os exercícios de escrita, como o “Romance da minha vida”² (Anexo B) foram fundamentais para a recolha de informações que serviram para a criação do texto *“Confissões de Mulheres”*.

Posto isto, foi possível, através da realização destes exercícios promover uma maior autonomia e princípio de iniciativa do grupo. As participantes passaram a sentir-se à vontade para partilhar assuntos mais íntimos, mais familiares ou mesmo assuntos e temas que poucas pessoas saberiam da vida pessoal de cada uma delas.

² No Anexo B estão descritos os dados recolhidos do exercício “Romance da minha vida”.

De sessão para sessão, denotou-se uma evolução positiva no interesse das participantes, pois, em todas as semanas traziam informações, como textos, livros, poemas, adequados à temática de “Ser Mulher”. A partilha de opiniões sobre o material trazido era promotor de um ambiente integrador, uma vez que para além de colaborarem na pesquisa de material para o texto do espetáculo, também seriam as atrizes que o interpretariam.

Nas sessões seguintes, após a estruturação do texto para o espetáculo *“Confissões de Mulheres”*, as participantes iniciarão os ensaios para a produção teatral.



Figura 5: Informação Dramatúrgica

Bloco 5 – Elementos Cénicos

Calendarização: 3, 17, 27 e 28 de abril

Duração: 8 horas.

Objetivos das sessões:

- Realizar elementos cénicos.

Descrição das Sessões:

Ao longo deste ciclo de sessões investigadora e participantes, após a escrita do texto, tiveram de decidir quais os elementos cénicos que fariam parte do cenário, assim como os figurinos a utilizar pelas mesmas, som, luz e todo o material gráfico.

Definiu-se qual seria o cenário principal da peça. Unanimemente ficou decidido que uma sala menos arrumada seria o mote para iniciar esta conversa entre mulheres. A sala, centro de encontros e desencontros entre mulheres, confissões valiosas, frustrações várias e ambições características de idades distintas. Distribuído pela sala estava um sofá, estilo clássico, uma mesa de jantar com duas cadeiras, uma mesa de apoio ao sofá, um candeeiro de pé alto, uma carpete e restante material que compunha toda esta envolvimento. Não poderia faltar, em todo este cenário, o canto da maquilhagem, tão característico no universo feminino, onde ao longo da peça as atrizes iam retocando o batom.

Ao longo do espaço, todas consideraram pertinente que deveriam estar espalhadas peças do íntimo feminino, soutiens, cuecas, caixa com pensos higiénicos (Fig. 6), t-shirts, sapatos, tudo o que faz parte da rotina diária de uma mulher *BA “(...) da minha rotina diária fazem parte a esfregona, a vassoura e o balde para limpar o lixo que o meu filho faz em casa (...)”* *TH “(...) realmente, estamos a falar de vários acessórios e nem nos lembramos que o que mais fazemos em casa é limpar (...)” (risos do grupo)*. Entre o grupo, ficou assente que esse material de limpeza faria parte do cenário.

Quando aos figurinos que as atrizes iriam vestir na peça foi unanime o desejo de que o branco era o mais adequado, por transmitir a luz digna de uma mulher, para complementar o branco optaram por acessórios vermelhos associado ao poder da mulher e da força que provém dessa mesma mulher. E ao tomar estas decisões parecia que a peça estava a ganhar vida, todas opinavam fervorosamente *MG “(...) meninas, vou com a minha bandolete garrida porque eu sou uma velha gaiteira (...)”*, *BA “(...) adoro o branco e vermelho, vai ser desta que vou mandar fazer um vestido branco à costureira (...)”*.

Foi selecionado um técnico de som e luz, que trataria da colocação das músicas e da execução do desenho de luz. Este técnico também colaborou na sessão fotográfica realizada pelas participantes, que já estariam caracterizadas a preceito de acordo com as suas personagens.

O resultado desta sessão fotográfica foi o espelho da união do grupo (Fig. 9) e essas mesmas fotografias foram utilizadas para a folha de sala (Fig. 16 e 17), onde eram descritas por elas o que significava “Ser Mulher” e toda a ficha técnica que envolvia o espetáculo.

O cartaz de *“Confissões de Mulheres”* também foi adornado com uma fotografia das atrizes (Fig. 15), e complementado com flores vermelhas, símbolo de poder e feminilidade.

Foi convidada uma artista plástica para expor uma obra com o tema *“Ser Mulher”³* (Fig. 18). Essa obra apresentava o nu de uma mulher, na sua verdadeira essência, com as suas imperfeições perfeitas. A escultura em gesso foi colocada na entrada do espaço onde se iria apresentar o espetáculo, Cineteatro dos Bombeiros de Vila Praia de Âncora.

Reflexão do Bloco 5:

Foi surpreendente a entrega constante das participantes. Todas opinavam, todas se prestavam a levar material pessoal para o cenário, disponibilizavam-se em termos de horários, tudo estava ao agrado de todas.

Houve critérios na distribuição de tarefas e no contacto com os órgãos de comunicação social, sendo que enquanto uma expandiam a notícia das redes sociais, outras procuravam as músicas adequadas ao espetáculo.

Após verem a evolução deste cenário e de todas as conquistas feitas até então, a vontade de iniciar o processo intensivo de ensaios, agora já no espaço onde iria decorrer a apresentação, era evidente (Fig. 7). Estavam empenhadas e motivadas para o início de um novo ciclo.

Nas próximas sessões, serão iniciadas com o grupo a fase de ensaios para o espetáculo *“Confissões de Mulheres”*.

³ Anexo D – figura 18



Figura 6: Bloco 5 "Elementos Cénicos"



Figura 7: Bloco 5 "Elementos Cénicos" e Adereços de Cena

Bloco 6 – Produção Teatral

Calendarização: 02, 04, 08, 09, 11, 16, 18, 19 e 20 de maio

Duração: 18 horas.

Objetivos das sessões:

- Executar e estruturar a produção teatral com base na recolha de vivências das intervenientes.

Descrição das Sessões:

Após escolha e seleção dos elementos que compunham a encenação, bem como todo o grafismo inerente ao espetáculo, foram definidos os horários e datas para intensificar os ensaios.

Era fundamental que todos os elementos do grupo estivessem presentes em todos os ensaios, porque poderia comprometer a qualidade da apresentação. Essa persistência nos ensaios, quase diários, foi fulcral para que todas estivessem seguras no texto, nas marcações e na interpretação das personagens.

Posto isto, os ensaios iniciavam com o habitual aquecimento, que era uma fase necessária para as concentrar. Ativavam os corpos, com recurso a música ambiente, a movimentos rápidos e focados e a exteriorizar o texto à “italiana”. Esta forma de abordar o texto, rápido e intenso, facilitaria a memorização *TH “(...) parece brincadeira, mas dizer o texto rápido e sem intenções ajuda-me muito a decorar (...)”, VH “(...) quando me disseste para andar rápido pelo palco a dizer o texto, pensei que estavas a gozar connosco, mas depois percebi que é incrível porque memorizo o texto mais depressa (...)”, BA “(...) no outro dia estava no corredor da minha casa a andar de um lado para o outro a dizer o texto, o meu marido e o meu filho até devem achar que eu estou a ficar louca (...)”.*

Foi durante este ciclo de sessões que passamos a ensaiar no Cineteatro dos Bombeiros de Vila Praia de Âncora, porque seria este o local da apresentação. Era importante que conseguíssemos ensaiar o maior número de dias possíveis. Assim, agilizou-se junto da produção (Porta de Cena) a reserva do espaço com a Câmara de Caminha.

Na maioria das vezes as sessões/ ensaios eram realizados ao final do dia (17h30/ 18h30) o que, levaria as intervenientes a “partilharem” algumas histórias do seu dia, fim de semana, ou semana. Esta partilha contribuía para uma união cada vez mais presente no grupo.

Durante este ciclo de sessões, foram executados alguns exercícios de voz, para que adequassem a interpretação do texto a uma boa projeção de voz. Ao realizar estes exercícios as participantes denotaram alterações na libertação de tensões que serviram de ferramenta para a preparação da apresentação ao público, inclusivamente surgiram alguns comentários onde podemos constatar esses desenvolvimentos, BA “(...) *realmente com posturas adequadas noto muita diferença na progressão da voz (...)*”, TH “(...) *no final de um dia de trabalho a atender ao público, preciso mesmo de ter uma boa voz (...)*”, SA “*A sala do Cineteatro é grande, precisamos de ter uma boa projeção de voz (...)*”.

Foi no decorrer deste ciclo de sessões que iniciamos os ensaios com o cenário, figurinos e adereços de cena definidos no ciclo de sessões anterior. Uma sala pouco arrumada, dois candeeiros, uma mesa de jantar e uma mesa de apoio, um sofá, uma carpete e vários objetos do quotidiano feminino compunham o cenário (Fig. 8).

Era habitual, no início de cada ensaio, as participantes prepararem o cenário, assim, colocavam todos os adereços de cena, todos os acessórios e elementos cénicos sem a investigadora solicitar. Seguidamente vestiam os figurinos e começávamos o ensaio com a revisão das cenas que estavam menos preparadas. Durante os ensaios também eram recolhidos vídeos e fotografias de cena para divulgar junto da imprensa e nas redes sociais.

O texto de *“Confissões de Mulheres”* foi baseado nas vivências das participantes, na recolha de informação feita por elas e estruturado pela investigadora. Ao longo deste texto, existiam vários momentos de leitura de poesia, com poemas de Adelaide Graça “Sempre Mulher”, Ary dos Santos “Ser Mulher” e António Lobo Antunes “Poema aos homens constipados” (Fig. 12). A leitura destes poemas seria feita com recurso a livros iguais que todas as atrizes tinham, assim, no momento de declamar a poesia, cada uma delas deveria ler do seu livro, interpretando o poema.

Esta fase de ensaios foi intensa e requereu da parte de todos os intervenientes uma dedicação extrema, desde a equipa técnica, atrizes, da investigadora no papel de

encenadora e dramaturga, e da produção. Denotava-se algum cansaço nos rostos das participantes, mas ao mesmo tempo era compensado com todo o entusiasmo em apresentar o espetáculo.

Posto isto, ficou definida a data de apresentação, o dia 21 de Maio de 2023 pelas 16h00.

Reflexão do Bloco 6:

A vontade de apresentar o espetáculo era evidente em cada participante. O facto de colocarem o cenário sem a investigadora solicitar, era sinónimo de que estavam motivadas e interessadas. MG *“(…) já está tudo colocado no sítio, vês nós trabalhamos muito bem (...)”*, BA *“(…) estou a ficar nervosa para a apresentação, mas sei que vai correr bem, eu sinto que vai correr bem (...) nunca pisei em cima de um palco (...), as minhas clientes vêm ver (...)”*, TH *“(…) já estão os cartazes na rua, estão lindos! Eu quero levar um de recordação (...)”*, BA *“(…) vou ficar com duas folhas de sala para mim, estão muito bonitas, quero emoldurar por isso vai ficar frente e verso (...)”*, SA *“(…) eu já tinha outro compromisso na quinta, mas venho ensaiar convosco porque é o penúltimo ensaio que temos antes da apresentação (...)”*, MG *“(…) já tenho 6 reservas de clientes minhas (...), vou convencer o meu marido a vir, ele nunca vai ao teatro, à muitos anos que não me vê em palco (...)”*

Algumas vezes, por questões laborais, a investigadora chegava depois de uma ou outra participante, e quando chegava as atrizes lá estavam, a fazer exercícios de voz, a rever o texto ou com o cenário já colocado. A partir do momento em que entrou o cenário no espaço houve um crescimento grande nas intensões e interpretações do texto.

Todas comentavam que tudo iria correr bem, que já estavam seguras com o texto e que o facto de levarem os livros de apoio com o texto impresso para casa ajudava muito no caso de algum engano, especialmente no caso de MG de 77 anos, que tinha mais dificuldades em memorizar.



Figura 8: Bloco 6 "Produção Teatral" (fotografia de ensaio)



Figura 9: Bloco 6 "Produção Teatral" (sessão fotográfica)

Bloco 7 – Apresentação da Peça “Confissões de Mulheres”

Calendarização: 21 de maio

Duração: 1 hora.

Objetivos das sessões:

- Representar a peça de teatro ao público

Descrição:

Chegado o dia da apresentação, era evidente o nervosismo em cada uma das participantes. Ficou combinado de que iriam chegar 2 horas mais cedo, para se vestirem, maquilhagem e se concentrarem com recurso a exercícios de aquecimento.

Foi durante o caminho para Vila Praia de Âncora que a investigadora recebeu três chamadas de três das atrizes. Estavam visivelmente ansiosas, mas tentou-se transmitir sempre segurança e boa disposição. TH “(...) *hoje sonhei que isto ia correr muito bem (...)*”, BA “*já cheguei, não consegui estar mais tempo à espera em casa, vim mais cedo (...)*”, MG “*não vais acreditar, o meu marido vem ver a peça (...)*”.

Quando chegamos ao Cineteatro, foi preparada a exposição da escultura e colocadas algumas folhas de sala numa mesa de apoio e foi informada da quantidade de reservas e bilhetes adquiridos.

Seguidamente, reuniu-se com a equipa técnica, para perceber se o sistema de luz e som estava em conformidade, tendo sido informada pela produção de que o espetáculo seria filmado integralmente, através de três camaras fixas, colocadas estrategicamente no espaço.

As atrizes começaram a sua caracterização, vestiram-se e maquilharam-se umas às outras. Estavam radiantes, entusiasmadas e ao mesmo tempo nervosas com o passar dos minutos. Todas vinham ter com a investigadora para dar o avale final na maquilhagem e no figurino TH “(...) *tens de me pôr o blush, tu é que sabes fazer melhor estas coisas (...)*”, BA “(...) *vou colocar este batom vermelho, gostas assim?(...)*”, MG “(...) *alguém quer um jeitinho no cabelo, trouxe laca e as escovas (...)*”, SA “(...) *qual é os batom que vocês gostam mais?*”, VH “(...) *aí estou tão nervosa que nem consigo*

calçar direito os sapatos (...)”. Tentou-se transmitir novamente calma e segurança, afinal tinham-se preparado para aquele momento há muito tempo.

Passamos à fase de aquecimento, já com o figurino colocado, a maquilhagem finalizada e o cenário com os adereços de cena devidamente organizados.

A ativação do corpo para a personagem foi feita com recurso a música e um breve alongamento pelo palco, fizeram todas o exercício, incluindo a investigadora. Após o exercício, foi tempo de fechar o pano, hidratar as gargantas e abrir a sala para o público entrar.

Eis que chega o momento de começar. Torna-se complexo tentar retratar o espetáculo o mais fidedigno possível, mas tentar-se-á.

O espetáculo “*Confissões de Mulheres*” inicia com uma breve introdução, onde foram declamados alguns poemas de vários autores portugueses com a temática “Ser Mulher”.

Posteriormente, com a abertura do pano, dá-se início à peça, entrando de seguida a colocação da música “*Mulher*” de Rita Red Shoes. As personagens vão entrando em cena, uma a uma, da mais nova VH (35 anos) até à mais “madura” MG (77 anos). A postura das personagens deveria ser afirmativa, desafiadora e sensual, como se estivessem a confrontar o público (Fig. 10). Após a entrada, cada uma se posicionaria no sofá, com uma posição fixa e novamente assertiva. O texto⁴ inicia com todas, de forma uníssona de frente para o público a declamarem a palavra “*Mulher...*”. Seguidamente cada atriz dirá a sua parte do texto, numa conversa que deveria ser intimista e quase informal. “*(...) Essa palavra tão natural que saí das nossas bocas desde sempre, desde as nossas bisavós, avós, mães, irmãs, pais, vivemos moldadas como uma bela massa de bolo delicioso (...) Os restos da massa eram aproveitados com o dedo indicador que raspava afincadamente a bacia de plástico e depois levava à boca para escorrer sobre as nossas línguas a sensação mais agradável de todas, lambe a bacia com a massa do bolo que a nossa mãe fez. (...) Mas pronto, vamos ao tema que nos interessa, ser Mulher, o que é isso de ser Mulher. Bem, quase sempre associamos a palavra ser Mulher ao ser Mãe, e ser Mãe ao ser Dona de Casa, Mãe do Marido, Enfermeira, Agricultora, Especialista em tirar nódoas, chefe de cozinha conceituada, mecânica de brinquedos e bonecos nas horas vagas, costureira praticamente 2 a 3 horas por dia, manicure, decoradora de interiores, humorista, sócia*

⁴ O texto está referenciado nos apêndices deste documento (apêndice 2), de forma integral.

da EDP, motorista profissional, (...) Ser Mulher é muito mais do que isso, e todas nós passamos por fases diferentes na vida, dos 35 aos 77. Aqui vamos nós!”

Todo o espetáculo é composto por diversas temáticas subjacentes à vida das mulheres, aos seus casamentos, namoros ou até mesmo divórcios.

Conforme mencionado anteriormente, a peça tinha vários momentos de poesia. Assim, nesses momentos, a luz de cena era alterada, transmitindo ao público um ambiente mais intimista, as atrizes faziam a leitura dos poemas com recurso a livros iguais para todas. Os poemas selecionados para declamar foram: “Sempre Mulher” de Adelaide Graça, “Mulher” de Ary dos Santos, “Poema aos homens constipados” de António Lobo Antunes (Fig. 12).

As reações ao longo do espetáculo foram extraordinárias, o público gargalhava sem fim nos momentos de comédia e o estado emotivo na poesia era evidente, constatando-se algumas lágrimas entre os espectadores.

Este espetáculo pretendeu retratar cada uma das mulheres em palco e cada mulher que passa pela nossa vida, desde as nossas avós, mães, filhas e amigas.

“Confissões de Mulheres” tentou transmitir-se como uma definição do que é Ser Mulher, na sua verdadeira essência, conduzindo alguns dos conflitos interiores que estão associados ao sexo feminino, desde amores, desamores, risos e lágrimas (Fig. 11).

Após a apresentação, estavam todas radiantes, visivelmente emocionadas.

As opiniões do público foram unânimes, afirmando que gostavam que o espetáculo fosse mais longo, que 50 minutos era pouco, surgiram alguns comentários como: “isto foi curtinho, estava tão bom que fiquei com pena de não ver mais (...)”, “tens de fazer este espetáculo mais vezes, por favor, leva este projeto a mais pessoas, as mulheres e os homens precisam de ver esta peça (...)”, “(...) temos de ter agora a parte II desta peça com as confissões dos homens (...)”

Realço o comentário do companheiro de umas das senhoras presentes neste processo: *“muitas mais conversas poderão sair num projeto que tem pernas para andar...mais ainda, a multiplicidade das personagens é o grande segredo para isso, histórias de vida ricas e tão diferentes, excretadas ou segregadas, na sua existência / essência numa sociedade, patriarcal. E é nessa mesma sociedade patriarcal que se vai produzindo estereótipos nesses seres humanos tão maravilhosos que são as mulheres, muitas*

delas humilhadas, relegadas, e muitas outras "adas" pela "sabedoria" preconceituosa e paternalista das sociedades modernas e não só...!

Por essas e por outras estas confissões não deviam ser confissões, mas sim um grito de alerta a toda a sociedade... Por isso acredito neste projeto e acho que devia continuar, pelas mulheres, pela sociedade pelo mundo... Tudo de bom para este projeto neste teu início de carreira, como mulher, encenadora e atriz."

Os comentários escritos nas redes sociais também eram o reflexo do sucesso deste espetáculo: *"E quem disse que só na capital se faz teatro bom?!?! Parabéns à encenadora pois merece! Obrigada a todas as atrizes que nos fizeram rir e sentir que não estamos sós nesta saga de ser mulher!"*

Posto isto, todas as participantes, acreditaram que o sucesso deste processo, deste espetáculo e do conteúdo deste texto deveu-se à forte união presente no grupo, ao respeito por todas e à apropriação que foi importante, respeitando o tempo de cada atriz, de cada mulher (Apêndice I).



Figura 10: Bloco 7 "Apresentação do Espetáculo"



Figura 11: Bloco 7 "Apresentação do Espetáculo" (coreografia final)



Figura 12: Bloco 7 "Apresentação do Espetáculo" (leitura de poemas)

CAPÍTULO V – CONCLUSÕES E IMPLICAÇÕES EDUCATIVAS

Este capítulo compreende as conclusões inerentes a este estudo, o resumo dos capítulos e resposta às questões de investigação traçadas inicialmente. Por fim, são apresentadas as limitações e contribuições futuras.

5.1. Resumo dos Capítulos Anteriores

O trabalho de investigação desenvolvido privilegiou a educação não formal, numa perspetiva de teatro comunitário, com cinco mulheres pertencentes a grupos de teatro amador.

O processo partiu do planeamento de um conjunto de sessões de expressão dramática, tendo por base desmistificar e contribuir para a redução de preconceitos individuais, paralelamente à conceção de um processo criativo de uma peça de teatro. Este processo pautou-se pelos objetivos centrais desta investigação de promover os valores da arte comunitária através da união das dimensões artísticas e de partilha em comunidade social, desenvolver experiências de teatro em comunidade feito para, na e com a comunidade, enaltecer o papel da mulher numa determinada comunidade, através da partilha de histórias de vida e por fim de valorizar a pesquisa e experimentação artísticas como práticas inovadoras do desenvolvimento e do conhecimento do indivíduo.

O primeiro capítulo deste estudo compreende um breve enquadramento sobre o estudo, qual a sua contextualização, as questões de investigação, a apresentação do problema e a pertinência do estudo.

O segundo capítulo alude a uma breve revisão da literatura no que concerne ao Teatro Comunitário, definindo-o nas perspetivas de autores como Boal (1996) e Freire (2018) e a evolução do papel da mulher no teatro.

O terceiro capítulo recaiu na opção metodológica deste estudo, incidindo numa perspetiva de investigação qualitativa e no método de investigação-ação. Tendo como pressupostos o processo de triangulação, optou-se pelos instrumentos de recolha de dados de observação participante, a recolha de notas de campo e entrevistas semiestruturadas.

O quarto capítulo centra-se na descrição, análise e interpretação dos dados recolhidos, tendo essencialmente a descrição das sessões realizadas e a análise das entrevistas semiestruturadas. As entrevistas foram direcionadas às cinco participantes do projeto.

5.2. Conclusões da Investigação

Esta investigação partiu de temas centrais como a desvalorização atual do Teatro Amador e a partilha de vivências pessoais por parte de cada uma das participantes integrantes neste processo, com o intuito de promover a autoestima e a valorização pessoal. Assim, foi primordial integrar cada uma das atrizes presentes neste estudo, numa perspetiva de Teatro Comunitário através de um conjunto de sessões de expressão dramática tendo em vista a realização de um espetáculo final a apresentar à comunidade local.

Descritos, resumidamente, os desígnios deste estudo, apresentam-se as conclusões face às questões de investigação:

- **De que forma é que o teatro colabora para a partilha de vivências dentro de determinada comunidade, através de sessões de expressão dramática**

O Teatro Comunitário, nomeadamente a intervenção comunitária, poderá ser um dos meios que promovam processos de mudança. A educação de públicos torna-se premente, na perspetiva em que é através dessa formação, desse hábito contínuo de consumo de teatro que o público se vê influenciado pelas expressões, opiniões ou comportamentos. Esta técnica, poderá de certa forma contribuir para atenuar a escassez de espectadores, porque estes estão mais familiarizados com as temáticas que são abordadas, porque estes vêm problemas comuns retratados em cena e assim sentem que cada um deles está presente em palco. Foi com base nesta perspetiva que se criou as *“Confissões de Mulheres”* levando o público a refletir sobre a verdadeira condição da Mulher, sobre o que diferentes mulheres, dos 35 aos 77 teriam para contar e expandir assim as opiniões de atrizes e público, isto porque as opiniões após a representação foram coincidentes com as do público, muitas mulheres, presentes na plateia, viam-se retratadas em palco, estavam entrosadas com aquelas temáticas e nesse sentido gostariam de ver mais peças deste género. Essa influência é muito positiva, porque promove a fidelização de audiências.

Uma vez mais, constata-se que a arte do palco, ao abordar estas temáticas, pode nesse sentido contribuir para a libertação de públicos, para isso estas deverão possuir autonomia de pensamento na interpretação do que é apresentado, incitando o progresso mental e social de uma comunidade.

Relativamente ao planeamento e evolução ao longo das sessões de expressão dramática, aqui partiu-se do reconhecimento e do envolvimento de cada participante, traçando continuamente um sentido de igualdade, de respeito pelas diferenças e de partilha. A criação desta comunidade, deste grupo, tornou-se um importante contributo para cada uma das participantes, permitindo-lhes atenuar algumas das dificuldades do dia-a-dia, diminuindo os níveis de stress, promovendo um aumento da autoestima, da confiança e do autoconhecimento. Estas mulheres viram retratados conflitos interiores de que outras formas teriam alguma dificuldade em abordar. O aumento de autoestima era evidente a cada sessão, a diminuição do medo do absurdo e do preconceito, permitiu a consolidação da criatividade e da criação. A evolução individual na aquisição de técnicas de projeção e articulação de voz, de postura corporal ou de relacionamento interpessoal tornava-se clara com o passar das semanas. Para que este processo se torne mais claro no seu crescimento e na sua fiabilidade é recomendável que se realize uma quantidade média de sessões, para que se aproprie as dificuldades e limitações dos intervenientes e para que se promova a confiança e união entre o grupo, tendo como pressupostos a escuta e a partilha.

Este tipo de práticas artísticas, nomeadamente a expressão dramática, promovem o desenvolvimento da sensibilidade artística, da consciência corporal e da criatividade de cada participante, proporcionando um maior conhecimento da arte teatral enquanto linguagem artística. Ao longo do processo, o desenvolvimento artístico foi patente uma vez potenciou o interesse e a motivação intrínseca que as intervenientes participavam de forma ativa na recolha de informações para a criação do texto da peça, assim, se por um lado faziam pesquisas recorrentes de poemas, canções, textos, por outro lado era a história de cada uma delas parte do contributo para o espetáculo. Foi fundamental também ter em consideração as opiniões no que dizia respeito à encenação, figurinos ou material gráfico e audiovisual. Ao promovermos uma ação carregada de simbolismo pessoal, vai por sua vez aumentar os índices de motivação, alargar horizontes, ultrapassar preconceitos inerentes do dia a dia passar a entender o mundo de outra forma.

Exercícios como “Romance de Vida”, despertaram nas intervenientes a autoanálise, refletindo sobre o passado e o presente das suas vidas. A heterogeneidade do grupo também contribuiu para que as mulheres fizessem uma troca de vivências de uma forma mais leve e verdadeira, isto é, a MG com 77 anos é o reflexo de uma velhice bem passada, de alegria e leveza, ela desperta na BA com 47 anos o gosto de aprender com a partilha de experiências, encarando o futuro de forma mais descontraída e aceitando as imperfeições que a vida coloca na passagem dos anos.

Assim, todas as intervenientes foram unânimes ao exteriorizarem que a partilha de vivências no grupo promoveu a libertação de sentimentos e de problemáticas que estavam camufladas.

Posto isto, em jeito de conclusão, o teatro permite que as pessoas se expressem de forma criativa e artística, o que pode ser uma experiência emancipadora. Ao compartilharem as suas histórias e perspetivas, os membros da comunidade podem se sentir mais conectados uns aos outros, criando um senso de unidade e solidariedade.

Além disso, o teatro pode ser usado para abordar questões importantes dentro da comunidade, como a violência doméstica, a discriminação ou a exclusão social. Ao criar peças teatrais que abordam esses temas, os membros da comunidade podem iniciar um diálogo significativo e construtivo sobre essas questões, o que pode levar a mudanças benéficas.

As sessões de expressão dramática também contribuíram para desenvolver, nas participantes, competências importantes, como a comunicação, a autoconfiança e o trabalho em equipa. Essas aptidões podem ser aplicadas em outras áreas da vida, como no trabalho ou em relacionamentos pessoais.

Por fim, o teatro privilegia de certa forma de celebração da cultura e das tradições locais, permitindo que os seus intervenientes compartilhem as suas histórias e experiências únicas com o mundo.

- **É possível, através do processo criativo de uma peça de teatro, contribuir para a normalização de temáticas subjacentes às participantes.**

Com as práticas associadas ao teatro, podemos abordar certas temáticas considerados “tabus” e que se tornam quase como inapropriados, mas ao serem referenciados em público veem o seu preconceito diminuído quando são tratados com recurso a técnicas de representação. Há imenso tempo que estes tipos de ferramentas são escolhidas como o meio para atingir o fim, essencialmente numa perspetiva de mudança de práticas da parte, primeiramente do ator, e de seguida do público.

“Vivemos moldadas como uma bela massa de um bolo” foi a epígrafe para abrir o espetáculo e não foi escrito ao acaso. Essa delimitação de linhas presentes desde cedo nas nossas vidas, torna muitas das vezes o desenvolvimento social, o crescimento individual no que concerne a relacionamentos, complexo. Talvez, através do teatro consigamos diminuir estes estigmas, estes rótulos sociais que na maioria das vezes são comuns a cada um de nós. É neste sentido que vemos o poema de Fernando Pessoa tão bem representado neste tema: *“O poeta é um fingidor/ Finge tão completamente/ Que chega a fingir que é dor/ A dor que deveras sente”*.

E mais uma vez se realça a importância da valorização do feminino, ao expor estas temáticas subjacentes às participantes. A escolha de histórias de vida das intervenientes, tornou o texto mais rico, na medida em que igualou a “vida” do público com a “vida” das atrizes. O que se estava a representar tratava-se de cada uma delas, e de darem voz a problemas comuns da maior parte das mulheres.

Atenuar novamente as delimitações e preconceitos que a sociedade digital e perfeccionista impôs e desvalorizar ou normalizar estes assuntos.

Este processo criativo contribuiu para libertar a alma de cada interveniente, porque foram conversados vários temas, foram solucionados alguns problemas e desabafados muitos conflitos interiores. Será dessa feita uma forma de relativizar matérias, de incentivar outras Mulheres a pensarem de uma forma mais leve.

É possível, sim, contribuir para a normalização de temáticas subjacentes às participantes através do processo criativo de uma peça de teatro. O teatro pode ser uma forma de explorar e discutir questões sociais, culturais e políticas, e pode ajudar a sensibilizar o público para essas questões. Ao envolver eventuais participantes no processo criativo, é promovido não só o desenvolvimento de capacidades artísticas,

como também a tomada de consciência de problemas sociais emergentes do dia-a-dia, através da partilha de experiências pessoais comuns.

Os seus intervenientes, tanto os atores como os espetadores, ou até mesmo os intervenientes num processo criativo teatral, desde familiares, amigos, vêm retratado a valorização do próprio argumento. Assim, sentem-se mais capacitados e motivados a expressar as suas opiniões e a partilhar as suas experiências pessoais. Este poderá ser também um mote para fidelizar públicos, porque o espetador vê-se representado em palco, vê os seus problemas a serem “iguais” aos do ator.

Na perspetiva da resolução de problemas pessoais, o teatro pode ajudar a solucionar a alguns deles, na medida em que se trazem para palco estereótipos e preconceitos muitas das vezes criados por nós mesmos. No entanto, é importante ter em conta que o processo criativo deve ser colaborativo e respeitar as opiniões e ideias de todas as participantes, para que o resultado final seja minimizador de questões evitando o autoflagelo e autoincriminação, representando da comunidade envolvida.

5.3. Limitações do estudo

Denotou-se algumas limitações ao longo deste estudo, nomeadamente no que concerne à imprevisibilidade do grupo. Algumas das vezes, a indisponibilidade das participantes dificultava o processo, uma vez que os ensaios deveriam ser realizados com todos os membros, para uma maior memorização do texto, das marcações e da interpretação das personagens.

Inicialmente revelava-se alguma falta de à-vontade e confiança da parte das participantes, esse obstáculo foi ultrapassado após a realização de exercícios de confiança e relacionamento interpessoal, no terceiro ciclo de sessões.

Algumas das limitações do teatro amador feito só com mulheres incluiu a falta de diversidade de género no elenco, o que limitou a representação de personagens e temas mais amplos. Além disso, a falta de recursos financeiros e técnicos para a produção do espetáculo, comprometeu de certa forma a alta qualidade. Outra limitação, partiu da falta de experiência ou formação adequada em teatro por parte das participantes, o que poderia afetar a qualidade da performance. No entanto, estas limitações foram superadas através de uma abordagem colaborativa e criativa, bem como de um trabalho árduo e dedicação por parte de todas as envolvidas.

5.4. Contributo do estudo para trabalho futuro

Para as contribuições posteriores, relativas a esta investigação, recomendaria a recolha de dados mais eficientes, isto é, delinear um plano de ação que inclua mais entrevistas e nesse sentido a implementação de sessões de expressão dramática reiteradas, porventura com outras comunidades.

Comparativamente ao espetáculo *“Confissões de Mulheres”*, teria sido de igual modo pertinente apresentar mais algumas vezes, para que atingisse um maior número de espetadores quer da comunidade local, regional ou académica. Desta feita, esta investigação poderá ser rentabilizada para novos estudos, assegurando uma maior visibilidade a esta temática.

5.5. Considerações Finais

Considero, por fim, que o que está presente nesta dissertação, tenta aludir de forma mais fidedigna possível às uniões criadas ao longo deste processo.

Enquanto investigadora, este caminho traçado, este processo em conjunto com as participantes, veio satisfazer o cumprimento de um objetivo pessoal, ao enaltecer a mulher na sua verdadeira essência, ao agradecer os contributos de outras mulheres para o meu crescimento pessoal. No sentido profissional, veio favorecer o aprofundamento dos conhecimentos na área do teatro, das relações humanas e da gestão de equipas.

O desígnio de guardar cada interveniente desta experiência é evidente. Essa vontade de manter a ligação com todos os que participaram neste processo funde-se da real integração que se fez sentir nesta comunidade, uma integração que muito me orgulha, que primou pelo respeito dado a cada mulher, pelo respeito pelo seu tempo, pela sua experiência e pela sua história e uma vez mais pela história daqueles que dividem ou dividiram a vida com elas.

Bibliografia

- Barata, J. (1981). *Estética Teatral Antologia de Texto*. Lisboa: Morais Editores.
- Bauman, Z. (2003). *Comunidade - A busca por segurança em nosso mundo atual*. (P.Dentizien, Trad.). Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed.
- Bell, J. (1997). *Como realizar um projeto de investigação*. Gradiva.
- Bernardi, C. (2004). *Il Teatro Sociale L'arte tra disagio e cura 7ª edição*. Carocci Editore.
- Bezelga, I. (2012). Performance Tradicional e Teatro e Comunidade. *Interações, Contributos e Desafios Contemporâneos. O Caso das Brincas de Évora*, p. 482.
- Bezelga, I. (2013). Facilitadores Teatrais nos contextos das culturas populares. Pereira, J., Vieites, M. & Lopes, M. (coord.). *Teatro do Oprimido: teorias, técnicas e metodologias para a intervenção social, cultural e educativa no século XXI*.
- Boal, A. (1996). *O aco-íris do desejo: o método Boal de Teatro e Terapia*. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira.
- Boal, A. (2009). *Teatro do oprimido e outras poéticas políticas (9ª ed.)*. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira.
- Bogdan, R., & Biklen, S. (1994). *Investigação qualitativa em educação*. Lisboa.
- Cohen, & Manion. (1990). *Métodos de investigación educativa*. Madrid: Editorial LaMurralla.
- Cohen, L., Manion, & Morrison. (2000). *Research methods in education*. London: Falme.
- Cohen, Manion, & Morrison, &. (1989). *Research Methods in Education 3ª ed*. Londres: Routledge.
- CRAMPE-CASNABET, M. (1991). *"A mulher no pensamento filosófico do século XVIII"*. São Paulo: Edições Afrontamento.
- Eleutério, V. L. (2003). *Luisa Todi*. Lisboa: Montepio Geral.
- Elliot, J. (1991). *Action research in education change*. Milton Keynes. Open University Press.
- Erven, V. (2001). Community theatre. *Community theatre: Global perspectives*, p. 2.
- Freire, P. (1980). *Conscientização: teoria e prática da libertação: Uma introdução ao pensamento de Paulo Freire*. São Paulo: Moraes.
- Freire, P. (2018). *Pedagogia do Oprimido*. Porto: Edições Afrontamento.
- Gaspar, S. R. (2013). Ser Mulher, Aqui-Teatro, Género e Comunidade. *Dissertação de Mestrado em Educação Artística na especialização de Teatro e Educação*.
- Gauthier, H. (2000). *Fazer teatro desde os cinco anos*. Escola Superior de Educação de Coimbra: Livraria Minerva.
- Guénoun, D. (2003). *A exibição das palavras, uma ideia (política) do teatro, Folhetim –Ensaio*. Teatro do Pequeno Gesto.

- Heritage, P. (2000). *Mudanla de Cena: o uso do teatro no desenvolvimento social*. Rio de Janeiro: British Council.
- Kershaw, B. (1992). *The politics of performance: Radical theatre as social intervention*. Londres: Routledge.
- Kühner, M. H. (1989). *Teatro: espelho e resposta*. Rio de Janeiro: Trampo.
- Lafontana, M. (1999). *Coração do carrasco - O que vamos dizer através do teatro. Teatro na escola (A nostalgia do inefável)*. Santa Maria da Feira.
- Landier, J. C., & Barret, G. (1999). *Expressão Dramática e Teatro*. Lisboa: Asa Editores.
- Lopes, J. (1980). *Pega Teatro*. São Paulo: Centro de Teatro e Educação Popular - CTEP.
- Lopes, S. J. (2011). *Relatório Final, Parte I, O Público vai ao Teatro*.
- Mateus, O. (Março de 2005). O que é o Teatro? (D. -G. Cultura, Ed.) *De Teatro e Outras Escritas*, pp. 10-11.
- Mota, D. (2019). *Teatro e Comunidade – Uma ponte para a construção de novas*. Dissertação de Mestrado em Artes Cênicas, Lisboa.
- Moura, A. (2003). Desenho de uma pesquisa: Passos de uma Investigação-ação. pp. 09-31.
- Nogueira, M. (2008). Teatro em comunidades: questões de terminologia.
- Nogueira, M. P. (2017). Práticas Artísticas Comunitárias. *Teatro e Comunidades. A Experiência Brasileira*, p. 12.
- Regalado, S. O. (2016). Jovens Artistas Unidos, Possibilidades do teatro com jovens hoje. *Jovens Artistas Unidos, Possibilidades do teatro com jovens hoje - Tese de Mestrado em Estudos Artísticos*, p. 46.
- Sampieri, R., Collado, & Lucio. (2013). *Metodologia de Pesquisa*. S. Paulo: Mc Graw Hill.
- Santos, A. d. (2017). Obra poética. Em A. d. Santos, *Ary Obra Poética*. Avante.
- Schiappa, B. (2009). Mulheres fora do teatro. . *Revista Sinais de Cena (12)*, pp. 20-23.
- Solmer, A. (2003). *Manual de Teatro (2ª ed.)*. Lisboa: Temas e Debates.
- Sousa, A. B. (2003). *Educação pela Arte e Artes na Educação 2º Volume Drama e Dança*. Lisboa: Horizontes Pedagógicos.
- Teixeira, J. M. (2014). *Teatro Comunitário em Portugal: dois casos de estudo recentes*. Dissertação de Mestrado em Estudos de Teatro.
- Veigunha, J. J. (1998). *Á procura do teatro perdido "Teatro escritos" nº1*. Lisboa: Instituto Português das Artes do Espectáculo & Livros Cotavia.

Apêndices:

Apêndice I: Investigadora e Atrizes



Figura 13: Agradecimento Final do Espetáculo (investigadora com as participantes)

Apêndice II: Texto Escrito pela Investigadora

Confissões de Mulheres

Uma partilha de todas e de cada uma, conforme nasceu, Mulher!

Palco com luz baixa, no centro do cenário está um sofá estilo capitonê e uma carpete bordada, sugere uma conversa informal e minimalista.

Luz indireta no fundo do palco, vai aumentando progressivamente até estar o palco completamente iluminado.

As mulheres vão entrando uma a uma com a sua cadeira e sentam-se enfrentando o público.

Todas: Mulher...

VH: Essa palavra tão natural que saí das nossas bocas desde sempre, desde as nossas bisavós, avós, mães, irmãs, pais, vivemos moldadas como uma bela massa de bolo delicioso, bolo esse onde foram batidas cuidadosamente as claras em castelo, atenção que não se podia falar enquanto se preparavam as claras.

SA: Os restos da massa eram aproveitados com o dedo indicador que raspava afincadamente a bacia de plástico e depois levava à boca para escorrer sobre as nossas línguas a sensação mais agradável de todas, lamber a bacia com a massa do bolo que a nossa mãe fez.

TH: Ah, quase me esquecia de referir que não se podia fazer bolos quando se estava, imaginem só, naquela altura do mês, é, verdade senhores, perguntem às senhoras ao vosso lado, se nunca ouviram tal dita, dizem que dava azar e o bolo não crescia.

SA: Coitadas de nós, como se não bastasse estarmos condenadas ao sangramento mensal pelo menos até aos 50 ou 60, não poderemos fazer um docinho em casa nesses dias, e acreditem que dá mais vontade de comer esse docinho nesses dias.

BA: Mas pronto, vamos ao tema que nos interessa, ser Mulher, o que é isso de ser Mulher. Bem, quase sempre associamos a palavra ser Mulher ao ser Mãe, e ser Mãe ao ser Dona de Casa, Mãe do Marido, Enfermeira, Agricultora, Especialista em tirar nódoas, chefe de cozinha conceituada, mecânica de brinquedos e bonecos nas horas vagas, costureira praticamente 2 a 3 horas por dia, manicure, decoradora de interiores, humorista, sócia da EDP, motorista profissional, enfim, uma serie de funções e profissões que as Mães-Mulheres têm e quando não têm são quase que julgadas por só serem Mulheres, como é que elas conseguem viver sem ter filhos, Meu Deus! Como se o simples facto de nos ter sido atribuída uma incubadora natural intitulada de Útero, fosse a única função pela qual nós mulheres existimos.

MG: Ser Mulher é muito mais do que isso, e todas nós passamos por fases diferentes na vida, dos 35 aos 77. Aqui vamos nós!

Entrada da Música, “girls just want to have fun”

As mulheres sentam-se no sofá e cada uma está a ler, ou a ver o telemóvel, entretidas, BA está ao espelho.

VH delas está a ler um livro, entretanto ri-se e lê em voz alta

VH: Quem é que se lembrou de inventar que a mulher nasceu do homem?

SA: Quê que estás a dizer?

VH: Sim, aqui diz num artigo, a mulher nasceu do homem?

TH: Ah?

MG: Há quanto tempo foi isso?

VH: De certeza que já estavas viva!

MG: Olha que eu leio muita coisa e não me lembro de ver nada do género!

SA: Não terá sido naquela história do Romeu e da Julieta?

TH: Não é do Romeu nem da Julieta, é Adão e Eva!

BA: O que é que diz aí? Deixa-me ler!

“Esta, sim, é osso dos meus ossos

e carne da minha carne!

Ela será chamada mulher,

porque do homem foi tirada”

Olha que bonito viste? Quer dizer nós aguentamos 9 meses com eles no bucho! Andamos como pinguins, enjoos até ao último minuto e depois a mulher nasceu do homem. Digo-te uma coisa, era de rir, se os homens pudessem ter filhos, a humanidade morria! Então quando se lembrassem de fazer-lhes parto normal, uii, nem quero pensar!

TH: Quê mais tem aí escrito?

BA: “Por essa razão, o homem deixará pai e mãe e se unirá à sua mulher”

MG: Isso é porque ainda não tinham inventado as sogras! Primeiro tem de aturar a sogra, depois o marido.

BA: “e eles se tornarão uma só carne.”

VH: Sim, tá bem, até vir uma ovelha comer da nossa erva, ou melhor, uma vaca.

BA: “Homem e sua mulher viviam nus, e não sentiam vergonha.”

SA: Ora, é porque ela não tinha celulite. Chega a uma idade e o nosso corpo parece um mapa.

VH: Um mapa? Porquê?

TH: É porque é um local para se viajar e descobrir!

SA: Não, é porque parece as estradas de Portugal, estão cheias de buracos.

VH: Não sei porque é que dizem que crescer é duro... Se vais ficando tão mole!

TH: Chega a uma altura na vida em que se compreende que é tarde, que já não é possível nem faz sentido...Eu sei lá! Não estás arrependida de não ter feito certas coisas?

SA: Sim, ginástica.

VH: Aos 30 anos o meu mundo caiu, ainda solteira, falta de perspetiva profissional e o choque com a minha própria condição de mulher de trinta. Aos trinta o meu rabo caiu...caiu! De um dia para o outro, sem me avisar, a minha pele começou a expor para o mundo todos os seus atalhos.

BA: Depois começa a peregrinação pelos cremes antirrugas, Clarins, Lancôme, Clinique, Ácido Retinóico, Lipossoma, mel, germe de trigo, baba de rinoceronte, elefante ou bóia dos himalaia, protetor solar 100 + ou 100 plus, sol direto jamais.

MG: Tens de experimentar a máscara do terceiro milénio. É um verdadeiro milagre, em 5 minutos estamos novas 10 anos. Tens de pôr uma camadinha fina no rosto, evitas, é claro, os olhos, senão ficas cega!

SA: Antigamente tinhas de pôr uma máscara e ficavas duas horas sem se mexer, agora não! Depois de pôr o creme, ficas cinco minutos. Sem falar, sem piscar, sem respirar, sem viver! Senão enruga mais.

MG: Eu não tenho problemas com a idade. Juro que não me importo de ser cada vez mais velha! O meu problema é com a largura. O que me desespera...é estar cada vez mais larga!

TH: Há lá coisa mais horrível do que estes pelos pretos que começam a aparecer no queixo?

MG: Há...quando começam a sair brancos...

VH: Eu não me importo que a história da minha vida se desenhe no meu rosto. Tem é de ser uma bela história. E que história meninas, e que história.

BA: Conta lá o que te vai na alma!

VH: Hoje em dia é muito comum homens mais velhos namorarem raparigas mais novas. É muito comum também homens mais jovens namorarem raparigas mais velhas. Há quem diga que o namoro entre pessoas da mesma idade, atualmente, é anormal.

Eu, por exemplo, um dia desvirginei um jovem de 20 anos, um menor, não fui presa, a mãe dele gostava muito de mim. Mas tens de ter muito cuidado quando forem passear juntos. Um dia ele convidou-me para fazer um passeio. Eu não queria ir, mas ele insistiu e eu não quis desagradá-lo. No início estava tudo muito bem. Aquele vento na cara... Depois ele afastou-se um pouco de mim. Eu esforcei-me para acompanhá-lo. Depois ele afastou-se um pouco mais. E eu esforcei-me mais ainda. Até que ele se afastou mais e eu esforcei-me mais ainda. E depois nunca mais o vi.

tH: Não percebo como podes gostar de sair com tipos mais novos...Chegamos a uma idade em que sentimos muito mais seguras ao lado de tipos mais velhos, estás a ver?

VH: Por serem mais protetores, mais maduros, mais sérios?

TH: Não. Porque já não veem um palmo! Eu, se não usam óculos, nem me aproximo! Sinceramente, eu não sei quem sou. Perco-me em mim mesma. Sou tantas... A mãe, a amiga, a atriz, a que trabalha... Há algum tempo uns amigos meus vieram assistir a uma peça e perguntaram-me: - Mas afinal o que é que uma mulher com 54 anos quer de um homem? O que eu quero de um homem? Quero um homem que me compreenda e que goste de mim, porque muitas vezes eu não me compreendo e não gosto de mim.

BA: Sim, é verdade...Há uns anos tinha uma porção de sonhos, e agora já só tenho...sono!

VH: O tipo de homem que uma mulher quer? Ora não é assim tão difícil! Aos 15 anos pensamos que queremos um homem lindo. Aos 20 queremos um homem divertido. Aos 25 só pedimos um inteligente. Aos 30 suplicamos para que nos apareça um homem com dinheiro.

BA: Aos 35 queremos que seja solteiro. Depois vem o divórcio e aos 40 procuramos um homem que seja apaixonado.

SA: Aos 45 o nosso homem ideal deve ser sensível. Aos 50 deve ser companheiro.

MG: Aos 60 já só pedem um homem com saúde. Porque já está tudo perdido e está, então que se lixe! Ou então, fazem como eu, têm um período de nojo.

TH: Período de nojo?

MG: Sim, fazem uma época de interrupção no casamento. Divorçam-se e depois quando ele estiver mais crescidinho voltam a casar com o mesmo. Olha eu, casei duas vezes com o mesmo homem!

VH: A mim às vezes custa-me muito conhecer gente, então fui a uma agência para me apresentarem a um homem... Eles arranjam-te alguém com as mesmas características, gostos, afinidades...percebes?

BA: Ótimo! E conheceste alguém?

VH: Sim...E era igual a mim! Aborrecido, calado, tímido, inseguro, introvertido, tenso, frio, fóbico...

Todas riem-se

SA: Aí os homens! Esse ser humano extraordinário!

Poema aos homens constipados - António Lobo Antunes – entrada de música

Pachos na testa, terço na mão,

Uma botija, chá de limão,

Zaragatoas, vinho com mel,

Três aspirinas, creme na pele

Grito de medo, chamo a mulher.

Aí Lurdes que vou morrer.

Mede-me a febre, olha-me a goela,

Cala os miúdos, fecha a janela,

Não quero canja, nem a salada,

Aí Lurdes, Lurdes, não vales nada.

*Se tu sonhasses como me sinto,
Já vejo a morte nunca te minto,
Já vejo o inferno, chamas, diabos,
Anjos estranhos, cornos e rabos,
Vejo demónios nas suas danças
Tigres sem listras, bodes sem tranças
Choros de coruja, risos de grilo
Aí Lurdes, Lurdes fica comigo
Não é o pingo de uma torneira,
Põe-me a Santinha à cabeceira,
Compõe-me a colcha,
Fala ao prior,
Pousa o Jesus no cobertor.
Chama o Doutor, passa a chamada,
Aí Lurdes, Lurdes nem dás por nada.
Faz-me tisana e pão de ló,
Não te levantes que fico só,
Aqui sozinho a apodrecer,
Aí Lurdes, Lurdes que vou morrer!*

Todas riem-se

VH: Depois conheci outro no Instagram, trocamos várias conversas...Ele diz que é alto, magro, musculado e olhos verdes (...). Mas não sei se o deva conhecer!

TH: Não sejas desconfiada. E porque é que não vais ver?

VH: Porque eu disse-lhe que era magra, alta, loira, de olhos azuis...

SA: Um dia uma amiga minha disse-me: “Avalia bem os namorados pela forma como tratam as mulheres da família” e isso é uma verdade.

MG: E já agora, se ele baixar a tampa da sanita ainda melhor.

TH: Se souber cozinhar então é um Deus na terra. Odeio cozinhar. E todos os dias inventar o almoço e jantar, já não se aguenta. Às vezes estou no serviço e a pensar no que vou fazer de jantar.

É que depois dos 50 não há nada mais difícil do que encontrar um homem que valha a pena e que seja solteiro...

BA: Bem se vê que nunca andaste à procura de um biquíni bonito e que te ficasse bem...

SA: Para mim um homem, tem de arrumar a roupa. Lá em casa a roupa demora 1 dia a ser lavada, 1 dia a secar e 15 dias a ser arrumada.

BA: Aí, nem me digas nada que já começo com urticária só te ouvir. As pessoas dizem-me que tenho uma mania por diagnosticar, chama-se imaginem só: “Transtorno LAPBIP”!

VH: LAPBIP? Quê isso? É contagioso?

BA: Chama-se transtorno LAPBIP porque quero tudo LIMPO, ARRUMADO, POLIDO, a BRILHAR, IMACULADO e por último na PERFEIÇÃO. Não é difícil, não percebo porque é que o meu marido e os meus filhos não percebem.

TH: Aí eu entendo-te muito bem! Todos os dias é a mesma correria, a mesma rotina, a mesma dança de panelas, roupas e legumes.

Toque do despertador

Entram juntas e cada uma com o seu movimento, vai criando gestos característicos da vida de uma dona de casa desesperada. Uma está a estender a roupa, outra a tirar as nódoas da t-shirt, outra está a varrer, uma a aspirar, outra limpa o chão com a esfregona, outra limpa o pó.

Durante este processo está a decorrer a música.

MG- Só quando crias a tua família é que dás valor ao que a tua mãe fazia em casa. Somos multifacetadas e não há como negar isso.

TH: Eu fui criada e educada pela minha avó. Lembro-me tão bem quando era pequena, fiz um pacto com a ela. Nós as duas morreríamos juntas, bem velhinhas, numa viagem maravilhosa, num acidente de avião. Eu lembro-me da minha avó, sentada numa poltrona, sorria em silêncio, enquanto eu falava sobre isso. Não sei o que é que ela pensava sobre isso. Talvez porque sempre fui péssima com matemática. Eu pretendia viver até aos meus 85 anos e ela tem 46 a mais do que eu. A minha avó era uma mulher muito bonita e muito forte. E acima de tudo, ela foi um exemplo de força e de vontade de viver. O tempo passou. E ela ficou doente. Ela tinha Parkinson.

O Parkinson é uma doença que traz muitas consequências. Uma das mais tristes é que eu percebo que a minha avó entendia tudo o que eu falava, mas eu não conseguia mais compreender o que ela queria dizer. Mesmo assim eu continuava a olhar no fundo dos olhos dela e a ver a mesma força e a mesma vontade de viver que ela tinha antes da doença. Hoje eu sei que o nosso pacto não foi cumprido. E finalmente compreendo o sorriso e o silêncio que ela fazia...quando eu, criança, falava nisso.

Entrada da música “You Say – instrumental”

Declamam de frente para o público

Cada uma com uma estrofe do poema. Inicia a BA

BA: Queria nascer outra vez Mulher

Para sentir a alegria

Inundar aquele quarto

Cansado pela dor

Marcado pelos ferros

Que me fizeram chorar

De alívio.

SA: Queria nascer outra vez Mulher

Para sentir o calor

De quantos me pegaram

Com amor.

O mesmo Amor que

Hoje possuo.

TH: Queria nascer outra vez Mulher

Para te homenagear

Com o nome que

Era teu, Avó!

MG: Queria nascer outra vez Mulher

Para me batizares de novo

Para sentir o teu olhar

Para me agarrar a tua mão

Quem sabe... não terias

Partido para sempre!

VH: Queria nascer outra vez Mulher

Para ser viveiro

De sensações que

Me fazem feliz!

BA: Queria nascer outra vez Mulher

Para sentir a chama da vela testemunha sacra

De uma união lacrada

Por um pingo de cera

Que ainda hoje queima

Na minha pele.

TH: Queria nascer outra vez Mulher

Para ser a Mulher

Que hoje sou!

Retornam ao sofá e às cadeiras.

TH: Há alguma coisa melhor do que ser linda?

MG: Ser magra!

VH: Há coisa melhor do que ser jovem?

SA: Ser magra!

BA: Há coisa melhor do que ser elegante?

TH: Ser magra!

SA: Há alguma coisa mais fantástica do que ser bem-sucedida?

BA: Ser magra!

MG: Há alguma coisa mais fantástica do que ser famosa?

VH: Ser magra!

TH: Há alguma coisa mais fantástica do que ser milionária?

SA: Ser magra!

VH: Há alguma coisa mais importante do que encontrar o homem da tua vida?

MG: Ser magra!

BA: Há alguma coisa mais importante do que ser feliz?

TH: Ser magra!

MG: Há alguma coisa mais importante do que ser magra?

Todas: Não ter celulite!

VH: Chamam-nos muitas vezes de insatisfeitas! Nós, Mulheres insatisfeitas!

Quando estamos sozinhas, sonhamos com uma vida de casal.

“Humm...dormir...abraçadinhos...”

SA: Quando estamos casadas precisamos de independência. “Dormir com o creme no rosto! E sem me depilar!”

BA: Quando temos muito sexo, sentimo-nos um objeto! “Eu também sou uma pessoa! Eu tenho cérebro, não é!”

MG: Quando temos pouco sexo, sentimo-nos um inseto. “Eu também sou uma mulher, e tenho um corpo, não é?”

VH: Quando não temos filhos sentimo-nos incompletas. “Aaah! É só o que me está a faltar!”

TH: Quando temos filhos sentimo-nos sobrecarregadas. “Ahhhh! Era só o que me faltava!”

BA: Quando se tem filhos pequenos, pensa-se que vai ser tudo mais fácil quando crescerem, não é? E depois percebe-se que não, que quanto mais crescem, mais problemas trazem!

SA: E ainda falta o pior. Fica-se só com o marido.

VH: Portanto sim, somos Mulheres Insatisfeitas! Prontas para nos queixarmos de tudo e mais alguma coisa, é assim tão difícil entender?

BA: Os homens não nos entendem, no outro dia estava com o meu marido no parque, quando ele, muito indignado disse: “Não sofras mais, chegou a Primavera! Pára de queixar-te...que não tens nada para vestir, que estás branca, que estás gorda...pensa só no que tens para gozar! Um ar morno, um céu incrível, um passeio...uma flor...”

Uma Flor???...uma flor...uma flor de celulite!

SA: Depois não percebem que uma mulher tem de renovar a frota de vestuário constantemente “Dizes que não tens nada para vestir, mas tens o armário cheio...Olha só este vestido, é lindíssimo! Há quanto tempo não o usas, hã?

“Vai para 23 quilos”.

BA: Vês como são as coisas? O que é rico, engorda. O que é bonito, é caro. O divertido, é pecado.

TH: ...E os que estão bem, são casados.

BA: E às vezes nem esses estão bem!

VH: Uma coisa é certa, meninas, quando uma mulher começa a ter êxito e dinheiro, a primeira coisa que muda é o look, percebem? Muda de roupa, de cabeleireiro...lá os tipos são diferentes...

SA: Pois, eles mudam de restaurante, de carro, não é?

TH: Não, mudam de mulher!

MG: É injusto! A vida dos homens é mais fácil: não se depilam, não sofrem com o período, não têm celulite...

VH: pois..., mas as mulheres têm maior esperança de vida, vivem muito mais anos que eles.

MG: Ainda por cima!

SA: O que mais me irrita, é nas tarefas de casa! Um homem por exemplo, numa cozinha: “Querida, precisas de ajuda? O que queres que faça? Queres que te faça companhia?” Fazem isto de propósito para uma pessoa os mandar dar uma volta ao bilhar grande e depois dizem: “Ah, eu ofereci-me para te ajudar, tu é que não quiseste!” Claro que não quis, só estava a embaraçar. Na minha cozinha mando eu!

TH: O problema é que quando a gente se casa não sabe que há uma coisa muito mais difícil do que partilhar a vida com um homem...

MG: ...partilhar a casa de banho! Cada casal tem o seu tempo próprio, percebes? Eu e o meu marido entendemo-nos sexualmente às mil maravilhas. Em 20 anos não discutimos uma só noite.

TH: O quê? Têm sexo todas as noites?

MG: Não, nunca.

SA: O que mais me fazia sofrer com o meu marido era falar e ele nunca me responder. Mas agora depois de 40 anos de casamento, começamos finalmente a entender-nos...

TH: Já fala contigo...

SA: Não. Mas pelo menos sei que também não me ouve. Ficou surdo.

BA: Aí eu ando preocupada...

TH: Com quê?

BA: Não sei, estou preocupada...um dia as costas, no outro a cabeça. Todos os dias me dói uma coisa nova.

MG: Sossega. Se depois dos sessenta, te levantas uma manhã e não te dói nada...quer dizer que estás morta!

VH: Ouve esta! Dizem que muitos animais, ao serem libertados depois de vários anos de cativeiro...não conseguem voltar a adaptar-se ao seu meio natural! Parece que nem sequer são capazes de procurar alimento!

TH: Pois, como muitos ex-maridos. É diferente, percebes? Porque as mulheres separam-se quando têm outra maneira de ver as coisas. Outra perspetiva perante o futuro, quando querem ter outra vida, outra coisa...

VH: E os homens?

TH: Quando têm outra.

BA: Olha que no meu casamento anterior sempre fizemos de tudo para nos darmos bem, mas nalgumas coisas as sogras são terríveis, percebes?...

SA: Deixaste-a de fora? Recusaste-lhe um conselho? Criticaste-lhe o filho?

BA: Não...perdi-lhe o tupperware.

VH: Mas afinal o que é isso de ser Mulher?

TH: Ser Mulher?

VH: Sim! O que é para ti ser Mulher?

Entrada de Poema de Ary dos Santos

TH: A mulher não é só casa

mulher-loiça, mulher-cama

ela é também mulher-asa,

mulher-força, mulher-chama

BA: E é preciso dizer

dessa antiga condição

a mulher soube trazer

a cabeça e o coração

VH: Trouxe a fábrica ao seu lar

e ordenado à cozinha

e impôs a trabalhar

a razão que sempre tinha

SA: Trabalho não só de parto

mas também de construção

para um filho crescer farto

para um filho crescer são

*BA: A posse vai-se acabar
no tempo da liberdade
o que importa é saber estar
juntos em pé de igualdade*

*MG: Desde que as coisas se tornem
naquilo que a gente quer
é igual dizer meu homem
ou dizer minha mulher!”*

Apêndice III: Final de Espetáculo



Figura 14: Final do Espetáculo (investigadora com as participantes)

Anexos

Anexo A: Consentimento Informado

PROPOSTA

CONSENTIMENTO INFORMADO, ESCLARECIDO E LIVRE PARA PARTICIPAÇÃO EM PROJETOS DE INVESTIGAÇÃO

Comissão de Ética para as Ciências Sociais, da Vida e da Saúde

Eu, Jessica Dias Moreira, aluna do Mestrado em Educação Artística, na Escola Superior de Educação de Viana do Castelo, estou a desenvolver, no âmbito da minha Dissertação de Mestrado, um estudo sobre o Teatro como Instrumento de Comunicação Comunitária (*“Confissões de Mulheres”*). As necessidades nesta proposta de investigação, baseiam-se na falta de valorização do Teatro, bem como na carência de partilhas de experiências relacionadas com a vida e problemáticas subjacentes às vivências das mulheres de diferentes faixas etárias.

O procedimento de recolha de informação, neste estudo, consiste na resposta aos instrumentos em anexo a este consentimento informado. As questões das entrevistas são anónimas e confidenciais, pelo que a análise e tratamento de dados respeitará todos os princípios ético-legais inerentes à recolha de dados e opinião. Não existem respostas “certas” ou “erradas”, apenas pretende-se saber a opinião dos participantes do estudo acerca das questões indicadas. Serão adotadas letras para garantir a confidencialidade das respostas, bem como a recolha de registos audiovisuais sem exposição dos participantes. Em nenhum momento estes dados serão tornados públicos e os contactos com os participantes serão feitos em ambiente de privacidade.

O método adotado neste estudo será investigação-ação assente numa metodologia de investigação qualitativa. Os locais onde o investigador se encontrará com os participantes é o Cineteatro dos Bombeiros de Vila Praia de Âncora e na Escola Superior de Educação

de Viana do Castelo. As sessões planeadas para o projeto serão 21, divididas com a frequência de 1 vez por semana durante 4 meses, finalizando com um espetáculo a apresentar no final de janeiro.

Não haverá pagamento de deslocações, nem financiamento no estudo em questão, sendo o mesmo realizado em contexto académico.

A sua participação é voluntária, podendo, a qualquer momento, recusar, participar, desistir e invalidar que os seus dados sejam utilizados.

Caso tenha alguma dúvida, coloque-a em qualquer momento. Se desejar obter outros esclarecimentos da investigação, pode contacta-me através do e-mail jessicamoreiradias@hotmail.com

Por favor, leia com atenção a seguinte informação. Se achar que algo está incorreto ou que não está claro, não hesite em solicitar mais informações. Se concorda em participar de livre e esclarecida vontade, queira assinar este documento.

Assinatura de quem pede consentimento:

Consentimento do participante

Declaro ter lido e compreendido este documento, bem como as informações verbais que me foram fornecidas pela/s pessoa/s que acima assina/m. Foi-me garantida a possibilidade de, em qualquer altura, recusar participar neste estudo sem qualquer tipo de consequências. Desta forma, aceito participar neste estudo e permito a utilização dos dados, que de forma voluntária forneço, confiando que serão utilizados apenas para fins científicos e nas garantias de confidencialidade e anonimato que me são dadas pelo/a investigador/a.

Nome:

Assinatura: Data: / /

Anexo B: Dados recolhidos exercício “Romance da minha vida”

Romance da vida de BA

“Empática, curiosa e motivada creio que são os três traços diferenciadores que me definem. Não há história que não me comova, não há tema que não busque saber e, definitivamente, não há barreira que não consiga derrubar.

Quero compreender o mundo todo e mais um bocadinho, e utilizar esse conhecimento para ajudar o próximo.

Sinto que falta no mundo um ouvido atento e um pouco mais de compaixão, e embora em pequenas porções tento equilibrar as medidas. Desde pequena que rapariga nunca foi algo que gostasse que me chamassem, sempre bem arranjada e muito educada, exigia o devido respeito.

Soube cedo que um dos meus maiores sonhos era ser mãe e hoje com três filhos para o comprovar, agradeço ao destino esta bênção.

As pessoas dizem que tenho uma mania por diagnosticar com as limpezas, mas na verdade é apenas uma forte tendência para manter tudo limpo e arrumado, polido e a brilhar, imaculado e na perfeição.

Dou cartas em todas as áreas, sempre fui boa a desenhar, faço maquilhagens, depilações, massagens, terapias, unhas e muito mais e, basta meio copo de vinho para ser também a alma da festa!

Atualmente descobri novos horizontes e outros interesses e tenho desenvolvido imenso a nível pessoal. A espiritualidade sempre fez parte do mundo que quero continuar a descobrir. Sempre atenta e focada com a finalidade de conseguir analisar tudo até ao mais ínfimo pormenor, porque a justiça é uma das palavras que me rege.

Defensora feroz da verdade, sou o que sou como me veem, quero o melhor para todos, embora hoje entenda que o melhor muitas vezes passa por não ser o que desejamos. Desconectada do mundo onde fui criada e o qual tanto me custou entender, levou-me a descobrir que família não tem que ter os laços de sangue, mas sim quem guardamos no coração. Aceitação, porém, tem sido a palavra que mais tenho trabalhado em mim.”

E Esta sou eu! Numa caminhada de 47 anos e caminhando por tantos mais, até que a minha missão se cumpra.

Romance da vida de TH

“Nasci em Braga na casa da minha avó materna, em agosto de 68.

Quando cá cheguei já tinha uma irmã com dois anos.

Nessa casa vivemos as duas na companhia da avó durante uns anos.

Os meus pais viviam no Porto, mas a nossa infância foi ali, no centro da cidade a frequentar a escola primária onde a minha avó trabalhava e a catequese da freguesia.

Foi uma infância feliz, a saltar á corda no passeio de casa ou a brincar com as bonecas no sótão do casarão onde vivíamos, quando se instalava o inverno.

Sonhava em viver no Porto com os meus pais, a vida deles era diferente da minha.

Aos cinco anos tive um irmão, mas contra todas as minhas expectativas, não veio viver connosco na casa da avó.

Não compreendi.

No entanto acreditava que haveria de existir um motivo muito válido para isso ser assim.

As visitas dos meus pais a Braga eram conflituosas e com o passar do tempo cada vez mais raras, o que me deixava triste e com muitas saudades.

Percebi com o passar do tempo que o nível de vida deles era muito superior ao nosso, cada visita era feita num Toyota diferente da última há seis meses atrás. No verão não podiam visitar-nos porque estavam de férias fora do país, o meu irmão tinha coisas que até então eu nem sabia que existiam.

Não compreendi.

Mas continuei a alimentar um amor e uma saudade enormes, até porque se eu e a minha irmã não estávamos com eles, era porque havia um forte motivo, que a minha mente de criança não me permitia compreender.

Um certo dia, algures num tempo que não sei localizar, a minha irmã foi viver com eles e eu fiquei só com a avó.

Voltei a não compreender.

Quando voltei a ver a minha irmã, meses mais tarde, não a reconheci. A minha companheira de brincadeiras e jogos, a minha confidente nas noites em que a avó insistia que já devíamos estar a dormir porque amanhã é dia de escola, tinha se apagado. Estava séria, triste, demasiado adulta para a conseguir acompanhar.

Não compreendi.

Mas continuava a sonhar com o dia em que viveríamos todos juntos.

Quando iniciei a 4ª classe, tinha acabado de fazer 9 anos, transferiram-me de escola e levaram-me de vez. Nunca vi a minha doce avó sofrer tanto e não percebi porque não veio connosco também.

Não compreendi.

A minha vida mudou, o meu maior desejo concretizou-se, mas não passou de um engodo.

Aprendi a viver uma vida que não imaginava que pudesse existir, aprendi o que é a violência, a raiva, o ódio, a crueldade e o desamor.

Afinal ser criança não é saltar á corda e ir á catequese. Ser criança é sofrer, sobreviver, morrer aos poucos e desistir.

Apaguei também.

Perdi a minha infância, a minha adolescência e a minha juventude da forma mais cruel que se possa imaginar.

Mas o desamor, esse desamor foi sempre o mais difícil de compreender.

Como podiam não corresponder a todo o amor que lhes reservei durante os anos que vivi longe deles?

Como é possível que não me amem com a mesma intensidade que eu os amo a eles?

Como? Como era eu a criança mais amada do universo da minha avó e de repente tornei me tão desprezível assim?

Não compreendi.

Resolvi recomeçar, resolvi que deveria crescer o mais rápido que me fosse possível e fugir dali, fiz planos, protegi-me o mais possível enquanto lá estive, alimentei o meu amor próprio e decidi que ainda ia conseguir ser feliz

Um dia, um belo dia fugi.

Hoje, aos 54 anos, e sem nunca olhar para trás, orgulho-me do que construí, orgulho-me da família que criei, dos meus filhos, do que tenho, e sinto-me tão grata por todos os caminhos que percorri, por todos os anjos que me acompanharam e por um Deus que nunca, nunca me abandonou.

É com amor que partilho estas palavras.

O amor é seguramente a palavra-chave.”

Romance da vida de SA

“Nasci numa família de lavradores, no ano de 1957 e sou a última de doze irmãos, 4 raparigas e 8 rapazes, fui naturalmente criada mais por eles do que pelos pais, pois as idades eram muito próximas. Tive uma infância feliz pois fui sempre tratada como sendo a benjamim da família e por isso era muito acarinhada. Não tenho grandes memórias de episódios diferentes de uma criança normal daquela época, embora me lembre de ir para a escola de saco de sarapilheira á cabeça a servir de capa, estudar na mesma sala de um irmão, colaborar com ele nas diabruras, uma delas foi quando ele decidiu roubar e destruir a palmatória, fui cúmplice, e nunca ninguém mais soube quem foi, levar os bois ao campo antes de ir para a escola. No fim da escola primária lembro-me de ter feito o exame de admissão para poder continuar a estudar pois os meus pais faziam questão que todas as meninas estudassem para não depender dos homens para nada. Estudei na escola secundária e como eram rapazes de um lado e raparigas do outro não havia cá compromentimentos, embora tivesse colegas que para elas o namoro precoce fosse importante. Foi por esta altura que aconteceu o 25 de abril e alterou toda uma forma de estar na sociedade, nesse dia lembro-me de irmos todos para uma sala e estarmos cheios de medo até o diretor vir e acalmar a situação dizendo que não haveria problemas para cada um de nós. Na escola o curso de formação feminina, trouxe-me umas mais valias que ainda hoje são importantes para a minha vida, pois ensinou-me trabalhos manuais, cozinhar e muitas outras valências.

Foi em 1975 que fui conhecer uma nova realidade, decidi aceitar uma proposta do meu irmão e ir estudar enfermagem para o Porto, uma realidade completamente diferente, mas, que não me amedrontou e gostei imenso, nessa altura já namoriscava o rapazinho que hoje é o meu marido.

Terminado o curso fui trabalhar para o hospital de Penafiel, Casei em 1979, tive a primeira filha em 1980 e outra grande transformação foi a vinda para Viana do Castelo, o meu marido foi colocado nesta cidade e tivemos de nos mudar, ainda bem pois amo esta cidade, trabalhei no Hospital de Viana ainda na praça da república e depois centro de saúde de Vila Franca do Lima e depois nas Obras Sociais dos CTT, até aos 48 anos. entretanto tive a segunda filha.

Para ocupar os meus tempos livres, trabalhei a bordar e a dedicar-me a causas culturais, o folclore, a etnografia, o tocar cavaquinho, voluntariado e por influência do meu marido que, entretanto, também veio pra casa com 49 anos, deixamos o folclore e viramo-nos para as artes cénicas. Gostei tanto que ainda continuo até aos dias de hoje.

Como sou Mestre de Reiki, faço as mais diversas terapias na associação RelaxArt onde sou Presidente da direção.

Nesta fase da minha vida continuo com o Voluntariado, Teatro, bordados, artesanato, considerando que sempre em primeiro lugar está o apoio familiar.”

Romance da vida de MG

“Apresento-me; (...) pertenço a uma família respeitada. Tive uma infância feliz, fui filha única. Compunha-se de cinco elementos em casa. O meu Avô, Tia Avô, Pai e Mãe. Entrei para a escola, era uma aluna média. Chegou a hora de ir estudar para Viana do Castelo. Apareceu um contratempo e a minha mãe adoeceu e eu como já sabia fazer um pouco de tudo em casa, foi preciso abandonar os estudos. Esteve acamada cinco meses.

O meu pai trabalhava nos caminhos de ferro, por isso não faltava nada. Antigamente os vizinhos ajudavam-se, eramos a família principal. Chegou a adolescência, comecei a fazer teatro com os meus primos, um tio meu era o ensaiador. No verão tinha uma vida doméstica e ao mesmo tempo banhista. Era a primeira a ir para a praia e a quase a última. Entretanto chegou a hora de querer uma profissão. Também já ia namorando, mas sem perder muito. Fui com muita insistência pedir a uma cabeleireira para me arranjar um lugar, começando pelo princípio. Resultou. Ainda hoje trabalho como cabeleireira, pedicure e manicura. Até que eram horas de me casar. Comecei a namorar com o homem que me apaixonei perdidamente, que ainda hoje é o amor da minha vida. Trinta e nove anos de casamento, dois filhos, um neste momento tem 54 anos e outro tem 53. Entretanto houve um divorcio muito complicado, mas, entretanto, voltei a casar com o mesmo homem. Resumindo está tudo bem connosco. Tenho três netos e um bisneto. Sou feliz, faço aquilo que gosto, continuo a fazer teatro com amor e faço parte deste projeto fantástico.”

Romance da vida de VH

“Tenho 35 anos e nasci em Viana do Castelo. Em criança também vivi em Andorra, mas foi por pouco tempo.

Apesar de ter sido curta a minha passagem por Andorra, foi um cantinho que ficou para sempre no meu coração. Tanto, que ainda me lembrava do cheiro do pátio onde brincava tantas vezes e este ano, finalmente, consegui revê-lo. Infelizmente, o cheiro já não era o mesmo que me recordava.

Penso que sou uma pessoa sensível, pois gosto de pequenos detalhes. O cheiro é um deles. Muitas das minhas memórias, passam por cheiros, mas também por sons. Os cheiros são de sítios e pessoas. Os sons, são por exemplo o crruuu crruu das rolas, que havia na casa de uma senhora (que parecia uma avó) para onde ia muito em criança... O som do mar, que relaxa... E as minhas memórias, baseiam-se muitos nesses sentidos.

Não sei se foi por em criança ter passeado tanto por Espanha e por ter vivido em Andorra, que o país vizinho é um sítio onde também me sinto muito bem.

Faço muitas estas associações à minha infância para perceber o porquê de gostar de certas coisas. A minha infância, penso ter sido uma infância feliz.

No entanto, recordo-me de alguns momentos amargos. Um deles, era quando via crianças a serem mazinhas para com outras e algumas vezes, eram também comigo. Mas sempre tive mais a predisposição de defender aqueles que não se defendiam e eram postos de parte. Hoje que sou adulta, percebo que essa é uma questão um pouco mais complexa do que possa parecer. E hoje, só me envolvo caso seja solicitado ou não aguente mesmoooo a situação que estou a presenciar.

No entanto, penso que essa minha forma de ver ou ser, faz com que tenha determinados ideais políticos. Assim, sou uma adulta mais defensora de políticas de integração do que exclusão.

Fui sempre uma boa menina, no entanto, há um espírito rebelde por aqui. E por muitas vezes, fiz algumas aventuras (chamemos-lhe assim).

O espírito era o do desafio e não seguir exatamente as regras, que pareciam só para quem não queria fazer diferente. No entanto, sempre percebi que as regras são importantes para não vivermos no caos. Mas penso que me faço entender.

Hoje sou uma pessoa que adora comer, mas nem sempre foi assim. De pequena, levava as pessoas ao extremo da paciência por não comer. No entanto, eu ia espreitar os frigoríficos dos vizinhos e ainda com o meu meio portunhol dizia “no me gusta de nada”. Digamos que sincera, era.

Mas havia um prato que me enchia as medidas, que era o puré de batata com almôndegas que a minha madrinha fazia. Esse, já marchava mesmo sem ter uma goela lá muito aberta.

Outra coisa que mudou da infância para agora, foi ter começado a gostar de fazer exercício. Vá, este gosto veio na adolescência e por influência de uma grande amiga. Essa que já era atleta e me conseguiu contagiar com o bichinho do desporto e mostrar-me que não é difícil.

Não posso especificar um desporto onde seja boa, hoje em dia. Mas já tive muito jeito para o voleibol e badminton. Hoje, gosto muito de fazer trekking, correr de vez em quando..E como muitas vezes, uma corrida ajuda com as dores de costas depois de um dia mais difícil.

O trekking foi algo que surgiu a convite do meu irmão, que atualmente é a pessoa que eu conheço que mais sabe de serras, montanhas, trilhos...E juntos, já tivemos umas boas aventuras! As tais aventuras que eu já gostava de miúda...Já ficamos meios perdidos no mato, em que ficamos com as pernas todas “trilhadas” das silvas, mas termos conseguido safar-nos por nós mesmo, foi uma sensação tão, mas tão boa!

Os meus pais, são das melhores pessoas que conheço. São amigos, muito engraçadinhos! mas também me moem ainda muito a cabecinha! São pais...

Licenciei-me em Braga! Os tempos de estudante foram tão bons que se soubesse o quão bom era, tinha aproveitado mais. (Como se isso fosse possível!!)

A verdade mais crua, foi quando terminei o curso e estávamos na chamada Troika.

Foi muito complicado arranjar algum trabalho, na altura, nem para operador de supermercado estava a conseguir.

Mas sempre fui arranizando uns trabalhos temporários, até finalmente, conseguir um estágio na minha área.

Hoje, se me perguntarem se estou satisfeita profissionalmente, posso dizer que sou uma pessoa muito recetiva a desafios e que apesar de não ser ambiciosa, ambiciono crescer sempre mais, naquilo que é perceptível entender em crescer. Mas essencialmente, é em fazer cada vez mais coisas que se identificam comigo. Mas claro que também é preciso pensar nas contas!

Por isso, há uns bons anos atrás pensava estar muito orientada aos 35 anos, contudo, penso que ainda estou a trilhar o meu caminho. A descobrir-me como pessoa, como mulher, como amiga... Houve momentos difíceis nestes últimos anos, e eles levaram a momentos de introspeção. E ainda ando por aí. Mas já se diz, que o caminho faz-se caminhando, por isso, eu vou. Percorrendo vários caminhos que me fazem sentido, até encontrar o caminho certo.”

Anexo C: Cartaz e Folha de Sala



Figura 15: Cartaz Oficial



Figura 16: Folha de Sala Frente



Figura 17: Folha de Sala Verso

Anexo D: Obra "Ser Mulher" da artista Carla Silva



Figura 18: Obra da Artista Carla Silva intitulada " Ser Mulher"