

INSTITUTO POLITÉCNICO DE LISBOA
ESCOLA SUPERIOR DE TEATRO E CINEMA



**TEATRO E IGUALDADE DE GÉNERO:
UMA INTERVENÇÃO SOCIAL E ARTÍSTICA**

RELATÓRIO DE ESTÁGIO

**MESTRADO EM TEATRO - ESPECIALIZAÇÃO EM TEATRO E
COMUNIDADE**

SÍLVIA PINTO FERREIRA

Amadora, Outubro de 2014



TEATRO E IGUALDADE DE GÉNERO: UMA INTERVENÇÃO SOCIAL E ARTÍSTICA

RELATÓRIO DE ESTÁGIO

SÍLVIA PINTO FERREIRA

Relatório de Estágio submetido à Escola Superior de Teatro e Cinema para cumprimento dos requisitos necessários à obtenção do grau de Mestre em Teatro - Especialização em Teatro e Comunidade, realizado sob a orientação científica da Professora Doutora Eugénia Vasques, Professora Coordenadora, Área de Teoria, Departamento de Teatro da Escola Superior de Teatro e Cinema/IPL, e coorientação da Professora Doutora Catarina Sales Oliveira, Professora Auxiliar, Área de Sociologia, Departamento de Sociologia e Comissão de Igualdade de Género da Universidade da Beira Interior.

Resumo

O presente Relatório de Estágio tem como objecto de pesquisa a concepção e monitorização de duas Oficinas de Teatro dirigidas a dois grupos de mulheres constituídos, respectivamente, por estudantes universitárias e desempregadas. O estágio realizou-se entre Novembro/2013 e Junho/2014 na Quarta Parede - Associação de Artes Performativas da Covilhã e inseriu-se nos *Empowerment Labs*, laboratórios formativos que cruzam artes performativas e ciências sociais na reflexão e intervenção sobre a igualdade de género com foco no desemprego feminino.

Este relatório expõe os três momentos do processo do estágio: pesquisa de referenciais teórico-práticos, concepção e monitorização das Oficinas de Teatro e reflexão a partir da prática laboratorial. Na pesquisa de referenciais, essencial para delinear a metodologia operacional e o programa de conteúdos, explorei dimensões como o feminismo e a igualdade de género, e procurei compreender de que forma o *empowerment*, a pedagogia de Paulo Freire e as metodologias do teatro aplicado serviam os objectivos do meu trabalho. A realização das oficinas foi o momento de experimentar as metodologias e o programa delineado. Tendo a igualdade de género como temática unificadora, o *empowerment* através da arte como objectivo maior e o teatro aplicado como base metodológica, as oficinas inserem-se nos processos de educação não-formal aplicados ao incremento de recursos intelectuais, emocionais, sociais, expressivos e criativos e, neste caso específico, à ampliação da consciência de género. Neste sentido, as oficinas desenvolveram uma abordagem metodológica processual, participativa e multidisciplinar, orientada para a pesquisa performativa, primeiro de uma dramaturgia individual, depois de uma dramaturgia do colectivo e, por fim, de uma dramaturgia orientada para a igualdade de género. O conceito de “dramaturgia” surge aqui no sentido metodológico do *pachwork* (trabalho com retalhos) e do *sampling* (recolha e transformação de materiais), relevante sobretudo na última fase, dedicada à construção colectiva de um exercício performativo apresentado publicamente.

Palavras-chave: Igualdade de Género, *Empowerment*, Teatro Aplicado, Mulheres

Abstract

This Stage Report has as object of research the design and monitoring of two Theatre Workshops aimed at two groups of women, university students and unemployed. The stage was held between November/2013 and June/2014 at Quarta Parede-Association of Performing Arts of Covilhã and inserted in the *Empowerment Labs*, training laboratories crossing performing arts and social sciences in reflection and action on gender equality with focus on female unemployment.

This report comprises the three momentos of the stage process: research theoretical and practical frameworks, design and monitoring of Theatre Workshops and reflection from laboratory practice. In search of theoretical and practical frameworks, essential to devise the operational methodology and program contents, I explored dimensions such as feminism and gender equality, and tried to understand how the empowerment, the Paulo Freire pedagogy and applied theater methodologies served the objectives of my work. The realization of workshops was time to test the methodologies and the program designed. Having gender equality as unifying theme, empowerment through art as the most objective and applied theater as methodological basis, the workshops fit into the non-formal education processes applied to the increment of intellectual, emotional, social, expressive and creative resources and, in this particular case, to the expansion of gender awareness. In this sense, the workshops took a procedural methodological approach, participatory and interdisciplinary, turned towards the performative research, first in a personal dramaturgy, after a collective dramaturgy and, finally, a gender equality dramaturgy. “Dramaturgy” here comes the methodological sense of patchwork and sampling (collection and processing of materials), particularly evident in the last phase, dedicated to building a collective performative exercise presented publicly.

Key-words: Gender Equality, Empowerment, Applied Theatre, Women

Agradecimentos

A todas e a todos que me acompanharam e tornaram possíveis estas viagens:

M^a Eduarda Pinto e José Manuel Ferreira

Rui Pedro Gonçalves

Marta Ricardo, Joana Ricardo e Cláudia Gaspar

Rui Sena, Celina Gonçalves e Catarina Arnaut

Agueda Simó

Maria Belo Costa

João Grancho

Ana Almeida, Ana Sofia Santos, José Luís Costa, Marco Ferreira, Rafael Moraes, Ricardo Rodrigues e Sylvie Rocha

Participantes das Oficinas de Teatro dos *Empowerment Labs*

À Orientadora Professora Doutora Eugénia Vasques e Coorientadora Professora Doutora Catarina Sales

A todas as mulheres cuja coragem, audácia e inteligência inspiraram este trabalho

Índice

Índice de Quadros	VI
Índice de Siglas e Abreviaturas	VII
Introdução	1
1. Objecto de Pesquisa	3
1.1. Objecto de Pesquisa	4
1.2. Objectivos de Pesquisa	4
2. Metodologias	5
2.1. Metodologias Conceptuais	7
2.1.1. Porquê um laboratório dirigido apenas a mulheres?	7
2.1.2. Movimentos e ideologias feministas	9
2.1.3. A Igualdade de Género enquanto objectivo prioritário institucional ..	17
2.1.3.1. A Igualdade de Género em Portugal	21
2.2. Metodologias Operacionais	23
2.2.1. <i>Empowerment</i>	23
2.2.2. Paulo Freire: uma pedagogia para o <i>empowerment</i>	26
2.2.3. O Teatro: metodologia de intervenção	27
2.2.3.1. Vertentes sociais, políticas e pedagógicas do teatro	27
2.2.3.2. Características operacionais do teatro aplicado	29
3. Descrição do Processo	35
3.1. Contexto Geral	36
3.1.1. Apresentação do NÓS – Projecto de Acção Social e Artística	36
3.1.2. Plano de Estágio	38
3.2. Contexto Particular: Oficinas de Teatro	39
3.2.1. Planificação das Oficinas de Teatro	39
3.2.1.1. Calendarização	39
3.2.1.2. Metodologia	40
3.2.1.3. Programa	41
3.2.1.4. Estratégias de avaliação e documentação	44
3.2.1.5. Captação de grupos-alvo e Perfil das participantes	46
3.2.2. Descrição do Processo das Oficinas de Teatro	49
3.2.2.1. O espaço	49
3.2.2.2. Primeiro encontro com os grupos	49
3.2.2.3. A Oficina de Teatro com estudantes universitárias	50

3.2.2.4. A Oficina de Teatro com mulheres desempregadas	57
4. Apresentação e Discussão dos Resultados	64
4.1. Participação dos Grupos	65
4.2. Apresentações Públicas	66
4.3. Sessões de Prospecção Final	67
4.4. Avaliação Intercalar e Avaliação Final	67
4.4.1. Auto-avaliação de conhecimentos e competências	68
4.4.2. Avaliação do laboratório	69
4.4.3. Questionários	70
4.5. Produtos de Disseminação	72
5. Reflexões Finais	74
6. Referências Bibliográficas	79
7. Anexos	84
Anexo 1	i
A.1.1. Fotografias das sessões - Oficina de Teatro/Lab1	ii
A.1.2. Fotografias das sessões - Oficina de Teatro/Lab2	iv
Anexo 2	vii
A.2.1. Folha de Sala - Exercício de Apresentação Final Lab1	ix
A.2.2. Folha de Sala - Exercício de Apresentação Final Lab2	x
Anexo 3	xi
A.3.1. Quadros Síntese: Planeamento das Sessões da Oficinas de Teatro/Lab1	xii
A.3.2. Quadros Síntese: Planeamento das Sessões da Oficinas de Teatro/Lab2	xx
Anexo 4	xxix
A.4.1. Diário de Bordo - Oficina de Teatro/Lab1	xxx
A.4.2. Diário de Bordo - Oficina de Teatro/Lab2	xlvi
Anexo 5	lx
A.5.1. DVD : 1. Vídeo Exercício Performativo Final Lab1	lxi
2. Vídeo Exercício Performativo Final Lab2	

Índice de Quadros

Quadro 1 - Calendarização do Lab1 e do Lab2	39
Quadro 2 - Relação entre o número de sessões de cada componente	39
Quadro 3 - Relação entre a carga horária de cada componente por Lab	40
Quadro 4 - Síntese do Programa Geral das Oficinas de Teatro	43
Quadro 5 - Dados de Caracterização das Participantes da Oficina de Teatro/Lab1 ...	47
Quadro 6 - Dados de Caracterização das Participantes da Oficina de Teatro/Lab2 ...	48

Índice de Siglas e Abreviaturas

CEE - Comunidade Económica Europeia

CIG - Comissão para a Cidadania e Igualdade

DPI - Departamento de Informação Pública da ONU

IEFP - Instituto de Emprego e Formação Profissional

IG - Igualdade de Género

Lab1 - *Empowerment Lab1*

Lab2 - *Empowerment Lab2*

ONU - Organização das Nações Unidas

OT - Oficinas de Teatro

QP - Quarta Parede-Associação de Artes Performativas da Covilhã

RDH - Relatório sobre o Desenvolvimento Humano

TA - Teatro Aplicado

UBI - Universidade da Beira Interior

UE - União Europeia

UP - Unidades Programáticas

Introdução

Este Relatório de Estágio tem como objecto principal a concepção e monitorização de duas Oficinas de Teatro em articulação com a dimensão da igualdade de género e dirigidas a dois grupos específicos de mulheres, estudantes universitárias e desempregadas. O estágio realizou-se na Quarta Parede - Associação de Artes Performativas da Covilhã, no contexto da actividade profissional que tenho vindo a desenvolver nesta associação, possibilitando-me aprofundar o meu trabalho artístico-pedagógico e, também, reflectir sobre este mesmo trabalho num contexto científico.

As Oficinas de Teatro integraram os *Empowerment Labs*, uma componente do NÓS - Projecto de Acção Social e Artística, desenvolvido pela Quarta Parede, e partiram da proposta de aplicação do teatro aos objectivos deste projecto que são o *empowerment* dos grupos-alvo e a sensibilização para a igualdade de género da comunidade.

Tendo o teatro como linguagem artístico-pedagógica globalizante, as Oficinas de Teatro basearam-se numa metodologia de pesquisa-acção multidisciplinar, apostada na consciencialização, implicação e valorização das participantes. Neste sentido, assentaram no desenvolvimento de um processo artístico de carácter colaborativo e dialógico focado numa exploração da expressão e criatividade através de pesquisas performativas, primeiro de uma dramaturgia individual, depois de uma dramaturgia do colectivo, e, por fim, de uma dramaturgia dirigida à igualdade de género. Na última fase, cada grupo envolveu-se na criação de um exercício performativo apresentado publicamente.

Quanto à sua estrutura, este relatório divide-se em cinco capítulos. No primeiro capítulo, introduzo o trabalho desenvolvido, explicando o objecto e os objectivos de pesquisa. No segundo capítulo, Metodologias Conceptuais e Operacionais, apresento os referenciais teórico-práticos que fundamentam o meu trabalho ao longo do estágio. Em termos de metodologias conceptuais, explico a pertinência de um laboratório dirigido apenas a mulheres, exponho um levantamento sintético sobre os movimentos e ideologias feministas, assim como, sobre o percurso de formalização de uma política global para a igualdade de género. Aqui, apresento também, uma pequena contextualização sobre a igualdade de género em Portugal, essencial para compreender a pertinência da minha pesquisa. Em termos de metodologias operacionais, as minhas pesquisas foram orientadas pela proposta da qual partiram as Oficinas de Teatro, isto é, a criação de um espaço que associe a prática teatral à consciencialização para a igualdade de género, no sentido do *empowerment* através da arte. Como aliar, então, teatro e igualdade de género tendo em conta as especificidades dos dois grupos-alvo com quem ia trabalhar? Poderá o teatro funcionar como meio de consciencialização e *empowerment* no âmbito da igualdade de género? Estas

foram as perguntas-motor que se impuseram na fase de planificação das oficinas, perante as quais, o teatro e o *empowerment* surgem como conceitos operacionais a articular com uma metodologia onde a prática teatral é aplicada a temas específicos e na disseminação de resultados. O capítulo três, Descrição do Processo, é dedicado ao processo das Oficinas de Teatro, que subdivido em dois momentos: Contexto Geral, onde apresento o Nós - Projecto de Acção Social e Artística e o plano de estágio; e, Contexto Particular, onde exponho a planificação e monitorização das oficinas.

No quarto capítulo, Apresentação e Discussão dos Resultados, procurando avaliar a eficácia e eficiência das Oficinas de Teatro, apresento e discuto os seus resultados a partir de cinco componentes: participação dos grupos, apresentações públicas, avaliação intercalar e avaliação final, sessões de prospecção final e produtos de disseminação.

Finalizo com o capítulo cinco, Reflexões Finais, onde procuro potenciar um momento reflexivo sobre o que em mim se interrogou e se enriqueceu ao longo desta pesquisa.

Em anexo, incluo registos e documentos elaborados durante a realização das Oficinas de Teatro e que são complementares deste trabalho.

Destaco a pertinência do objecto de pesquisa deste relatório, a articulação entre a prática teatral e a igualdade de género, uma área de intervenção urgente a nível global - pelas situações de desigualdade e discriminação directa e indirecta que, em pleno século XXI, as mulheres continuam a enfrentar -, onde o teatro poderá constituir um meio privilegiado de transmissão, produção e disseminação de conhecimento.

1.

Objecto de Pesquisa

1.1. Objecto de pesquisa

Tal como referido atrás, o Relatório de Estágio em presença tem como objecto principal a concepção e monitorização de duas Oficinas de Teatro (OT) - sob a égide do conceito de Igualdade de Género (IG) - dirigidas a dois grupos específicos de mulheres, estudantes universitárias e desempregadas. O estágio realizou-se entre Novembro/2013 e Junho/2014 na Quarta Parede - Associação de Artes Performativas da Covilhã (QP), numa dimensão do NÓS - Projecto de Acção Social e Artística, denominada *Empowerment Labs*. Este projecto, desenvolvido pela QP ao abrigo do Programa Cidadania Activa/Fundação Calouste Gulbenkian, parte da necessidade de reflexão e intervenção no território do desemprego feminino no concelho da Covilhã, visando promover a igualdade de oportunidades entre mulheres e homens com foco no trabalho e no emprego e, também, implementar formas inovadoras de minimização do impacto do desemprego na população feminina.

1. 2. Objectivos de pesquisa

Objectivos específicos

- Construir um programa de conteúdos que articula a dimensão social com a artística no sentido do *empowerment* através da arte
- Desenvolver um processo de experimentação artística dirigido à implicação, consciencialização e valorização das participantes
- Potenciar a criação colectiva de dois exercícios performativos finais a apresentar publicamente

Objectivos secundários

- Valorizar a igualdade de género como uma dimensão inerente à cidadania, aos direitos humanos e aos valores democráticos
- Promover o teatro como ferramenta de aprendizagem impulsionadora de novos olhares e abordagens sobre a realidade social

2.

Metodologias

O trabalho que desenvolvi ao longo do estágio assenta numa metodologia de tipo pesquisa-acção, na qual, enquanto observadora-participante, actuei directamente na concepção e monitorização de duas OT em diálogo programático com um conceito específico, a IG, e tendo como objectivo promover o *empowerment* dos dois grupos de mulheres a quem se dirigiram.

Em busca de um diálogo entre acção social e acção artística, o trabalho desenvolvido caracteriza-se como pesquisa social desenvolvida através de metodologias do teatro, pesquisa essa operacionalizada através de três momentos articulados entre si: pesquisa de referenciais teórico-práticos (incidindo sobre o século XX e a actualidade), a experimentação com os grupos-alvo nas OT e as reflexões para, durante e a partir da prática laboratorial.

No decurso da pesquisa de referenciais teórico-práticos que precedeu a concepção das oficinas, deparei-me com dois caminhos possíveis que, embora interligados, assumem direcções de pesquisa distintas. Por um lado, identificar as perspectivas e mecanismos governamentais relativos à IG, e, por outro, o feminismo enquanto movimento, pensamento e “espaço significante”, que nega as “ordens de significado falocêntrico existentes e [que] em luta com a representação” gera “significados críticos ou até mesmo novos significados” (Pollock, 2002, p.205). Não sendo objectivo do meu trabalho uma reflexão profunda sobre políticas governamentais para a IG, nem o aprofundamento das múltiplas direcções tomadas pela acção e pensamento feministas, não procedi a uma pesquisa exaustiva sobre estes campos. Desenvolvi, contudo, um levantamento sintético e atento, sobre os movimentos e ideologias feministas e sobre o percurso de formalização de uma política global para a IG, na expectativa de que um conhecimento mais aprofundado sobre estes temas me permitisse encontrar núcleos temáticos significativos para o programa de conteúdos das OT.

Em termos de metodologias operacionais, as minhas pesquisas orientaram-se pela proposta da qual partiu a realização das OT, isto é, a criação de um diálogo entre a prática teatral e a dimensão da IG, no sentido do *empowerment* através da arte. Assim, teatro e o *empowerment* surgem como conceitos operacionais a articular com uma metodologia eminentemente participativa e reflexiva onde a prática teatral é aplicada a temáticas específicas e na disseminação de resultados: “This incorporated provisional, embodied as well as discursive, inter-disciplinary and democratic methods of knowing” (Hughes, Kidd e Mcnamara, 2011, p.201).

Procurando preservar a conexão entre pesquisa, experimentação e reflexão-avaliação, inerentes a todo o processo do estágio, irei agora expor as referências conceptuais e operacionais que alimentaram o meu trabalho e clarificar alguns dos seus conceitos estruturantes.

2.1. Metodologias Conceptuais

2.1.1. Porquê um laboratório dirigido apenas a mulheres?

Numa das primeiras sessões da OT com o grupo de estudantes universitárias, surgiram as seguintes perguntas entre as participantes: “Porque é que um laboratório que visa consciencializar para a igualdade entre mulheres e homens reúne apenas mulheres? Não faria sentido abrir este espaço também aos homens?” Ora, os *Empowerment Labs* focaram a sua intervenção apenas junto de mulheres porque na origem da sua concepção encontra-se a constatação de que as mulheres possuem défices de poder político-social que carecem ser superados. Por este motivo, estes laboratórios podem ser caracterizados como mecanismos de acção positiva.

Seguindo a designação da Rede de Jovens para a Igualdade entre Mulheres e Homens [REDE] (2010), as acções positivas são medidas estratégicas que advertem e intervêm sobre factores de discriminação e desigualdade (relativos ao sexo, religião, orientação sexual, etnia, deficiência, entre outros) junto de grupos socialmente discriminados. Visando a conquista da igualdade de oportunidades, o recurso a estratégias de acção positiva explica-se pela constatação de que a proibição legal da discriminação não é suficiente para erradicar comportamentos e situações discriminatórias, e que, para tal, são necessárias acções de reforço junto dos grupos afectados. Conforme assinala a Organização Internacional do Trabalho [OIT] (2007) as acções positivas têm sempre um carácter temporário, podem ser implementadas por instituições governamentais ou organizações não-governamentais e traduzem-se em diferentes tipos de medidas como a implementação de legislação, a organização de campanhas ou a realização de acções formativas em contextos formais e não-formais.

Não esgotando aqui o tema, ao qual voltarei no capítulo três, interessa por agora reter que a implementação de acções positivas para promoção da IG dirigidas especificamente a mulheres, constituem formas de intervenção social direccionadas para a superação de situações de desigualdade e/ou comportamentos discriminatórios e para a conquista de uma real equidade de oportunidades e tratamento entre mulheres e homens.

Apesar dos avanços no âmbito da diminuição das desigualdades entre mulheres e homens, a ainda persistente “dominação masculina” continua a ser o que Bourdieu (2013) designou como “um assunto difícil” (p.13). Na actualidade, as mulheres têm uma participação crescente na vida económica e política e, em termos institucionais e legais, veem reconhecida a sua condição social igualitária. Não obstante, em pleno século XXI,

são as mulheres, oriundas de diferentes classes sociais, etnias, idades e nacionalidades, que continuam a ser as principais vítimas de discriminação e desigualdade.

A discriminação caracteriza-se como um comportamento influenciado por preconceitos, ou seja, atitudes (geralmente negativas) não justificadas pela experiência pessoal, mas sim por estereótipos assimilados através de diferentes meios de informação (Macedo e Amaral, 2005, p.40). Como especifica Nogueira:

Estes estereótipos, generalizações acerca de categorias de pessoas, às quais se associam determinadas características, traços e comportamentos, implicam uma exacerbação da semelhança intragrupal, o que por sua vez maximiza as diferenças intergrupos. Isto é, supor que existe uma categoria social «mulher», bem definida, cujos elementos partilham características semelhantes, permite que se perpetuem estereótipos, que por sua vez serão usados por pessoas, pelo poder, em determinadas épocas, em determinados contextos, para explicar como determinadas circunstâncias não são discriminação mas sim adequação às características do próprio grupo. Assim, o sexismo é a discriminação baseada no sexo de pertença das pessoas, o que implica desigualdade entre os sexos. (...)

O presente esforço dos movimentos feministas centra-se na contínua luta pela igualdade, na desconstrução (embora cuidadosa e estrategicamente trabalhada) da categoria «mulher», considerando que os estereótipos de género e toda a ideologia de género é uma «prisão» que encarcera tanto homens como mulheres (mesmo de formas diferenciadas e assimétricas) (2005, pp.40-41).

É ainda “inegável a tendência humana para mentalmente dividir a sociedade conforme um modelo binário, entre homens e mulheres, aplicando os estereótipos respectivos” (Schouten, 2011, p.40). Estes estereótipos estão de tal forma enraizados, cultural e socialmente, que continuam a determinar o modo como a realidade é construída e percebida. Como refere Amâncio (1994), “o senso comum associa ao dimorfismo sexual um conjunto de características de personalidade e orientações de comportamento, organizados em modos de ser homem e de ser mulher, que não encontram fundamento nas diferenças biológicas, antes as utilizam como pretexto” (p.33). Pesquisas desenvolvidas por esta autora mostram como as assimetrias estão relacionadas com características tradicionalmente atribuídas, entre as quais, a afectividade e sensibilidade associada às mulheres e o poder e assertividade aos homens (op.cit.).

Na sociedade ocidental actual, são as mulheres quem detêm os níveis educacionais mais elevados, mas, ainda assim, continuam a receber salários mais baixos que os homens no desempenho do mesmo tipo de funções. Por outro lado, persiste a ideia de que as responsabilidades familiares e domésticas são ocupações femininas, o que, em muitos casos, significa duplas jornadas de trabalho para as mulheres. O facto de, muitas vezes, as próprias mulheres resistirem em partilhar o trabalho doméstico e o cuidado familiar, faz com que estes estereótipos prevaleçam.

A discriminação laboral baseada no sexo de pertença continua a ser uma prática em termos de recrutamento, selecção, avaliação e promoção. As mulheres permanecem

maioritariamente concentradas em profissões consideradas femininas e a percentagem que consegue aceder a cargos de direcção e gestão, ou que os consegue manter a médio ou longo prazo, é muito reduzida. Assim, todas as áreas públicas e privadas – política, indústria, comércio, serviços públicos, instituições de ensino – são ainda lideradas principalmente por homens. Este fenómeno, denominado por *glass ceiling* (tectos de vidro), exemplo da discriminação laboral através da segregação vertical por sexo, consiste na presença de barreiras invisíveis e artificiais (estereótipos) que, apesar dos pressupostos formais e legais, impedem as mulheres de acederem a cargos de direcção e gestão, em resultado dos preconceitos associados à masculinização das capacidades de liderança e poder que ainda persistem na sociedade (OIT, 2007).

Actualmente ainda existem realidades onde, por sistema, as mulheres não recebem remuneração pelo seu trabalho, sofrem de escravidão, são obrigadas a respeitar um código de vestuário rígido, não podem investir numa carreira profissional e não têm liberdade de expressão nem de decisão sobre a sua própria vida. Embora estas sejam realidades associadas sobretudo a zonas do Médio Oriente, Norte de África e Sul da Ásia, nas sociedades ocidentais as assimetrias de género persistem e estão bem patentes nos índices de participação cívica e política, no *gap* salarial, nas taxas de ocupação de cargos de direcção, no número de horas de trabalho não remunerado, na distribuição das responsabilidades domésticas e familiares ou nas percentagens do desemprego. Estes dados revelam o quão frágil é a qualidade da democracia ocidental perante uma ainda tão persistente “dominação masculina” das “estruturas das grandes instituições em que se realiza e reproduz não apenas a ordem do masculino, mas também a ordem do social - a começar pelo Estado, estruturado em torno da oposição entre a sua «mão direita», masculina, e a sua «mão esquerda», feminina, e a Escola, responsável pela reprodução efectiva de todos os princípios fundamentais de visão e divisão, e organizada também em torno de oposições homólogas” (Bourdieu, 2013, p.137).

É pois pela constatação das múltiplas formas de discriminação que as mulheres continuam a enfrentar como seres humanos, cidadãs e profissionais, que se justifica a necessidade de acções alternativas de carácter formativo como os *Empowerment Labs*, direccionadas para a amplificação de sentidos de poder, liberdade e acção que permitam a formulação de estratégias individuais e colectivas de denúncia e superação destas realidades.

2.1.2. Movimentos e ideologias feministas

Uma vez justificado porque é que os laboratórios, onde as OT se inserem, se dirigiram a mulheres, passo a expor as principais direcções da minha pesquisa no âmbito do feminismo.

Esta pesquisa, desenvolvida através de revisão e análise bibliográfica, foi motivada pela expectativa de, entre os movimentos e ideologias feministas, encontrar e fundamentar conceitos e abordagens metodológicas significativas para a concepção das OT.

Partindo de interrogações basilares ao feminismo, expressas nestas perguntas fundamentais colocadas por Simone de Beauvoir (2009), em 1949, “[d]e onde vem essa submissão na mulher?” (p.18), “[p]orque é que o mundo sempre pertenceu aos homens e só hoje as coisas começam a mudar?” (p.23), comecei por indagar as origens das desigualdades entre mulheres e homens.

Fui, portanto, à prateleira onde estão as histórias e tirei uma das mais recentes, *A História de Inglaterra*, do professor Trevelyan. Mais uma vez procurei «Mulheres». Encontrei «situação das» (...). «Bater na esposa», li, «era um direito reconhecido do homem e era usado sem vergonha pela classe mais elevada ou baixa... (...)», continua o historiador, «a filha que recusasse casar com o cavalheiro da escolha dos pais estava sujeita a ficar fechada à chave, a que lhe batessem e a empurrassem pelo quarto fora, sem que a opinião pública ficasse chocada. (...)». Isto acontecia por volta de 1470 (...). A referência seguinte, (...) é de uns duzentos anos mais tarde (...). «(...) [Q]uando o marido já estava destinado, ele seria soberano e senhor, pelo menos, tanto quanto a lei lho permitia.» Mesmo assim, conclui o professor Trevelyan, «nem as mulheres de Shakespeare nem aquelas das memórias verídicas do século XVII, (...) parecem ter falta de personalidade e carácter». (...) Não sendo uma historiadora, poderia ir ainda mais longe e dizer que as mulheres têm brilhado como sinais luminosos em todas as obras de todos os poetas desde o início dos tempos (...). Na realidade, se a mulher não existisse a não ser na ficção escrita por homens, poderíamos imaginá-la uma pessoa da maior importância, (...) tão importante como um homem (...). Mas isto é a mulher na ficção. Na realidade, como o professor Trevelyan salienta, ela estava fechada, batiam-lhe e era empurrada pelo quarto fora.

(...) Algumas das palavras mais inspiradas, alguns dos pensamentos mais profundos na literatura saem-lhe dos lábios, na vida real mal sabia ler, mal conseguia soletrar e era propriedade do marido. (...) E voltei-me de novo para o professor Trevelyan para ver o que a história significava para ele. (...)

Ocasionalmente é mencionado um indivíduo do sexo feminino, uma Elizabeth ou uma Mary; uma rainha ou uma grande dama. Mas de modo algum as mulheres da classe média, contando apenas com o seu cérebro e com o seu carácter, podiam ter participado num daqueles grandes movimentos que, no seu conjunto, determinasse a opinião do historiador sobre o passado (Woolf, 2007, pp.68-71).

As palavras de Virginia Woolf retiradas da obra *Um Quarto Só para Si* (1929), denunciam com clareza o modo como, historicamente, as mulheres desempenharam papéis de subserviência numa sociedade maiormente representada por homens.

A dicotomia supostamente “natural” que acentua a inferioridade das mulheres e a superioridade dos homens encontrou logo em Aristóteles (394-322 a.C.) um defensor. Este filósofo, cujo pensamento influenciou grandemente o modo de representação das mulheres na filosofia ocidental, defende que “entre os sexos (...) o macho é por natureza superior e a fêmea inferior, aquele domina e esta é dominada” (*Política*, 1254b). Este tipo de fundamentos de que resulta a subalternização das mulheres e a primazia do sistema patriarcal, baseavam-se na defesa das diferenças biológicas entre mulheres e homens (Schouten, 2011). Assim, pelo papel preponderante representado pela mulher na

reprodução, a maternidade foi sendo tradicionalmente apreendida como uma “condição” feminina que a relegava para o ambiente doméstico.

A transição da sociedade cuja vida social foi regulada pelo poder divino opera-se pelo *Contrato Social* que inicia uma outra, a do autogoverno e da propriedade. Esta transição esqueceu, contudo, a mulher, porque a sua ligação à Natureza fez dela um ser sem valor para a participação social. Rousseau, no século XVIII, dá o tom à idealização da mãe natural e a ideologia vitoriana do século XIX intensifica e sistematiza o novo estatuto para a mulher, a mãe, configurando a maternidade como missão, como um propósito de entrega aos outros. (...) Foi assim que, ao vincular exclusivamente as mulheres à procriação, à expressão de um pretense «instinto maternal», ao desempenho primordial das tarefas do cuidar, o patriarcado não só define estas dimensões como naturais, para as legitimar, como as torna uma extensão da identidade das mulheres a que faz corresponder conotações com sentimentos de entrega, bondade e renúncia, intrínsecos à condição feminina. Assim, a «natureza feminina», o «instinto maternal», a partir do Iluminismo contribuíram para relegar as mulheres apenas à sua função maternal, durante séculos (Fidalgo, 2005, p.124).

A associação das mulheres à esfera privada e dos homens à esfera pública foi determinando distintas socializações baseadas no sexo de pertença, as quais estão na base das oposições binárias entre os seres humanos, detentoras de uma influência determinante nas questões de identidade e de poder (Schouten, 2011).

Uma das contestações mais eloquentes da superioridade dos homens, deve-se ao deputado inglês John Stuart Mill, no texto *On the Subjection of Women* (1869), que, em defesa da cidadania das mulheres, argumenta que a diferença não existe naturalmente, mas que esta é produzida socialmente (Oliveira e Amâncio, 2005). Anos mais tarde, em 1935, a antropóloga Margaret Mead, virá defender que o sexo é uma determinação biológica mas que o comportamento sexual é construído socialmente (op.cit.). Será com Simone de Beauvoir, em 1949, através da obra *O Segundo Sexo* (2008), que a fundamentação de que a diferença sexual não é um “destino biológico” (p.13), mas sim uma construção civilizacional, ganha consistência. Através da famosa citação, “Ninguém nasce mulher: torna-se mulher” (op.cit.), o legado beauvoiriano abre caminho para o estabelecimento do conceito de “género”¹.

Segundo Scott (1995), o conceito de género é uma “uma categoria analítica” que “faz parte da tentativa empreendida pelas feministas contemporâneas para reivindicar um certo terreno de definição, para sublinhar a incapacidade das teorias existentes para explicar a persistente desigualdade entre as mulheres e os homens” (p.85). Esta autora define que este conceito é “utilizado para sugerir que qualquer informação sobre as mulheres é necessariamente informação sobre os homens”, bem como para “designar as relações

¹ O conceito “género”, em português, surge aplicado pela literatura para referir os géneros narrativo, poético e dramático, e pela gramática para distinguir masculino e feminino. Devido ao desenvolvimento da teoria e crítica feministas, muito influenciado pelo feminismo anglo-americano, a palavra “gender”/género adquiriu também significação política, cultural e sexual (Macedo e Amaral, 2005: 87).

sociais entre os sexos” e “a criação inteiramente social de ideias sobre os papéis adequados aos homens e às mulheres” (op.cit., p.75).

O estabelecimento dos conceitos de sexo e género como categorias de análise, é essencial para a implementação dos Estudos Feministas nos anos 70 do século XX que, na esteira do pensamento e acção feminista, virão defender “a necessidade de desconstrução de saberes dominantes construídos a partir do olhar masculino, e da pretensa neutralidade da construção desses mesmos saberes, denunciando os modelos teóricos dominantes e interrogando-se sobre a posição das mulheres ao longo da história, ou desafiando o fazer mesmo da linguagem” (Macedo e Amaral, 2005, p.58).

Muito devido à influência da acção e pensamento feminista, ao longo da segunda metade do século XX, vai-se tornando oficial, que o conceito de sexo refere o conjunto de características biológicas e fisiológicas que distinguem mulheres e homens e o conceito de género as diferenças sociais que lhes são atribuídas, dependentes da cultura, etnia, religião, educação, classe e ambiente geográfico, económico e político e sujeitas a mudanças ao longo da vida (Franceskides, 2004).

Esboçadas as origens da desigualdade que marca a história das mulheres e estabelecida a importância que a distinção entre os conceitos de sexo e género teve no processo (ainda em curso) de emancipação das mulheres, passo a uma breve exposição sobre as origens e percursos dos movimentos e ideologias feministas, procurando justificar a sua pertinência no decurso da minha pesquisa.

O feminismo, enquanto “movimento e pensamento” (Pollock, 2002, p.213), “é uma alocação à questão filosófica do sexo/género” com “uma história descontínua, porque as formas como a questão sexo/género foi colocada foram moldadas pelos discursos político/filosóficos prevaletentes, disponíveis às mulheres em diferentes momentos históricos (op.cit., p.198)”. Embora descontínua, a história do feminismo surge localizada em grandes linhas temporais. A “primeira vaga”, com incidência nos finais do século XIX (a partir da Revolução Francesa) e que se prolonga até finais da Primeira Guerra Mundial, caracterizada por reivindicações organizadas pelos direitos civis, políticos e sociais das mulheres, entre os quais o direito ao voto. A “segunda vaga”, entre os anos 60 e os anos 70 do século XX, focada na alteridade e identidade das mulheres e na criação de linhas de investigação académica feminista. Finalmente, a fase pós-moderna, com início nos anos 90 do século XX, caracterizada pela disseminação das teorias e práticas feministas nas mais diversas áreas e pela abertura de novas perspectivas de análise sobre o conceito de género (Amâncio, 2004). Apesar desta parametrização temporal, não é possível circunscrever o

feminismo a uma perspectiva cronológica linear e, muito menos, a uma única abordagem ideológica, uma vez que, como refere Pollock:

O feminismo significa um conjunto de posições, não uma essência, uma prática crítica, não uma doutrina; uma resposta e uma intervenção dinâmicas e autocrítica, não uma plataforma única. É o produto precário de um paradoxo. Parecendo falar em nome das mulheres, a análise feminista desconstrói perpetuamente o próprio termo à volta do qual se encontra politicamente organizado. Este paradoxo tem moldado a história dos últimos vinte anos de prática feminista, que pode talvez ser caracterizada pela passagem da essência (um forte sentido da identidade da mulher e da colectividade das mulheres) para a diferença (um reconhecimento mais angustiado, não apenas daquilo que divide e desarticula a colectividade das mulheres, mas também da condição estrutural do termo “Mulher” como um efeito de sistemas psicosimbólicos que produzem e diferenciam subjectividades através das formações de classe, raça e sexualidade). Contudo, não existiu um progresso linear dos primeiros pensamentos para as teorias amadurecidas. Mais propriamente, temos uma configuração sincrónica de debates no seio do feminismo, todos possuindo algo de valioso para contribuir para o engrandecimento da iniciativa feminista (2002, p.196-197).

Entre os primeiros pensamentos da acção feminista, está a *Déclaration des Droits de la Femme et de la Citoyenne* de Olímpia de Gouges, um dos textos fundadores do movimento sufragista, publicado em França em 1791. No primeiro artigo desta declaração lê-se: «A mulher nasce livre e igual ao homem em direitos» (citado por Oliveira e Amâncio, 2005). Esta corajosa defesa dos direitos das mulheres surge como reacção à *Déclaration des Droits de l'Homme et du Citoyen* (1789) - documento capital da Revolução Francesa -, que, apesar de baseada em princípios de *igualdade, liberdade e fraternidade*, visava apenas os homens, os únicos a quem era concedida a cidadania, à semelhança do que sucedeu na *polis* grega.

Como destaca Amâncio (2004), desde o seu surgimento, através do movimento sufragista², o feminismo veio questionar “a contradição, fundadora da modernidade, que se estabeleceu entre o universalismo dos direitos políticos individuais e o universalismo da diferença sexual” (p.1). Esta “contradição” está no âmago do próprio feminismo, também ele dividido “entre a reivindicação dos direitos numa perspectiva igualitarista, baseada no humano universal, ou numa perspectiva diferencialista, baseada na especificidade feminina” (Oliveira e Amâncio, 2005, p.38). A defesa da igualdade ou da diferença será discutida pelas múltiplas orientações feministas que, expondo distintas perspectivas, tomam posições claras a seu respeito³. Importa referir que as divisões entre as diferentes correntes, formadas ao

² Entre o século XIX e inícios do século XX, o movimento sufragista desenvolveu-se de forma organizada na luta pelos direitos legais e cívicos das mulheres e contra a discriminação e os mitos, com maior incidência na Inglaterra, Estados Unidos e França. Antes do direito ao voto ser concedido às mulheres na maior parte dos países, o movimento sufragista desintegrou-se no início da I Guerra Mundial, sobretudo na Europa, onde as feministas se dividiram entre pacifistas e patriotas (Macedo e Amaral, 2005).

³ Entre as diversas correntes feministas destaco o feminismo liberal, o feminismo socialista e o feminismo radical. O feminismo liberal opõe-se à diferença marcada pela dominação masculina das estruturas institucionais públicas e pelos modos binários de socialização, sustentando que estas situações devem ser superadas através de transformações na legislação e na educação que favoreçam a equidade entre mulheres e homens (Schouten, 2011). O feminismo socialista, de orientações marxistas, defendendo que as mulheres constituem em si uma

longo do percurso feminista, não são estanques, dando aso a muitas intersecções e ao surgimento de renovadas ideias e metodologias que focam as mais diversas áreas do conhecimento e campos de intervenção muito abrangentes.

A reflexão sobre os conceitos de igualdade e diferença tal como eles surgem colocados pelo(s) feminismo(s) foi essencial no processo de concepção das OT. As abordagens igualitaristas, apostadas na superação da “dominação masculina” e no estabelecimento de uma real equidade entre mulheres e homens, permitiram-me compreender as pontes entre o movimento feminista e o reconhecimento da IG enquanto objectivo político. Por outro lado, as correntes que defendem a diferença, por fazerem apologia da identidade feminina e estabelecerem as especificidades e experiências das mulheres em si como definidoras de renovados modos de olhar e agir sobre o mundo, indicaram-me direcções metodológicas importantes para uma abordagem dirigida a mulheres. No meu caso específico, dirigida às características e problemas particulares dos grupos-alvo das OT e, também, centrada no corpo feminino como lugar de expressão e conhecimento.

Daí que entre os percursos do(s) feminismo(s), me tenha interessado particularmente pela denominada “segunda vaga”, inserida nos “espaços significantes criados desde 1968, que afirmaram novas noções do eu, de género, de diferença sexual, bem como de criatividade, arte e representação (Pollock, 2002, p.206). Estes novos “espaços significantes” revolucionaram totalmente a relação entre a esfera individual e a social, entre espaço privado e público. O *slogan* “O pessoal é político”, funciona como expressão-chave destes movimentos e é cunhado pela renovada vaga feminista, que vem assumir e registar a experiência individual das mulheres como processo social e político. O pensamento pioneiro de Simone Beauvoir será então retomado pela teoria feminista⁴ e contribuirá para uma reconstituição em força do movimento das mulheres.

Ao criticar a função da maternidade no período do pós-guerra, em que as forças conservadoras defendiam a família, a moral e os bons costumes, as teses desse livro [*O Segundo Sexo*] sobre liberdade sexual e libertação da prática da contracepção e do aborto podem ser consideradas um marco da passagem do feminismo igualitarista, no molde sufragista, para a fase do feminismo centrado na mulher-sujeito, criando os elementos necessários para a politização das questões privadas (Scavone, 2008, p.116).

classe oprimida pelo patriarcado e pelo capitalismo (Macedo e Amaral, 2005; Schouten, 2011), faz apologia de uma igualdade entre mulheres e homens onde as diferenças sexuais estejam superadas (Ferreira, 2005). O feminismo radical opõe-se contra toda a sociedade patriarcal, acusando as suas estruturas (leis, políticas, família e cultura) de deterem os homens no poder e acentua a diferença das mulheres em relação aos homens com uma conotação positiva, fazendo apologia da “experiência” feminina enquanto modelo cultural para o desenvolvimento mundial. Finalmente é de realçar o feminismo islâmico que, no contexto da actualidade e da história do Islão, busca a melhoria dos direitos e oportunidades das mulheres (Schouten, 2011).

⁴ Na década de 70 o movimento feminista conhece uma forte e rápida disseminação tanto no campo académico, com o surgimento dos Estudos Feministas, quanto em termos de activismo político e social, muito suportado pelas evoluções ideológicas e comportamentais iniciadas na década anterior.

Neste contexto, destaco o papel do teatro e da performance no ímpeto das revoluções ideológicas dos anos 60 e 70 do século XX, como meios de afirmação e denúncia da situação das mulheres ao longo da história e na sociedade. Num momento em que as intersecções entre o pessoal e o político constituíam preocupações feministas centrais, nas artes performativas as mulheres encontraram formas de expressão alternativas, tanto através de intervenções artísticas semelhantes às estratégias das lutas, guerrilhas e reivindicações feministas de rua, quanto através do surgimento de grupos de teatro feministas que reivindicavam as suas próprias metodologias artísticas.

Devising offers women a way of making theatre that means that they do not have to work on a 'big daddy' script - or, if constrained to do so, may assist in making a radical intervention in a 'canonical' or 'conventional play text'. As a process, this offers women the opportunity to practise theatre collaboratively and democratically. Many of the plays created by feminist companies in the late 1970s, for example, were devised collaboratively, rather than scripted by a playwright. Productions by the Women's Theatre Group between 1974 and 1978, for instance, were all devised by the company. What distinguished this model of feminist devising, however, from the more recent, corporeally based model, was its concentration on feminist issues. Issue-based devising focused on what women wanted to say, rather than on the style in which they wished to 'say' it (Aston, 2005, p.15).

Este tipo de activismo artístico-social é inerente à emancipação do ideário e discurso feministas, e, conseqüentemente, à disseminação da sua produção teórica e crítica. Assim, a prática teatral e performativa feminista começou a actuar baseada no dispositivo teórico que suportava o movimento emergente, e se, nos anos sessenta, se aliou ao activismo político de então, a partir dos anos setenta, começaram a exprimir preocupações culturais, sociais e estéticas, ao mesmo tempo que a teoria e crítica feministas aprofundavam estas mesmas questões (Carlson, 1997).

Após esta breve incursão pelos percursos dos feminismos, procurei compreender as suas possíveis relações com a IG enquanto objectivo político prioritário.

Ferreira (2003) ressalva que existem teóricos e teóricas que alegam que a adopção do princípio da igualdade de oportunidades entre mulheres e homens surge como uma clara consequência da acção da segunda vaga feminista. Esta autora distingue Buckley e Anderson que defendem que a simultaneidade do ressurgimento do movimento feminista com a criação, em 1957, da Comunidade Económica Europeia (CEE), influenciou o aparecimento das primeiras directivas relativas à igualdade laboral entre mulheres e homens (op.cit.). Ferreira aponta também, Reinalda, na sua defesa de que as políticas de igualdade da União Europeia (UE) não resultam de um *dea ex machina*, mas sim de *feminae in machina*, uma vez que entre os factores que influenciaram as políticas europeias para a igualdade entre mulheres e homens, está um fenómeno que o autor designa por "feminismo interestatal" (ibid., p.92), ou seja, a acção de um grupo de mulheres detentoras de posições oficiais nas organizações inter-governamentais. Já no que se refere aos governos nacionais,

Ferreira destaca o papel das *femocratas*, termo que designa as feministas inseridas nas burocracias estatais e que influenciam a adopção de políticas e medidas promotoras da igualdade e constituem o que se denomina por feminismo estatal.

Actualmente, algumas redes feministas nacionais e internacionais⁵, fundadas sobretudo a partir dos anos 80, colaboram com diversas organizações inter-governamentais, obtendo sucesso na inscrição da dimensão da IG no sistema político, nas relações externas, na economia e nas políticas de saúde e de segurança (Ferreira, 2003). É por este motivo que se fala em *feminismo global* (expressão de Charlotte Bunch, citada por Ferreira, 2003, p.90), referente à “rede feminista que se move em torno das agendas das Nações Unidas, que politiza as questões relacionadas com as desigualdades entre os sexos para além das suas fronteiras, nas conferências das Nações Unidas ou na internet, que têm tomado posição a nível mundial contra os processos de globalização da economia, de declínio do Estado-Nação e de massificação da cultura global” (op.cit.).

Através da expansão das redes feministas transnacionais e do alargamento das relações entre estas e as organizações inter-governamentais e governamentais, surge potenciado o reforço das políticas de igualdade e, em simultâneo, existe uma maior produção e circulação da informação a nível internacional o que reforça a transparência ao nível da política global⁶ (ibid., p.84).

Na verdade, apesar de nos encontrarmos num período em que existe um esforço internacional para disseminar a preocupação com a IG em todas as esferas da sociedade, ainda existem muitas resistências à mudança de mentalidades e atitudes. Um exemplo deste facto, é a própria desconfiança e desconforto que o próprio feminismo ainda suscita, razão para, como Amâncio assevera, ser essencial apostar na sua expansão.

[S]obretudo no caso dos autores mulheres, a afirmação do termo [feminismo] é um acto de resistência face ao significado pejorativo e de censura para com todas aquelas que ousavam pensar-se e pensar o mundo com que o termo nasceu no século XIX e que carrega até hoje. Na ciência, como noutros domínios até há pouco tempo, essa ousadia era sentida como uma ameaça pelo meio envolvente e acarretava dificuldades de integração e outros riscos para a

⁵ A visibilidade das redes feministas transnacionais surge no pós-Guerra Fria, num contexto ideológico favorável ao consenso entre as diferentes fracções feministas, para o qual foi fundamental o processo de transformação das sociedades e, também, o desenvolvimento dos meios de comunicação, aspectos que facilitaram “os contactos e a cooperação em torno de temas muito transversais que constituem a teia do feminismo global: a violência contra as mulheres, a pobreza, a socialização das responsabilidades domésticas, o direito a uma maternidade desejada, o acesso à propriedade e o papel das mulheres no processo de decisão” (Ferreira, 2003, pp.90-91).

⁶ No contexto da disseminação de informação, destaco o *Relatório sobre o Desenvolvimento Humano* (RDH), uma publicação anual, desde 1990, do Programa de Desenvolvimento das Nações Unidas, que insere dois importantes índices: o *Gender-Related Development Index*, que confronta indicadores relativos aos dois sexos; e o *Gender Empowerment Measure*, que analisa as taxas de representação das mulheres nos parlamentos, administração, direcção e profissões técnico-científicas, e a percentagem do rendimento que lhes é relativa (ibid.). Instrumentos políticos como o RDH, permitem uma consciência global dos avanços e necessidades em termos de igualdade de género, fortalecem as reivindicações das mulheres e contribuem para a sua credibilização, sobretudo perante as instituições governamentais.

imagem das mulheres. (...) Trata-se de assumir um compromisso político claro numa profissão que durante muito tempo envolveu as orientações ideológicas e os preconceitos que orientavam as suas práticas sob um manto de neutralidade que a crítica feminista não se cansou de denunciar. Esta postura crítica não deixa de ser um efeito positivo do distanciamento do movimento das mulheres em relação ao poder e da relativa marginalidade da reflexão feminista no seio das instituições académicas. O termo serve, portanto, para afirmar o projecto de conhecimento emancipatório que deu origem ao conceito de género (...). (2003, pp.708-709)

2.1.3. A Igualdade de Género enquanto objectivo prioritário institucional

Constituindo a IG um conceito transversal das OT, procurei compreender através de revisão e análise bibliográfica, a definição deste conceito em termos institucionais, bem como, o processo de reconhecimento oficial desta dimensão e respectivos mecanismos governamentais.

Segundo a Comissão para a Cidadania e a Igualdade de Género (CIG), organismo do estado português responsável pela promoção e defesa da igualdade entre mulheres e homens, “o conceito de Igualdade de Género significa, por um lado, que todos os seres humanos são livres de desenvolver as suas capacidades pessoais e de fazer opções independentes dos papéis atribuídos a homens e mulheres, e, por outro, que os diversos comportamentos, aspirações e necessidades de mulheres e homens são igualmente considerados e valorizados (2012, p.210). Neste sentido, como refere a OIT:

[A] igualdade de género defende que os direitos, as responsabilidades e o estatuto social das pessoas e o acesso aos recursos não dependem do facto de se ter nascido homem ou mulher. Não significa porém que os homens e mulheres sejam iguais, ou que tenham que se tornar iguais, ou que todas as medidas do mercado de trabalho devem chegar aos mesmos resultados. A igualdade de género pressupõe que todos os homens e mulheres são livres de desenvolver as suas capacidades pessoais e de fazer escolhas na vida, sem limitações impostas por estereótipos ou preconceitos sobre papéis de género ou características dos homens e mulheres” (2007, p.97).

Em termos oficiais, o princípio da igualdade entre os seres humanos encontra-se claramente formalizado em documentos que foram sendo elaborados a partir da Revolução Industrial e da Revolução Francesa. No entanto, é no pós-II Guerra Mundial, com a consolidação do Estado-Providência, que a formulação e implementação de legislações e recomendações especificamente dedicadas à igualdade de oportunidades sociais assumem expressão significativa (Rocha, 2004). É neste contexto que surgem as primeiras medidas político-legislativas de regulamentação da igualdade social entre mulheres e homens, começando pela proibição da discriminação relativa às mulheres (Ferreira, 2003). A

concessão do direito ao voto⁷ foi o primeiro passo, passando-se às condições de remuneração e depois ao acesso e tratamento laboral

A primeira referência explícita à igualdade entre mulheres e homens e não discriminação em função do sexo surge em 1945, no documento de constituição da Organização das Nações Unidas (ONU), a *Carta das Nações Unidas*: “As Nações Unidas não farão restrições quanto ao acesso de homens e mulheres, em condições de igualdade, a qualquer função nos seus órgãos principais e subsidiários” (art. 8.º)⁸.

No entanto, a passagem para a agenda política internacional da problemática da discriminação sexual apenas se evidencia com a proclamação pela ONU do *Ano Internacional da Mulher* em 1975 e com a organização da I *Conferência Mundial sobre a Mulher* (Cidade do México), que reuniu instituições mundiais e governos de diversos países. Como refere Maria Regina da Silva, como resultado da I *Conferência Mundial sobre a Mulher* “verificou-se uma tomada de consciência, a nível internacional, da necessidade de mecanismos institucionais para o progresso da situação das mulheres e começou a esboçar-se uma primeira definição do papel e funções que devem desempenhar” (Silva, s/d).

O movimento pela IG ganha verdadeiro reconhecimento global em 1985, na *Conferência Mundial para a Revisão e Avaliação das Realizações da Década das Nações Unidas para a Mulher* (Nairóbi). O Departamento de Informação Pública (DPI) da ONU considerou esta conferência o “berço do feminismo global” (2000) porque, no documento que dela resultou - *Estratégias Prospectivas de Nairóbi para o Ano 2000* - declara-se que todos os assuntos são assuntos das mulheres. Apesar de todas estas diligências, só em 1993, na *Conferência Mundial das Nações Unidas sobre Direitos Humanos* (Viena), é que os direitos das mulheres são finalmente declarados como componentes dos Direitos Humanos e passam a ser consagrados pelo Direito Internacional⁹.

⁷ A obtenção do direito ao voto foi uma das grandes conquistas que legitimou a participação e o poder de decisão das mulheres na esfera política, um direito até então reservado apenas aos homens. As dificuldades e morosidade da conquista do direito ao voto nos diferentes países, reforçam os entraves enfrentados pelas mulheres para garantirem a efectividade dos seus direitos enquanto seres humanos e cidadãs. Em países como a Nova Zelândia, a Austrália e os EUA o direito ao voto foi decretado nos finais do século XIX e inícios do século XX, na maior parte dos países europeus só o foi depois da I Guerra Mundial e em França e Itália apenas depois da II Guerra Mundial (Schouten, 2011: 106). Em Portugal, este direito só foi plenamente autorizado no pós-25 de Abril, através da Constituição de 1976 (Schouten, 2011).

⁸Fonte: <http://www.gddc.pt/direitos-humanos/textos-internacionais-dh/tiduniversais/onu-carta.html>, consultado em 25-08-2014.

⁹ Como expõe a declaração e programa desta conferência (ponto 18, cap. 1): “Os Direitos Humanos das mulheres e das crianças do sexo feminino constituem uma parte inalienável, integral e indivisível dos Direitos Humanos universais. A participação plena das mulheres, em condições de igualdade, na vida política, civil, económica, social e cultural, aos níveis nacional, regional e internacional, bem como a erradicação de todas as formas de discriminação com base no sexo, constituem objectivos prioritários da comunidade internacional. (...)” Fonte: <http://www.gddc.pt/direitos-humanos/textos-internacionais-dh/tiduniversais/decl-prog-accao-viena.html>, consultado em 25-08-2014.

O conceito de género só virá a ser oficialmente reconhecido em 1995, na *IV Conferência Mundial sobre as Mulheres* (Pequim), a par da necessidade de reestruturação da sociedade e das instituições para a efectiva igualdade entre mulheres e homens (Oliveira e Amâncio, 2005: 39). De acordo com o DPI:

The fundamental transformation that took place in Beijing was the recognition of the need to shift the focus from women to the concept of gender, recognizing that the entire structure of society, and all relations between men and women within it, had to be re-evaluated. Only by such a fundamental restructuring of society and its institutions could women be fully empowered to take their rightful place as equal partners with men in all aspects of life. This change represented a strong reaffirmation that women's rights were human rights and that gender equality was an issue of universal concern, benefiting all (2000).

Entre os acontecimentos propulsores do reconhecimento oficial da IG, não posso deixar de referenciar a *Declaração do Milénio das Nações Unidas*¹⁰, onde, entre o conjunto de objectivos-chave para o século XXI, consta a IG e o *empowerment* das mulheres (Casaca, 2010).

Como se depreende pelo conjunto de acções assinaladas, a ONU exerceu um papel crucial no alcance de uma visão política e cívica global sobre a IG enquanto princípio estruturante da sociedade. Para além da acção da ONU, destacam-se outras organizações inter-governamentais como o Conselho da Europa, a UE e a OIT, que têm, em interligação com organizações governamentais e não-governamentais, desenvolvido um papel crucial nesta matéria. De salientar, também, o trabalho das redes internacionais de organizações de mulheres que conseguiram comprovar que só se atingem objectivos consensuais como o desenvolvimento económico, a defesa dos direitos humanos e a sustentabilidade, se as relações sociais entre mulheres e homens forem consideradas (Ferreira, 2003).

Na contemporaneidade as políticas para a IG encontram-se em mudança de paradigma, admitindo-se que “a igualdade formal, reconhecida a cada indivíduo, pode acarretar desigualdade para certas categorias de pessoas” (op.cit., p.79). Da constatação de que a discriminação indirecta é estrutural e sistémica em todas as práticas sociais e organizacionais, inclusive no próprio Estado, surgiu a adopção da estratégia do *gender mainstreaming*¹¹, ou seja, a integração da perspectiva de género enquanto estratégia política global, assim descrita pelo Conselho Económico e Social (ECOSOC) da ONU:

¹⁰ Aprovada na *Cimeira do Milénio*, a maior reunião de sempre de dirigentes mundiais, com lugar em Nova Iorque, no ano 2000. Fonte: <http://area.dgidc.min-edu.pt/innovbasic/biblioteca/dh-milenio/declaracao-milenio.htm>, consultado em 25-08-2014.

¹¹ *Mainstreaming*, é um conceito estratégico oriundo das teorias do desenvolvimento que, desde os anos oitenta, foi assumido por organismos internacionais de ajuda ao desenvolvimento, entre os quais a UE (Amâncio, 2003).

O processo de avaliação das implicações para as mulheres e homens de qualquer acção planeada, incluindo a legislação, as políticas ou programas em qualquer área e a todos os níveis. Trata-se de uma estratégia para que as preocupações e experiências das mulheres e homens façam parte integrante da concepção, implementação, controlo e avaliação das políticas e programas, em todas as esferas políticas, económicas e sociais, para que mulheres e homens tenham benefícios iguais e a desigualdade que não seja perpetuada. O fim último é a igualdade de género. (1997, citado por OIT, 2007: 103)

O *gender mainstreaming* constitui-se assim como uma estratégia de reforma estatal, através de um “processo técnico e político que exige mudanças nas culturas organizacionais e maneiras de pensar, assim como objectivos, estruturas e distribuição de recursos por parte de todos os protagonistas” (Ferreira, 2003, p.80). Por implicar transformações político-sociais profundas, os instrumentos governamentais para a integração da perspectiva de género abarcam “novas práticas orçamentais (nomeadamente, o *gender budgeting*) e de gestão de recursos humanos, acções de formação, revisão dos procedimentos institucionais e elaboração e difusão de manuais de boas práticas” (op.cit.).

A adopção do *gender mainstreaming* revela uma mudança de foco em relação à igualdade, que, para além de uma questão de justiça social, passa também a causa democrática e de direitos humanos. É neste contexto que, a partir das reivindicações despoletadas em França nos anos noventa em defesa da efectiva representação de mulheres e homens na esfera de decisão política, surge o conceito de Democracia Paritária, uma democracia representativa na qual não existe exclusão baseada no sexo (Oliveira e Amâncio, 2005). Enquanto *projecto de sociedade* (op.cit.), a democracia paritária, é assim descrita por Silva:

É um conceito que assenta no reconhecimento da dualidade da humanidade, que é composta de homens e de mulheres, iguais em direitos e em dignidade, para além das diferenças que lhes são próprias. Um conceito que reconhece e valoriza a diferença, combatendo a discriminação e a desigualdade que são noções totalmente opostas à primeira. Um conceito que exige a plena e igual participação de homens e de mulheres a todos os níveis da vida social e política, incluindo os níveis de decisão e de poder (s/d).

Importa salientar que, de uma situação de privação das mulheres da participação política, característica da maior parte das sociedades até meados do século XX, chegamos a um momento em que os governos regulamentam estratégias como o *gender mainstreaming* e como o *empowerment* feminino. Esta transformação de paradigma tem dado espaço para que organizações inter-governamentais e não-governamentais influenciem os governos nacionais para a expansão das políticas da igualdade de género a áreas de acção urgentes a nível global, como a educação para a igualdade e cidadania, a feminização da pobreza, a saúde reprodutiva e a violência e discriminação directas e indirectas contra as mulheres.

Apesar de toda a congregação político-legislativa, existem autoras que alertam para a vulnerabilidade das medidas, regras e normas que pretendem regulamentar a IG nos governos nacionais (Rocha, 2003; Ferreira, 2003).

A produção legislativa não é devidamente regulamentada, as estruturas não sofrem a necessária adaptação e os recursos não são disponibilizados para as intervenções previstas. O descompasso entre as políticas formalizadas e as incrementadas é enorme na maioria dos países (Ferreira, 2003, p.97).

Este desajuste resulta de um conjunto de factores, entre os quais o facto dos quadros normativos da IG se dirigirem sobretudo para a legislação laboral e não privilegiarem a educação (Rocha, 2004, p.3); “a falta de atenção dada pelos altos responsáveis às actividades específicas de promoção da igualdade” e a “falta de sensibilização e de compreensão do papel das mulheres em vários sectores” (Ferreira, 2003, p.95). Uma outra perspectiva a considerar é assumida por Anne Marie Goetz (citada por Ferreira, 2003, pp.95-96) que define a falta de implicação das próprias mulheres como a principal causa da inoperância destas políticas. O facto das mulheres “raramente constituírem um grupo reivindicativo e mobilizado ao nível nacional”, diminui “o risco que os governantes correm ao não levar a cabo as medidas que se propõem” (op.cit.).

Constato portanto, que o ênfase atribuído à formalização da IG enquanto objectivo político prioritário global não corresponde à eficiência e eficácia das suas políticas e programas sobretudo a nível nacional, muito devido à falta de empenho e, mesmo preparação, das próprias estruturas e agentes governamentais e, também, ao facto das próprias mulheres não estarem suficientemente mobilizadas para reivindicarem uma maior eficácia política.

2.1.3.1. A Igualdade de Género em Portugal

Um olhar sobre as políticas para a IG em Portugal pareceu-me essencial tanto para compreender a pertinência do projecto que acolheu o meu estágio, quanto para informar a minha própria abordagem junto dos grupos-alvo.

No nosso país, a adopção de políticas para a IG teve um percurso moroso. As grandes transformações acontecem a partir de 1974, com a queda do regime ditatorial, materializando-se na Constituição da República de 1976, que, finalmente concede o voto a todas as mulheres maiores de dezoito anos e promulga a igualdade entre mulheres e homens em todos os domínios. Em 1975 surge a Comissão da Condição Feminina, uma iniciativa de Maria de Lurdes Pintassilgo, figura preeminente da luta pelos direitos das mulheres e, na altura, Ministra dos Assuntos Sociais. A partir de então, Portugal

acompanhou as directrizes internacionais para a igualdade, situação que a adesão à CEE, em 1986, veio facilitar. Neste contexto, surgiu a aprovação em Conselho de Ministros do Plano Global para a Igualdade de Oportunidades (1997) que integra a perspectiva do *gender mainstreaming* em todas as esferas e a implementação de acções específicas em áreas como o sector laboral, a educação, a protecção social, a saúde e a cultura (Silva, s/d).

Actualmente, em Portugal, as mulheres veem os seus direitos reconhecidos no plano legislativo e executivo, existindo organismos governamentais para promoção da igualdade e integração da perspectiva de género em todas as áreas da política governamental, como a Secretaria de Estado dos Assuntos Parlamentares e da Igualdade; a CIG e a Comissão para a Igualdade no Trabalho e no Emprego (CITE). Já em termos sociais, a equidade entre mulheres e homens não é uma realidade assente, tal deve-se ao facto dos comportamentos e mentalidades predominantes na nossa sociedade não terem acompanhado de forma expressiva as novas oportunidades educativas e laborais para as mulheres e as transformações na legislação (Macedo e Amaral, 2005). Este aspecto assume especial relevância em situações de crise económico-social como a actual. Como demonstra o *Global Gender Gap Report*¹², Portugal tem descido de posição no índice da IG. Segundo algumas autoras, estes resultados estão em grande parte relacionados com o impacto da presente crise económica no país e na Europa em geral (Oliveira, Villas-Boas e Heras, 2013; Casaca, 2010). Contudo, conforme ressalva Casaca:

[N]ão é aceitável que a actual crise seja usada como desculpa para agravar as desigualdades e subtrair os direitos já conquistados. (...) A crise que hoje se vive e teme não pode desviar-nos da necessidade de ser humanizada a economia, de ser promovido o trabalho digno, a segurança de emprego e de vida, a protecção e o diálogo social. A igualdade de homens e mulheres é uma questão de justiça social e de direitos humanos basilares, mas é também fundamental para que se possa vencer o actual contexto, superando-o com outros princípios de gestão e de organização económica e social, que compatibilizem eficiência, sustentabilidade e coesão social. (2010, p.201)

¹² O *Global Gender Gap Report* analisa 135 países, representativos de cerca de 90% da população mundial, avaliando as diferenças entre mulheres e homens em quatro categorias: Participação Económica e Oportunidades, Nível Educacional, Saúde e Sobrevivência e Participação Política (Hausman *et al.*, 2013, pp.4-8). Entre os 136 países abrangidos por este relatório, Portugal deteve em 2013 a posição 51, tendo detido em 2006 a posição 33 (op.cit., p.319).

2.2. Metodologias Operacionais

2.1.1. *Empowerment*

Constituindo um dos objectivos específicos das oficinas a construção de um programa de conteúdos que articulasse a dimensão social com a artística no sentido do *empowerment* através da arte, para o processo de concepção e monitorização das oficinas foi de extrema importância ter uma noção clara do sentido e abrangência do *empowerment*.

Fortemente relacionado com a palavra inglesa *power*, o significado original da palavra *empowerment* está associado ao poder legal, ou seja, à defesa de um objectivo ou propósito específico (Sadan, 2004). O verbo inglês *empower* em português corresponde a *empoderar* -“dar ou adquirir mais poder”¹³-, e o substantivo *empowerment*, a “*empoderamento*”¹⁴ -“acto ou efeito de empoderar ou empoderar-se”. Mantendo-me fiel à etimologia da palavra e também à sua utilização no projecto que abrigou o meu estágio, neste trabalho utilizarei a palavra inglesa *empowerment*.

A falta de poder político-social é um problema que afecta diferentes tipos de pessoas, sobretudo as mais vulneráveis económica e socialmente. No entanto, a situação de falta de poder não tem apenas origem económica, está também ligada a factores como o sexo, religião, orientação sexual, etnia, deficiência ou iliteracia e a variáveis biográficas, sociodemográficas ou históricas (Catalá, 2009). Assim, as raízes ideológicas¹⁵ do conceito de *empowerment* estão associadas às demandas pelos direitos das minorias, mais especificamente, às lutas pelos direitos civis dos afro-americanos nos Estados Unidos, ao movimento feminista e também às metodologias pedagógicas de Paulo Freire (Sadan, 2004; Catalá, 2009).

A conexão entre o pessoal e o político, que caracteriza a abordagem feminista, foi calorosamente adoptada na teoria do *empowerment*, como foi a premissa de que o feminismo é válido não só para as mulheres, mas também para todos aqueles cujo mundo é caracterizado pela opressão e marginalidade. O *empowerment* quer desviar a atenção pública para o perigo de grupos que estão em necessidade de mudança social (Sadan, 2004, p.140).

¹³ "empoderar", in Dicionário Priberam da Língua Portuguesa [em linha], 2008-2013, <http://www.priberam.pt/DLPO/empoderamento> [consultado em 18-08-2014].

¹⁴ "empoderamento", in Dicionário Priberam da Língua Portuguesa [em linha], 2008-2013, <http://www.priberam.pt/DLPO/empoderamento> [consultado em 18-08-2014].

¹⁵ Em relação às origens mais remotas do *empowerment*, chamo a atenção para a concepção de Sadan (2004) que defende que este conceito surge primeiramente como uma *visão do mundo* e que só acedendo aos seus valores se podem compreender os seus processos e métodos. Como *visão do mundo*, o *empowerment* inspira-se na filosofia existencialista e na psicologia humanista (com bases no existencialismo). A abordagem existencialista diz que os indivíduos precisam de liberdade de escolha, apesar (e talvez por causa) da evidência da sua finitude. Assim, o compromisso dos indivíduos com o mundo sucede do desenvolvimento das suas capacidades, que, mais do que competências técnicas, são uma busca de sentido advinda da consciência das suas necessidades e das necessidades dos outros (op.cit.).

Nos anos setenta do século XX, os movimentos pelos direitos civis e humanos e o movimento feminista, recorreram ao termo *empowerment* para explicar que quem sofre de discriminação, violência ou opressão, necessita, para superar estas situações, de poderes alternativos que não se podem limitar aos instrumentos formais e legislativos, mas que carecem ser introduzidos em termos de capacitação pessoal (Catalá, 2009). É então que, dentro do contexto da política e do trabalho social, este conceito surge reformulado. A nova definição surge na obra de Bárbara Solomon, *Black Empowerment: Social Work in Oppressed Communities* (1976), associada a uma metodologia de trabalho social com a comunidade afro-americana marginalizada (op.cit.). Para além desta autora, destaco mais três teóricos que influenciaram a concepção e aplicação deste conceito, Peter Berger e Richard Neuhaus (1977) para quem o *empowerment* constitui um meio para melhorar os serviços sociais através de instituições mediadoras e Julian Rappaport (1981) que o define como uma visão do mundo que inclui uma política social para abordar os problemas de grupos sociais vulneráveis (Sadan, 2004). Partindo destas concepções, entende-se que o *empowerment* está vocacionado para intervir sobre três dimensões sociais: as capacidades e sentimentos dos indivíduos (transformação pessoal), a vida em comunidade (capacitação da comunidade, i.e. mudança social) e a prática profissional (capacitação de profissionais, i.e. mudança organizacional e funcional) (op. cit., p.13).

O *empowerment* assume, portanto, repercussões a nível individual, organizacional, político, sociológico e económico, constituindo-se em simultâneo como um processo pessoal de transição de um estado de impotência para uma situação em que o indivíduo adquire maior poder de decisão sobre a sua vida, o seu futuro e o seu meio, e como um método de intervenção político-social cujo objectivo é desenvolver processos interactivos que permitam a indivíduos e comunidades socialmente discriminadas passarem de uma posição passiva para uma atitude activa e, nesse processo, solucionarem problemas, conquistarem maior representatividade social e contribuírem para uma sociedade mais democrática (Sadan, 2004).

Como já verificado, a luta contra a subordinação das mulheres perante uma sociedade liderada por homens, está entre as questões mais prementes do feminismo. O exercício do poder, tradicionalmente atribuído aos homens, é pois um dos grandes propulsores das hierarquias de género¹⁶. Quando o movimento feminista defende o *empowerment*, enquanto “investimento feminino no acesso e exercício do poder”, não pretende uma transposição do poder masculino, mas sim a “criação de modos alternativos à relação do sujeito com o

¹⁶ O debate feminista em relação à natureza do poder e sobre a possibilidade de alternativas à norma imposta surge principalmente a partir da “segunda vaga” do feminismo, muito no seguimento das teorias de Michel Foucault sobre a relação entre poder, discurso e conhecimento. Aqui, destacam-se as análises e críticas feministas sobre o papel da linguagem como meio de perpetuação do poder e subordinação, a par da sexualidade, enquanto instrumento de dominação e violência sobre a mulher (Macedo e Amaral, 2005, p.148).

poder, e à regulação do seu uso na sociedade” (Macedo e Amaral, 2005, p.148), capazes de abolir as discriminações e desigualdades através de uma redistribuição das oportunidades políticas, sociais, económicas e culturais que estabeleçam a equidade entre mulheres e homens. O *empowerment* surge assim como uma estratégia política e ideológica feminista desde as suas primeiras manifestações, estando já latente quando, em 1791, Olympe de Gouges declara que a mulher é igual ao homem em direitos.

El empoderamiento implica deconstruir la identidad basada en los géneros complementarios masculino y femenino para apoyar el desarrollo de sujetas y sujetos completos y libres, conscientes de su capacidad creadora y su poderío personal y social. El empoderamiento, en última instancia, implica modificar las creencias y normas colectivas que rigen el mundo y, por tanto, su construcción, a partir del cambio individual de la subjetividad de mujeres y hombres, creadores de la realidad a partir de sus pensamientos y modos de relación consigo mismas(os) y las(os) demás (Catalá, 2009, p.4).

Catalá (2009) defende que se a falta de poder é uma aprendizagem cultural e política, o *empowerment* também pode e deve sê-lo. É nesta premissa que se fundamentam as oficinas especificamente dirigidas ao *empowerment* de mulheres e assentes em princípios feministas como a eliminação das relações de poder baseadas no domínio, a defesa da liberdade e o respeito pela diversidade humana. Segundo esta autora, este tipo de oficinas visam o desenvolvimento de sentidos de poder, entendido como poder para a vida e não poder de domínio¹⁷, entendendo o processo de *empowerment* como a apropriação, acesso e aquisição de:

- Recursos psicológicos (compreensão das problemáticas que envolvem as relações de género, capacidade de desconstruir os mitos e os estereótipos)
- Recursos materiais (recursos básicos como habitação, alimentação e vestuário; dinheiro; acesso a novas tecnologias)
- Recursos intelectuais (conhecimentos, ideias, acesso a informação)
- Recursos ideológicos (facilidade para gerar e defender valores, atitudes e comportamentos)

A consciência, por parte das mulheres, do quão importante é para as suas vidas o acesso a estes quatro tipos de recursos é essencial, uma vez que, como o movimento feminista tem vindo a provar, a formalização dos direitos das mulheres não é suficiente para garantir a sua concretização (op.cit.).

Compreender a abrangência do *empowerment* enquanto ideologia e metodologia de intervenção política e social, foi importante para, através do programa de conteúdos e da monitorização das OT, procurar implementar um processo de experimentação artística

¹⁷ Catalá (2009) reforça a importância desta distinção, uma vez que a palavra *empowerment* provoca a rejeição de muitas pessoas, inclusive mulheres.

apostado em amplificar a consciência e acção dos grupos-alvo em relação aos seus interesses e necessidades, impulsionar a sua valorização pessoal/colectiva e fomentar a sua implicação social.

2.2.2. Paulo Freire: uma pedagogia para o *empowerment*

A abordagem do *empowerment* traduz para os domínios sociais muito do pensamento do pedagogo brasileiro Paulo Freire, uma referência nuclear do meu trabalho de estágio, daí que me pareça determinante expor aspectos da sua pedagogia que me influenciaram directamente.

Em *Pedagogia do Oprimido* (1972), Freire defende uma “pedagogia que faça da opressão e de suas causas objecto da reflexão dos oprimidos, de que resultará o seu engajamento necessário na luta por sua libertação, em que esta pedagogia se fará e refará” (p.45). Nesta obra, Freire defende que a vocação ontológica do Homem é a de “ser mais” (p.41), agindo sobre o seu mundo e transformando-o individual e colectivamente. No entanto, as circunstâncias que envolvem os indivíduos são as maiores condicionantes da sua capacidade de acção e transformação, a tal ponto que podem mesmo impedir a consciência de determinada situação opressiva. Freire insurge-se contra a “acção opressora” (p.188), termo usado para descrever o processo pelo qual os indivíduos são subjugados a valores e normas que, desvalorizando as suas reais necessidades e conhecimentos, os neutralizam, silenciam e tornam dependentes. No contexto do meu trabalho relaciono a “acção opressora” com a situação das mulheres perante uma sociedade onde historicamente predomina a “dominação masculina”.

Segundo Freire (op.cit.), todas as pessoas são capazes de olhar criticamente para o mundo, sendo que, para tal, devem estar munidas de ferramentas que facilitem a sua percepção e acção sobre a realidade. Neste sentido, nas acções educativas a que se dedicou na América Latina - os “cursos de capacitação” -, aliou o processo de alfabetização de homens e mulheres à sua “conscientização” (ibid., p.29), argumentando que, se os indivíduos que enfrentam contextos problemáticos não conhecerem as causas da opressão, nunca poderão alterar a sua situação. Para Freire, este processo de “conscientização” é um processo de aprendizagem libertador que potencia a verdadeira práxis, conduzindo as pessoas para além da aceitação dos sistemas existentes e motivando as suas capacidades de intervenção sobre o mundo.

Embora vocacionada para intervenções pedagógicas na área da alfabetização, num tempo e realidades específicas que foram as da América Latina dos anos 60 e 70 do século XX, a concepção de Paulo Freire da educação como prática de liberdade foi motor de abordagens pedagógicas aplicadas às mais diversas áreas do conhecimento. Em Portugal,

esta abordagem foi aplicada por Maria de Lurdes Pintassilgo, através do Movimento Graal, que alfabetizou mais de 600 mulheres no período após o 25 de Abril de 1974 (Koning, 1986). A pedagogia freireana também está presente nas práticas teatrais que visam ampliar a consciência crítica e incentivar uma “atitude” pessoal e social activa, partindo de uma abordagem criativa para debater, analisar, explorar e agir sobre problemas político-sociais. No âmbito da minha pesquisa, permitiu-me interligar conceitos operacionais essenciais para as OT, entre os quais os conceitos de “conscientização”, “problematização constante”, “encontro dialógico”, “investigação temática”, “codificação enquanto objecto cognoscível” e “práxis” (Freire, 1972). Permitiu-me acima de tudo, encarar a articulação entre teatro e IG como uma prática artístico-pedagógica multidisciplinar que, através de ferramentas da prática teatral, propõe uma problematização de temas-chave capaz de motivar a reflexão e acção crítica.

2.2.3. O Teatro: metodologia de intervenção

2.2.3.1. Vertentes sociais, políticas e pedagógicas do Teatro

Considerando que a premissa de partida das OT foi a articulação entre as dimensões social e artística, para alicerçar a abordagem metodológica a adoptar procurei contextualizar as vertentes sociais, políticas e pedagógicas do teatro e as suas potencialidades enquanto meio de intervenção social.

A aplicação do teatro a propósitos sociais, políticos e pedagógicos têm as suas raízes no teatro político do século XX (i.e. teatro épico, teatro *agitprop*, teatro de guerrilha e teatro radical de rua) e nas pedagogias que, ao longo deste século, se dirigiram para a democratização dos processos de ensino-aprendizagem (Nicholson, 2005). Entre as pedagogias pioneiras da democratização da educação destaco, a já mencionada pedagogia de Paulo Freire, como uma influência central para as pedagogias teatrais (op.cit.). Exemplo disso é a relação que a sua obra *Pedagogia do Oprimido* (1972) estabelece com o Teatro do Oprimido do encenador Augusto Boal, figura referencial da pedagogia teatral.

Prendergast e Saxton (2009) designam como “teatro aplicado” - *applied theatre* -, práticas teatrais que se caracterizam como “an engaged, social, artistic phenomenon” (p.11). Estas autoras destacam que o conceito de teatro aplicado (TA) é amplo, inclusivo e sem agenda fixa, sendo capaz de comportar uma vasta rede de práticas que partilham entre si três aspectos: não se enquadram dentro dos modelos do teatro institucional, desenvolvem-se em contextos não convencionais e dirigem-se a grupos sociais ou comunidades específicas. Segundo as mesmas autoras, estas práticas alternativas têm adoptado

diferentes designações, tais como teatro popular, teatro social, teatro político, teatro radical, sendo que, TA é o “portmanteau term” (op.cit.) que acolhe todas estas práticas.

Nicholson (2002) alerta para a relação entre os conceitos TA e “drama aplicado” - “applied drama” -, ambos difundidos ao longo dos anos noventa, para descrever práticas teatrais desenvolvidas sobretudo fora das instituições teatrais e dirigidas a grupos determinados. Realçando a recentidade dos termos TA e drama aplicado, Nicholson refere que não existe um verdadeiro consenso sobre a sua definição e diferenças. Daí que esta autora agregue os dois termos – *applied drama/theatre* -, considerando-os, tal como Prendergast e Saxton, um imenso “portmanteau term” (p.2) que, enquanto prática interdisciplinar e híbrida, abriga tipologias tão diversas como o drama e teatro na educação, teatro na educação para a saúde, teatro para o desenvolvimento, teatro nas prisões, teatro-comunidade e teatro da memória. Como Nicholson adverte, na prática, a maior parte dos profissionais utilizam os termos de “teatro ou drama aplicado” de forma bastante flexível, admitindo a própria autora, que uma categorização rígida restringiria a riqueza teórico-prática que, enquanto “conceito colectivo” (p.4), estas práticas potenciam.

In many ways I am ambivalent about categorising any work as either applied drama or applied theatre, and I would be very concerned if the convenience of this collective noun reduced a rich diversity of theories and artistic practices to a single homogeneous discourse. The application of drama to different institutional or community settings illuminates fundamental questions about the role and significance of *all* theatre practice to society, and about how theatre-making articulates and challenges contemporary concerns (Nicholson, 2005, pp-4-5).

Dentro da rede de práticas artísticas implicadas a nível social, político e pedagógico, importa referenciar o conceito de performance comunitária, pela riqueza que a sua interdisciplinidade acrescenta a esta área. A performance comunitária relaciona-se com práticas artísticas diversas como o TA, a arte pública, a arte participativa e a dança comunitária e, segundo Koppers (2007), caracteriza-se como uma prática que “facilita a expressão criativa de um grupo diverso de pessoas visando a expressão pessoal e a transformação política” (p.3, tradução minha). Pela multiplicidade de influências e pelo recurso a diferentes áreas artísticas, como o teatro, a dança, a música e as artes visuais, não é possível enquadrar a performance comunitária numa área artística única.

Community performance has theatrical elements, but is not theatre. (...) Community performance is enriched by the discipline of dance but it need not include choreography. In fact community performance is not bound by the arts as it crosses into other, less conventionally artistic practices, such as economic development, human rights politics, disability culture, community development, capacity building. (...) Instead, community performance moves with and through wider contemporary art practices, crating links between different realms, spaces, stories and bodies. (...) [C]ommunity performance is inherently interdisciplinary.” (Koppers e Robertson, 2007, p.1)

Os profissionais da performance comunitária entendem que o seu trabalho tem uma forte dimensão social e política mobilizada pela expressão artística: “facilitating creative expression as a means to newly analyze and understand life situations, and to empower people to value themselves and shape a more egalitarian and diverse future” (Kuppers, 2007, pp.5-6). Esta abordagem vai ao encontro da concepção de Ackroyd, segundo a qual, o que une as diferentes facetas das práticas teatrais e performativas social e politicamente implicadas é a intenção dos seus profissionais dirigirem o seu trabalho para além dos propósitos artísticos:

They share a belief in the power of the theatre form to address something beyond the form itself. So one group use theatre in order to promote positive social processes within a particular community, whilst others employ it in order to promote an understanding of human resource issues among corporate employees. (...) The intentions of course vary. They could be to inform, to cleanse, to unify, to instruct, to raise awareness (citado em Nicholson, 2005, p.3).

Partindo deste enquadramento teórico-prático, considero o TA uma metodologia operacional basilar para as OT. Procurando fundamentar esta ideia, irei de seguida enunciar as características operacionais das práticas de TA.

2.2.3.2. Características operacionais do Teatro Aplicado

Os profissionais de TA, nas suas diferentes tendências, têm considerado as qualidades participativas, dialógicas e reflexivas desta prática como formas eficazes e democráticas de aprendizagem, produção e disseminação de conhecimento em contextos educativos formais e não-formais. Assim, o TA estabelece uma relação inerente com a pedagogia, uma área que, segundo a pedagoga feminista Patti Lather (1995), foca as “condições e meios através dos quais o conhecimento é produzido” (p.169).

Nos processos que implementa, o TA levanta questões pedagógicas pertinentes, entre as quais, onde se situa o conhecimento, que conhecimentos são valorizados e como é que o conhecimento se partilha. Segundo Nicholson (2005), admite-se que em TA o conhecimento é “embodied, culturally located and socially distributed” (p.39). O que significa que, pelo seu apelo à envolvimento física e emocional, estes processos potenciam a incorporação física de aprendizagens que acontecem através de processos de interacção entre participantes, ou seja, partilha de significados e poderes, expondo novas formas de capital social e cultural (op.cit.). A ideia de aprendizagem psicossomática é essencial para se compreender a relação entre TA e pedagogia. É neste sentido que esta autora designa os processos de aprendizagem e produção de conhecimento em TA como “embodied pedagogies” (p.56).

Aqui surge a pergunta de “para quê” ou “porquê” se produz conhecimento em TA, cuja resposta é inerente aos objectivos de cada projecto, que, para além de artísticos, são políticos e sociais, estando associados a uma determinada práxis (ibid.). A práxis, uma aliada das pedagogias orientadas para a emancipação e transformação, enfoca especialmente a pedagogia de Paulo Freire (1972), onde a aprendizagem acontece pela integração da consciência crítica na acção político-social. Na esteira da pedagogia freireana, nos processos de TA, a práxis surge como a incorporação performativa de uma síntese entre teoria e prática que está em constante processo de actualização, conforme refere Nicholson:

Praxis is informed, therefore, by the creative and contingent mapping of different narratives – cultural, personal, social, political, artistic – and learning is negotiated and choreographed as encounters between the artistic practices of drama and theatre and the vernacular know-how of the participants. Although these pedagogic processes are always recognised as incomplete, they have the potential to dislocate and change the location and structures of knowledge. This means that radical pedagogies, continually orientated towards “an open state of becoming”, are also *performative* pedagogies (2005, pp.45-46).

Assim, o TA não configura um modelo linear de aprendizagem, mas um processo cíclico, onde, através da prática teatral, as ideias são interrogadas, experimentadas e reformuladas, gerando novas perspectivas sobre as temáticas exploradas e possibilitando a capacitação dos e das participantes para novas possibilidades de construção de significado (op.cit.).

Prendergast e Saxton (2009) propõem quatro dimensões-chave para a análise de uma prática efectiva de TA: participação, estética, ética e avaliação. A estas dimensões transversais e interligadas, eu acrescento a planificação e a reflexividade, por considerar que estas são essenciais para toda a prática artística, social e politicamente orientada.

Começo por abordar a planificação, considerando que qualquer prática artística começa com uma ideia que se desenvolve num projecto.

[U]m *projecto* é uma avanço antecipado das acções a realizar para conseguir determinados objectivos. Deve apresentar uma unidade própria na medida em que tenta atingir determinados objectivos para cujo alcance efectivo requer uma estrutura interna que lhe permita alcançar o fim proposto. (Serrano, 2008, p.16)

Para que as práticas de TA sejam eficazes, precisam ser desenhadas e planeadas de acordo com os contextos, objectivos e grupos a que se dirigem (Nicholson, 2005). Assim, no início de um projecto apenas podem existir perguntas: Onde? Com quem? Para quem? Porquê? Com que orçamento? Em que tempos? Como?

À semelhança de um projecto social, o desenho de um projecto de TA deve ser acompanhado por um diagnóstico que estuda a situação, necessidade ou problema de partida. Trata-se de um levantamento da realidade – circunstâncias, pessoas, meio - em que

o projecto se vai desenvolver (Serrano, 2008). Só depois do diagnóstico é que se procede à planificação, um processo que implica previsão, reflexão, sistema, relação, adequação, personalização, coerência e unidade (op.cit.).

A planificação deverá ser faseada, ou seja, considerar uma prévia planificação geral (do projecto no seu todo) e uma planificação específica processual (de actividades concretas). No entanto, em ambos os casos, deve considerar a interdisciplinariedade, flexibilidade, participação, descentralização (recusar formas *standard*), abertura e capacidade de adaptação (ibid., p.39).

Uma das prioridades dos profissionais de TA é acessibilizar as artes, incentivando a participação activa de pessoas de distintas origens e contextos (Nicholson, 2005). A participação é uma dimensão inerente ao TA, uma vez que este assenta em processos colaborativos e interactivos que privilegiam o envolvimento e implicação das pessoas envolvidas. Assim, um projecto de TA para se efectivar como tal necessita de um grupo de pessoas (que designo por participantes) a quem o projecto se dirige e/ou por quem é desenvolvido e, normalmente, uma equipa de profissionais (que designo por monitores e monitoras), responsável pela mediação artístico-pedagógica do projecto e com *expertise* em práticas teatrais baseadas na comunidade. Na maior parte dos casos, as pessoas participantes não têm experiência teatral, pelo que, cabe aos monitores e/ou monitoras gerir a introdução de conteúdos artísticos que considerem os objectivos do projecto em questão.

There are different kinds of performers in applied theatre projects, ranging from highly skilled professionals to community participants with little or no experience. (...) [I]s essential that the facilitator pay attention to the social and emotional health of the group in addition to teaching necessary performance skills. (...) This highlights the importance of time spent in rehearsal on the development of acting skills through improvisation, role play, characterization, movement and voice. The most important process in group development focuses on trust and safety so that unskilled performers become comfortable risking themselves in performance (Prendergast e Saxton, 2009, p.20).

Uma das formas de valorizar a participação é partir do princípio que as pessoas participantes possuem conhecimentos e experiências que devem ser reconhecidas (op.cit., p.18). Assim, seguindo as orientações pedagógicas de Paulo Freire, os processos de TA centram-se no diálogo - numa partilha de conhecimentos sempre em movimento - entre todas as pessoas envolvidas, participantes, profissionais e, o potencial, público.

Nos processos de TA é central considerar o estabelecimento e cumprimento de condições de participação (Prendergast e Saxton, 2009). Embora as condições de participação dependam das características de cada projecto, existem algumas comuns a projectos artísticos de carácter colaborativo. Importa que, desde o início, todos os elementos do grupo compreendam o contexto do projecto, os seus objectivos, os espaços e tempos da

sua realização, bem como o que se espera da participação de profissionais e participantes. Aqui é importante especificar e respeitar o tempo e espaço para os encontros do grupo, que, embora possam ser pontuais e/ou em locais diversos, normalmente, acontecem num determinado período de tempo, horário e espaço específicos.

Enquanto processo inclusivo e colaborativo, quando direccionado para o desenvolvimento de um espectáculo, o TA, privilegia processos democráticos de criação artística. Como refere Kupperts (2007): “They are not individually authored: the end product, if it comes into existence, is not predetermined by an artist who directs people towards this goal” (p.4). Neste sentido, o processo de criação artística denominado por *devising theatre*, em português "criação ou concepção colectiva"; constitui a metodologia de criação artística recorrente nos projectos de TA. Esta metodologia caracteriza-se como um processo de pesquisa onde todas as pessoas participantes têm um papel activo, visando a produção de sentidos e materiais para a criação de um espectáculo que, normalmente, é assinado como uma obra colectiva e original. Oddey entende por criação colectiva:

[A] process of making theatre that enables a group of performers to be physically and practically creative in the sharing and shaping of an original product that directly emanates from assembling, editing, and reshaping individuals' contradictory experiences of the world. (...) Devising is about thinking, conceiving, and forming ideas, being imaginative and spontaneous, as well as planning. It is about inventing, adapting, and creating what you do as a groupe” (citado por Prendergast e Saxton, 2009, p.19).

Importa referir que nem todos os processos de TA culminam na apresentação pública de um espectáculo, pois embora esta possa constituir um estímulo, também pode ser um factor intimidante e desajustado. Cabe ao grupo envolvido – participantes e profissionais – gerir esta questão. No entanto, a apresentação pública de resultados, permite o envolvimento de uma comunidade mais ampla (o público) nas questões e temas pesquisados e aumenta as suas possibilidades de disseminação, algo que pode até ser uma imposição das entidades financiadoras do projecto (Prendergast e Saxton, 2009). Destaco ainda que a partilha de processos e resultados pode assumir variadas formas, entre as quais, apresentações performativas dirigidas a um público restrito, sessões laboratoriais abertas, mostras de vídeos e fotografias documentais, exposições e instalações, páginas *web* ou blogues, conversas públicas e artigos de reflexão, (Kupperts, 2007).

A dimensão estética está inerente a qualquer prática teatral independentemente das suas orientações e o TA não é excepção. Assim como os objectivos político-sociais associados ao projecto há que valorizar as qualidades e características estéticas tanto dos resultados apresentados publicamente como da prática laboratorial. No processo de TA a dimensão estética está presente na pesquisa da corporalidade, oralidade e interioridade das pessoas participantes através do apelo à sua expressão e criatividade numa perspectiva holística.

Isto acontece pelo desenvolvimento de ferramentas da prática teatral, entre as quais, exercícios indutores de descontração, concentração e confiança; exercícios de envolvimento sensorial, corporal e vocal e exploração de técnicas e elementos teatrais. Merecendo uma cuidada reflexão e articulação com as demais componentes do projecto, a dimensão estética em TA levanta duas perguntas fundamentais: De que forma os objectivos político-sociais são traduzidos para a prática artística? Como é que as orientações estéticas dos e das profissionais vão ao encontro das necessidades e motivações das pessoas participantes? Não havendo uma direcção unívoca para estas perguntas, as respostas estão intimamente relacionadas com princípios éticos, mediadores preciosos de toda a relação entre profissionais e participantes.

How can we better understand the cultural and socio-political boundaries through which we cross back and forth to do our work? How do we begin to generate our work in communities that do not know nor care to know our work? How do we establish a way of working that helps communities or groups of individuals to create events that are self-determining and structured on principles agreed-upon by the group? What is being left behind after an applied theatre intervention that allows for and generates further community thought and action? (Prendergast e Saxton, 2009, pp.25-26)

Este conjunto de interrogações não têm uma resposta objectiva, cabendo aos profissionais gerir estas problemáticas com os grupos e de acordo com o contexto do projecto. Importa no entanto realçar que a ética do e da profissional de TA não se dirige apenas às relações de compromisso estabelecidas com os grupos e instituições envolvidas, mas também ao respeito pela sua prática profissional e à defesa de uma metodologia bem fundamentada e estruturada.

A avaliação é um meio de análise que deve acompanhar todo o processo de um projecto de TA. As estratégias de avaliação devem ter como principais preocupações dar voz aos participantes e ser orientadas pelos objectivos do projecto. Assim, mais do que mecanismos de avaliação quantitativa (dados sobre a adesão, número de actividades desenvolvidas, dados estatísticos relativos aos grupos de participantes, etc.), deseja-se que a avaliação proponha ferramentas de análise qualitativa flexíveis e inclusivas, aplicadas à natureza e desenvolvimento do projecto. Estas ferramentas deverão considerar o processo desenvolvido, a eficácia e efectividade das metodologias utilizadas e a qualidade da sua recepção, e não apenas os resultados e produtos finais (Kuppers, 2007). Aliada à avaliação do projecto está o seu registo, uma vez que, dado o carácter efémero que envolve as experiências teatrais, todos os materiais que emergem do seu desenvolvimento são importantes meios de avaliação e documentação (op.cit.).

Uma das formas de avaliação qualitativa orientada para os processos de TA são os momentos de reflexão a partir, durante e após a prática desenvolvida. A reflexão é essencial

para os monitores e monitoras na preparação das sessões e também durante a prática laboratorial, a designada reflexão-acção, o pensar-fazendo. A reflexão entre profissionais e participantes deve acontecer durante todo o processo, na construção de uma consciência colectiva sobre o trabalho desenvolvido (Prendergast e Saxton, 2009). Estes momentos, ao agregarem profissionais e participantes na análise do trabalho, permitem a todos e todas compreender a substância, propósito e valor real deste mesmo trabalho dentro e fora do contexto laboratorial, bem como, desenvolver a capacidade analítica, aprofundar a sensibilidade artística e a reflexividade.

[T]he arts enable the kind of distance and viewpoints that help participants to understand where they have positioned ourselves, the potential for change and perhaps, transformation will only occur through reflecting on what has happened in the safety of a metaphoric world that the theatre experience has created. (...)

Within the richness created through reflection can always be found new ways of thinking about ourselves and the world (...) through the act of theatre (Prendergast e Saxton, 2009, pp.204-205).

A reflexividade através das práticas teatrais dá-se pelo apelo à consciência crítica, potenciado pela pertinência político-social das temáticas focadas, e, também, pelo relacionamento entre a experiência do teatro e as experiências pessoais, desejos e necessidades dos e das participantes, permitindo aprofundar o conhecimento sobre si e projectar-se no futuro. É neste sentido que o TA pode ser caracterizado como um meio que potencia a reflexividade com repercussões para além do tempo e espaço da sua prática.

Para terminar este capítulo, estabeleço uma breve relação entre as práticas de TA, tal como as tenho vindo a caracterizar, com as OT que desenvolvi e que passarei a descrever no próximo capítulo. Partindo desta análise, compreendi que estas oficinas podiam efectivamente caracterizar-se como práticas de TA, na medida em que se dirigiram a dois grupos específicos e visaram a aplicação de ferramentas da prática teatral à dimensão da IG. Inseridas nas práticas teatrais com claras implicações pedagógicas, sociais e políticas, pretendi que estas oficinas funcionassem como intervenções teórico-práticas. O que significa articular princípios e práticas teatrais com conceitos e temas que relativos à IG que debatam, explorem e expressem esta dimensão, aliando o desenvolvimento de capacidades expressivas e criativas à consciencialização e procurando despoletar aprendizagens transferíveis para a vida das participantes e conhecimentos dissemináveis pela comunidade.

3.

Descrição do Processo

3.1.Contexto Geral

O meu estágio realizou-se na QP, uma estrutura profissional de criação e produção dentro do universo das artes performativas com 12 anos de actividade, cuja área geográfica de actuação incide sobretudo no concelho da Covilhã, estendendo-se também para os concelhos de Castelo Branco, Fundão e Guarda.

A QP organiza, desde 2003, o Festival Y-Festival Internacional de Artes Performativas que valoriza projectos transdisciplinares que provoquem ruptura com as formas convencionais das várias disciplinas artísticas e, desde 2009, o 1ºAndar-Mostra de Criadores Emergentes, um espaço de promoção do trabalho de jovens criadores e criadoras das artes de palco. Dedicase também à criação de espectáculos de teatro implicados na aproximação dos públicos com a arte contemporânea.

O projecto NÓS, no qual as OT estão inseridas, integra a área de formação artístico-pedagógica da QP, que tem vindo a ser desenvolvida sobretudo com crianças, jovens e séniores e na qual as artes são ferramentas para pensar-agir sobre o mundo.

No contexto do trabalho de criação, interpretação e formação que, desde 2005, tenho vindo a desenvolver nesta associação, este estágio procura por um lado, aprofundar o meu trabalho artístico-pedagógico e, por outro, estabelecer uma maior proximidade entre o trabalho artístico da QP e a realidade social que o envolve.

3.1.1. Apresentação do NÓS – Projecto de Acção Social e Artística

NÓS - Projecto de Acção Social e Artística é desenvolvido pela QP, em parceria com a Universidade da Beira Interior (UBI), através do UBIGual¹⁸ – Plano de Igualdade de Género da UBI, contando com a colaboração do Instituto de Emprego e Formação Profissional (IEFP) da Covilhã e com o financiamento do Programa Cidadania Activa. Este programa é gerido em Portugal pela Fundação Calouste Gulbenkian, no âmbito dos fundos do Mecanismo Financeiro do Espaço Económico Europeu (MF/EEE) destinados às Organizações Não-Governamentais. Neste programa, o NÓS insere-se no domínio de actuação referente à promoção dos valores democráticos, incluindo a defesa dos direitos humanos, dos direitos das minorias e da luta contra as discriminações.

Este projecto parte da constatação de que perante conjunturas políticas, económicas e sociais tão adversas à obtenção de emprego, como as que Portugal vive actualmente, onde

¹⁸ O UBIGual – Plano de Igualdade de Género da UBI foi um projecto que decorreu de 2009 a 2013 financiado pelo POPH/QREN e tendo como organismo intermédio a CIG. Desse projecto resultou a UBI ser a primeira universidade pública portuguesa com um plano de igualdade de género e com uma forte intervenção nesta área, traduzida em mais de 30 iniciativas desde 2010. Fonte: <http://www.igualdadegenero.ubi.pt>

o desemprego e os despedimentos aumentam progressivamente, agravavam-se as situações de desigualdade, injustiça e discriminação laboral em relação à mulher.

[A] integração das mulheres no mercado de trabalho tem sido revertida, devido sobretudo ao aumento do desemprego. Um outro efeito da crise sobre as mulheres em Portugal, assinalado no relatório da CE (2012), é um pronunciado aumento de mulheres em situação de *trabalhadoras desencorajadas*, isto é, pessoas que não procuram emprego porque acham que não o vão encontrar assim como de mulheres que trabalham a tempo parcial, fenómenos que supõem uma silenciosa expulsão do mercado de trabalho. (Oliveira, Villas-Boas e Heras, 2013, p.4)

Esta situação tem um impacto alarmante sobretudo em regiões do interior do país, como é o caso da Covilhã. Neste concelho o envelhecimento populacional e a difícil fixação de jovens contrastam com a existência de uma instituição universitária - a UBI - com cerca de 6700 estudantes.

De acordo com dados do IEFP (04/2013), a taxa de desemprego é superior nas mulheres (51,9%) e a taxa de emprego (42,2%) evidencia a sua dificuldade de inserção no mercado de trabalho. Outro aspecto preocupante é a crescente taxa de desemprego jovem em Portugal (35%) (Eurostat, Fev.2014) localizada entre as mais altas da UE, o que atesta as actuais adversidades enfrentadas pelos jovens e pelas jovens na obtenção de emprego.

Considerando estas realidades, o projecto NÓS propôs aliar a acção artística à intervenção sobre as problemáticas da IG associadas ao flagelo do desemprego feminino, tendo como objectivos favorecer o *empowerment* de mulheres prestes a iniciar a vida profissional e mulheres desempregadas, fomentar formas inovadoras de minimização do impacto do desemprego feminino e promover a IG junto da comunidade. Neste sentido, integra a dimensão de género associada à lógica das acções positivas que, como expliquei no primeiro capítulo, são “medidas destinadas a um grupo específico, com as quais se pretende eliminar e prevenir a discriminação ou compensar as desvantagens decorrentes de atitudes, comportamentos e estruturas existentes” (CIG, 2012, p.209).

Entre as componentes deste projecto encontram-se os *Empowerment Labs*, programas de educação não-formal onde as OT estavam inseridas. Estes programas tiveram como foco principal a participação dos grupos-alvo num processo multidisciplinar de desenvolvimento de conhecimentos e competências transversais, procurando estimular a implicação de mulheres com forte consciência de género, na vida cívica e no universo laboral. Divididos entre o Lab1, dirigido a estudantes universitárias, e o Lab2, dirigido a mulheres desempregadas, cada laboratório foi constituído por três componentes - Teatro, IG e Empregabilidade¹⁹ -, conduzidas por uma equipa de profissionais das artes performativas e

¹⁹ Aqui importa referir que a empregabilidade está associada a “capacidades, competências e qualificações transferíveis que aumentam a aptidão de um indivíduo para utilizar as oportunidades de educação e formação

das ciências sociais, na qual eu estava inserida. Apesar estarem articuladas entre si, estas componentes tiveram um tempo específico de formação distribuído por sessões de duas horas a que corresponderam, duas sessões dedicadas à Empregabilidade, três à IG e doze ao Teatro. Cada Lab terminou com a apresentação pública de um exercício performativo.

3.1.2. Plano de Estágio

O meu estágio iniciou-se em Novembro/2013 e terminou em Junho/2014. Tendo como acções principais a concepção e monitorização das duas OT dos *Empowerment Labs*, acompanhei todas as fases do seu processo de implementação. Para que se compreenda a sua abrangência, passo a elencar as actividades que desenvolvi durante o estágio:

- Reuniões com a equipa do projecto para definição de conteúdos programáticos, articulação entre componentes formativas, seguimento e avaliação dos laboratórios
- Concepção do programa de conteúdos para as duas OT acompanhada de pesquisa de referenciais teórico-práticos
- Sessões de captação dos *Empowerment Labs* junto dos grupos-alvo, na UBI, no IEFP e em associações de desenvolvimento local
- Selecção e organização dos grupos de participantes
- Monitorização das duas OT
- Participação como observadora nas sessões sobre IG dirigidas pela investigadora e docente Catarina Sales (Departamento Sociologia/UBI) e pela psicóloga Catarina Arnaut, e nas sessões sobre empregabilidade dirigidas por Miguel Fiadeiro e Lurdes Pires, profissionais do IEFP
- Produção dos dois exercícios performativos finais e moderação da conversa entre as participantes e o público

disponíveis, de modo a assegurar e manter um trabalho digno, a progredir numa empresa e entre postos de trabalho, e a enfrentar as condições em transformação da tecnologia e do mercado de trabalho” e que, nesta medida, necessitam de ser promovidas e actualizadas ao longo da vida (OIT, 2007, p.76).

3.2. Contexto Particular: Oficinas de Teatro

3.2.1. Planificação das Oficinas

3.2.1.1. Calendarização

Cada OT aconteceu durante quatro meses aproximadamente e totalizou cerca de 24 horas repartidas por 12 sessões, às quais acrescem seis horas extra para ensaios e apresentação final. Como se pode verificar no Quadro 2 e Quadro 3, as OT assumem especial relevância dentro dos *Empowerment Labs*, representando a componente com a maior carga horária (30 horas num total de 40 horas).

Quadro 1

Empowerment Labs	Divulgação e Inscrições	Início	Apresentação Final
Lab1	Novembro	04. Dez. 2013	12.Abr. 2014
Lab2	Fevereiro	12.Mar. 2014	28.Jun. 2014

Quadro 1: Calendarização do Lab1 e do Lab2

Quadro 2

Componente	Nº de Sessões	Total
Teatro	12	17
Igualdade de Género	3	
Empregabilidade	2	

Quadro 2: Relação entre o número de sessões de cada componente

Quadro 3

Componente	Nº de Horas	Duração/sessão	Total de horas
Teatro	24 (+ 6)	2 horas	40
Igualdade de Género	6		
Empregabilidade	4		

Quadro 3: Relação entre a carga horária de cada componente por Lab

3.2.1.2. Metodologia

Caracterizo a metodologia que adoptei nas OT como pesquisa-acção processual, participativa e experimental aplicada a uma prática criativa e reflexiva onde o teatro funcionou como móbil artístico-pedagógico. No sentido de uma abordagem multidisciplinar, privilegiei o cruzamento entre o teatro e as ciências sociais e humanas (em diálogo com as profissionais da psicologia e sociologia), a filosofia e outras disciplinas artísticas, como as artes plásticas, a literatura e o movimento.

Como expus no capítulo dois, o momento de pesquisa de referenciais teórico-práticos foi essencial para planear uma metodologia operacional e um programa de conteúdos dirigido aos dois grupos-alvo, que privilegiassem a IG como temática unificadora e o *empowerment* como objectivo maior.

Partindo das especificidades e conhecimentos de cada participante e da realidade social dos grupos, as sessões das oficinas desenvolveram-se num ambiente de aprendizagem activo e aberto e basearam-se na exploração de exercícios da prática e pedagogia teatral orientados para a pesquisa performativa, primeiro de uma dramaturgia individual, depois de uma dramaturgia do colectivo e, por fim, de uma dramaturgia dirigida para a IG. Dramaturgia aqui surge no sentido metodológico do *pachwork* (trabalho com retalhos) e do *sampling* (recolha e transformação de materiais), evidente sobretudo no último momento das OT onde se desencadeou um processo de criação colectiva dedicado à construção de um objecto performativo a apresentar publicamente. O carácter teatral e performativo foi considerado no desenho de cada sessão, incluindo exercícios de consciência corporal e vocal; observação e escuta de si e entre si; expressão oral, corporal, escrita e plástica; experimentação e improvisação teatral, discussão e exploração criativa de temas.

Partindo do princípio de que é o sistema sociocultural através dos seus diversos agentes de socialização que conduz as mulheres a situações de desigualdade, discriminação e impotência, a desconstrução e a construção foram usadas enquanto ferramentas

metodológicas para abordar questões de género (i.e. desconstruir conceitos como sexo/género, estereótipos e práticas discriminatórias e construir alternativas de denúncia e superação destas situações) e enquanto técnicas expressivas e criativas (i.e. construção e desconstrução enquanto ferramenta dramaturgica e criativa aplicada ao movimento, som, texto).

Considerando sempre as motivações e necessidades das participantes, para enriquecer os exercícios recorri a textos informativos, literários e filosóficos; legislação; vídeos documentais e obras referenciais das artes visuais, cinema e artes performativas.

Enquanto observadora-participante, no sentido de um processo de pesquisa-acção documentado, construí um arquivo que reúne planeamentos das sessões (cf. Anexo 3, A.3.1. e A.3.2.), fotografias (cf. Anexo 1, A.1.1. e A.1.2.) e vídeos (cf. Anexo 5, A.5.1. e A.5.2.), diário de bordo (cf. Anexo 4, A.4.1. e A.4.2.), textos das participantes, documentos avaliativos, folhas de sala das apresentações finais (cf. Anexo 2, A.2.1. e A.2.2.) e materiais produzidos nas sessões. Esta documentação processual constituiu uma ferramenta metodológica indispensável para a monitorização das oficinas; para uma reflexão sistemática sobre a prática laboratorial e como estratégia de avaliação.

3.2.1.3. Programa

Na concepção do programa das OT considerei os objectivos do projecto, as especificidades dos grupos-alvo, a pesquisa de referências teórico-práticos e as reuniões de equipa. A partir destes elementos defini um conjunto de temas-chave a integrar, assim organizados numa primeira fase:

- Feminismo: situação de desigualdade e discriminação vivenciada pelas mulheres ao longo da história, elementos de socialização que originam os estereótipos de género, percurso de emancipação das mulheres, valorização da identidade, implicações que os conceitos de sexo/género têm para a construção identitária e vida social, o corpo como lugar de expressão, conhecimento e denúncia
- Igualdade de Género: partilha de responsabilidades e tarefas entre mulheres e homens, conciliação entre trabalho e vida familiar, maternidade e paternidade, assédio, disparidades salariais entre mulheres e homens, discriminação no recrutamento e selecção laboral, desequilíbrio na representação de homens e mulheres nos órgãos de poder e nas diferentes categorias profissionais, o papel dos media na reprodução das desigualdades, violência contra as mulheres

Atendendo à articulação entre estes temas-chave, os objectivos e o tempo de duração das oficinas, defini que o programa de conteúdos das OT se deveria constituir por:

- Quatro unidades programáticas: i) Apresentação de Si, ii) Corporalidade Colectiva iii) Dramaturgias para a Igualdade de Género iv) Processo de Criação Colectiva

- Três sessões por unidade programática

- Um foco temático por sessão

- Quatro momentos por sessão: i) consciência corporal e vocal ii) integração do grupo iii) ampliação de capacidades expressivas, criativas e intelectuais iii) desafio de pesquisa temática performativa

- Desenvolvimento de competências de empregabilidade em todos os exercícios desenvolvidos

O Quadro 4 apresenta o programa de conteúdos que desenvolvi, organizado em Unidades Programáticas (UP) e respectivos focos temáticos, objectivos, conteúdos e número de sessões. É importante referir que desenhei este programa geral considerando possíveis reformulações segundo o processo de cada oficina e as respostas das participantes.

As sessões foram planeadas processualmente (cf. Anexo 3, A.3.1. e A.3.2.), de sessão para sessão, acompanhando o desenvolvimento de cada laboratório. Tal como o próprio programa, planei as sessões de forma flexível, dando espaço para que as participantes as pudessem direccionar para “lugares” não previstos.

Quadro 4

UP	Temas-foco	Objectivos	Conteúdos	Nºde sessões
Apresentação de Si	<ul style="list-style-type: none"> • Conhecer e Dar a conhecer • Formas que (re) Apresentam • Conhecer através dos sentidos 	<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolver ferramentas transversais aplicáveis à vida pessoal e profissional • Explorar estratégias informais de apresentação pessoal e conhecimento interpessoal • Reconhecimento de características, interesses e necessidades individuais e comuns • Evidenciar aprendizagens significativas de conhecimento de si e do outro • Promover a confiança e à vontade entre o grupo • Tomar consciência do corpo e da voz • Estimular a imaginação • Adquirir e desenvolver capacidades nos domínios da expressão e comunicação corporal e vocal 	<ul style="list-style-type: none"> • Exploração de ferramentas expressivas aplicadas à apresentação pessoal e conhecimento interpessoal • Exercícios de consciência e percepção corporal e vocal • Desenvolvimento da relação do corpo no tempo/espaço • Estímulo das percepções sensoriais, relaxamento e concentração • Introdução à linguagem, códigos e convenções teatrais 	3
Corporalidade Colectiva	<ul style="list-style-type: none"> • Estereótipos sexuais • Porque é que existe um desequilíbrio de poderes entre mulheres e homens? 	<ul style="list-style-type: none"> • Procurar uma identidade colectiva • Diluir fronteiras entre participantes • Promover o contacto, confiança e à vontade entre o grupo • Gerir a individualidade no grupo • Desenvolver estratégias de comunicação, relações interpessoais, trabalho de equipa, resolução de problemas e tomada de decisões • Desenvolver capacidades nos domínios da expressão e comunicação corporal e vocal em grupo • Tomar consciência das potencialidades da linguagem verbal e não-verbal • Aprofundar capacidades criativas, expressivas e intelectuais • Contactar com ferramentas da prática teatral • Desconstruir os conceitos de sexo/género • Desenvolver uma prática reflexiva sobre estereótipos, preconceitos e discriminação de género 	<ul style="list-style-type: none"> • Temas-chave de Igualdade de Género • Ferramentas de prática teatral: corpo simbólico/teatral, percepção de espaço/ficção teatral, presença, observação, escuta, corporalidade, oralidade, foco, contracena, impulso, tensão, memória, improvisação, partitura física, vocal e textual • Exploração de técnicas de coralidade 	3
Dramaturgias para a Igualdade de Género	<ul style="list-style-type: none"> • Conceitos de Igualdade de Género: Visibilidade, Poder, Participação e Igualdade • Dimensões da Igualdade de Género: Trabalho, Vida pessoal e familiar • Perspectivas de Futuro (Lab1) • De Mim para o Mundo (Lab2) 	<ul style="list-style-type: none"> • Compreender o teatro como meio de reflexão e acção sobre a realidade • Explorar o material biográfico como indutor da expressão e criatividade artísticas • Construir um universo simbólico comum ao grupo • Desenvolver a expressão criativa corporal, oral e escrita • Desenvolver uma prática reflexiva sobre das desigualdades de género e do seu impacto • Promover a consciência dos direitos pessoais e profissionais • Evidenciar aprendizagens significativas do conhecimento de si, do outro e do mundo, através da expressão e criatividade 	<ul style="list-style-type: none"> • Exploração de ferramentas de expressão criativa orientada para temas relativos à igualdade de género e conceitos como mulher, género, igualdade, desigualdade, trabalho, discriminação, liberdade, entre outros. 	3
Processo de Criação Colectiva	<ul style="list-style-type: none"> • Selecção de materiais e criação de guião • Ensaios • Apresentação pública 	<ul style="list-style-type: none"> • Esboçar um fio condutor de todo o processo vivenciado pelo grupo • Construir e apresentar um exercício performativo • Desenvolver a consciência e o sentido estético • Desenvolver estratégias de comunicação, relações interpessoais, trabalho de equipa, resolução de problemas, confiança e tomada de decisões • Partilhar publicamente o processo vivenciado pelo grupo • Consciencializar a população em geral para a igualdade de género e problemática do desemprego feminino 	<ul style="list-style-type: none"> • Mapeamento das experiências mais significativas para o grupo • Criação de guião para exercício de apresentação final • Aperfeiçoamento de cenas • Apresentação pública 	3 + 2 para ensaios e apresentação

Quadro 4: Síntese do Programa Geral das Oficinas de Teatro

Constituindo um dos objectivos específicos das OT desencadear um processo de experimentação artística com preocupações sociais, na planificação do programa e das sessões, preocupei-me em aliar as aprendizagens à experiência ao nível da sensibilidade, das emoções, da corporalidade, do simbólico e do criar-sentido-sentindo - *embodied pedagogie* (Nicholson, 2005) -, potenciando o desencadear de sentidos estéticos passíveis de pensarem-agirem sobre o quotidiano.

Cada sessão foi dirigida por um tema-foco orientador de todas as práticas desde os exercícios de aquecimento e consciência corporal e vocal, aos exercícios de expressão e, sobretudo, aos jogos e improvisações teatrais que, muitas vezes, foram apoiados por textos literários, científicos ou informativos sobre esse mesmo tema. Na construção e selecção dos exercícios procurei transformar o tema-foco em práticas performativas simbólicas capazes de o problematizar, motivando a reflexão crítica e oferecendo ferramentas para que cada participante desenvolva-se as suas próprias percepções.

Por se dirigirem apenas a mulheres, as oficinas assumiram uma significação cultural e social específica, ela própria latente à dimensão da IG. Daí que, nos exercícios propostos, eu tenha contemplado especialmente a expressão corporal, procurando que cada pessoa explore-se a sua própria corporalidade e se afasta-se de estereótipos e modelos pré-concebidos.

The body is a discursive category, a site of struggle. (...) Pedagogies which are embodied, therefore, involve a more complex understanding of how the body is culturally and socially constructed and experienced by different members of each drama group, and how discourses of the body might be enacted, interpreted and re-interpreted in the process of the work itself (Nicholson, 2005, p.59).

Os exercícios tiveram origem em práticas adquiridas na minha formação académica (no âmbito da licenciatura em Estudos Teatrais e da Especialização em Teatro e Comunidade, em curso), na formação artístico-pedagógica adquirida em contextos educativos não-formais e nas colaborações entre profissionais resultantes da minha experiência profissional enquanto actriz, criadora e monitora.

3.2.1.4. Estratégias de avaliação e documentação

Estratégias de avaliação

As estratégias de avaliação planeadas para as OT tiveram como principais objectivos dar voz às participantes, analisar a eficácia e efectividade das metodologias utilizadas e a

qualidade da sua recepção por parte das participantes. Assim, propuseram-se ferramentas de avaliação flexíveis e inclusivas, aplicadas à natureza do projecto e ao desenvolvimento.

A avaliação das OT caracteriza-se como longitudinal (Serrano, 2008), uma vez que esteve presente durante todo o processo, e, ao avaliar a prática em desenvolvimento, permitiu realizar os ajustamentos que se revelaram necessários. Realço que, estando as OT inseridas nos *Empowerment Labs*, as suas estratégias de avaliação coincidiram com a avaliação deste projecto no seu todo. Destaco que, enquanto elemento da equipa de implementação do projecto, tive um papel activo na definição e realização da avaliação, desenvolvida em três momentos, cada um com as suas estratégias específicas, as quais passo a descrever.

Avaliação Diagnóstica: durante a fase de inscrições para os *Empowerment Labs*

- Ficha de Pré-Inscrição e Diagnóstico: avaliou a adequação das pré-inscrições aos requisitos de participação, desenhou o perfil das potenciais participantes e averiguou se estas detinham ou não conhecimentos de IG e experiência em práticas teatrais

Avaliação Formativa: durante o processo de realização dos *Empowerment Labs*

- Observação sistemática do desenvolvimento das sessões das OT, por parte da monitora, reflectida no Diário de Bordo
- Análise do Diário de Bordo das OT, por parte da monitora
- Ficha de auto-avaliação e avaliação intercalar do laboratório preenchida por cada participante
- Sessões das OT dedicadas à análise do processo visando a criação do exercício performativo
- Apresentações públicas seguidas de conversa com o público

Avaliação Sumativa: após terminarem os *Empowerment Labs*

- Sessão de prospecção que reuniu elementos da equipa do projecto e participantes e incluiu visualização do vídeo da apresentação final
- Ficha de auto-avaliação e avaliação final do laboratório preenchida por cada participante

Estratégias de documentação

As estratégias de documentação que adoptei visaram o registo do processo vivido nas OT e procuraram estabelecer uma relação entre a prática, a reflexão sobre a prática e a sua disseminação. No sentido do desenvolvimento de um processo de pesquisa-acção documentado, construí um arquivo processual com elementos produzidos ao longo das oficinas que, por sua vez, são matéria para a produção de outros materiais documentais após terminarem os *Empowerment Labs*.

Elementos de documentação produzidos ao longo das OT:

- Blogue²⁰ sobre os dois Labs: www.nosprojetoacaosocialeartistica.wordpress.com
- Gravação vídeo das sessões
- Gravação vídeo dos exercícios de apresentação final
- Fotografias das sessões
- Diário de Bordo da monitora
- Diário de bordo e textos das participantes
- Materiais produzidos nas sessões: rascunhos, desenhos, pinturas, entre outros
- Planeamentos das sessões

Elementos de documentação a ser produzidos a partir de registos das Oficinas:

- Vídeo documental sobre os *Empowerment Labs*
- Relatório Final de Estágio

3.2.1.5. Captação de grupos-alvo e Perfil das participantes

Empowerment Lab1

O período de inscrições do *Empowerment Lab1* (Lab1), dirigido a estudantes universitárias a desenvolver os seus estudos na Covilhã, realizou-se entre 8 e 25 de Novembro/2013. Na divulgação do Lab1 apostou-se no estabelecimento de contactos estratégicos com docentes, núcleos de estudantes e faculdades da UBI e, também, na divulgação directa junto do grupo-alvo. Neste contexto realizei cinco sessões de sensibilização à participação que, no total, reuniram cerca de 100 estudantes.

Foram efectuadas 15 inscrições, número máximo de participantes designados. A quando o contacto para confirmação da inscrição ocorreram quatro desistências. Partindo do

²⁰ "blogue": Página de Internet com características de diário, actualizada regularmente. in Dicionário Priberam da Língua Portuguesa [em linha], 2008-2013, <http://www.priberam.pt/dlpo/blogue>, consultado em 21-09-2014.

princípio de que as participantes seriam as melhores agentes de difusão, na primeira sessão sensibilizou-se as presentes para a divulgação junto de possíveis interessadas. Da sua acção resultaram mais duas inscrições.

Conforme se pode verificar no Quadro 5, o grupo de 13 participantes da OT/Lab1 compunha-se por mulheres com idades compreendidas entre os 19 e os 29 anos, provenientes de diferentes cursos da UBI - Sociologia, Ciências Farmacêuticas, Empreendedorismo e Serviço Social, Psicologia, Ciências da Comunicação e Design de Moda -, sendo oito estudantes do 1º Ciclo e cinco estudantes do 2º Ciclo. Entre as mulheres deste grupo duas nunca haviam tido experiências teatrais, dez já haviam tido experiências teatrais, seis não possuíam conhecimentos em IG e sete participantes possuíam já conhecimentos nesta matéria.

Quadro 5

Designação ²¹	Idade	Proveniência	Escolaridade e Área de Formação	Experiências Teatrais	Conhecimentos em Igualdade de Género
A.Lab1	25	Covilhã	3ºano/Licenciatura Sociologia	Não	Não
B.Lab1	26	Covilhã	2ª ano/Mestrado Empreendedorismo e Serviço Social	Sim	Sim
C.Lab1	22	Aveiro	5ª ano/Mestrado Integrado Ciências Farmacêuticas	Não	Não
D.Lab1	Informação não disponibilizada	Informação não disponibilizada	1º ano/Mestrado Psicologia Clínica e da Saúde	Sim	Não
E.Lab1	20	Fátima	3ª ano/Licenciatura Psicologia	Sim	Sim
F.Lab1	19	Castelo Branco	2ª ano/Licenciatura Psicologia	Sim	Sim
G.Lab1	29	Fundão	Mestrado em Sociologia: Exclusões e Políticas Sociais	Sim	Sim
H.Lab1	22	Porto	3ºano/Licenciatura Sociologia	Não	Sim
I.Lab1	19	Covilhã	2ºano/Licenciatura Design de Moda	Sim	Não
J.Lab1	19	Aveiro	2ªano/Licenciatura Ciências da Comunicação	Sim	Não
K.Lab1	22	Manteigas	3ºano/Licenciatura Sociologia	Sim	Sim
L.Lab1	19	Aveiro	2ªano/Licenciatura Ciências da Comunicação	Sim	Sim
M.Lab1	22	Santa Maria da Feira	5ª ano/ I Mestrado Integrado Ciências Farmacêuticas	Sim	Não

Quadro 5: Dados de Caracterização das Participantes da Oficina de Teatro/Lab1²²

²¹ Os nomes das participantes estão omitidos para preservar a sua identidade.

²² Dados provenientes das Fichas de Pré-Inscrição e Diagnóstico relativas ao Empowerment Lab1

Empowerment Lab2

O período de inscrições do *Empowerment Lab2* (Lab2), dirigido a mulheres desempregadas residentes no concelho da Covilhã, realizou-se entre 3 de Fevereiro e 3 de Março/2014.

Durante a divulgação do Lab2 realizei três sessões de sensibilização à participação, uma junto de mulheres convocadas pelo IEFP e duas com mulheres convocadas pela Coolabora - Consultoria e Intervenção Social. Estas sessões envolveram cerca de 50 mulheres.

Neste período, foram efectuadas 12 pré-inscrições. Quando contactei as pessoas pré-inscritas para efectivação da participação ocorreram três desistências. O Lab2 arrancou assim com nove participantes.

Conforme se pode verificar no Quadro 6, o grupo do Lab2 era composto por mulheres com idades compreendidas entre os 27 e os 48 anos, com níveis de escolaridade entre o Ensino Secundário e o 2º Ciclo do Ensino Superior e duração da situação de desemprego entre os quatro anos e os três meses. Entre as mulheres deste grupo cinco nunca haviam tido experiências teatrais, quatro já haviam tido experiências teatrais, cinco não possuíam conhecimentos de IG e quatro possuíam já conhecimentos nesta matéria.

Quadro 6

Designação²³	Idade	Escolaridade e Área de Formação	Experiências Teatrais	Conhecimentos em Igualdade de Género	Tempo de Desemprego
A.Lab2	37	Ensino Secundário/Curso Técnico Profissional – Técnica Administrativa	Não	Não	4 anos
B.Lab2	34	Ensino Secundário – Artes	Não	Não	2 anos
C.Lab2	41	Ensino Secundário /Curso Técnico Profissional - Mesa e Bar	Sim	Não	4 anos
D.Lab2	27	Ensino Secundário – Artes	Não	Sim	> 6 meses
F.Lab2	40	Ensino Secundário	Sim	Sim	> 2 anos
G.Lab2	37	Ensino Secundário /Formação Profissional - Seguros e Banca	Não	Não	3 meses
H.Lab2	34	Licenciatura/Engenharia Civil - incompleta	Não	Não	> 1 ano
I.Lab2	34	Licenciatura/Serviço Social Mestrado/ Sociopsicologia da Saúde	Sim	Sim	> 2 meses
J.Lab2	48	Bacharel/Secretariado de Direcção e Relações Públicas	Sim	Sim	2 anos

Quadro 6: Dados de Caracterização das Participantes da Oficina de Teatro/Lab2²⁴

²³ Os nomes das participantes estão omitidos para preservar a sua identidade.

3.2.2. Descrição do Processo das Oficinas de Teatro

3.2.2.1. O espaço

As duas OT tiveram lugar na sala de exposições do Teatro das Beiras, um espaço amplo, com grandes janelas e chão de madeira. Para agilizar a monitorização das sessões e, também, demarcar as OT dos espaços e tempos quotidianos, a preparação do espaço e ambiente da sessão foi essencial. Por isso, reservei sempre um tempo para preparação dos materiais, da música e das necessidades técnicas, para que, quando as participantes chegassem, tudo (incluindo eu) estivesse preparado. O espaço foi ganhando também algumas características, que, marcavam o tempo da OT: o aquecedor industrial foi essencial para garantir um ambiente acolhedor durante o inverno, no chão da sala em todas as sessões surgia um rectângulo de fita-cola que assinalava o “espaço cénico”, um canto ficou estipulado para o som e um parapeito das janelas para as roupas e malas. Todos estes lugares eram ocupados para a OT e desocupados quando esta terminava.

3.2.2.2. Primeiro encontro com os grupos

Os *Empowerment Labs* começaram com uma sessão inaugural que visou a aproximação entre a equipa e as participantes, bem como, a apresentação do projecto. No Lab1 esta sessão introdutória aconteceu a 4 de Dezembro/2013 e no Lab2 a 12 de Março/2014.

Esta sessão, que considero sessão zero da OT, foi monitorizada por mim, após se acordar entre a equipa que esta primeira experiência devia valorizar a abordagem metodológica dos *Empowerment Labs*. Assim, dividi a sessão entre o desenvolvimento de alguns exercícios e a apresentação do projecto.

Apesar terem acontecido em tempos distintos e visarem dois grupos diferentes, as duas sessões iniciais privilegiaram a criação de um ambiente informal, indutor de descontração e bem-estar através de exercícios geradores de aproximação e conhecimento entre o grupo. A organização do grupo em círculo foi a proposta de arranque, um círculo amplo, onde todas as pessoas se veem, que não cria hierarquias entre participantes e elementos da equipa que também participaram nos exercícios (Rui Sena e eu, da QP e Catarina Sales/UBI). No momento de apresentação do projecto explicou-se o seu contexto, objectivos, componentes, temas abrangidos, espaços e tempos de realização, bem como, o que se espera da participação de monitores/as e participantes. Estabeleceu-se um dia e horário para as sessões e combinou-se o uso de roupa confortável. Expuseram-se as regras de

²⁴ Dados provenientes das Fichas de Pré-Inscrição e Diagnóstico relativas ao Empowerment Lab2

participação: pontualidade, assiduidade e duas faltas como limite, após as quais se pondera a continuação da participação. Explicou-se que um dos objectivos do laboratório é a criação de um objecto artístico a apresentar publicamente no final do processo, cujas características cabe ao grupo decidir e, também, a intenção de se produzir um vídeo e um blogue sobre os *Empowerment Labs*. Distribuíram-se cadernos sugerindo-se a criação de diários de bordo pessoais e assinou-se o Acordo de Participação que incluía a cedência de direitos de imagem dentro dos propósitos do projecto.

3.2.2.3. A Oficina de Teatro com estudantes universitárias

O Lab1, desenvolvido com 13 estudantes universitárias, constituiu-se como um laboratório de pesquisa onde a experimentação artística surgiu como estratégia para aprendizagens e experiências significativas, focado nas especificidades das participantes e na característica comum ao grupo que foi o facto de todas serem estudantes universitárias.

Como expliquei no subcapítulo “Porquê um laboratório dirigido apenas a mulheres?”, a área profissional é uma das que mais evidencia as prevaletentes discrepâncias de oportunidades e tratamento entre mulheres e homens. Explorar a temática da IG com jovens mulheres estudantes é especialmente importante na medida em que estas estão em plena expansão das suas aprendizagens académicas, portanto em fase de pesquisa contínua e, por outro lado, encontram-se prestes a iniciar a sua vida profissional. Nesta medida, a OT baseou a intervenção com este grupo na articulação entre a ampliação da sensibilidade, expressão e criatividade artísticas, a sensibilização para a importância da consciência de género na vida académica e futuro profissional e o incremento de uma postura político-social mais implicada.

Após a sessão inaugural seguiram-se duas sessões especificamente sobre IG nas quais estive como observadora e que foram cruciais para conhecer melhor o grupo e para conseguir estabelecer um verdadeiro diálogo com a IG.

A primeira sessão da OT aconteceu no dia 8 de Janeiro/2014 e introduziu a unidade programática “Apresentação de Si”, dedicada ao desenvolvimento da consciência corporal, conhecimento de características, interesses e visões das participantes, exploração de ferramentas de comunicação não-formais (expressão e percepção) e pesquisa de diferentes formas de apresentação pessoal e conhecimento interpessoal. Visando estes objectivos, planei cada sessão para terminar com um desafio criativo que resultasse numa apresentação performativa de cada uma, capaz de desconstruir a apresentação no seu sentido mais formal e trabalhar conceitos básicos da prática teatral (i.e. espaço e tempo cénico, bastidores, entrar/sair de cena, concentração, confiança e improvisação). Porque

estas apresentações partiram sobretudo de material biográfico, fiz questão que o grupo compreendesse que, no contexto da OT, o trabalho com materiais biográficos não pretendia expor a intimidade, mas explorar estratégias criativas de apresentação e conhecimento, trabalhar o sentido de implicação, presença e autenticidade e, sobretudo, ir ao encontro da identidade de cada uma e de como a expressar criativamente. No fim destas apresentações, cada participante destacou os momentos mais significativos da sua e da apresentação das outras. Progressivamente fui pedindo para reflectirem também sobre sentidos poéticos e pormenores técnicos (manipulação dos objectos, corporalidade, recurso à palavra ou sonoridades e resolução criativa de problemas).

Um dos momentos fundamentais do processo desta OT, introduzido nestas primeiras sessões, foi a preparação e aquecimento. Visando criar uma maior disponibilidade para a sessão, procurei com este momento que as participantes se evadissem do seu quotidiano e se concentrassem apenas nos seus corpos procurando auscultar os seus movimentos internos, trabalhar a coordenação respiratória, atentar à relação entre movimentos, músculos e articulações, relacionar o corpo com o espaço, relaxar e aquecer a voz. No fim do aquecimento, e às vezes durante, eu explicava os objectivos de cada exercício e incitava-as a incorporarem-nos no seu quotidiano. Entre as participantes, a disponibilidade para este momento foi crescendo, ao ponto de uma delas um dia ter perguntado se o aquecimento podia integrar a apresentação final uma vez que era o momento das sessões que ela mais apreciava.

Nestas primeiras três sessões da oficina proporcionaram-se conversas sobre os conceitos de sexo e género e temas análogos, surgidas nas reflexões de grupo sobre os exercícios, onde procurávamos identificar entre os seus resultados aspectos que contrariavam ou confirmavam as expectativas de género. Estas reflexões foram integrando problemas de IG como a desigualdade nas formas de tratamento e comportamento de mulheres e homens, as divergências na educação de raparigas e rapazes e as diferentes formas de discriminação. Uma destas conversas partiu de uma pergunta muito pertinente feita por uma das participantes que permitiu reflectir sobre o porquê e a importância deste grupo ser constituído só por mulheres: “Será que o facto de este laboratório ser só para mulheres não é discriminatório?”.

Esta primeira unidade programática conseguiu desenvolver na íntegra os objectivos propostos, apesar de algumas contrariedades. Durante as primeiras sessões o grupo reduziu-se para onze participantes pois houve duas participantes que desistiram, uma porque o facto de ser trabalhadora-estudante a impossibilitava de frequentar assiduamente e a outra porque foi para outra cidade desenvolver um estágio. Outro aspecto que prejudicou o desenvolvimento destas primeiras sessões foi o facto de estas terem sido

interrompidas pelo período de pausa pedagógica de fim de semestre da UBI. Tendo algumas participantes manifestado que não poderiam frequentar a oficina porque tinham de se preparar para exames ou, porque, não tendo aulas, regressavam às suas cidades de origem, decidiu-se, após as duas primeiras sessões, fazer apenas uma sessão durante a pausa pedagógica.

A segunda unidade programática “Corporalidade Colectiva” aliou a pesquisa de temas-foco à exploração de uma identidade colectiva através de exercícios de activação do grupo e pesquisa performativa em grupo.

Foi muito interessante perceber como cada uma se apropriava do movimento e do som do “raio” segundo a sua personalidade e, também, como assimilavam as propostas das outras transformando a sua própria forma de fazer. Assim, surgiram raios vigorosos com sons brutais, raios afáveis com sons meigos, raios exuberantes com sons estridentes, e, entre eles, muitos risos (Diário de Bordo pessoal, Lab1, sessão 5).

Os exercícios de activação do grupo trabalharam a confiança pessoal e interpessoal e a coordenação, escuta, contacto e observação entre participantes. Aqui, insisti particularmente sobre o exercício do olhar - olhar olhos nos olhos, observar e ser observada -, algo que percebi suscitar desconforto entre as participantes e que foi progredindo gradualmente.

A pesquisa performativa temática em grupo foi orientada para a exploração criativa de dois temas-foco - “Estereótipos sexuais” e “Porque é que existe desigualdade de poderes entre mulheres e homens?”. O tema “estereótipos sexuais” foi trabalhado através de exercícios que visaram a compreensão e desconstrução deste conceito através da exploração de vocabulário corporal relativo a acções masculinas e femininas estereotipadas. Terminámos com a visualização de vídeos que mostram como a publicidade e os media reforçam os estereótipos e a dualidade entre os sexos e que permitiram articular os exercícios desenvolvidos com a reflexão crítica sobre os estereótipos sexuais.

Este tema introduziu também alguns exercícios que exploraram a coralidade concentrados na procura de uma corporalidade comum a partir de propostas individuais. Aqui trabalhamos a capacidade de agir como um todo com consciência da individualidade, a comunicação não-verbal e a percepção do colectivo. As participantes mostraram-se muito agradadas com os resultados destes exercícios, sendo visível a forma como estes contribuíram para a sua aproximação.

Na exploração do tema “Porque é que existe desigualdade de poderes entre mulheres e homens?”, recorri a obras que o abordam sob diferentes perspectivas como *O Segundo Sexo* de Simone Beauvoir, *Um quanto só para si* de Virginia Woolf, *Dominação Masculina* de Pierre Bourdieu e *Dicionário de crítica feminista* organizado por Ana G. Macedo e Ana L. Amaral. Estas leituras foram muito bem recebidas pelas participantes das áreas da

psicologia e da sociologia e menos pelas restantes, talvez pelo pouco à vontade com as áreas. Dentro da exploração deste tema também propus exercícios que tiveram como indutores criativos frases depreciativas sobre as mulheres proferidas por diferentes personalidades e em momentos históricos distintos.

Devemos considerar o carácter das mulheres como sofrendo de uma certa deficiência natural.
Aristóteles (384-322 a.C.)

E à mulher disse: Multiplicarei grandemente a tua dor (...) com dor terás filhos; e o teu desejo será para o teu marido, e ele te dominará. *Génesis*

Descobri-me um marido que seja poderoso pois dele tenho muita necessidade para defender a minha terra. Duquesa de Borgonha em canção de gesta francesa (época medieval)

Toda a educação da mulher deve ser relativa ao homem. A mulher é feita para ceder ao homem e suportar-lhe as injustiças. Rousseau (1712-1778)

A mulher é propriedade que se adquire por contrato (...). Balzac (1799-1850)

A mulher é o passatempo do herói. Nietzsche (1844-1900)
(algumas das frases depreciativas sobre as mulheres usadas nos exercícios, sessão 5)

Estas frases foram verdadeiramente impactantes, e, mais do que a leitura de excertos das obras, permitiram às participantes compreender a abrangência das assimetrias entre mulheres e homens.

Nesta unidade programática introduzi também exercícios de improvisação teatral em grupo. Estes partiram de regras simples e precisas (de objectivos comuns para a subjectividade individual), procurando evitar que as participantes se sentissem perdidas na improvisação e permitindo a quem assistia identificar uma certa coerência. Aqui foi interessante observar como participantes que, normalmente, demonstravam dificuldade em outros exercícios desenvolveram as suas improvisações de forma fluída e criativa. As improvisações terminaram com uma conversa sobre as dificuldades e soluções encontradas, recursos subaproveitados e principais temáticas surgidas.

Esta segunda unidade programática revelou-se de extrema importância no processo deste grupo, contribuindo para a aproximação entre participantes e reforçando o seu interesse pela OT. No entanto, a falta de assiduidade de algumas participantes que, nesta altura, já haviam ultrapassado o limite de faltas, era um problema que me preocupava. Na verdade, depressa compreendi o quão difícil era para algumas pessoas gerirem a participação no laboratório com os demais apelos da sua vida académica e pessoal. Compreendendo que, dadas as características do grupo, teria de ser flexível, a estratégia que adoptei foi contactar quem faltava para perceber se viriam à próxima sessão e compreender a sua motivação em relação à OT.

Na unidade programática “Dramaturgias para a Igualdade de Género”, pretendi que o grupo compreendesse o teatro como meio de reflexão e acção sobre a realidade social e construísse um universo simbólico comum associado à IG. Procurando partir dos desejos e preocupações individuais para o colectivo, comecei por propor às participantes que escrevessem uma carta ao seu próprio futuro onde perspectivassem a sua vida daí a vinte anos. A leitura das cartas foi um momento de partilha autêntica de sonhos, expectativas e diferentes visões sobre o futuro. Para além da riqueza emotiva desta partilha, destaco a qualidade das cartas enquanto material para a exploração artística.

Continuando a explorar as cartas, com o grupo dividido em dois, trabalhámos a sua leitura em grupo segundo diferentes direcções: segundo diferentes entoações; procurar despertar a atenção do público para si própria e alternar entre quem lê em voz alta e quem lê em surdina. Deste exercício destaca-se o envolvimento das participantes que assistiam, uma vez que estas iam analisando o que as diferentes abordagens lhes transmitiam. Por sua vez, quem estava em exercício procurava incorporar estes *feedbacks* na prestação seguinte. Esta capacidade de analisar e ser analisado, que tenho vindo a incentivar ao longo do laboratório, neste exercício, mostrou grande progressão. (Diário de Bordo pessoal, Lab1, sessão 7)

O tema-foco “Igualdade de Género com foco nas questões laborais”, já havia sido introduzido em outros momentos, especialmente nas sessões de IG. De forma a aprofundar esta grande área temática, cada participante ocupou-se de um dos seguintes temas específicos: 1) Maternidade e Paternidade, 2) Assédio, 3) Conciliação entre trabalho e vida familiar, 4) Disparidades salariais entre mulheres e homens, 5) Discriminação no recrutamento e selecção laboral, 6) Desequilíbrio na representação de mulheres e homens nas diferentes categorias profissionais, 7) Partilha de responsabilidades e tarefas entre mulheres e homens e 8) O papel dos media na reprodução da (des)igualdade. Para a exploração destes temas recorri a diversos materiais (vídeos, artigos jornalísticos, legislação, excertos de livros e obras artísticas) capazes de informar e despertar a análise crítica das participantes. As participantes revelaram interesse na leitura de textos específicos sobre os temas e na sua discussão, algo que me surpreendeu uma vez que os momentos de leitura não eram, até então, muito bem recebidos. A exploração performativa sobre estes temas partiu da composição individual de uma pequena partitura de movimentos sem recurso a palavras. Numa segunda fase, em grupo, transformaram-se estas partituras em cenas teatrais.

Constituíram-se pequenos grupos segundo temas que se aproximavam tanto pelo seu conteúdo quanto pelas propostas cénicas antes apresentadas. Propus aos grupos a composição de uma pequena performance teatral capaz de sintetizar os conceitos mais importantes dos seus universos temáticos e de transmitir um pensamento crítico. Para a composição destas performances os grupos tinham de utilizar objectos (...). Após o tempo dado para a criação em grupo, fizeram-se as apresentações. Todas as propostas apresentadas cumpriram os objectivos de síntese e crítica, bem como de utilização de objectos. Houve uma clara evolução na qualidade

das apresentações tanto em termos de recursos criativos quanto de presença e escuta em cena. (Diário de Bordo pessoal, Lab1, sessão 10)

Um momento a destacar entre estas sessões foi a criação de quadros visuais em grupo, com recurso a alguns objectos de carácter utilitário, capazes de expressar conceitos-chave relativos à IG. As participantes concluíram que os objectos haviam constituído bons indutores criativos, capazes de facilitar a percepção das propostas e, em simultâneo, ampliar as suas possibilidades de leitura e manifestaram que este exercício poderia inspirar a apresentação final.

Ao longo desta unidade programática analisámos obras de artistas visuais e *performers* e também excertos do filme *Pina* de Wim Wenders (2011), nestes momentos pedi às participantes para se concentrarem nos símbolos, metáforas e temáticas latentes nas obras.

Esta unidade programática cumpriu-se em três sessões conforme o previsto. No planeamento destas sessões senti que, na verdade, era pouco tempo para trabalhar uma dimensão tão vasta quanto a IG. No entanto, agora consigo perceber que abordámos temas importantes e que, para a maioria das participantes, foi a primeira vez que adoptaram uma perspectiva de análise sobre esses temas. Penso que, mais do que aprofundar certas temáticas, a função da OT foi despertar e desafiar as participantes a desenvolverem a sua própria percepção e posicionamento.

Na última unidade programática da OT designada “Processo de criação colectiva” o grupo envolveu-se na preparação da apresentação pública. Em sessões anteriores, quando as participantes falavam sobre as suas expectativas em relação à apresentação final, procurei que percebessem que cabia ao grupo designar a sua forma e conteúdos. Especifiquei também que não se tratava da criação de um espectáculo (até porque o tempo previsto para a sua preparação não o permitia) mas, de um exercício que elas deviam encarar como um desafio. Numa destas conversas uma participante revelou sentir-se desconfortável com a apresentação pública, as restantes mostraram-se sensibilizadas e encorajaram-na. Eu motivei-a para tentar ultrapassar esses receios ao longo da oficina.

Direccionei a primeira sessão da “Criação Colectiva” para a exploração de alguns materiais resultantes de exercícios pelos quais o grupo nutriu particular interesse. A segunda sessão foi dedicada à construção de um guião para o exercício performativo final. Tendo em vista a criação do guião, começámos por fazer uma retrospectiva de todo o processo do laboratório através da visualização de alguns vídeos e fotografias relativos às diferentes sessões. Depois, as participantes destacaram, entre todo o processo, o que consideravam mais pertinente integrar no exercício final. De uma forma unânime considerou-se que os principais objectivos do exercício final seriam a partilha das pesquisas performativas desenvolvidas e a apresentação de um olhar crítico sobre algumas temáticas

relativas à IG no trabalho e no emprego. Passámos então à construção de um guião reunindo as propostas do grupo, onde definimos que, assumindo o trabalho de pesquisa desenvolvido como *corpus* da própria apresentação, esta seria composta por três momentos: apresentação do laboratório e do grupo, reflexão geral sobre a IG e apresentação de um olhar crítico sobre a IG no trabalho e no emprego. A cada um destes três momentos fizemos corresponder resultados de exercícios desenvolvidos: uma instalação com sapatos, as frases de movimento sobre os estereótipos sexuais e as cenas teatrais sobre temas associados à IG no trabalho e no emprego.

Logo no início do “Processo de criação colectiva”, o grupo deparou-se com alguns problemas relativos à não presença de todas as pessoas que iriam integrar a apresentação (note-se que três das participantes avisaram previamente que não poderiam participar devido a compromissos já agendados) e à dificuldade em reunir todo o grupo para os ensaios. Estas dificuldades foram geradoras de reflexões entre o grupo que fortaleceram o espírito de grupo, bem como, o seu empenho para a apresentação final.

A última sessão formal da OT foi dedicada ao aperfeiçoamento das cenas seleccionadas para o exercício performativo final. No início, apelando o grupo à serenidade, expliquei que a apresentação pública devia ser encarada como a partilha do trabalho desenvolvido, o que envolviam algum sentido de responsabilidade, claro, mas também divertimento. Nesta sessão contámos com a presença de Rui Gonçalves, o responsável pela concepção e operação sonora da apresentação, que foi fazendo algumas experiências enquanto desenvolvíamos os exercícios. A presença do som causou entusiasmo entre as participantes e facilitou a sua concentração. Ao longo desta sessão encontrámos o elemento condutor da apresentação: os sapatos femininos, masculinos ou unissexo que, por si só, contam histórias e constituem uma significativa metáfora de diferentes realidades sociais, económicas e culturais, bem como, claro está, das relações de género.

O único senão relativo ao “processo de criação final” foi a ausência súbita de uma das participantes, sem qualquer justificação. Perante esta falta de última hora, o grupo organizou-se para assumir os papéis desta participante e fizemos as devidas adaptações. Apesar dos constrangimentos provocados, considero que a necessidade de resposta rápida a este problema reforçou o espírito de equipa e a determinação em realizar uma apresentação de que todas nos orgulhássemos.

A preparação e apresentação deste exercício performativo final foi, para a maioria das participantes, a primeira experiência num espaço teatral, assim como, o primeiro contacto com as diferentes etapas da concepção e produção artística como a passagem de uma sala multiusos para o palco, a adaptação ao som e às luzes, os ensaios, o aperfeiçoamento de cenas, a organização do espaço cénico e o confronto com o público. Para além das

aprendizagens advindas desta experiência inédita, destaco também a experiência emocional vivenciada pelo grupo, o nervoso miudinho, o receio de falhar, a excitação antes da apresentação, e depois, o alívio, a alegria e a sensação de missão bem cumprida.

Considero que esta apresentação pública que aconteceu no dia 12 de Abril, no Auditório do Teatro das Beiras, constituiu um momento essencial do Lab1, uma vez que permitiu às participantes consolidar conhecimentos relativos à IG, enfrentar e resolver problemas individualmente e em colectivo, ampliar a sua confiança pessoal e aprofundar as suas competências criativas e expressivas.

3.2.2.4. A Oficina de Teatro com mulheres desempregadas

O *Empowerment Lab2*, desenvolvido com um grupo de nove mulheres desempregadas, visou potenciar o empoderamento pessoal, a consciência crítica relativa a temas associados à IG e novas atitudes face à situação de desemprego. Neste sentido, defini como objectivos específicos da OT: promover a reflexão e atitude crítica sobre as desigualdades de género e seu impacto, ampliar a consciência de direitos pessoais e profissionais, estimular a sensibilidade, expressão e criatividade artísticas e desenvolver competências aplicáveis ao processo de procura de emprego e vida pessoal.

Ainda com o Lab1 em curso, revi o programa da OT, procurando adequá-lo a este novo grupo. Partindo da análise das fichas de pré-inscrição e diagnóstico compreendi que se tratava de um grupo heterogéneo em termos de idades, experiências e motivações. Assim, atentando às características de cada participante e à situação de desemprego que lhes era comum, planeei dar maior ênfase à primeira unidade programática, “Apresentação de Si”, no sentido de valorizar individualmente cada elemento, gerar aproximação e confiança entre o grupo e, também, para conhecer melhor as participantes. Procurando integrar ao máximo as experiências e conhecimentos das participantes, planeei focar a terceira unidade programática, “Dramaturgias para a Igualdade de Género”, em grandes conceitos abertos à reflexão e exploração performativa. De um modo geral procurei, enquanto monitora, considerando as aprendizagens já adquiridas no Lab1, partir para este novo processo com uma atitude flexível, aberta, atenta e preocupada em provocar uma experiência enriquecedora às participantes.

A primeira sessão da OT aconteceu no dia 19 de Março/2014 e iniciou a unidade programática “Apresentação de Si” dedicada a uma apresentação progressiva das participantes, reveladora de novos sentidos sobre si próprias e geradora de proximidade entre o grupo. No início desta sessão expliquei que através de ferramentas da prática teatral, contaminadas por outras disciplinas, a OT pretendia funcionar como um espaço de aprendizagem e produção de conhecimentos aplicáveis à vida das participantes e, também,

constituir um tempo de evasão do quotidiano. Logo nesta primeira sessão percebi que as participantes manifestavam diferentes formas de relacionamento com o próprio corpo, de concentração e de implicação. De apontar a dificuldade de algumas pessoas em manterem os olhos fechados e em desenvolverem os exercícios em silêncio, sem desencadearem conversas paralelas.

[P]edi às participantes para primeiramente desenharem o seu nome no espaço com a mão e depois exercitarem as diversas possibilidades do movimento delineando o nome no espaço com diferentes partes do corpo. As respostas a este exercício foram bastante diferenciadas, reveladoras do relacionamento de cada participante com a sua própria corporalidade: houve quem se entregasse ao movimento e usufrísse dele e quem limitasse o seu desempenho a movimentos pequenos e de curta duração. (Diário de Bordo pessoal, Lab2, sessão 1)

No entanto, senti em todas as participantes o desejo e a surpresa perante as possibilidades do seu próprio corpo, uma fruição do momento e, ao mesmo tempo, a denúncia latente de que aquela linguagem estava completamente deslocada das suas realidades. Buscando favorecer a relação corporal, a desconstracção e disponibilidade para a sessão, nos momentos de aquecimento procurei levá-las a aprofundar a consciência corporal, vocal e espacial, atentar à relação entre movimentos, músculos e articulações, trabalhar a respiração e a observarem-se a si mesmas e entre si. Muitas vezes os exercícios de aquecimento evoluíam para práticas não planeadas onde, normalmente, eu procurava responder à “ambiência emocional” do grupo ou então corresponder a propostas momentâneas de uma participante.

[O] exercício evoluiu de uma forma que não estava planeada. As participantes exploraram os movimentos por todo o espaço e sugeriram trabalhar-se o encher de um balão, representando uma participante o balão em expansão e as outras o ar que enche o balão. Esta evolução do exercício foi muito positiva, pois permitiu uma exploração de movimentos mais expressiva e criativa. (Diário de Bordo pessoal, Lab2, sessão 4)

Desta vez, perante a manifesta tensão de uma participante, trabalhou-se a respiração como uma “limpeza” de preocupações interiores e “limpou-se” o espaço com deslocacões que procuravam evitar que essas preocupacões o invadissem. (Diário de Bordo pessoal, Lab2, sessão 6)

Procurando introduzir conceitos de uma forma poética e não expositiva, propus ao grupo a sua exploração através de gestualidades. Estes momentos foram, progressivamente, constituindo-se como verdadeiros “diálogos gestuais” que acompanharam toda a OT e contemplaram diferentes conceitos como Mulher, Igualdade, Homem e Sensibilidade. O que mais me interessou neste exercício foi a experiência de abordar conceitos-chave sem recurso à linguagem verbal, em silêncio, apenas através de gestos e do olhar e, também, o facto da integração das novas sequências gestuais nas sequências já criadas ter dado origem a uma espécie de “dicionário gestual do colectivo”.

Com o grupo em círculo, pedi a cada pessoa para propor um gesto que exprimisse o que é para si sensibilidade. Após todas terem proposto um gesto, o grupo reproduziu os diferentes gestos em sequência. Este exercício tem vindo a ser explorado há algumas sessões, a ideia é partir sempre de uma palavra para a composição de gestos no sentido de se criar um dicionário gestual do grupo correspondente a palavras relativas a teatro, igualdade de género e empregabilidade. As participantes manifestam-se entusiasmadas com esta ideia de construção processual de uma coreografia de gestos. (Diário de Bordo pessoal, Lab2, sessão 3)

O recurso ao movimento como meio de diálogo foi recorrente ao longo de todo o processo com este grupo, muito devido ao facto de, nestas primeiras sessões, ter percebido que era uma linguagem que agradava às participantes.

O trabalho de exploração sensorial foi outro dos conteúdos visados nos primeiros encontros, ao qual dediquei uma sessão, procurando que esta forma de conhecer a realidade através dos sentidos proporcionasse às participantes experiências significativas capazes de ampliar a sua imaginação.

Cada sessão desta primeira unidade programática terminou com um desafio criativo que estimulou formas de apresentação pessoal não-formais, potenciou a reflexividade e promoveu o contacto com diferentes expressões.

Partindo da pergunta “Como é que eu me vejo?” e depois “Quais são os meus sonhos?”, o exercício consistiu em criar uma imagem plástica sobre o desenho do contorno do corpo (mapa corporal desenvolvido na sessão anterior) com recurso a pintura e colagens. Foi muito interessante observar o quão diferentes foram as formas e as técnicas usadas por cada participante. A participante que trouxe a filha contou com a sua ajuda, o que reforçou o significado simbólico do exercício. Uma das participantes que normalmente é tímida e reservada, desenvolveu um auto-retrato impressionante com pastel e colagens, mostrando um grande domínio e qualidade técnica. Esta participante acabou por confessar que sempre pintou, mas que entretanto perdeu a motivação para o fazer. (Diário de Bordo pessoal, Lab2, sessão 2)

Como havia programado, esta primeira unidade programática desenvolveu-se em quatro sessões, durante as quais percebi que, normalmente, não era possível desenvolver todos os exercícios planeados porque, para o seu desenvolvimento, as participantes precisavam de mais tempo do que o previsto e, também, porque necessitavam de pausas entre exercícios. Para não quebrar o ritmo, nestas pausas eu procurava que o grupo discutisse temas análogos aos exercícios. Nestas primeiras sessões compreendi que a assiduidade do grupo era muito instável, nunca conseguindo prever quantas e quais participantes iam estar presentes. Estas faltas eram normalmente justificadas com a procura de emprego.

O diminuto número de participantes presentes nas sessões dificultou grandemente o desenvolvimento da segunda unidade programática, “Corporalidade Colectiva”. Procurando adaptar os conteúdos e temas-foco desta unidade às condicionantes, decidi reduzi-la a duas sessões, dedicadas à pesquisa sobre os estereótipos sexuais e à desigualdade de poderes entre mulheres e homens.

Nesta segunda unidade programática, integrei a expressão corporal em exercícios de composição de partituras físicas que introduziram a noção de personagem e onde a expressão teatral surgiu como uma ferramenta de pesquisa artístico-social.

A pesquisa sobre os estereótipos sexuais foi marcada por um conjunto de exercícios a partir de características enunciadas num quadro de estereótipos de género proposto pela socióloga Lígia Amâncio (1994). As apresentações finais deram azo a uma discussão na qual as participantes partilharam concepções e vivências associadas aos estereótipos de género relativos às mulheres e aos homens. Os estereótipos relativos aos homens foram uma referência constante, mostrando-se as participantes conscientes de que os estereótipos enraizados também são limitativos para os homens.

As pesquisas sobre o foco temático “Porque é que existe desigualdade de poderes entre mulheres e homens?”, incidiram sobre uma sequência de exercícios de expressão vocal e corporal a partir das frases depreciativas sobre as mulheres já trabalhadas na OT do Lab1. Após estes exercícios as participantes manifestaram que para elas tinha sido muito difícil trabalhar frases “contra si próprias”. A exploração deste tema também recorreu à leitura de excertos de algumas obras²⁵, a partir dos quais cada participante preparou uma leitura expressiva que apresentou no espaço cénico. Após as leituras discutiu-se o tema, cada participante partilhou experiências de vida e mostrou porque é que na sua concepção existe desigualdade entre mulheres e homens.

Entre os diferentes assuntos desta discussão, as participantes falaram da existência de sociedades matriarcais; de tempos ancestrais nos quais o homem predominava na caça, nas guerras e no manejo de instrumentos; de como durante séculos a maternidade fragilizou a mulher; da capacidade das mulheres darem à luz como uma forma de poder; de estereótipos castradores tanto para mulheres quanto para homens; das dificuldades enfrentadas pelas mulheres que desempenham cargos de chefia; do papel das mulheres na mudança de paradigmas e na forma como elas próprias alimentam os preconceitos. (Diário de Bordo pessoal, Lab2, sessão 6)

A situação de desemprego e as dificuldades da procura de emprego foram temas recorrentes nestas conversas de grupo, na maioria das vezes desencadeadas por estados emotivos sugeridos pelo desenvolvimento dos próprios exercícios.

O exercício seguinte trabalhou a concentração, coordenação, escuta e respiração colectiva através da exploração de uma movimentação conjunta onde se procurou que o grupo agisse como um todo com consciência da individualidade. (...) No fim do exercício uma das participantes confessou que as repetições de movimentos a entristecem porque as associa à rotina do seu dia-a-dia. (Diário de Bordo pessoal, Lab2, sessão 7)

²⁵ À semelhança da OT do Lab1, as obras trabalhadas foram: *Segundo Sexo* vol.II de Simone Beauvoir, *Um quanto só para si* de Virginia Woolf, *Dominação Masculina* de Pierre Bourdieu e *Dicionário de crítica feminista* (conceitos: Androcentrismo e Patriarcado) organizado por Ana G. Macedo e Ana L. Amaral.

Ao longo desta unidade programática, três das participantes conseguiram emprego e duas foram chamadas para formações profissionais para as quais estavam em lista de espera, ficando o grupo reduzido a quatro participantes. Para integrar mais participantes, a equipa do projecto decidiu apostar numa nova divulgação do laboratório, mas esta iniciativa não teve qualquer retorno. Decidi então apostar nos aspectos positivos de trabalhar com um grupo tão reduzido e procurar ao máximo que isso revertesse a favor das participantes.

Em “Dramaturgias da Igualdade de Género”, desafiei o grupo a construir um universo simbólico comum associado à IG, partindo do teatro como meio de reflexão e acção sobre a realidade. Aqui orientei a pesquisa criativa para três temas foco: “Conceitos de IG Visibilidade, Poder, Participação e Igualdade”, “Dimensões da IG” e “De Mim para o Mundo”.

Nestas sessões partilhei com as participantes algumas obras literárias e artísticas que funcionaram como subtexto dos conteúdos trabalhados. Procurando que compreendessem as artes como meio de Visibilidade, Poder, Participação e Igualdade mostrei obras de artistas plásticas, fotógrafas e *performers*²⁶, à luz das quais discutimos estes conceitos e expusemos perspectivas individuais. Partilhei também algumas obras literárias²⁷ para as participantes lerem fora das sessões e discutirmos na oficina.

No tema-foco “Conceitos de Igualdade de Género”, as participantes começaram por desenvolver um *brainstorming* de acções relativas aos quatro conceitos Visibilidade, Poder, Participação e Igualdade, que foi depois ponto de partida para a expressão corporal. Aqui propus também que as participantes trouxessem objectos que relacionassem com estes conceitos no sentido de os integrar nos exercícios. Foi muito interessante observar as relações objecto-conceito estabelecidas, por exemplo, os objectos associados a Poder foram livros e cartões de crédito.

O tema “Dimensões da Igualdade de Género” aprofundou as pesquisas no âmbito da IG relativa ao trabalho e emprego. Aqui o grupo focou-se em três temas específicos: disparidades salariais, partilha de responsabilidades e tarefas domésticas e familiares e desequilíbrio de representação nas diferentes categorias profissionais. A pesquisa sobre estes temas incluiu a leitura de alguns artigos jornalísticos a partir dos quais se desenvolveram improvisações teatrais.

A última sessão da unidade temática “Dramaturgias para a Igualdade de Género” teve como tema-foco “De mim para o mundo” e visou a reflexão das participantes sobre a sua

²⁶ As imagens mostradas pertenciam a obras das artistas: Aino Kannisto, Ana Maria Maiolino, Ana Mendieta, Artemisia Gentileschi, Betye Saar, Francesca Woodman, Frida Kahlo, Guerrilla Girls, Hannah Hoch, Louise Bourgeois, Nancy Spero, Niki de Saint Phalle, Paula Rego e Zanele Muholi

²⁷ Estas obras foram: os livros *Novas Cartas Portuguesas* de Maria Teresa Horta, Maria Isabel Barreno e Maria Velho da Costa e *O segundo Sexo* de Simone Beauvoir e excertos de *From man to man* de Olive Schreiner e de *Blood, Bread and Poetry: Selected Prose* de Adrienne Rich.

vida, anseios e expectativas. Esta sessão partiu de um exercício de expressão escrita onde cada participante escreveu uma carta a si própria, que foi depois explorada criativamente.

Cada participante seleccionou palavras significativas da sua carta, após o que, com o grupo em círculo, trabalhamos a expressão destas palavras corporalmente. As palavras propostas foram: “muda de vida”, “acordar o mundo” e “sombra”. O grupo ficou visivelmente agradado com este exercício, empenhando-se na criação dos movimentos que acabaram por se transformar em pequenas coreografias de grupo. No fim do exercício as participantes quiseram registrar por escrito as sequências de movimentos. Destes registos resultaram uma espécie de *poemas para movimento*. (Diário de Bordo pessoal, Lab2, sessão 9)

Na continuação da exploração das cartas pessoais introduzi a técnica do teatro de sombras. Para tal, improvisei um “laboratório” de sombras com uma tela e um projector, que permitiu a cada participante desenvolver experiências e criar pequenas cenas. A linguagem do teatro de sombras suscitou o interesse e envolvimento das participantes que manifestaram vontade de continuar este trabalho.

A unidade programática “Dramaturgias para a Igualdade de Género” desenvolveu-se ao longo de três sessões conforme o previsto, conseguindo-se alcançar os objectivos propostos. Entretanto, uma das participantes desistiu porque conseguiu encontrar emprego. O grupo ficou com três participantes, assíduas desde início.

Na última unidade programática, “Processo de Criação Colectiva”, durante três sessões, as participantes envolveram-se na preparação de um exercício performativo a apresentar publicamente. Na primeira sessão uma participante manifestou receio em relação à exposição pessoal que a apresentação implicava. Eu e as outras participantes procurámos mostrar-lhe como a apresentação podia reforçar a sua confiança e como era importante divulgar o trabalho desenvolvido. A motivação das colegas foi essencial para acalmar esta participante que acabou por admitir que, se por um lado se sentia nervosa com a exposição pública, por outro, esse desafio dava-lhe ânimo. Nas sessões seguintes procurei garantir que todas se sentiam confortáveis com o processo de criação da apresentação final.

Começámos pela criação de um fio condutor de todo o processo vivenciado pelo grupo.

Antes das participantes chegarem dispus pelo chão da sala materiais que foram sendo produzidos ao longo do laboratório (...), livros com que trabalhamos e objectos usados em improvisações. Procurando uma retrospectiva de todo o processo, começámos por visualizar fotografias relativas a momentos de diferentes sessões, onde pedi às participantes para irem tomando nota dos momentos que considerassem mais significativos. Após a visualização, o grupo instalou-se à volta dos vários materiais e desenvolveu-se uma conversa sobre as expectativas de cada uma em relação ao exercício de apresentação final. (Diário de Bordo pessoal, Lab2, sessão 10)

Partindo das propostas das participantes, passámos à sua selecção e fixação sob a forma de guião. Definimos que a apresentação seria composta por uma introdução onde

uma participante apresentaria o laboratório, quatro cenas em sombra acompanhadas pela leitura de excertos de obras abordadas²⁸ e uma cena composta pelas frases coreográficas desenvolvidas a partir das cartas pessoais. Também se decidiu que surgiriam em voz *off* excertos de textos escritos pelas participantes. As cenas que integraram o guião foram aperfeiçoadas nas duas sessões seguintes.

Definiu-se que cada uma ficaria responsável pela leitura de um texto e pela criação de uma cena em sombra de outro texto, desempenhadas pelas outras duas participantes. Estipularam-se os conceitos-motores de cada uma destas cenas, a movimentação e os adereços necessários. (...) No momento final da sessão, as participantes fizeram a gravação áudio de alguns excertos dos textos pessoais (Carta de Mim para Mim e textos do diário de bordo) que serão introduzidos na paisagem sonora da apresentação. (Diário de Bordo pessoal, Lab2, sessão 11)

Passou-se ao aprimoramento das cenas que recorrem à linguagem do teatro de sombras, trabalhando-se os movimentos, os ritmos, a manipulação de objectos e a criação de ambiências visuais (cores, efeitos, etc). As participantes manifestam especial agrado no trabalho com as sombras, participando de forma enriquecedora e construtiva. Seguiu-se o aperfeiçoamento da leitura dos textos, com atenção à articulação, ao ritmo e às pausas. (Diário de Bordo pessoal, Lab2, sessão 12)

A apresentação foi antecedida de uma sessão extra para ensaios no palco. Uma vez que a apresentação representou para as participantes a sua primeira experiência teatral, todos os momentos foram rodeados de alguma ansiedade que procurei colmatar procurando que esta experiência fosse vivida com fruição. Neste sentido, integrei o grupo em todos os momentos de preparação da apresentação. Para além da adaptação ao palco e dos ensaios, as participantes colaboraram com a afinação das luzes e do som e com o panejamento e limpeza do espaço. Aqui foi essencial a colaboração de Jay Colin, o técnico de luz, Rui Gonçalves, do som, e de Agueda Simó, responsável pelo vídeo documental. Este espírito de equipa muito contribuiu para reforçar a confiança das participantes.

A apresentação pública realizou-se no dia 28 de Junho, no Auditório do Teatro das Beiras. Este momento foi essencial no processo do laboratório uma vez que permitiu às participantes apresentar e consolidar conhecimentos e competências desenvolvidas, aprofundar a sensibilidade, expressão e criatividade artísticas e ampliar a sua auto-estima e confiança pessoal, aspecto para que muito contribuiu o *feedback* do público.

²⁸ Os excertos integrados no exercício de apresentação final foram extraídos das obras: *Novas Cartas Portuguesas* de Maria Teresa Horta, Maria Isabel Barreno e Maria Velho da Costa; *O segundo Sexo* vol.II de Simone Beauvoir; *From man to man* de Olive Schreiner e *Blood, Bread and Poetry: Selected Prose* de Adrienne Rich.

4.

Apresentação e Discussão dos Resultados

Considero como resultado principal do meu estágio a efectivação da concepção e monitorização das duas OT dirigidas aos dois grupos-alvo, objectos de reflexão deste relatório. No sentido de avaliar a sua eficácia irei apresentar e discutir os resultados das OT a partir de cinco componentes avaliativas do processo: 1) participação dos grupos, 2) apresentações públicas, 3) avaliação intercalar e avaliação final, 4) sessões de prospecção final e 5) produtos de disseminação.

4.1. Participação dos Grupos

Como referi na “Descrição do processo das OT”, a assiduidade foi o factor de participação que maiores dificuldades me levantou ao longo da realização das duas OT.

A OT com as estudantes universitárias começou com treze elementos e terminou com nove. Mais do que a desistência de quatro pessoas, o que dificultou o desenvolvimento das sessões foi a inconstância das presenças. O facto de ter estipulado duas faltas como limite não foi respeitado pela maioria que justificava a ausência com afazeres relativos à actividade académica ou por motivos de doença. Saliento, no entanto, que, com a aproximação da apresentação final as participantes tornaram-se mais assíduas.

Em relação ao grupo de mulheres desempregadas, este problema foi ainda mais grave. A OT começou com nove elementos que, na sua maioria, desde as primeiras sessões, se revelaram pouco assíduos. Como aconteceu com o primeiro grupo, o limite de faltas não foi respeitado pela maioria que justificava as suas ausências com a procura de emprego ou encargos familiares. No último mês o grupo reduziu-se a três participantes. As participantes que desistiram apresentaram como justificação a obtenção de emprego e a integração em formações profissionais.

O problema da assiduidade foi longamente discutido entre a equipa do projecto. Previasse alguma inconstância dadas as características dos grupos-alvo, principalmente das mulheres desempregadas que, a qualquer momento, poderiam obter emprego. Como expliquei, nas OT procurei colmatar a falta de assiduidade contactando as pessoas ausentes e elaborando planos de sessões flexíveis e adaptáveis ao número de pessoas presentes.

Quanto à qualidade da participação durante as sessões, as participantes revelaram motivação e empenho no desenvolvimento dos exercícios e, aquelas que concluíram o processo, mostraram entusiasmo e sentido de responsabilidade em relação às apresentações públicas.

4.2. Apresentações Públicas

As OT tiveram como resultado público a apresentação de dois exercícios performativos. A apresentação pública do Lab1, aconteceu no dia 12 de Abril, pelas 21h30, no Auditório do Teatro das Beiras. Este exercício performativo, com cerca de trinta minutos de duração, abriu o processo de pesquisa multidisciplinar vivenciado pelas participantes, partilhando algumas das suas mais significativas experiências e reflexões, e propôs um espaço de promoção da IG (c.f. Anexos, A.5.1. DVD - Vídeo do Exercício Performativo Final do Lab1). Esta apresentação contou com 41 espectadores e espectadoras e terminou com uma conversa entre as participantes e o público, moderada por mim. Aqui as participantes responderam a perguntas relativas ao processo do laboratório e à apresentação em si que permitiu ao público conhecer melhor o contexto e objectivos dos *Empowerment Labs*. Enquanto monitora da OT, senti-me verdadeiramente gratificada com a prestação das participantes na apresentação, pelo rigor, concentração e empenho que demonstraram. Na reunião após a apresentação, a equipa do projecto partilhou esta mesma opinião.

Durante o Lab1 surgiram dois convites para apresentação do exercício performativo em eventos organizados por estudantes da UBI, o “Expand Your Mind” (1 de Maio), uma mostra organizada por estudantes de moda, e o sarau organizado por estudantes de Ciências Farmacêuticas (22 de Maio). O grupo foi receptivo a estes convites, que possibilitaram a integração de duas participantes que não estiveram na primeira apresentação. Na preparação destas apresentações procurei ao máximo dar autonomia ao grupo nos ensaios e na adaptação aos espaços. Ambas as apresentações contribuíram de forma inequívoca para ampliar a experiência do grupo e alargar o campo de acção do projecto.

A apresentação pública do Lab2 realizou-se a 28 de Junho, pelas 21h30, também no Auditório do Teatro das Beiras. Partindo dos conceitos Poder, Participação, Visibilidade e Igualdade, este exercício propôs uma reflexão poética sobre o universo laboral e as situações de desigualdade que lhes estão associadas, numa perspectiva feminina. Considerando o difícil contexto económico-social que Portugal atravessa actualmente, esta apresentação constituiu um verdadeiro espaço de sensibilização para o impacto do desemprego feminino. A apresentação do exercício performativo teve cerca de trinta minutos, contou com cerca de vinte espectadores e espectadoras e terminou com uma conversa com o público (c.f. Anexos, A.5.1. DVD - Vídeo do Exercício Performativo Final do Lab2). Nesta conversa, moderada por mim, as participantes responderam a perguntas sobre o processo, a apresentação em si e sobre o impacto que esta experiência teve nas suas vidas. O público elogiou a qualidade da apresentação e discutiram-se alguns problemas actuais relativos à igualdade de oportunidades profissionais entre mulheres e homens e ao

desemprego feminino. No fim, as participantes mostraram-se felizes com o seu desempenho e compensadas com todo o processo. Pessoalmente, senti-me muito emocionada ao assistir à performance que resultou verdadeiramente bem. Aqui realço que o empenho, entereajuda, entusiasmo e dedicação das participantes durante a preparação do exercício performativo estiveram bem presentes no momento da apresentação.

4.3. Sessões de Prospecção Final

Cerca de 15 dias após a apresentação final reuni com as participantes do Lab1 para prospecção sobre o processo, visualização do vídeo da apresentação e preparação das apresentações extra. Neste encontro as participantes revelaram uma capacidade de análise técnica, poética e conceptual do exercício performativo que não tinha acontecido até então. Percebi então que a apresentação foi um momento chave para que as participantes se apropriassem dos objectivos do laboratório, integrassem conceitos relativos à prática teatral e, ao mesmo tempo, adquirissem um discurso de descodificação artística.

No encontro de prospecção do Lab2, cerca de 15 dias após a apresentação final, desenvolvi com as participantes uma reflexão sobre todo o processo acompanhada pela visualização do vídeo da apresentação e pela realização da ficha avaliação final. Discutiu-se também a hipótese de fazer uma nova apresentação do exercício performativo na acção de encerramento do projecto NÓS em Outubro. As participantes foram receptivas à proposta, manifestando-se agradadas com esta extensão do projecto.

Após as intensas sessões de preparação da apresentação final, estes encontros de prospecção foram importantes para os grupos consolidarem e integrarem o processo no seu todo e, também, para perspectivarmos possíveis extensões do trabalho desenvolvido.

4.4. Avaliação Intercalar e Avaliação Final

A eficácia dos *Empowerment Labs* foi analisada através de dois momentos de avaliação junto das participantes que procuraram analisar se a participação nos laboratórios se traduziu na aquisição de novos conhecimentos e competências e quais, o impacto produzido na vida das participantes e a sua opinião sobre o projecto.

As avaliações desenvolveram-se a meio do processo e após a sua finalização através de uma ficha composta por dois quadros, o primeiro para auto-avaliação de conhecimentos e competências e o segundo para avaliação do laboratório. Ambos os quadros apresentam critérios de análise correspondentes aos objectivos dos *Empowerment Labs*, que as participantes classificaram segundo os níveis “muito insuficiente”, “insuficiente”, “bom” e

“muito bom”. As fichas dos dois momentos avaliativos foram iguais procurando-se que uma correlação entre elas permitisse uma mais correcta leitura de resultados.

A avaliação intercalar do Lab1 aconteceu em Março numa sessão da OT e a avaliação final, enviada por *e-mail* a cada participante, em Junho. Estes dois momentos de avaliação decorreram dentro dos prazos estipulados, considerando-se que os seus resultados contribuíram efectivamente para compreender a recepção do laboratório junto das participantes. A avaliação intercalar do Lab2 foi afectada pelas dificuldades em consolidar o grupo, sendo realizada em Maio, também numa sessão da OT, apenas junto de três participantes (as mesmas que finalizaram o processo), e a avaliação final aconteceu em Julho no encontro para prospecção.

Cada uma das fichas avaliativas foi acompanhada por um questionário ao qual as participantes responderam por escrito e que, de uma forma mais directa, permite compreender como é que cada participante traduz a sua experiência no laboratório.

4.4.1. Auto-avaliação de conhecimentos e competências

Em termos de auto-avaliação, no âmbito das OT, destaco os resultados relativos aos critérios: “Conhecimentos sobre Igualdade de Género”, “Competências de Comunicação (expressão e percepção)”, “Capacidades Criativas” e “Capacidades de Trabalho em Equipa”.

No respeito à auto-avaliação de conhecimentos e competências do grupo do Lab1, em termos de “Conhecimentos sobre Igualdade de Género” a auto-avaliação intercalar mostrou que 50% das participantes manifestaram deter bons conhecimentos, 30% muito bons e 20% insuficientes. Na auto-avaliação final c.55% das participantes manifestaram muito bons conhecimentos e c.44% bons conhecimentos. Nas “Competências de Comunicação (expressão e percepção)” a auto-avaliação intercalar mostrou que 80% manifestaram deter boas competências, 10% muito boas competências e 10% insuficientes. A auto-avaliação final apresentou c.55% com muito boas competências e c.44% com boas competências. Nas “Capacidades Criativas” a auto-avaliação intercalar mostrou que 60% manifestaram deter boas capacidades, 20% muito boas e 20% insuficientes. A auto-avaliação final apresentou c.89% com boas capacidades, embora a percentagem de participantes com muito boas capacidades tenha baixado de 20% para c.11%. Finalmente, em termos de “Capacidades de Trabalho em Equipa” a auto-avaliação intercalar mostrou que 50% manifestaram deter muito boas capacidades e 50% boas. A auto-avaliação final apresentou c.67% com muito boas capacidades e c.33% com boas capacidades.

Conforme está patente nos resultados expostos, a partir da correlação entre a auto-avaliação final e a auto-avaliação intercalar do Lab1, concluo que o *Empowerment Lab*

contribuiu significativamente para a ampliação dos níveis de conhecimento e competências das participantes nestes âmbitos.

Em relação ao Lab2²⁹ em termos de “Conhecimentos sobre Igualdade de Género” a auto-avaliação intercalar mostrou que as participantes manifestaram deter bons conhecimentos e a auto-avaliação final mostrou que houve um aumento no nível de conhecimentos em relação à auto-avaliação anterior, passando para “muito bom” em todas as participantes. Nas “Competências de Comunicação (expressão e percepção)” e nas “Capacidades de Trabalho em Equipa” a auto-avaliação intercalar mostrou que as participantes manifestaram deter boas competências e capacidades, mostrando a auto-avaliação final que estes níveis se mantiveram, embora numa participante tenha baixado de “muito bom” para “bom”. Nas “Capacidades Criativas” a auto-avaliação intercalar mostrou que as participantes manifestaram deter boas capacidades e a auto-avaliação final apresentou níveis exactamente iguais à auto-avaliação anterior.

Como se verifica pelos resultados apresentados, a correlação entre a auto-avaliação intercalar e final do Lab2 não apresentou diferenças substanciais, o que se pode justificar pela aproximação temporal entre as duas avaliações e, também, pelo facto da auto-avaliação final não distar muito do dia da apresentação final (por motivos de agenda do próprio projecto) não permitindo ainda uma verdadeira assimilação da experiência.

4.4.2. Avaliação do laboratório

Da avaliação do laboratório, no contexto das OT, apresento os resultados das avaliações finais relativos aos critérios: “Fortalecimento do bem-estar pessoal e social”, “Desenvolvimento de reflexões críticas”, “Desenvolvimento das capacidades de expressão e criatividade”, “Desenvolvimento das capacidades de participação social”, “Desenvolvimento de competências aplicáveis à vida profissional” e “Desenvolvimento da sensibilidade artística”.

Na avaliação final do laboratório do grupo do Lab1 em termos de “Fortalecimento do bem-estar pessoal e social” as participantes manifestaram que o laboratório contribuiu a um nível muito bom c.89% e a um nível bom c.11%. Para o “Desenvolvimento de reflexões críticas” as participantes manifestaram que uma contribuição a um nível muito bom c.78% e a um nível bom c.22%. Para o “Desenvolvimento das capacidades de expressão e criatividade” as participantes manifestaram uma contribuição a um nível muito bom c.44% e a um nível bom c.55%. Para o “Desenvolvimento das capacidades de participação social” as

²⁹ Dado o número reduzido de participantes avaliadas – 3 -, não se justifica traduzir os resultados em percentagens, pelo que recorro aos níveis de classificação.

participantes manifestaram uma contribuição a um nível muito bom c.55% e a um nível bom c.44%. Para o “Desenvolvimento de competências aplicáveis à vida profissional” as participantes manifestaram uma contribuição um nível muito bom c.33%, a um nível bom c.55% e a um nível insuficiente 11%. Finalmente, para o “Desenvolvimento da Sensibilidade Artística” as participantes manifestaram que o laboratório contribuiu a um nível muito bom c.44% e a um nível bom c.55%.

A correlação entre a avaliação intercalar e a avaliação final do laboratório das participantes do Lab1 mostrou uma notável subida e uma avaliação francamente positiva, apenas no critério “Desenvolvimento de competências aplicáveis à vida profissional” houve uma pequena percentagem que considerou que a contribuição do laboratório foi insuficiente. Este aspecto foi manifestado por algumas participantes que desejavam aprofundar competências de empregabilidade associadas às suas áreas de estudo, algo que dificilmente aconteceria neste contexto.

No que respeita à avaliação final do laboratório pelo grupo do Lab2, em termos de “Fortalecimento do bem-estar pessoal e social” e “Desenvolvimento da Sensibilidade Artística” as participantes manifestaram que o laboratório contribuiu a um nível “muito bom”. Em relação aos critérios “Desenvolvimento de reflexões críticas”, “Desenvolvimento das capacidades de expressão e criatividade”, “Desenvolvimento das capacidades de participação social” e “Desenvolvimento de competências aplicáveis à vida profissional” as participantes manifestaram que o laboratório contribuiu a um nível “bom”.

De uma forma geral, a correlação entre a avaliação intercalar e a avaliação final do laboratório das participantes do Lab2 mostrou uma descida nos níveis de avaliação, de “muito bom” na avaliação intercalar para “bom” na avaliação final. Não desconsiderando estes resultados, que classificam o laboratório como “bom”, penso, que este facto pode estar relacionado com uma maior consciência dos critérios por parte das participantes e, daí, uma capacidade de avaliação mais coerente.

4.4.3. Questionários

Para a avaliação das OT, considero que, mais do que as fichas avaliativas, as respostas aos questionários permitem uma melhor compreensão da percepção das participantes em relação à sua própria experiência de participação.

Considerando pertinente expor testemunhos efectivos das participantes, cuja experiência é afinal a base deste relatório, apresento de seguida algumas das respostas ao Questionário

da Avaliação Final³⁰. Realço que estas respostas foram elaboradas por escrito, daí o seu carácter reflexivo.

Pergunta 1.: *Pensas que o laboratório contribuiu para aumentar a tua autoconfiança e capacidade de resiliência? Se sim, de que forma?*

Um dos principais motivos que fez com que a minha autoconfiança aumenta-se foi (...) [o] facto de sermos um grupo unido, dispostas a ajudarmo-nos (...) e trabalharmos todas sempre em busca do mesmo objectivo (...). Todas nós tínhamos experiências de vida muito diferentes começando logo por (...) frequentar[mos] vários cursos da UBI, o que fez com as ideias e as iniciativas surgidas ao longo do laboratório fossem muito criativas e se completassem umas às outras. No meu caso, no princípio (...), sentia-me muito reticente em relação à minha prestação e ao meu contributo para o grupo, mas com o decorrer das sessões e com o apoio que tive por parte do grupo senti que tinham confiança em mim e assim consegui ultrapassar muitos (...) receios nomeadamente alguma timidez e depositar mais confiança em mim. **K.Lab1**

(...) Ganhei mais conhecimento acerca do assunto [Igualdade de Género], e dos diversos acontecimentos que surgem em nosso redor constantemente que nem tinha plena consciência (...) por serem tão comuns (...). Agora é impossível olhar para essas situações de forma indiferente, e consigo sim ter uma melhor [capacidade] crítica e confiança para defender aquilo que a que chamamos de Direitos. **I.Lab1**

Sim. A descoberta de outros pontos de vista e outros modos de olhar o mundo fazem-me sentir mais preparada e capaz de enfrentar e solucionar os desafios do dia-a-dia, assim como os relacionados com o emprego e relações profissionais. **H.Lab2**

Pergunta 2. Lab1: *Pensas que o Empowerment Lab1 contribuiu para a tua vida pessoal e académica e para a tua futura inserção no mercado de trabalho? Se sim, de que forma?*

Sim, pelo trabalho em equipa e sensibilidade de olhar e ver não só com os olhos mas com todos os sentidos. Foi um apurar de sentidos e sensibilidades, para uma vida em comunidade/sociedade mais consciente. **A. Lab1**

O Empowerment Lab1 para além de ter efeito a curto prazo na vida pessoal e académica, veio essencialmente mudar e fundamentar perspectivas alternativas àquelas que infelizmente a sociedade na sua maioria ainda adopta. Ao tornar-nos conscientes desta realidade, esta formação tornou-nos mais críticas, mais analíticas, mais ponderadas e mais sensibilizadas para estas temáticas com as quais convivemos diariamente. Acredito que na futura inserção no mercado de trabalho e contexto laboral, muitas vezes me vá recordar de conteúdos aqui explorados e debatidos, e aí... serei um membro com mais potencialidades para se demonstrar activo na mudança moral e de ética social. **F.Lab1**

Pergunta 2. Lab2: *Pensas que participar no Empowerment Lab2 constituiu uma mais-valia para a tua vida pessoal e/ou para o processo de procura de emprego? Se sim, de que forma?*

³⁰ Embora a maior parte das perguntas deste questionário sejam iguais para os dois grupos, algumas foram adaptadas às características de cada um.

Sim, foi uma mais-valia para a minha vida pessoal pois o Empowerment Lab2 serviu para me “abrir” para o mundo e ser mais segura no que faço e digo e, claro, deu-me mais estabilidade pessoal e intelectual, digamos mesmo, mais paz de espírito. **D.Lab2**

Quando entrei no projecto não fazia ideia do que iria ser. Quando me comecei a aperceber fiquei motivada o suficiente para ansiar pelo dia do laboratório. Levo alguns ensinamentos para a minha vida pessoal como “respirar e perceber porque algo correu mal” ou “aceitar e corrigir as minhas falhas” ou ainda, “respeitar os enganos dos outros, sem julgar”. (...) São situações importantes tanto no campo pessoal como profissional. **H.Lab2**

Pergunta 2.1. Lab2: *Pensas que o laboratório contribuiu para ampliar o teu poder de análise crítica sobre questões relativas à igualdade de género? Se sim, de que forma?*

Sim, as questões relativas à igualdade de género não “chegam” a todos da mesma forma. Considero até que este laboratório devia chegar à população em geral e não apenas a mulheres desempregadas ou universitárias. A maneira como as temáticas são expostas leva a uma perspectiva diferente (no meu caso!) do que é (...) igualdade de género, ou melhor, da desigualdade existente na sociedade e que poucos identificam. **H.Lab2**

Pergunta 3.: *Considerando todo o processo de desenvolvimento do Empowerment Lab indica quais foram para ti os momentos mais significativos.*

É difícil indicar um momento em específico, no entanto o meu pensamento vai para a carta ao futuro que trabalhámos e em que realmente podemos conhecer-nos umas às outras, as nossas ambições, as nossas preocupações. No entanto terei que indicar outro momento que foi apresentação (...) no Teatro das Beiras onde senti um turbilhão, se é que se possa utilizar tal palavra, mas é de facto o que senti... desde o nervosismo, ao apoio que sentimos e ao companheirismo. **H.Lab1**

Talvez tenham sido aqueles em que nos era proposto criar mini-performances – o que apelava à nossa criatividade e ao saber trabalhar em equipa. Os momentos mais intimistas também foram marcantes como foi o caso da leitura das cartas, e por último, a apresentação final no Teatro das Beiras. **L.Lab1**

Os momentos mais significativos foram as sessões em que se mostrou e se discutiu exemplos de casos relacionados com o assunto [igualdade de género]. Gostei também de trabalhar a parte corporal em que nos consciencializámos de pequenas acções que são praticadas diariamente tanto pelo homem como pela mulher. **I.Lab1**

[N]unca me irei esquecer de andar a vaguear pela sala ao som da música e a desenhar com o cotovelo. **E.Lab1**

O contacto com algumas técnicas de teatro, a disciplina que o teatro exige, a apresentação final (que eu não me achava capaz de fazer!). Sim, o melhor foi conhecer pessoas extraordinárias com as quais tive o privilégio de trabalhar, rir, contracenar, sorrir. **H.Lab2**

4.5. Produtos de Disseminação

Os produtos de disseminação das OT pretendem transformar os registos de um processo iminentemente prático em matéria de conhecimento passível de divulgação.

Considero produtos de disseminação o blogue, o vídeo das apresentações finais, o vídeo documental sobre os *Empowerment Labs* e este mesmo Relatório de Estágio.

O processo das OT está registado na íntegra no blogue do projecto³¹. Este espaço *on-line* partilha o trabalho realizado sessão a sessão através de fotografias e pequenas memórias descritivas. Durante as OT o blogue representou uma outra forma das participantes interagirem com o processo.

O vídeo das apresentações finais permite contactar com um resultado do processo artístico-pedagógico vivenciado pelo grupo, constituindo em simultâneo material de promoção da IG; tal como o vídeo documental sobre os *Empowerment Labs*, concebido por Agueda Simó, que reflecte sobre todo o processo laboratorial desenvolvido com os dois grupos e constitui um importante documento audiovisual de disseminação do projecto .

Este Relatório de Estágio representa uma excelente oportunidade de reflexão, registo e partilha de todo este processo no contexto científico, artístico e pedagógico da Escola Superior de Teatro e Cinema, no quadro do Mestrado em Teatro, especialização em Teatro e Comunidade.

³¹ www.nosprojetoacaosocialeartistica.wordpress.com

5. Reflexões Finais

“Onde reinventar o gesto e a palavra? Tudo está invadido pelos significados antigos, e nós própri[a]s, e nós mulheres que pretendemos revolucionar, até aos ossos, até à medula?” (Barreno, Horta e Costa, 2010, p.199) Reencontrei-me com estas palavras já a meio do processo de implementação das OT. Então e sobretudo agora, sinto que elas contêm as grandes interrogações que me acompanharam no processo de concepção e monitorização destas oficinas. Poderá o teatro, através da sua capacidade de reinventar gestos, palavras e significados, funcionar como meio de consciencialização para a IG? Como aplicar o teatro à IG tendo em conta os desejos, necessidades e especificidades dos dois grupos de mulheres participantes? Como poderá o teatro dialogar com estas mulheres e levá-las a aprofundar o diálogo consigo próprias e com o mundo? Estaremos nós, mulheres do séc.XXI, cientes que ainda temos que pretender revolucionar e que o temos de fazer desde dentro?

Aquelas palavras, escritas em 1972, antes da revolução de 1974, portanto, antes de em Portugal ser possível a todas as mulheres poderem votar, estão entre os textos explorados nas OT, fazendo inclusivamente parte do exercício performativo final do Lab2.

Reinventar gestos e palavras, aluir “significados antigos”, é o que têm vindo a fazer mulheres e homens para quem a “igualdade” é uma reivindicação de todos os dias, na esfera pública e privada, nos relacionamentos sociais e pessoais. Aqui o pessoal é definitivamente político, porque ao enunciar mulheres e homens, enuncio toda a humanidade e cada mulher e homem, na sua conjuntura específica, um tempo e um lugar de desejos e necessidades, sempre em movimento como o mundo.

Reinventar gestos e palavras é o que parece procurar toda a prática artística na sua (re)construção criativa de significados. O teatro, por ser um exercício do gesto e da palavra por excelência, será pois um universo privilegiado para sentir “o poder da prática artística para imaginar novas formas de ver os nossos lugares no mundo” (Kuppers e Robertson, 2007, p.152, tradução minha) e, também, para criar novos lugares no mundo.

No enalço das práticas artísticas que visam criar impacto na realidade social, o meu trabalho de estágio pesquisou a possibilidade de aplicar o teatro como meio de i) consciencialização para a IG junto de dois grupos diferentes de mulheres e de ii) disseminação dos conhecimentos apreendidos em contexto laboratorial junto da comunidade. Partindo desta agenda temática tão específica, procurei, portanto, compreender como é que o teatro funciona como meio de transmissão, produção e disseminação de conhecimento. Para tal tive necessidade de, primeiramente, eu própria, me instruir sobre a IG, momento que considero fundamental para a implementação das OT. Assim, para aplicar o teatro a esta dimensão temática pré-estabelecida procedi a uma necessária pesquisa de referenciais teórico-práticos que me permitiu apropriar desta temática e, a partir daí, construir um programa artístico-pedagógico que, além de aplicar o

teatro à IG, potencia-se a sua problematização. O momento de pesquisa foi também nuclear para traduzir conceitos, informações e conteúdos em exercícios de expressão e criatividade passíveis de ampliar competências comunicativas, criativas, sociais e intelectuais aplicáveis à vida pessoal, académica e profissional das participantes.

Outro aspecto ao qual procurei responder foi como potenciar junto das participantes um processo de pesquisa que aliasse as dimensões social e artística inerentes ao projecto. Penso que aqui a criação colaborativa e as apresentações públicas foram essenciais para disseminar o impacto social do projecto e, também, para que as participantes assimilassem todo o processo, traduzindo-o num objecto performativo final. Parece-me importante sublinhar a forma como as apresentações públicas, constituindo-se como mediadoras entre a prática laboratorial e a sua transmissão, ampliaram as dimensões pedagógica, artística e social, possibilitando ao público tornar-se participante deste processo.

[W]hen the most artistically successful instances of pedagogy-as-art today manage to communicate an educational experience to a secondary audience, it is through modes that are time-based or performative. (...) The secondary audience is ineliminable, but also essential, since it keeps open the possibility that *everyone* can learn something from these projects: it allows specific instances to become generalisable, establishing a relationship between particular and universal (...) (Bishop, 2012, p.272).

Perante o conjunto de resultados apresentado no corpo deste relatório, penso que foram atingidos os objectivos específicos propostos para o meu estágio que foram: i) construir um programa de conteúdos que, em diálogo com a IG, articulasse a dimensão artística com a social no sentido do *empowerment* através da arte, ii) desenvolver um processo de experimentação artística dirigido à implicação, consciencialização e valorização das participantes e iii) potenciar a criação colectiva de dois exercícios performativos finais a apresentar publicamente.

Nas sessões da OT, o diálogo com a IG aconteceu pela exploração de temas-foco, através da sua análise e discussão e, também, pela sua transformação em material passível de ser trabalhado criativamente. Estas práticas conduziram à partilha de ideias e experiências pessoais, permitindo uma aproximação entre o trabalho desenvolvido na oficina e a vida das participantes. Penso que o processo das OT considerou o *empowerment* das participantes na medida em que, nas sessões desenvolvidas, estas experimentaram sentimentos de liberdade, autonomia e igualdade; partilharam valores, modelos e modos de pensar e actuar no que respeita a questões de género; contactaram com outras percepções e vivências e acederam a recursos intelectuais específicos sobre IG que lhes permitiram reflectir sobre as suas próprias percepções e comportamentos. Realço também o apelo à consciência crítica e reflexividade não só através da pertinência político-social dos temas

abordados, mas também pelo constante exercício de aprofundar - o olhar, a escuta, o toque, a proximidade -, e de transformar - o movimento, a direcção, o tom, o ritmo.

Na medida em que, como se verificou pelos resultados das fichas avaliativas e dos questionários, reforçou o bem-estar e a auto-estima, desenvolveu a comunicação e a criatividade, ampliou os recursos intelectuais e potenciou o crescimento pessoal, considero que o processo das OT poderá ser considerado uma experiência de *empowerment*. Para tal, o carácter laboratorial foi importante, uma vez que criou um espaço de pesquisa, discussão e exploração de temas relativos à IG, próximos da realidade das participantes e que constituíam para elas preocupações, potenciando-se assim aprendizagens passíveis de se repercutirem na sua vida, tornando-se elas próprias agentes activas da mudança social. Não posso deixar de considerar que a avaliação deveria ter considerado um acompanhamento pós-projecto procurando compreender o seu impacto na vida das participantes a médio e longo prazo. Não estando tal previsto nas estratégias de avaliação dos *Empowerment Labs* considero este facto uma limitação do próprio projecto a considerar em acções futuras.

O planeamento estruturado das OT, permite replicá-las em outros contextos e com outros grupos-alvo, desde que cuidadosamente adaptada às novas circunstâncias. A replicação das OT está a ser considerada pela QP e pela UBI, algo que considero valorativo deste trabalho. O mesmo em relação à possibilidade de eu vir a desenvolver, em parceria com elementos da equipa do projecto, um artigo sobre os *Empowerment Labs* que dissemine a experiência e conhecimentos adquiridos em contextos científicos. Este trabalho em parceria com profissionais das ciências sociais permitirá ampliar o cruzamento disciplinar contemplado pelo projecto e que, eu própria, procurei reflectir nas OT.

Não posso deixar de referir o impacto que a realização destas oficinas teve na minha formação pessoal e profissional, na medida em que me possibilitou aprofundar e partilhar num contexto artístico-pedagógico a minha implicação com a causa feminista. Aqui, importa referir os desafios que este processo me impôs em termos da abordagem conceptual e metodológica a adoptar. Porque penso que a forma como a agenda para a IG é dirigida, é discutível, questionei-me a todo o momento, inclusivamente, sobre a formulação do próprio conceito de “igualdade de género”. Em termos políticos, económicos e sociais, a IG tende a, de forma galopante, materializar-se em quadros normativos cuja ênfase, traduzida na sua formalização enquanto objectivo político prioritário, não corresponde a uma real eficiência e eficácia na sociedade, onde os “significados antigos” ainda estão demasiado enraizados. Isto ficou para mim mais claro ao abordar a IG com as próprias mulheres, como aconteceu nas OT. Aqui apercebi-me que, em ambos os grupos, poucas participantes estavam verdadeiramente cientes da forma como a educação familiar e escolar ainda está organizada à volta de princípios reprodutores das assimetrias de género, assim como, das

implicações sociais, políticas e económicas da “dominação masculina” no nosso sistema de organização social. Estas constatações entre dois grupos de mulheres com características distintas, fazem-me supor que serão muitas as mulheres com insuficientes ferramentas de descodificação e desconstrução do sistema dominante e poucas as que possuem real consciência da forma como este sistema limita os seus percursos de vida. Por outro lado, o facto de estar envolvida na implementação do projecto, desde a concepção à avaliação, passando pela divulgação e comunicação, permitiu-me compreender como as próprias instituições desvalorizam a dimensão da IG, considerando-a muitas vezes acessória.

Tais aspectos levam-me a concluir que existe uma verdadeira necessidade de implementar acções alternativas dirigidas à ampliação da consciência de género junto de todo o tipo de mulheres e, também de homens, que, mais do que repetir que a igualdade é um direito legal a que todas e todos devemos ter acesso, estimulem as pessoas participantes a implicarem-se na defesa da concretização dos seus direitos através dos seus próprios processos e metodologias. Porque o que interessa verdadeiramente é trabalhar esta questão não só até aos ossos e até à medula, mas a partir do âmago dos ossos e da medula, partindo desta minha experiência, considero que as artes, e o teatro em particular, podem ter um papel fundamental no despertar para a (ainda urgente) implicação e mobilização das mulheres na reivindicação pela sua visibilidade, poder e participação.

Não posso terminar, sem referir como a concepção e monitorização das OT influenciou a minha vida profissional, nutrindo-a com novas perspectivas e experiências e impulsionando as minhas capacidades para propor, conceber e monitorizar projectos de intervenção artística com a comunidade. É muito gratificante perceber que neste momento estou a pôr em prática e a partilhar aprendizagens adquiridas no mestrado como resposta a necessidades suscitadas pela minha actividade profissional.

Apesar das OT já terem efectivamente terminado, o seu processo estendeu-se até à apresentação do vídeo documental sobre os *Empowerment Labs* que aconteceu no passado dia 17 de Outubro, onde me reencontrei com as participantes dos dois laboratórios. Este momento tornou pública uma síntese audiovisual do processo laboratorial e, a nós que vivenciámos os laboratórios, confrontou-nos com uma visão exterior sobre todo o processo que permitiu (a mim pelo menos), (re)conhecê-lo sobre novas perspectivas.

My work in the theatre academy has been on a very modest scale, involving small groups of women who have shared an interest in creating theatre that challenges their representation in our dominant cultural, theatrical and social systems.

As women from these groups move on into the world, (...) my hope is that they carry the experience and the vision of a feminist practice with them: into theatre and into the world at large, with a view to connecting, challenging and changing their own lives, and the lives of other women, and of men (Aston, 2005, p.2).

6. Referências Bibliográficas

AMÂNCIO, Lígia, *Masculino e Feminino – A construção social da diferença*, Porto, Afrontamento, 1994.

AMÂNCIO, Lígia, “O género no discurso das ciências sociais”, *Análise Social*, vol. XXXVIII, n.º 168, 2003, pp.687-714. Disponível em <http://analisesocial.ics.ul.pt/documentos/1218791078B9rDE5id4Po89MU8.pdf>, data de consulta a 13.07.2014.

AMÂNCIO, Lígia, “Feminismo”, *Dicionário de Filosofia Moral e Política*, Instituto de Filosofia da Linguagem, 2004. Disponível em <http://ifl.pt/file/uploads/0b1f2c0aedeca4824b113f52e6309fc5.pdf>, data de consulta a 13.07. 2014.

ARISTÓTELES, *Política*, trad. Mário da Gama Cury, Editora Universidade de Brasília, Brasília, 1985.

ASTON, Elaine, *Feminist Theatre Practice: A handbook*, Londres, Routledge, 2005.

BARRENO, M^a Isabel, HORTA, M^a Teresa, COSTA, M^a Velho da [1972], *Novas Cartas Portuguesas*, D. Quixote, Lisboa, 2010.

BEAUVOIR, Simone [1949], *O Segundo Sexo – Vol.1*, trad. Sérgio Milliet, Quetzal, Lisboa, 2009.

BEAUVOIR, Simone [1949], *O Segundo Sexo – Vol.2*, trad. Sérgio Milliet, Quetzal, Lisboa, 2008.

BISHOP, Claire, *Artificial Hells: Participatory Art and the Politics of Spectatorship*, New York, Verso, 2012.

BOURDIEU, Pierre [1998], *A Dominação Masculina*, trad. Júlia Ferreira, Relógio d'Água, Lisboa, 2013.

BUTLER, Judith [2004], “Actos performativos e constituição de género. Um ensaio sobre fenomenologia e teoria feminista”, *Género, Cultura Visual e Performance - Antologia Crítica*, Húmus, Vila Nova de Famalicão, 2011, pp.69-87.

CARLSON, Marvin [1984], *Teorias do Teatro: estudo histórico-crítico dos gregos à actualidade*, trad. Gilson César Cardoso de Souza, São Paulo, UNESP, 1997.

CASACA, Sara Falcão, “As Desigualdades de Género em Tempos de Crise: Um Contributo para a Reflexão sobre as Implicações da Vulnerabilidade Laboral”, *Sociedade e Trabalho* nº41, GEP - Gabinete de Estratégia e Planeamento do Ministério do Trabalho e da Solidariedade Social, 2010, pp.180-204.

CATALÁ, Maite Sarrió, “Empoderamineto Personal, Transformación Social e Liderazgo”, *Sobre violencia 09: educando desde la perspectiva de género III*, Fundacion Isonomia de la Universitat Jaume I, Castellón, 2009, pp.3-29. Disponível em <http://isonomia.uji.es/wp-content/uploads/2014/01/PDF-GTV-2009.pdf>, data de consulta 02.06.2014.

CIG - Comissão para a Cidadania e a Igualdade de Género, *Igualdade de Género em Portugal 2012*, Lisboa, 2013. Disponível em http://www.cig.gov.pt/wp-content/uploads/2014/01/IG2012_02122013.pdf, data de consulta 17.08.2014.

DPI - Department of Public Information, “The Four Global Womens' Conferences 1975-1995: Historical Perspective”, Nações Unidas, 2000. Disponível em <http://www.un.org/womenwatch/daw/followup/session/presskit/hist.htm>, data de consulta 25.08.2014.

FERREIRA, M^a Luisa Ribeiro, “Natureza Feminina”, *Dicionário da Crítica Feminista*, Editora Afrontamento, Porto, 2005, pp.139-130.

FERREIRA, Virgínia, “A globalização das políticas de igualdade entre os sexos: do reformismo social ao reformismo estatal”, *Políticas Públicas e Igualdade de Género*, Coordenadoria Especial da Mulher, São Paulo, 2003, pp.77-102. Disponível em <http://library.fes.de/pdf-files/bueros/brasilien/05630.pdf>, data de consulta 07.08.2014.

FIDALGO, Lurdes, “Maternidade”, *Dicionário da Crítica Feminista*, Editora Afrontamento, Porto, 2005, pp.123-125.

FRANCESKIDES, Rebecca (org.), *Guia Equal sobre Integração da Perspectiva de Género*,

Comissão Europeia, 2004. Disponível em <http://europa.eu.int/comm/equal>, data de consulta 01.09.2014.

FREIRE, Paulo, *Pedagogia do Oprimido*, Afrontamento, Porto, 1972.

FREIRE, Paulo, *Ação Cultural para a Liberdade e Outros Escritos*, 5ªed., Paz e Terra, Rio de Janeiro, 1981.

HAUSMAN, R. *et al.*, *The Global Gender Gap Report 2012*, World Economic Forum, 2013. Disponível em http://www3.weforum.org/docs/WEF_GenderGap_Report_2012.pdf, data de consulta 01.10.2014.

KERSHAW, Baz, NICHOLSON, Helen, *Research Methods in Theatre and Performance*, Edinburgh University Press, Edimburgo, 2011.

KONING, Marijke de, “Da palavra à acção: história de um processo de conscientização de mulheres”, *Análise Social*, vol. XXII, 1986, pp.825-852. Disponível em <http://analisesocial.ics.ul.pt/documentos/1223553615C5mZT3fn0Gn94NS6.pdf>, data de consulta a 13.10.2014.

KUPPERS, Petra, *Community performance: an introduction*, Routledge, Oxon, 2007.

KUPPERS, Petra, ROBERTSON, Gwen, *The Community Performance Reader*, Routledge, Oxon, 2007.

LATHER, Patti, “Post-Critical Pedagogies: a Feminist Reading”, *Postmodernism, Post-colonialism and Pedagogy*, James Nicholas Publishers, Albert Park, 1995, pp.167-186.

MACCARTHY, Julie, *Enacting participatory Development Theatre Based Techniques*, Earthscan, Londres, 2004.

MACEDO, Ana Gabriela, AMARAL, Ana Luísa (orgs.), *Dicionário da Crítica Feminista*, Editora Afrontamento, Porto, 2005.

NICHOLSON, Helen, *Applied drama: the gift of theatre*, Palgrave, Hampshire, 2005.

NOGUEIRA, Conceição, “Discriminação”, *Dicionário da Crítica Feminista*, Editora Afrontamento, Porto, 2005, pp.40-41.

OIT - Organização Internacional do Trabalho, *O ABC dos direitos das mulheres trabalhadoras e da igualdade de género*, 2ª edição, Organização Internacional do Trabalho, Lisboa, 2007. Disponível em <http://www.ilo.org/public/portugue/region/eurpro/lisbon/pdf/abc.pdf>, data de consulta 01.09.2014.

OLIVEIRA, João Manuel, AMÂNCIO, Lúcia, “Direitos das Mulheres”, *Dicionário da Crítica Feminista*, Editora Afrontamento, Porto, 2005, pp.38-40.

OLIVEIRA, Catarina Sales, Villas-Boas, Susana, Heras, Soledad, *Universidade e Igualdade em Crise*, XV Encontro Nacional de Sociologia Industrial, das Organizações e do Trabalho, Universidade da Beira Interior, Maio, 2013.

POLLOCK, Griselda [1996], “A política da teoria: gerações e geografias na teoria feminista e na história das histórias de arte”, *Género, Identidade e Desejo – Antologia Crítica do Feminismo Contemporâneo*, trad. Ana Gabriela Macedo e Maria Amélia Carvalho, Cotovia, Lisboa, 2002, pp.191-220.

PRENDERGAST, Mónica, SAXTON, Julian (orgs.), *Applied Theatre: International Case Studies and Challenges for Practice*, Intellect, Bristol, 2009.

REDE - Portuguesa de Jovens para a Igualdade de Oportunidades entre Mulheres e Homens, *Jovens Mulheres em Acção - Ferramentas para o Empoderamento*, REDE, 2010.

ROCHA, Custódia; “As Políticas de Género em Contextos de Trabalho, de Formação e de Educação Escolar: Para uma Redefinição da Justiça Social, 2004. Disponível em <http://www.ces.uc.pt/lab2004/pdfs/CustodiaRocha.pdf>, data de consulta 14.08.2014.

SCHOUTEN, Maria Johanna; *Uma sociologia do Género*, Húmus, V. N. Famalicão, 2011.

SERRANO, Gloria Pérez [1997], *Elaboração de projectos sociais – casos práticos*, trad. M^a Isabel Andrés Marques, Porto Editora, Porto, 2008.

SCOTT, Joan Wallach [1988], “Género: uma categoria útil de análise histórica”, trad. Guacira Lopes Louro, *Educação & Realidade*, Porto Alegre, vol. 20, nº 2, jul./dez. 1995, pp. 71-99. Disponível em https://archive.org/details/scott_gender, data de consulta 05.08.2014.

SILVA, M^a Regina Tavares da, “História da CIG”, CIG, s/d. Disponível em <http://www.cig.gov.pt/a-cig/historia-da-cig/>, data de consulta 07.08.2014.

WALBY, Sylvia, “Cidadania e transformações de Género”, *Políticas Públicas e Igualdade de Género*, Coordenadoria Especial da Mulher, São Paulo, 2003, pp.169-182. Disponível em <http://library.fes.de/pdf-files/bueros/brasilien/05630.pdf>, data de consulta 07.08.2014.

WOOLF, Virgínia [1929], *Um quarto só para si*, trad. M^a de Lurdes Guimarães, Relógio d'Água, Lisboa, 2007.

SITES

CIG - Comissão para a Cidadania e Igualdade de Género: <http://www.cig.gov.pt>

GDCC - Gabinete de Documentação e Direito Comparado: <http://www.gddc.pt>

IEE - Instituto de Inovação Educacional [instituto extinto]: <http://area.dgidc.min-edu.pt/innovbasic/biblioteca/index.htm>

NÓS - Projecto de Acção Social e Artística: <http://nosprojetoacaosocialeartistica.wordpress.com/>

Procuradoria Geral da República - Gabinete de Comunicação e Direito Comparado: <http://www.gddc.pt>

UN Women - United Nations Entity for Gender Equality and the Empowerment of Women: <http://www.unwomen.org/>

7.

Anexos

Anexo 1

A.1.1. Fotografias das sessões – Oficina de Teatro/Lab1



Fig.1



Fig.2

Figuras 1 | 2 : Sessões da unidade programática “Apresentação de Si”



Fig.3



Fig.4



Fig.5

Figuras 3 | 4 | 5 : Sessões da unidade programática “Corporalidade Colectiva”



Fig.6



Fig.7



Fig.8



Fig.9

Figuras 6 | 7 | 8 | 9 : Sessões da unidade programática “Dramaturgias para a Igualdade de Género”



Fig.10

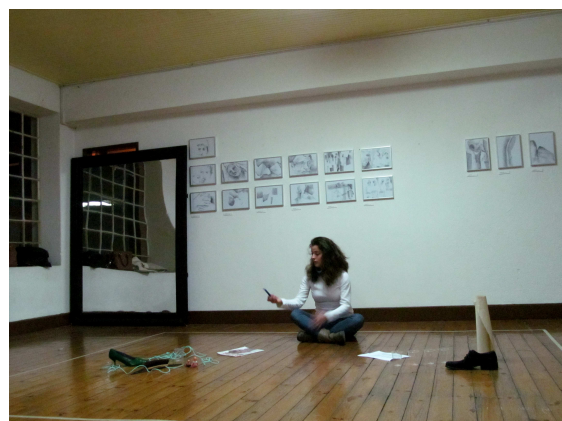


Fig.11

A.1.2. Fotografias das sessões – Oficina de Teatro/Lab2



Fig.18



Fig.19

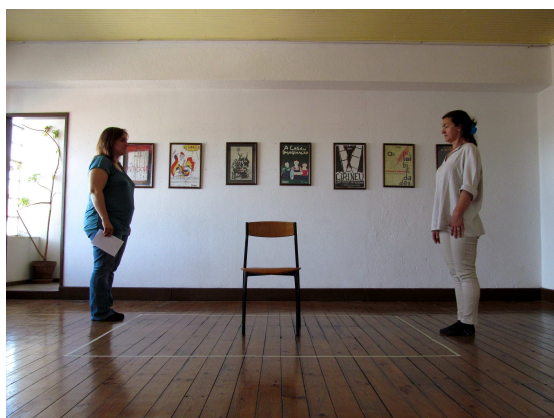


Fig.20



Fig.21

Figuras 18 | 19 | 20 | 21 : Sessões da unidade programática “Apresentação de Si”



Fig.22



Fig.23

Figuras 22 | 23 : Sessões da unidade programática “Corporalidade Colectiva”



Fig.30



Fig.31



Fig.32



Fig.33



Fig.34

Figuras 30 | 31 | 32 | 33 | 34: Apresentação Pública do Exercício Performativo Final

Anexo 2

A. 2.1. Folha de Sala – Exercício de Apresentação Final Lab1



folha de sala nº 226



12.abril.2014 > 21h30

Covilhã > auditório teatro das beiras

NOS - Projeto de Ação Social e Artística
> Empowerment Lab1

exercício performativo | maiores 6 anos | 30 min

Sinopse:

O Empowerment Lab1 iniciou-se a 04.dezembro.2013 e termina hoje, dia 12.abril.2014, com a apresentação deste exercício performativo que abre o processo de pesquisa multidisciplinar vivenciado pelas participantes ao longo do laboratório, partilhando algumas das mais significativas experiências e reflexões; e propõe um espaço de promoção da igualdade de género e sensibilização para o impacto social do desemprego feminino, considerando o contexto económico e social que atualmente assola Portugal.

O Empowerment Lab1 constituiu-se como um laboratório de intervenção e pesquisa nas áreas da igualdade de género e da empregabilidade dirigido a estudantes universitárias, onde a experimentação artística (tendo o teatro como linguagem globalizante) surge como estratégia de promoção de aprendizagens significativas e de oportunidades de participação e implicação.

Tendo a igualdade de género no trabalho e no emprego como temática unificadora, o Lab1 desenvolveu-se num ambiente de aprendizagem ativo e aberto, focalizado tanto nas especificidades das participantes quanto na realidade social do grupo e assente numa metodologia processual colaborativa empenhada na consciencialização pessoal/coletiva; na amplificação da sensibilidade, expressão e criatividade artísticas; no desenvolvimento de competências aplicáveis à vida profissional e no incremento de uma postura mais ativa na sociedade.

O Empowerment Lab acontece em dois momentos distintos, o Lab1 dirigido a estudantes universitárias e o Lab2 dirigido a mulheres à procura de emprego (a decorrer desde 11.março.2014) e constitui-se como um programa formativo no âmbito da educação não-formal que articula a área artística com a social através de três núcleos complementares, Teatro, Igualdade de Género e Empregabilidade, conduzidos por uma equipa multidisciplinar constituída por profissionais das artes e das ciências sociais.

Ficha técnica

Participantes Empowerment Lab1 | Alice Duarte, Andreia Patrícia Pinho, Ana Paula Correia, Ana Rita Martins, Andreia Pereira, Inês Leitão, Juliana Silva, Rafaela Graça, Raquel Carvalho, Sara Ventura, Simone Silva.

Participantes Exercício Performativo | Ana Paula Correia, Andreia Pereira, Inês Leitão, Rafaela Graça, Raquel Carvalho, Sara Ventura, Simone Silva.

Equipa Projeto NÓS | Coordenação > Rui Sena **Oficina de Teatro** > Sílvia Pinto **Ferreira Igualdade de Género** > Catarina Sales/ UBIgual e Catarina Arnaut **Empregabilidade** > IEFP/Colaboração

Produção > Quarta Parede **Apoio Técnico** > Jay Collin/Teatro das Beiras **Paisagem Sonora/Operação técnica** > Rui Gonçalves

Sobre NÓS - Projeto de Ação Social e Artística:

Perante o aumento de despedimentos inerente ao atual contexto de generalizada falência económica, acrescem as situações de desigualdade, injustiça e discriminação laboral em relação à mulher. Considerando esta realidade, o projeto NÓS parte da necessidade de reflexão e intervenção sobre a problemática do desemprego feminino apostando numa abordagem inovadora que privilegia o cruzamento entre as artes e as ciências sociais na promoção da igualdade de oportunidades no trabalho e no emprego, incentivando a reflexão crítica em consonância com a ação artística.

Tendo como objetivos maiores a defesa dos direitos humanos, mais especificamente o direito à igualdade entre homens e mulheres, o direito ao trabalho sem discriminações e o direito à participação social e cultural ativa, este projeto visa afirmar o papel das ações artísticas como meios de empoderamento social, implementar formas inovadoras de minimizar o impacto do desemprego na população feminina e sensibilizar a população do concelho da Covilhã para a importância de uma real equidade entre mulheres e homens.

NÓS - Projeto de Ação Social e Artística é financiado pelo Programa Cidadania Ativa gerido em Portugal pela Fundação Calouste Gulbenkian, no âmbito dos fundos do Mecanismo Financeiro do Espaço Económico Europeu (MF/EEE) destinados às Organizações Não Governamentais (ONG); e é desenvolvido pela Quarta Parede, em parceria com a Universidade da Beira Interior - através do UBIgual - Plano de Igualdade de Género da UBI, contando ainda com a colaboração do Instituto de Emprego e Formação Profissional (IEFP) da Covilhã.



PROMOTOR



FINANCIADO POR



PARCERIA



COLABORAÇÃO



Quarta Parede - Associação de Artes Performativas da Covilhã
sede social: Rua Celestino David, Lote 4, R/C Dto., 6200-072 Covilhã
secretariado: Penedos Altos, Rua dos Motoristas, N.º 186, 6200-029 Covilhã
tel.: +351 275 335 686 | tlm.: +351 969 785 312
e-mail: qp@quartaparede.pt | www.quartaparede.pt |
www.nosprojetoacaosocialeartistica.wordpress.com
www.facebook.com/quartaparede | www.twitter.com/quarta_parede |

A.2.2. Folha de Sala – Exercício de Apresentação Final Lab2



folha de sala nº 228



28.junho.2014 > 21h30

Covilhã > Auditório Teatro das Beiras

NÓS - Projeto de Ação Social e Artística
> **Empowerment Lab2**

exercício performativo | c. 30 min

Sinopse:

O *Empowerment Lab2* iniciou-se a 12 de março e termina hoje, 28 de junho, com a apresentação deste exercício performativo, que propõe uma reflexão poética sobre o universo do trabalho e do emprego feminino, a partir de conceitos cruciais como Poder, Participação, Visibilidade e Igualdade. Considerando o difícil contexto socioeconómico que Portugal atravessa atualmente, esta apresentação constitui um espaço de promoção da igualdade de género e de sensibilização para o impacto do desemprego feminino, através da partilha do processo interdisciplinar vivenciado ao longo do laboratório, onde a sociologia, a filosofia, a literatura e as histórias de vida foram matéria para a expressão e criatividade artísticas.

O *Empowerment Lab2* constituiu-se como um laboratório de intervenção e pesquisa nas áreas da Igualdade de Género e da Empregabilidade dirigido a mulheres em situação de desemprego, onde a experimentação artística (tendo o teatro como linguagem globalizante) é catalisadora de aprendizagens significativas e de possibilidades de participação e implicação.

Tendo a igualdade de género no trabalho e no emprego como temática unificadora, o *Lab2* desenvolveu-se num ambiente de aprendizagem ativo e aberto, focado nas especificidades das participantes e na realidade social do grupo e assente numa metodologia processual colaborativa empenhada no desenvolvimento de competências transversais, na amplificação da sensibilidade artística e na valorização e consciencialização pessoal/coletiva.

Ficha técnica:

Participantes Exercício Performativo > Ana Santos, Regina Duarte, Sónia Ladeira

Participantes Empowerment Lab2 > Ana Santos, Carla Jesus, Isabel Gomes, Mª de Fátima Almeida, Olga Sofia Ribeiro, Regina Duarte, Sandra Marques, Sónia Ladeira, Susana Farinha

Equipa Projeto NÓS | Coordenação > Rui Sena **Oficina de Teatro** > Sílvia Ferreira **Igualdade de Género** > Catarina Sales/UBIqual e Catarina Arnaut **Empregabilidade** > IEFP/Colaboração

Produção > Quarta Parede **Apoio Técnico** > Teatro das Beiras **Paisagem Sonora/Operação técnica** > Rui Gonçalves

Sobre NÓS - Projeto de Ação Social e Artística:

Perante o aumento de despedimentos inerente ao atual contexto de generalizada falência económica, acrescem as situações de desigualdade, injustiça e discriminação laboral em relação à mulher. Considerando esta realidade, o projeto NÓS parte da necessidade de reflexão e intervenção sobre a problemática do desemprego feminino apostando numa abordagem inovadora que privilegia o cruzamento entre as artes e as ciências sociais na promoção da igualdade de oportunidades no trabalho e no emprego, incentivando a reflexão crítica em consonância com a ação artística.

Tendo como objetivos maiores a defesa dos direitos humanos, mais especificamente o direito à igualdade entre homens e mulheres, o direito ao trabalho sem discriminações e o direito à participação social e cultural ativa, este projeto visa afirmar o papel das ações artísticas como meios de empoderamento social, implementar formas inovadoras de minimizar o impacto do desemprego na população feminina e sensibilizar a população do concelho da Covilhã para a importância de uma real equidade entre mulheres e homens.

NÓS - Projeto de Ação Social e Artística é financiado pelo Programa Cidadania Ativa gerido em Portugal pela Fundação Calouste Gulbenkian, no âmbito dos fundos do Mecanismo Financeiro do Espaço Económico Europeu (MF/EEE) destinados às Organizações Não Governamentais (ONG); e é desenvolvido pela Quarta Parede, em parceria com a Universidade da Beira Interior - através do UBIqual - Plano de Igualdade de Género da UBI, contando ainda com a colaboração do Instituto de Emprego e Formação Profissional (IEFP) da Covilhã.



PROMOTOR



FINANCIADO POR



PARCERIA



COLABORAÇÃO



Quarta Parede - Associação de Artes Performativas da Covilhã
sede social: Rua Celestino David, Lote 4, R/C Dto., 6200-072 Covilhã
secretariado: Penedos Altos, Rua dos Motoristas, N.º 186, 6200-029 Covilhã
tel.: +351 275 335 686 | tlm.: +351 969 785 312
e-mail: qp@quartaparede.pt | www.quartaparede.pt |
www.nosprojetoacaoosocialeartistica.wordpress.com
www.facebook.com/quartaparede | www.twitter.com/quarta_parede

Anexo 3

A.3.1. Quadros Síntese: Planeamento das Sessões da Oficinas de Teatro/Lab1

Lab1 Sessão 0		
04. Dez.2013		
Apresentação Empowerment Lab1		
Seqüência de exercícios	Objectivos	Materiais Utilizados
<p>1. Jogo com bola: grupo em círculo lança bola entre si</p> <p>2. Lançar nomes: grupo em círculo lança bola dizendo nomes a cada lançamento</p> <p>3. Singularidade: escrever característica pessoal num papel, o grupo adivinha a quem pertence cada característica</p> <p>4. Apertar mãos: exploração do movimento como catalisador de cumplicidades</p> <p>5. Corrente energética: grupo em círculo de mãos dadas e olhos fechados, passa estímulo através da pressão das mãos</p> <p>6. Apresentação do Empowerment Lab1: a. Distribuir cadernos/canetas para diário de bordo b. Apresentação de componentes, desenvolvimento e conteúdos gerais das sessões c. Condições de participação (pontualidade, assiduidade, limite de faltas (2) após as quais se considera a continuação da participação) e. Explicar que se pretende desenvolver um documentário sobre o processo dos Labs f. Assinar Acordo de participação e cedência de direitos de imagem</p>	<p>1./2./3./4./5. Conhecimento e aproximação entre a equipa e o grupo de participantes</p> <p>6. Apresentação do Empowerment Lab1: Programa de Conteúdos / Esclarecimento de Dúvidas / Acordo de Participação</p>	<p>Música, Leitor de CDs</p> <p>2 Bolas pequenas</p> <p>Papel dividido, Caneta Saco</p> <p>Cadernos, Canetas</p> <p>Folhas com Acordo de Participação</p> <p>Máquina Fotográfica</p>

Lab1 Sessão 1		
08. Jan.2014		
Unidade Programática: Apresentação de Si Foco temático: Conhecer e Dar a Conhecer		
Seqüência de exercícios	Objectivos	Materiais Utilizados
<p>1. Ritual de início: grupo em círculo lança bola entre si 1º "Elencar nomes" 2º Dizer palavras associadas à prática de teatro</p> <p>2. Aquecimento corporal criativo: a monitora propõe uma narrativa que acompanha o aquecimento corporal</p> <p>3. Massagens criativas: a pares massajar a outra como se amassa pão, pedra ou areia</p> <p>4. Exploração do peso corporal: movimentar pelo espaço como uma boneca de madeira, de trapos, de pedra, de plasticina, de gelo</p> <p>5. Conhecer/Dar a conhecer: a. A pares, elaborar uma investigação criativa dirigida uma à outra b. Apresentações das pessoas investigadas no espaço cénico</p> <p>6. Estátua biográfica: composição de uma posição corporal que sintetize uma visão sobre si própria.</p> <p>Apresentação</p> <p>7. Conversa final.</p>	<p>1. Identificação, descontração, preparação</p> <p>2. Aquecimento psicomotor, Consciência corporal</p> <p>3./4. Trabalhar: tacto e contacto, relacionamento interpessoal, gramática expressiva</p> <p>5. Desconstruir a apresentação de si, Relacionamento interpessoal, Trabalhar: concentração, confiança e comunicação</p> <p>6. Desenvolver ferramentas de expressão e percepção, Autoconhecimento, Explorar estratégias informais de apresentação pessoal e conhecimento interpessoal</p> <p>7. Reflexão colectiva sobre o trabalho desenvolvido</p>	<p>Bola pequena</p> <p>Leitor de CDs, Música</p> <p>Mantas/lençóis para trabalho de chão</p> <p>Diários de bordo</p> <p>Folhas brancas</p> <p>Canetas</p> <p>Máquina Fotográfica</p> <p>Máquina de Filmar</p> <p>Fita cola de papel</p>

Lab1 Sessão 2		
15.Jan.2014		
Unidade Programática: Apresentação de Si II Foco temático: Formas que (re)Apresentam		
Sequência de exercícios	Objetivos	Materiais Utilizados
<p>1. Ritual de início: grupo em círculo lança bola entre si 1º “Elencar nomes” 2º Dizer palavras associadas ao futuro profissional</p> <p>2. Conversa colectiva sobre o funcionamento do Lab1 entre os dias 17.jan. e 17.fev., época de preparação e realização de exames da UBI</p> <p>3. Imagem e forma corporal: delinear com diferentes partes do corpo o nome no espaço</p> <p>4. Mapa corporal: a. A pares, delinear a lápis o corpo deitado numa grande folha de papel b. Exposição e observação dos mapas corporais</p> <p>5. Apresentação de objectos: apresentação de objectos pessoais no espaço cénico com direcções de entrada, posicionamento em cena e relação com o objecto</p> <p>6. Composição com objectos sobre mapa corporal: compor uma paisagem com os objectos pessoais no interior do mapa corporal.</p> <p>7. Conversa final</p>	<p>1. Identificação, descontração, preparação</p> <p>2. Ajustar o Lab às responsabilidades académicas das participantes</p> <p>3. Explorar diferentes factores de movimento (planos, direcções, extensões, caminhos), Consciência corporal incidindo sobre a imagem e a forma, Desenvolver gramática expressiva</p> <p>4. Trabalhar a proximidade e a confiança; Desenvolver ferramentas criativas multidisciplinares</p> <p>5. Exploração do trabalho criativo com objectos</p> <p>6. Desenvolver: expressão e percepção, gramática criativa e expressiva, pensamento concreto/ abstracto, Explorar estratégias informais de apresentação pessoal e conhecimento interpessoal</p> <p>7. Reflexão colectiva sobre o trabalho desenvolvido</p>	<p>Grandes folhas de papel de cenário (1 por pessoa)</p> <p>Lápis de cor</p> <p>Caixa/saco neutro para colocar objectos</p> <p>Leitor de CDs, Música</p> <p>Máquina Fotográfica</p> <p>Máquina de Filmar</p> <p>Fita cola de papel</p> <p>6 Objectos trazidos por cada participante</p>

Lab1 Sessão 3		
29.Jan.2014		
Unidade Programática: Apresentação de Si III Foco temático: Formas que (re)Apresentam II		
Sequência de exercícios	Objetivos	Materiais Utilizados
<p>1. Ritual de início: grupo em círculo lança bola entre si 1º “Elencar nomes” 2º Introdução à sessão</p> <p>2. Aquecimento corporal: conduzir a movimentação corporal através da respiração</p> <p>3. Imagem e forma corporal: a pares moldar o corpo da outra às letras das palavras/características individuais definidas na 1ª sessão</p> <p>4. Composição com objectos sobre mapa corporal – finalização e Apresentação</p> <p>5. Conversa final</p>	<p>1. Identificação, descontração, preparação</p> <p>2. Preparação psicomotora, Consciência corporal (lateralidade, alinhamento postural, coordenação, respiração...)</p> <p>3. Explorar: forma corporal, posição v/s movimento, relacionamento interpessoal, gramática expressiva.</p> <p>4. Desenvolver: ferramentas de expressão e percepção, gramática criativa e expressiva, pensamento concreto/ abstracto, Explorar estratégias informais de apresentação pessoal e conhecimento interpessoal</p> <p>5. Reflexão colectiva sobre o trabalho desenvolvido</p>	<p>Grandes folhas de papel de cenário (1 por pessoa)</p> <p>Lápis de cor</p> <p>Caixa/saco neutro para colocar objectos</p> <p>Leitor de CDs, Música</p> <p>Máquina Fotográfica</p> <p>Máquina de Filmar</p> <p>Fita cola de papel</p> <p>6 Objectos trazidos por cada participante</p>

Lab1 Sessão 4		
18.Fev.2014		
Unidade Programática: Corporalidade Colectiva I Foco temático: Estereótipos Sexuais		
Sequência de exercícios	Objetivos	Materiais Utilizados

<p>1. Consciência corporal/vocal: compreender o movimento corporal a partir do movimento respiratório</p> <p>2. Caminhada: a. Cruzar olhares: caminhar livremente, ao sinal, parar e olhar nos olhos da pessoa mais próxima</p> <p>b. Reconhecer pessoas: caminhar livremente, ao sinal, aproximar de alguém e cumprimentar como se fosse uma amiga de infância; alguém que nos assedia por mensagens/emails; uma antiga paixão, etc.</p> <p>3. Movimentar em colectivo: realizar um conjunto de acções muito precisas em simultâneo - sentar, levantar e caminhar à volta de uma cadeira</p> <p>4. Trabalho sobre o estereótipo: a. Conversa sobre estereótipos sexuais: lembrar sessão 2 de Igualdade de Género (desenho do homem/mulher tipo) b. Explorar vocabulário corporal relativo a acções masculinas e femininas estereotipadas c. Trabalhar acções encontradas segundo diferentes níveis de energia: Tempo, Peso, Espaço, Fluxo (baseado na técnica de Laban) d. A partir dos movimentos individuais compor 2 frases de movimento em grupo (uma feminina e outra masculina) e. Apresentações f. Análise das apresentações</p> <p>5. Visualização de vídeos publicitários que apresentação perspectivas estereotipadas</p>	<p>1. Preparação psicomotora, Consciência corporal através da respiração</p> <p>2. Relacionamento interpessoal, Contacto com o olhar, Ferramentas de comunicação através da improvisação, Ampliação da imaginação, Gramática criativa e expressiva</p> <p>3. Trabalhar o colectivo: consciência, concentração, coordenação, escuta e respiração</p> <p>4. Compreender e desconstruir o conceito de estereótipo através da exploração de vocabulário corporal masculino e feminino, Desenvolver gramática expressiva e criativa, Composição corporal temática, Explorar o movimento do individual para o colectivo</p> <p>5. Analisar os media e a publicidade como agentes multiplicadores de estereótipos sexuais</p>	<p>1 cadeira por pessoa Computador , Colunas Música Máquina Fotográfica Máquina de Filmar Ligação à net Vídeos: Gendered by commercials 6m48 http://www.youtube.com/watch?v=mAco2j1m5v8 Gender&Commercials. mov 6m31 http://www.youtube.com/watch?v=MAeD79LKvho Gender in commercials 6m20 http://www.youtube.com/watch?v=UPuEo1f_nlw</p>
--	---	---

Lab1 Sessão 5 19.Fev.2014 Unidade Programática: Corporalidade Colectiva II Foco temático: Estereótipos Sexuais II		
Sequência de exercícios	Objectivos	Materiais Utilizados
<p>1. Preparação corporal/vocal a. Exercício Árvore: Grupo em círculo: 1º De pé, de olhos fechados, examinar o interior do corpo, perceber as zonas de tensão ou dor 2º Libertar as articulações e descontrair o tronco e os ombros. 3º Associar as diferentes zonas do corpo a partes de uma árvore 4º Trabalhar a respiração com movimentos de expansão e contracção dos braços 5º Sonorizar a respiração e, com as mãos, sentir os seus movimentos de expansão e contracção b. Lançar o raio: em círculo, lançar um raio de energia a alguém com um movimento e com som</p> <p>2. Espaço corporal e colectivo: em grupo, sem comunicar: a. Organizar por alturas b. Copiar figuras geométricas e desenhos de formas</p> <p>3. Exploração do espaço em colectivo: caminhar ocupando o espaço uniformemente e reagir a instruções pré-combinadas de ocupação do espaço com acções individuais ou em grupo</p> <p>4. Coralidade: a. Cardume: O grupo em bloco procura 1 respiração e deslocação comum b. Coro: Trabalhar acções relativas às mulheres/homens da sessão anterior num coro com 3/4 faces, às quais corresponde 1 pessoa, 1 direcção espacial e 1 gesto. Todos os elementos seguem o gesto e movimentação de quem dirige. c. Apresentações</p> <p>5. Lutas territoriais: 2 grupos frente a frente, 1 linha divide-os, lançam entre si 1 frase musical, no refrão dão tréguas, cruzam a linha e dançam e cantam juntas</p>	<p>1. Aquecimento/consciência corporal e vocal, sintonia entre o grupo</p> <p>2. Trabalhar: espaço corporal interpessoal e relacional, capacidade de resposta rápida, concentração/dispersão e organização grupal</p> <p>3. Dinâmica de grupo, exploração colectiva do espaço, trabalhar a capacidade de resposta rápida</p> <p>4. Consciência colectiva e da individualidade dentro do colectivo, Explorar a coralidade como ferramenta criativa</p> <p>5. Dinâmica de grupo, Exploração corporal e vocal, Trabalhar a contracena e o jogo teatral</p>	<p>Folhas brancas com diferentes formas reproduzidas Lanterna Leitor de CDs Música Máquina Fotográfica Máquina de Filmar Fita cola de papel</p>

Lab1 Sessão 6		
26.Fev.2014		
Unidade Programática: Corporalidade Colectiva III Foco temático: Porque é que existe um desequilíbrio de poderes entre Mulheres e Homens?		
Seqüência de exercícios	Objectivos	Materiais Utilizados
<p>1.Preparação: a. Aquecimento/relaxamento corpo/voz b. Exercícios de dicção, pronúncia e articulação</p> <p>2.Corpo-Pêndulo Em grupos de 3, deixar o corpo movimentar-se como um pêndulo, sendo amparada pelas outras duas. Trocar de posições.</p> <p>3. Conduzir/Ser conduzida: a pares uma pessoa venda os olhos, a outra é a guia, sem troca de palavras, apenas através do contacto da mão no ombro da pessoa vendada, caminhar pelo espaço</p> <p>4. Pesquisa temática: Porque é que existe um desequilíbrio de poderes entre homens e mulheres? a. Leitura de excertos dos livros: <i>Segundo Sexo</i> vol.II /S. Beauvoir, <i>Um quanto só para si</i>/V.Woolf, <i>Dominação Masculina</i>/P. Bourdieu, <i>Dicionário de crítica feminista</i>/Macedo e Amaral Org.: “Androcentrismo” + “Patriarcado” b. Discussão do tema a partir das leituras c. Individualmente, criar uma reacção física a uma frase depreciativa (dada pela monitora) sobre as mulheres proferidas por diferentes figuras históricas</p> <p>5. Jogo de improvisação: a. Improvisação teatral no espaço cénico que tem como ponto de partida a distribuição de um número (ex. de 1-5) por participante, que designa o lugar ocupado na hierarquia do grupo e segundo o qual cada uma deve orientar o seu desempenho na improvisação. A situação indutora da improvisação é a celebração da promoção profissional de uma das participantes com um grupo de amigas. Como ferramentas surpresa, cada participante deve dizer em algum momento uma das frases contra as mulheres e executar a reacção criada no exercício anterior. A improvisação tem a duração de c. 10 min., com um aviso a meio deste tempo. b. Análise da improvisação: dificuldades e soluções encontradas, recursos subaproveitados e principais temáticas surgidas</p>	<p>1. Aquecimento e consciência corporal e vocal</p> <p>2. Fortalecer a confiança de grupo e individual</p> <p>3. Trabalhar: relação de confiança, comunicação não-verbal, tacto/ toque/ contacto e equilíbrio</p> <p>4. Pesquisa temática performativa</p> <p>5. Explorar ferramentas de improvisação teatral</p>	<p>Papéis com números - 1 por participante</p> <p>5 vendas</p> <p>1 frase por participante</p> <p>Livros: <i>Segundo Sexo</i> vol.II/Beauvoir p.536, <i>Um quanto só para si</i>/Woolf p.68, <i>Dominação Masculina</i>/Bourdieu p.136, <i>Dicionário de crítica feminista/Androcentrismo + Patriarcado</i>, <i>Segundo Sexo</i>/Beauvoir, p. 226</p> <p>Leitor de cd's, Música</p> <p>Máquina Fotográfica</p> <p>Máquina de Filmar</p> <p>Fita cola de papel</p>

Lab1 Sessão 7		
12.Mar.2014		
Unidade Programática: Dramaturgias para a Igualdade de Género I Foco temático: Perspectivas de futuro		
Seqüência de exercícios	Objectivos	Materiais Utilizados
<p>1. Exercícios de preparação: a. Massagens em grupo: massajar cada pessoa uma a uma b. Relaxamento integral exercitando a respiração</p> <p>2. Carta ao meu futuro: a. Escrever uma carta pessoal futuro b. Leitura da carta à luz da lanterna</p> <p>3. Cartas - expressão vocal e corporal: a. Escolher uma frase da carta e variar a sua entoação e corporalidade de acordo com diferentes qualidades emotivas b. Leitura expressiva das cartas em grupo</p> <p>4. Visualização de excertos do filme “Pina” de Wim Wenders: pede-se às participantes para se focarem nos símbolos e metáforas propostos 4.1. Partilha de leituras pessoais sobre o filme</p>	<p>1.Preparação psicomotora, Descontracção, Exercitar: tacto e contacto, respiração</p> <p>2. Exercitar expressão escrita/oral, Perspectivar o futuro</p> <p>3. Exercitar: material biográfico como indutor criativo, expressão oral/vocal e escuta colectiva.</p> <p>4. Conhecer o universo artístico da Pina Bauch, Aprofundar a sensibilidade e vocabulário artístico</p>	<p>Lençóis para trabalho de chão</p> <p>1 folha A4 por participante com texto introdutório para carta 1 caneta por participante, lanterna, Folhas A4 Marcadores</p> <p>Computador, Colunas Música</p> <p>Filme <i>Pina</i></p> <p>Máquina Fotográfica</p> <p>Máquina de Filmar</p>

Lab1 Sessão 8		
19.Mar.2014		
Unidade Programática: Dramaturgias para a Igualdade de Género II Foco temático: Igualdade de Género com foco nas questões laborais		
Sequência de exercícios	Objectivos	Materiais Utilizados
<p>1. Visualização de vídeo: Entrevista a Sandra Ribeiro/Presidente da CITE, Canal Económico, Programa Capital</p> <p>2. Quem gera o movimento? Com o grupo em círculo, define-se uma pessoa para sair da sala enquanto as restantes combinam quem vai ser a geradora do movimento que todas procuram reproduzir. Chama-se a jogadora que saiu, que tenta perceber quem está a iniciar os movimentos</p> <p>3. Espelho: A pares, reflectir todos os movimentos da outra, dos pés à cabeça, incluindo expressões faciais</p> <p>4. Igualdade de Género (IG) no Trabalho e no Emprego: temas para uma pesquisa dramaturgica a. Conversa: O que é IG? Quando falamos da relação entre IG e empregabilidade que temas surgem? b. Pesquisa temática: A monitora disponibiliza alguns livros e documentos, cada pessoa pesquisa sobre 1 dos temas 1)Maternidade e Paternidade 2)Assédio laboral 3)Conciliação entre trabalho e vida familiar e pessoal 4)Disparidades salariais entre mulheres e homens 5)Discriminação no recrutamento e selecção laboral 6)Desequilíbrio na representação de homens e mulheres nas diferentes categorias profissionais 7)Partilha de responsabilidades e tarefas entre mulheres e homens 8)O papel dos media na reprodução da (des)igualdade</p> <p>5. Exploração temática performativa: a. Compor individualmente 1 pequena partitura de movimentos que, com recurso a 2 objectos e sem palavras, transmita o tema dado em termos de expressão criativa b. Apresentações Após as apresentações discute-se se as participantes/público compreenderam o tema tratado em cada uma, bem como quais as técnicas de expressão criativa usadas.</p>	<p>1.Introdução ao foco temático</p> <p>2.Observação, concentração, foco, gerar e reproduzir movimentos</p> <p>3. Ver com o corpo todo, Reflectir o movimento não imitar, Desenvolver a comunicação não verbal</p> <p>4. Reflexão e pesquisa conjunta sobre temas relativos à IG com foco nas questões laborais</p> <p>5. Desenvolver ferramentas de expressão e criatividade, Pesquisa conjunta sobre temas relativos à IG; Trabalhar a capacidade de síntese enquanto ferramenta criativa; Explorar conceitos e ferramentas da prática teatral</p>	<p>Vídeo Entrevista a Sandra Ribeiro :</p> <p>www.cite.gov.pt/pt/acite/disparidades_salariais_03.html</p> <p>Folhas brancas + Folhas com os temas</p> <p>Venda</p> <p>Objectos utilitários vários</p> <p>Computador, colunas</p> <p>Música seleccionada</p> <p>Máquina Fotográfica</p> <p>Máquina de Filmar</p> <p>Livros e Documentos:</p> <p>- Schouten, Maria Johanna, <i>Uma Sociologia do Género</i> "A maternidade e o estado" + "A paternidade p.66-70 + , "O tempo gendrificado" + "Tempo livre" p.99-102 + "A segregação vertical/ Mulheres empresárias" p.95-97 + "A gestão do lar e os papéis sexuais" p.77</p> <p>- <i>Guia Informativo para a prevenção e combate de situações de assédio no local de trabalho</i></p> <p>- Paglia, Camille, <i>Vampes & Vadias</i></p> <p>- Jornal O PÚBLICO:</p> <p>www.publico.pt/sociedade/noticia/mulheres-europeias-trabalham-mais-59-dias-para-ganharem-o-mesmo-que-os-homens-1626584?page=1#follow</p> <p>+</p> <p>www.publico.pt/sociedade/noticia/dia-internacional-da-mulher-assinalado-entre-desigualdades-e-alguns-progressos-1627427</p> <p>- Anúncios de Oferta de Emprego/IG</p> <p>www.cite.gov.pt/pt/acite/anuncios.html</p> <p>+</p> <p>www.osverdes.pt/pages/posts/projeto-de-resolucao-do-pev-97-pela-nao-discriminacao-laboral-de-mulheres-4991.php</p> <p>- <i>Jovens Mulheres em Acção</i> p.49</p>

Lab1 Sessão 9		
25.Mar.2014		
Unidade Programática: Dramaturgias para a Igualdade de Género III Foco temático: Igualdade de Género com foco nas questões laborais		
Sequência de exercícios	Objectivos	Materiais Utilizados
<p>1.Preparação: Formas de caminhar As participantes caminham, em silêncio, ocupando o espaço de uma forma homogénea a. Visualizar o corpo por dentro, imaginar o esqueleto em movimento, massajar possíveis tensões b. Caminhar ao som da música, em função das instruções dadas: 1º Acelerar - Arrastar - Dançar 2º Variando os planos: plano baixo – plano médio – plano alto 3º Representar a forma de caminhar de diferentes tipos de pessoas respeitando os diferentes planos, segundo indicações da monitora</p> <p>2. Exploração temática performativa: a. Compor o quadro/Dar vida ao quadro: criação colectiva de quadros visuais com recurso a objectos utilitários, sobre os conceitos: Igualdade, Desigualdade, Discriminação, Género, Competição laboral a. Uma pessoa de cada vez propõe, no espaço cénico, 1 posição com recurso a 1 objecto; as restantes vão completando o quadro, de acordo com o proposto, sem nunca esquecer o conceito temático e conscientes do objectivo da sua posição na cena visual b. Estando todas as pessoas inseridas no quadro, pergunta-se a cada uma qual é o objectivo da sua posição no quadro c. Ao sinal dado o quadro ganha vida, as participantes improvisam a partir da posição que cada uma designou e do conceito de partida. Ao sinal dado congelam. d. Conversa final</p> <p>3. Mulheres artistas: visualização de obras de mulheres artistas e de excertos do filme <i>Pina</i></p>	<p>1. Preparação psicomotora, Desenvolvimento de gramática expressiva, Vivenciar corporalmente o poder/falta de poder segundo contexto social, económico ou profissional</p> <p>2.Desenvolver ferramentas de expressão e criatividade teatral, Pesquisa conjunta sobre temas relativos à IG; Trabalhar: capacidade de reflexão e síntese enquanto ferramentas criativas; capacidades de improvisação</p> <p>3. Contactar com o trabalho de mulheres artistas, Aprofundar a sensibilidade e vocabulário artístico</p>	<p>Música com diferentes ritmos Fita cola de papel Objectos utilitários vários Filme <i>Pina</i> Livro <i>Mulheres Artistas</i>, Computador, Colunas Máquina Fotográfica Máquina de Filmar</p>

Lab1 Sessão 10		
26.Mar.2014		
Unidade Programática: Processo de criação Colectiva I Foco temático: Aprofundamento do trabalho criativo sobre as Cartas para o Futuro		
Sequência de exercícios	Objectivos	Materiais Utilizados
<p>1. Preparação: a. Aquecimento/relaxamento corpo/voz b. Exercícios de dicção, pronúncia e articulação</p> <p>2. Trabalho criativo a partir das cartas ao futuro: a. Variar a entoação de uma frase de acordo com o sentimento sugerido. Um grupo faz o exercício as restantes assistem b. Leitura das cartas em grupo transformando a intensidade de 1 emoção pré-determinada c. Expressão corporal a partir das cartas: 1ºGrupo caminha pelo espaço, cada pessoa com 1 carta. No centro do espaço colocam-se cadeiras para todas menos para 1. Ao sinal dado todas se sentam nas cadeiras, quem ficou de fora lê 1 excerto da carta. As restantes apenas mexem os lábios e corporalizam como se a carta lida fosse o seu próprio discurso dirigido ao público. 2ºRetiram-se as cadeiras ficando apenas 1. As participantes movimentam-se pelo espaço ao som da música. Quando a música pára quem conseguir sentar-se na cadeira lê 1 excerto da carta. As restantes improvisam movimentos induzidos pela leitura. A leitura faz-se devagar e com expressividade. Quem se movimenta não faz pausas, a ideia é conectar os seus movimentos com o que está a ouvir, conseguindo fluidez– lembrar exercícios da sessão 8 “Quem gera o movimento” e “Espelho”</p> <p>3. À procura de uma dramaturgia da IG (continuação): a. Conversa sobre os temas trabalhados na sessão</p>	<p>1. Aquecimento e consciência corporal e vocal</p> <p>2. Trabalhar a colocação da voz, dicção e entoação, Exercitar: ferramentas de expressão vocal, expressão oral aliada à expressão corporal, escuta colectiva, Trabalhar directa e fisicamente com a emoção</p> <p>3.Desenvolver ferramentas de expressão e criatividade teatral, Pesquisa conjunta sobre temas relativos à IG; Trabalhar: reflexão e síntese enquanto ferramentas criativas</p> <p>4. Compreender a reflexão colectiva como ferramenta do trabalho criativo; Mapeamento de material performativo a integrar no exercício de apresentação final</p>	<p>Cartas ao Futuro impressas 1 cadeira por pessoa, Fita cola de papel Música seleccionada, Computador, colunas Máquina Fotográfica Máquina de Filmar</p>

anterior b. Constituir grupos de 2/3 segundo proximidade dos temas e propostas cénicas apresentadas b. Compôr 1 pequena performance que sintetize os conceitos mais importantes do tema e transmita uma perspectiva crítica, com recurso a objectos c. Apresentações 4. Conversa sobre o material performativo desenvolvido ao longo da sessão passível de ser integrado no exercício de apresentação final		
--	--	--

Lab1 Sessão 11 02.Abr.2014 Unidade Programática: Processo de criação Colectiva II Foco temático: Selecção de materiais e Construção de guião para exercício final		
Sequência de exercícios	Objectivos	Materiais Utilizados
1. Retrospecção do processo do laboratório: a. Visualização de vídeos e fotografias relativos a momentos das sessões b. Cada participante destaca o considera mais significativo para o exercício final 2. Construção de guião partindo das propostas do grupo 3. Distribuição de funções 4. Levantamento de adereços necessários 5. Discussão de pormenores relativos à apresentação e marcação de ensaios	1. Mapeamento de material performativo a integrar no exercício final 2. Criação colectiva do guião 3./4./5. Preparação colectiva de exercício de apresentação final	Computador, colunas Folhas brancas Canetas Objectos utilitários vários Fita cola de papel Máquina Fotográfica Máquina de Filmar + tripé Vídeos: sessão 4 : 02 8m30s -11m40 sessão 7: 01 8m30s-13m48s sessão 13 : 01 26m40 até fim 02 início – 1m23 + 7m10 - 10m10 Fotografias do processo

Lab1 Sessão 12 09.Abr.2014 Unidade Programática: Processo de criação Colectiva III Foco temático: Aperfeiçoamento de cenas para exercício performativo final		
Sequência de exercícios	Objectivos	Materiais Utilizados
1. Aquecimento adaptado à 1ª cena do exercício final: criação colectiva de coreografia baseada nas frases de movimentos em grupo sobre estereótipos sexuais, desenvolvidas nas sessões 4 e 5 2. Leitura do guião e trabalho dramático 3. Aprimoramento das cenas seleccionadas 4. Conversa final: a. Exposição/discussão de dúvidas b. Determinação de figurinos c. Marcação de horários para ensaios no dia anterior e na tarde do dia da apresentação	1. Aperfeiçoamento de uma coreografia de grupo a partir de material desenvolvido em sessões anteriores 2. Trabalho dramático em colectivo 3. Provocar uma visão invulgar/absurda da realidade para reforçar uma ideia, Expressão crítica, Construir composições cénicas com forte componente visual com recurso à corporalidade e a objectos quotidianos, Usar a expressão e criatividade como estratégias de consciencialização e denúncia de temas associados à IG no trabalho e no emprego 4. Produção colectiva do exercício performativo	Computador, colunas Folhas brancas Canetas Objectos utilitários vários Fita cola de papel Sapatos Máquina Fotográfica Máquina de Filmar + tripé 1 guião por pessoa, Cadeiras

Lab1 Ensaios 11.Abr.2014		
Sequência de exercícios	Objectivos	Materiais Utilizados
<p>1. Visita ao espaço de apresentação no Teatro das Beiras (Covilhã): palco, régie e camarins</p> <p>2. Aquecimento corporal/vocal no palco: a. Aquecimento/relaxamento corpo/voz b. Exercícios de dicção, pronúncia e articulação</p> <p>3. Spacing: adaptação e reconhecimento do espaço através de passagem rápida pelas diferentes cenas</p> <p>4. Instalação de adereços</p> <p>5. Adaptação/Afinação de luzes e som: com apoio de técnico de som e técnico de luzes</p> <p>6. Trabalho de aperfeiçoamento de cenas e textos</p> <p>7. Dois ensaios corridos</p> <p>8. Preparação do espaço para a apresentação</p>	<p>1./2./3./4./5./6./7./8. Adaptação e reconhecimento do espaço de apresentação, ensaios corridos, preparação do espaço</p>	<p>Computador, colunas Folhas brancas Canetas Fita cola de papel Pares de sapatos vários Máquina Fotográfica Máquina de Filmar + tripé 1 guião por pessoa Adereços</p>

Lab1 Apresentação Pública de Exercício Performativo Final 12.Abr.2014		
Sequência de exercícios	Objectivos	Materiais Utilizados
<p>1. Aquecimento corporal e vocal no palco: a. Aquecimento corporal e relaxamento da voz b. Exercícios de dicção, pronúncia e articulação</p> <p>2. Verificação de adereços</p> <p>3. Apresentação de Exercício Performativo Final</p> <p>4. Conversa com o público</p>	<p>Partilha do processo do Empowerment Lab1 e consciencialização para a importância da Igualdade de Género</p>	<p>Adereços: Fita cola de papel Pares de sapatos masculinos, femininos e unisexo</p> <p>1. Bonecos/família Bigode Camisa branca almofada</p> <p>2. Fita métrica, régua, camisa branca, canetas, grande folha de papel enrolada, revista, lista de brinquedos, Sapato de Homem, Sapato de Mulher, corda, copos, bonecos/família, maço de folhas</p> <p>3. Lençol, fita métrica, escova de sapatos, luvas de trabalho</p> <p>4. Vendas, chaves de fendas, revistas femininas, serrote, martelo</p> <p>5. Sapatos femininos e masculinos vários + escadote</p>

A.3.2.Quadros Síntese: Planeamento das Sessões da Oficinas de Teatro/Lab2

Lab2 Sessão 0 12.Mar.2014 Apresentação Empowerment Lab2		
Sequência de exercícios	Objectivos	Materiais Utilizados
<p>1. Apresentação a. Jogo com bola: grupo em círculo lança bola entre si b. Lançar nomes: lançar bola dizendo nomes a cada lançamento</p> <p>2. Apresentação do Empowerment Lab2: a. Distribuir cadernos/canetas para diário de bordo b. Apresentação do Lab2: componentes, desenvolvimento e conteúdos gerais das sessões c. Acertar dia/horário de sessões d. Expor condições de participação: pontualidade, assiduidade, limite de faltas (2) após as quais se considera a continuação da participação e. Explicar que se pretende desenvolver um documentário sobre o processo dos Labs f. Avisar que ainda se aceitam inscrições, caso conheçam alguém interessada</p> <p>3. Aproximação do grupo: a. Singularidades: escrever característica pessoal num papel, o grupo adivinha a quem pertence cada característica b. Apertar mãos: exploração do movimento como catalisador de cumplicidades c. Círculo de nós: Em círculo de mãos dadas, sem nunca largar as mãos, afastar ao máximo, aproximar ao máximo, passam por cima e por baixo das mãos dadas umas das outras até já não haver possibilidade de se moverem, aí tentar desfazer os nós sem largar as mãos até se recuperar o círculo inicial d. Corrente energética: grupo em círculo de mãos dadas e olhos fechados, passa estímulo através da pressão das mãos</p> <p>4. Distribuir Acordo de Participação e cedência de direitos de imagem para preencher e assinar</p>	<p>1./3. Conhecimento e aproximação entre a equipa e o grupo de participantes</p> <p>2./4. Apresentação do Empowerment Lab1: Programa de Conteúdos / Esclarecimento de Dúvidas / Acordo de Participação</p>	<p>Música, Leitor de cd's 2 Bolas pequenas Papel dividido, Caneta Saco Cadernos, Canetas Folhas com Acordo de Participação Máquina Fotográfica</p>

Lab2 Sessão 1		
12.Mar .2014		
Unidade Programática: Apresentação de Si I Foco temático: Formas que (re) Apresentam		
Sequência de exercícios	Objetivos	Materiais Utilizados
<p>1. Ritual de início: grupo em círculo lança bola entre si 1º “Elencar nomes” 2º Dizer palavras associadas à prática de teatro</p> <p>2. Aquecimento corporal criativo: a monitora propõe uma narrativa que acompanha o aquecimento corporal</p> <p>3. Desformatar: Com música, o grupo caminha livremente pelo espaço, a monitora estabelece um código simples de estímulo-resposta ao qual o grupo vai reagir, à medida que o exercício evolui o código complica-se: Estímulo/1palma Resposta/Congelar - 2palmas/Encostar à parede - 3palmas/Agarrar a pessoa mais próxima - 4palmas/Formar círculo de mãos dadas À palavra CAMINHAR retoma-se a caminhada.</p> <p>4. Imagem e forma corporal: a. Sem sair do lugar escrever o nome no espaço com a mão variando os factores de movimento: Planos, Direcções, Extensões, Caminho (segundo Método Laban) b. Em deslocamento escrever o nome com diferentes partes do corpo e explorar os factores do movimento. c. Apresentações conjuntas: metade de grupo observa, a outra metade desenvolve o exercício</p> <p>5. Mapa corporal: a. A pares, uma instala o corpo na folha de papel de cenário numa posição confortável e que seja suportável durante algum tempo. A outra delinea o corpo a lápis. Após o primeiro mapa estar completo, trocam. b. Exposição e observação dos mapas corporais</p> <p>6. Conversa em grupo sobre a experiência de cada uma ao longo da sessão.</p>	<p>1. Identificação, descontração, preparação</p> <p>2. Aquecimento psicomotor, Consciência corporal</p> <p>3. Exercitar a resposta rápida e a memória, Relacionamento interpessoal.</p> <p>4. Explorar diferentes factores de movimento (planos, direcções, extensões, caminhos), Consciência corporal incidindo sobre a imagem e a forma, Desenvolver gramática expressiva</p> <p>5. Trabalhar a proximidade e a confiança, Desenvolver ferramentas criativas multidisciplinares, Exploração do esquema corporal e das dimensões corporais</p>	<p>Bola</p> <p>X-acto</p> <p>Computador + colunas</p> <p>Música selecionada</p> <p>1 folha de papel de cenário grande por pessoa</p> <p>Lápis de cor/canetas</p> <p>Máquina Fotográfica</p> <p>Máquina de Filmar + tripé</p>

Lab2 Sessão 2		
16.Abr.2014		
Unidade Programática: Apresentação de Si II Foco temático: Formas que (re) Apresentam II		
Sequência de exercícios	Objetivos	Materiais Utilizados
<p>1. Exercício Árvore: Grupo em círculo: a. De pé, de olhos fechados, examinar o interior do corpo, perceber as zonas de tensão ou dor. b. Libertar as articulações e descontrair o tronco e os ombros. c. Associar as diferentes zonas do corpo a partes de uma árvore d. Trabalhar a respiração com movimentos de expansão e contracção dos braços e. Sonorizar a respiração e, com as mãos, sentir os seus movimentos de expansão e contracção</p> <p>2. Um gesto sobre mim: Grupo em círculo, cada participante propõe 1 gesto que expresse a sua pessoa. Após todas terem proposto o gesto, o grupo reproduz os diferentes gestos em sequência</p> <p>3. Reflexão pessoal como ponto de partida criativo: a. Criação de uma imagem plástica sobre o mapa corporal com recurso a guaches, canetas, lápis, recortes de revistas, lápis de cor/cera tendo como objetivo a criação de uma imagem plástica que reflita sobre: 1º Como é</p>	<p>1.Aquecimento/consciência corporal e vocal, Sintonia entre o grupo</p> <p>2. Criar frases de movimento a partir de acções básicas, Exercitar: memória, expressão e criatividade, Consciência corporal incidindo sobre a imagem e forma corporal, Relacionamento interpessoal</p> <p>3. Desenvolver ferramentas de expressão e percepção, Autoconhecimento, Explorar estratégias informais de apresentação pessoal e conhecimento interpessoal,</p>	<p>Leitor CDs + música selecionada</p> <p>1 folha papel cenário por pessoa (com esboço de mapa corporal)</p> <p>Lápis de cor/cera/canetas/guaches, Pincéis</p> <p>Base para guaches + água</p> <p>Fita cola de papel</p> <p>Máquina Fotográfica</p> <p>Máquina de Filmar + tripé</p>

<p>que eu me vejo? 2º Quais são os meus sonhos? b. Visita aos mapas corporais</p> <p>4. Conversa em grupo sobre a experiência de cada uma ao longo da sessão</p>		
---	--	--

Lab2 Sessão 3		
23.Abr .2014		
Unidade Programática: Apresentação de Si III Foco temático: Conhecer através dos sentidos		
Sequência de exercícios	Objectivos	Materiais Utilizados
<p>1. Preparação: sentir a respiração, o corpo, o espaço e as outras: a. Deitar no chão, olhos fechados, inspirar e expirar profundamente. Concentrar na respiração a entrar/sair do corpo. Tornar a respiração profunda e lenta. Prestar atenção ao exterior: Sentir o contacto da pele com a roupa, com o ar e com o chão, Distinguir todo o tipo de sons que se conseguem ouvir dentro da sala e fora da sala, Sentir a presença de outras pessoas dentro da sala, procurar ouvir as respirações, Concentrar novamente na respiração a entrar /sair do corpo b. Abrir os olhos devagar, espreguiçar, bocejar, levantar lentamente, alongar caminhando</p> <p>2. Conduzir/Ser conduzida: a pares uma pessoa venda os olhos, a outra é a guia, sem troca de palavras, apenas através do contacto da mão no ombro da pessoa vendada, caminhar pelo espaço. O objectivo é descontrair o corpo e concentrar no toque da guia. A guia procura proporcionar à outra uma experiência de descoberta do espaço que privilegie os outros sentidos (toque, audição, olfacto)</p> <p>3. Sensações: Grupo em círculo com os olhos vendados, a monitora faz passar vários objectos/elementos com diferentes texturas, pesos, formas e cheiros - as participantes tentam perceber o que cada objecto lhes transmite</p> <p>4. Viagem de olhos vendados em grupo: a. Forma-se uma fila indiana, todas vendam os olhos menos a 1ª da fila que é a condutora, todas seguram os ombros de quem está a frente. Troca-se de condutora b. Vendar os olhos da condutora. O grupo caminha por momentos guiado pela monitora c. Instalar cada pessoa numa diferente zona do espaço d. Conduzir cada pessoa para a frente do espelho – olhar o espelho – vendar de novo – instalar numa zona do espaço f. Cada pessoa tenta perceber em que lugar da sala está situada e uma a uma dizem alto g. Cada pessoa caminha até ao sítio que considera ser o centro da sala. h. Tirar as vendas devagar i. Distribuir uma folha e uma caneta por cada participante. Em silêncio, escrever tudo o que surgir no pensamento sobre a experiência que vivenciaram de olhos vendados j. Em círculo cada uma partilha o seu texto</p> <p>5. Gestos para sensibilidade: Grupo em círculo, cada pessoa propõe 1 gesto que exprima o que é para si sensibilidade. Após todas terem proposto 1 gesto, o grupo reproduz os diferentes gestos em sequência</p>	<p>1.Aquecimento/consciência corporal, Exercitar a respiração, Despertar os sentidos para os pormenores, Sintonia entre o grupo</p> <p>2. Trabalhar: relação de confiança, comunicação não-verbal, tacto/ toque/ contacto e equilíbrio</p> <p>3. Exploração sensorial, Relacionar emoção e sensação.</p> <p>4. Fortalecer a confiança individual e grupal, Trabalhar: comunicação não-verbal, tacto/contacto/ toque, equilíbrio e relação interpessoal, Ampliar a auto-percepção, Explorar a escrita criativa</p> <p>5. Criar frases de movimento a partir de acções básicas, Exercitar: memória, expressão e criatividade, Consciência corporal incidindo sobre a imagem e forma corporal, Relacionamento interpessoal</p>	<p>Lençóis/mantas Vendas 1 por participante Folhas e canetas 1 por participante Objectos para exploração sensorial, Leitor de CDs + CDs seleccionados Máquina Fotográfica Máquina de Filmar + tripé</p>

Lab2 Sessão 4 07.Mai .2014 Unidade Programática: Apresentação de Si Foco temático: Conhecer e Dar a Conhecer		
Sequência de exercícios	Objetivos	Materiais Utilizados
<p>1. Consciência corporal/vocal: a. compreender o movimento corporal a partir do movimento respiratório</p> <p>2. Gestos para sensibilidade: Grupo em círculo, cada pessoa propõe 1 gesto que exprima o que é para si Comunidade. Após todas terem proposto 1 gesto, o grupo reproduz os diferentes gestos em sequência tentando recuperar e integrar as gestualidades encontradas em outras sessões</p> <p>3. Cruzar olhares: Caminhar livremente pelo espaço, ao sinal dado parar frente a frente com alguma distância, olhos nos olhos, trocar de lugar sem perder o contacto ocular, seguir ao sinal dado</p> <p>4. Conhecer/Dar a conhecer: a. A pares, elaborar uma investigação criativa dirigida uma à outra b. Apresentações das pessoas investigadas no espaço cénico</p>	<p>1. Preparação psicomotora, Consciência corporal através da respiração</p> <p>2. Criar frases de movimento a partir de ações básicas, Exercitar: memória, expressão e criatividade, Consciência corporal incidindo sobre a imagem e forma corporal, Relacionamento interpessoal</p> <p>3. Exercitar o contacto com o olhar</p> <p>4. Desconstruir a apresentação de si, Relacionamento interpessoal, Trabalhar: concentração, confiança e comunicação</p>	<p>1 cadeira por pessoa Computador + música selecionada + colunas Máquina Fotográfica Máquina de Filmar + tripé Fita-cola de papel</p>

Lab2 Sessão 5 14.Mai .2014 Unidade Programática: Corporalidade Colectiva Foco temático: Estereótipos sexuais		
Sequência de exercícios	Objetivos	Materiais Utilizados
<p>1. Preparação: a. Caminhar livremente atentando à postura corporal e respiração b. Expansão/contractão de movimentos aliadas à inspiração e expiração</p> <p>2. Caminhar/Movimentar em função das instruções dadas: 1º Com passo acelerado / arrastado / dançado / lento / e mais lento 2º Variando os planos: deslocar no plano baixo / médio / alto 3º Caminhar como uma boneca de madeira, de trapos, de pedra, de plasticina, de gelo, de nuvens 4º Movimentar pelo espaço segundo os quatro elementos (água, fogo, terra e ar), ao som da música</p> <p>3. Coordenação colectiva: realizar um conjunto de ações muito precisas em simultâneo - sentar, levantar e caminhar à volta de uma cadeira</p> <p>4. Trabalho sobre o estereótipo sexual: a. Conversa sobre o conceito: lembrar 1ª sessão de Igualdade de Género (voltar ao desenho do homem /mulher tipo) b. Distribuição de palavras de quadro de estereótipos, 2 conjuntos de palavras por pessoa (um relativo ao feminino, outro ao masculino) Fonte: Amâncio, L. (1994), <i>Masculino e Feminino: A Construção Social da Diferença</i>, Porto, Afrontamento c. Pesquisa de vocabulário de estereótipos masculino/feminino: cada pessoa procura construir 1 sequência de ações-estereótipo que expresse cada conjunto de palavras: 1º femininas 2º masculinas Melhorar cada ação no sentido da sua simplificação d. Apresentações e. Conversa sobre o exercício, análise das ações executadas e relação que estabelecem com o conceito de estereótipo</p> <p>5. Visualização de vídeos publicitários que</p>	<p>1. Preparação psicomotora, Consciência corporal através da respiração</p> <p>2. Exercitar: peso corporal, massa muscular, planos de movimentos, articulações, respiração, Exploração expressiva do movimento</p> <p>3. Trabalhar o colectivo: consciência, concentração, coordenação, escuta e respiração</p> <p>4. Compreender e desconstruir o conceito de estereótipo através da exploração de vocabulário corporal masculino e feminino, Desenvolver gramática expressiva e criativa, Composição corporal temática, Explorar o movimento do individual para o colectivo</p> <p>5. Analisar os media e a publicidade como agentes multiplicadores de estereótipos sexuais</p>	<p>1 cadeira por pessoa Computador + música selecionada + colunas Máquina Fotográfica Máquina de Filmar + tripé</p> <p>Quadro de estereótipos retirado de Amâncio, L., <i>Masculino e Feminino: A Construção Social da Diferença</i>, Porto, Afrontamento, 1994 - 2 conjuntos de palavras por pessoa (um relativo ao feminino, outro ao masculino)</p> <p>VÍDEO: <i>Gender in commercials</i> 6m20 http://www.youtube.com/watch?v=UPuEo1f_nlw</p>

apresentação perspectivas estereotipadas		
--	--	--

Lab2 Sessão 6 21. Mai.2014		
Unidade Programática: Corporalidade Colectiva II Foco temático: Porque é que existe desigualdade de poderes entre mulheres e homens?		
Sequência de exercícios	Objectivos	Materiais Utilizados
<p>1. Preparação: Formas de caminhar As participantes caminham, em silêncio, ocupando o espaço de uma forma homogénea a. Visualizar o corpo por dentro, imaginar o esqueleto em movimento, massajar possíveis tensões b. Caminhar ao som da música, em função das instruções dadas: 1º Acelerar - Arrastar - Dançar 2º Variando os planos: plano baixo – plano médio – plano alto 3º Representar a forma de caminhar de diferentes tipos de pessoas respeitando os diferentes planos, segundo indicações da monitora</p> <p>2. Corpo-Pêndulo Em grupos de 3, deixar o corpo movimentar-se como um pêndulo, sendo amparada pelas outras duas. Trocar de posições.</p> <p>3. Gestos para homem: Grupo em círculo, cada pessoa propõe 1 gesto que exprima o que é para si Homem. Após todas terem proposto 1 gesto, o grupo reproduz os diferentes gestos em sequência tentando recuperar e integrar as gestualidades encontradas em outras sessões</p> <p>4. Desenvolvimento da expressão vocal e corporal: a. Distribui-se 2 frases por participante (frases depreciativas sobre as mulheres) b. Variar a entoação das frases de acordo com os sentimentos sugeridos. Grupo dividido em 2: 1 grupo faz o exercício, 1 vez com cada frase, as restantes participantes assistem</p> <p>5. Pesquisa temática: Porque é que existe desigualdade de poderes entre mulheres e homens? a. Leitura individual de excertos dos seleccionados b. Cada pessoa selecciona excertos dos textos e trabalha uma leitura expressiva c. Apresentação e discussão do tema a partir das leituras</p>	<p>1. Preparação psicomotora, Desenvolvimento de gramática expressiva, Vivenciar corporalmente o poder/falta de poder segundo contexto social, económico ou profissional</p> <p>2. Fortalecer a confiança de grupo e individual</p> <p>3. Criar frases de movimento a partir de acções básicas, Exercitar: memória, expressão e criatividade, Consciência corporal incidindo sobre a imagem e forma corporal, Relacionamento interpessoal</p> <p>4. Trabalhar a colocação da voz, dicção e entoação, Exercitar: ferramentas de expressão vocal, expressão oral aliada à expressão corporal, escuta colectiva, Trabalhar directa e fisicamente com a emoção</p> <p>4. Pesquisa temática performativa</p>	<p>Leitor de Cd + música selecionada Máquina Fotográfica Máquina de Filmar + tripé Fita-cola de papel</p> <p>Excertos dos livros: <i>Segundo Sexo</i> vol.II/Beauvoir p.536, <i>Um quanto só para si</i>/Woolf p.68, <i>Dominação Masculina</i>/Bourdieu p.136, <i>Dicionário de crítica feminista/Androcentrismo + Patriarcado, Segundo Sexo</i> I/Beauvoir, p. 226</p>

Lab2 Sessão 7 29.Mai .2014		
Unidade Programática: Dramaturgias para a igualdade de género I Foco temático: Conceitos de Igualdade de Género: Visibilidade, Poder, Participação e Igualdade		
Sequência de exercícios	Objectivos	Materiais Utilizados
<p>1. Brainstorming sobre os 4 conceitos Visibilidade, Poder, Participação e Igualdade: Há volta de uma folha de papel de cenário o grupo discute e escreve acções relativas aos conceitos</p> <p>2. Expressar acções: O grupo movimentar-se livremente pelo espaço ao som da música. A monitora lança uma das acções sugeridas relativas aos 4 conceitos. Cada participante desenvolve a acção no espaço cénico. Quando se ouve PAUSA todas ficam estáticas. Ao sinal voltam a movimentar-se livremente.</p>	<p>1. Discussão temática</p> <p>2. Trabalhar : expressão, criatividade improvisação, estímulo-reação</p> <p>3. Criar frases de movimento a partir de acções básicas, Exercitar: memória, expressão e criatividade, Consciência corporal incidindo sobre a imagem e forma corporal, Relacionamento interpessoal</p> <p>4. Consciência colectiva e da individualidade dentro do colectivo, Explorar a corporalidade como</p>	<p>Folha de papel cenário, Marcadores de cores várias Objetos que expressam conceitos (trazidos pelas participantes) Fita-cola de papel Computador + Músicas selecionadas + colunas Máquina Fotográfica Máquina de Filmar + tripé</p> <p>Fotografias de obras</p>

<p>3. Gestos para igualdade: Grupo em círculo, cada pessoa propõe 1 gesto que exprima o que é para Igualdade. Após todas terem proposto 1 gesto, o grupo reproduz os diferentes gestos em sequência tentando recuperar e integrar as gestualidades encontradas em outras sessões</p> <p>4. Exercício do cardume: O grupo forma um bloco. Tentar encontrar uma respiração e deslocação comum: 1ª virar cabeça/olhar para a frente, para a esquerda, a direita e trás 2º passos sincronizados para a frente 3º virar cabeça/olhar + passos sincronizados para frente, direita, esquerda, trás 4º A esta deslocação cada pessoa acrescenta um movimento das gestualidades pesquisadas</p> <p>5. Exploração temática: Visibilidade, Poder, Participação e Igualdade a. Cada participante apresenta no espaço cénico os objectos que trouxe relativos aos conceitos em foco b. Em círculo faz-se passar os objectos relativos ao tema e propõe-se que, esquecendo a função dos objectos, se encontrem novas significações segundo a sua forma</p> <p>6. Mulheres artistas: Visualização, análise e discussão de algumas obras de mulheres artistas</p> <p>7. Desafio de expressão escrita: todos os dias escrever no diário de bordo algo que cada participante tenha vontade de dizer ao mundo</p>	<p>ferramenta criativa</p> <p>5. Explorar: poder performativo do objecto, capacidades criativas a partir de um objecto, ideia de símbolo/metáfora</p> <p>6. Contactar com o trabalho de mulheres artistas, Aprofundar a sensibilidade e vocabulário artístico</p> <p>7. Aprofundar a expressão escrita, Aproximação laboratório-quotidiano, Motivar a reflexividade</p>	<p>das artistas: Aino Kannisto, Ana Maria Maiolino, Ana Mendieta, Artemisia Gentileschi, Betye Saar, Francesca Woodman, Frida Kahlo, Guerrilla Girls, Hannah Hoch, Louise Bourgeois, Nancy Spero, Niki de Saint Phalle, Paula Rego, Zanele Muholi</p>
--	--	--

<p>Lab2 Sessão 8 05.Jun .2014 Unidade Programática: Dramaturgias para a igualdade de género II Foco temático: Dimensões da Igualdade de Género</p>		
Sequência de exercícios	Objectivos	Materiais Utilizados
<p>1. Preparação: Quem gera o movimento? Com o grupo em círculo, define-se uma pessoa para sair da sala enquanto as restantes combinam quem vai ser a geradora do movimento que todas procuram reproduzir. Chama-se a jogadora que saiu, que tenta perceber quem está a iniciar os movimentos</p> <p>2. Exploração criativa do tema Dimensões da Igualdade de Género</p> <p>2.1. Discussão: O que é IG no Trabalho e no Emprego? a. As participantes expõem perspectivas e experiências pessoais relativas ao tema b. Leitura rápida de artigos do Código do Trabalho relativos à igualdade e não discriminação de género</p> <p>2.2. Esculpir a. Distribui-se 1 tema relativo à IG no trabalho e no emprego e um texto por participante b. Leitura dos textos c. Cada participante esculpe uma “estátua” que representa a sua perspectiva sobre o tema tendo as outras participantes como “matéria-prima”. Inverter os papéis d. Análise dos resultados discutindo os temas</p> <p>Temas explorados: i. Disparidades salariais entre mulheres e homens ii. Partilha de responsabilidades e tarefas domésticas e familiares entre mulheres e homens iii. Desequilíbrio na representação de homens e</p>	<p>1. Observação, concentração, foco, gerar e reproduzir movimentos</p> <p>2. Pesquisa conjunta sobre conceitos relativos à IG, Desenvolver ferramentas de expressão e criatividade teatral, Trabalhar: capacidade de reflexão e síntese enquanto ferramentas criativas, capacidades de improvisação</p>	<p><i>Mindmap</i> desenvolvido na sessão anterior, Marcadores de cores várias Objetos que expressam conceitos (trazidos pelas participantes) Fita-cola de papel Computador + Músicas selecionadas + colunas Máquina Fotográfica Máquina de Filmar + tripé</p> <p>Pequenas folhas com temas a distribuir</p> <p>Código do Trabalho</p>

<p>mulheres nas diferentes categorias profissionais</p> <p>2.3. Compor o quadro/Dar vida ao quadro: criação colectiva de quadros visuais com recurso a objectos utilitários, sobre os conceitos: Visibilidade e Participação</p> <p>a. Uma pessoa de cada vez propõe, no espaço cénico, 1 posição com recurso a 1 objecto; as restantes vão completando o quadro, de acordo com o proposto, sem nunca esquecer o conceito temático e conscientes do objectivo da sua posição na cena visual</p> <p>b. Com todas as pessoas inseridas no quadro, pergunta-se a cada uma qual é o objectivo da sua posição</p> <p>c. Ao sinal dado o quadro ganha vida, as participantes improvisam a partir da posição que cada uma designou e do conceito de partida. Ao sinal dado congelam.</p> <p>d. Conversa final</p>		
---	--	--

Lab2 Sessão 9 11.Jun .2014 Unidade Programática: Dramaturgias para a igualdade de género II Foco temático: De mim para o mundo		
Sequência de exercícios	Objectivos	Materiais Utilizados
<p>1. Preparação: a. Caminhadas: caminhar com diferentes velocidades segundo os números de 1 a 5, sendo que 1 é o mais lento e 5 o mais rápido</p> <p>2. Relaxamento integral: a. Massagens em grupo: massajar cada pessoa uma a uma</p> <p>b. Deitar de olhos fechados e inspirar lenta e profundamente pelo nariz, fazer uma pequena pausa e expirar pela boca, devagar, até sair todo o ar. Concentrar apenas na inspiração e expiração. Após breves minutos: “Imaginem um dia quotidiano das vossas vidas e observem cada momento do vosso dia OBSERVEM COMO QUEM VÊ E VEJAM COMO QUEM REPARA desde o momento em que acordam... Levantam-se... persigam cada um dos vossos passos até se deitarem novamente...”</p> <p>3. Cada uma a seu tempo, abre os olhos, senta-se. Pedem-se que, partindo da experiência anterior de auto-observação, escrevam uma carta de si para si próprias</p> <p>3.1. Cada participante leu a sua carta ao grupo</p> <p>4. Exploração criativa das cartas pessoais: a. Cada participante selecciona 3/4 palavras significativas da sua carta</p> <p>b. Com o grupo em círculo, partilham-se as palavras e, em grupo, trabalha-se a sua expressão corporalmente</p> <p>c. Cada participante aperfeiçoa a frase de movimentos correspondente às suas palavras</p> <p>4.1. Teatro de sombras: propõe-se às participantes explorar os movimentos encontrados no exercício anterior recorrendo à técnica do teatro de sombras. Para tal recorre-se a uma tela branca, instalada na sala da Oficina, preparada com um projector</p> <p>a. Com a sala na escuridão, apenas com a luz do projector atrás da tela, o grupo faz algumas experiências em sombra</p> <p>b. Cada uma explora as suas frases de movimento em sombra</p> <p>c. Apresentações</p> <p>5. Conversa final</p>	<p>1. Preparação psicomotora,</p> <p>2. Exercitar: tacto e contacto, relacionamento interpessoal; Auto-estima, Desconstracção</p> <p>3. Exercitar: expressão escrita, reflexividade</p> <p>4. Exercitar: material biográfico como indutor criativo, expressão corporal e escuta colectiva; Introdução da técnica do teatro de sombras</p>	<p>Lençóis 1 folha A4/participante com texto introdutório para a carta 1 Caneta/participante, Folhas A4 Marcadores, Computador + Colunas + música seleccionada Cd Chopin Projector + tela de pano para trabalho de sombras Máquina Fotográfica Máquina de Filmar + tripé</p>

Lab2 Sessão 10		
12.Jun .2014		
Unidade Programática: Processo de Criação Colectiva I Foco temático: Selecção de materiais e Construção de guião para exercício final		
Seqüência de exercícios	Objectivos	Materiais Utilizados
<p>Antes das participantes chegarem a monitora dispõe no chão da sala materiais produzidos pelas participantes ao longo do laboratório, entre os quais: mapas corporais desenhados em papel de cenário, cartazes desenvolvidos nas sessões de Igualdade de Género e <i>mindmaps</i> sobre conceitos trabalhados.</p> <p>1. Retrospecção do processo do laboratório: a. Visualização de vídeos e fotografias relativos a momentos das sessões b. O grupo instala-se à volta dos materiais produzidos ao longo do laboratório e conversa-se sobre as expectativas de cada uma em relação ao exercício de apresentação final c. Cada participante destaca o considera mais significativo para integrar no exercício final 2. Construção de guião partindo das propostas do grupo 3.Discussão de pormenores relativos à apresentação</p>	<p>1. Construção de um fio condutor de todo o processo vivenciado pelo grupo, Mapeamento de material performativo a integrar no exercício final, 2. Criação colectiva do guião 3..Preparação colectiva de exercício de apresentação final</p>	<p>Computador + música selecionada + colunas Máquina Fotográfica Máquina de Filmar + tripé Projector de vídeo Folhas de papel A4 Canetas Objectos explorados na Oficina de Teatro</p> <p>Materiais produzidos pelas participantes ao longo do laboratório: mapas corporais desenhados em papel de cenário, cartazes desenvolvidos nas sessões de Igualdade de Género e <i>mindmaps</i> sobre conceitos trabalhados</p> <p>Livros e textos explorados na Oficina de Teatro</p>

Lab2 Sessão 11		
18.Jun .2014		
Unidade Programática: Processo de Criação Colectiva II Foco temático: Processo de criação colectiva		
Seqüência de exercícios	Objectivos	Materiais Utilizados
<p>1. Preparação: a. Aquecimento/relaxamento corpo/voz b. Exercícios de dicção, pronúncia e articulação 2. Coreografia de grupo: Criação colectiva de coreografia que reúne as gestualidades criadas para os conceitos Mulher, Sensibilidade, Comunidade e Homem e as frases de movimentos criadas a partir das cartas pessoais 3. Trabalho dramático a. Leitura do guião b. Selecção de excertos de textos das participantes (provenientes das Cartas pessoais e dos Diários de Bordo) e de textos de autores e autoras trabalhados ao longo do laboratório c. Escrita de texto que introduz o exercício 4. Distribuição de funções 5. Composição de cenas com recurso à técnica do teatro de sombras de acordo com os textos seleccionados 5.1. Levantamento de adereços necessários 6. Gravação áudio de excertos das Cartas pessoais e dos Diários de Bordo</p>	<p>1. Aquecimento e consciência corporal e vocal 2. Criação de uma coreografia de grupo a partir de material desenvolvido em sessões anteriores 3./4. Trabalho dramático em colectivo 5./6. Criação colectiva</p>	<p>Projector + tela de pano para trabalho de sombras 1 guião por pessoa Objectos/adereços Computador + música selecionada + colunas Máquina Fotográfica Máquina de Filmar + tripé Textos seleccionados</p>

Lab2 Sessão 12 25.Jun .2014 Unidade Programática: Processo de Criação Colectiva III Foco temático: Aperfeiçoamento de cenas para exercício performativo final		
Sequência de exercícios	Objectivos	Materiais Utilizados
<p>1. Preparação: a. Aquecimento/relaxamento corpo/voz b. Exercícios de dicção, pronúncia e articulação</p> <p>2. Coreografia de grupo: trabalhar frases de movimento desenvolvidas em grupo a partir dos conceitos Mulher, Sensibilidade, Comunidade e Homem e das cartas pessoais</p> <p>3. Aprimoramento das cenas de teatro de sombras</p> <p>4. Trabalho de texto: articulação, ritmo, pausas</p> <p>5. Conversa final: a. Exposição/discussão de dúvidas b. Determinação de figurinos c. Marcação de horários para ensaios no dia anterior e na tarde do dia da apresentação</p>	<p>1, Aquecimento e consciência corporal e vocal</p> <p>2. Aperfeiçoamento da coreografia de grupo</p> <p>3. Aperfeiçoamento das cenas de teatro de sombras</p> <p>4. Exercitar a expressão oral</p> <p>5. Produção colectiva do exercício performativo</p>	<p>Projector + tela de pano para trabalho de sombras</p> <p>1 guião por pessoa</p> <p>Adereços de cada cena</p> <p>Computador + música selecionada + colunas</p> <p>Máquina Fotográfica</p> <p>Máquina de Filmar + tripé</p>

Lab2 Ensaios 27.Jun.2014		
Sequência de exercícios	Objectivos	Materiais Utilizados
<p>1. Visita ao espaço de apresentação no Teatro das Beiras (Covilhã): palco, régie e camarins</p> <p>2. Aquecimento corporal/vocal no palco: a. Aquecimento/relaxamento corpo/voz b. Exercícios de dicção, pronúncia e articulação c. Coreografia de grupo</p> <p>3. Spacing: adaptação e reconhecimento do espaço através de passagem rápida pelas diferentes cenas</p> <p>4. Instalação de adereços</p> <p>5. Adaptação/Afinação de luzes e som: com apoio de técnico de som e técnico de luzes</p> <p>6.Trabalho de aperfeiçoamento de cenas e textos</p> <p>7. Ensaio corrido</p> <p>8. Preparação do espaço para a apresentação</p>	<p>1./2./3./4./5./6./7./8. Adaptação e reconhecimento do espaço de apresentação, ensaios corridos, preparação do espaço</p>	<p>Adereços: 1 Cadeira, 1 Banco, 1 Lápis, Filtros para projector de luz laranja e vermelho, Frasco de vídeo, Livro com texto de Olive Schreiner, Novelas, Leque, Livro de Simone Beauvoir, Pano, Cabeleira, Livro <i>Novas Cartas Portuguesas</i>, Berbequim, Martelo, Chave de fendas, Bonecas de vários tamanhos, Renda</p> <p>Texto para introdução</p> <p>Máquina Fotográfica</p> <p>Máquina de Filmar + tripé</p>

Lab2 Apresentação de Exercício Performativo Final 28.Jun .2014		
Sequência de exercícios	Objectivos	Materiais Utilizados
<p>1. Aquecimento corporal e vocal no palco: a. Aquecimento corporal e relaxamento da voz b. Exercícios de dicção, pronúncia e articulação c. Coreografia de grupo</p> <p>2. Verificação de adereços</p> <p>3. Apresentação de Exercício Performativo Final</p> <p>4. Conversa com o público</p>	<p>Partilha do processo do Empowerment Lab2 e consciencialização para a importância da Igualdade de Género</p>	<p>Adereços</p> <p>Figurinos</p>

Anexo 4

A. 2.1. Diário de Bordo – Oficina de Teatro/Lab1

Ação: Empowerment Lab1				
Contexto de Intervenção: NÓS - Projecto de Acção Social e Artística Quarta Parede				
Componente: Igualdade de Género – Teatro - Empregabilidade				
Mestranda/Monitora: Sílvia Pinto Ferreira				
Sessão 0	Data 04.12.2013	Hora 18h15-20h45	Local Teatro das Beiras	Nº. Presenças 8

Descrição da Sessão
<p>A primeira sessão do Empowerment Lab1 dirigido a estudantes universitárias definiu como principais objectivos o conhecimento e aproximação entre a equipa de implementação do laboratório e as participantes, bem como a apresentação do programa.</p> <p>Compareceram a esta primeira sessão 8 participantes, sendo que as restantes três avisaram que só poderiam comparecer a partir da segunda sessão.</p> <p>Para esta sessão inaugural pretendeu-se proporcionar uma primeira experiência que, logo à partida, valoriza-se a abordagem metodológica escolhida para os Empowerment Labs que consiste na aplicação da expressão e criatividade como estratégia de promoção de relações significativas e de oportunidades de aprendizagem, participação, implicação e mudança. Neste sentido, o planeamento desta sessão concentrou-se em dinâmicas que privilegiam o pensar/conhecer fazendo, num ambiente aberto e informal, preocupado tanto com as especificidades de cada participante quanto com a realidade social do grupo. Dividiu-se a sessão em dois momentos, primeiro desenvolveram-se alguns exercícios, e depois fez-se a apresentação do Empowerment Lab1.</p> <p>Os quatro exercícios realizados, dirigidos por mim, visaram proporcionar descontração, proximidade e confiança entre o grupo. A organização do grupo em círculo foi a proposta de arranque. Um círculo amplo, onde todas as pessoas se vêem, que não cria hierarquias entre participantes e equipa de implementação do Lab (Rui Sena e eu, da Quarta Parede e Catarina Sales, representante da UBIgual, parceira do projecto).</p> <p>O primeiro exercício propôs ao grupo tentar alcançar fluidez na circulação de duas bolas através de lançamentos rápidos. Aqui a componente lúdica funcionou como indutora de descontração e o móbil-bola permitiu trabalhar a ideia de foco. Depois continuou-se em círculo apenas com uma bola, tendo cada pessoa que dizer o seu nome a cada lançamento. Este exercício complexificou-se, passando cada pessoa a acrescentar ao seu nome e o nome de todas as pessoas por quem a bola ia passando. Aqui o objectivo principal não foi conseguir elencar todos os nomes, mas sim criar familiaridade e identificar cada pessoa. Apesar do visível divertimento do grupo, houve bastantes dificuldades em elencar todos os nomes, o que permitiu introduzir princípios importantes da Oficina de Teatro, como a concentração, a aceitação do erro e o espírito de equipa (combinou-se no momento que, sempre que alguém não se recordasse do nome seguinte, o grupo ajudava).</p> <p>Seguiu-se um exercício que visou criar proximidade e abertura entre o grupo, exercitar o sentido de observação e atentar às singularidades de cada pessoa. Pediu-se para, anonimamente, cada pessoa escrever num papel uma característica pessoal muito específica. Reunidos todos os papéis, o grupo procurou, através da observação minuciosa, descobrir a quem pertencia cada característica. Foi surpreendente perceber como cada pessoa reagiu positivamente a este exercício e, como, juntando todas as características, foi possível esboçar um “mapa de potencialidades” do grupo. Decidiu-se registar este “mapa de potencialidades” para se trabalhar na Oficina de Teatro.</p> <p>O terceiro exercício teve como objectivo trabalhar a deslocação e observação no sentido de uma primeira abordagem ao espaço e explorar o movimento como catalisador de cumplicidades. Do caminhar descontraído, passou-se ao caminhar implicado primeiro na observação minuciosa do espaço, depois na observação das pessoas em redor e, por fim, no contacto físico entre o grupo. Este exercício permitiu perceber como é importante trabalhar a concentração, a consciência corporal, a observação e escuta activa, uma vez que o deixar a organização em círculo, passando-se para o caminhar livre, rapidamente deu azo a uma maior dispersão do grupo. A este exercício faltou um momento de reflexão mais profundo, que foi muito superficial porque, considerei ser mais produtivo aproveitar a energia para o exercício final que exigiu que o grupo permanecesse imóvel algum tempo. Este último exercício designado como “corrente energética” desenvolveu-se com o grupo em círculo de</p>

mãos dadas e olhos fechados. Pediu-se a cada pessoa para, ao receber o estímulo “pressão sobre a mão”, o transmitisse a uma das pessoas a quem dava a mão. Aqui regressou a concentração (que apenas pairou no exercício anterior) e conseguiu-se instalar serenidade e conexão entre participantes. A conversa final comprovou esta ideia.

Passou-se ao segundo momento, que, através de uma conversa informal, foi espaço para:

- Distribuir cadernos sugerindo a criação de diários de bordo pessoais
- Escrever na primeira página do diário de bordo o “mapa de potencialidades” do grupo
- Apresentar o Lab explicando em que consiste cada uma das suas componentes (Igualdade de Género, Empregabilidade e Oficina de Teatro)
- Verificar se o horário é acessível para toda a gente: porque uma participante não pode estar às 18h, acordou-se começar-se às 18h15
- Expor as regras e explicar o porquê de cada uma: pontualidade, assiduidade, limite de faltas (2) após as quais se pondera a continuação da participação
- Combinar o uso de roupa quente e descontraída apta para trabalho corporal
- Explicar que se pretende fazer um vídeo-documentário sobre o processo dos Lab
- Ler e assinar o Acordo de Participação que inclui a cedência de direitos de imagem
- Avisar que se aceitam mais algumas inscrições e apelar á divulgação
- Exposição e esclarecimento de dúvidas

Aspectos positivos: abertura, disponibilidade e boa disposição do grupo; participantes oriundas de áreas de especialização distintas (sociologia, psicologia, empreendedorismo e trabalho social, ciências farmacêuticas, design de moda, comunicação...); espaço amplo e com diferentes potencialidades (área multiusos e pequeno palco)

Aspectos negativos: não comparecimento de todas as participantes inscritas

Ação: Empowerment Lab1

Contexto de Intervenção: NÓS - Projecto de Acção Social e Artística | Quarta Parede

Componente: Oficina de Teatro

Mestranda/Monitora: Sílvia Pinto Ferreira

Sessão	Data	Hora	Local	Nº. Presenças
1	08.01.2014	18h15-20h45	Teatro das Beiras	7

Descrição da Sessão

Esta sessão, primeira efectiva da Oficina de Teatro, introduziu a unidade programática “Apresentação de Si”, dedicada a uma apresentação progressiva focada na individualidade das participantes e geradora de aproximação e confiança entre o grupo.

Nesta sessão mudámos de espaço, para a sala de exposições do Teatro das Beiras, uma vez que esta sala tem mais luminosidade e é mais quente. De forma a transformar a Oficina de Teatro num espaço e num tempo extra-quotidiano, delimitou-se com fita crepe um “espaço cénico” no chão da sala, reservado para os momentos de apresentação.

Comecei por pedir às participantes para se organizar em círculo e para, enquanto lançavam uma bola entre si, dizerem palavras que associassem a Teatro. Este ritual de início em roda, funciona muito bem para criar disposição para a oficina e identificação entre as participantes.

Seguiu-se o trabalho de consciência corporal acompanhado de uma narrativa contada por mim que dirigia os movimentos físicos. As participantes responderam positivamente a este exercício. No seguimento do aquecimento, desenvolveram-se mensagens criativas que trabalham a consciência do peso corporal e o toque/contacto entre participantes. Este exercício decorreu com concentração e empenho por parte de todo o grupo.

Neste momento fugi um pouco ao planeamento por considerar que o exercício que se seguia não se aplicava a esta primeira sessão. Decidi então, considerando os objectivos traçados, desenvolver uma variante do “Jogo das Estátuas” que às regras comuns deste jogo, acrescentava: seleccionar uma das “estátuas” em cada momento de pausa, atribuir-lhe um título em grupo e todo o grupo reproduzir a estátua seleccionada. No fim do exercício fez-se uma sequência de todas as estátuas. A componente lúdica deste jogo (muito motivada pela música seleccionada) facilitou a expressão individual e a interacção entre as participantes.

Seguiu-se um exercício completamente dirigido à “Apresentação de Si”, denominado “Conhecer/Dar a conhecer”, que pede às participantes para, a pares, elaborarem uma

investigação criativa dirigida uma à outra. Para além de trabalhar o relacionamento interpessoal, este exercício contempla um momento de apresentação da outra, que desconstrói a apresentação no seu sentido mais formal e trabalha conceitos básicos da prática teatral (ex.: espaço cénico, bastidores, preparação, entrar em cena/sair de cena, precisão, confiança e improvisação). As participantes manifestaram muito entusiasmo na realização do exercício. De destacar a concentração manifestada nas apresentações, tanto por quem estava “em cena”, como pelo público.

A sessão terminou com um exercício que pediu a cada participante para compor uma estátua “auto-retrato”, ou seja, uma posição corporal capaz de sintetizar uma visão sobre si própria. No sentido de adquirir uma maior consciência do trabalho de composição, pediu-se também para cada uma registar o seu processo de composição recorrendo a conceitos-chave, desenhos e/ou pequenas notas esquemáticas. No fim apresentaram-se as estátuas no espaço cénico. Seria desejável ter-se feito a partilha dos registos do processo de composição de cada uma, para a qual não houve tempo, passando-se para a conversa final sobre o desenvolvimento da sessão que também foi muito rápida. Na próxima sessão terei que ter o cuidado de reservar mais tempo para a conversa final. No fim pedi às participantes para, para a próxima sessão, trazerem 6 objectos que considerem caracterizar a sua pessoa.

Aspectos positivos: disponibilidade, concentração e boa energia do grupo; mudança de espaço para uma sala multiusos com mais luminosidade e conforto

Aspectos negativos: o não comparecimento de todas as participantes inscritas; a falta de pontualidade da maior parte das participantes (atrasa o início da sessão e reduz o tempo de cada exercício)

Ação: Empowerment Lab1

Contexto de Intervenção: NÓS - Projecto de Acção Social e Artística | Quarta Parede

Componente: Oficina de Teatro

Mestranda/Monitora: Sílvia Pinto Ferreira

Sessão	Data	Hora	Local	Nº. Presenças
2	15.01.2014	18h15-20h45	Teatro das Beiras	7

Descrição da Sessão

A sessão começou por reunir as participantes em círculo, enquanto estas chegavam, executando lançamentos de bola entre si.

Começou-se por conversar sobre o funcionamento do laboratório entre os dias 17.janeiro e 17.fevereiro, determinados pela UBI como época de preparação e realização de exames. Na sessão anterior as participantes oriundas de outras cidades, comentaram que, não havendo aulas e como não tinham exames, não pensavam estar na Covilhã nessa altura. Esta questão já tinha sido abordada nas reuniões de equipa, estipulando-se que se devia perceber com o grupo a melhor forma de repor as sessões não realizadas. Combinou-se que no dia 29.janeiro haverá sessão uma vez que as participantes se encontram na Covilhã, sendo as restantes 3 sessões repostas posteriormente.

Aproveitando este momento de conversa inicial, pedi às participantes para, ao longo deste tempo de pausa no laboratório, pensarem e pesquisarem um tema associado à igualdade de género que gostassem de explorar na oficina de teatro; bem como para, no seu dia-a-dia, identificarem situações em que as questões de género são evidentes e situações em que a igualdade de género é posta em causa. Este desafio deu azo a uma conversa sobre o género e os problemas que lhe estão associados, onde as participantes expuseram as suas concepções e situações vivenciadas onde a equidade foi posta em causa, ou pelo contrário, situações que contrariam as convenções de género. Este debate, apesar de não ter sido planeado, foi muito profícuo, no sentido em que se foi estabelecendo uma relação entre as temáticas associadas à igualdade de género e os propósitos do laboratório. Uma das reflexões partiu precisamente de uma pergunta muito pertinente feita por uma das participantes: “Será que o facto de este laboratório ser só para mulheres não é discriminatório?”. Esta pergunta permitiu reflectir sobre o porquê e a importância deste grupo ser constituído só por mulheres.

Devido a esta conversa inicial, foi necessário fazer alguns ajustes no planeamento da

sessão. Assim, após um breve aquecimento, desenvolveu-se o exercício “desenhar com o corpo no espaço” que trabalha a consciência das possibilidades do corpo e do movimento pelo delinear com diferentes partes do corpo o nome no espaço. As participantes reagiram muito bem a este exercício, mostrando-se surpreendidas com os resultados das apresentações finais porque, segundo elas, viam as colegas a executar movimentos incomuns que, no seu todo, faziam sentido, parecendo que elas executavam uma dança já ensaiada. Estes comentários atestam a importância da exploração de exercícios de improvisação dirigidos, que, partindo de regras simples e bem definidas (de objectivos comuns a todas para a subjectividade de cada uma), evitam que quem está a improvisar se sinta perdida e levam à construção de uma certa coerência.

O exercício seguinte orienta-se especificamente para a “Apresentação de Si”, a “apresentação de objectos pessoais no espaço cénico”, no qual as participantes, guiadas por algumas regras de entrada, saída e posicionamento em cena; expuseram 6 objectos pessoais e os sentidos que lhe associam. As participantes mostraram-se muito motivadas na realização deste exercício, sendo possível fazer todas as apresentações de forma ininterrupta. No fim, revelaram que se sentiram emocionadas ao longo das apresentações, tanto em cena como no público, que nunca lhes tinha acontecido apresentarem-se através de objectos e como era surpreendente descobrir as outras através dos seus objectos. Para além das percepções enunciadas, procurou-se que as participantes compreendessem o poder simbólico dos objectos e como este é uma mais-valia para a expressão artística. Este exercício é o primeiro de uma sequência que culmina numa apresentação final. Por não haver tempo para realizar toda a sequência, decidiu-se continuar na próxima sessão, terminando esta com a realização de mapas corporais. Este exercício é realizado a pares em completo silêncio, uma pessoa instala o corpo numa folha de papel de cenário numa posição confortável e a outra delinea o corpo deitado a lápis de cor, invertendo-se depois os papéis. Durante o desenvolvimento deste exercício criou-se uma ambiência de grande tranquilidade e inspiração. Foi muito bonito ver as participantes a delinear e a deixarem-se delinear. No fim houve admiração e contentamento perante os mapas corporais criados e vontade de continuar a trabalhar sobre estes mapas na próxima sessão.

Aspectos positivos: conversa/reflexão introdutória geradora de sinergias entre a temática da igualdade de género e a expressão e criatividade artística; disponibilidade, concentração e boa energia do grupo.

Aspectos negativos: o não comparecimento de todas as participantes inscritas.

Ação: Empowerment Lab1				
Contexto de Intervenção: NÓS - Projecto de Acção Social e Artística Quarta Parede				
Componente: Oficina de Teatro				
Mestranda/Monitora: Sílvia Pinto Ferreira				
Sessão 3	Data 29.01.2013	Hora 18h15-20h45	Local Teatro das Beiras	Nº. Presenças 5

Descrição da Sessão
<p>Nesta sessão contámos com uma presença nova, a Juliana, que tomou conhecimento do Lab através de uma outra participante.</p> <p>Começámos por formar o círculo e, através do jogo “elencar nomes com lançamentos de bola”, fizemos a apresentação do grupo à nova participante, ao que se seguiu uma pequena conversa de introdução ao Laboratório. Passou-se para o aquecimento, com as participantes de pé organizadas em círculo, que incidiu sobretudo sobre a consciência corporal através do trabalho da respiração. Procurou-se que as participantes olhassem para dentro dos seus próprios organismos e acompanhassem os movimentos da sua respiração e também que realizassem movimentos corporais conduzidos pela respiração.</p> <p>Após o aquecimento, partimos para um exercício de exploração corporal e desenvolvimento de gramática expressiva a partir da palavra sugerida por cada uma para definir uma especificidade pessoal (exercício da sessão 0), pedi para, a pares, cada pessoa compor com o corpo da parceira uma posição fixa por cada letra desta palavra. Pedi também para trabalharem expressivamente a qualidade emotiva sugerida pela palavra. Após o trabalho de experimentação, apresentaram-se as sequências de posições a pares.</p> <p>De seguida as participantes que não estiveram na sessão anterior fizeram o exercício de apresentação dos seus objectos no espaço cénico.</p> <p>Seguimos para a continuação do trabalho sobre o desenho de mapas corporais na folha de papel de cenário desenvolvido na sessão anterior. Quem não esteve presente nesta sessão realizou o exercício de início, as restantes começaram a trabalhar logo a segunda parte do exercício que consiste na preparação de uma apresentação individual a partir da composição de uma <i>paisagem</i> em movimento tendo como espaço cénico o papel com o desenho dos contornos do corpo. Para além desta indicação, introduzi algumas linhas de direcção: marcação clara do início/fim da apresentação; instalar os objectos na folha em relação com o mapa corporal e encontrar uma narrativa na ordem pela qual se instalam; jogar com a fisicalidade dos objectos, com a relação dos objectos com o corpo e com o mapa corporal; contar a história de um objecto; trabalhar o foco do olhar; escolher uma zona da sala para a apresentação e definir a disposição do público. Uma vez que, por si só, este exercício é pleno de subjectividades, estas indicações revelaram-se importantes para a orientação da apresentação de cada participante. Decidiu-se fazer as apresentações de uma forma sequencial, sem ordem prévia e sem pausas, algo que se tornou possível devido à concentração tanto de quem apresentava quanto de quem assistia. As apresentações foram surpreendentes e revelaram muita implicação de cada uma. No fim, o grupo discutiu cada apresentação caso a caso, destacando cada uma os momentos mais significativos da sua apresentação e da apresentação das outras. Aqui pedi para focarem também pormenores técnicos (manipulação dos objectos, corporalidade, recurso à palavra ou sonoridades, resolução de problemas, etc.) e o sentido poético de cada apresentação. Salientei que no contexto deste laboratório este trabalho de exploração de materiais biográficos não pretende expor pormenores íntimos, mas explorar estratégias criativas de apresentação e conhecimento, trabalhar o sentido de implicação, presença e autenticidade e, sobretudo, ir ao encontro daquilo que queremos expressar e de como o podemos expressar criativamente.</p>
Aspectos positivos: Entrada de uma nova participante, empenho das participantes na realização dos exercícios e diálogo entre o grupo.
Aspectos negativos: o não comparecimento de todas as participantes.

Ação: Empowerment Lab1				
Contexto de Intervenção: NÓS - Projecto de Acção Social e Artística Quarta Parede				
Componente: Oficina de Teatro				
Mestranda/Monitora: Sílvia Pinto Ferreira				
Sessão 4	Data 18.02.2014	Hora 18h15-20h45	Local Teatro das Beiras	Nº. Presenças 7

Descrição da Sessão				
<p>Esta sessão, excepcionalmente a uma 3ªfeira, funcionou como a primeira reposição das três sessões que não ocorreram entre janeiro e fevereiro. Introduziu-se aqui a unidade programática “Corporalidade Colectiva”, a desenvolver ao longo de três sessões.</p> <p>Começou-se com o aquecimento orientado para a percepção do centro motor do movimento a partir da respiração. As participantes foram induzidas a, de olhos fechados, auscultar os movimentos internos do corpo; trabalhar a coordenação respiratória através de movimentos ascendentes com a inspiração e movimentos descendentes com a expiração e, também, através da expansão e contracção do corpo. Terminámos a preparação com algumas práticas de aquecimento vocal.</p> <p>O aquecimento é um momento essencial da sessão ao qual as participantes têm respondido com progressivo empenho. Neste momento procura-se a evasão da vida quotidiana e a concentração no corpo, visando criar uma maior disponibilidade para a sessão. Opta-se por começar o aquecimento à hora de início da sessão com as participantes já presentes, a fim de não se perder tempo e ritmo com a espera. Quem chega mais tarde entra no círculo.</p> <p>Passámos a dois exercícios que trabalham o relacionamento e o contacto entre participantes. Primeiro pedi às participantes para caminharem livremente pelo espaço e, ao sinal dado pela monitora, olharem - olhos nos olhos - a pessoa mais próxima e trocarem de lugar com essa pessoa sem perder o contacto com o olhar. Este trabalho sobre o olhar e o ser olhado suscitou alguns risos mas, gradualmente, as participantes atingiram a concentração necessária para alcançar os objectivos do exercício. O segundo exercício, consistiu num jogo teatral, continuando a caminhada livre pelo espaço, ao sinal dado, as participantes tinham de cumprimentar a pessoa mais próxima imaginando que esta se tratava de alguém com as características indicadas (ex.: uma amiga de infância, alguém que nos assedia por mensagens/emails...). Como o número de participantes era impar, sugeri que quem ficasse sem par poderia observar o jogo das restantes. Esta situação já aconteceu em outros exercícios e a proposta de observação tem-se revelado bastante profícua. Este jogo teatral propiciou momentos de grande divertimento entre o grupo, apesar das manifestas dificuldades em conseguir manter o jogo duplo das duplas projectarem a mesma figura entre si. Aconteceu em algumas duplas uma das pessoas assumir o papel da figura sugerida, o que, apesar de não ser objectivo do exercício, desenvolveu um interessante jogo teatral.</p> <p>Passámos ao trabalho sobre a consciência do colectivo, activando a coordenação, escuta e respiração grupal. Desafiei as participantes as realizarem um conjunto de acções muito precisas em simultâneo - sentar, levantar e caminhar à volta de uma cadeira. No início houve algumas dificuldades em conseguir executar as acções de forma sincronizada, enquanto umas esperavam que alguém tomasse a iniciativa, outras arrancavam sem atentar ao grupo. Disseram que era uma tarefa impossível e impacientaram-se um pouco. Após um trabalho centrado na procura de uma respiração comum e na definição dos tempos de cada movimento, o grupo conseguiu prosseguir autonomamente a sequência, atingindo-se uma dinâmica e consolidação muito forte. Porque os objectivos deste exercício foram amplamente cumpridos, experimentaram-se algumas variações no ritmo e distribuição das acções e também se introduziu a música o que acrescentou qualidade ao desempenho e percepção dos movimentos. As participantes mostraram-se muito agradadas com o resultado desta proposta, sendo visível a forma como contribuiu para a aproximação do grupo e para o entusiasmo em relação à oficina.</p> <p>Seguiram-se um conjunto de exercícios focados no tema desta sessão: estereótipos sexuais. Começou-se por uma conversa sobre o que significa o estereótipo orientada para o estereótipo sexual, que me permitiu perceber que o grupo domina o conceito embora tenha detectado algumas confusões com a noção de preconceito. Nesta conversa recordámos a sessão sobre igualdade de género dirigida por Catarina Sales, onde este conceito foi amplamente abordado. Passou-se para a prática, visando a compreensão e desconstrução do conceito de estereótipo através da exploração de vocabulário corporal relativo a acções</p>				

masculinas e femininas estereotipadas. Cada participante propôs duas ações-estereótipo relativas ao feminino e ao masculino. Visando o desenvolvimento de gramática expressiva exploraram-se estas ações segundo diferentes níveis de energia tentando perceber como a qualidade dos movimentos variava entre eles. Baseados na técnica de Laban, os níveis de energia explorados foram: em termos de tempo, uma atitude rápida ou lenta; em termos de peso, uma atitude relaxada ou enérgica; em termos de espaço, uma atitude flexível/indirecta ou linear/direta e em termos de fluxo, uma atitude livre ou controlada. Após esta exploração pediu-se às participantes que ajustassem as suas propostas às descobertas que possam ter feito.

Seguiu-se um exercício para o qual se dividiu o grupo em dois pequenos grupos dentro dos quais as participantes ensinaram as suas ações umas às outras com o objectivo de criarem duas frases de movimento (feminina e masculina) que integrasse as ações de todas. Foi muito interessante observar como o “exercício da cadeira” influenciou positivamente a exploração deste exercício, uma vez que rapidamente as participantes colocaram em prática os princípios de coordenação de grupo aí trabalhados. Os grupos deveriam ter apresentado o trabalho desenvolvido, uma vez que havia ainda uma actividade importante a desenvolver combinou-se fazer as apresentações na próxima sessão.

Terminámos com uma reflexão final sobre os estereótipos de género estimulada pela visualização de três pequenos vídeos que mostram exemplos de como a publicidade e os média reforçam os estereótipos e a dualidade entre os sexos. A reflexão sobre estes vídeos abriu espaço para articular as componentes de expressão e criatividade da oficina de teatro com o pensamento crítico sobre os estereótipos sexuais e a igualdade de género, permitindo às participantes melhor se apropriarem da relação entre estas áreas.

Aspectos positivos: Pontualidade da maioria das participantes; interesse manifestado na unidade programática “Corporalidade Colectiva”, qualidade das respostas aos exercícios propostos.

Aspectos negativos: o não comparecimento de todas as participantes.

Ação: Empowerment Lab1

Contexto de Intervenção: NÓS - Projecto de Acção Social e Artística | Quarta Parede

Componente: Oficina de Teatro

Mestranda/Monitora: Sílvia Pinto Ferreira

Sessão	Data	Hora	Local	Nº. Presenças
5	19.02.2014	18h15-20h45	Teatro das Beiras	9

Descrição da Sessão

Segunda sessão da unidade temática “Corporalidade Colectiva” que funcionou como prolongamento da sessão anterior dedicada ao conceito de estereótipo sexual.

Iniciou-se a sessão com um exercício de consciência vocal e corporal - “Ser Árvore” – através do qual as participantes, de olhos fechados, imaginaram que diferentes partes do seu corpo se transformavam progressivamente numa árvore (os pés em raízes, as pernas no tronco, o tronco e os braços na copa/ramos e a cabeça na folha mais alta). Este exercício trabalhou também a respiração, dirigindo-a para diferentes zonas do corpo e sentindo-se no troco, através da sonorização, os seus movimentos de expansão e contracção.

Ainda inserido na preparação, desenvolvemos o exercício “lançar o raio” dirigido à concentração e sintonia do grupo. Aqui pedi para as participantes lançarem “um raio de energia” entre si com um movimento. O grupo respondeu com bastante entusiasmo à proposta, sobretudo quando se acrescentou som ao movimento. Foi muito interessante perceber como cada uma se apropriava do movimento e do som do “raio” segundo a sua personalidade e, também, como assimilavam as propostas das outras transformando a sua própria forma de fazer. Assim, surgiram raios vigorosos com sons brutais, raios afáveis com sons meigos, raios exuberantes com sons estridentes, e, entre eles, muitos risos.

O exercício seguinte trabalhou a capacidade de organização espacial em colectivo, propondo para, sem comunicar verbalmente, o grupo reproduzir formas e figuras geométricas desenhadas em folhas de papel mostradas por mim. O grupo conseguiu dar respostas

rápidas e organizadas. Continuou-se com um exercício que pediu às participantes para caminharem ocupando o espaço uniformemente e reagirem a determinadas instruções enunciadas por mim de ocupação do espaço de forma individual ou em grupo. Este exercício criou uma dinâmica grupal muito interessante e altamente teatral.

No seguimento da sessão anterior, continuou-se a exploração do conceito de estereótipo sexual começando pela apresentação das sequências de movimento desenvolvidas pelos grupos. Estas apresentações foram muito importantes tanto para assimilar o trabalho desenvolvido como para o apresentar às pessoas que não estiveram presentes. É de realçar o empenho colocado nestas apresentações bem como o potencial do material criativo apresentado pelos dois grupos. No fim, questionou-se quem estava a assistir sobre quais as sequências que correspondiam a acções femininas e a acções masculinas. As respostas foram certas e unânimes, o que veio sublinhar o poder dos estereótipos sexuais e a importância da sua desconstrução. Este trabalho de desconstrução aprofundou-se num exercício de coralidade concentrado na procura de uma corporalidade comum a partir de propostas individuais, visando desenvolver a capacidade de agir como um todo com consciência da individualidade. Trabalhou-se em dois grupos, em cada um as participantes trabalharam uma deslocação colectiva, na qual cada pessoa a seu tempo mostra uma gestualidade “estereotipada” que todas reproduzem.

Estava planeado desenvolver uma improvisação que desafiaria os dois grupos a confrontarem-se. A riqueza dos momentos de exploração de cada um dos grupos conduziu ao abandono desta ideia, optando-se por cada grupo fazer a sua apresentação para que todas pudessem observar e, assim, ter uma percepção exterior do seu próprio trabalho. As apresentações culminaram com uma conversa onde cada uma pode expressar a sua experiência ao longo do exercício e onde se partilharam *feedbacks*.

A sessão terminou com um exercício de disputa e celebração: dois grupos frente a frente, divididos por uma linha-fronteira lançam entre si uma frase musical em jeito de disputa e provocação, chegados ao refrão dão tréguas, cruzam a linha e todas dançam e cantam livremente. Aconteceu celebração, acompanhada de muitas gargalhadas.

Aspectos positivos: Presença da maioria das participantes; qualidade dos resultados dos exercícios propostos.

Aspectos negativos: o não comparecimento de todo o grupo.

Ação: Empowerment Lab1				
Contexto de Intervenção: NÓS - Projecto de Acção Social e Artística Quarta Parede				
Componente: Oficina de Teatro				
Mestranda/Monitora: Sílvia Pinto Ferreira				
Sessão 6	Data 26.02.2014	Hora 18h15-20h45	Local Teatro das Beiras	Nº. Presenças 4

Descrição da Sessão				
<p>Esta sessão representou a última da unidade temática “Corporalidade Colectiva”. O facto de representar a última sessão desta unidade temática não significa que este trabalho em colectivo deixe de ser abordado, pelo contrário, ele será uma constante ao longo da oficina. Começámos todas em círculo, com alguns exercícios de preparação que articularam o aquecimento corporal com o vocal, dos quais se destacam o relaxamento da zona da cabeça, ombros e braços e um exercício que recorreu a pequenas frases que trabalham a articulação vocal, dicção e pronúncia. Apesar dos exercícios focados na preparação vocal suscitarem sempre alguma resistência e risos entre o grupo, é de notar que este tipo de manifestações tem vindo a diminuir de sessão para sessão.</p> <p>Seguiu-se um exercício de confiança pessoal e interpessoal, denominado “corpo-pêndulo”. Este exercício realiza-se em grupos de três pessoas, duas pessoas frente a frente amparam o corpo da terceira pessoa que está no meio e deixa o corpo baloiçar-se para trás e para a frente como se fosse um pêndulo. Houve participantes que realizaram o exercício sem dificuldade e com fruição, outras manifestaram dificuldade em descontrair e receio em abandonar o corpo. Apesar das dificuldades, a entajada entre as participantes permitiu que todas conseguiram realizar o exercício.</p> <p>Continuando o trabalho sobre a confiança e relação interpessoal realizou-se um exercício a pares que pedia a uma das pessoas para vendar os olhos e à outra para ser a sua guia, sem troca de palavras, apenas através do contacto da mão da guia no ombro da pessoa vendada. As participantes realizaram o exercício sem problemas, manifestando no fim algumas dificuldades intrínsecas ao próprio exercício: dificuldade em guiar a outra apenas através do toque; dificuldade em transformar este desafio de confiança numa experiência agradável para a pessoa vendada e dificuldade em confiar na guia e usufruir da experiência. Apesar das dificuldades, houve quem conseguisse usufruir plenamente da experiência tanto de guiar como de ser guiada.</p> <p>A segunda parte da sessão incidiu sobre o tema: “Porque é que existe desigualdade de poderes entre mulheres e homens?”. Para uma exploração mais informada sobre o tema distribui pelas participantes alguns livros que o abordam sob diferentes perspectivas e pedi para lerem pequenos excertos. Os livros apresentados foram: <i>Segundo Sexo</i> vol.II de Simone Beauvoir, <i>Um quanto só para si</i> de Virginia Woolf, <i>Dominação Masculina</i> de Pierre Bourdieu e <i>Dicionário de crítica feminista</i> organizado por Ana G. Macedo e Ana L. Amaral. Após a leitura discutiu-se o tema realçando ideias levantadas pelos textos. Embora houvesse participantes bastante activas na discussão (sobretudo aquelas que estão na área da psicologia e da sociologia), sentiu-se alguma quebra de energia entre o grupo talvez motivada pelo momento de leitura ou pelo pouco à vontade com o tema ou ainda devido ao cansaço de fim de dia (já manifestado por algumas das participantes).</p> <p>Continuou-se a exploração do tema através de um exercício que tinha como indutor criativo frases depreciativas sobre as mulheres proferidas por diferentes figuras históricas. Num primeiro momento distribui uma frase por participante e pedi para criarem uma reacção física a essa frase. Num segundo momento propôs às participantes para se colocarem numa posição neutra no espaço cénico, todas com o olhar focado no fundo da sala e, ao ouvirem a sua frase, reagirem com a reacção criada, recuperando logo depois a neutralidade. O exercício progrediu, pedindo-se às participantes para, partindo das reacções criadas, estabelecerem relações entre si. De uma forma geral, houve bastantes dificuldades em desenvolver propostas criativas neste exercício sobretudo quando se pediu para estabelecerem relações entre si. Uma análise à distância infere que, à semelhança do que tem sido feito em exercícios anteriores, o exercício deveria ter sido dividido em mais etapas exploratórias permitindo a cada participante enriquecer a sua proposta de forma progressiva. Em jeito de activação da energia do grupo passou-se rapidamente ao exercício seguinte que consistia num jogo de improvisação teatral em grupo que tinha como ponto de partida a distribuição de um número (ex. de 1-5) por participante. Esse número designava o lugar</p>				

ocupado na hierarquia do grupo e segundo o qual cada uma devia orientar o seu desempenho ao longo da improvisação. A situação indutora da improvisação era a celebração da promoção profissional de uma das participantes com um grupo de amigas. Como ferramentas surpresa, distribuiu-se por cada participante uma frase depreciativa sobre as mulheres que elas deveriam dizer em algum momento da improvisação, pediu-se que executassem a reacção criada no exercício anterior em algum momento e avisou-se que a improvisação deveria durar cerca de 10 minutos. As participantes desenvolveram a improvisação sem dificuldades, conseguiram transmitir com clareza a sua posição na hierarquia do grupo (eu consegui perceber o número representado por cada uma), utilizaram as suas frases, exploraram temas relacionados com a mulher e o mercado laboral e propuseram soluções de improvisação surpreendentes. Foi interessante observar como participantes que, normalmente, colocam obstáculos na realização dos exercícios desenvolveram a sua improvisação de forma fluida e criativa. O exercício culminou com uma conversa sobre as dificuldades e soluções encontradas, recursos subaproveitados e principais temáticas surgidas na improvisação. No fim, uma das participantes (curiosamente a mais participativa na improvisação) revelou que se sente pouco confortável com a ideia de fazer uma apresentação pública do exercício final. As restantes participantes mostraram-se sensibilizadas e encorajaram-na. Eu tentei que ela compreende-se que no exercício final cada pessoa desempenha o papel que mais desejar e motivei-a a procurar ultrapassar esses receios ao longo da oficina. A participante concordou e disse que sentia que a participação na oficina já a tinha ajudado a combater um pouco a sua timidez.

Aspectos positivos: Entreatada e companheirismo entre o grupo.

Aspectos negativos: O não comparecimento da maior parte das participantes.

Ação: Empowerment Lab1

Contexto de Intervenção: NÓS - Projecto de Acção Social e Artística | Quarta Parede

Componente: Oficina de Teatro

Mestranda/Monitora: Sílvia Pinto Ferreira

Sessão	Data	Hora	Local	Nº. Presenças
7	12.03.2014	18h15-20h45	Teatro das Beiras	8

Descrição da Sessão

Nesta sessão iniciou-se a unidade temática “Dramaturgias para a Igualdade de Género”. Começámos por um momento de preparação onde as participantes se dedicaram a fazer massagens em grupo a uma pessoa de cada vez, procurando proporcionar a quem é massajada uma experiência de descontração e bem-estar. Apesar de, no início, algumas pessoas manifestarem que se sentiam desconfortáveis com um contacto tão próximo, todas quiseram passar pela experiência e reagiram positivamente. Seguiram-se alguns exercícios de respiração com as participantes deitadas, de olhos fechados. Ainda nesta posição desenvolveu-se um exercício reflexivo através do qual pedi às participantes para se projectarem no futuro, imaginarem como será a sua vida daqui a 10 ou 20 anos e pensarem o que não gostariam de esquecer sobre aquilo que são agora.

Partindo deste exercício propus que escrevessem uma carta ao seu próprio futuro onde reflectissem expectativas pessoais e profissionais. Num ambiente de grande tranquilidade, todas as participantes escreveram a sua carta dentro do tempo determinado e sem manifestarem dificuldades.

Passou-se a um exercício de expressão vocal e corporal que desafiou as participantes a escolher uma frase da sua carta e variar a sua entoação e corporalidade de acordo com os diferentes sentimentos sugeridos. Enquanto metade do grupo fazia o exercício, a restante metade observava no sentido de apreender como uma frase pode mudar tão radicalmente de sentido segundo a entoação e corporalidade que lhe é dada. O grupo cumpriu largamente os objectivos do exercício.

De seguida partiu-se para a leitura das cartas. No sentido de proporcionar um ambiente de leitura mais intimista colocou-se a sala às escuras, o grupo sentou-se em roda e leu-se as cartas à luz de uma vela. Para minimizar as exposições pessoais e ampliar o sentido da leitura conjunta das cartas, pedi para cada pessoa dividir a sua carta em três partes e fazer-se uma

leitura alternada entre o grupo. A leitura das cartas foi um momento de partilha autêntica de sonhos, expectativas e diferentes formas de imaginar o futuro. Para além da riqueza emotiva desta partilha, há que destacar a qualidade das cartas e o quanto elas constituem um bom material de partida para a exploração artística.

Continuando a explorar as cartas, com o grupo dividido em dois, trabalhámos a sua leitura em grupo segundo diferentes direcções: leitura expressiva das cartas com diferentes entoações; procurar conquistar a atenção do público para si própria e alternar entre quem lê em voz alta e quem lê em surdina. Deste exercício destaca-se o envolvimento das participantes que assistiam, uma vez que estas iam analisando o que as diferentes abordagens lhes transmitiam. Por sua vez, quem estava em exercício procurava incorporar estes feedbacks na prestação seguinte. Esta capacidade de analisar e ser analisado, que tenho vindo a incentivar ao longo do laboratório, neste exercício, mostrou grande progressão. Devido à intensidade dos exercícios desenvolvidos considerei pouco produtivo desenvolver o exercício final que propunha um desafio criativo em grupo que consolidava todo o trabalho desenvolvido à volta das cartas. Passou-se então à fase final da sessão que deu lugar à visualização de excertos do filme “Pina” do realizador Wim Wenders. Pedi às participantes para se focarem nos símbolos e metáforas propostos pelo filme. Após a visualização as participantes partilharam as suas leituras pessoais e manifestaram vontade de visualizar mais um pouco do filme para a próxima sessão.

Aspectos positivos: A qualidade do desempenho das participantes e do material produzido ao longo da sessão.

Aspectos negativos: O não comparecimento de todas as participantes.

Ação: Empowerment Lab1

Contexto de Intervenção: NÓS - Projecto de Acção Social e Artística | Quarta Parede

Componente: Oficina de Teatro

Mestranda/Monitora: Sílvia Pinto Ferreira

Sessão	Data	Hora	Local	Nº. Presenças
8	19.03.2014	18h15-20h45	Teatro das Beiras	9

Descrição da Sessão

Esta sessão teve como foco temático questões de Igualdade de Género (IG) relativas ao trabalho e ao emprego, tema transversal a todo o laboratório, já debatido em outros momentos, especialmente nas sessões específicas sobre IG.

Começou-se por visualizar um vídeo retirado do site da Comissão para a Igualdade no Trabalho e no Emprego, que mostra uma entrevista à Presidente desta comissão na qual são tratadas as principais questões relativas à igualdade laboral.

Seguiram-se dois exercícios de aquecimento articulados entre si, “Quem gera o movimento” e o “Espelho”, que trabalham o desenvolvimento da comunicação não-verbal, a concentração, a observação e a capacidade de reproduzir movimentos.

Passámos a uma conversa de grupo onde se procurou reflectir sobre os temas relativos à IG que têm sido levantados ao longo do laboratório, em especial aqueles que se referem ao trabalho e ao emprego. Nas sessões anteriores tenho vindo a motivar as participantes a escolherem temas de IG que as interessem especialmente. Uma vez que disseram não conseguir escolher um em particular, decidi destacar um conjunto de temas e distribuir aleatoriamente um tema por cada participante. De forma a aprofundar esta reflexão e alimentar uma pesquisa dramática conjunta sobre a IG com foco nas questões laborais, distribuí também textos relativos e pedi que fizessem uma leitura anotando as informações que lhes parecessem mais relevantes. As participantes mostraram muito interesse na leitura dos textos, pelo que se decidiu, para que todas conseguissem completar a sua leitura e apontamentos; dar um pouco mais de tempo a este momento, retirando tempo à fase de trabalho seguinte.

Na fase seguinte iniciámos a exploração performativa dos temas, onde desafiei cada uma a compor uma pequena partitura de movimentos que, sem recurso a palavras, expressa-se o seu tema. A ideia era que, durante as apresentações, o público percebe-se qual o tema

tratado e qualifica-se a apresentação em termos técnicos, ou seja, qual a técnica de expressão performativa dominante. Em todas as apresentações conseguiu-se chegar ao tema tratado, bem como perceber qual a técnica de expressão dominante. Em relação a esta última, destacaram-se apresentações que recorriam mais à mímica, outras a uma representação teatral naturalista e ainda outras em que predominava uma movimentação de teor expressionista e mais abstracta.

Terminou-se a sessão fazendo uma reflexão sobre o trabalho desenvolvido e apontando aspectos a desenvolver na próxima sessão. No fim da sessão uma das participantes veio conversar comigo sobre a possibilidade de se repetir o exercício final do laboratório no sarau organizado pelos alunos da Faculdade de Medicina, entre os quais ela se integra. Combinámos discutir a proposta com o grupo na próxima sessão.

Aspetos positivos: A presença da maior parte das participantes e a sua pontualidade; a proposta de uma outra apresentação do exercício final por parte de uma participante.

Aspectos negativos: O fato de não ter sido possível desenvolver a exploração temática performativa conforme havia sido planeada, porque o momento de leitura de texto ocupou mais tempo do que o previsto, pelo que se continuará este trabalho na próxima sessão.

Ação: Empowerment Lab1

Contexto de Intervenção: NÓS - Projecto de Acção Social e Artística | Quarta Parede

Componente: Oficina de Teatro

Mestranda/Monitora: Sílvia Pinto Ferreira

Sessão	Data	Hora	Local	Nº. Presenças
9	25.03.2013	18h15-20h45	Teatro das Beiras	5

Descrição da Sessão

Nesta sessão, que funcionou como uma segunda reposição, continuou-se a exploração da unidade temática “Dramaturgias para Igualdade de Género” com foco nas questões relativas ao trabalho e ao emprego.

Iniciámos com um exercício de preparação psicomotora onde as participantes experimentaram deslocar-se de acordo com indicações que eu fui dando: tipos de pessoas de diversos contextos sociais, económicos ou profissionais, variando os planos de movimentação em relação ao espaço (plano baixo, médio e alto). Este exercício terminou com uma conversa onde as participantes manifestaram que, apesar de ter sido difícil responder às direcções, o exercício lhes tinha agradado porque as levou a experimentar qualidades de movimento muito diversas e a perceber como a indicação de um dado tipo de pessoa aliada a um determinado plano alterava completamente a sua corporalidade.

Após este momento de conversa, a sessão sofreu algumas alterações face ao planeado no sentido de melhor se adaptar ao número de participantes presentes (apenas cinco). Assim, abreviou-se a discussão sobre as leituras e cenas exploradas na sessão anterior e programou-se esta conversa para a sessão seguinte já com mais elementos do grupo.

Passámos a um exercício que consistiu na criação de quadros visuais em grupo que expressassem conceitos chave relativos à Igualdade de Género, entre os quais: IGUALDADE – DESIGUALDADE – DISCRIMINAÇÃO – GÉNERO – COMPETIÇÃO LABORAL. Para a criação destes quadros as participantes podiam recorrer a alguns objectos que instalei previamente junto ao espaço cénico. As participantes manifestaram grande entusiasmo no desenvolvimento deste exercício e apresentaram propostas com muito interesse e pertinência. No fim discutimos a articulação entre os conceitos dados e as soluções criativas encontradas para os expressar. Concluiu-se que os objectos haviam constituído bons indutores criativos, capazes de facilitar a percepção das propostas e, em simultâneo, ampliar as suas possibilidades de leitura. Aqui o grupo manifestou que este exercício poderia servir de inspiração para o exercício de apresentação final. Conversou-se então um pouco sobre as expectativas de cada uma em relação a esta apresentação.

A última parte da sessão foi dedicada à criação artística feminina. Mostrei então trabalhos de mulheres artistas com recurso a um livro dedicado ao tema e visualizaram-se mais alguns excertos do filme *Pina*.

Aspectos positivos: A qualidade do trabalho desenvolvido ao longo da sessão. O manifesto progresso das participantes em termos de resposta criativa.

Aspectos negativos: O não comparecimento de todas as participantes que levou a que o planeamento da sessão tivesse que sofrer algumas adaptações.

Ação: Empowerment Lab1				
Contexto de Intervenção: NÓS - Projecto de Acção Social e Artística Quarta Parede				
Componente: Oficina de Teatro				
Mestranda/Monitora: Sílvia Pinto Ferreira				
Sessão	Data	Hora	Local	Nº. Presenças
10	26.03.2014	18h15-20h45	Teatro das Beiras	8

Descrição da Sessão

Esta sessão introduziu a última unidade temática da Oficina de Teatro designada “Processo de criação colectiva” que visa a construção de um fio condutor de todo o processo vivenciado pelo grupo e a preparação de um exercício performativo para apresentar publicamente. Neste sentido, direccionei a sessão para o trabalho com alguns materiais resultantes de exercícios explorados, pelos quais o grupo nutriu particular interesse.

Começou-se pelo habitual momento de preparação psicomotora, que desta vez aliou o aquecimento corporal ao vocal.

Seguiu-se um bloco de três exercícios que trabalharam o desenvolvimento da expressão vocal e corporal a partir das “cartas ao futuro” escritas pelas participantes numa sessão anterior. O primeiro exercício propôs a cada participante variar a entoação de uma frase da sua carta de acordo com sentimentos por mim sugeridos. Depois trabalhámos a leitura de uma das cartas em grupo transformando a intensidade de uma emoção pré-determinada. Finalmente, explorámos a expressão corporal a partir da leitura em voz alta das cartas. No fim desta sequência de exercícios as participantes manifestaram que se podia pegar em alguns dos aspectos explorados para a apresentação final. Concluimos que as cartas tinham muito interesse mas que era importante seleccionar os excertos mais pertinentes e combinámos que cada uma iria desenvolver um pequeno texto mais implicado com a actual realidade política, económica e social, que reflectisse a sua visão enquanto jovens mulheres.

Passou-se a uma conversa de grupo sobre os temas relativos à Igualdade de Género no trabalho e no emprego trabalhados anteriormente. Constituíram-se pequenos grupos segundo temas que se aproximavam tanto pelo seu conteúdo quanto pelas propostas cénicas antes apresentadas. Propus aos grupos a composição de uma pequena performance teatral capaz de sintetizar os conceitos mais importantes dos seus universos temáticos e de transmitir um pensamento crítico. Para a composição destas performances os grupos tinham de utilizar objectos (os mesmos propostos na sessão anterior). Após o tempo dado para a criação em grupo, fizeram-se as apresentações. Todas as propostas apresentadas cumpriram os objectivos de síntese e crítica, bem como de utilização de objectos. Houve uma clara evolução na qualidade das apresentações tanto em termos de recursos criativos quanto de presença e escuta em cena. Terminámos com uma conversa sobre este exercício, as participantes manifestaram-se satisfeitas com o trabalho do seu grupo e surpreendidas com a originalidade e qualidade das apresentações.

Aspectos positivos: A presença da maior parte das participantes, o seu empenho nos exercícios desenvolvidos e o bom relacionamento do grupo.

Aspectos negativos: A desistência de uma participante por motivos de saúde.

Ação: Empowerment Lab1				
Contexto de Intervenção: NÓS - Projecto de Acção Social e Artística Quarta Parede				
Componente: Oficina de Teatro				
Mestranda/Monitora: Sílvia Pinto Ferreira				
Sessão 11	Data 02.04.2014	Hora 18h15-20h45	Local Teatro das Beiras	Nº. Presenças 6

Descrição da Sessão
<p>Nesta sessão continuámos o “Processo de Criação Colectiva” e foi dedicada à construção de um guião para o exercício performativo final. Visando relacionar este trabalho com todas as componentes do laboratório, esta sessão contou com a presença de Catarina Sales, uma das responsáveis pela componente de igualdade de género (IG).</p> <p>Começámos por fazer uma retrospectiva de todo o processo do laboratório através da visualização de alguns vídeos e fotografias relativos a momentos das sessões. Depois pedi às participantes para, entre todo o trabalho desenvolvido, destacarem o que consideram mais pertinente para o exercício final tanto ao nível dos objectivos como do conteúdo. As participantes destacaram os exercícios que trabalharam temáticas relativas à IG no trabalho e no emprego. De uma forma unânime considerou-se que os principais objectivos do exercício final seriam a partilha do processo experienciado pelo grupo no sentido de uma exposição das pesquisas desenvolvidas e a apresentação de um olhar crítico sobre algumas das principais temáticas relativas à IG no trabalho e no emprego. Após esta conversa, passámos à construção de um primeiro esboço de guião reunindo as propostas do grupo e à distribuição de papéis. Definimos que o exercício seria composto por três momentos interligados entre si: apresentação do laboratório e do grupo, reflexão sobre a IG de uma forma geral, apresentação de um olhar crítico sobre a igualdade de género no trabalho e no emprego.. A cada um deste três momentos fizemos corresponder exercícios desenvolvidos ao longo do laboratório: uma instalação com sapatos femininos e masculinos, as frases de movimento sobre os estereótipos sexuais e as performances sobre temas relativos à igualdade de género.</p> <p>A última parte da sessão foi dedicada ao acerto de alguns pormenores e à marcação de ensaios para o dia anterior à apresentação (12.abril).</p> <p>Apesar desta sessão ter cumprido o seu objectivo maior, que foi a construção de um guião para o exercício final, o grupo deparou-se com alguns problemas relativos à não presença de todas as pessoas que vão integrar a apresentação (note-se que três das participantes avisaram previamente que não podiam fazer a apresentação final pois já tinham compromissos agendados para esse dia) e a dificuldade em reunir todo o grupo para os ensaios. Estas dificuldades geraram um debate entre as presentes que, apesar de ter consumido algum tempo da sessão, foi fortalecedor do espírito de grupo, bem como, do seu empenho para a apresentação final.</p>
Aspectos positivos: O empenho das presentes na criação do exercício final.
Aspectos negativos: A não presença de todas as pessoas que irão integrar a apresentação.

Acção: Empowerment Lab1				
Contexto de Intervenção: NÓS - Projecto de Acção Social e Artística Quarta Parede				
Componente: Oficina de Teatro				
Mestranda/Monitora: Sílvia Pinto Ferreira				
Sessão 12	Data 09.04.2014	Hora 18h15-20h45	Local Teatro das Beiras	Nº. Presenças 7
Descrição da Sessão				
<p>Esta sessão correspondeu à última sessão formal do laboratório, sendo dedicada ao aperfeiçoamento das cenas seleccionadas para o exercício performativo final.</p> <p>No início apelei à serenidade do grupo em relação à apresentação final, explicando que devia ser encarada como a partilha pública do trabalho desenvolvido, o que devia envolver algum sentido de responsabilidade, claro, mas também divertimento. Nesta sessão contámos com a presença do responsável pela concepção e operação da paisagem sonora da apresentação, que foi fazendo algumas experiências enquanto desenvolvíamos os exercícios. A presença do som causou entusiasmo entre as participantes e facilitou a sua concentração.</p> <p>Toda a sessão foi planeada tendo em conta o guião criado no último encontro, neste sentido o habitual aquecimento foi adaptado à primeira parte da apresentação que consiste numa frase de movimentos baseada nos estereótipos de género. Assim começou-se por, em roda, trabalhar os movimentos já propostos por cada uma das participantes, para de seguida se recuperar as coreografias em grupo desenvolvidas numa sessão anterior. Manifestando um grande contentamento neste trabalho de composição corporal, o grupo não mostrou dificuldade na recuperação das coreografias. Sentiu-se sim alguma ansiedade por parte de algumas participantes, que manifestaram receio de não conseguirem executar os movimentos com precisão até ao dia da apresentação. Esta ansiedade foi colmatada pelo próprio grupo, improvisando-se estratégias para cada uma se poder guiar por alguém.</p> <p>Seguiu-se um momento de leitura do guião e distribuição de papéis. Após o que trabalhamos os textos que irão constar na apresentação, de texto, procurando exercitar a articulação e a intenção.</p> <p>Passou-se ao trabalho de aprimoramento das performances temáticas já construídas, procurando reforçar os objectivos definidos para estas cenas que foram: construir composições cénicas com uma forte componente visual com recurso à corporalidade e a objectos quotidianos que, de uma forma crítica, exponham temas associados à igualdade de género no trabalho e no emprego no sentido de uma maior consciencialização.</p> <p>Ao longo desta sessão encontrámos o elemento condutor de todo o exercício performativo: os sapatos. Femininos, masculinos, unissexo, novos, gastos, clássicos, arrojados, práticos, por si só os sapatos contam histórias e constituem uma significativa metáfora de diferentes realidades sociais, económicas e culturais, bem como, claro está, das relações de género.</p> <p>A última parte da sessão foi dedicada à determinação dos adereços em falta, dos figurinos e marcação de horários para ensaios no dia anterior e na tarde do dia da apresentação.</p>				
Aspectos positivos: A presença de todas as participantes que vão integrar o exercício final, bem como terem-se atingido todos os objectivos definidos para esta sessão.				
Aspectos negativos: Nada a assinalar				

Acção: Empowerment Lab1			
Contexto de Intervenção: NÓS - Projecto de Acção Social e Artística Quarta Parede			
Componente: Oficina de Teatro			
Mestranda/Monitora: Sílvia Pinto Ferreira			
Ensaios e Apresentação Final	Data	Hora	Local
	11.04.2014	18h30-21h30	Teatro das Beiras
	12.04.2014	21h30-22h30	

Descrição da Sessão
<p>Estes dois últimos encontros foram dedicados a ensaios (dia 11.abril) e à apresentação pública do exercício performativo que funcionou como acção final do Empowerment Lab1 e que aconteceu no dia 12.abril, pelas 21h30 no Auditório do Teatro das Beiras.</p> <p>A preparação e efectivação da apresentação constituiu um momento essencial do laboratório uma vez que o seu processo de construção permitiu às participantes consolidar conhecimentos relativos à IG, aprofundar as suas competências criativas e expressivas, enfrentar e resolver problemas individualmente e em coletivo e ampliar a sua confiança pessoal. De realçar que a apresentação representou para a maior parte das participantes a sua primeira experiência de preparação de uma performance teatral. Experiência esta que lhes permitiu contactar com elementos do espaço teatral como o palco, a luz, o som, a plateia, os bastidores e os camarins; assim como com diferentes etapas da produção como a passagem de uma sala multiusos para o palco, a adaptação ao som e às luzes; os ensaios corridos; o trabalho de aperfeiçoamento de cenas; a organização do espaço cénico; o contacto com a plateia, entre outros. Para além destes aspetos é de destacar toda a experiência emocional vivenciada, o nervoso miudinho, o receio de falhar e a excitação antes da apresentação, e depois, o alívio, a alegria e a sensação de missão cumprida.</p> <p>A apresentação contou com 41 espectadores e terminou com uma conversa aberta entre as participantes e o público, moderada por mim. Ao longo da conversa as participantes responderam a algumas questões colocadas pelos espetadores relativas tanto ao desenrolar do laboratório quanto à apresentação em si que permitiu uma maior aproximação entre o público e as participantes, bem como, uma melhor compreensão do contexto, processo e objetivos dos Empowerment Labs.</p> <p>O único senão destes dois últimos dias de Lab1 foi a não presença de uma das participantes no ensaio do dia antes da apresentação, sem que algum aviso ou justificação fosse apresentada. Embora esta participante não fosse muito assídua, havia estado na maior parte das sessões, incluindo as de preparação do exercício final, e mostrava-se motivada com a apresentação. Este acontecimento foi discutido entre o grupo procurando-se perceber qual a melhor atitude a tomar. Considerámos que o facto de ser o último ensaio a não presença de um elemento causava demasiada insegurança e que todas se sentiriam mais seguras se outras pessoas assumissem os seus papéis. Algumas participantes ofereceram-se para assumir os papéis da pessoa em falta. Apesar deste acontecimento ter provocado alguns constrangimentos, considero que, contribuiu para reforçar o espírito de equipa e a determinação em realizar uma apresentação de que todas nos pudéssemos orgulhar.</p> <p>Pessoalmente e enquanto monitora da Oficina de Teatro, fiquei muito contente com a prestação de todas as participantes que demonstraram rigor, concentração e esmero ao longo de toda a apresentação. Sentimento partilhado pela Quarta Parede e pelos parceiros do projecto.</p>

A. 2.2. Diário de Bordo - Oficina de Teatro/Lab2

Ação: Empowerment Lab2				
Contexto de Intervenção: NÓS - Projecto de Acção Social e Artística Quarta Parede				
Componente: Oficina de Teatro				
Mestranda/Monitora: Sílvia Pinto Ferreira				
Sessão 0	Data 12.03.2014	Hora 14h30-16h30	Local Teatro das Beiras	Nº. Presenças 8

Descrição da Sessão
<p>A primeira sessão do Empowerment Lab2 dirigido a mulheres desempregadas definiu como principais objectivos o conhecimento e aproximação entre elementos da equipa do projecto laboratório e o grupo de participantes, bem como a apresentação do programa. Compareceram a esta sessão inaugural 8 participantes, sendo que uma pessoa avisou que só poderia frequentar a partir da segunda sessão.</p> <p>Esta sessão pretendeu expor a abordagem metodológica dos Empowerment Labs baseada na aplicação da expressão e criatividade como estratégias de promoção de relações significativas e de oportunidades de aprendizagem, participação, implicação e mudança, preocupada tanto com as especificidades de cada participante quanto com a realidade social do grupo, marcada pela situação de desemprego.</p> <p>O planeamento desta sessão privilegiou a criação de um ambiente aberto e informal, indutor de descontração e bem-estar através de exercícios potenciadores de um primeiro contacto e conhecimento entre o grupo. Para começar propus a organização do grupo num círculo amplo, onde todas as pessoas se vêem e sem hierarquias entre participantes e equipa do Lab (que também participou nos exercícios). O primeiro exercício propôs que se tentasse alcançar fluidez na circulação de duas bolas entre o grupo. Aqui a componente lúdica induziu alguma descontração. Continuou-se apenas com uma bola, tendo cada pessoa de dizer o seu nome ao lançar a bola a uma outra e, depois, o seu nome e o nome de quem lhe havia lançado a bola. Aqui o objectivo principal foi criar identificação entre participantes e não conseguir elencar todos os nomes. Revelando-se uma tarefa muito difícil para muitas das participantes, este exercício permitiu introduzir conceitos importantes a desenvolver na Oficina de Teatro, como concentração, aceitação do erro e espírito de equipa (pedi para, sempre que alguém não se recordasse do nome seguinte, o grupo ajudava). Também foi possível perceber que entre as participantes havia algumas muito extrovertidas e outras mais tímidas e reservadas.</p> <p>Num ambiente de maior descontração passou-se à apresentação do <i>Empowerment Lab2</i> onde, através de uma conversa informal, se abordaram os seguintes assuntos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Distribuição de cadernos sugerindo a criação de diários de bordo pessoais - Apresentação das componentes do Lab2 (Igualdade de Género, Empregabilidade e Oficina de Teatro) e seus objectivos (incluindo a preparação de uma apresentação pública) - Estabelecimento de um horário para as sessões acessível a todas: combinou-se a 4ªfeira entre as 14h30 e as 16h30 - Exposição das regras de participação do Lab e explicação do seu porquê: pontualidade, assiduidade, limite de faltas (2) após as quais fica em risco a continuação da participação e o acesso ao Comprovativo de Participação - Apresentação da ideia de se fazer um vídeo documental e um blogue sobre o processo dos Labs - Leitura e preenchimento do Acordo de Participação - Exposição e esclarecimento de dúvidas <p>Neste momento de conversa também se sensibilizou as participantes para divulgarem o Lab2 uma vez que, não se atingindo o limite de 15 inscrições, ainda se aceitam mais participantes. Seguiu-se um exercício que visou criar proximidade e abertura entre o grupo, exercitar o sentido de observação e atentar às especificidades singulares de cada pessoa. Pedi a cada pessoa para, anonimamente, escrever num papel uma característica sua muito específica, tarefa que se revelou difícil para algumas participantes. Após o que o grupo procurou descobrir a quem pertencia cada característica. As participantes reagiram positivamente a este exercício, revelando muito interesse na descoberta das especificidades umas das outras, o que permitiu estabelecer uma maior aproximação entre o grupo. Juntando todas as</p>

características esboçou-se um “mapa de potencialidades” do grupo que se escreveu na primeira página do diário de bordo.

O exercício seguinte teve como objectivo trabalhar a deslocação e observação no sentido de uma primeira abordagem ao espaço e explorar o movimento como catalisador de cumplicidades. Do caminhar descontraído, passou-se ao caminhar implicado primeiro na observação minuciosa do espaço, depois na observação das pessoas em redor e, por fim, no contacto físico entre o grupo. Começou-se por apertar a mão, gesto simples ao qual se acrescentou um sorriso, fomentando o à vontade entre o grupo. Pediu depois para só largarem a mão que apertavam quando apertassem uma outra. Esta proposta de implicação corporal resultou numa teia emaranhada de corpos em constante movimento, proporcionando momentos de divertimento autêntico, manifesto nas gargalhadas e burburinho ainda presentes na conversa final sobre o exercício.

O último exercício designado como “corrente energética” desenvolveu-se com o grupo em círculo de mãos dadas e de olhos fechados. Pediu a cada pessoa para, ao sentirem pressão sobre uma das mãos, transmitirem este mesmo estímulo a uma das pessoas a quem davam as mãos. Aqui as participantes manifestaram muita concentração, conseguindo-se instalar uma grande serenidade e conexão entre o grupo. Na conversa final o grupo manifestou-se entusiasmado com esta primeira sessão de arranque do Empowerment Lab2.

Aspectos positivos: abertura, disponibilidade e boa disposição das participantes

Aspectos negativos: não comparecimento de todas as participantes inscritas

Ação: Empowerment Lab2

Contexto de Intervenção: NÓS - Projecto de Acção Social e Artística | Quarta Parede

Componente: Oficina de Teatro

Mestranda/Monitora: Sílvia Pinto Ferreira

Sessão	Data	Hora	Local	Nº. Presenças
1	19.03.2014	14h30-16h30	Teatro das Beiras	8

Descrição da Sessão

A segunda sessão do Lab2, primeira efectiva da Oficina de Teatro, iniciou a unidade programática “Apresentação de si” dedicada a uma apresentação progressiva focada na individualidade das participantes, reveladora de novos sentidos sobre si própria e geradora de aproximação e confiança entre o grupo. Através de ferramentas da prática teatral e de outras áreas artísticas como as artes plásticas e o movimento, procura-se nesta unidade temática, desenvolver a consciência corporal, dar a conhecer características, interesses e visões de cada participante, desenvolver ferramentas de comunicação não-formais (expressão e percepção), explorar diferentes formas de apresentação pessoal e conhecimento interpessoal e ampliar a sensibilidade artística. Deseja-se que cada sessão termine com uma apresentação performativa de cada participante partindo sempre de diferentes indutores criativos. Visando este objectivo, cada sessão desta unidade contempla 3 momentos (divididos ou articulados entre si): trabalho de consciência corporal, vocal e espacial; ampliação de vocabulário expressivo e criativo e desafio criativo de apresentação.

Por questões de logística esta sessão teve apenas uma hora de duração em vez das duas horas estipuladas. Tal já tinha sido previamente combinado com o grupo, que propôs poder-se compensar a hora em falta em outras sessões.

Iniciou-se a sessão com o ritual de preparação, com o grupo organizado em círculo, relembando os nomes de cada participante entre lançamentos de bola. Propôs ainda que as participantes dissessem uma palavra que associam a teatro a cada lançamento da bola. O grupo “lançou” palavras muito pertinentes que revelaram que, de uma forma geral, se compreende o teatro como uma área artística muito abrangente, capaz de englobar outras áreas artísticas.

Passámos a um exercício de desformatação do movimento, que visa trabalhar a capacidade de reacção rápida e não mecanizada, noções de ocupação do espaço e relacionamento interpessoal. Aqui pedi ao grupo para caminhar livremente pelo espaço com foco na respiração e alinhamento postural; após o que estabeleci um código de estímulo-resposta ao

qual o grupo tinha que reagir. Começou-se por um código muito simples - ao bater de uma palma, as participantes assumiam uma posição estática -, mas, à medida que o exercício evoluiu, o código complexificou-se de forma a trabalhar a capacidade de responder diversamente a estímulos diferentes. Algumas pessoas tiveram dificuldade em responder ao estímulo com a resposta correcta, mas de uma forma geral, o grupo respondeu bem ao exercício.

Seguimos para um exercício que trabalha a imagem e forma corporal, no qual se pedi às participantes para primeiramente desenharem o seu nome no espaço com a mãos e depois exercitarem as diversas possibilidades do movimento delineando o nome no espaço com diferentes partes do corpo. As respostas a este exercício foram bastante diferenciadas, reveladoras do relacionamento de cada participante com a sua própria corporalidade: houve quem se entregou ao movimento e usufruiu dele e quem limitou o seu desempenho a movimentos pequenos e de curta duração. Para completar o exercício, fez-se apresentações em grupo, às quais as participantes responderam positivamente tanto enquanto apresentavam como enquanto público.

Prosseguimos depois para o desenho do próprio corpo. Aqui a pares e, em completo silêncio, pedi para uma pessoa instalar o corpo numa folha de papel de cenário numa posição confortável e a outra delinear o corpo deitado com lápis de cor. Após o primeiro mapa estar terminado, inverteram-se os papéis. No fim da sessão observaram-se os vários mapas corporais, o que provocou um bom momento de partilha entre participantes

Aspectos positivos: bom relacionamento interpessoal entre participantes

Aspectos negativos: não comparecimento de todas as participantes inscritas

Ação: Empowerment Lab2

Contexto de Intervenção: NÓS - Projecto de Acção Social e Artística | Quarta Parede

Componente: Oficina de Teatro

Mestranda/Monitora: Sílvia Pinto Ferreira

Sessão	Data	Hora	Local	Nº. Presenças
2	16.04.2014	14h30-16h30	Teatro das Beiras	5

Descrição da Sessão

Segunda sessão da oficina de teatro inserida na unidade temática “Apresentação de si”. Devido ao fato de estarem a decorrer as férias lectivas, contámos com uma presença especial, a filha de 6 anos de uma das participantes.

Principiámos com um exercício de preparação que pedi às participantes para, de pé, com os olhos fechados, imaginarem que progressivamente o seu corpo se transformava numa árvore, correspondendo os pés às suas raízes e a cabeça à sua folha mais alta. Este exercício evoluiu para um trabalho que aliou a respiração a movimentos de expansão e contracção. O grupo respondeu positivamente a estes exercícios, mostrando satisfação durante o seu desenrolar. De apontar a dificuldade de algumas participantes em manterem os olhos fechados.

Seguiu-se um exercício que pedi a cada uma para, em círculo, propor um movimento capaz de expressar a sua pessoa. Após todas terem proposto o seu movimento, o grupo reproduziu os diferentes movimentos em sequência. A manifesta dificuldade em encontrar um movimento que encerrasse uma concepção sobre si, levou-me a introduzir um segundo exercício que seguiu a mesma lógica mas, em vez de um movimento, pedi que executassem uma gestualidade com as mãos capaz de expressar uma concepção de mulher. Este exercício funcionou muito bem, as participantes mostraram-se motivadas ao executarem os gestos e muito satisfeitas com a sequência final, sentindo-se uma forte sintonia entre o grupo. Combinou-se que se voltaria a este exercício mais vezes, com diferentes conceitos de partida, de forma a construirmos um dicionário gestual colectivo.

Passou-se para um exercício que propõe uma reflexão pessoal como ponto de partida criativo. Partindo da pergunta “Como é que eu me vejo?”, e depois “Quais são os meus sonhos?”, o exercício consistiu em criar uma imagem plástica sobre o desenho do contorno do corpo (mapa corporal desenvolvido na sessão anterior) com recurso a pintura e colagens.

Foi muito interessante observar o quão diferentes foram as formas e as técnicas usadas por cada participante. A participante que trouxe a filha contou com a sua ajuda, o que reforçou o significado simbólico do exercício. Uma das participantes, que normalmente se mostra muito tímida e reservada, desenvolveu um auto-retrato impressionante em pastel e colagens, mostrando um grande domínio e qualidade técnica. Esta participante acabou por confessar que sempre pintou, mas que entretanto perdeu a motivação para o fazer. Resultaram imagens muito fortes e emotivas. Devido à grande introspecção e energia implicada neste exercício, considerou-se que não seria pertinente nem produtivo realizar o exercício seguinte. Optou-se por aproveitar o último momento da sessão para conversar sobre o desenvolvimento desta sessão e do laboratório de uma forma geral.

Aspectos positivos: bom desenvolvimento e resultados da sessão

Aspectos negativos: não comparecimento de todas as participantes inscritas

Acção: Empowerment Lab2

Contexto de Intervenção: NÓS - Projecto de Acção Social e Artística | Quarta Parede

Componente: Oficina de Teatro

Mestranda/Monitora: Sílvia Pinto Ferreira

Sessão	Data	Hora	Local	Nº. Presenças
3	23.04.2014	14h30-16h30	Teatro das Beiras	3

Descrição da Sessão

Esta sessão da oficina de teatro focou-se no trabalho de exploração sensorial direccionado para a unidade temática Apresentação de Si.

Começámos por um momento de preparação psicomotora que induziu as participantes a focarem-se nos movimentos da respiração e depois a aprofundarem a percepção auditiva do interior do seu corpo, da sala, das pessoas presentes na sala e do exterior. As participantes responderam muito bem a este exercício, revelando-se descontraídas quando terminaram.

Partimos para um exercício que explora a imagem e forma corporal através da composição de frases gestuais. Com o grupo em círculo, pedi a cada pessoa para propor um gesto que exprimisse o que é para si sensibilidade. Após todas terem proposto um gesto, o grupo reproduziu os diferentes gestos em sequência. Este exercício tem vindo a ser explorado à algumas sessões, a ideia é partir sempre de uma palavra para a composição de gestos no sentido de se criar um dicionário gestual do grupo correspondente a palavras relativas a teatro, igualdade de género e empregabilidade. As participantes manifestam-se entusiasmadas com esta ideia de construção processual de uma coreografia de gestos.

Antes da sequência de exercícios que se seguiu, expliquei ao grupo que iríamos desenvolver alguns exercícios de exploração sensorial que, para funcionarem, era importante vendar os olhos e permanecer em silêncio. O grupo mostrou-se disponível e entusiasmado com o desafio.

Com o grupo sentado em círculo, todas com os olhos vendados, fiz passar alguns objectos e elementos com diferentes texturas, pesos, formas e cheiros, propondo que cada pessoa dissesse o que era para si cada objecto. As participantes responderam bem ao exercício.

Continuando o trabalho sobre a exploração sensorial, o exercício seguinte trabalhou a confiança e relação interpessoal. Pedi ao grupo para formar pares. Como o número de participantes era muito reduzido, eu integrei um dos pares. Nos pares, uma das pessoas vendou os olhos e a outra funcionou como guia, sem troca de palavras, apenas através do contacto da sua mão no ombro da parceira. Pedi às guias para procurarem proporcionar uma experiência de descoberta do espaço que privilegiasse o tacto, a audição e o olfacto. Os pares trocaram as posições. As participantes realizaram o exercício sem problemas, manifestando no fim um verdadeiro contentamento com a experiência.

Passámos a uma viagem pelo espaço com o grupo em fila, com os olhos vendados, guiado por mim. Depois da exploração do espaço em grupo, deixei cada participante sozinha num lugar e, após um momento, em que propus para simplesmente “estarem”; pedi para tirarem as vendas e, em silêncio, escreverem uma palavra que caracterizasse a experiência do exercício até então. As participantes voltaram a colocar a vendas. Após o que guiei cada

pessoa individualmente até ao espelho, pedi para tirar a venda por uns segundos e voltar a colocar e conduzi cada uma para o lugar ocupado anteriormente. Após todas terem passado pelo espelho, pedi a cada uma para dizer em voz alta o lugar do espaço em que pensava que se encontrava e caminhar até o centro do espaço. Tiraram então as vendas. Algumas participantes estavam perto do centro do espaço, outras estavam longe de o alcançar. Então pedi para manterem o silêncio e escreverem uma palavra que caracterizasse a experiência desta última parte do exercício.

Na conversa final procurou-se que cada uma reflectisse um pouco sobre a sua experiência partindo das palavras que havia escrito. As opiniões não foram unânimes. Para uma das participantes o exercício foi na sua totalidade uma experiência muito agradável e descontraída, outra disse ter-se sentido confusa e perdida durante todo o tempo e a outra revelou que sentiu-se verdadeiramente bem em todo o exercício mas que após a confrontação com o espelho ficou muito angustiada. Terminei dizendo que o exercício era uma experiência de grande envolvência pessoal e que o facto de se estar de olhos vendados levava a que cada pessoa entrasse profundamente dentro de si mesma e se deparasse com desejos, necessidades ou medos muito íntimos. Acrescentei que este processo de olharmos para dentro de nós e de nos confrontarmos connosco mesmas, embora seja doloroso, pode ser importante para lidar e superar momentos de vida difíceis

Aspectos positivos: disponibilidade das participantes na exploração dos exercícios.

Aspectos negativos: não comparecimento de todas as participantes inscritas.

Ação: Empowerment Lab2

Contexto de Intervenção: NÓS - Projecto de Acção Social e Artística | Quarta Parede

Componente: Oficina de Teatro

Mestranda/Monitora: Sílvia Pinto Ferreira

Sessão	Data	Hora	Local	Nº. Presenças
4	07.05.2014	14h30-16h30	Teatro das Beiras	3

Descrição da Sessão

Esta sessão representou a última da unidade temática “Apresentação de si”. Iniciámos com exercícios de aquecimento que visaram a consciência corporal e vocal. Estes exercícios foram executados de forma faseada. Primeiro, tomar consciência do movimento respiratório no interior do corpo e visualizar e movimentar levemente os músculos e articulações, começando pelos pés e terminando na cabeça. Segundo, explorar a coordenação respiratória através de movimentos ascendentes com a inspiração e movimentos descendentes com a expiração. Terceiro, explorar movimentos de expansão e contração de todo o corpo. Aqui o exercício evoluiu de uma forma que não estava planeada. As participantes exploraram os movimentos por todo o espaço e sugeriram trabalhar-se o encher de um balão, representando uma participante o balão em expansão e as outras o ar que enche o balão. Esta evolução do exercício foi muito positiva, pois permitiu uma exploração de movimentos mais expressiva e criativa. Terminou-se esta sequência inicial com um exercício de relaxamento e aquecimento vocal.

Seguiu-se para o momento da composição da sequência gestual, que já é um ritual. Propus a palavra comunidade, trabalhada do ponto de vista do movimento como COMUN– UNIDADE. As participantes propuseram movimentos mais arrojados do que habitualmente e mostraram menos dificuldade em encontrar os gestos. Fez-se a sequência de início, tentando recuperar e integrar as gestualidades encontradas em outras sessões.

Seguiu-se um exercício completamente dirigido à “Apresentação de Si”, denominado “Conhecer/Dar a conhecer”, onde pedi às participantes para, a pares, elaborarem uma investigação criativa dirigida uma à outra. Para além de trabalhar o relacionamento interpessoal, este exercício contempla um momento de apresentação que procura desconstruir a apresentação no seu sentido mais formal e trabalha conceitos básicos da prática teatral (ex.: concentração, postura, deslocação, respiração, confiança e comunicação). As participantes manifestaram-se entusiasmadas na realização e apresentação do exercício. Destaco o empenho nas apresentações, a forma como este

exercício aprofundou o conhecimento e à vontade entre participantes e o facto das apresentações constituírem bons estímulos para a confiança pessoal e auto-estima, uma vez que quem apresentava salientou sobretudo as qualidades da pessoa em questão.

No fim da sessão conversámos sobre este exercício, onde salientei que o objectivo é conhecer e dar a conhecer, apresentar e ser apresentado, no sentido do autoconhecimento, das relações interpessoais e da pesquisa biográfica como ponto de partida criativo e não da exploração da intimidade de cada uma.

Aspectos positivos: disponibilidade das participantes na exploração dos exercícios.

Aspectos negativos: não comparecimento de todas as participantes inscritas.

Acção: Empowerment Lab2

Contexto de Intervenção: NÓS - Projecto de Acção Social e Artística | Quarta Parede

Componente: Oficina de Teatro

Mestranda/Monitora: Sílvia Pinto Ferreira

Sessão	Data	Hora	Local	Nº. Presenças
5	14.05.2014	14h30-16h30	Teatro das Beiras	2

Descrição da Sessão

Primeira sessão da unidade temática “Corporalidade Colectiva”, que teve como tema foco “estereótipos de género”. Nesta sessão estiveram presentes apenas duas participantes o que comprometeu em parte o desenvolvimento dos exercícios que estavam pensados para serem realizados por um grupo maior.

Começou-se com uma sequência de exercícios de preparação psicomotora orientados para uma exploração expressiva dos movimentos. As participantes começaram por caminhar pelo espaço de forma livre atentando à postura corporal e à respiração. Trabalhámos então a expansão e contracção do movimento aliados à inspiração e expiração. Seguiram-se caminhadas com variação de ritmos. Trabalhámos depois o peso corporal, para o que propus às participantes imaginarem que eram bonecas de diferentes materiais (plástico, trapos, pedra, plasticina, nuvens...) e deslocarem-se segundo essa percepção. Incidindo ainda sobre a consciência do peso corporal, pedi às participantes para, ao som da música, explorarem corporalmente os quatro elementos (água, fogo, terra e ar). Ao longo desta sequência de exercícios as participantes responderam com progressivo empenho e descontração, manifestando prazer na exploração do movimento. O facto de eu ter optado por participar nos exercícios também pode ter contribuído para uma maior imersão por parte do grupo.

Passámos a um exercício que teve como objectivos levar as participantes trabalhar a concentração, coordenação, escuta e respiração colectiva. Pedi às participantes para realizarem um conjunto de acções muito precisas em simultâneo - sentar, levantar e caminhar à volta de uma cadeira – primeiro sem música e depois com música. Numa primeira fase realizei o exercício com as participantes. Quando propus que executassem o exercício sozinhas, manifestaram dificuldade em iniciar, ficando à espera que a outra começa-se, mas, pouco a pouco, foram-se coordenando. No fim, perguntei ao grupo para que tipo de situação este exercício as remetia. As participantes disseram que aquela movimentação era repetitiva e rotineira; que as fazia sentir um pouco manipuladas como marionetes; que remetia para o trabalho fabril e instalava uma rotina. Com o evoluir da conversa uma das participantes associou a movimentação aos estereótipos de género pelo facto de ser algo que está estipulado e que se repete continuamente. Comparou-se também a movimentação executada neste exercício com a dos exercícios de preparação anteriores, considerando-se que a primeira impunha limites à expressão individual e procurava uniformiza-la e a segunda privilegiava a liberdade de movimentos e expressão própria de cada uma. Esta conversa foi muito positiva pois reflectimos sobre a forma como os exercícios constituem pontes para pensar-explorar-pensar questões de género e aspectos da vida pessoal das participantes.

O último momento da sessão constituiu-se como um desafio de expressão e criatividade que pediu a cada participante para criar duas sequências de acções (uma relativa ao feminino e a outra ao masculino) que expressasse um conjunto de características retirados de um quadro de estereótipos associados ao feminino e ao masculino proposto pela socióloga Lígia

Amâncio (1994). As participantes mostraram alguma resistência em realizar este exercício, sobretudo em relação às características femininas, que foram as primeiras a ser trabalhadas. Mas apesar das dificuldades manifestadas compuseram e apresentaram as suas duas sequências. As apresentações finais deram azo a uma discussão sobre os estereótipos de género, na qual as participantes revelaram identificar os estereótipos e que consideravam necessário superá-los, tanto em relação às mulheres quanto aos homens. Os estereótipos relativos ao homens têm sido uma referência constante, mostrando-se as participantes conscientes que os estereótipos enraizados também são limitativos para os homens. A sessão terminou com a visualização de um vídeo que mostra o papel dos média, da publicidade em específico, na ramificação das desigualdades de género.
Aspectos positivos: empenho das participantes na exploração dos exercícios e momentos de discussão geradores de sinergias entre os exercícios desenvolvidos, as questões relativas à igualdade de género e a vida das participantes.
Aspectos negativos: não comparecimento da maior parte das participantes inscritas

Acção: Empowerment Lab2				
Contexto de Intervenção: NÓS - Projecto de Acção Social e Artística Quarta Parede				
Componente: Oficina de Teatro				
Mestranda/Monitora: Sílvia Pinto Ferreira				
Sessão	Data	Hora	Local	Nº. Presenças
6	21.05.2014	14h30-16h30	Teatro das Beiras	3

Descrição da Sessão
<p>Segunda sessão da unidade programática “Corporalidade Colectiva” que teve como tema-foco uma pergunta “Porque é que existe desigualdade de poderes entre homens e mulheres?”. Procurando que o grupo pesquisa-se possibilidades de resposta, todos os exercícios na sessão se desenvolveram à volta do tema.</p> <p>Começámos por uma sequência de exercícios de aquecimento e preparação que propôs às participantes explorarem diferentes deslocações pelo espaço. Estes exercícios trabalharam a respiração, o movimento livre e a deslocação tendo em conta os planos espaciais (baixo, médio e alto) e terminaram propondo às participantes que se deslocassem segundo algumas personagens que eu foi propondo. Este último exercício procurou que as participantes pesquisassem a corporalidade de pessoas com diferentes características quanto ao contexto social, sexo, idade, profissão e situação em que se encontram. Estes momentos iniciais de preparação têm-se revelado importantes para a prestação das participantes ao longo da sessão. Para além de favorecerem a sua descontração, os exercícios têm explorado caminhos não planeados. Procurando responder à “ambiência” do grupo, estas “explorações outras” partem de uma narrativa criada por mim que acompanha os primeiros momentos do aquecimento corporal. Desta vez, perante a manifesta tensão de uma participante, trabalhou-se a respiração como uma “limpeza” de preocupações interiores e “limpou-se” o espaço com deslocações que procuravam evitar que essas preocupações o invadissem.</p> <p>Seguiu-se o exercício ritual de composição da sequência gestual. Recuperou-se as sequências de gestos já criadas e compôs-se uma nova a partir da palavra “homem”. As participantes responderam muito bem a este exercício, mostrando interesse e entusiasmo na recuperação das sequências e na nova composição.</p> <p>No exercício seguinte trabalhamos a expressão vocal e corporal a partir de frases de diferentes figuras históricas que manifestam uma visão depreciativa em relação às mulheres. Propôs-se às participantes que dissessem as mesmas frases com variações segundo os sentimentos sugeridos por mim. Uma participante de cada vez realizou o exercício no espaço cénico, ficando as restantes a assistir. As participantes realizaram o exercício sem dificuldade e, no fim, revelaram o quão difícil é dizer frases “contra si próprias” manifestando sentimentos positivos.</p> <p>A segunda parte da sessão incidiu sobre a consciencialização do tema foco: “Porque é que existe desigualdade de poderes entre homens e mulheres?”. Distribuí pelas participantes alguns livros que abordam diferentes problemáticas a ele relativas. Os livros apresentados</p>

foram: *Segundo Sexo* vol.II de Simone Beauvoir, *Um quanto só para si* de Virginia Woolf, *Dominação Masculina* de Pierre Bourdieu e *Dicionário de crítica feminista* (palavras: Androcentrismo e Patriarcado) organizado por Ana G. Macedo e Ana L. Amaral. Pedi para lerem pequenos excertos e seleccionarem um excerto para lerem em voz alta no espaço cénico. Após as leituras discutiu-se o tema, cada participante realçou as principais ideias levantadas nos diferentes textos, partilhou experiências de vida relativas ao tema e mostrou porque é que na sua concepção existe desigualdade entre mulheres e homens. Entre os diferentes assuntos desta discussão, as participantes falaram da existência de sociedades matriarcais; de tempos ancestrais nos quais o homem predominava na caça, nas guerras e no manejo de instrumentos; de como durante séculos a maternidade fragilizou a mulher; da capacidade das mulheres darem à luz como uma forma de poder; de estereótipos castradores tanto para mulheres quanto para homens; das dificuldades enfrentadas pelas mulheres que desempenham cargos de chefia; do papel das mulheres na mudança de paradigmas e na forma como elas próprias alimentam os preconceitos. No fim da sessão pedi às participantes para trazerem um objecto que associassem aos conceitos, Poder, Participação, Igualdade e Visibilidade

Aspectos positivos: empenho das participantes na exploração dos exercícios e momentos de discussão geradores de sinergias entre os exercícios desenvolvidos, as questões relativas à igualdade de género e a vida das participantes.

Aspectos negativos: falta de pontualidade de duas das participantes; desistência de uma das participantes inscrita por um motivo feliz que foi a obtenção de emprego.

Ação: Empowerment Lab2

Contexto de Intervenção: NÓS - Projecto de Acção Social e Artística | Quarta Parede

Componente: Oficina de Teatro

Mestranda/Monitora: Sílvia Pinto Ferreira

Sessão	Data	Hora	Local	Nº. Presenças
7	29.05.2014	14h30-16h30	Teatro das Beiras	3

Descrição da Sessão

Primeira sessão da unidade programática “Dramaturgias da Igualdade de Género” dedicada a quatro conceitos essenciais em matéria de IG: Visibilidade, Poder, Participação e Igualdade.

Começámos sentadas no chão à volta de uma folha de papel de cenário. Após uma breve introdução ao foco temático da sessão, propus o desenvolvimento de um *brainstorming* de acções relativas aos 4 conceitos.

Passámos a alguns exercícios de preparação psicomotora que trabalharam o relacionamento interpessoal e o contacto com o olhar. Aqui desenvolveu-se também um exercício de exploração corporal que, a partir das palavras encontradas no *brainstorming*, exercitou a capacidade de resposta rápida e improvisação.

Seguimos para o ritual de composição da sequência gestual, no qual se relembrou as sequências de gestos já criadas e se compôs uma nova relativa à palavra “igualdade”. Como tem vindo a ser uma prática, as participantes mostraram interesse e entusiasmo na recuperação das sequências e na nova composição.

O exercício seguinte trabalhou a concentração, coordenação, escuta e respiração colectiva através da exploração de uma movimentação conjunta onde se procurou que o grupo agisse como um todo com consciência da individualidade. As participantes corresponderam sem grandes dificuldades aos objectivos do exercício. Procurando aumentar o grau de exigência, à movimentação já apreendida acrescentaram-se alguns gestos da sequência gestual. No fim do exercício uma das participantes confessou que as repetições de movimentação a entristecem porque as associa à rotina do seu dia-a-dia.

No sentido de se compreender que as artes são um meio de Visibilidade, Poder, Participação e Igualdade visualizaram-se algumas obras de mulheres artistas. À luz das diferentes obras discutiram-se os conceitos com mais profundidade e expuseram-se perspectivas individuais.

O exercício final propôs a cada participante que apresentasse no espaço cénico os objectos

que trouxe relativos aos conceitos em foco. Foi muito interessante observar as relações objecto-conceito estabelecidas. Por exemplo, em relação ao conceito de Poder os objectos associados foram livros e cartões de crédito. Este exercício introduz um outro de expressão e criatividade sobre os conceitos e a partir destes objectos, não havendo tempo para o concluir, terminou-se com uma reflexão de grupo sobre a sessão e com um desafio: todos os dias escrever no diário de bordo algo que se tenha vontade de dizer ao mundo.

Aspectos positivos: a motivação e empenho das participantes na exploração dos exercícios e nos momentos de discussão; a crescente partilha de questões relativas ao dia-a-dia das participantes relacionadas com temas de igualdade de género e/ou situação de desemprego.

Aspectos negativos: o facto de o grupo neste momento ser constituído apenas por 3 participantes dificulta o desenvolvimento de alguns exercícios de dinâmica de grupo.

Ação: Empowerment Lab2

Contexto de Intervenção: NÓS - Projecto de Acção Social e Artística | Quarta Parede

Componente: Oficina de Teatro

Mestranda/Monitora: Sílvia Pinto Ferreira

Sessão	Data	Hora	Local	Nº. Presenças
8	05.06.2014	14h30-16h30	Teatro das Beiras	3

Descrição da Sessão

Segunda sessão da unidade temática “Dramaturgias da Igualdade de Género” dedicada ao tema “Dimensões da Igualdade de Género”.

Começámos por um jogo de preparação em grupo que trabalhou a observação, concentração, foco da acção, geração e reprodução de movimentos. Aqui, com o grupo em círculo, definimos uma pessoa para sair da sala enquanto as restantes combinaram quem iria ser a autora dos movimentos que todas reproduziriam, tentando depois a jogadora que saiu perceber quem era esta pessoa. O facto do grupo ser pequeno facilitou negativamente a realização do exercício, uma vez que facilmente se percebia quem estava a gerar o movimento. Ainda no sentido da preparação, desenvolvemos um exercício de exploração da criatividade e imaginação a partir de objectos, onde pedi às participantes para, partindo da forma e esquecendo a função; associarem os objectos dados a outros elementos e funcionalidades. Este exercício introduziu ferramentas importantes para os exercícios seguintes uma vez continuaram o trabalho com objectos.

O exercício seguinte aprofundou a pesquisa no âmbito da IG que tem vindo a ser desenvolvida, procurando ampliar a compreensão de temas relativos ao trabalho e ao emprego. Distribuiu-se por cada pessoa um tema e um texto informativo a ele relativo. Os temas foram: disparidades salariais entre mulheres e homens; partilha de responsabilidades e tarefas domésticas e familiares entre mulheres e homens e desequilíbrio na representação de homens e mulheres nas diferentes categorias profissionais. Após um tempo de leitura, propôs-se a cada pessoa “esculpir” uma “estátua” que representasse a sua perspectiva sobre o tema, utilizando as outras participantes como “matéria-prima” a ser moldada. Apesar de inicialmente as participantes terem manifestado alguma resistência em desenvolver o exercício, dizendo que era muito difícil traduzir aqueles temas numa “escultura” corporal, todas o concretizaram. No fim, discutiu-se o desenvolvimento e resultados do exercício a partir dos testemunhos das participantes e das fotografias tiradas às “estátuas”. Concluiu-se que todas as estátuas revelavam dominação e opressão, embora tenha sido difícil de identificar a real intenção de cada escultora uma vez que as esculturas eram pouco expressivas em termos de posicionamentos e relação entre os diferentes elementos. Procurando estimular o impulso criativo das participantes, alicieei-as a não recearem explorar um pouco mais além das suas ideias iniciais e ousarem superar-se através da imaginação salientando que este espaço laboratorial é exactamente para provocar experiências extra-quotidianas e diferenciadas.

Passámos ao exercício final que consistiu na criação de quadros, primeiramente estáticos e depois com movimento e som dedicado aos conceitos de visibilidade e participação. Aqui cada participante, uma a uma, construiu uma imagem corporal no espaço cénico com recurso

aos objectos disponíveis, preocupando-se em se enquadrar na proposta das participantes já “instaladas”. Uma vez construída a imagem, pedi a cada participante para, sem sair da sua posição, explicar qual o seu objectivo naquele quadro. Depois, ao sinal dado por mim, o quadro ganhou vida e as participantes improvisaram interagindo entre si a partir da posição que cada uma designou e do conceito de partida. As participantes implicaram-se verdadeiramente na realização do exercício, sentindo-se uma progressão em relação ao exercício anterior. Foi interessante observar como pessoas que normalmente não tomam a iniciativa, ousaram ser as primeiras a fazer uma proposta no espaço cénico. As maiores dificuldades surgiram nos momentos em que o quadro ganhou vida, especialmente no que concerne à improvisação entre as participantes, aspecto que se combinou desenvolver na próxima sessão.

Aspectos positivos: realização de todos os exercícios planeados; o envolvimento das participantes na exploração dos exercícios e nos momentos de discussão.

Aspectos negativos: o facto de o grupo ser constituído apenas por 3 participantes limita o desenvolvimento de alguns exercícios.

Acção: Empowerment Lab2

Contexto de Intervenção: NÓS - Projecto de Acção Social e Artística | Quarta Parede

Componente: Oficina de Teatro

Mestranda/Monitora: Sílvia Pinto Ferreira

Sessão	Data	Hora	Local	Nº. Presenças
9	11.06.2014	14h30-16h30	Teatro das Beiras	3

Descrição da Sessão

Esta sessão representou a última da unidade temática “Dramaturgias para a igualdade de género” e teve como foco a reflexão das participantes sobre a sua própria vida, seus anseios e perspectivas.

Começámos por dois exercícios de preparação psicomotora. O primeiro consistiu em caminhar pelo espaço em diferentes velocidades distribuídas de 1 a 5, representando 1 a mais lenta e 5 a mais rápida. O segundo propôs fazer-se massagens em grupo, procurando proporcionar a quem era massajado uma experiência de descontração e bem-estar.

Passámos a um exercício de concentração e reflexividade, no qual pedi às participantes para, numa posição deitada e de olhos fechados, imaginarem que se observavam durante um dia desde o levantar ao adormecer. Seguimos para um exercício de expressão escrita onde cada participante escreveu uma carta a si própria partindo da anterior auto-observação. Após este momento, cada participante leu a sua carta ao grupo. O momento de leitura das cartas, apesar da disponibilidade das participantes, não foi fácil, uma vez que o conteúdo de alguns textos provocava uma grande exposição pessoal.

Seguimos para um conjunto de exercícios que visaram a exploração criativa das cartas. Cada participante seleccionou palavras significativas da sua carta, após o que, com o grupo em círculo, trabalhamos a expressão destas palavras corporalmente. As palavras propostas foram: “muda de vida”, “acordar o mundo” e “sombra”. O grupo ficou visivelmente agradado com este exercício, empenhando-se na criação dos movimentos que acabaram por se transformar em pequenas coreografias de grupo. No fim do exercício as participantes quiseram registar por escrito as sequências de movimentos. Destes registos resultaram uma espécie de *poemas para movimento*.

No último momento da sessão, explorou-se a técnica do teatro de sombras através da qual cada participante explorou e apresentou em sombras a sua frase coreográfica resultante do exercício anterior. As participantes revelaram-se agradadas com este último exercício, ficando algumas a explorar as sombras após o final da sessão.

Aspectos positivos: o envolvimento e entrega das participantes na exploração dos exercícios, sobretudo em exercícios que requerem exposição pessoal como foi a leitura da carta; o agrado das participantes em experimentarem a técnica do teatro de sombras.

Aspectos negativos: nada a notificar.

Ação: Empowerment Lab2				
Contexto de Intervenção: NÓS - Projecto de Acção Social e Artística Quarta Parede				
Componente: Oficina de Teatro				
Mestranda/Monitora: Sílvia Pinto Ferreira				
Sessão	Data	Hora	Local	Nº. Presenças
10	12.06.2014	14h30-16h30	Teatro das Beiras	3

Descrição da Sessão

Esta sessão introduziu a última unidade temática da Oficina de Teatro designada “Processo de criação colectiva” que visa a construção de um fio condutor de todo o processo vivenciado pelo grupo e a preparação de um exercício performativo a apresentar publicamente. Neste sentido, esta sessão teve como objectivo central envolver as participantes na construção de um guião para o exercício performativo final.

Antes das participantes chegarem dispus pelo chão da sala materiais que foram sendo produzidos ao longo do laboratório (entre os quais os mapas corporais desenhados em papel de cenário, cartazes desenvolvidos nas sessões de IG e *mindmaps* sobre alguns dos conceitos trabalhados), livros com que trabalhamos e objectos usados em improvisações.

Procurando uma retrospectiva de todo o processo, começámos por visualizar fotografias relativas a momentos de diferentes sessões, onde pedi às participantes para irem tomando nota dos momentos que considerassem mais significativos. Após a visualização, o grupo instalou-se à volta dos vários materiais e desenvolveu-se uma conversa sobre as expectativas de cada uma em relação ao exercício de apresentação final. Aqui uma das participantes manifestou algum receio em relação à exposição pessoal que o exercício significava. Eu e as outras duas participantes procurámos mostrar-lhe como esta apresentação podia contribuir para o aumento da sua autoconfiança e como era importante apresentar publicamente o trabalho desenvolvido ao longo do Lab. Acalmados estes receios, pediu-se a cada uma para, entre todo o trabalho desenvolvido, destacar o que considera mais pertinente para apresentar no exercício final. As participantes distinguiram os exercícios de expressão corporal que resultaram em frases coreográficas, a concepção dos mapas corporais, as próprias fotografias do processo, o trabalho com sombras, as improvisações à volta de conceitos de IG; os textos de autores/as e as cartas pessoais. De uma forma unânime apontámos como principais objectivos do exercício final a partilha do processo experienciado pelo grupo no sentido de uma exposição das pesquisas desenvolvidas e a apresentação de um olhar crítico sobre algumas das principais temáticas relativas ao trabalho e ao emprego no feminino recorrendo aos textos de autores explorados e às cartas pessoais. Após esta conversa, passámos à construção de um esboço do guião reunindo as propostas do grupo e seleccionando os textos que melhor se adequavam a estas propostas. Definiu-se que o exercício será composto por uma introdução na qual uma das participantes apresenta o laboratório; quatro cenas em sombra relativas aos conceitos Poder, Participação, Igualdade e Visibilidade, durante as quais se lêem textos de algumas autoras e uma cena composta pelas frases coreográficas desenvolvidas com recurso a excertos das cartas pessoais. Quanto ao espaço cénico, decidiu-se que este deveria ser composto por todos os mapas corporais desenvolvidos (inclusive os das participantes que já não estão). Após um momento de discussão sobre como instalar os mapas no espaço cénico, considerou-se que estes poderiam ser fotografados e projectados e também que poderiam estar instalados no chão do palco. Também se decidiu gravar excertos das cartas pessoais e de textos de reflexão escritos no diário de bordo pelas participante que apareceriam em voz *off*.

No final da sessão combinámos que cada participante escreveria uma proposta de apresentação do Lab2 para a introdução do exercício performativo e que esta se iria trabalhar via *networking*.

Aspectos positivos: expectativa em relação ao exercício final fortalecedora do espírito de entajuda entre o grupo; dedicação do grupo na criação do exercício performativo final.

Aspectos negativos: nada a notificar.

Ação: Empowerment Lab2				
Contexto de Intervenção: NÓS - Projecto de Acção Social e Artística Quarta Parede				
Componente: Oficina de Teatro				
Mestranda/Monitora: Sílvia Pinto Ferreira				
Sessão 11	Data 18.06.2014	Hora 14h30-16h30	Local Teatro das Beiras	Nº. Presenças 3

Descrição da Sessão				
<p>Sessão dedicada ao aperfeiçoamento das cenas distinguidas para o exercício performativo final.</p> <p>Começámos pelo já habitual momento de preparação psicomotora, onde aliámos o aquecimento corporal ao vocal.</p> <p>Passámos para a leitura do guião em grupo, conversando-se sobre as suas diferentes cenas e procurando-se desenvolver uma visão integral da apresentação. Após a leitura, desenvolveu-se o texto que servirá para uma das participantes introduzir o exercício.</p> <p>Passámos à definição de papéis nas diferentes cenas, privilegiando as preferências de cada pessoa. As participantes manifestaram contentamento com o guião final.</p> <p>Seguimos para o aperfeiçoamento das cenas que recorrem à técnica do teatro de sombras. Definiu-se que cada uma ficaria responsável pela leitura de um texto e pela criação de uma cena em sombra de outro texto, desempenhadas pelas outras duas participantes.</p> <p>Estipularam-se os conceitos-motores de cada uma destas cenas, a movimentação e os adereços necessários. Todas demonstraram entusiasmo no desenvolvimento das cenas em sombra e satisfação com os resultados.</p> <p>No momento final da sessão, as participantes fizeram a gravação áudio de alguns excertos dos textos pessoais (Carta de Mim para Mim e textos do diário de bordo) que serão introduzidos na paisagem sonora da apresentação.</p>				
Aspectos positivos: dedicação do grupo na criação do exercício performativo final.				
Aspectos negativos: nada a notificar.				

Ação: Empowerment Lab2				
Contexto de Intervenção: NÓS - Projecto de Acção Social e Artística Quarta Parede				
Componente: Oficina de Teatro				
Mestranda/Monitora: Sílvia Pinto Ferreira				
Sessão 12	Data 25.06.2014	Hora 14h30-16h30	Local Teatro das Beiras	Nº. Presenças 3

Descrição da Sessão				
<p>Esta sessão correspondeu à última sessão formal do laboratório, sendo dedicada ao aperfeiçoamento das cenas seleccionadas para o exercício performativo final e contou com a presença do Rui Gonçalves, responsável pela criação da paisagem sonora da apresentação. Baseado no trabalho de criação colaborativo desenvolvido nas últimas duas sessões, este exercício irá consistir na apresentação de composições cénicas com uma forte componente visual com recurso à linguagem do teatro de sombras acompanhadas por textos de autoras e textos pessoais e de momentos coreográficos onde, de uma forma poética, se expõem temas associados à igualdade de género no trabalho e no emprego e ao desemprego feminino. O primeiro momento da sessão foi dedicado ao aquecimento corporal e vocal em grupo. É de destacar que, de uma forma progressiva, as participantes foram reconhecendo este momento como essencial para o bom desenvolvimento da sessão.</p> <p>Começou-se por trabalhar as frases de movimento desenvolvidas em grupo a partir dos conceitos MULHER, SENSIBILIDADE E HOMEM e dos textos pessoais, MUDA DE VIDA, ACORDA MUNDO e SOMBRA. O grupo não demonstrou dificuldade neste exercício, manifestando um grande entusiasmo no trabalho de composição corporal.</p> <p>Passou-se ao aprimoramento das cenas que recorrem à linguagem do teatro de sombras, trabalhando-se os movimentos, os ritmos, a manipulação de objectos e a criação de ambiências visuais (cores, efeitos, etc). As participantes manifestam especial agrado no trabalho com as sombras, participando de forma enriquecedora e construtiva. Seguiu-se o aperfeiçoamento da leitura dos textos, com atenção à articulação, ao ritmo e às pausas. Os textos seleccionados para o exercício provieram das obras:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Olive Schreiner, <i>From man to man</i>, Academy Press, Chicago, 1977, p.409 - Rich, Adrienne, "Notes toward a Politics of Location", <i>Blood, Bread and Poetry: Selected Prose, 1979-1985</i>, Virago, Londres, 1985 - Beauvoir, Simone, <i>O segundo sexo</i>, Vol. II, 1949, Paris, pp.503-504 - Horta, Maria Teresa, Barreno, Maria Isabel, Costa, Maria Velho da, <i>Novas Cartas Portuguesas</i>, Lisboa, 1972, pp.202-203 - Excertos das cartas e dos diários de bordo das participantes <p>A última parte da sessão foi dedicada à audição e selecção de algumas propostas sonoras e dos textos gravados, à determinação do tipo de figurinos a usar e à marcação de horários para os ensaios no dia anterior e na tarde do dia da apresentação.</p>				
Aspectos positivos: participação e dedicação do grupo na preparação do exercício performativo final.				
Aspectos negativos: nada a notificar.				

Ação: Empowerment Lab2			
Contexto de Intervenção: NÓS - Projecto de Acção Social e Artística Quarta Parede			
Componente: Oficina de Teatro			
Mestranda/Monitora: Sílvia Pinto Ferreira			
Ensaios e Apresentação Final	Data 27.06.2014 28.06.2014	Hora 15h00-18h00 21h30-22h30	Local Teatro das Beiras

Descrição da Sessão
<p>Estes dois últimos encontros foram dedicados a ensaios (dia 27.junho) e à apresentação pública do exercício performativo que funcionou como acção final do Empowerment Lab2, realizada no dia 28.Junho, pelas 21h30 no Auditório do Teatro das Beiras. Esta apresentação</p>

resultou de um processo de criação colaborativo desenvolvido ao longo das 3 últimas sessões do laboratório, durante o qual se valorizou as propostas das participantes bem como todo o processo vivenciado pelo grupo. Os objectivos fundamentais desta apresentação pública foram a partilha do Empowerment Lab2 com a comunidade; a valorização pessoal e social das participantes e a sensibilização para a igualdade de género, com foco nos problemas associados ao desemprego feminino. Partindo de conceitos cruciais como Poder, Participação, Visibilidade e Igualdade, este exercício performativo propôs uma reflexão poética sobre o universo laboral a partir de uma perspectiva feminina, bem como sobre as situações de desigualdade que lhes estão associadas. Considerando o difícil contexto económico-social que Portugal atravessa actualmente, esta apresentação constituiu um espaço de sensibilização para o impacto do desemprego feminino, através da partilha do processo interdisciplinar vivenciado ao longo do laboratório, onde a sociologia, a filosofia, a literatura e as histórias de vida foram matéria para a expressão e criatividade artísticas.

A preparação e efectivação da apresentação constituiu um momento essencial do laboratório uma vez que este processo permitiu às participantes consolidar conhecimentos relativos à IG, aprofundar as suas competências criativas e expressivas, trabalhar a sua sensibilidade artística e aumentar a sua confiança pessoal. Uma vez que a apresentação representou para as participantes a sua primeira experiência teatral, todos os momentos foram rodeados de alguma ansiedade que eu procurei sempre colmatar procurando que esta experiência fosse vivida com o máximo de fruição possível. Neste sentido, procurei ao máximo colocar as participantes à vontade com o espaço teatral, fazendo-as contactar com os seus diversos elementos. Para além do trabalho de palco, as participantes colaboraram com a afinação das luzes e do som, bem como com a montagem do panejamento e a limpeza do espaço. A maior dificuldade foi a adaptação das cenas em sombra ao palco, uma vez que a tela de projecção era muito mais ampla do que a que usámos nas sessões tivemos que perder algum tempo para conseguir ajustar a iluminação necessária bem como os movimentos a este novo espaço. Aqui foi essencial a colaboração do Jay, o técnico de luz, do Rui, do som, e da Águeda Simó, responsável pela realização do vídeo documental. Este espírito de equipa também reforçou a confiança e à vontade das participantes.

No dia da apresentação ainda realizamos um ensaio pela tarde e ultimámos alguns pormenores da coreografia final. A apresentação foi antecedida por um aquecimento em grupo que visou a descontração e bem-estar das participantes.

A apresentação contou com 17 espectadores e terminou com uma conversa entre as participantes e o público, moderada por mim, que visou uma maior aproximação entre o público e as participantes, bem como, uma melhor compreensão do contexto, processo e objectivos dos *Empowerment Labs*. Ao longo da conversa as participantes responderam a algumas perguntas colocadas pelos espectadores/as sobre o processo do laboratório, a apresentação em si e também o impacto que esta experiência tem na vida das participantes. O público mostrou-se surpreendido com a qualidade da apresentação e a conversa evoluiu para a discussão sobre alguns problemas da actualidade relativos à igualdade de oportunidades profissionais entre mulheres e homens. Nesta conversa esteve patente a atenção e preocupação dos/as espectadores/as face ao problema do desemprego feminino reflectido nas participantes. No fim, as participantes mostraram-se verdadeiramente felizes com o seu desempenho e compensadas com todo o processo. Pessoalmente, senti-me muito emocionada ao assistir à performance que resultou verdadeiramente bem. Aqui realço que a implicação e empenho das participantes durante todo o processo de preparação deste exercício performativo, a sua entreaajuda, entusiasmo e dedicação estiveram bem presentes no momento da apresentação.

Anexo 5

A.5.1. DVD - 1. Vídeo Exercício Performativo Final/Lab1

2. Vídeo Exercício Performativo Final/Lab2