

# TEATRE DE BUTXACA

**Perquè la teva empresa  
trobi solucions  
creatives!**



mousiké

## PRESENTACIÓ

El teatre és com una lupa de la vida, de la feina i de les relacions amb els altres.

El **Teatre de Butxaca** és una eina que s'utilitza per explorar i veure el món des d'una altra perspectiva. Cada moment de vida està ple d'informació i coneixement, aquests moments, de vegades, poden generar conflictes tant en un mateix com en un equip. El Teatre de Butxaca ens ajuda a adquirir les eines necessàries per enfrontar diferents situacions, perquè una vegada aprenem aquests recursos, els puguem treure de la "butxaca" quan ho desitgem o quan sigui necessari.

En un món on les relacions sempre estan penjant d'un fil, desgastades i plenes de soroll, és important promoure la relació de tu a tu i rescatar la companyonia i el treball en equip. És important que cada "participant - treballador" senti, vegi i cregui que el seu paper és important dins de l'equip, sempre respectant els límits i la individualitat de cadascú, però fomentant el respecte, la tolerància, la solidaritat i la comunicació. Quan hi ha una comunicació clara i directa en un equip, és més fàcil arribar a un objectiu comú.

El Teatre de butxaca es basa en la metodologia vivencial d'Stanislavski, els jocs teatrals de Viola Spolin, basats en la improvisació, i en el constructivisme de Jean Piaget, centrat en l'estudi de les habilitats de cada persona. L'objectiu primordial del Teatre de Butxaca és que cada persona cregui en els seus procediments i en les seves eines per resoldre una situació problemàtica.



## ESTRUCTURA

El Teatre de Butxaca està organitzat en forma **d'exercicis teatrals** que desenvolupen la creativitat i la cooperació.

La millora de les relacions entre totes les persones/àrees involucrades en el seu negoci comporta una millor convivència que, a la vegada, té com a conseqüència una comunicació més fluida i una millora en els resultats laborals.

El Teatre de Butxaca és una eina a favor de la comunicació entre les diferents àrees d'una empresa i de l'aprenentatge de la gestió humana per aprendre a parlar amb els nostres companys des de la proximitat. A través del teatre arribem a solucions dinàmiques, senzilles i creatives que procuren una major comunicació amb el nostre equip.

Amb el Teatre de Butxaca donem resposta a les preguntes: **Com puc ser creatiu? Com puc comunicar-me amb el meu equip? Com puc ser més eficaç en la resolució de conflictes?**

Les paraules clau d'aquest tipus de treball són: creativitat, pro activitat i treball en equip, perquè aquestes tres són les àrees que potencien aquests exercicis.



## FORMAT

El format de l'activitat és modular: adaptada a les necessitats i als horaris disponibles de cada empresa i dels seus empleats. La formació pot ser setmanal, diària, mensual o bé en una sola sessió amb una durada mínima de 4 hores. Les sessions han de tenir un mínim de 10 participants i un màxim de 30, aproximadament, i es divideixen en dues parts:

**1 . Escalfament** (despertar de la consciència). El despertar del cos: prendre consciència de tot allò que es fa. Realització de jocs teatrals que consisteixen en l'estimulació de l'atenció, la concentració, la creativitat, la comunitat i la comunicació.

**2 . Escenes quotidianes:** escenificar d'una manera artística, les situacions quotidianes, tant de la vida familiar o social com de la vida laboral, intentant convertir-les en eines que podran ser utilitzades a la feina. (A través de temes ficticis, s'inicia un

exercici en què el leimotiv és "fer creure", així podrem visualitzar i resoldre situacions que, sovint, semblen impossibles).

**3 . Debríng:** En finalitzar l'activitat es realitza una reunió final per determinar els resultats de l'experiència. Què he après? Què he obtingut d'aquesta activitat? Es realitzen preguntes perquè els participants reflexionin al voltant de l'activitat, amb l'objectiu de tancar l'experiència i avaluar les actituds prioritàries en l'equip de treball i les actituds a millorar.

Per poder realitzar aquesta activitat es necessita una sala amb un espai suficient per treballar amb el cos, ja sigui a la pròpia empresa, en un hotel o en un teatre, i un equip de so.

## OBJECTIUS

El camí recorregut en la formació és un dels objectius més importants de Teatre de Butxaca i es centra en facilitar les eines necessàries per poder resoldre qualsevol tipus de situació laboral, i també personal.

La formació teatral repercutirà en la seva vida personal favorablement i serà un camí de doble direcció ja que, a la vegada, repercutirà en la feina:

- Crear un ambient creatiu i lúdic per als participants, de manera que aquestes experiències es facin servir com a eines de treball.
- Enfocar i potenciar la capacitat innata de cada empleat. Potenciar la creativitat individual en benefici de l'empresa .
- Augmentar l'activitat en equip.
- Transformar les idees en accions.
- Augmentar l'autoestima de cada empleat, així com la seguretat i la confiança en un mateix, a través de la realització de jocs teatrals que busquin la solució en la confrontació d'opinions.
- Afavorir una major integració entre totes les àrees.
- Millorar la comunicació entre el personal de l'empresa o institució. Facilitar als empleats eines per a la comunicació en

equip, tant des del punt de vista de direcció com des del punt de vista de la persona que segueix les pautes de treball de direcció. (Manejar persones conflictives i manejar el llenguatge, amb l'objectiu de no ofendre ni ferir sinó de dirigir mitjançant el respecte mutu. Ús del "sí màgic" i del "si jo fos..." de Stanislavski com a joc de rol per posar-se al lloc de l'altre).

- Parlar en públic.
- Gestionar l'estrès (síndrome Burnout d'esgotament laboral). Prevenció de l'estrès amb tècniques de respiració, ioga, jocs de rol... per guanyar en qualitat de vida .
- Potenciar l'atenció al client. Acollir al client, adaptar-se a la seva personalitat, escoltar-lo per entendre les seves necessitats. Cal tenir cura de la relació humana per aconseguir que els clients tornin.
- Gestionar el conflicte. El conflicte és una realitat a les relacions laborals sigui quin sigui el nivell jeràrquic del treballador. Es tracta de poder resoldre de manera eficaç les relacions conflictives i poder mantenir la distància necessària per no entrar dins el terreny personal.
- Crear un espai de llibertat i confiança perquè les persones puguin desfer-se de tot allò que els angoixa.

## SUSANNA BARRANCO

Creadora multidisciplinària treballa en diferents àmbits artístics des de una forta empremta personal. La força visual i argumental caracteritzen tant les seves creacions com els seus treballs com a actriu. Viu la seva professió com una recerca i relació constant en al món en el que transita, com a dona. Després d'assolir una sòlida formació al Col·legi del Teatre i graduada en Estudis literaris a la Universitat de Barcelona, treballa amb rellevants companyies teatrals de Barcelona (Comediants, Marcel·lí Antúnez, Delirio...)

L'any 1999 crea la companyia que porta el seu nom, en la que treballa en col·laboració amb diferents professionals per dur a terme els seus espectacles. Entre els seus muntatges cal destacar "Mossegades"(2005) i "L'amor no fa mal" (2009) i Massa tard per ser pessimista(2013). Ha publicat un poemari *Cràter*, el llibre *Digue'm una cosa bonica* i la novel·la *La autopista del amor* (Ediciones B). La seva obra és sempre íntima i profunda, d'una força seductora estèticament captivadora alhora que intensament reflexiva. Com a documentalista ha dirigit diversos documentals els més representatius són *Ferides*, *Buits* i *El silenci del Jonc*.

## MARIANA MICHELETTI

Actriu, professora d'arts escèniques i productora teatral. Va començar a estudiar teatre amateur als 10 anys. Als 23 es va formar en una de les millors escoles de teatre de Brasil, el Teatre Macunaíma, on també va ser professora. En el seu camí professional ha treballat amb els millors directors de teatre i televisió del Brasil (Nissim Castiel, Roberto Lage, Celso Frateschi, Guilherme Santana...). El seu costat còmic i visceral li ha donat moltes oportunitats d'actuar en diversos tipus de llenguatges. Ha actuat en més de 20 obres, les més destacades són: "Afrodite" - on a més d'actuar també va ser l'escriptora i la productora de l'espectacle- ; "Coronat" i "Perdoa - em per em traïres". Al cinema la seva última pel·lícula ha estat "Bellini eo Dimoni", que va tenir gran èxit, i a la tele la sèrie "Alice" i la telenovel·la "Essas Mulheres".

A més d'obres adultes ha actuat en nombroses obres infantils i ha fet un programa de televisió per a nens a el canal Nickelodeon. Té l'especial capacitat de transitar en els més diferents universos, moltes ganes de comunicar-se artísticament amb els altres i fer d'això la seva missió a la vida.

## CONTACTE

**Associació teatral Mousiké**

934433062

[www.mousike.cat](http://www.mousike.cat)

[mousikebcn@gmail.com](mailto:mousikebcn@gmail.com)

**Susanna Barranco Iglesias**

667413402

[www.susannabarranco.com](http://www.susannabarranco.com)

[susanna.barranco@gmail.com](mailto:susanna.barranco@gmail.com)

**Mariana Micheletti**

626743132

[www.marianamicheletti.com](http://www.marianamicheletti.com)

[maricmicheletti@gmail.com](mailto:maricmicheletti@gmail.com)



**mousiké**