

UNIVERSIDAD NACIONAL DE RIO NEGRO

Sede Andina

Licenciatura en Arte Dramático

TESINA

Análisis del tránsito emocional actoral.

Licenciando: Martin S. Contuci

Directora: Mg. Alicia Nudler

San Carlos de Bariloche, 2 de Marzo de 2022

Índice

Agradecimientos	3
Capítulo I – Primeros Pasos	4
Introducción	4
Planteamiento del Problema	4
Estado del arte	5
Objetivos	8
Metodología	9
Capítulo II – Conectando Puntos	11
Marco teórico teatral	11
Proyección neuropsicológica	14
Una visión biológica	14
Una mirada más reciente	18
Hacia una descripción del trabajo emocional en el actor	23
El efecto Cassandra	29
Capítulo III – Abriendo el campo	32
Encuesta General	32
Entrevistas Personales	41
La preparación	41
El durante	43
La salida	45
Análisis de los tres momentos	46
Capítulo IV - Conclusiones	49
Anexo	53
Encuesta General	53
Entrevista Personal	54
Representación gráfica de emociones	55
Bibliografía	57

Agradecimientos

A María, por estar a mi lado en todo momento, escucharme y brindarme su apoyo incondicional.

A Alicia Nudler, por abrirme las puertas al mundo de la investigación académica y ser una invaluable guía en el desarrollo de esta tesina.

A Nina, quien aun sin darse cuenta me ayudó a redescubrir muchas emociones.

A mis padres, por bregar por mis bases educativas.

A todas y todos mis docentes, por su tiempo, dedicación y enseñanzas.

Y a la Universidad Nacional de Río Negro por la oportunidad de adquirir esta formación profesional.

Capítulo I – Primeros Pasos

Introducción

El cuerpo del actor es su principal herramienta en el teatro. Es este cuerpo una conjunción de sistemas en constante intercambio de información. Allí se identifican “reacciones químicas y neuronales que forman un patrón distintivo de respuesta corporal denominado emociones” (Damasio, 2007, p. 55).

En la presente investigación se analiza el tránsito emocional de los intérpretes durante su trabajo actoral. Se origina del interés en cuestionar cómo el ser humano experimenta emociones de los personajes que son ajenas a sus propias situaciones de la vida cotidiana.

Planteamiento del Problema

Como actores debemos enfrentar el desafío de lograr la autenticidad del acto representado. El actor necesita distanciarse de su propia realidad hacia un espacio-tiempo alternativo considerado la realidad del personaje, pero que en todo momento está comprometido por el diálogo con la realidad del actor. La autenticidad de esta representación se verá afectada en cuanto prevalezca o no la realidad del personaje, y las emociones juegan un papel muy importante en este desafío. De aquí parte el problema principal que dio curso a esta investigación, el cual consistió en preguntarme ¿cómo se logra despistar a un sistema inmensamente evolucionado como es el cuerpo humano?

Estado del arte

En la actualidad existe una amplia gama de especialistas en constante investigación sobre las emociones dentro de áreas como la Biología, la Psicología, las Neurociencias y demás disciplinas científicas. En el área artística no se ha encontrado el mismo grado de avance, aunque las razones de esto escapan al foco del presente trabajo. Aun así, podemos resaltar un gran eslabón que combina estos múltiples campos en la obra de Rick Kemp, *What neuroscience tells us about performance*, publicada en 2012. En su libro reúne estudios de reconocidos artistas entre los que figuran Stanislavski, M. Chekhov, Lecoq, y los contrasta con destacados autores como el ya citado Damasio, J. LeDoux, G. Lakoff y M. Johnson, entre otros.

Cabe señalar que tanto Damasio como LeDoux han especializado su trayectoria profesional en la memoria, el cerebro y las emociones. El primero ha difundido sus prestigiosos estudios en los libros *El error de Descartes* (1994), *La sensación de lo que ocurre: Cuerpo y emoción en la construcción de la conciencia*. (1999) y *En busca de Spinoza* (2003). Entre sus principales aportes podemos mencionar la hipótesis del marcador somático y el bucle corporal “como si” los cuales veremos en el capítulo II. En tanto que LeDoux ha escrito varios libros entre los que figura *The emotional brain* (1996) donde analiza cómo el cerebro genera las emociones y cómo detecta y responde a estímulos emocionales; el autor parte de algunas premisas como por ejemplo que las emociones son críticas para la supervivencia del organismo y cada emoción tiene un propósito y se origina en diferentes sectores del cerebro. Así relata que para sentir una emoción primero se debe experimentar un

estímulo y luego el cerebro, particularmente la amígdala procesará y enviará señales que producirán la respuesta física.

Algunas de las investigaciones empíricas que han aportado al campo científico sobre las emociones son por ejemplo los estudios de Paul Ekman sobre la expresión facial de las emociones. Este investigador sostiene que la expresión facial de las emociones básicas es universal, y lo que varía de cultura en cultura son las reglas de manifestación pública. También encontramos los aportes de Rafael Bisquerra Alzina con su libro *Psicopedagogía de las emociones* (2010) donde expone los fundamentos de la psicopedagogía de las emociones y sus aplicaciones a través de la educación emocional; y a Isaac Garrido con el libro *Psicología de la emoción* (2000) donde aborda los desarrollos, teorías y modelos explicativos de la emoción.

Dentro del campo de las neurociencias y la disciplina teatral, merecen destacarse las publicaciones sobre teatro y neurociencia del investigador teatral Gabriele Sofia. Es el caso de la publicación *Theatre and cognitive neuroscience* (2016), que junto a Clelia Falleti y Victor Jacono exploran las interacciones entre dicha ciencia y la performance. En esta misma línea, se publica *Acting, archetype and neuroscience* en 2017 donde Jane Drake Brody propone nuevas formas de enseñanza y entrenamiento teatral permitiendo al actor descubrir comportamientos humanos primarios que se ocultan detrás de construcciones de personalidad social.

En su libro *Presence: Bringing your boldest self to your biggest challenges* (2015), Amy Cuddy investiga el poder y repercusión de las posturas físicas, y describe su metodología de trabajo mediante el análisis químico de hormonas para evaluar los cambios corporales. La investigadora y su equipo científico definieron posturas corporales de expansión, energía y poder, y las contrarrestaron con posturas corporales de desánimo, impotencia o falta de energía

para luego evaluar el aumento o disminución en los niveles de testosterona y cortisol. No logramos encontrar un estudio similar realizado sobre actores o actrices.

Se encontró una tesis de grado de psicología (Marignac 2015), que estudia el impacto de la disciplina teatral en relación a la expresión emocional sobre adultos jóvenes que practican teatro. También damos cuenta del reciente aporte de graduados de la Universidad de Córdoba con su trabajo *La intencionalidad de la acción y el aporte de las neuronas espejo* (Isaía y Quarín 2018) como así también el trabajo de Sol Alonso (2019) *Las emociones del actor en la obra de Stanislavski y sus posibles vinculaciones con los aportes de Antonio Damasio*.

Desde una posición que difiere en varios sentidos de las teorías de Ekman y Damasio, encontramos otra corriente científica que ha aportado al estudio de las emociones en Lisa Barret. Esta autora propone una mirada constructivista en su libro *How emotions are made: The secret life of the brain* (2017). Desarrollaremos en el siguiente capítulo su comprensión de las emociones como producto de la conceptualización, el lenguaje, la predicción y el aprendizaje.

Objetivos

El objetivo general del presente trabajo es analizar el tránsito emocional de actores y actrices durante su trabajo actoral. Denominamos tránsito emocional al recorrido que hacen los artistas por las distintas emociones desde que se preparan para actuar y mientras se lleva adelante el hecho teatral.

Entre los objetivos específicos están:

- Indagar en el tipo de preparación actoral de los intérpretes en su búsqueda de emociones para la representación de personajes;
- Explorar cómo estas emociones van cambiando durante una determinada función teatral, así como a lo largo de las funciones;
- Examinar el conocimiento teórico que dichos intérpretes poseen sobre las emociones.

Metodología

Partiendo de las recomendaciones de Sautu et al. (2010), se aplicaron metodologías cuantitativas y cualitativas según la etapa¹. Se describe a continuación cómo se llevó a cabo el proceso que constó de dos etapas:

- En la primera etapa, el estudio estuvo enfocado en obtener información sobre el conocimiento teórico de las emociones de cualquier persona que tuviera un año de experiencia actoral como mínimo.
 - Todas las personas contactadas forman parte de la comunidad teatral de Bariloche, ya sea porque son estudiantes de la carrera de Arte Dramático de la UNRN o personas con experiencia y trayectoria actoral. Este estudio se realizó mediante el uso de un cuestionario electrónico, lo que permitió ampliar su rango de alcance a todo/a actor/actriz que contara con acceso a una computadora y/o dispositivo móvil e internet. El cuestionario se creó a través del Google Forms y las personas fueron contactadas mediante un correo electrónico personalizado.
 - Los participantes ingresaban al cuestionario mediante un link que fue provisto en el correo electrónico y completaban un total de siete preguntas.
 - Al finalizar el cuestionario se les consultaba si querían participar de la segunda fase, lo que facilitaba un nuevo contacto con quienes se ofrecían.
 - Esta etapa tuvo una fecha de finalización específica para delimitar el volumen de datos recibidos.

¹ Empecé con la idea de querer medir químicamente el aumento o disminución de ciertas hormonas para validar científicamente los cambios emocionales. Cuando acepté que esto sería casi imposible con el poco conocimiento y herramientas que tenía, fui buscando otros modos de indagación como el que se describe.

- En una segunda fase, se realizaron entrevistas personales para poder obtener mayor detalle con respecto al tránsito emocional de actores y actrices durante su período de representación.

En esta fase:

- Se delimitó el muestreo a 10 teatristas de la ciudad de San Carlos de Bariloche que poseyeran al menos 5 años ininterrumpidos de experiencia actoral. Dicha experiencia teatral podía ser como estudiante avanzado o en obras amateurs y/o profesionales.
 - Las personas fueron contactadas nuevamente mediante un correo electrónico personalizado.
 - Las entrevistas fueron virtuales debido a la pandemia que atravesaba la sociedad. Todas fueron realizadas mediante Google Meet y grabadas con algún dispositivo electrónico. Las preguntas pueden ser consultadas en el anexo Entrevista Personal
- Todos los datos y el material obtenido fueron analizados desde el punto de vista del conocimiento teórico adquirido.

Capítulo II – Conectando Puntos

Marco teórico teatral

Los primeros registros bibliográficos sobre las emociones en el teatro que he logrado encontrar datan del s. XIX. Aquí el relato y la gráfica de Siddons y Engel (1822) muestran diversas emociones y su correspondiente expresión física en el drama europeo². Estos documentos datan de casi medio siglo antes de los primeros destellos de la psicología experimental de Wundt, o las aproximaciones de Darwin (1872) sobre expresiones emocionales en humanos y animales.

No es sino hasta principios del siglo XX donde se plasman las más famosas técnicas para el trabajo del actor, propuestas por Stanislavski: “La memoria emotiva” y el “método de acciones físicas”. Más allá de las controversiales traducciones y volúmenes inconclusos³, se destacan en occidente las obras: *Mi vida en el arte* (1924), *Un actor se prepara* (1936), *La construcción del personaje* (1948) y *Creando un rol* (1957). Inicialmente el autor postuló la memoria emotiva como técnica de trabajo actoral, partiendo desde una tríada primordial de sentimiento-mente-voluntad. En esta tríada podrían observarse indicios de unión física entre cuerpo y mente, siempre tomando como premisa la división mente-cuerpo del dualismo cartesiano.

² Estas imágenes se pueden ver en el Anexo de la tesina.

³ Considero importante mencionar que ha sido mi sorpresa leer que todas las obras de alcance occidental sobre el trabajo de Stanislavski han sufrido diversas y controvertidas manipulaciones de traducción, edición y publicación.

De todas formas, se cuestionó que la técnica de la memoria emotiva planteaba inconsistencias al afianzar su mecanismo en la evocación de recuerdos para la creación del personaje. Los recuerdos se disipan con el tiempo, pierden lo vivido y original de la realidad. Incluso Michael Chekhov, reconocido autor y pupilo de Stanislavski, expresó su rechazo hacia la memoria emotiva como única técnica de creación artística (Solomon, 2002, p.13).

El Sistema de Stanislavski se transformó cuando el director reconoció que la vida física y psicológica tenían una relación muy estrecha. Ya en sus escritos de 1936 reconoce las acciones físicas como estímulos de la emoción. Este cambio radical de su técnica se debió a numerosas situaciones de insatisfacción experimental. Stanislavski observaba que sus actores dedicaban grandes esfuerzos en la preparación interna y emocional para la creación de sus personajes, que luego perdían eficacia al momento de ser trasladados a escena. El desarrollo del “método de acciones físicas” según hace referencia Kemp (2012) hace foco en la relación del personaje con la situación ficcional, enfatiza la imaginación del actor y descubre nuevos significados a través de la actividad física (p. 147). “La instrucción de no pensar en el personaje muestra la intención de Stanislavski de colocar la atención en las circunstancias ficticias y las acciones físicas dentro de esas circunstancias.” (Kemp, 2012, p. 150). Como relata Alonso (2019), Stanislavski reemplaza el trabajo de análisis contemplativo y psicológico por un trabajo directamente con los actores en el escenario. Hay un énfasis en que el actor logre generar impulsos internos que justifiquen las acciones físicas simples y así establecer una estrecha vinculación entre la acción física y la acción psicológica (p. 96).

Por otro lado, la continuidad de la memoria emotiva como técnica de actuación se debió principalmente al Actor’s Studio y su expansión por Norteamérica. Lee Strasberg profundizó en el trabajo de la memoria emotiva según lo expuesto en su libro *Un sueño de*

Pasión: El desarrollo del método (1987). Aquí plantea su concepción actoral evocando experiencias vividas para así crear una “verdad” en la performance. Manifiesta que:

La memoria emotiva es el material principal para revivir en el escenario, y en consecuencia para crear una experiencia real. Lo que el actor repite en cada una de sus representaciones, no es simplemente las palabras y movimientos practicados en los ensayos, sino el recuerdo de la emoción. Él alcanza su emoción a través del recuerdo de pensamientos y sensaciones. (Strasberg, 1987, p. 113 traducción propia)

Este planteo como técnica primordial del trabajo actoral ha sido globalmente expandido en el ámbito teatral, como así también cinematográfico. Sin embargo, se ha cuestionado que su singularidad funcional podría ser ineficaz en el tiempo (Solomon, 2002, p.13). Asimismo, para Jorge Eines (2006), esta corriente teatral que fomenta recuperar emociones a través de sensaciones tiene algo de coyuntural e impreciso en cuanto se produzcan las respuestas emocionales. Plantea que “es posible disponer la sensibilidad para recuperar la humedad, un olor o el sabor salado; otra cosa es creer que eso puede aprehenderse como si se tratara de una respuesta fisiológica” (Eines, 2006, 58).

Como profundizaremos en los próximos capítulos, esta perspectiva por sí sola, con el propósito de crear una “verdad” escénica, se opone a estudios neurocientíficos sobre la capacidad de aprendizaje que tiene el cuerpo y la dilución que experimentan los recuerdos a través del tiempo.

Proyección neuropsicológica

Una visión biológica

Paralelamente a los desarrollos desde la propia práctica actoral, las emociones han despertado la atracción investigadora de múltiples disciplinas. Los avances científicos nos han permitido hoy en día tener una mayor fuente de información sobre el rol de las emociones en el ser humano y solapar este conocimiento con el trabajo del actor contribuye a la disciplina teatral.

Para encontrar puntos de convergencia entre la disciplina artística y los avances de la psicología o las neurociencias, es propicio dar un primer paso junto a Antonio Damasio, médico neurólogo que ha contribuido al estudio de la mente, y particularmente al análisis del conocimiento y las emociones. En su obra *En busca de Spinoza* (2007) sobre la neurobiología de las emociones y los sentimientos, se divisa un eslabón de contacto con el arte:

El cuasi-accidente real que asustó al lector hace años puede ser recordado y hacer que éste se asuste de nuevo. Ya se trate de una imagen realmente presente, acabada de acuñar, o de una imagen reconstruida que se recuerda a partir de la memoria, el tipo de efecto es el mismo. Si el estímulo es emocionalmente competente se produce una emoción, y sólo varía la intensidad. Los actores de todo tipo de escuelas se basan para su profesión en esta denominada memoria emocional. (Damasio, 2007, p. 59)

Como hemos mencionado en el apartado anterior, hay diversas limitaciones para el uso de la denominada memoria emotiva como técnica de reconstrucción emocional. Esas limitaciones se relacionan con lo que explica Damasio a continuación de este modo:

A medida que pasa el tiempo, los estímulos emocionalmente competentes pueden mantener el disparo de la misma emoción, desencadenar modificaciones de ella, o incluso inducir emociones conflictivas. En relación con este estímulo inicial, la continuación e intensidad del estado emocional se encuentra, pues, a merced del proceso cognitivo que se desarrolla. Los contenidos de la mente proporcionan más desencadenantes para las reacciones emocionales, o bien eliminan dichos desencadenantes y la consecuencia es o bien el mantenimiento o incluso la amplificación de la emoción, o por el contrario su mitigación. (Damasio, 2007, p. 67)

Es decir que una imagen, un recuerdo o cualquier otro estímulo que haya sido el generador de una emoción en primera instancia, podría no ser un impulsor efectivo ni de la misma emoción ni de su intensidad con el transcurrir del tiempo. Uno puede pensar que la persona con experiencia actoral tendría el entrenamiento suficiente para moldear sus estados emocionales. De todas formas sabemos que el cuerpo no es un artefacto tecnológico que uno pueda encender o apagar como lo desee. Por lo que la emoción que se quiera reconstruir se podría ver alterada por recuerdos o imágenes que se hayan vuelto insuficientes o ineficaces. Asimismo, David Le Breton con su análisis sobre la antropología de las emociones considera que “la emoción se diluye en las redes del tiempo que la acentúan o la disminuyen, y cambian su significación según las vicisitudes de la vida personal” (LeBreton, 1999, p. 109).

Es adecuado incorporar a este apartado la distinción que plantea Damasio entre emoción y sentimiento. La primera se entiende como “una colección de cambios en el estado corporal (ej. sudoración, enrojecimiento, aumento de presión sanguínea, entre otros) conectados a precisas imágenes mentales que han activado un sistema específico del cerebro” (Damasio, 1994, p. 170). Por otro lado, los sentimientos son la percepción de ese determinado estado del cuerpo en relación a las imágenes mentales que iniciaron la emoción. Según Damasio, estos procesos de emoción y sentimiento son parte de la maquinaria neural y contribuyen al equilibrio de vida del cuerpo (Damasio, 1994, p. 103). Damasio deja ver la dificultad en la actuación al mencionar que:

Los actores profesionales han reconocido el problema desde siempre y esto ha generado diversas técnicas de actuación. Algunos, como Laurence Olivier, confiaban en su habilidad para crear, voluntariamente, una serie de movimientos que sugirieran una emoción de manera verosímil. Apoyados en un conocimiento minucioso del aspecto de las emociones (su expresión) para un observador externo, y en la memoria de lo que uno suele sentir cuando ocurren los cambios externos adecuados, los grandes actores de esta tradición falsifican decididamente los gestos. El que pocos tengan éxito muestra las difíciles vallas con que les obstaculiza la fisiología cerebral. (Damasio, 1994, p. 166)

Entre los aportes más influyentes de Damasio aparece la hipótesis del marcador somático, un complejo mecanismo que conecta las emociones con la toma de decisiones en los ámbitos personales y sociales. Este mecanismo se basa en que las emociones y los cambios fisiológicos relacionados quedan asociados en el cerebro a la situación que los ha provocado; esos cambios fisiológicos resurgirán como detonadores cuando se reproduzcan

esas circunstancias, y en el caso del marcador somático, ante la posibilidad de que aparezca una circunstancia similar. Estos marcadores operan entonces mediante lo que denomina bucle corporal “como si”: el cerebro se comporta tal “como si” estuviera recibiendo señales sobre un determinado estado corporal aunque sea una estimulación imaginaria. Los estados somáticos (o sus simulacros ‘como si’), al actuar a nivel consciente, marcarían resultados de respuestas como positivas o negativas y conducirían así a la búsqueda o elusión de una determinada opción de respuesta (Damasio, 1994, p.214). Veremos más adelante cómo estos aportes pueden resultar útiles en relación a la actividad teatral.

Una mirada más reciente

Lisa Barrett ofrece una mirada constructivista de las emociones en su libro *How emotions are made: The secret life of the brain (2017)*⁴. La autora parte del supuesto de que el ser humano construye su propia realidad en el medio ambiente que vive. Por tanto, sostiene que las emociones son el producto de:

- Experiencias vivenciadas o aprendidas categorizadas en conceptos.
- La regulación del equilibrio corporal (entendido como homeostasis)
- Predicciones sobre lo que ocurre en nuestro interior y en el mundo que nos rodea a cada instante.

Sin adentrarnos en demasía en el voluminoso detalle que despliega la autora, se comprende que los seres humanos desde infantes aprendemos a categorizar el mundo que nos rodea y nuestro propio mundo interno mediante conceptos. Estos mismos serán agrupados en categorías de emociones a medida que uno transita sus experiencias de vida. Esta agrupación en categorías responde por ejemplo a que el enojo puede ser distinto en diferentes momentos o puede tener varios matices como ser agravado, irritado, indignado o vengativo y la persona puede simplemente reconocerlo como enojo (Barrett, 2007, p. 16). “Estos conceptos resultan ser una herramienta primaria para que el cerebro adivine el significado de los estímulos sensoriales entrantes” (Barret, 2017, p. 28 traducción propia). Según Barrett (2017), “los conceptos son usados en cada contexto y a todo momento para dar sentido a las sensaciones internas y externas del mundo que nos rodea, y todo ocurre de forma simultánea” (p. 30). Menciona que no es lo mismo sentir un dolor en el estómago debido al nauseabundo olor del pañal de un bebé, o ese

⁴ Versión en castellano: *Cómo se producen las emociones: La vida secreta del cerebro.*

dolor de nerviosismo al aproximarte al amor de tu vida, a un dolor similar producido por la ansiedad de recibir un resultado en algún estudio médico de importancia.

La propuesta constructivista de Barrett (2017) sobre la emoción tiene algunas ideas centrales para resaltar. Por empezar, ella plantea que las emociones no son conjuntos característicos de cambios corporales sino que son básicamente conceptos. Esos conceptos de emociones los aprendemos en el contexto social donde vivimos. Por otro lado, que se produzcan cambios en el ritmo cardíaco, por ejemplo, es inevitable, pero estos pueden tener distintos significados para culturas diferentes. “Aprendí hace mucho que ‘tristeza’ es algo que puede ocurrir cuando ciertos cambios corporales coinciden con una pérdida terrible (Barrett 2017, p. xiii)”. Se arriba a estos conceptos en cada cultura mediante lo que la autora denomina intencionalidad colectiva.

Las categorías de emociones se vuelven reales a través de la intencionalidad colectiva. Para comunicarle a otra persona que uno se siente enojado, ambos tienen que tener una comprensión compartida del término “enojo”. Si la gente coincide en que una constelación particular de acciones corporales y cambios cardiovasculares es enojo en un contexto determinado, entonces es enojo” (Barrett 2017, p. 135, traducción propia).

Entonces, para esta autora las emociones no tienen una “huella digital” (*fingerprint*) que las caracterice; plantea que la idea de que una emoción tiene un patrón distintivo corporal y expresivo no se sustenta científicamente (p. 32). Mucho menos hay para Barrett universalidad en la expresión de las emociones, como defiende Ekman. Ella desmiente enérgicamente esta idea y la considera un mito. Su planteo es fuerte en este sentido constructivista, porque llega a decir que

solamente se puede experimentar (o identificar en otra persona) determinada emoción cuando se tiene el concepto de dicha emoción:

En nuestra cultura tenemos “tristeza”, en la cultura tahitiana no tienen eso. En vez tienen una palabra cuya traducción más cercana sería “el tipo de cansancio que se siente cuando se está engripado”. No es el equivalente de tristeza, esto es lo que los tahitianos sienten en situaciones en las que nosotros nos sentiríamos tristes (Barrett, 2017b)

El paradigma constructivista de la autora se sustenta en evidencia científica que considera la percepción de nuestros sentidos como simulaciones del mundo y no reacciones al mismo (Barrett, 2017, p.27 traducción propia). A medida que nos fortalecemos en la noción de conceptos y capacidades interoceptivas, nuestro cerebro afianza su potencialidad predictiva, otro factor determinante para la construcción de emociones. Puede pensarse que el cerebro está, entre otro centenar de funciones, estimando las posibilidades de que algo conocido o previamente experimentado pueda ocurrir en el pequeñísimo instante siguiente, basado en la percepción de estímulos sensoriales. Un ejemplo sería que si una persona está en el décimo piso de un edificio en el centro de la ciudad y escucha el rugido de un león, su cerebro tiene el poder de predecir que las chances de ser atacado por el animal son nulas. Distinto el escenario sería si la misma persona escucha dicho sonido en el medio de la selva africana. Entonces a través de esa capacidad de predicción, dice la autora, “tu cerebro construye el mundo que experimentas” (Barrett, 2017, p.59 traducción propia).

Esta perspectiva de las emociones basada en una construcción social se contrapone a lo que Barret denomina *visión clásica*, que supone la existencia de circuitos emocionales en nuestro cerebro que se “activan” al ser detonados por determinados factores, es decir por ejemplo la citada teoría de Damasio. Dichos circuitos producirían lo que en esa corriente *clásica* se conoce como “huellas digitales” o marcas distintivas (fingerprints) emocionales, conjunto de reacciones físicas reflejadas en el rostro o en el cuerpo (Barrett, 2017). Pero Barrett encuentra que la investigación científica en realidad no ha podido dar cuenta de la existencia de dichas marcas distintivas.

A partir de sus estudios sobre las emociones, la autora sostiene que las personas poseen la capacidad para identificar la emoción experimentada con distintos niveles de precisión; denomina a este fenómeno *granularidad emocional* (Barrett, 2007, p. 106). La percepción de la propia emoción puede oscilar desde un dueto antagónico básico como decir placentero-desagradable, a poder diferenciar emociones minuciosamente detalladas. Un ejemplo sería una persona que pueda reconocer sus propios sentimientos usando una variedad de conceptos como alegría, tristeza, miedo, disgusto, entusiasmo o temor, mientras que otra persona use indistintamente las palabras ansiedad y depresión para referirse erróneamente al mismo estado emocional. En otras palabras, a mayor capacidad para identificar más estados emocionales internos, mayor nivel de granularidad emocional.

El planteo de Barrett permite sugerir que –en el campo de la actuación- la capacidad para distinguir mayor cantidad de emociones entre sí (lo que llama mayor granularidad emocional) sería una ventaja creativa al momento de producción. Por el contrario, si el intérprete posee un escaso conocimiento de sus emociones (aun sin referirnos a patologías o deficiencias severas),

estaríamos frente a una disminuida capacidad interoceptiva y por consecuencia una reducida versatilidad actoral.

Las dos teorías sucintamente descritas aquí tienen puntos de vista casi opuestos. Se alinean con otros grandes campos teóricos, cada uno desde su perspectiva, una más ligada a la biología que ve las emociones como reacciones, la otra más ligada a una visión de las emociones como construcciones. Sin embargo, ambas perspectivas tienen aportes interesantes para el análisis del trabajo del actor.

Hacia una descripción del trabajo emocional en el actor

La presencia del actor en “el aquí y el ahora” del personaje requiere la construcción de una ficción que garantice el estado emocional del personaje en la situación representada, así como la posibilidad de neutralizar aquella emoción que el cuerpo del actor podría estar experimentando en su realidad cotidiana. Ya lo planteaba el maestro ruso, según comenta Alonso (2019) que “para Stanislavski el objetivo esencial del arte escénico consiste en crear la vida del espíritu humano del papel y transmitir esta vida en la escena bajo una forma artística. Para lograrlo, el actor debe adaptar sus propios sentimientos humanos a esa vida ajena del rol” (p.39). Entonces, en relación a lo que plantea el autor, mi pregunta es: ¿Cómo se logra despistar a un sistema inmensamente evolucionado como es el cuerpo humano?

Tomemos como ejemplo una escena de importante desafío actoral como es la Escena IV Acto III en *Un tranvía llamado deseo* de T. Williams. Con un trabajo de extrema rigurosidad y profesionalismo, dos actores pueden transitar la vivencia de un hecho de tensión dramática y sufrimiento como es la violación de Blanche por parte de Stanley. Según lo expuesto con anterioridad, desde un punto de vista científico, ni el rol del abusado ni del abusador podrían alcanzar *una emoción real* en escena. Por un lado porque no hay una sola emoción. Según plantea Barrett, lo que la persona – en este caso el artista – experimenta es una instancia posible de la emoción entre varias, tal como ejemplificamos con los distintos matices del enojo. Esa emoción dependerá de sus experiencias previas y de la predicción que se hace de lo que está ocurriendo en su interior y en el ámbito que está inmerso, que para el caso, es la situación ficticia de un personaje.

Por otro lado visto desde la teoría de Damasio, el cuerpo del actor percibe estímulos que provocan una reacción emocional, siempre y cuando esos estímulos sean lo que denomina *emocionalmente competentes*. O sea que no cualquier estímulo tiene efecto en el cuerpo. Además, esa reacción emocional se genera en pos de un bienestar corporal que en el rol de la víctima en la escena de violación es alterado por el peligro y el sufrimiento. Lo complicado de esta escena, desde mi punto de vista, es que el cuerpo del abusado en su percepción de esta realidad *ficticia*, “sabe” que no corre peligro, entonces no habría una necesidad real de regular el equilibrio corporal. Como el cuerpo del actor no tendría un equilibrio que recuperar, no se generarían emociones verdaderas. En palabras del célebre actor, mimo y director francés Jean Louis Barrault (apud Bayma, 1961, p.59), “no existe un actor que pueda, auténticamente, actuar su emoción verdadera. Los actores que quieren actuar su emoción están obligados a fabricarse una falsa”. Entonces entendemos que aun con el mayor de los esfuerzos en la técnica del actor, será algo que intentará parecerse “lo más posible” a ese evento emocional y dependerá, en principio, del efecto y creatividad de su propia imaginación.

¿Por qué tanta insistencia con las imágenes?

En la mayoría de las materias específicamente teatrales durante mi carrera universitaria y en entrenamientos privados teatrales, se hizo hincapié en la creación mental de imágenes. Es el acto de imaginar lo que con ferviente insistencia se busca producir en todo momento, como un pilar corporal interno para el desempeño artístico. Durante los últimos diez años de relación con el teatro, me he cuestionado cuál es el motivo real por el cual la imagen sostiene el trabajo del actor. Esta duda empieza a tener cierta claridad al leer que “el conocimiento fáctico que se

requiere para razonar y tomar decisiones llega a la mente con la forma de imágenes” (Damasio, 1994, p.117). Más adelante en su exposición, el neurocientífico volverá a enfatizar que *las imágenes visuales, auditivas, somatosensoriales*, por ejemplo, son la base de la mente como respuesta interna. El autor distingue entre imágenes perceptuales, aquellas captadas mediante alguno de los sentidos, y las imágenes evocadas, las cuales recuperamos en recuerdos. No obstante, considera que

(...) por intermedio de las imágenes evocadas, podemos recuperar un tipo particular de imagen pasada, una que formamos al planear algo que aún no ha sucedido pero que queremos que suceda...Las imágenes de algo que aún no sucede, y que de hecho puede no ocurrir nunca, no poseen una naturaleza diferente de las imágenes que tenemos de algo que sí ha sucedido” (Damasio, 1994, p.118).

Damasio propone que nuestro cerebro, a diferencia de una biblioteca o una computadora, no almacena objetos, caras, o escenas en su exacta reproducción original, sino como una interpretación, una nueva versión reconstruida y distribuida en múltiples sectores del cerebro. Esta reproducción/interpretación es además fugaz en la conciencia, situación que refuerza su estado impreciso o incompleto. Aun así, mediante esta estimulación imaginaria, Damasio resolvería las situaciones ficticias con el ya mencionado bucle corporal “como si”. Las sensaciones corporales que están relacionadas a una situación ficcional pueden activarse mediante estímulos imaginarios. De esta forma queda asentado que las imágenes tienen un aporte fundante en la creación de realidades corporales para el trabajo actoral.

Retomando la escena de la obra de T. Williams, es evidente que no todas las personas han experimentado el estado emocional que podría corresponder ni al abusador o ni al abusado. Sin embargo, la mayoría de las personas entienden la definición del concepto de violación sin haberlo vivido, e incluso podrían imaginarse cuáles serían los estados emocionales de las personas que representan cada rol. Esto puede ser mayormente por imágenes devenidas de videos y/o relatos, pero por sobre todo, a través del lenguaje y los conceptos. Esto nos acercaría a los planteos de Barrett, para quien las emociones se relacionan más con conceptos y palabras, que con sensaciones corporales específicas causadas por determinados estímulos.

¿Qué ocurre si no tenemos estos conceptos o imágenes en nuestro conocimiento?

Si suponemos una situación puramente ficticia de un actor/actriz que va a representar la misma escena en el papel de Stanley o Blanche sin tener conocimiento alguno previo sobre ese tipo de violencia, entonces cualquier experiencia vívida que surja de la primera improvisación será una novedad para el aprendizaje de ese cuerpo. Según el nivel de realidad que se imprima en la representación teatral de estos dos actores, los cuerpos asociarán esa experiencia con las emociones que su cuerpo experimente. De aquí que los ejercicios de improvisación como trabajo de experimentación y práctica actoral sean fundamentales. En palabras de Jean Benedetti (2007) “el mejor estímulo para la actividad creativa es usualmente el elemento sorpresa. Este elemento sorpresa está presente la primera vez que uno experimenta el ejercicio” (p.197). Se necesita algo que nos saque del piloto automático, de ese lugar de comodidad y repetición mecánica. Stanislavski afirma a sus alumnos que ninguna técnica es tan poderosa como la realidad en sí misma (Benedetti, 2007, p.201). Y siguiendo a Jean Benedetti quien ofrece una

moderna traducción de los libros *Un actor se prepara* y *La construcción del personaje*, “el trabajo del actor no consiste únicamente en usar su imaginación, sino en la expresión física que esa imaginación produzca” (Benedetti, 2007, p.67).

Ahora podemos clarificar por qué en principio no alcanzaría sólo con la imaginación, sino también poder poner eso en el cuerpo, sostenerlo en el transcurso de la representación y considerar un elemento sorpresa en cada una de esas instancias.

¿Pero..... qué pasa con el cuerpo una vez que aprende lo que está ocurriendo?

Es exactamente *aprender a aprender* donde uno tiene que introducirse en la especialización técnica, según Eugenio Barba en *La canoa de papel* (2005). “Es la condición para dominar el propio saber técnico, y no ser dominados por él” (Barba, 2005, p.26). Su trayectoria en la investigación y análisis del trabajo actoral mediante los principios de alteración del equilibrio, la danza de las oposiciones y el principio de la omisión o simplificación preparan el cuerpo del actor para un trabajo alejado del automatismo, un “cuerpo dilatado” con la energía disponible para su estar en vida. Con un pequeño cambio corporal y mucho entrenamiento, los actores del Odin Teatret asumen el *sats* en sus rodillas apenas flexionadas. Esta posición que define como un estado de alerta es el impulso de una acción que aún se ignora y que puede tomar cualquier dirección: saltar o agacharse, dar un paso atrás o al costado o levantar un peso (Barba, 2005, p.19). Así observamos que se responde a la necesidad del elemento sorpresa que mencionamos con anterioridad. Al igual que en los deportes, el nivel de atención que se requiere de la mente y el cuerpo fuerza al intérprete a salir de la cotidianidad de su zona de confort.

Incluso cuando como actores estemos en una situación de quietud, por dentro debiera estar corriendo sangre como si de una maratón estuviéramos hablando.

“Cuando estamos erguidos, no podemos de ninguna manera estar inmóviles. Aun creyendo estarlo, minúsculos movimientos desplazan nuestro cuerpo (...). Estos micro-movimientos están presentes aún en la inmovilidad más absoluta” (Barba, 2005, p.40). Al igual que estudiara Paul Ekman con su análisis de micro-expresiones faciales (Ekman, 2003)⁵, hay algo que ocurre con el cuerpo aun cuando creemos que nada está pasando. Así es como entendemos el foco que hace Barba en la obtención de *una dramaturgia de lo microscópico* (Barba, 2005, p.192), y que en su propia cita de Stanislavski sugiere que ninguna de las acciones debe ser ejecutada de forma general. Las acciones deben ser destiladas de todo contenido textual y trabajadas a un nivel de profundidad muy específico y repetible (Barba, 2005). En su último periodo de investigación, Stanislavski llevaba el trabajo actoral a su encuentro con el texto en una etapa final de ensayos, para así quitarle cualquier interpretación obvia que pudiera haber tenido en una asimilación puramente mental.

En el apartado siguiente se relata en primera persona una experiencia personal de trabajo actoral, ilustrativa del tipo de indagación que realizo en este trabajo.

⁵ Entendidas como expresiones faciales realizadas de manera autónoma e involuntaria y que duran una fracción de segundo.

El efecto *Kassandra*

Había transcurrido gran parte de la experiencia universitaria, y el tiempo que restaba para el cierre de la cursada era ampliamente más corto que aquel que había dejado atrás. Aun así, no esperaba enfrentarme a un desafío tan complejo como fue la obra *Kassandra*, de Sergio Blanco y dirigida nada menos que por Román Podolski.

Toda la preparación tenía un tinte universitario familiar, casi repetido, de presentación y preparación hacia el personaje. Habíamos convenido que todos los alumnos representaríamos al único personaje de escena, repartiendo su monólogo en distintas escenas. En la obra, el autor refleja a *Kassandra*, el personaje de la mitología griega, a través de una mujer trans, que vive mayormente de la prostitución y transita su experiencia entre el abuso, la decadencia y la ilusión de felicidad.

Con un poco de investigación audiovisual, lectura del guión y voluntad llegábamos mis compañeros y yo al primer día de ensayo. Todos habíamos hecho la tarea como corresponde y nadie quería desilusionar al director. Hasta que llegó el momento de la primera devolución. No recuerdo las palabras exactas, pero se refirieron a mi performance como un “cliché” forzado que ni cerca estaba del cascarón. O simplemente había sido burdamente para el afuera. Nada de lo que había propuesto tenía sentido ni era natural. El personaje necesitaba más realidad, más pureza, más de la parte femenina que Martín tenía, para encarnar a ese hombre devenido mujer que vive de la prostitución y sufre por el desprecio y la falta de amor.

No era por la desilusión de haber oído ese feedback, ya que entendía lo que el director quería, pero lo que me estaba pidiendo implicaba adentrarme en un mundo que era completamente ajeno física y emocionalmente para mí. Sabía lo que necesitaba, pero no lo tenía

ni en mi bagaje actoral ni en mi experiencia de vida. En otras palabras, tenía los conceptos, pero me faltaban las imágenes y los registros emocionales de una experiencia que nunca había vivido.

Decidí optar por una simple tarea, que era la de buscar la esencia femenina en mi cuerpo y ver qué ocurría. Pero los ensayos transcurrían y yo seguía sin sentirme cómodo. Sin poder soltar todo aquello que obstaculizaba esa presencia femenina. En resumen, la acción era soltar. Algo tan simple como dejar caer un vaso, o soltar una cuerda, pero que ya sea por mi personalidad, mi cultura o mi contextura física lo vivía como una tarea imposible. Era soltar todo aquello que soy para dejar florecer algo que creíamos que debía estar pero de lo cual no tenía ningún conocimiento corporal consciente.

Recuerdo una instancia de representación en un ensayo en la que sentí haber logrado acercarme fugazmente al personaje, y Román y mis compañeros me lo hicieron notar. Fue una luz en el camino, pero que no logré recuperar posteriormente. Primero porque intenté, como haría un novato, utilizar una memoria corporal. Intenté repetir cómo había estado el cuerpo en ese momento pero sin un contenido emocional que lo sostuviera. No sabía qué había logrado soltar para sentirme como aquel instante. Y nada volvió. Sabía que no había sido la memoria emotiva, ni las imágenes, ni la absurda sensación de sentirme en un cabaret en medio de un salón de piso flotante y madera. Tampoco habían sido las acciones físicas, dado que simplemente no tenía que hacer nada de lo que Martín sabía hacer. ¿Entonces?

¿Era mi físico que al tomar rasgos femeninos generaba en los espectadores una sensación de estereotipo burdo? ¿Era mi experiencia teatral no lo suficientemente amplia como para tomar ese desafío? ¿Habría sido que mi preparación hacia el personaje fue de una mezquindad reprochable? Quizás simplemente no tenía el aprendizaje corporal y conceptual para que mi voz

y mi cuerpo fluyeran en un accionar conocido y comfortable que hiciesen de mi representación algo real. Quizás sencillamente no podía soltar...

La obra se expuso en cinco funciones con público variado y en su mayoría tuvimos muy buenas devoluciones. Incluso todos los alumnos aprobamos la materia en cuestión de forma sobresaliente. Aun así, es el día de hoy que creo que algo importante faltó, y busco mediante esta tesis intentar encontrar alguna respuesta.

Capítulo III – Abriendo el campo

Encuesta General

Durante el periodo 2020-2021 se llevó adelante el presente estudio con el propósito de saber cuál es el conocimiento teórico de actores y actrices sobre las emociones, y otros aspectos de su trabajo actoral en búsqueda de emociones para la representación de personajes.

Se diseñó una encuesta general (ver anexo - Encuesta General) que se utilizó en una primera etapa a modo de sondeo masivo para recopilar datos sobre aspectos teóricos de la emoción de los participantes. El formulario se creó a través del Google Forms. El criterio para seleccionar a las personas de la muestra fue que tuvieran al menos un año de experiencia teatral. Las personas fueron contactadas mediante un correo electrónico personalizado. Se obtuvieron un total de 32 respuestas. Todas las personas que completaron la encuesta tenían alguna práctica o experiencia teatral en la ciudad de San Carlos de Bariloche.

El grupo que proveyó las respuestas está conformado por un rango heterogéneo de edades, de 23 años en adelante según las respuestas de la primera pregunta.

Pregunta 1

¿Tu rango de Edad?

Rango de Edades

32 respuestas

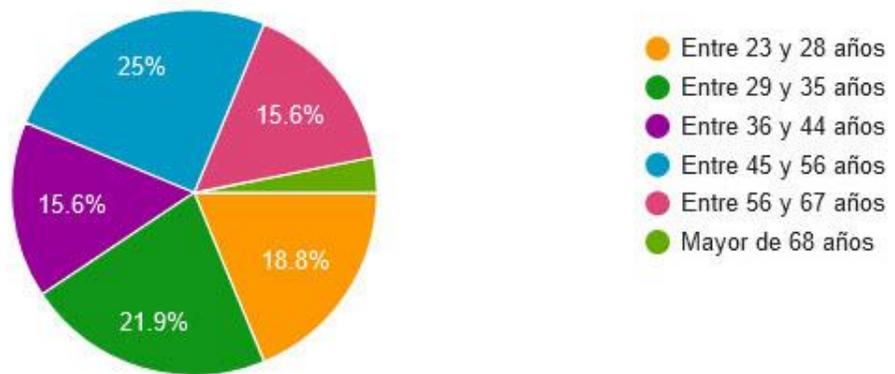


Gráfico 1

La segunda pregunta buscaba obtener los años de experiencia teatral de los encuestados. Se observa a continuación que la mayoría de los participantes posee una amplia experiencia teatral partiendo de los 5 años en adelante.

Pregunta 2

¿Cuántos años de actuación teatral tenés?

Años de actuación teatral

32 respuestas

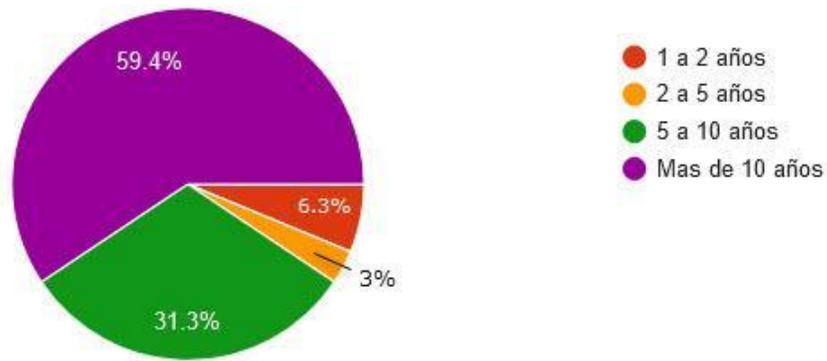


Gráfico 2

Luego se preguntaba a los participantes qué emociones consideraban haber experimentado durante la representación de algún personaje teatral. Se sugería un listado de 18 emociones, entre las que figuran algunas de las emociones básicas o primarias (alegría, tristeza, sorpresa y miedo). A continuación se realizaba la misma pregunta pero en el ámbito de la vida cotidiana, es decir se les preguntaba cuáles de esas mismas emociones consideraban haber experimentado alguna vez en sus vidas.

Pregunta 3

¿Cuáles de estas emociones considerarás haber experimentado durante la representación de algún personaje teatral?

Pregunta 4

¿Cuáles de estas emociones considerarás haber experimentado durante tu vida cotidiana?

Las opciones para ambas preguntas fueron:

ALEGRIA	TRISTEZA	ANGUSTIA	SORPRESA	MIEDO	ENAMORAMIENTO
DESANIMO	ENTUSIASMO	DESPRECIO	INDIGNACION	CULPA	FELICIDAD
ENVIDIA	CELOS	FURIA	ADMIRACION	EUFORIA	ARREPENTIMIENTO

Cuando se les consultó sobre qué emociones consideraban haber experimentado en su vida cotidiana, el 72% de los participantes seleccionó todas las emociones listadas. En cambio, cuando la pregunta indagaba sobre su experiencia emocional en el teatro, el porcentaje de personas que consideraban haber experimentado todas las emociones disminuyó hasta alcanzar un 28% del total de encuestados. Es decir que una mayoría de las personas encuestadas ha podido identificar una amplia variedad de emociones experimentadas en su vida cotidiana. Esto nos lleva a pensar que tienen el registro corporal de lo que es experimentar dichas emociones, por ejemplo lo que se siente al estar alegre, entusiasmado, eufórico, triste, enojado, etc. En el ámbito teatral fue menor la cantidad de emociones experimentadas por la mayoría de los artistas comparado con su vida cotidiana. El gráfico 3 a continuación expone las respuestas positivas para cada ámbito.

Emociones vivenciadas

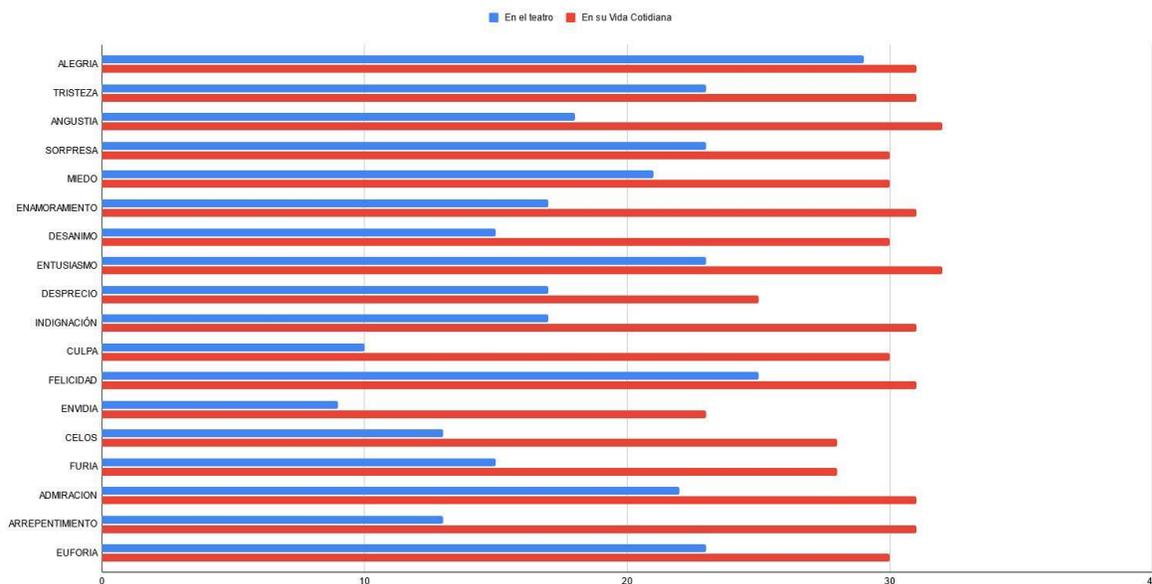


Gráfico 3 con las emociones vivenciadas en el ámbito del teatro y la vida cotidiana

Acá podemos observar que la alegría es la emoción más ampliamente experimentada por los encuestados en la representación teatral. Este es un hecho interesante, que podría deberse al hecho de que la alegría es una emoción primaria, que puede dispararse con cierta facilidad a partir de la “composición facial voluntaria”⁶. Los gestos faciales correspondientes a la alegría serían relativamente sencillos de ejecutarse en escena, disparando así la emoción correspondiente. Sin embargo, vemos que otras emociones primarias tales como tristeza, miedo y sorpresa, que también serían sencillas de provocar a partir de gestos voluntarios, aparecen en una frecuencia mucho menor, tanto si se las compara con su aparición en la vida cotidiana, como con la frecuencia de la emoción de alegría en escena. De todas maneras, resulta claro que son las emociones más complejas las que muestran una mayor brecha entre

⁶ Así lo relata Damasio (1999) “Cuando en el curso de un experimento (Paul Ekman) dijo a sujetos normales -que desconocían el objetivo de la investigación- que contrajeran los músculos faciales para ‘componer’ una expresión emocional específica, experimentaron el sentimiento correspondiente a la expresión. Por ejemplo, una burda e incompleta mueca facial de contento condujo a que los sujetos sintieran ‘alegría’ (p. 173).

vida cotidiana y escena. En este sentido, la envidia y la culpa son las dos emociones seleccionadas por menor cantidad de teatrantes como apareciendo en escena. Quizás esto podría deberse, continuando con nuestro argumento anterior, a que es más difícil encontrar una acción física capaz de disparar dichas emociones de manera automática. Son emociones más complejas, de carácter cultural o social, y por ende más difíciles de ser experimentadas como parte de la vida de un personaje. El hecho de que culpa y envidia hayan sido vivenciadas por una amplia mayoría de participantes en sus vidas cotidianas implica que las personas tienen el concepto y el registro corporal de dichas emociones como posibles herramientas de trabajo, sin embargo es llamativa su baja aparición en escena. Este simple registro de respuestas de teatrantes frente a la pregunta sobre qué emociones han experimentado en escena y en sus vidas cotidianas nos está indicando una gran profundidad y complejidad del tema. Sería interesante por ejemplo poder no sólo ampliar esta indagación empírica, sino mirar los resultados a la luz de teorías contrastantes tales como las de Ekman y Barrett. Todo ello escapa a las posibilidades de la presente tesina pero sin duda amerita futuros estudios.

La siguiente pregunta en la encuesta buscó indagar la ubicación autopercebida de las emociones.

Pregunta 5

Si tuvieras que decir (o imaginar) donde están las emociones, tu respuesta sería:

32 respuestas

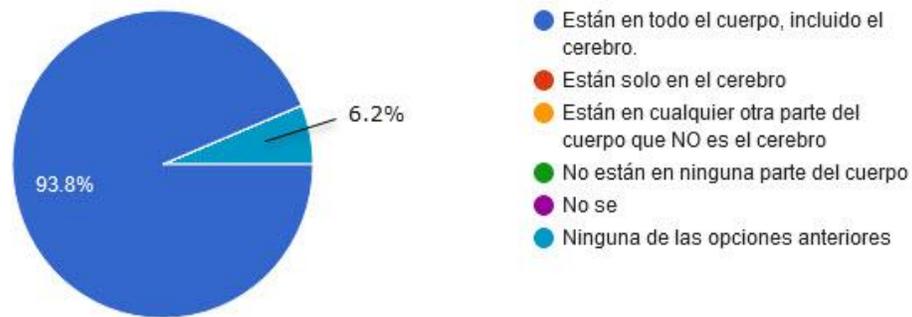


Gráfico 4

Del gráfico 4 se desprende en primera instancia que para la mayoría (en este caso, 30 participantes) las emociones están en todo el cuerpo, incluido el cerebro. (En el alcance de dicha encuesta no se evaluó beneficioso resaltar una posible diferenciación entre cerebro y mente para evitar posibles confusiones). También, que ningún participante indicó que las emociones no están en ninguna parte del cuerpo.

Podríamos entonces suponer que los participantes tienen supuestos subyacentes que van en consonancia con la visión científica que entiende las emociones como reacciones químicas o neuronales⁷.

Se consultó también sobre la correlación en ambos sentidos que puede haber entre el estado emocional y la postura corporal.

⁷ Barrett sostiene que su visión de las emociones como construcciones sociales basadas en conceptos y en palabras es contraintuitiva y genera rechazo, ya que para la mayoría de las personas las emociones son algo real que ocurre en el cuerpo y es disparado por estímulos.

Pregunta 6:

¿Consideras que tu postura corporal puede afectar tu estado emocional?

31 respuestas

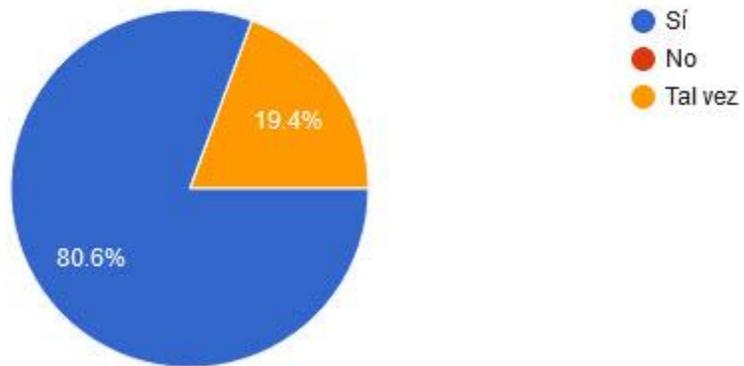


Gráfico 5

Pregunta 7:

Y a la inversa, ¿crees que tu estado emocional puede afectar tu postura corporal?

32 respuestas

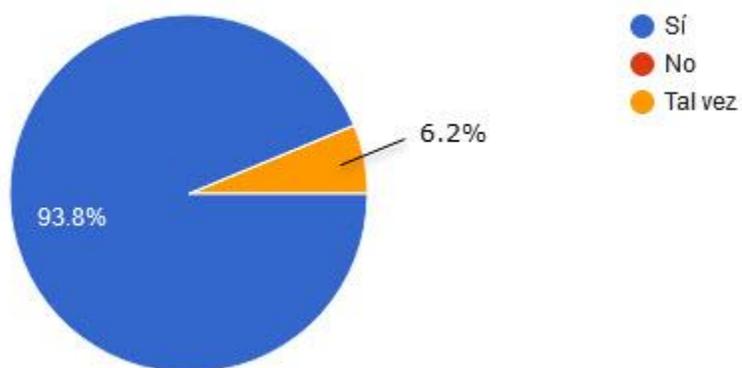


Gráfico 6

Aquí vemos que una amplia mayoría reconoce la influencia de la postura corporal en los estados emocionales y, a la inversa, la influencia de los estados emocionales en las posturas corporales.

Estos resultados que encontramos acá van en consonancia con lo que Stanislavski relatara acerca de cómo las acciones que el actor comienza a realizar a partir de situaciones ficticias son capaces de ejercer una influencia real sobre la vida interior (Alonso, 2019, p.105). Si bien en la época no se contaba con los avances científicos y tecnológicos para fundamentar su investigación, con el tiempo fue tomando más fuerza la idea de que el impacto de las acciones físicas en el pensamiento y la emocionalidad son un pilar para el trabajo actoral, y así lo observamos también en esta investigación. Muchos científicos han aportado a estos estudios como es el caso de Amy Cuddy (2015) quien obtuvo evidencia significativa para afirmar que la postura física produce cambios psicológicos, fisiológicos y de comportamiento en las personas.

Entrevistas Personales

En la fase de investigación mediante entrevistas semi-estructuradas, realizamos un total de diez entrevistas a actores y actrices de la ciudad de San Carlos de Bariloche. Todos ellos poseen una amplia trayectoria en el teatro desde la docencia y/o la actuación con al menos cinco años de experiencia en la disciplina. El cuestionario base se puede consultar en el anexo Entrevista Personal. Durante los encuentros, se estableció un compromiso de anonimato para facilitar la exposición y cuidar la privacidad de los participantes. Las entrevistas fueron realizadas remotamente a través de la plataforma Google Meet.⁸

La preparación

En primera instancia, se indagó sobre el momento de preparación previo al ingreso a escena. Cuáles son, de existir, los trabajos o acciones específicas que realiza el actor o la actriz para alcanzar el estado emocional del personaje. (Ver pregunta 1) Esta pregunta generó una diversidad de respuestas, como si cada uno tuviese su propia técnica. Según pudimos ver, esa preparación varía según varios factores: la experiencia teatral del practicante, su identificación con el personaje y con la obra, el método de actuación utilizado, y la conexión que se construye con el grupo de trabajo.

Por ejemplo, la participante A. manifestó que su preparación depende del tipo de trabajo a abordar. Y aclara “depende del tipo de obra, y el tipo de trabajo en pos de esa obra y

⁸ La idea original en el diseño del presente proyecto había sido entrevistar a actores y actrices inmediatamente antes e inmediatamente después de una representación teatral, para indagar “in situ” su tránsito emocional. Debido a la pandemia y el subsiguiente aislamiento y suspensión de la actividad teatral, fue necesario readecuar la metodología.

también depende mucho de la dirección, con quien esté o no trabajando”. Algo similar planteó la entrevistada B. quien hace uso de la imaginación como herramienta para la preparación de obras realistas, pero recurre a la postura corporal para personajes que requieren una composición más compleja. Lo mismo nos dijo el actor L. sobre las obras realistas, en donde hace uso de una construcción psicológica, frente a otras obras donde hay un rompimiento del realismo y entonces la técnica que utiliza es la construcción corporal.

Cuando el cuerpo cotidiano del actor ingresa en el espacio teatral, hay una necesidad de despojo de todo aspecto propio de la persona que no contribuya a identificarse con el personaje, nos decía el actor L. Ya sea mediante estímulos sensoriales, la imaginación o un aprestamiento vocal y corporal devenido del proceso de creación, el artista fuerza conscientemente ese traspaso de rol. Así por ejemplo lo expone la artista C.: “Si yo he construido un personaje con ciertas características, para volver a llegar a ese lugar, vengo de la calle y tengo que engancharme, lo que me sale es ubicarme corporalmente en ese personaje”.

Para el actor D., en cambio, existe un “calentamiento físico y vocal inicial que no tiene que ver con el personaje. Es más de articulación, de despertar el cuerpo, de habilitarlo para lo que se viene”. Luego irá recorriendo el espacio escénico, diciendo el texto y volviendo a registros corporales que tuvo en ensayos o funciones previas para “despertar” ese personaje que fue construyendo.

Repasar el texto es otro generador de emociones también para la artista E. quien recuerda trabajos ligados a su historia personal y cultural. Considera que como actor o actriz uno hace siempre una preparación corporal previa a vincularse con el tema de la obra, al igual que expone el actor D. en el ejemplo anterior. Luego de esa preparación, la actriz E. se conecta

con el personaje repasando el texto y haciendo algunas acciones de su personaje en el espacio escénico.

Con estos ejemplos observamos que la preparación previa al trabajo escénico requiere transitar una minuciosa lista de actividades que es propia de cada artista. Esas actividades también tendrán un orden específico para cada uno. Podríamos entenderlas como los estímulos que hacen que cada persona se apropie del personaje. Su objetivo, para todos por igual, será poder preparar un cuerpo para experimentar la vida de otra persona en un espacio-tiempo, que es a su vez distinto al cotidiano.

El durante

Cuando les consultamos a los participantes por su tránsito emocional durante el momento de representación (ver pregunta 3), las respuestas en general hicieron referencia a que se experimentan cambios emocionales. Estos cambios pueden estar relacionados con la dramaturgia de la obra, entendiendo esto como aquello que le ocurre al personaje de principio a fin y que los artistas experimentan en su representación. Así por ejemplo lo manifestó la actriz C.: “durante el desarrollo de la obra en general hay una transformación que empieza de una forma y termina de otra totalmente distinta. Es un proceso que atraviesa a los personajes y por lo tanto al actor”. Experiencias semejantes recordó la artista E. donde en lo que consideró su trabajo más relevante pasaba por emociones de miedo, de indignación, de alegría y de angustia. Todo en una misma instancia de representación.

Mientras va transcurriendo la actuación, hay un nivel de conciencia que el actor tiene presente sobre la realidad de la persona. Así lo expuso la artista B. quien pone su cuerpo/mente

a disposición del personaje sabiendo que hay momentos de conciencia que le recuerdan el límite entre la ficción y la realidad. “Si realmente no supiera que estoy actuando estaría loca”, comenta. De un modo similar lo dijo el actor J. quien considera que el actor tiene que ser muy consciente de sí mismo y del espacio que habita para poder construir de forma creativa. El hecho de ser consciente de esos límites no debería ser un obstáculo para representar la realidad del personaje. Así por ejemplo lo necesita el actor D. quien afirmó que el límite entre el personaje y su persona se disuelven para llegar a una emoción que sea realmente sentida, mientras reconoce que parte de él se emociona al recordar estos personajes. Una situación similar nos contó la actriz A. durante el pre-estreno de una obra donde recuerda haberse quedado “en blanco” y que lo emocional hizo que se distorsione por completo su realidad. Lo que la actriz vivió fue mucho más delirante de lo que el público observó, nos relata mientras siente que se le estruja la boca del estómago. Al igual que estos dos participantes que manifestaron haber tenido alguna sensación corporal al recordar estos ejemplos, todos los otros entrevistados también pudieron mencionar ejemplos de personajes u obras que trabajaron y les han impactado desde lo emocional.

Los actores se entregan a sus personajes sabiendo que es un camino de mucha intensidad emocional. Este camino que el artista va recorriendo, no siempre se transita de la misma manera, planteó la actriz F.: “En general te pasa que te vas metiendo [en la emoción] sobre todo si estás trabajando con un partenaire”. De igual manera ocurre con las sucesivas instancias de función. El personaje como fue creado en los ensayos se irá transformando a través de las múltiples instancias de representación. Su tránsito emocional se nutre nuevamente de las experiencias de vida propias del artista dentro y fuera de cada función. “De las cosas que te van pasando, del fogeo”, como lo define la actriz A. De la exploración como composición

creativa y el descubrimiento de la escena en el momento vivenciado. De ser parte de *un gran juego* como lo definió el artista J. “Yo siempre siento que el trabajo del actor y de la actuación cala muy hondo, en zonas muy profundas, pero que no deja de ser un juego”, Es un juego que puede tocar fibras muy íntimas de la persona y hacer que el teatrante se encuentre conmovido aún luego de haber finalizado la obra. Una conmoción emocional que podrá retornar a su equilibrio tarde o temprano, como remarcaron algunos de los entrevistados.

La salida

Este aspecto referido a cómo se sale del personaje al finalizar la función no había sido considerado en las preguntas inicialmente, sino que es un material que emergió de los relatos y respuestas de los entrevistados a las preguntas.

Una vez terminada la obra, lo que podríamos delimitar como la “salida” del personaje es un tiempo que puede variar en cada función, donde el actor o la actriz se *despegan* del personaje y vuelven a conectar con la realidad de la persona. Un ejemplo es el que recordó la actriz E. quien en sus primeras presentaciones se hallaba muy conmovida al cierre de la función. Con el correr de nuevas puestas escénicas manifestó que lograba *salir rápidamente del personaje*, al punto de encontrarse en algunas instancias acompañando a personas del público que habían quedado afectadas por la función. Este estado emocional que tenía la actriz en sus primeras representaciones era muy distinto al estado emocional que vivenciaba luego de haber hecho la misma función muchas otras veces. Este es un ejemplo de cómo el cuerpo/mente aprende a su ritmo, o con velocidades variables, lo que va ocurriendo en estas múltiples experiencias escénicas y cómo eso repercute en su estado emocional.

Decimos “a su ritmo” porque en esta etapa de salida del personaje y regreso a la persona, nuevamente hay una diversidad de opiniones. La artista A. dice que: “le tomaba un tiempo prudencial transitar desde el fin del trabajo [actoral] y el regreso al camarín para desandar un determinado camino”. Manifestó que tiene que desconectarse de una carga muy importante de emocionalidad para retomar la vida cotidiana. Algo similar ocurre con el actor D. que después de escenas de mucha intensidad, notaba que su cuerpo permanecía con rasgos corporales y estados emocionales del personaje. Situaciones similares recuerda la actriz B. quien nos compartió que los rastros emocionales te acompañan un tiempo después como fue el caso de sufrir una reacción en la piel por la intensidad dramática que vivió en una actuación.

Totalmente distinto es para la actriz C. que dijo no quedarse *pegada* al personaje ni a su emoción. Y al igual que ella, la actriz G. consideró que se despega completamente del personaje como “una forma de cuidarnos a nosotros como personas, porque si no te termina afectando”.

Análisis de los tres momentos

Luego de analizar el trabajo que realiza el actor en estas tres etapas del hecho teatral, observamos que hay un estado emocional alterado por dicho evento, según los aportes de los artistas. La persona identifica una realidad propia del personaje y acciona frente a ella de distintas maneras. En este entrar y salir de un personaje subyace la búsqueda de autenticidad que planteamos en las primeras líneas de este trabajo y que muchos han investigado por décadas. Esta búsqueda, desde el punto de vista de los entrevistados, tiene un fuerte pilar en la empatía con el personaje. A la actriz B., “no le queda tan claro que se pueda separar el detrás de escena con el escenario o con la vida”. Cree que “está todo relacionado, es la conciencia que te dice que estás actuando y que te cuida de que tu mente no desvaríe.” Algo similar propone la

actriz H., que consideró imposible que el personaje “no se tiña con lo propio” y por tanto a cada artista le pasarán cosas distintas con la representación de un mismo personaje.

Como también pudimos observar, el tránsito emocional para el personaje representado es distinto en cada teatrante, aun haciendo uso de técnicas y herramientas que pueden ser comunes entre ellos (ver pregunta 5). Algunos hacen referencia a la historia del personaje construyendo desde las circunstancias dadas, entendidas estas como todos los factores que condicionan al personaje. Otros artistas pueden hacer uso de estímulos sensoriales o estados corporales que generen dichas emociones, como mencionamos con anterioridad. En cualquiera de estos casos, su aplicación no tiene forma de receta, pero siempre es necesario un entrenamiento constante, tal como también nos menciona uno de los entrevistados que además de ser actor es docente.

Todos los entrevistados coinciden en que hay relación con la propia corporalidad al momento del trabajo con las emociones. Es interesante señalar que sus respuestas parecen contener supuestos que refieren a ambas teorías científicas reseñadas en el capítulo anterior. Hay algunos casos de actores o actrices que buscan el personaje mediante estímulos que son ya conocidos por la persona y, podríamos decir en términos de Damasio, “emocionalmente competentes”, es decir recurren a estímulos que a ellos en sus vidas cotidianas suelen dispararles determinado estado emocional.. Por otro lado, otros participantes hacen mención a una creación teatral en el momento de la obra. El actor J. lo llama el goce del actor en escena en referencia al momento de creación artística. Tienen el entrenamiento de los ensayos y una conciencia del espacio que habitan e irán construyendo según el devenir en el acontecimiento teatral. La actriz C. habla de responder a lo que va sucediendo y que exista una franja para lo imprevisible es lo que lo hace (al personaje) vivo en escena. Están abiertos a lo nuevo que

obviamente puede surgir de función en función mientras tienen un nivel de conciencia y concentración que los guían en la actuación. La actriz A. menciona que las emociones que recorre el personaje y todo lo que le puede pasar a la persona se entrelazan y que hay un montón de cosas particulares que se ponen en juego al compartir el trabajo en escena con público. Estas posturas parecieran ir en consonancia con una visión del teatro que entiende la construcción emocional en el presente, tal como a mi entender postula Lisa Barrett. Si bien habría que seguir indagando en esta articulación entre los supuestos de los teatrantes y las teorías científicas sobre las emociones, el habernos encontrado con implícitas referencias a ambas posiciones teóricas parece indicar que estas posiciones podrían complementarse, aportando ambas un valor creativo para la producción actoral.

Capítulo IV - Conclusiones

Durante todo el período de investigación y desarrollo de esta tesina e incluso desde mucho tiempo antes, fueron apareciendo cuestionamientos sobre el trabajo emocional del actor que me llevaban a querer profundizar sobre esta temática. Mi modo de abordaje de estas preguntas fue cambiando con el tiempo. Como se mencionaba en la metodología, primero había querido analizar el cambio emocional mediante análisis químicos. Se optó por una experiencia práctica más factible y diseñamos un estudio que incluía una serie de entrevistas con actores y actrices antes y después de una función teatral. La idea era poder realizar estas preguntas sobre estados emocionales in situ. Sin embargo, la pandemia y el período de aislamiento y suspensión de toda la actividad teatral hicieron que debiera reinventar mi metodología. Pude conocer en profundidad, a partir de este trabajo, que muchos colegas se enfrentan a desafíos similares al momento del trabajo con las emociones. También que usan las mismas herramientas de preparación corporal que he aprendido a lo largo de la carrera, pero no todos lo aplican de igual manera o con el mismo propósito.

A su vez, la indagación teórica y búsqueda de bibliografía actualizada sobre las emociones me permitió problematizar diversos temas. Por ejemplo, a partir de lo leído y del material de entrevistas me cuestioné el camino de la memoria como forma de recuperar o generar un estado emocional. Revisando el modo en que yo mismo he puesto en práctica este recurso de la memoria, entiendo que no necesariamente colaboró en la preparación de mi trabajo actoral.

Otra conclusión a la que arribo es que abordar las emociones implica considerar varios aspectos que incluyen el cuerpo pero también el contexto donde tienen lugar esas

emociones, el conocimiento que tiene la persona sobre ellas y la cultura en la cual uno está inmerso. Ahora entiendo por qué cada autor que leía abría puertas a decenas de otros autores. Puedo imaginarme también por qué es un tema que aún tiene mucho por ser descubierto.

A lo largo de este trabajo revaloricé la importancia de las emociones para mi trabajo actoral. Conocí el concepto de *granularidad emocional* y cómo una mayor capacidad para identificar más estados emocionales internos podría potenciar el trabajo actoral permitiendo recorrer las distintas sutilezas de la emociones. No podemos desestimar que el 95% de la actividad cerebral corresponde al inconsciente⁹ de la persona, según plantea Rick Kemp. Por lo tanto, hay mucho de lo que ocurre en relación a las emociones que no está a nuestro alcance de manera consciente. De todas formas aprendí que la emoción nos moviliza y nos favorece en la búsqueda de una actuación auténtica. Cómo se llega a cada estado emocional será para los actores un desafío interno.

En mi opinión y luego del desarrollo del presente trabajo, me atrevería a decir que el camino hacia un estado emocional sincero no sería “despistar” al cuerpo humano como proponíamos en nuestra hipótesis, sino lograr que este cuerpo/mente viva el personaje en su totalidad. No es suficiente “hacer que” soy el personaje, como fue el caso de lo que experimenté con la obra de *Kassandra*. Esta experiencia se resignificó ampliamente ya que ahora puedo entender que se necesitaba una profundización más contundente sobre la vida del personaje, su ambiente, su lucha y sus sufrimientos. Quizás hubiese sido necesario zambullirse aún más en el personaje conociendo experiencias reales, conversando con personas, y entrenando constantemente. Ahora refuerzo la idea que es indispensable que haya un entrenamiento del cuerpo que debe pasar por lo físico y lo sensible del personaje, lo

⁹ No abordamos aquí aspectos teatrales que puedan invocar trabajos con el inconsciente o su análisis escapa al ámbito de investigación de la presente tesina.

psicológico, y también lo cultural. Una dedicación a la preparación del personaje tan avanzada que no requiera que uno tenga que “despistar” al cuerpo para ser quien quiero representar. Es necesario lograr que aquello que contamos con el cuerpo tenga la riqueza de un estado emocional sincero. Aún más importante es sentir nosotros mismos que lo que estamos vivenciando en escena fluye con naturalidad.

A lo largo de este trabajo fueron apareciendo una infinidad de nuevos temas y preguntas que podrían ser investigados con mayor profundidad. Entre ellos:

- ¿Qué pasa con las emociones del actor según la respuesta del público?
- ¿Qué pasa con las emociones del actor según la actividad que esta persona realiza fuera del teatro?
- ¿Cómo influye la empatía que uno sienta por el personaje o el tema de la obra para producir un personaje más verosímil? En este sentido, por ejemplo, sería interesante indagar con mayor profundidad el caso de Cassandra antes relatado en los otros actores que participaron de ese evento u otros actores o actrices que hayan representado ese mismo personaje.
- ¿Cómo podría mejorar el trabajo actoral de una persona el aprender a identificar una mayor cantidad de emociones?
- ¿Hay alguna relación de causalidad entre la técnica actoral aplicada y el estado emocional con la que se experimentan los personajes?
- ¿Cuál de las corrientes científicas que estudian la emoción se acerca más a comprender los procesos emocionales de la actuación y, sobre todo, resulta más útil para generarlos?

Por último, rescato haber conocido una gran variedad de autores que tratan estos temas y tener muchos otros para seguir profundizando. Posiblemente sea como sugiere Rick Kemp, que todo el conocimiento holístico sobre las emociones para los estudiantes (y agrego para todo teatrante), colabora en la formación e identificación del personaje (Kemp, 2012, p. 265). Concluyo entonces, entre otros aprendizajes, que entender cómo operan las emociones en situaciones de representación resulta muy útil para potenciar los mecanismos y contribuir al desarrollo de las técnicas de trabajo del actor.

Anexo

Encuesta General

1. ¿Tu rango de edad?
2. ¿Cuántos años de actuación teatral tenés?
3. ¿Cuáles de estas emociones considerarás haber experimentado durante la representación de algún personaje teatral?
 - a. Las opciones fueron:

ALEGRIA	TRISTEZA	ANGUSTIA	SORPRESA	MIEDO	ENAMORAMIENTO
DESANIMO	ENTUSIASMO	DESPRECIO	INDIGNACION	CULPA	FELICIDAD
ENVIDIA	CELOS	FURIA	ADMIRACION	EUFORIA	ARREPENTIMIENTO

4. ¿Cuáles de estas emociones considerarás haber experimentado durante tu vida cotidiana?
 - a. Las mismas opciones que la pregunta anterior.
5. Si tuvieras que decir (o imaginar) donde están las emociones, tu respuesta sería
 - a. Las opciones fueron:
 - Están en todo el cuerpo, incluido el cerebro.
 - Están solo en el cerebro.
 - Están en cualquier otra parte del cuerpo que NO es el cerebro.
 - No están en ninguna parte del cuerpo.
 - No se
 - Ninguna de las opciones anteriores.
6. ¿Consideras que tu postura corporal puede afectar tu estado emocional?
 - a. Las opciones eran Si, No, Tal vez.
7. Y a la inversa, ¿crees que tu estado emocional puede afectar tu postura corporal?
 - a. Las opciones eran Si, No, Tal vez.

Entrevista Personal

1. Antes de ingresar a escena, ¿realizas algún trabajo específico que apunte al estado emocional del personaje? ¿Podrías describir en qué consiste ese trabajo?
2. ¿Recordás algún personaje que te haya “llegado” particularmente desde lo emocional?
3. ¿Dirías que durante la representación de algún personaje experimentaste cambios emocionales que afectaron al actor/actriz? ¿Podrías describirlos?
4. ¿Qué diferencias encontrás entre las emociones del personaje y las emociones tuyas en la vida cotidiana?
5. Para la creación de tus personajes ¿tenés alguna técnica o herramienta actoral de preferencia?

Representación gráfica de emociones

En *Practical illustrations of rhetorical gesture and action* (Siddons & Engel, 1822).



Figura 1 - Amor



Figura 2 - Terror



Figura 3 - Alegria



Figura 4 - Enojo

Bibliografía

- Alonso, S. (2019). *El trabajo sobre las emociones del actor en la obra de Stanislavski y sus posibles vinculaciones con los aportes de Antonio Damasio*. [Trabajo final de posgrado. Universidad Nacional de Río Negro]
<http://rid.unrn.edu.ar/handle/20.500.12049/4467>
- Barba, E. (2005) *La canoa de papel: Tratados de antropología teatral*. Catálogos, Buenos Aires.
- Barrett, L. (2017). *How emotions are made: The secret life of the brain*. Houghton Mifflin Harcourt, Nueva York.
- Barrett, L. (17 de Abril de 2017b) *Neuroscientist Lisa Feldman Barrett explains how emotions are made*. The Verge. <https://www.theverge.com/2017/4/10/15245690/how-emotions-are-made-neuroscience-lisa-feldman-barrett>
- Bayma, E. (1961) *Consejos para un comediante*. La Pléyade, Buenos Aires.
- Benedetti, J. (1998). *Stanislavski and the actor*. Taylor & Francis Books, Nueva York.
- Benedetti, J. (2007) *An actor's work: A student's diary*. Taylor & Francis Books, Nueva York.
- Chekhov, M. (2014 [1953]) *To the actor: On the technique of acting*. Martino, Connecticut.
- Cuddy, A. (2015). *Presence: Bringing your boldest self to your biggest challenges*. Little, Brown and Company, Nueva York.
- Damasio, A. (1994). *El error de Descartes*. Andres Bello, Santiago de Chile.

- Damasio, A. (1999). *La sensación de lo que ocurre: Cuerpo y emoción en la construcción de la conciencia*. Versión Kindle. Grupo Planeta, Barcelona.
- Damasio, A. (2003). *En busca de Spinoza: Neurobiología de la emoción y los sentimientos*. Drakontos, Barcelona.
- Darwin, C. (1872) *The expression of the emotions in man and animals*. John Murray. Londres
- Drake Brody, J. (2017) *Acting, archetype and neuroscience*. Routledge, Nueva York.
- Drinko, C. (2013). *Theatrical improvisation, consciousness and cognition*. Palgrave Macmillan, Nueva York.
- Eines, J. (2006). *Hacer actuar. Stanislavski contra Strasberg*. 3ra Ed. Gedisa, Barcelona.
- Ekman, P (2003). *Darwin, deception, and facial expression*. Ann. N.Y. Acad. Sci. 1000: 205–221, Nueva York.
- Ekman, P. (2003). *Unmasking the face*. Malor Books, Cambridge.
- Goldstein, T.R. & Bloom, P. (2011). *The mind on stage: Why cognitive scientists should study acting*. New Haven. Yale University. 15, 141-142. Recuperado de <https://minddevlab.yale.edu/sites/default/files/files/The%20Mind%20on%20Stage%20GoldsteinBloomMindOnStageTiCS.pdf>
- Goleman, D. (1996) *La inteligencia emocional*. Kairos, Barcelona.
- Isaía, M., Quarín, M. (2018) *La intencionalidad de la acción y el aporte de las neuronas espejo*. [Tesis de Licenciatura en Teatro. Universidad Nacional de Córdoba.] <https://rdu.unc.edu.ar/handle/11086/10745?show=full>

- Kemp, R. (2012) *What neuroscience tells us about performance*. Taylor & Francis Books, Abingdon. Edición para Kindle.
- King, G., Keohane, R. & Verba, S. (2009). *El diseño de la investigación social. La inferencia científica en los estudios cualitativos*. Alianza, Madrid.
- LeBreton D. (1999) *Las pasiones ordinarias. Antropología de las emociones*. Nueva Visión, Buenos Aires.
- LeDoux J. (1996). *The emotional brain*. Simon and Schuster, Nueva York.
- Lindenberger, H. (2010). *Arts in the brain; or, What might neuroscience tell us?* en Aldama, F.L. *Toward a Cognitive Theory of Narrative Acts*. University of Texas Press, Austin. pp. 13-35.
- Malo Pé, A. (2007) Teorías sobre las emociones, en Fernández Labastida, F. – Mercado, J. A. (editores), *Philosophica: Enciclopedia filosófica on line*, Recuperado de: <http://www.philosophica.info/archivo/2007/voces/emociones/Emociones.html>
- Marignac, I. (2015). *La expresividad emocional en adultos jóvenes que practican teatro y en adultos jóvenes que no lo practican*. [Tesis de Licenciatura en Psicología, Universidad Católica Argentina]. Recuperado de: <http://bibliotecadigital.uca.edu.ar/repositorio/tesis/expresividademocional-adultos-jovenes.pdf>
- Sautu, R., Boniolo P., Dalle P., Elbert R. (2010). Recomendaciones para la redacción del marco teórico, los objetivos y la propuesta metodológica de proyectos de investigación en ciencias sociales en *Manual de Metodología: Construcción del marco teórico*,

formulación de los objetivos y elección de la metodología. CLACSO/ Prometeo Libros,
pp. 111-129. Buenos Aires.

Siddons, H. & Engel J.(1822). *Practical illustrations of rhetorical gesture and action.*
Sheerwood, Nelly & Jones. Londres.

Solomon, R. (2002) *Michael Chekhov and his approach to acting in contemporary
performance training.* [Tesis de Maestría en Arte, Universidad de Maine]
Recuperado de: <http://digitalcommons.library.umaine.edu/etd/615>

Stanislavski, K. (2007). *Preparación del Actor.* Quetzal, Buenos Aires.

Strasberg, L. (1987). *A dream of passion: the development of the method.* Plume, Nueva York.

Sawoski, P. (2010). *The Stanislavski system. Growth and methodology.* Recuperado de:
<http://jagiroadcollegelive.co.in/attendance/classnotes/files/1587039361.pdf>

Williams, T. (2001) *Un tranvía llamado deseo.* 47ª Ed. Losada, Buenos Aires.