

Practice 3 . ABANA

Fazer conexões

Duração:

Este exercício colectivo tem como objectivo promover a expressão criativa e reflectir sobre o poder da arte para comunicar e estabelecer ligações com os outros.

Todos os exercícios serão conduzidos por um líder e um grupo de pessoas (6 a 20).

Durante o exercício, os participantes terão a oportunidade de comunicar verbalmente e através da nova linguagem gestual aprendida durante os exercícios anteriores, de forma a organizar o trabalho a realizar.

Etapa 1: Formar grupos

Os participantes serão convidados a formar grupos de três ou quatro pessoas, cada grupo receberá uma folha/tela de 70x100 cm, um conjunto de cores de têmpera de vários tons e outras ferramentas artísticas disponíveis.

Etapa 2: Experimentação artística (ordenado)

Os participantes terão a oportunidade de aplicar uniformemente a têmpera na palma da mão, escolhendo uma ou mais cores favoritas. Depois de as mãos dos participantes estarem uniformemente cobertas de cor, serão encorajados a criar uma composição, imprimindo-as no papel. Isto pode ser feito pressionando suavemente a mão no papel ou fazendo uma impressão mais vigorosa, consoante a expressão artística desejada. Nesta fase, serão capazes de criar a composição com vários padrões direccionais, utilizando o módulo (mão) no sentido da translação, reflexão, rotação e simetria para construir uma composição básica ordenada.

Etapa 3: Experimentação artística (confusão)

Uma vez concluída a composição inicial, seguindo um esquema ordenado com base nos padrões direccionais sugeridos, os participantes serão encorajados a quebrar deliberadamente esta ordem, inserindo, utilizando lápis, marcadores, pincéis, canetas e outras ferramentas artísticas, outros elementos gestuais, tais como linhas, pontos, formas geométricas, símbolos, letras, etc. Esta etapa permite aos participantes exprimir livremente os seus pensamentos, emoções e ideias, dando largas à sua criatividade sem restrições. O acto de introduzir o caos na composição pode ser libertador e abrir novas possibilidades expressivas, permitindo que os participantes transformem o trabalho num verdadeiro parque de diversões para a imaginação.

Etapa 4: Conexão em grupo

Durante o processo de criação artística, os participantes serão encorajados a comunicar uns com os outros. Esta interação permitir-lhes-á partilhar as suas ideias, discutir a evolução da arte e experimentar uma forma única de comunicação artística, para criar uma ligação empática com os outros.

Etapa 5: Reflexões e comparação

No final do exercício, será realizada uma sessão de reflexão onde os participantes partilharão as suas experiências, os significados atribuídos à obra de arte colectiva e os desafios enfrentados durante o processo criativo. Será também uma oportunidade para discutir os desafios enfrentados durante o exercício e a forma como estes desafios foram ultrapassados através da colaboração e interação entre os membros do grupo.

Materiais:

- Tela ou folhas de papel de 70x100 cm.
- Tintas de têmpera de vários tons.
- Lápis, lápis de cor, lápis de cera, marcadores, pincéis, canetas, giz e outros materiais de arte.
- Um espaço amplo
- Uma mesa ou uma superfície de apoio plana.