

UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS
LICENCIATURA EM TEATRO

MILLENA BRENDÁ CUSTÓDIO BRANDÃO

ATUAR: UMA ANÁLISE DE ASPECTOS DA TÉCNICA CHUBBUCK A PARTIR DE
UMA EXPERIÊNCIA PESSOAL

Maceió, AL
2024

MILLENA BRENDÁ CUSTÓDIO BRANDÃO

**ATUAR: UMA ANÁLISE DE ASPECTOS DA TÉCNICA CHUBBUCK A PARTIR DE
UMA EXPERIÊNCIA PESSOAL**

Trabalho de Conclusão de Curso.
Universidade Federal de Alagoas. Teatro
Licenciatura

Orientadora: Prof^a Dra. Lara Barbosa
Couto

Maceió, AL
2024

Catalogação na fonte

Universidade Federal de Alagoas

Biblioteca Setorial do Espaço Cultural

Divisão de Tratamento Técnico

Valdir Batista Pinto – CRB - 4 - 1588

B862a Brandão, Millena Brenda Custódio.

Atuar: uma análise de aspectos da Técnica Chubbuck a partir de uma experiência pessoal. / Millena Brenda Custódio Brandão. – 2024.
41 f. : il.

Orientador: Lara Barbosa Couto.

Monografia (Trabalho de Conclusão de Curso de Licenciatura em Teatro) – Universidade Federal de Alagoas. Instituto de Ciências Humanas Comunicação e Artes. Maceió.

Bibliografia: f. 41.

1.Técnica teatral. 2. Técnica de palco. 3. Encenação I. Titulo

CDU: 792.02

RESUMO

Este estudo buscou analisar os capítulos Objetivo de Cena e Monólogo Interior, duas das doze ferramentas da Técnica Chubbuck, bem como sua eficácia durante o estudo e a aplicação prática dos ensinamentos contidos no livro **O Poder do Ator**, de Ivana Chubbuck. Nele procurou-se entender como as ferramentas evidenciadas contribuem para uma melhor desenvoltura no trabalho do ator, seja a longo ou curto prazo. Procurou-se também trazer à tona o ponto de vista da discente autora desta tese com relação às duas ferramentas, elegendo-as como complementares para justificar um resultado eficaz na busca pela satisfação com o desempenho em cena.

Palavras-chave: Técnica Chubbuck, trabalho do ator, presença cênica, objetivo de cena, monólogo interior, desenvoltura.

ABSTRACT

This study sought to analyze the chapters Objective of the Scene and Interior Monologue, two of the twelve tools of the Chubbuck Technique, as well as their effectiveness during the study and practical application of the teachings contained in the book *The Power of the Actor*, by Ivana Chubbuck. It sought to understand how the tools highlighted contribute to better resourcefulness in the actor's work, whether in the long or short term. We also sought to bring to light the point of view of the student author of this thesis in relation to the two tools, choosing them as complementary to justify an effective result in the search for satisfaction with performance on stage.

Keywords: Chubbuck Technique, actor's work, scenic presence, purpose of the scene, interior monologue, resourcefulness.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	7
2	QUEM É IVANA CHUBBUCK?	9
3	A TÉCNICA	12
4	OBJETIVO DE CENA.....	14
4.1	Presença Cênica	14
4.2	Gerar movimento incluindo o outro	16
4.3	Correr riscos	18
4.4	Necessidades Básicas	20
4.5	Não ilustrar a personagem.....	22
4.6	Conquistar o direito de chegar até o final do texto	23
4.7	Seja egoísta	24
4.8	Revisando	24
5	MONÓLOGO INTERIOR.....	26
5.1	Livre de julgamentos	27
5.2	Paranoias	29
5.3	O uso do “você”.....	30
5.4	Quando não há texto falado.....	32
5.5	Revisando	33
6	STANISLAVSKI E A TÉCNICA CHUBBUCK	35
7	CONSIDERAÇÕES FINAIS	39
	REFERÊNCIAS	41

1 INTRODUÇÃO

Atuar é, para mim, tão essencial quanto respirar. Prezo pela qualidade e pela devida valorização do ofício, o que me faz estar constantemente insatisfeita com meus resultados.

Cada progresso simboliza uma vitória e um novo desafio, pois dessa forma não cristalizarei meu conhecimento, minha desenvoltura; e não perderei o olhar curioso para esta arte.

Encontrei a Técnica Chubbuck em 2020, durante a pandemia. Estava numa busca incansável por desenvolvimento e aperfeiçoamento de técnica, com o desejo de tornar minha atuação visceral, pois sentia que por mais que estudasse e compreendesse o texto, por mais que construísse a personagem, faltava algo... conexão, talvez. Não conseguia me assistir e me convencer; isso me incomodava profundamente pois minhas exigências são rígidas. Abri a internet e pesquisei “livros para atores”. Nas primeiras recomendações estavam **O Poder do Ator** - Ivana Chubbuck e **Como Parar de Atuar** - Harold Guskin. Adquiri os dois e passei a treinar diariamente, testando os ensinamentos de ambos. Foi então que, aplicando a Técnica Chubbuck nos monólogos que eu estava treinando, consegui sentir mais presença cênica (assunto que abordarei nesta monografia). Ainda não estava do jeito que almejo – e até o atual momento (2023) não está, mas consigo alcançar a satisfação que não conseguia antes.

Me recordo lucidamente da sensação que preencheu meu corpo ao perceber que finalmente havia obtido um resultado razoável na minha interpretação. Lembro de pensar “não sou tão ruim assim” e ter mais ímpeto para estudar e seguir treinando. Foi também nesta fase que decidi fazer meu TCC sobre a referida técnica.

Alcançar resultados desejados implica em despender horas de dedicação diária para lapidar a si mesmo.

Meu intuito, com este Trabalho de Conclusão de Curso é contribuir com um movimento em prol do reconhecimento da arte de atuar como uma profissão. Digo movimento no sentido cru da palavra: movimentar, não no sentido grandioso, de arrastar multidões. Grandes árvores nascem a partir de pequenas sementes. Ou seja: talvez o movimento possa acontecer apenas em mim, talvez em duas, três pessoas que leiam e se sintam inspiradas a se desenvolverem. Quero fomentar o estudo e, como consequência

disseminar a noção de que atuar não se resume a decorar textos ou fazer caras e bocas. Atuar vai além do que vemos no palco ou na tela, que é o resultado de bastante pesquisa, adaptação, noites em claro e – por vezes, estresse também. Me incomoda que o ofício do ator seja visto como algo fácil e informal.

Sendo assim, escolhi duas das doze ferramentas apresentadas por Chubbuck – que serão introduzidas – para analisar e comentar neste Trabalho.

Ferramenta N° 02: Objetivo de Cena

Ferramenta N° 10: Monólogo Interior

Estas me ajudaram a ter resultados satisfatórios, para mim, nos meus treinos.

Discutiremos sobre os principais pontos destas duas ferramentas e sobre como a autora as pontua em seu livro. Para além do ponto de vista da autora e da construção da Técnica, trarei também minha ótica sobre o tema e minha experiência com a aplicação destas ferramentas.

No capítulo referente ao Objetivo de Cena, o principal assunto se trata do que a personagem deseja, de saber o porquê de ela agir/pensar de tal forma. Dentro da estrutura da Técnica Chubbuck, o Objetivo de Cena serve para amparar o Objetivo Geral; ou seja: cada Objetivo de Cena deve ser formulado de modo a alcançar o Objetivo Geral da personagem dentro da história, que tipicamente é alcançado – ou não – ao final da trama. Portanto, os Objetivos de Cena são degraus. Porém também é possível utilizar esta ferramenta de maneira isolada, sendo assim, mesmo que não haja um objetivo maior, conseguimos trabalhar o Objetivo de Cena. Nesta monografia abordaremos esta ferramenta isoladamente. Após identificar o que a personagem deseja alcançar, a autora aponta caminhos que podem ajudar o intérprete a construir uma trajetória instigante.

O Monólogo Interior se trata de tudo aquilo que pode se passar na mente da personagem enquanto ela interage com outras pessoas, e tem o intuito de auxiliar o ator a permanecer atuando mesmo que esteja apenas ouvindo. Como nas estórias as personagens não costumam serem postas sem pretensão, se a sua personagem se relaciona com outras, há um motivo, logo ela possui opinião sobre cada uma dessas pessoas. Do ponto de vista da Técnica Chubbuck, o Monólogo Interior tem essência daquilo que é proibido, do que jamais se diria em voz alta. Veremos como funciona.

2 QUEM É IVANA CHUBBUCK?

Ivana Chubbuck é ex-atriz e uma conhecida treinadora e professora de atores de Los Angeles, desenvolvedora da Técnica Chubbuck, que associa a arte de interpretar à psicologia individual do ator para gerar conexões mais eficazes entre o intérprete e a personagem. Fundamentou sua técnica em 12 etapas, que podem ser encontradas no livro: **O Poder do Ator**, considerado um best-seller e traduzido em 18 idiomas.

Chubbuck começou sua carreira como atriz, época na qual não conseguia ter resultados que considerasse satisfatórios em sua interpretação. Foi então que passou a observar as maiores dificuldades dos atores, bem como as suas e desenvolver estudos paralelos à psicologia para melhorar a qualidade da atuação e a satisfação com o próprio trabalho.

Sua técnica parte da vertente Stanislavskiana, mesclando seus ensinamentos à psicologia e à ideia de empoderamento do ator, que se baseia em fugir do que Chubbuck julga como uma interpretação vitimista. A autora define como vitimista o tipo de interpretação na qual o ator parece sofrer sem perspectiva ou vontade de superar as dificuldades, fica apenas gastando emoção em cena, sem atingir o público. Ela defende que ao enxergar e aceitar a real situação, com todos os contras, se torna mais provável de construir uma interpretação inspiradora, visto que pessoas inspiradoras enfrentaram situações desafiadoras sem permitir que estas as fizessem desistir de seus objetivos.

Na Introdução de seu livro: **O Poder do Ator**, página 7, Chubbuck faz as seguintes afirmações:

A diferença entre a Técnica Chubbuck e outras desenvolvidas no passado é que ensino atores a usarem suas emoções não como resultado final, mas como um meio de potencializar o seu objetivo. A minha técnica ensina aos atores como vencer.

[...] Trabalhando como atriz, via muitos colegas trazendo à tona emoções profundas e dolorosas, mas cujo trabalho parecia ser autoindulgente.

[...] Percebi que “adular” a dor, na vida e no palco, cria quase que o efeito oposto ao desejado. Parece egocêntrico, autocomplacente e fraco – as principais características de uma vítima. Para um ator não é a melhor opção. Então comecei a investigar de que maneira eu poderia colocar o legado de emoções que havia herdado a serviço do meu trabalho. Ao estudar a vida de pessoas bem-sucedidas, percebi que elas pareciam usar seus traumas físicos e emocionais como um estímulo, *não* para sofrer indulgentemente, mas para *inspirar* e

impulsionar suas grandes conquistas. Ocorreu-me que a mesma fórmula poderia ser aplicada aos atores e à sua abordagem de trabalho. (CHUBBUCK, 2018, P. 7)

A partir destes pensamentos, Ivana desenvolveu a Técnica Chubbuck.

Em linhas gerais, digo que o vitimismo cênico para Chubbuck se trata da ilustração dos sentimentos, é o tipo de interpretação onde o ator não se conecta com as demandas da personagem, porém as exibe de maneira exacerbada sem que façam parte de um objetivo. Segundo a própria, isso faz com que o público reconheça a interpretação e não consiga se comover com a trajetória da personagem, já que não sente verdade vindo dela. Para defender seu ponto, Chubbuck diz que na realidade nossas emoções não surgem aleatoriamente, elas são causadas através das situações vividas. Ou seja, não é comum pensarmos: “hoje eu vou ficar triste, mas amanhã estarei radiante”, então não devemos olhar para a personagem desta forma... “Nessa fala ela está triste [...] Ah, nessa aqui, ela está com raiva”. A mudança de humor e sentimentos são resultado de algo. Ao entender que para a personagem se emocionar ela precisa de um estímulo, na Técnica Chubbuck, este estímulo está diretamente ligado aos objetivos da personagem.

É comum ver atores vangloriando a si e seus colegas quando conseguem chorar em cena. Geralmente isso acontece quando se está iniciando na área. A importância dada à lágrima é grande, por ser entendida como algo difícil de alcançar. Porém, a lágrima por si só não tem força, o ideal é que ela esteja amparada por algum motivo. E é justamente isso o que a autora deseja pontuar quando se refere a adular a dor. Observar alguém que sofre e que parece não querer cessar o sofrimento não é agradável. Ou, no caso do ponto de vista da autora, não é inspirador. Para construir uma interpretação inspiradora, Chubbuck recomenda que os atores evitem este tipo de abordagem. Em resumo, uma interpretação inspiradora seria aquela na qual a personagem, mesmo frente aos obstáculos, não se dá por vencida. Então mesmo que ela seja derrubada em algum momento, ela deve ter ímpeto para se levantar e seguir lutando pelos seus objetivos. Uma persona que tenta alcançar o que deseja mesmo com todas as circunstâncias dando errado é mais satisfatório de assistir do que alguém que desiste na primeira dificuldade.

A depender do tipo de trabalho que se está inserido, o ator não terá liberdade para efetuar mudanças no texto. Estas orientações dadas pela autora vêm como parte do processo criativo, ou seja: a intenção de lutar a qualquer custo pelo que se deseja existe, ainda que a personagem não consiga concretizar seus objetivos. Estas informações servirão como material interno para o ator. Trabalhar os objetivos e a opinião da personagem sobre o que lhe acontece ao longo da estória vai influenciar na forma como ela reage, como se comporta, e isso transparecerá na interpretação.

À medida em que formos destrinchando as ferramentas, em seus devidos capítulos, se tornará mais compreensível o sentido dos termos utilizados pela autora, bem como os porquês e suas funções.

3 A TÉCNICA

A Técnica Chubbuck deriva, notoriamente, dos ensinamentos de Stanislavski. Como já evidenciado anteriormente, a autora costuma dizer que a diferença entre ela e Stanislavski é que a técnica Chubbuck instiga o ator a vencer o objetivo, como num ringue de luta, fugindo do victimismo ao utilizar suas emoções e memórias afetivas. Neste trabalho falaremos sobre as ferramentas Objetivo de Cena e Monólogo Interior, duas das doze ferramentas que formam a técnica.

Abaixo, a definição da autora sobre cada ferramenta:

1 – Objetivo Geral: o que sua personagem quer da vida acima de tudo? Encontrar o que sua personagem quer por meio do roteiro.

2 – Objetivo de Cena: o que sua personagem quer ao longo de uma cena, o que dá suporte ao seu OBJETIVO GERAL?

3 – Obstáculos: determinar os obstáculos físicos, emocionais e mentais que dificultam que sua personagem alcance o OBJETIVO GERAL e o OBJETIVO DE CENA.

4 – Substituição: dotar o ator com quem você contracena de características de alguém da sua vida pessoal que faça sentido com o seu OBJETIVO GERAL e OBJETIVO DE CENA. Por exemplo, se o OBJETIVO DE CENA da sua personagem é *fazer você me amar*, então encontre alguém da sua vida, no presente, que de fato faça você precisar desse amor – de forma completa, urgente e desesperada. Dessa maneira, você tem todas as diversas camadas que a necessidade real de uma pessoa real desperta em você.

5 – Objetos Internos: imagens que se passam na sua mente quando você fala ou ouve falar de pessoas, lugares, coisas ou acontecimentos.

6 – Unidades e Ações: um pensamento é uma UNIDADE, sempre que há uma mudança de pensamento há uma mudança de UNIDADE. AÇÕES são pequenos objetivos ligados a cada UNIDADE que apoiam o OBJETIVO DE CENA e, portanto, o OBJETIVO GERAL.

7 – Momento Anterior: o que ocorre antes de você iniciar uma cena (ou antes de o diretor gritar “Ação!”), que lhe mostra um lugar de onde partir, tanto física quanto psicologicamente.

8 – Lugar e Quarta Parede: usar o LUGAR e QUARTA PAREDE significa que você dota a realidade física da sua personagem – a qual, na maioria dos casos, acontece em um palco, estúdio, set de filmagem, sala de aula ou em uma locação – com atributos de um lugar da sua vida real. Usar o LUGAR e QUARTA PAREDE cria a sensação de privacidade, intimidade, história, significado, segurança e realidade. O lugar e a quarta parede devem apoiar e fazer sentido com as escolhas que você fez para as outras ferramentas.

9 – Atividades: manipulação de objetos do cenário, que produz um comportamento. Escovar o cabelo enquanto fala, amarrar os sapatos,

beber, comer, usar uma faca para cortar etc., são exemplos de atividades.

10 – Monólogo Interior: o diálogo que se passa na sua mente, que você não diz em voz alta.

11 – Circunstâncias Anteriores: o histórico da sua personagem. O acúmulo de experiências que determina *por que* e *como* ela age no mundo. É personalizando as circunstâncias anteriores da personagem às suas próprias que você pode, de maneira verdadeira e com profundidade, entender o comportamento da personagem e viver o papel.

12 – Deixe Fluir: Embora a Técnica Chubbuck recorra ao intelecto do ator, não se trata de um jogo de exercícios intelectuais. Esta técnica é o caminho para criar um comportamento humano tão real que reproduza a aspereza e a crueza de realmente *viver* um papel. Para reproduzir o fluxo natural da vida e ser espontâneo, você deve parar de pensar muito. Para isso, precisa confiar no trabalho feito com as 11 ferramentas anteriores e deixar fluir. (CHUBBUCK, 2018, p. 14)

4 OBJETIVO DE CENA

O Objetivo de Cena é o guia específico da comunicação entre você e a outra personagem dentro da cena. Já o Objetivo Geral é, em linhas gerais, o que sua personagem busca ao longo de todo o roteiro. (CHUBBUCK, 2018. P. 3)

A Técnica Chubbuck visa um tipo de interpretação realista; sendo assim, o Objetivo de Cena se torna uma peça-chave para chegar até o Objetivo Geral. Enquanto o Objetivo Geral corresponde ao que a personagem pretende alcançar no final de sua trajetória, o Objetivo de Cena pode ser considerado como uma escada para chegar até o final do texto. Cada cena deve ser pensada como uma fração da conquista do Objetivo Geral, dessa forma é possível formular objetivos de cena que construam uma linha lógica até o final do texto.

A ferramenta em questão funciona como uma espécie de engrenagem para que haja dinâmica no diálogo e naturalidade na fala. Para que isso aconteça, a autora faz um adendo à forma como se determina um Objetivo de Cena, pois se muito intelectualizado (sem aspectos emocionais) dificilmente terá proveito para a cena, uma vez que – se tratando da vida real – nossas ações são paralelas às nossas **necessidades básicas**¹: amor, segurança, se sentir validado, respeitado, entre outras. Ou seja, o ideal é que frases que não contêm valor emocional sejam reformuladas incluindo tais valores. O Objetivo de Cena deve ser o mais curto e cristalino possível, para que seja rápido de acessar durante a cena. Quando extenso, pode causar o efeito contrário ao desejado: o ator pode esquecer alguma parte e acabar direcionando seu foco para tentar lembrar como havia formulado o objetivo, deixando a cena em segundo plano. Por este motivo é imprescindível que a escolha não seja muito explicativa, deve conter apenas o necessário para impulsionar as ações da personagem.

4.1 Presença Cênica

A **presença cênica** é, como o título entrega, um estado de presença. Pode ser medido através do quanto um ator consegue permanecer envolvido na cena, munido de aspectos da personagem. Quando identificamos um intérprete com presença, dificilmente percebemos o ator, pois não há espaço para que ele apareça, uma vez

¹ Página 17

que a personagem está vívida a ponto de fazer com que o público se esqueça de que vê uma encenação. Porém esta presença não se restringe à experiência do público, pois para que este deguste de uma encenação bem-feita, antes o ator precisa desenvolver seu estado de presença. Fará isso através da prática da atuação, da recorrência com a qual se permite vivenciar e absorver personagens. Ou seja, realizar leitura e estudo de peças teatrais, consumir espetáculos, assistir entrevistas de pensadores da atuação, ler seus escritos, são opções que podem auxiliar na busca por este estado de presença. As formas citadas são opções de aprendizagem indireta, pois é possível observar e aprender através da experiência alheia. Feito isso, pode-se partir para a aprendizagem direta – é a oportunidade de praticar o texto estudado, de testar o que viu nos espetáculos, o que ouviu dos pensadores e avaliar como os conteúdos adquiridos refletem em seu próprio corpo; avaliar o que tem mais força e o que não lhe causa tanto efeito assim.

Penso que uma boa forma de exercitar o estado de presença é a meditação. Meditar pode ser bastante desconfortável, pois exige máxima concentração no próprio corpo, nos próprios pensamentos, e entrar em contato com estes aspectos nem sempre é agradável. Considero como uma forma de exercício porque possibilita que estejamos atentos ao momento presente. Principalmente no tempo atual, no qual temos centenas de informações a cada minuto, com o uso das redes sociais. Se tornou mais difícil reservar um tempo para se desligar de toda a carga energética que o cérebro recebe ao utilizar a internet. Pausar faz parte do nosso trabalho. Pausar para observar, para interagir com o ambiente, com outros animais, com o solo, com o que nos cerca aqui, na vida real. Creio que tudo isso nos ajuda a viver o presente, e presença cênica nada mais é do que viver o momento presente – ainda que seja encenado. Tenho buscado inserir a meditação na minha rotina para me ajudar a desenvolver meu estado de presença.

Me recordo que no primeiro semestre da faculdade alguns exercícios de confiança eram bastante difíceis para mim pois precisavam que eu fechasse os olhos e permitisse ser guiada por outra pessoa. Quando iniciei a meditação, fechar os olhos foi uma das dificuldades que encontrei, mesmo estando sozinha e trancada no meu quarto. A outra dificuldade foi me abster dos pensamentos. Mesmo quando estou com muito sono, meu cérebro não para de pensar. Pensar a todo momento me atrapalha no exercício da atuação porque passo a cena inteira me percebendo e formulando

pensamentos a respeito do que estou fazendo, de como estou falando etc. Conversando com colegas percebi que não é um problema isolado, inclusive é mais recorrente do que eu imaginava. A ideia de usar a meditação é recente, ainda está em experimentação, mas consigo identificar avanços na minha experiência. Fechar os olhos já não é tão incômodo e controlar os pensamentos também se tornou mais fácil. Desta forma, consigo me sentir mais comprometida com o presente, inclusive nos treinos de atuação.

Como a meditação é também uma ferramenta de autoconhecimento, além de proporcionar estado de presença, auxilia o ator a conhecer caminhos – em si próprio – que o levem a permitir a estadia da personagem em seu corpo. Ou seja, quanto mais o intérprete se conhecer, mais facilmente chegará à presença cênica, pois ao reconhecer o que desvia a própria atenção da cena e dificulta sua desenvoltura, menos chances de que esses problemas cresçam e não saiba como contorná-los.

Em resumo, existem formas variadas de exercitar o estado de presença. Ao realizar este treino, da maneira que lhe servir melhor, é possível que as chances de conseguir a presença cênica aumentem. Uma das prováveis dificuldades de alcançá-la é que, além de estar encenando, o ator tem consciência de que está sendo observado por terceiros, por si mesmo e, muitas vezes, realiza julgamentos sobre si. Treinar o estado de presença possibilita que o ator direcione seu foco para onde deveria estar: na situação vivida pela personagem, evitando que tais análises e julgamentos contaminem sua energia e prejudiquem o desempenho da cena.

4.2 Gerar movimento incluindo o outro

Ao determinar um Objetivo de Cena é fundamental que você obtenha algo do outro ator; por exemplo: “**fazer** você se apaixonar por mim”, o intuito da palavra destacada é dar movimento à cena, pois para conseguir o que quer, precisa mudar a outra pessoa. Pode parecer simplista, mas as palavras escolhidas na hora de formular um objetivo são cruciais para o resultado da cena. É comum escutarmos o ditado popular: “as palavras têm poder”, e têm mesmo. Se, seguindo no exemplo anterior, você está conseguindo ou não fazer com que a outra pessoa se apaixone por você, o comportamento de ambos irá exalar este fato. Deste modo, pretende-se evitar que os atores falem um para o outro e passem a falar um com o outro.

Quando você estiver formulando o seu Objetivo de Cena é imprescindível que você inclua o outro personagem, para que gere movimento. Exemplo:

Eu preciso de um emprego (não tem movimento)

Eu preciso fazer você me dar um emprego (tem movimento)

No segundo exemplo há movimento porque você precisa do outro para que o seu objetivo seja alcançado. Se você está conseguindo surpreender o outro e sente que ele vai te dar um emprego, provavelmente seguirá falando ou fazendo o que fez até então. Se você percebe que ele não está tão interessado assim, irá mudar de estratégia para conseguir fazê-lo lhe dar a desejada vaga. O Objetivo de Cena começa na sua primeira respiração e só acaba quando corta ou fecha a cortina.

Definir que quer alguma coisa da outra personagem pode facilitar o caminho para alcançar a famigerada **presença cênica**, porque para conseguir o que precisa do outro é necessário prestar atenção em tudo o que ele faz, fala ou deixa de falar. O silêncio pode ter muitos significados, o comportamento pode entregar pensamentos ocultos... São inúmeras as possibilidades que encontramos ao voltar nossa atenção para alguém, se considerarmos que ninguém é previsível. Ao lidar com o imprevisível, precisamos nos desdobrar para garantir a conquista do objetivo de cena. Ou seja, é preciso estar atento aos pormenores. Pode ser que uma virada de olho, cabeça, ou até mesmo um movimento com as mãos entregue a real intenção da pessoa em questão, é preciso reagir a esses estímulos. Dessa forma estaremos imersos na situação encenada, que é uma das dificuldades apontadas pelos atores. Não existe um botão que podemos acionar para nos desligar de nós mesmos e dar lugar à personagem. Com isso, estar presente em cena pode se tornar um tormento, uma vez que boa parte dos atores relatam se perceberem em cena, não estarem completamente vestidos da personagem.

No início dos estudos da técnica as reações aos estímulos serão feitas de forma 100% consciente, o que pode gerar estranhamento, afinal reações não são planejadas. Porém é necessário fazer de forma consciente para que seja possível desvincilar os vícios físicos do ator dos que seriam da personagem. Com a recorrência do treino, aplicar os ensinamentos se tornará mais natural, uma vez que o corpo estará habituado a acessar tais comandos. Em seu livro, Chubbuck traz exercícios para a aplicação e prática das ferramentas.

A autora afirma que ter um bom objetivo de cena possibilita ao ator alcançar resultados mais satisfatórios em sua interpretação, a tornando cada vez mais pulsante. Ao ler o capítulo desta ferramenta cheguei à conclusão de que a autora considera como um bom Objetivo de Cena aquele que além de contar a história; criando movimento a cada cena à medida que a personagem enfrenta os obstáculos contidos no texto; apresenta ao público alguém como ele: uma pessoa que comete erros, que tem desejos, gostos e, principalmente, atitude para assumir suas características e ir em busca de seus objetivos. Destaco esta parte porque é o que a autora considera como o diferencial de sua técnica. Chubbuck orienta seus alunos a abordarem o texto de forma que consigam inspirar o público e causar identificação. Ela julga como inspiradoras as pessoas que acreditam em seus objetivos, traçam estratégias e respondem bem ao fracasso, não desistindo no trajeto. Nomeia essa orientação como empoderamento. Confesso que duvidei da capacidade do livro quando li esta palavra, pois já está desgastada; e para mim não havia relação com o trabalho do ator; pensei que seria um livro de autoajuda. Porém me surpreendi. Considero como um ótimo suporte para colocar em prática os aprendizados teóricos. Este “empoderar” se trata nada mais do que um convite que a autora nos faz a lidar com os objetivos de forma visceral, para vivê-los intensamente e até com certa urgência, como se – para se manter viva, a personagem necessitasse conquistar esse objetivo. Por mais que já saibamos como a personagem termina a história, esta não sabe. Tomando como ponto de partida o raciocínio de que a personagem só ganha vida após o ator fisicalizar o texto, ela não saberá de seu destino. Ou seja, se ela tem objetivos, a tendência é que faça o que estiver ao seu alcance para conquistá-los.

4.3 Correr riscos

Esta ferramenta **obrigatoriamente** exige algo do outro ator. É preciso conseguir este objetivo a todo custo, e à medida que se aproxima ou se distancia, reage a isso. O que é interessante, pois quando precisamos de algo, podemos nos transformar para alcançar aquilo que queremos; a proposta do Objetivo de Cena segundo a Técnica Chubbuck é justamente essa. Ao definir um objetivo onde a todo momento dependemos do outro para conseguirmos o que desejamos, o **risco** de não conseguirmos é alto. Com isso, precisamos “seduzir” o outro para que ele nos dê o que desejamos. O processo de “sedução” colabora com a dinâmica nas cenas, e alguns objetivos funcionam melhor que outros. Como já evidenciado anteriormente,

determinar objetivos que gerem movimento no outro ator é o ideal. Por exemplo: **Preciso fazer você se apaixonar por mim para que eu possa acreditar no amor novamente.** Na frase notamos uma necessidade quase vital de obter amor da outra pessoa, identificamos essa necessidade na segunda oração: **para que eu possa acreditar no amor novamente.** Essa pessoa está tão ausente de afeto que deposita na outra a possibilidade de voltar a crer no amor. Sendo assim, ela está apostando seus medos, suas inseguranças e traumas, bem como suas expectativas. Há muito em jogo, então ela precisa alcançar este objetivo, caso contrário ela perderá mais uma vez a esperança no amor, será mais um fracasso... E isso não pode acontecer novamente.

A intenção de adicionar ao objetivo de cena um risco pessoal que a personagem possa correr é intensificar a necessidade de conquistar o que se deseja. Sentir que algo em sua vida está em risco pode tornar a interpretação mais realista, uma vez que risco gera urgência. A urgência, como consequência, pode gerar mais ímpeto para realizar o objetivo.

Ainda se tratando de estimular o outro ator a lhe dar algo, Chubbuck afirma que mesmo que não haja um diálogo prévio sobre o seu Objetivo de Cena, o outro ator sentirá que precisa se envolver de alguma forma que nem ele entende muito bem, e assim é gerado um comportamento (também) na pessoa com quem estamos contracenando. Como não temos a capacidade de prever ações e reações alheias, a certeza que se tem ao fazer uso do Objetivo de Cena a partir da Técnica Chubbuck é que a reação do outro ator será inesperada, e o inesperado é material para o trabalho do intérprete, possibilitando que a cena seja dinamizada, uma vez que é preciso sair dessa situação conquistando algo da pessoa em questão. Mesmo que na estória a sua personagem não consiga o que deseja, a intenção de conseguir deve permanecer até o final.

Outro fator importante sobre o Objetivo de Cena é que ele não muda ao longo da cena, deve ser mantido até o final da respectiva. Se você sentir que no desenvolvimento da cena seu objetivo muda, provavelmente não foi uma escolha que gerará o efeito desejado. Não terá a mesma força de um objetivo bem traçado. O treino é quem dará ao intérprete a percepção do que é um objetivo bem traçado e do que não é, pois investigará qual formulação de objetivo lhe afeta mais. Num texto onde as cenas são delimitadas pelo autor se torna mais fácil de definir o objetivo de cena.

Caso não haja essa divisão, o ideal é que o ator estude bem o texto e identifique a partir de quais momentos poderia existir mudanças de cenas, para então delimitá-las.

Nas primeiras leituras que fiz do livro não consegui compreender muito bem o que a autora queria dizer ao falar sobre risco. Fui, através dos exemplos, entendendo do que o risco se trata e como ele ressoa em cena. Num primeiro momento a técnica pode não ser de fácil digestão, mas é possível encontrar materiais de vídeo nas redes da Ivana Chubbuck e também da Marina Rigueira², que é atriz e professora licenciada pelo Studio Chubbuck a ensinar a técnica aqui no Brasil. Adquiri o curso online da Marina em novembro de 2022, me auxiliou a compreender o livro porque partes da escrita não estavam muito objetivas para mim – talvez devido à tradução. Com a explicação e exemplos dados pela professora o entendimento fluiu.

4.4 Necessidades Básicas

Como já mencionado anteriormente, o objetivo de cena precisa partir de uma necessidade básica, como obter amor, validação, poder, emprego, atenção etc. Isso se dá porque este tipo de necessidade é comum a todos e gera conexão, seja com o público, seja com quem se contracena, por existir a possibilidade de gerar momentos de identificação. Por exemplo, sua personagem precisa obter validação dos pais, e para isso ela busca tirar ótimas notas no colégio, ou escolhe um curso universitário que vai agradar aos pais. Ela toma atitudes que partem da **necessidade básica** de obter **validação** para se sentir **aceita** pelos pais. Esse tipo de situação costuma ser comum a grande parte das pessoas. Ao assistir uma personagem que age dessa forma, é possível que o público se identifique com o que ela está vivendo. Deste modo, a fim de estudo, o foco deve estar na necessidade básica que a levou a agir de tal maneira. A partir da identificação do princípio a interpretação se modifica e se adapta a ele. Esta mesma situação poderia acontecer de outra maneira. Exemplo: Sua personagem precisa obter atenção dos pais, e para isso ela resolve contrariá-los para que eles tenham motivos para voltar a atenção deles a ela. Então ela passa a tirar péssimas notas, escolhe uma faculdade que eles com certeza irão reprovar... As possibilidades são variadas. Em ambos os exemplos a personagem precisa obter algo dos pais. É durante o estudo do roteiro que as necessidades básicas serão

² <https://www.instagram.com/marinarigueiramentoria/>

identificadas e aplicadas da forma que mais se adeque à proposta da trama e à sua construção de personagem.

É imprescindível identificar a relação humana por trás do objetivo. Isso significa que se o objetivo da personagem é conseguir um emprego, você deve imaginar o porquê – e o ideal é que este parte de uma necessidade básica. Será que é porque ela está com muitas dívidas? Será que o aluguel está atrasado e daqui a poucos dias ela vai ser despejada? Ou será que um parente querido descobriu uma doença grave que precisa de um tratamento de alto custo? Todas as opções partem de uma necessidade humana. Conseguir um emprego proporcionará a solução destes problemas apresentados; logo, o senso de risco da personagem aumenta.

Ainda utilizando o exemplo anterior, podemos observar também a necessidade básica por trás do objetivo, que poderia ser:

Eu preciso fazer você me dar um emprego porque estou desempregada há seis meses e se eu não pagar o aluguel serei despejada no mês seguinte.

Conseguir um emprego para poder ter onde morar aumenta o risco do objetivo, o que faz com que o intérprete concentre todas as suas energias em ter um bom desempenho na entrevista de emprego porque é uma questão vital. Ser despejada significa morar na rua, não ter o que comer... É um receio comum a todos, com isso aumentamos a chance de gerar identificação. Aqui temos a necessidade básica de ter um local seguro para viver.

Conforme fui estudando e conhecendo mais sobre a técnica comprehendi que o conceito de necessidades básicas aplicado ao objetivo de cena parte do ponto de vista social. Por exemplo: defecar, urinar, beber água, se alimentar, são necessidades básicas do ser humano, não sociais. Uma vez que é necessário obter algo da outra pessoa, essas necessidades não teriam tanta força, a menos que para realizá-las o poder estivesse no controle da pessoa. Por exemplo: a personagem está na rua, muito apertada para ir ao banheiro. Tem um restaurante próximo, mas apenas clientes podem usar o banheiro – que o gerente detém a chave. Mas ela não tem dinheiro para pedir sequer uma entrada neste restaurante, sua missão é fazer com que o gerente a dê a chave para usar o banheiro. Ou seja, é uma necessidade básica pessoal, mas dentro de um contexto social pode ser potencializada dentro do objetivo de cena. Considerando a socialização como parte importante da saúde mental humana, é

possível que tenhamos necessidades básicas sociais. Nós nos importamos com opiniões alheias, nos apaixonamos, queremos ser amados, admirados, fazer parte de algum grupo – ainda que inconscientemente. Tudo isso influencia nosso comportamento social no dia a dia. Por sermos criativos, desenvolvemos expectativas, imaginamos situações, idealizamos. Aspectos que resultam nas necessidades das quais estamos falando, e por este motivo – por sermos sociais – estas têm mais proveito ao desenvolver um Objetivo de Cena, baseado na Técnica Chubbuck.

4.5 Não ilustrar a personagem

Mais um aspecto sobre o Objetivo de Cena é que deve enfatizar o relacionamento, não ilustrar a personagem e seus sentimentos, pois as pessoas vão ao teatro ou assistem a produtos audiovisuais para terem acesso ao aspecto humano por trás do texto. Consequentemente o ator deve trazer à tona os subtextos que gerem identificação no espectador. Afinal, somos criadores de realidades. Ao munir o texto de aspectos humanos (necessidades básicas) captamos a atenção do público, uma das nossas principais matérias. Não é agradável que o público se interesse por qualquer coisa que chame sua atenção exceto a peça, tanto para os atores quanto para os espectadores. Obviamente não se pode controlar como o público reagirá à sessão, porém podemos levantar questionamentos que ajudem a decifrar o porquê deste fenômeno e buscar soluções preventivas. Em grande parte das vezes, a distração se dá devido à má utilização do fator humano. O público não conseguiu se conectar. Sendo assim, interpretar o relacionamento, estar vulnerável em cena e se mostrar comum, humanamente falando, são aspectos imprescindíveis para envolver o público.

A preocupação com o público é um dos pontos que mais me agradam nesta Técnica. Me importo com a qualidade do que está sendo exibido aos espectadores. Quando vejo um trabalho que não teve esta preocupação costumo rejeitar internamente, pois sinto que em maior ou menor grau há um desrespeito. Não penso que uma obra deve ser feita com o intuito de agradar ao público, mas de causar-lhe algo. Rejeito projetos sem propósito, nos quais os artistas utilizam o espaço em função do próprio ego. Gosto de pensar na arte como um meio de transformação, de informação, seja ela política, social ou emocional. Para mim é importante que haja uma troca com o público; ele nos dá sua atenção, e nós lhe retribuímos proporcionando sensações, ideias,

através de uma ficção. Acho bonito quando as pessoas se emocionam, se afetam com o que estão consumindo, principalmente por ser encenado.

4.6 Conquistar o direito de chegar até o final do texto

Nada deve ser descartado durante a cena, e o ator deve conquistar o direito de chegar ao final do texto. Se sua personagem morre no final, o direito de morrer deve ser conquistado. Com isso, a ideia de vencer o objetivo se mantém ativa, pois, cada degrau que a personagem subiu foi para conseguir realizar seu propósito. Segundo a autora, mesmo que a personagem não queira morrer, conquistar o direito de morrer torna a interpretação inspiradora, e é disso que o público precisa: De quem os inspire. Não necessariamente significa que o Objetivo Geral da personagem seja morrer, mas formular objetivos que envolvam o fato. Vejamos afirmações da própria autora sobre “conquistar o direito de”:

Um ator também deve ter em mente como o roteiro termina, e conquistar o direito de, cena por cena, chegar até o final. Se no roteiro você e a outra personagem terminam juntas, cada cena deve se tratar, de alguma maneira, da busca pelo amor. Se no final do roteiro você está separada, então deve conquistar o direito de romper a relação. (CHUBBUCK, 2018. p. 47)

Até se sua personagem irá morrer, você deve conquistar o direito de morrer. Você deve usar o conhecimento de que sua personagem irá morrer ao fazer escolhas para o Objetivo de Cena. Quando trabalhei com Elizabeth Shue em *O Santo*, estava escrito que sua personagem morreria de uma doença cardíaca terminal após dois terços do filme. Em cada cena, nós escolhemos um Objetivo de cena que incluía viver a vida ao máximo para se sentir completa antes de morrer. Objetivos de Cena tais como *fazer você me amar antes que eu morra* deram a cada cena a urgência imposta pela escassez do tempo. (CHUBBUCK, 2018. p. 48)

Podemos, a partir destas afirmações, entender que conquistar o direito de chegar até o final consiste em usar as informações fornecidas sobre a história da sua personagem da melhor maneira para definir objetivos que ajudem a construir essa trajetória. Chubbuck usa o termo “vencer” de forma ilustrativa para facilitar a compreensão de como um objetivo deve ser traçado; dessa forma – ao imaginar que os objetivos precisam ser vencidos – o ímpeto de agir para obter um resultado em prol do que deseja tende a surgir mais facilmente. “Conquistar o direito de” faz parte do caminho para **vencer** os objetivos. Ou seja, mesmo que a personagem não consiga o que

deseja, busca a cada cena vencer seus objetivos para chegar ao final do texto. O que está em questão não é o resultado, mas sim a trajetória da personagem.

4.7 Seja egoísta

Chubbuck diz “Sempre faça escolhas egoísticas” (CHUBBUCK, 2018, p. 53) com a justificativa de que sempre nos esforçamos mais para conseguir algo quando existe a chance de haver algum benefício para nós mesmos. Ainda se tratando de risco, a autora defende o argumento de que ajudar o outro pode fazer com que nos sintamos bem, porém não tem a mesma intensidade que teria se algo pessoal também estivesse em jogo. Dessa forma, entendemos que fazer escolhas egoísticas significa adicionar ao objetivo um ganho pessoal. Por exemplo: **Eu preciso fazer você sorrir para que se apaixone por mim.** Se o outro se apaixonar por você, todo o seu esforço para fazê-lo sorrir valeu a pena. De outra maneira, se o objetivo parasse em “sorrir”, o esforço não seria o mesmo, uma vez que não há nenhum ganho pessoal em jogo... Costuma-se ser mais visceral tentar arrancar sorrisos de alguém quando se deseja algo do mesmo. Podemos concluir que mesmo ao fazer escolhas “egoísticas” nossa atenção está completamente voltada para o outro, o objetivo continua enfatizando a relação.

Mesmo sozinho em cena, como é o caso de um monólogo, você não está falando sozinho, está falando para algo ou alguém. O que torna o desafio do Objetivo de Cena ainda maior. Como um objetivo faz com que voltemos a atenção para o outro, interpretar um monólogo pode facilmente fazer com que o ator volte sua atenção para si mesmo, justamente o que não pode acontecer. O movimento precisa ser para fora. Neste caso é necessário imaginar concretamente possíveis reações da pessoa ausente. Uma vez que sua atenção está fora de si, evita que o ator saia da personagem e passe a perceber a própria interpretação, o que pode gerar julgamentos – sejam eles positivos ou negativos. A fim de combater este tipo de situação, o uso do Monólogo Interior – ferramenta nº10 da Técnica Chubbuck, se torna um aliado do ator para manter a concentração sem deixar a energia se esvair.

4.8 Revisando

O Objetivo de Cena nos ajuda a fazer um trabalho de dentro para fora e não de fora para dentro. Isso significa que não passaremos a buscar formas de mostrar sentimentos e/ou pensamentos ao público. Tudo o que envolve a cena é material para alcançar o objetivo. Quando a atenção do intérprete está nele mesmo, é comum que

cometa o deslize de mostrar como se sente, mostrar o que está pensando. Esse comportamento pode ser a causa do chamado “clichê” ou o exagero destoante. Ambos lembram ao espectador que ele está assistindo uma obra ficcional, dessa maneira a quebra da ilusão ocorre e nós perdemos o público, uma vez que ele passa a perceber o ator interpretando a personagem.

Neste capítulo vimos pontos chave para formular um Objetivo de Cena:

1. O que é Presença Cênica e possíveis formas de se chegar até ela;
2. Sempre incluir o outro ator quando for escrever a frase referente ao Objetivo de Cena, e fazer com que ele te dê algo;
3. Adicionar ao objetivo um fator de risco pessoal para a personagem, que tem como intuito gerar sensação de urgência para obter mais ímpeto na luta pelo que se deseja;
4. O que são Necessidades Básicas e como elas podem auxiliar o objetivo a ser mais visceral e gerar identificação no público;
5. Não fingir emoções, tentando ilustrar a personagem, pois pode afastar o público;
6. Lutar pela conquista dos objetivos, mesmo tendo consciência de que eles não serão alcançados;
7. É mais comum ter ímpeto para lutar por algo que te proporciona algum benefício.

Construindo uma base sólida no Objetivo de Cenas, podemos seguir para a ferramenta Nº 10 – Monólogo Interior.

5 MONÓLOGO INTERIOR

Falando de um modo geral, o Monólogo Interior é definido como paranoia: todas as coisas que você não pode dizer, porque farão com que você pareça errado, vulgar, malvado, inseguro, louco, estúpido ou preconceituoso.

CHUBBUCK, 2018. P. 210

A frase acima ilustra a essência desta ferramenta, segundo a Técnica Chubbuck. O propósito do Monólogo Interior é evitar que o ator fique vazio em cena, algo que pode acontecer em cenas mudas, por exemplo. Ter um monólogo interno passando na cabeça enquanto a cena está acontecendo possibilita que a concentração do ator se mantenha na cena e em seus objetivos.

Apesar de estranhar inicialmente o uso do termo paranoia, ao longo da leitura percebi que talvez esta seja a palavra na língua portuguesa que mais se aproxime do sentido que a autora deseja transmitir em sua língua materna. Arrisco dizer que as paranoias podem ser equiparadas às consequências do sentimento de insegurança. Por exemplo: é comum que ao estarmos inseguros tenhamos um grande fluxo de pensamentos acerca da causa da insegurança. Esse fluxo de pensamentos pode fazer com que pensemos duas vezes antes de agir ou falar, pode acabar nos paralisando e deixando a mente em branco, pode fazer com que as mãos suem... As respostas do corpo são diversas e cada um reage à sua maneira. Digo, então, que as paranoias são na verdade esse fluxo de pensamentos com função de gerar um comportamento através de algo que está implícito, que no caso é o Monólogo Interior. Ou seja, mesmo que não haja texto, há comportamento; logo, a personagem estará preenchida em cena.

- Pensamentos e ideias sobre o que você dirá em seguida;
- Repensar o que já disse ou já fez, e agora parece ser louco, inapropriado, atrevido, muito cauteloso, estúpido, forçado, assustador, não assustador o suficiente etc.;
- Interpretar o que a outra pessoa está de fato dizendo e fazendo – ela está escondendo algo? Gosta de mim? Ela me odeia. Está tentando fugir de mim? Acha que sou idiota? Pensa que sou feio? Tudo o que faz questionar os sentimentos e a percepção da outra pessoa sobre você;
- Lembrar pensamentos da história passada com essa pessoa ou de uma história passada que ocorreu em circunstância semelhante;
- Sua interpretação tendenciosa e paranoica do que a outra pessoa está tentando lhe dizer (ao mesmo tempo que a outra pessoa está lhe dizendo);
- Qualquer coisa que você se censuraria se fosse dizer-la em voz alta. O diálogo que permanece na sua mente pode ser sujo, politicamente

incorreto, inadequado, maldoso, crítico, paranoico e ignorante. Afinal, você é o único que sabe o que está *realmente* pensando. (CHUBBUCK, 2018. P. 210)

5.1 Livre de julgamentos

Segundo Chubbuck, esta ferramenta deve ser tão íntima quanto estar sozinho no próprio quarto, com seus próprios pensamentos – longe de qualquer moralismo ou critério social sobre o conceito de certo ou errado. Dessa forma, é possível acessar as imperfeições da personagem e torná-la mais próxima de um ser humano real, com inseguranças, receios, crenças e desejos, que só ele mesmo sabe sobre si.

Parece óbvio que não devemos julgar a personagem, mas para mim foi importante que a autora abordasse este tema de forma direta em seu livro, porque me trouxe uma perspectiva diferente a respeito de como lidar com personagens que ferem a moral e a ética da sociedade. No caso de estupradores, psicopatas que se tornam assassinos em série, e pessoas em geral que cometem crimes contra outras, é importantíssimo que não haja um julgamento por parte do ator, porque na realidade estas pessoas não se julgam e/ou não sentem que estão erradas pois têm suas motivações e justificativas para seus atos. Podemos constatar estes fatos através de documentários – como Mindhunter, Conversando Com Um Serial Killer – e arquivos judiciais disponíveis na internet que têm exames psicológicos anexados. Eu consumo conteúdos sobre casos criminais, assassinos em série e áreas afins da psicologia, pois são temas que me despertam curiosidade. Porém, é fácil desenvolver uma opinião sobre as pessoas que cometeram delitos e classificá-las, ceifando a possibilidade de tentar entender os seus porquês. Não pretendo justificar ou amenizar infrações, mas de fato, para interpretar alguém dentro desses parâmetros, não posso julgar suas ações, não posso julgar suas escolhas... Vale lembrar que o livre arbítrio ainda está em exercício, então eu posso escolher não aceitar o papel, mas se eu aceitar devo estar aberta para que a personagem se faça presente, por mais que ela vá contra meus princípios e/ou da sociedade em geral. Isso significa que, antes de ler o texto preciso estar preparada para o que posso encontrar adiante, a fim de evitar classificar a personagem e me distanciar dela. Neste caso, considero imprescindível buscar não ler o texto com o olhar de uma terceira pessoa, ler como se houvesse familiaridade entre o ator e a personagem. Esta é também uma das pontuações que Chubbuck traz em seu livro: encontrar semelhanças entre a história da personagem e a própria história para poder identificar possíveis conexões emocionais e motivações que impulsionem o ator, para

que as cenas façam sentido para o intérprete e ganhem força interpretativa. Ou seja, o foco do ator deve estar no que levou sua personagem a ser tão cruel. É de senso comum que violências sofridas na infância podem moldar a personalidade de um adulto e fazer com que ele deseje se vingar em outras pessoas; casos como o de ex-alunos atiradores em escolas – que sofreram bullying em sua época – são referências que amparam o que estou destacando. Quando se trata de acúmulo de traumas pode ser mais fácil de se conectar com a personagem e entender melhor os seus fundamentos, mas no caso de psicopatas, que apresentam comportamento violento desde criança, pode ser mais custoso pelo fato de – muitas vezes – não ter justificativa plausível, como um trauma. Muitas vezes essa pessoa tem uma família bem estruturada, boas relações sociais, e não há um fator externo que a influenciou a se tornar perversa. Penso que neste caso, a alternativa que resta é estudar sobre o tema... Seja lendo livros de psicologia que explicam como funciona o cérebro de um psicopata, ou até mesmo assistindo documentários e entrevistas com psicopatas... E a partir daí investigar possíveis semelhanças entre si e a personagem.

Lembro de uma entrevista³ com Elisabeth Thomas, uma garotinha de 6 anos, que apresentava distúrbios emocionais e comportamentais em decorrência de abusos sofridos em seus dois primeiros anos de vida. Ela conta como tenta matar seu irmão, como tenta matar os animais que tem em casa... É bem chocante, principalmente pela naturalidade com a qual ela relata. É uma entrevista antiga – de 1989. Elisabeth fez tratamento e hoje em dia trabalha como enfermeira. Resolvi trazer este exemplo por se tratar de uma criança. Geralmente as pessoas tendem a se compadecer com crianças, já que são indefesas e inexperientes; sendo assim, é um exemplo que pode alcançar mais pessoas, por estarem dispostas a ouvir esta criança.

Em resumo, o não julgamento é crucial para conseguir representar uma personagem de forma visceral, de forma que convença o público, e aumentar as chances de entrar em sua cabeça, para então desenvolver um Monólogo Interior que seja coerente com a personalidade dela. Julgar acaba delimitando a aspectos da personalidade, a tendência é que o ator passe a representar uma interpretação própria – advinda de seu imaginário – do que seria um psicopata, um assassino em série, um criminoso etc. Invés do que seria uma pessoa real. Desta forma, é mais provável que engesse

³ https://youtu.be/onVu2qnib_k?si=qkv4mOXQXXhrWTo8

sua atuação e recorra a clichês, fazendo transparecer a falta de pesquisa, construção da personagem e até mesmo um distanciamento da mesma.

5.2 Paranoias

Com base nestas orientações se torna mais fácil a compreensão do Monólogo Interior, uma vez que é possível visualizar situações as quais já vivemos. Exemplo: um dia em que é necessário socializar no trabalho, na faculdade ou entre os amigos, porém a personagem está repleta de problemas com sua família em casa, tem contas a pagar, está se endividando e teme que alguém perceba ou a julgue porque seu cabelo não está tão arrumado, ou porque acabou de perceber que um lado da sua calça está rasgado, a pessoa pela qual ela tem interesse acabou de chegar e a viu assim; e para fechar com chave de ouro seu chefe faz questão de ser desagradável. É bastante provável que esta série de acontecimentos gere o que a autora intitula como paranoias, porque a situação é propensa para tal. Se percebermos que passamos vinte e quatro horas do dia na presença de nós mesmos, cedo ou tarde nos daremos conta de que muitas vezes nos preocupamos com questões que estão bastante evidentes aos nossos olhos, porém não tanto aos olhos externos, como por exemplo uma noite mal dormida. É provável que você esteja vendo seu cansaço mais que os outros. Muitas dessas questões passam pelo ridículo, ou pelo medo de parecer ridículo. Quanto mais comprometedores forem os pensamentos, mais probabilidade de ter um Monólogo Interior eficiente, já que compõem grande parte desta ferramenta.

As paranoias podem gerar uma sensação de serem desnecessárias justamente por remeterem ao ridículo e a julgamentos. Porém elas ajudam a criar uma personagem mais próxima de um ser humano real, então por mais bobas que pareçam não devem ser ignoradas.

Que atire a primeira pedra quem nunca se sentiu bôbo, ridículo, ou deu muita importância a algo que não era tão relevante assim – porém isso consumiu boa parte dos seus pensamentos – e, mais à frente, você deu risada de como se comportou e do quanto se importou com algo tão trivial. As paranoias servem para causar este tipo de sensação e comportamento no ator, através dos pensamentos da personagem. São coisas simples que influenciam bastante no resultado da interpretação, digamos que é o tempero. Numa receita o tempero, apesar de não tão perceptível quanto o alimento em si, é o que dá sabor à comida, logo não deve ser negligenciado. Podemos

seguir a mesma lógica quando se trata das paranoias... Aparentam ser desimportantes, mas quando utilizadas alavancam o Monólogo Interior.

5.3 O uso do “você”

Dando continuidade a mais um conceito de aplicação da ferramenta a autora orienta a usar a palavra “você” para gerar um comportamento interativo. Ela afirma que o Monólogo Interior não é dito para si mesmo, mas sim para o outro e que o uso de “você” ao invés de “ele” ou “ela” traz participação do outro ator/personagem para os seus pensamentos, enquanto pronomes na terceira pessoa criam introspeção. Exemplo:

“Por que ela está me olhando de um jeito estranho? Ela deve pensar que sou louco...”
 (Neste exemplo os pensamentos ficam envoltos em si próprios, bloqueando a interação silenciosa)

“Por que você está me olhando de um jeito estranho? Você deve pensar que sou louco...”

(Neste exemplo, ao usar a palavra “você” é possível trazer o outro para a sua paranoia e estimular a interação silenciosa)

Esta palavra tem o poder de projetar os pensamentos na outra pessoa, é possível enxergar tal projeção através dos olhos do intérprete.

Chubbuck revela que do mesmo modo que usamos o diálogo falado para gerar uma resposta da outra pessoa, o Monólogo Interior deve ser usado para gerar uma reação. Como já sabemos, não há certezas quanto às reações do outro, portanto estas orientações se aplicam ao estudo e prática da ferramenta perante o ator que está fazendo uso.

Seu monólogo interior deve ser escrito de acordo com a maneira que sua mente realmente pensa. Isso significa que, mesmo que você seja um universitário da Rhodes, seus pensamentos são simples, diretos, nada refinados e rudimentares. Às vezes nosso diálogo interior é tão simplista que pode parecer semelhante ao infantil. A maioria das nossas intelectualizações e racionalizações acontecem quando estamos falando em voz alta. (CHUBBUCK, 2018. p. 212)

Como mencionado anteriormente, esta ferramenta deve ser tão íntima quanto estar sozinho no próprio quarto. O trecho acima retrata seu princípio. É importante entender que quanto mais vulnerável e suscetível mais material de trabalho é captado. Para

encontrar as vulnerabilidades da personagem, o ator deve saber fazer isso consigo. Analisar a si mesmo: o que lhe estimula, o que lhe faz rir, ficar irritado, seus pensamentos não revelados, seus incômodos. Tudo isso já foi evidenciado por Constantin Stanislavski em **A Preparação do Ator** quando relata, através da relação aluno-professor, a experiência diária do intérprete e retrata os desafios enfrentados na busca por uma satisfação pessoal referente a seu desempenho. As aulas excedem a classe e o leitor passa a acompanhar o aluno em evidência no caminho de volta para a casa, em momentos sozinho em seu quarto realizando estudo pessoal etc. Esta pesquisa pessoal ganha importância ao considerarmos que conhecer a si mesmo possibilita ao ator um caminho para encontrar padrões, gostos, manias, aspectos culturais. Ao fazer essa observação ativa de si mesmo, rechear a personagem se tornará mais fácil, pois este caminho cria formas de descobrir quais são estes aspectos na personagem.

A fim de tornar palpável o conceito da ferramenta em questão tomemos como exemplo a seguinte situação: você acabou de concluir a universidade e está entrando no mercado de trabalho, não consegue emprego na sua área, mas precisa urgentemente de um trabalho para tratar a doença de pele do seu cachorro. Provavelmente você irá aceitar o primeiro cargo que lhe oferecerem, até que consiga reduzir as contas e investir na sua profissão de fato. Aceitar um emprego que não condiz com você implicará em conviver com situações e até pessoas desagradáveis. Tudo isso irá lhe desgastar bastante, mas você não poderá dizer o que pensa. Se seu chefe ordenar que você estenda 2 horas de trabalho, você não poderá insultá-lo em voz alta pois não estará sozinho, porém na sua mente sim. Você pode olhar para seu chefe e dizer tudo o que gostaria. O Monólogo Interior segue este princípio de ter liberdade para pensar, ou dizer em silêncio, tudo aquilo que é proibido.

Tive dificuldade de colocar em prática o uso do **você** nas vezes em que treinei o Monólogo Interior, a tendência dos meus pensamentos era na terceira pessoa. Ainda sinto uma pequena dificuldade, preciso ficar me lembrando de direcionar o pensamento. Percebi que o uso desta ferramenta me ajudou a manter a concentração na cena. No começo me senti forçada, já que estava conscientemente formulando frases. Mas nos ensaios posteriores notei que ao direcionar o monólogo para a pessoa através do **você** eu consegui reparar detalhes que não havia reparado antes. Estava acostumada a formular o monólogo interno do ponto de vista apenas da minha

personagem... Eu anotava o que ela poderia estar pensando em cada cena, na hora do ensaio lembrava os temas e começava a inventar frases para ter um subtexto e não ficar vazia em cena. Conseguia me manter na cena, mas ficava completamente distanciada das outras personagens porque estava imersa nos meus pensamentos. Quando passei a seguir as orientações desta técnica senti que tive mais troca com os outros atores e me senti mais presente na cena. Notei que, ao fazer uso da metodologia desta ferramenta, a minha conexão com os outros atores em cena se expandiu, pois a palavra projeta os pensamentos para o outro. É quase como o jogo ZIP ZAP⁴ que fazemos nas aulas de jogos teatrais para passar energia, a diferença é que não digo o texto em voz alta.

5.4 Quando não há texto falado

Partindo do pressuposto de que dentro das nossas cabeças podemos qualquer coisa, ao se deparar com uma cena na qual sua personagem é ouvinte, o Monólogo Interior deve estar afiado. Chubbuck alerta que não deve ser decorado, mas sim definido o assunto. Sobre o que sua personagem está pensando enquanto alguém está há 10 minutos falando sem parar? É imprescindível lembrar que o Monólogo Interior interage com a pessoa com quem se está contracenando e fazer uso do **você**. Mesmo em cenas mudas, o Monólogo Interior deve ter conexão com o outro ator. Por que sua personagem passa tanto tempo só ouvindo? Será que ela tem medo de falar e parecer boba? Ela se acha desinteressante? As possibilidades são múltiplas, devem ser definidas de acordo com o contexto da estória e com a sua construção de personagem.

Outra orientação que me ajudou a me manter mais conectada numa cena ausente de texto foi a de que o que se passa na cabeça jamais seria dito em voz alta. Esta parte da ferramenta ganhou projeção com o uso do **você**, porque a sensação causada é de que estou realmente falando o que gostaria de falar para a pessoa, e isso gera mais ímpeto, se comparado à forma que eu costumava treinar. A liberdade de poder falar o que quiser expande as categorias de atuação. É comum ouvir que os artistas são espíritos livres, que podemos não ter limite porque a arte liberta... Eu passei a

⁴ Jogo teatral que serve para criar energia e cumplicidade no grupo. Os atores fazem um grande círculo, o mediador escolhe alguém que começará o jogo. Esta pessoa deve olhar nos olhos de outra, bater uma palma e lançar uma das mãos em direção à pessoa a qual está olhando, enquanto fala ZIP ou ZAP. Importante: você lançará a mão falando ZIP para quem estiver à sua direita ou esquerda imediata, a partir das pessoas que estiverem após quem está ao seu lado, deve-se lançar falando ZAP.

concordar parcialmente com esses tipos de comentários depois de treinar o monólogo interior. A liberdade está sempre na mira de algo ou alguém... Seja uma figura de autoridade, uma doutrina, uma lei... E já que temos “passe livre” para contar histórias, podemos experimentar a liberdade sem nos preocuparmos com quem nos espreita. Coloquei o passe livre entre aspas porque ainda sofremos censuras, a diferença é que elas vêm camufladas, envoltas em panos de falsas gentilezas e afins. Toquei nesta tecla porque ao experimentar esta aplicação da ferramenta, entendi que quanto mais intimista e comprometedor era o meu monólogo interno, mais eu conseguia me conectar com a personagem, como se fôssemos cúmplices. Pois ninguém além de nós duas seria capaz de saber sobre o que estávamos pensando e falando diretamente para a outra personagem, ainda que em frases internas. A possibilidade de não medir palavras para expressar o que pensa e não ter que lidar com as consequências dessa expressão, pois a pessoa não irá saber, torna a personagem mais confiante, pois não há o que perder. Experimentei essa sensação. Acredito que a impunidade tem a capacidade de gerar sentimentos de poder em quem a experimenta.

A relação ator-personagem é quase uma relação parasita-hospedeiro, partindo do ponto de vista do qual a personagem se hospeda no corpo do ator e o faz agir, falar, pensar e se relacionar com os outros a partir de sua própria experiência e visão de mundo, fazendo com que o ator perca sua identidade e viva sob a ótica da personagem. Talvez esse seja o único parasitismo positivo que existe!

5.5 Revisando

Neste capítulo discutimos os seguintes aspectos:

1. O Monólogo Interior gera comportamento;
2. Julgar a personagem não é a melhor escolha, pois pode resultar num distanciamento entre ela e o intérprete;
3. As Paranoias são uma forma de humanizar a personagem, podem parecer simplistas e bobas, mas não devem ser ignoradas pois temperam a personalidade da personagem;
4. Usar a palavra “você” invés de “ela” ou “ele” cria conexão entre as personagens e possibilita que sua interpretação faça um movimento externo invés de interno;
5. O Monólogo Interior deve conter pensamentos que podem comprometer a personagem, se ditos em voz alta;

6. Seguir estas recomendações aumentam as chances de se manter presente na cena e evitar ficar vazio quando não há texto falado;

Em linhas gerais, estas são as principais orientações para realizar a aplicação do Monólogo Interior segundo a Técnica Chubbuck.

6 STANISLAVSKI E A TÉCNICA CHUBBUCK

Stanislavski é, a meu ver, a figura mais importante que temos se tratando de interpretação realista. Revolucionou completamente a forma do fazer artístico teatral e do conceito sobre o que é ser ator e qual seu papel na sociedade. Nascido em 17 de Janeiro de 1863, na Rússia, se desenvolveu como ator, escritor, diretor e também pedagogo. Sua visão inovadora o levou a fundar o Teatro de Arte de Moscou, junto a Vladimir Danchenko. Apesar de ser a principal referência no realismo, não se ateve a ele. Também transitou pela música e pela literatura.

No Brasil, é popular a trilogia: **A Preparação do Ator**, A Criação de Um Papel e A Construção da Personagem como principais escritos de Constantin Stanislavski sobre o ofício do ator. No primeiro título, temos acesso a um conteúdo de teor introdutório para que o ator possa, como o nome denuncia, se preparar para o contato com a personagem. Nos títulos seguintes conseguimos acessar materiais que direcionam os ensinamentos para a prática com mais presença, apesar de não chegar a se tornar um guia prático. A linguagem se mantém através de relatos. Sendo assim, a trilogia apresentada por Stanislavski nos direciona para uma compreensão do propósito do ator. Além dos ensinamentos sobre a execução do ofício, Stanislavski apresenta conceitos importantes para enfatizar o compromisso do ator com sua profissão e evitar que haja deslumbramentos ou interpretações equivocadas sobre qual é o papel do ator na sociedade e qual a responsabilidade do intérprete para com este ofício.

Por ser derivado dos ensinamentos de Stanislavski, o conteúdo da Técnica Chubbuck não se distancia muito do encontrado nos três livros mencionados. Diria que é até mais restrito, uma vez que Stanislavski aborda o trabalho do ator de forma ampla e composta: plasticidade da fala, expressão corporal, tempo ritmo, comportamento durante a cena, comportamento fora da cena, processo criativo e lapidação da personagem etc. Chubbuck recorta o trabalho do ator para a parte prática da criação. Ou seja, antes de fazer uso da técnica é imprescindível ter material sobre a obra e a personagem. Dessa forma, considero a Técnica Chubbuck como um conteúdo adicional para pôr em prática os adquiridos com Stanislavski. Não significa que os ensinamentos de Stanislavski por si só não são possíveis de praticar, são conteúdos independentes e que têm abordagens diferentes. A Técnica pode ser utilizada de forma a facilitar o acesso prático do conteúdo. Estando preparado e munido dos

aspectos criativos, e do que construiu sob a obra representada, no momento de ensaiar a pesquisa é a principal fonte de embasamento para a aplicação da Técnica.

Acredito que a Técnica Chubbuck tem a capacidade de fazer com que o intérprete chegue a um resultado satisfatório, convincente, mesmo que não tenha feito o recheio da personagem, já que sua linguagem é prática e objetiva. Porém, é possível notar a falta desse recheio. A divergência entre um ator que trabalhou seus aspectos internos e se utiliza da técnica para potencializá-los e um ator que apenas aplicou a técnica é bastante perceptível. Não tenho o intuito de definir o que é certo ou errado, melhor ou pior, pois acredito que cada um saiba o que é melhor para si, e que lhe dá satisfação profissional. Porém penso que o trabalho artístico passa sim pela criatividade e sensibilidade no olhar sob uma obra, e não apenas pela prática. Como as plataformas de streaming têm crescido, a parte artística do trabalho do ator pode acabar ficando em segundo plano, por conta do ritmo frenético de produções e da necessidade de entregar resultados em pouquíssimo tempo.

Defino como lado artístico aquele no qual o ator pesquisa. Entender a época da personagem, estudar como a sociedade era, como se vestia, como se comunicava, qual era o tipo de entretenimento e diversão etc. Para mim é parte crucial para desenvolver um ótimo trabalho, repleto de sensibilidade, de contexto... É o tal do recheio. São informações que encontramos também em **O Poder do Ator**. Com a Técnica Chubbuck, que – vale enfatizar – ganhou espaço principalmente com o crescimento das produções audiovisuais, o lado artístico é importante, porém não imprescindível, na minha interpretação. Enxergo desta forma justamente por saber que se trata de um guia prático. As instruções contidas no livro são independentes do trabalho artístico, segundo o meu ponto de vista. Chubbuck também fala sobre pesquisa, sobre recheiar a personagem, mas também é possível utilizar a técnica sem ter recheado bem a personagem. Por exemplo, no caso do Objetivo de Cena e do Monólogo Interior, as informações necessárias são onde a personagem pretende chegar e o que ela pensa a respeito da situação/pessoa com quem está. Um bom ator pode realizar o trabalho artístico e tornar esta personagem mais vívida e inspiradora, mas pode também apenas saber onde a personagem pretende chegar e interpretá-la do seu ponto de vista. É uma ideia desenvolvida a fim de apresentar um resultado eficiente no tempo da indústria audiovisual, que muitas vezes pode convocar o ator para um teste no dia seguinte. Não dará tempo de recheiar a personagem, então é

preciso desenvolver o necessário para realizar o teste. Ou seja, é possível utilizar a técnica das duas maneiras. Por este motivo, penso que um conteúdo soma ao outro – ainda que sejam independentes.

Lendo a trilogia escrita por Stanislavski temos acesso a um conteúdo rico em detalhes e em princípios que permeiam desde o primeiro contato com o texto até a lapidação da personagem que acontece ao longo dos ensaios e das apresentações. O autor nos apresenta aspectos importantes para a disciplina do ator, que influenciarão na qualidade de seu trabalho. Para isso retrata a relevância de estimular a imaginação invés de forçá-la, e de fiscalizar a construção, mesmo quando estiver sozinho em seu quarto – sem um ambiente projetado para a prática.

Um bom livro de suporte prático que segue os princípios Stanislavskianos é o **Técnica da Representação Teatral**, de Stella Adler. Nele é possível encontrar conceitos da autora sobre o trabalho e metas do ator, e sobre o impulso de representar. Sua introdução teórica é rápida e objetiva, os capítulos seguintes apresentam exercícios muito interessantes e possíveis de serem realizados no dia a dia, em qualquer lugar, que passam pela imaginação, pelo estímulo físico, formas de falar etc.

Abaixo dois exemplos de exercícios de imaginação retirados do livro, para facilitar a compreensão:

EXERCÍCIO 17

Descreva uma rosa.

Se você diz “Eu vi uma rosa”, e fala com seu parceiro sobre ela, deve esperar que ele *veja* a sua rosa.

Se eu falo sobre uma rosa, a imagem da rosa é bem específica. “Eu vi uma rosa. É vermelha e amarela e tem um longo talo verde com espinhos.”

Agora a rosa não é apenas um fato. Requer uma certa energia fazer o seu parceiro ver o que você vê. Não basta que só você veja. Faz parte de sua técnica transmitir essas imagens ao seu parceiro.

EXERCÍCIO 18

Ver rapidamente.

Certos exercícios possibilitam ao ator fortalecer sua capacidade de olhar. Um deles, muito conhecido, é sobre concentração. Vá à seção de verduras num supermercado.

1. Veja tudo que puder em dez segundos.
2. Anote num papel o que você viu.

Olhe para seu parceiro.

1. Veja tanto quanto puder em cinco segundos.
2. Vire o rosto.
3. Anote o que ele está vestindo.

Olhe ao redor da sala.

1. Conte até cinco, olhe para longe.
2. Cite dez objetos que você observou. (ADLER, 2021, p. 45)

Considero o livro de Stella Adler como uma ótima continuidade de estudo para os livros de Stanislavski, pois sintetiza bem os aprendizados e os direciona para a prática com mais de 50 propostas de exercício. Em comparação com o livro de Chubbuck, a meu ver, é a melhor opção para quem deseja uma prática fiel à metodologia de Stanislavski, pois parte dos mesmos princípios e a autora não realizou grandes alterações na metodologia. Poderia ser um livro escrito por Stanislavski, por estar de acordo com boa parte das colocações que encontramos em seus livros.

Fazendo leitura de Stanislavski, seguido de Adler, é bastante provável que o ator construa uma base sólida para fazer uso da Técnica Chubbuck. O interessante desses três autores é que discorrem sobre o mesmo assunto, porém são três abordagens diferentes. A prática de Adler é diferente da de Chubbuck, que difere da metodologia evidenciada por Stanislavski, mas no fim das contas estão todas relacionadas; penso que juntas formam um ótimo time!

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Como evidenciado no início desta pesquisa, a técnica possui doze ferramentas, mas escolhi apenas duas para comentar. Estas foram as que mais pude extrair resultados durante o meu estudo prático. Percebi que é importante seguir as orientações dadas pela autora porque farão diferença no final. Desdenhei do livro na primeira leitura ao pensar “Stanislavski já falou tudo isso, ela só fez mudar as palavras”. Essa pode ser a primeira impressão causada, mas os mínimos detalhes fazem diferença. Não há grandes mudanças na pesquisa de Chubbuck em comparação à de Stanislavski. Creio que a maior diferença está na orientação para aplicação. Stanislavski não nos deixou uma técnica, mas sim um método, ele nos apresentou um olhar inovador sobre o que é o trabalho do ator e qual sua função social, partilhando experiências, ideias e fundamentos acerca. Chubbuck se baseou nestas escrituras, observou as suas necessidades, as dos atores ao seu redor e fundamentou uma técnica. Para mim, são leituras complementares. Noto em **A Preparação do Ator** uma abordagem artística, em **O Poder do Ator** noto uma abordagem comercial. Acredito que ambas são necessárias para quem deseja fazer da atuação sua principal fonte de renda. Uma não deve sobrepor a outra.

Apesar de relativamente recente, acredito que a Técnica Chubbuck veio para ficar. Como atriz, devo me desafiar e buscar aprimorar, atualizar meus estudos. Tudo é cíclico, não posso fugir disto. Me alegro em poder dividir parte do meu aprendizado adquirido com o livro **O Poder do Ator**. Pude, através dele, praticar o conhecimento que acumulei em mim nos últimos cinco anos. A trajetória de cada ator é bastante singular, outro pode ler a técnica e não se dar bem com ela ou constatar que é mais do mesmo. Independentemente do resultado, buscar conhecimento não é demais. O importante é alcançar satisfação com o próprio trabalho. Quando digo satisfação não me refiro a acomodação... Por trabalhar com a resposta imediata do público, do diretor ou do colega de cena, penso que ficar satisfeita com o próprio desempenho não só me livra de cair em buracos emocionais como me eleva enquanto profissional. A satisfação, a meu ver, se dará quando perceber que estou de corpo aberto para que a personagem habite, longe dos meus próprios conceitos, dos próprios julgamentos, trejeitos. Leva tempo e exige trabalho diário, não é nada fácil ou simples. Tive a primeira satisfação com o meu trabalho quatro anos após iniciar os estudos, não porque meu corpo está completamente aberto, mas porque está se abrindo. A cada

novo trabalho me vejo mais entregue à personagem e mais solta de mim mesma; às vezes me perco no meio do caminho, mas logo faço o favor de me colocar no eixo novamente.

Finalizo este Trabalho frisando que apresentei **recortes** dos livros e autores evidenciados, recomendando a leitura das obras originais para obtenção dos conteúdos em sua completude. Muito do que escrevi aqui carrega meu ponto de vista e minhas interpretações. Apesar de estudar cada teórico e, no caso da Técnica Chubbuck, adquirir um curso especializado, a forma como cada pessoa se relaciona com os argumentos é única e deve ser levada em consideração, pois fará diferença durante a prática da atuação.

Estou grata a quem despendeu tempo para realizar a leitura desta monografia.

REFERÊNCIAS

ADLER, Stella. **Técnica da Representação Teatral**, 13^a Ed. - Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2021

CHUBBUCK, Ivana. **O Poder do Ator**, 1^a Ed. - Rio de Janeiro: Civilização Brasileira. 2018

GUSKIN, Harold. **Como Parar de Atuar**, 1^a Ed. – 3^a reimpressão – São Paulo: Editora Perspectiva, 2019

STANISLAVSKI, Constantin. **A Construção da Personagem**, 28^a Ed. - Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2018

STANISLAVSKI, Constantin. **A Criação de Um Papel**, 24^a Ed. - Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2018

STANISLAVSKI, Constantin. **A Preparação do Ator**, 37^a Ed. - Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2018