



Ispá

Instituto Universitário
de Ciências Psicológicas,
Sociais e da Vida

Dissertação de Mestrado

**Teatro Playback, Resiliência e Empoderamento: Uma Análise Focada na
Comunidade LGBTQIA+**

Orientador de Mestrado: Prof. Doutor António José Gonzalez

Professor de Seminário de Mestrado: Prof. Doutor António José Gonzalez

Discente: Margarida Maria da Costa e Silva Martins - 28226

Dissertação submetida como requisito parcial para a obtenção do grau de:

MESTRE EM PSICOLOGIA

Especialidade em Psicologia Clínica.

2025



Ispa

Instituto Universitário
de Ciências Psicológicas,
Sociais e da Vida

**Dissertação de Mestrado realizada
sob a orientação de Prof. Doutor
António Gonzalez, apresentada no
Ispa – Instituto Universitário para
obtenção de grau de Mestre na
especialidade de Psicologia Clínica**

Agradecimentos

Esta dissertação é o culminar de uma jornada na qual não estive sozinha. Por isso, agradeço:

À minha mãe, sem a qual nada disto teria sido possível.

Ao Marcos, pelo incentivo, pela paciência e por acompanhar de perto cada etapa deste trabalho.

Ao Prof. Doutor António José Gonzalez, pela orientação rigorosa e pela disponibilidade constante ao longo de todo o processo.

À Tatiana, pelo apoio e pela presença nos momentos mais exigentes.

À Patrícia, à Marisa, ao Leandro, e a todos os colegas e amigos que me incentivaram, acompanharam neste percurso e que não me deixaram desistir, mesmo quando tive vontade.

“O teatro é um espelho no qual podemos
olhar e ver nossos próprios rostos.”

Augusto Boal, Jogos para atores e não-
atores (2002)

“Beloved community is formed not by
the eradication of difference but by its
affirmation.”

bell hooks, Teaching Community: A
Pedagogy of Hope (2003)

Resumo

O Teatro Playback (TP) é uma prática teatral participativa que possibilita a partilha e ressignificação de histórias pessoais, promovendo a empatia, o apoio mútuo e o fortalecimento das identidades. Esta dissertação explora o impacto do TP na promoção da resiliência e do empoderamento em pessoas da comunidade LGBTQIA+, no contexto do projeto *Dar Palco à Diferença*. O estudo, de natureza qualitativa, recorreu a entrevistas semiestruturadas a seis performers LGBTQIA+ que integraram grupos de TP formados no âmbito deste projeto. A análise temática reflexiva, inspirada em Braun e Clarke (2006), revelou que o TP constitui um espaço seguro e afirmativo, potenciador da autoestima, da construção de redes de apoio e da validação identitária. Os resultados evidenciam que a prática continuada do TP contribui para mitigar os efeitos do stress de minorias, promover estratégias de coping positivas e reforçar o sentimento de pertença comunitária. O estudo sublinha ainda a importância de garantir a continuidade das intervenções e de integrá-las em programas estruturados de promoção da saúde mental e dos direitos humanos, particularmente em contextos sociopolíticos adversos. O TP emerge assim como uma ferramenta relevante na intervenção psicossocial junto da comunidade LGBTQIA+.

Palavras-chave: Teatro Playback, resiliência, empoderamento, stress de minorias, comunidade LGBTQIA+.

Abstract

Playback Theatre (PT) is a participatory theatrical practice that enables the sharing and reframing of personal stories, fostering empathy, mutual support, and the strengthening of identities. This dissertation explores the impact of PT in promoting resilience and empowerment among LGBTQIA+ individuals, within the context of the *Dar Palco à Diferença* project. This qualitative study involved semi-structured interviews with six LGBTQIA+ performers who were part of PT groups formed during this initiative. Thematic analysis, based on Braun and Clarke's (2006) reflective approach, revealed that PT provides a safe and affirmative space that enhances self-esteem, fosters supportive networks, and validates identities. The findings highlight that continued participation in PT helps to mitigate the effects of minority stress, promotes positive coping strategies, and reinforces a sense of community belonging. The study also emphasizes the need for sustained interventions integrated into structured programs for mental health promotion and human rights advocacy, particularly in challenging sociopolitical contexts. PT thus emerges as a valuable tool for psychosocial intervention within the LGBTQIA+ community.

Keywords: Playback Theatre, resilience, empowerment, minority stress, LGBTQIA+ community.

Índice	
Lista de abreviaturas.....	9
Introdução	10
Projeto "Dar Palco à Diferença"	11
Revisão de Literatura.....	13
Direitos Humanos na Comunidade LGBTQIA+	13
O Teatro Playback como Ferramenta Terapêutica e Social.....	15
Resiliência e Estratégias de Enfrentamento no Contexto LGBTQIA+	17
Componentes do Stress de Minorias	18
A Resiliência como estratégia de superação	19
O Papel do Teatro Playback como Intervenção Afirmativa	20
Empoderamento	20
Impactos expectáveis da população num grupo de teatro Playback	21
Método	21
Participantes.....	22
Procedimentos	23
Recrutamento e Consentimento Informado.....	23
Recolha de Dados.....	24
Análise de Dados.....	24
Considerações Éticas	24
Resultados.....	25
Tema 1: Empoderamento e Resiliência.....	27
1.1 Reforço da autoestima e autoconfiança	27
1.2 Improvisação e criatividade como competências para a vida	27
1.3 Exploração emocional e corporal.....	27
Tema 2: Pertença e Identidade	28
2.1 Validação da identidade através do grupo	29

2.2 Diversidade geracional como desafio e enriquecimento	29
Tema 3: Segurança e Espaço de Partilha	30
3.1 Espaço seguro e não julgador	30
3.2 Validação emocional e escuta ativa	31
3.3 Rede de apoio entre membros do grupo	31
3.4 Limites de segurança percebida, conflitos e tensões internas.....	31
Tema 4: Transformação Social e Justiça	32
4.1 Visibilidade de histórias	33
4.3 Crítica à falta de continuidade nas intervenções	33
4.4 Dificuldades logísticas e emocionais nas campanhas	34
Discussão de resultados	35
Teatro Playback como Espaço de Validação e Resiliência	38
Stress de Minorias e Importância de Espaços Afirmativos	38
Relação entre Fatores de Stress de Minorias e o Impacto do Teatro Playback	39
Quadro 2 – Correspondência entre as categorias do modelo de Meyer (2003), as evidências emergentes das entrevistas e excertos representativos dos participantes.....	40
Impacto do Teatro Playback no Empoderamento Individual e Coletivo	42
Impacto e Desafios das Campanhas Escolares.....	42
Reflexões finais.....	44
Impacto do TP no Empoderamento Individual e Coletivo	44
Limitações do Teatro Playback como Intervenção Afirmativa	45
Influência do Contexto Político e Social	46
A Urgência da Psicologia Afirmativa e do Apoio às Minorias num Contexto Sociopolítico em Transformação	46
Referências	49
Anexos.....	53

Anexo1	53
Guião Playback LGBTQIA+	53
Anexo2	54
Consentimento informado	54
Anexo 3	56
Entrevista 1	56
Entrevista 2	67
Entrevista 4	95
Entrevista 5	108
Entrevista 6	117

Lista de abreviaturas

TP - Teatro Playback

PT- Playback Theatre (termo usado no abstract em inglês)

TPP - Teatro Playback Psicoterapêutico

LGBTQIA+ -Lésbicas, Gays, Bissexuais, Transgênero, Queer/Questioning, Intersexo, Assexuais e outras identidades não normativas

ISPA - Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida

ONG - Organização Não Governamental

Introdução

O Teatro Playback é uma expressão teatral performativa, participativa e colaborativa que permite que os participantes compartilhem as suas histórias pessoais, que são encenadas, de forma improvisada, por um grupo de performers (conhecidos na área como playbackers, termo que passaremos a usar). Esta abordagem promove a valorização das narrativas individuais, criando um espaço seguro e de apoio mútuo que fomenta a resiliência e o empoderamento, aspetos fundamentais para o desenvolvimento pessoal e comunitário em populações vulneráveis (como a comunidade LGBTQIA+) (Lima et al., 2023). Estudos como os de Salas (2005) e Fox (1999) destacam que o Teatro Playback cria espaços seguros para a exploração emocional e transformação social, permitindo que os participantes reconsiderem as suas experiências de forma criativa e significativa.

Criado em 1970 por Jonathan Fox e Jo Salas, o Teatro Playback utiliza relatos autobiográficos, narrados por elementos do público, como base para representações improvisadas. As sessões são compostas por quatro elementos essenciais: o público, o narrador (pessoa que partilha a sua história), os performers/músicos e o condutor, que organiza a dinâmica e o ritmo da sessão.

Inspirado pelo psicodrama e pelo Teatro do Oprimido de Augusto Boal, o Teatro Playback é uma abordagem que combina o poder das narrativas com a improvisação teatral e a ação, criando um espaço de exploração pessoal e comunitário (Lima et al., 2023).

Esta prática tem demonstrado benefícios terapêuticos significativos, como a redução de sintomas de ansiedade e stress pós-traumático, o aumento da empatia em contextos escolares e a transformação emocional e social em populações como idosos e pessoas com transtornos mentais graves (Keisari et al., 2020; Gonzalez et al., 2022). No contexto terapêutico, o Teatro Playback Psicoterapêutico (TPP) surge como uma extensão

do modelo tradicional, integrando princípios do trabalho de grupo e metodologias baseadas na improvisação para promover mudanças comportamentais e emocionais profundas (Lima et al., 2023).

Segundo Masten (2014), a resiliência desenvolve-se em ambientes que valorizam e apoiam as vivências individuais, enquanto Pendzik (2006) salienta que o papel das práticas expressivas incrementa o bem-estar emocional e social. Desta forma, o Teatro Playback, pelas suas características, surge como uma ferramenta potencialmente poderosa na promoção da resiliência e empoderamento, ao permitir que os participantes ressignifiquem as suas experiências através da expressão artística e do reconhecimento mútuo.

O principal objetivo desta dissertação é explorar o Teatro Playback como uma ferramenta de intervenção social, com foco na sua capacidade de promover a resiliência e o empoderamento na comunidade LGBTQIA+. Em particular, pretende-se analisar o impacto do projeto "Dar Palco à Diferença" (uma iniciativa desenvolvida em Lisboa que utilizou o Teatro Playback para criar espaços seguros de partilha e expressão, promovendo a inclusão e o reconhecimento da diversidade) nos performers/participantes nesse projeto. Focando-nos na experiência destes participantes, analisaremos o impacto desta prática na sua resiliência e empoderamento enquanto membros da comunidade LGBTQIA+.

Projeto "Dar Palco à Diferença"

O projeto Dar Palco à Diferença foi desenvolvido em Lisboa no âmbito do Programa Cidadãos Ativ@s, promovido pelo ISPA e financiado pela Fundação Calouste Gulbenkian. Com uma duração de 20 meses, a iniciativa utilizou o Teatro Playback (TP) como ferramenta de promoção dos Direitos Humanos, visando a inclusão social e a sensibilização para temas como xenofobia, racismo, homofobia e desigualdade de género.

Primeira fase: Incubação e Preparação

No início do projeto, foram criados três grupos de Teatro Playback, constituídos por participantes com ligação a ONGs e associações que trabalham na defesa dos Direitos Humanos. Estes grupos receberam formação intensiva numa fase específica do projeto, orientada por especialistas, com o objetivo de os capacitar para realizar performances teatrais centradas em temas como discriminação, exclusão e diversidade.

Os ensaios e a formação visaram garantir que as apresentações fossem eficazes na comunicação com o público-alvo. O projeto contou com a parceria da Associação Improvisar Infinito, da Escola Ibérica de Teatro Playback e do Skandinavisk Playbackteater Studio.

Segunda fase: Campanhas de Sensibilização nas Escolas

Após a preparação inicial, os grupos de Teatro Playback realizaram campanhas de sensibilização em escolas da Área Metropolitana de Lisboa, dirigidas a jovens até aos 30 anos. O TP foi utilizado para valorizar a diversidade humana, promover a tolerância e prevenir a violação dos Direitos Humanos.

As campanhas de sensibilização nas escolas, no âmbito do projeto *Dar Palco à Diferença*, decorreram em três momentos distintos: pré-campanha, performance de Teatro Playback e pós-campanha, conforme descrito no trabalho de Romero (2024).

Na pré-campanha, foi feita uma apresentação do projeto aos alunos e aplicado um questionário que avaliava as suas atitudes relativamente aos Direitos Humanos. Esta fase teve como objetivo preparar os participantes para as temáticas a abordar ao longo da intervenção.

Seguiram-se as performances de Teatro Playback, dinamizadas por três companhias parceiras do projeto: a ILGA Portugal, o Clube Safo e a companhia Ultimacto (grupo de teatro da Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa). Cada sessão

envolveu duas turmas e teve como base a partilha de histórias reais, por parte dos alunos, que foram encenadas de forma improvisada pelos grupos de TP. Estas performances abordaram temas como a discriminação com base na orientação sexual, identidade de género, racismo e xenofobia.

Por fim, a pós-campanha consistiu na reaplicação do questionário inicial, com o objetivo de avaliar eventuais mudanças nas atitudes dos participantes após a intervenção. Este momento incluiu também um espaço de reflexão sobre os conteúdos das performances e os temas abordados.

A intervenção foi avaliada quantitativamente na dissertação de mestrado de Romero (2024) através da aplicação de pré-testes e pós-testes, de forma a medir possíveis mudanças nas atitudes dos participantes em relação aos Direitos Humanos. No presente trabalho, optaremos por uma abordagem qualitativa, que adiante será descrita. O foco será a experiência das pessoas, pertencentes à comunidade LGBTQIA+, que fizeram parte dos grupos de Teatro Playback incubados no decorrer do projeto Dar Palco à Diferença.

Revisão de Literatura

Direitos Humanos na Comunidade LGBTQIA+

Em Portugal, o reconhecimento da cidadania sexual tem sido um processo longo e marcado por diversos entraves de ordem política e social. Os movimentos ativistas têm desempenhado um papel central nesse percurso, pressionando por mudanças legislativas e pela visibilidade das identidades não normativas. Apesar dos avanços alcançados, continuam a verificar-se formas persistentes de exclusão, nomeadamente no que diz respeito à marginalização de pessoas trans e à violência homofóbica ainda muito presente na sociedade portuguesa.

No contexto europeu, a União Europeia tem tido um papel importante na promoção da igualdade de direitos para as pessoas LGBTQIA+. O Tratado de Amesterdão (1997) atribuiu à UE a competência para adotar medidas contra a discriminação baseada na orientação sexual, e a Carta dos Direitos Fundamentais da União Europeia (2000) reforçou essa proteção ao proibir expressamente a discriminação com base na orientação sexual e na identidade de género. A Diretiva Europeia da Igualdade no Emprego veio igualmente exigir a implementação de medidas contra a discriminação nos contextos laborais (Santos, 2005).

Em Portugal, os movimentos sociais têm vindo a reivindicar a incorporação efetiva destes princípios europeus na legislação nacional. A realização da primeira Marcha do Orgulho em 2000 e a criação de espaços de debate e ativismo demonstram a persistência destas lutas, sustentadas pela força coletiva de uma comunidade que recusa a invisibilidade e reivindica o seu lugar na sociedade. A reivindicação de direitos LGBTQIA+ implica não só o combate à homofobia e transfobia, mas também outras formas de exclusão interligadas, como o racismo, o sexismo e a desigualdade socioeconómica. Segundo Santos (2005), a internacionalização dos movimentos LGBTQIA+ tem sido fundamental para fortalecer redes de solidariedade, gerar visibilidade e impulsionar mudanças estruturais.

Contudo, o reconhecimento legal não garante, por si só, a aceitação social ou o acesso equitativo a oportunidades. A discriminação, a exclusão e a violência continuam a afetar profundamente o bem-estar psicológico e social da população LGBTQIA+, como aponta Meyer (2003). Torna-se, por isso, essencial desenvolver estratégias complementares que promovam o empoderamento, a identidade e o suporte emocional de pessoas LGBTQIA+.

É neste sentido que abordagens expressivas e comunitárias têm vindo a ganhar relevância, ao proporcionarem espaços seguros de partilha, validação e reconstrução das narrativas pessoais. O Teatro Playback destaca-se como uma dessas estratégias, ao permitir que representação simbólica e representativa de histórias, promovendo um processo de transformação pessoal e social. Mais do que uma prática artística, o Teatro Playback configura-se como uma intervenção terapêutica e comunitária, que valoriza a escuta ativa, a empatia e a coesão grupal, criando um ambiente de aceitação e reconhecimento para pessoas e grupos historicamente marginalizados.

O Teatro Playback como Ferramenta Terapêutica e Social

O Teatro Playback (TP) é uma forma de teatro de improviso que transforma experiências pessoais em representações performativas, criando um espaço seguro para exploração emocional, validação e conexão social (Salas, 2009; Fox, 2015). Essa abordagem permite que os participantes partilhem histórias das suas vidas, promovendo um ambiente de escuta ativa e empatia.

Estudos como os de Bosco et al. (2014) e Kowalsky, Raz & Keisari (2022) demonstram que o TP tem um impacto positivo em comunidades marginalizadas, fomentando o diálogo e a mudança social. Gonzalez et al. (2022) identificaram que as sessões de TP, realizadas em grupos fechados ao longo de várias semanas, proporcionam um espaço de confiança onde as histórias individuais são transformadas em experiências coletivas. Este processo fortalece a coesão grupal e o apoio mútuo, permitindo que os participantes reconheçam o potencial terapêutico do TP. Ao partilhar uma história e vê-la representada por outros, surgem novas perspetivas sobre a própria vivência. Para além disso, performers e público têm a oportunidade de se identificar com essas narrativas, o que reforça o sentimento de pertença e conexão com o grupo. Assim o TP desempenha

um papel crucial no fortalecimento da autoaceitação e na ressignificação de experiências de discriminação (Da Costa, 2023). A sua estrutura coletiva e interativa facilita a criação de redes de apoio, um fator essencial para populações em situação de vulnerabilidade social.

Além dos benefícios emocionais, as investigações demonstram melhorias psicológicas concretas associadas ao TP. Munjuluri et al. (2020) constataram uma redução de sintomas de ansiedade e stress pós-traumático em populações afetadas por eventos traumáticos. Keisari et al. (2020) destacaram que o TP fortalece a resiliência emocional em diferentes faixas etárias, evidenciando o seu papel como uma ferramenta terapêutica e de suporte emocional.

O TP também se destaca como um meio de empoderamento, conceito que envolve a capacidade de indivíduos assumirem controlo sobre as suas experiências e contexto de vida (Zimmerman, 1995). Ao transformar histórias individuais em performances teatrais, o TP valida identidades, promove a aceitação de si e reforça a perceção de autoeficácia e autonomia. Além disso, fortalece conexões comunitárias e possibilita a ressignificação de eventos traumáticos, ajudando os participantes a assumirem perspetivas mais fortalecidas sobre as suas vivências.

Assim, o Teatro Playback, para além de proporcionar um espaço terapêutico, atua como um instrumento de transformação social e fortalecimento identitário. Ao validar histórias, construir redes de apoio e ressignificar vivências, o TP revela-se uma ferramenta poderosa na promoção da resiliência, empoderamento e inclusão dentro da comunidade LGBTQIA+ e em outros grupos marginalizados.

Resiliência e Estratégias de Enfrentamento no Contexto LGBTQIA+

A resiliência é a capacidade de enfrentar adversidades de forma positiva, sendo influenciada por performers individuais e contextuais (Lira & Morais, 2018). Para a população LGBTQIA+, essa resiliência está associada à construção de uma identidade positiva, ao estabelecimento de redes de apoio social e à adoção de estratégias de enfrentamento adaptativas (Meyer, 2003).

O Teatro Playback (TP) pode ser uma ferramenta de resiliência, permitindo que pessoas LGBTQIA+ ressignifiquem experiências de estigma num ambiente de aceitação e validação (Gonzalez et al., 2022). A desconstrução de narrativas de exclusão conduz à reinterpretação das adversidades, transformando histórias pessoais em experiências coletivas de apoio e reconhecimento.

Meyer (2003), na sua Teoria do Stress de Minorias, sugere que pessoas pertencentes a minorias sociais, como a comunidade LGBTQIA+, enfrentam múltiplas formas de stress, incluindo discriminação, expectativa de rejeição e homofobia internalizada. O Teatro Playback, ao criar um espaço seguro onde essas experiências podem ser partilhadas e revalorizadas, contribui para a redução do impacto emocional negativo do estigma e para o fortalecimento do sentimento de pertença.

Além disso, a prática do TP promove o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento mais eficazes, fomentando a resiliência e o empoderamento pessoal e coletivo. Esse processo reforça a autoestima dos participantes, ajudando-os a lidar com desafios externos e a afirmar a sua identidade de forma mais confiante e positiva, tornando os desafios que enfrentam diariamente mais fáceis de gerir.

Componentes do Stress de Minorias

Meyer (2003) define o stress de minorias como um conjunto de elementos externos e internos que afetam negativamente a saúde mental de populações estigmatizadas, nomeadamente indivíduos LGBTQIA+. Estes incluem:

- Eventos de preconceito e discriminação: Pessoas LGBTQIA+ podem experienciar episódios diretos de discriminação, como insultos, agressões verbais e físicas, exclusão social e dificuldades no acesso a oportunidades educacionais e profissionais. Estes eventos contribuem para um estado de alerta constante e afetam a perceção de segurança nos diferentes contextos da vida (Meyer, 2003).

- Expectativa de rejeição: Mesmo na ausência de episódios concretos de discriminação, muitas pessoas LGBTQIA+ vivem com a ansiedade de serem rejeitadas em diversos contextos, como na família, no trabalho ou em relações sociais, uma vez que a cultura e a educação em Portugal continuam fortemente influenciadas por valores religiosos, o que se reflete em visões conservadoras sobre a família, o género e a sexualidade. Essa perceção pode levar a um comportamento defensivo e a uma redução das interações sociais por medo da rejeição (Pachankis et al., 2015).

- Ocultação da identidade (concealment): Muitos indivíduos LGBTQIA+ adotam estratégias de ocultar a sua identidade como forma de proteção contra possíveis situações de discriminação, fundamentado no medo de serem socialmente rejeitados e na necessidade de sentimento de pertença. No entanto, este facto pode ter consequências negativas, como aumento do stress psicológico, isolamento social e dificuldades na formação de relações autênticas (Quinn & Earnshaw, 2011).

- Homofobia/transfobia internalizada: A exposição constante a discursos negativos sobre identidades LGBTQIA+ pode levar algumas pessoas a interiorizar sentimentos de vergonha e desvalorização em relação à sua própria identidade, forçando-

se assim a agir com as expectativas dos outros em vez de se alinharem com a sua própria essência. Esse fenômeno pode afetar a autoestima e contribuir para sintomas de depressão e ansiedade (Newcomb & Mustanski, 2010).

A Resiliência como estratégia de superação

A resiliência pode ser promovida através de três processos fundamentais presentes no Teatro Playback:

- Validação de experiências: No TP, as histórias compartilhadas pelos participantes são reconhecidas e representadas com respeito e empatia. Esse reconhecimento fortalece a autoestima, pois permite que as pessoas se sintam compreendidas e aceitas nas suas vivências. Tal processo é essencial para promover a aceitação da identidade pessoal e reduzir o impacto do stress de minorias (Patterson, 2002).

- Criação de conexões comunitárias: A partilha de experiências no TP cria um sentido de ligação e apoio entre os participantes, ajudando a combater sentimentos de isolamento. A percepção de que outras pessoas partilham experiências semelhantes fortalece a solidariedade e promove um sentimento de pertença a uma comunidade que valida e acolhe essas vivências (Davidson, J. & Johnson, 2013).

- Ressignificação de eventos traumáticos: A dramatização no TP permite aos participantes reinterpretar situações adversas de uma forma simbólica e segura. Ao verem as suas histórias ganharem uma nova perspectiva, os indivíduos podem transformar experiências dolorosas em narrativas de crescimento e superação. Este processo facilita a reconciliação com o passado e contribuindo para um maior bem-estar emocional (Belliveau, 2007).

O Papel do Teatro Playback como Intervenção Afirmativa

Empoderamento

O empoderamento refere-se à capacidade de um indivíduo assumir controle sobre as suas experiências e contexto de vida (Zimmerman, 1995). No TP, a transformação de histórias individuais em performances artísticas reforça a autoeficácia e a autodeterminação (Salas, 2009). Para a comunidade LGBTQIA+, este processo cria um ambiente de validação e apoio mútuo, promovendo a autoconfiança e o fortalecimento da identidade, permitindo que os participantes enfrentem as adversidades de forma mais construtiva e afirmativa.

A Teoria do Stress de Minorias (Meyer, 2003) destaca que indivíduos pertencentes a grupos marginalizados enfrentam não apenas fatores de stress comuns a toda a população, mas também formas adicionais de stress associadas à discriminação, expectativa de rejeição e, muitas vezes, à internalização de preconceitos sociais. Esses fatores aumentam o risco de problemas psicológicos como ansiedade, depressão e isolamento social, exigindo estratégias de enfrentamento que fortaleçam a identidade e promovam o suporte social.

Para mitigar esses efeitos, é fundamental que pessoas LGBTQIA+ tenham acesso a espaços seguros onde suas vivências sejam validadas e onde possam desenvolver estratégias de resiliência e empoderamento (Salas, 2009; Wilson, 2011). O Teatro Playback surge como uma dessas abordagens, oferecendo um meio de expressão no qual histórias pessoais são representadas e ressignificadas num ambiente coletivo e acolhedor. Através da dramatização e da escuta ativa, o TP permite que os participantes experimentem novas formas de compreender e integrar as suas experiências, promovendo benefícios emocionais e sociais que fortalecem o seu bem-estar psicológico (Gonzalez et al., 2024; Kowalsky et al., 2019).

Impactos expectáveis da população num grupo de teatro Playback

Com base neste modelo, a participação de pessoas da comunidade LGBTQIA+ num coletivo de Teatro Playback pode ser vista como um contributo para eventualmente diminuir os efeitos do stress de minorias, nomeadamente através de:

- aumento do sentido de pertença e aceitação da identidade LGBTQIA+ (Fox, 2015);
- fortalecimento de estratégias de enfrentamento e resiliência (Singh et al., 2011);
- promoção do empoderamento individual e coletivo através da expressão artística (Salas, 2009).

Estes impactos são fundamentais para compreender o TP como uma intervenção eficaz para a promoção do bem-estar e saúde mental da comunidade LGBTQIA+.

Método

No sentido de avaliar os impactos da participação de pessoas pertencentes à comunidade LGBTQIA+ num coletivo de TP, optamos por entrevistá-las individualmente. Após transcritas as entrevistas, recorreremos à análise temática para proceder à sua análise.

A escolha da abordagem qualitativa e da análise temática neste estudo fundamenta-se na necessidade de compreender a experiência subjetiva dos performers de Teatro Playback (TP), em consonância com os princípios teóricos discutidos na revisão de literatura. A Teoria do Stress de Minorias (Meyer, 2003) destaca que a marginalização e o estigma social enfrentados pela comunidade LGBTQIA+ geram vulnerabilidades emocionais e psicológicas que podem ser mitigadas através do fortalecimento da identidade e da construção de redes de apoio. O TP, conforme descrito por Salas (2009) e Gonzalez et al. (2022), atua precisamente nesse sentido, promovendo um espaço de partilha coletiva que facilita a ressignificação de narrativas pessoais e o desenvolvimento da resiliência.

A opção pela entrevista semiestruturada tem como objetivo captar dinâmicas de transformação pessoal e comunitária, oferecendo aos participantes a oportunidade de relatar as suas experiências de forma espontânea e reflexiva. A abordagem escolhida também está alinhada com a teoria do empoderamento (Zimmerman, 1995), que dá ênfase ao papel das narrativas individuais na construção de autodeterminação e de autoeficácia.

A análise dos dados seguiu a abordagem da análise temática reflexiva, originalmente proposta por Braun e Clarke (2006) e posteriormente exemplificada por Byrne (2022), que destaca um processo dinâmico e iterativo de codificação dos dados. Esta abordagem permite identificar padrões emergentes nos discursos dos participantes e interpretá-los à luz do referencial teórico adotado no estudo. Assim, este método oferece um enquadramento estruturado para compreender como o TP pode funcionar como uma ferramenta de suporte psicológico e intervenção social na comunidade LGBTQIA+.

Participantes

O estudo contou com a participação de seis performers de Teatro Playback, todos com mais de 18 anos e que se identificam como membros da comunidade LGBTQIA+. Estes indivíduos integraram previamente o projeto *Dar Palco à Diferença – Incubadora de Companhias de Teatro Playback*, uma iniciativa implementada pelo ISPA – Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida, que visa sensibilizar e valorizar a diversidade humana através de performances de Teatro Playback. A seleção dos participantes para este estudo foi realizada por conveniência, considerando a sua experiência na prática teatral e a disponibilidade para participar na investigação.

Instrumentos

A recolha de dados foi realizada através de entrevistas semiestruturadas, conduzidas individualmente com os participantes do estudo. Foi elaborado um guião de entrevista com questões abertas, permitindo uma abordagem flexível e exploratória. O guião (anexo 1) visou compreender a experiência dos participantes no Teatro Playback e o seu impacto na resiliência e no empoderamento da comunidade LGBTQIA+.

As perguntas abordaram os seguintes tópicos principais:

- Motivação para ingressar no Teatro Playback;
- Relação entre a identidade LGBTQIA+ e a prática teatral;
- Impacto na autoestima, no bem-estar emocional e nas relações interpessoais;
- Experiência com campanhas em escolas e interação com jovens;
- Reflexão sobre o potencial do Teatro Playback para outras pessoas.

As entrevistas foram gravadas em áudio e posteriormente transcritas na íntegra para análise qualitativa.

Para a análise dos dados, utilizou-se a análise temática, um método amplamente utilizado na investigação qualitativa para identificar padrões e significados no discurso dos participantes. O processo de análise incluiu:

1. Transcrição das entrevistas;
2. Leitura detalhada para familiarização com os dados;
3. Codificação dos temas emergentes, com ênfase na resiliência e no empoderamento;
4. Interpretação dos resultados à luz da literatura científica sobre Teatro Playback e intervenção na comunidade LGBTQIA+.

Procedimentos

Recrutamento e Consentimento Informado

Os participantes foram convidados a participar voluntariamente na investigação e informados detalhadamente sobre os seus objetivos, procedimentos e garantias de confidencialidade. Antes da recolha dos dados, cada participante leu e assinou um Termo de Consentimento Informado (anexo 2), onde constavam os seguintes pontos fundamentais:

Objetivo da investigação: Explorar a experiência dos participantes no Teatro Playback e o impacto dessa prática no empoderamento e na resiliência da comunidade LGBTQIA+.

Procedimentos: Realização de entrevistas gravadas em suporte áudio para posterior transcrição e análise qualitativa.

Confidencialidade e anonimato: Todos os dados foram anonimizados, não sendo divulgados nomes ou informações que permitissem a identificação dos participantes. As gravações foram armazenadas de forma segura e serão eliminadas após a conclusão do estudo.

Voluntariedade: Os participantes tiveram total liberdade para desistir da investigação a qualquer momento, sem qualquer prejuízo.

Riscos e benefícios: Não foram identificados riscos associados à participação. Os potenciais benefícios incluem a oportunidade de reflexão sobre a própria experiência e o reforço do sentimento de comunidade.

Recolha de Dados

Os dados foram recolhidos através de entrevistas semiestruturadas, conduzidas remotamente via plataformas seguras de videoconferência, garantindo maior acessibilidade e flexibilidade aos participantes. Cada entrevista teve uma duração aproximada de 20 a 30 minutos e seguiu um guião elaborado para explorar os seguintes temas:

Motivação para ingressar no Teatro Playback;

Relação entre a prática do Teatro Playback e a identidade LGBTQIA+;

Reflexões sobre o potencial do Teatro Playback para ajudar outras pessoas da comunidade;

Experiência na interação com jovens durante campanhas em escolas.

Todas as entrevistas foram gravadas e posteriormente transcritas integralmente para análise.

Análise de Dados

A análise dos dados seguiu um método qualitativo baseado na análise temática, identificando padrões e recorrências nos discursos dos participantes. O processo de análise incluiu:

Transcrição integral das entrevistas para preservar o conteúdo na sua totalidade;

Leitura exploratória dos dados para familiarização com os relatos dos participantes;

Codificação e categorização dos temas emergentes, com especial foco nos conceitos de resiliência, empoderamento e impacto nas relações pessoais;

Interpretação dos resultados à luz da literatura existente sobre Teatro Playback e intervenção na comunidade LGBTQIA+.

Considerações Éticas

Foram seguidos todos os protocolos éticos exigidos para a realização de estudos, garantindo:

Confidencialidade: Os dados foram armazenados de forma segura, protegendo a identidade dos participantes.

Anonimato: Nenhuma informação pessoal identificável foi divulgada.

Voluntariedade: A participação foi inteiramente voluntária, sem qualquer tipo de compensação financeira ou outro incentivo.

Segurança dos dados: Após a análise, os registros foram eliminados conforme as normas éticas vigentes.

Resultados

A análise das seis entrevistas, com base na abordagem temática reflexiva de Braun e Clarke (2006), revelou padrões nas vivências dos participantes do projeto Dar Palco à Diferença, que integraram grupos de Teatro Playback (TP). A organização dos resultados seguiu uma estrutura temática que contempla os impactos, os desafios e as aprendizagens decorrentes da participação nesta prática. Os participantes referiram diferentes razões para ingressar no TP, incluindo a curiosidade pela prática teatral, o desejo de explorar novas formas de expressão artística e a vontade de pertencer a um espaço seguro e inclusivo. Nas entrevistas foi mencionado que a participação surgiu da ligação a organizações LGBTQIA+ e destacada a importância do ativismo e da criação de redes de apoio.

Foi adotada uma metodologia que combina categorias dedutivas, alinhadas com os objetivos teóricos da investigação, e subtemas emergentes, identificados a partir do discurso dos participantes. Esta combinação permitiu aceder a uma compreensão mais densa e detalhada dos efeitos do TP na vida das pessoas envolvidas.

O tema Empoderamento e Resiliência foi definido partindo do enquadramento teórico da investigação, e complementado por categorias emergentes, como Pertença e Identidade, Segurança e Espaço de Partilha, e Transformação Social e Justiça. Estes eixos refletem as dimensões centrais observadas no discurso dos participantes, evidenciando o TP como espaço de expressão individual e coletiva, de afirmação identitária e de promoção da mudança social.

A análise indutiva revelou ainda subtemas que ofereceram contributos significativos para compreender as dinâmicas identitárias, relacionais e sociais vividas no grupo, como o impacto positivo da convivência entre diferentes gerações; a valorização

da escuta ativa e da consciência corporal como elementos com potencial transformador; e a percepção de fragilidades nas campanhas escolares, em especial a ausência de acompanhamento após as sessões.

A organização temática dos dados permitiu identificar quatro grandes áreas de impacto da prática de Teatro Playback na experiência dos participantes, cada uma composta por subtemas específicos que traduzem as dimensões centrais da análise (Quadro1)

Temas	Subtemas
Empoderamento e Resiliência	<ul style="list-style-type: none"> • Reforço da autoestima e autoconfiança • Improvisação e criatividade como competências para a vida • Exploração emocional e corporal
Pertença e Identidade	<ul style="list-style-type: none"> • Validação da identidade através do grupo • Diversidade geracional como desafio e enriquecimento
Segurança e Espaço de Partilha	<ul style="list-style-type: none"> • Espaço seguro e não julgador • Validação emocional e escuta ativa • Rede de apoio entre membros do grupo • Limites de segurança percebida, conflitos e tensões internas
Transformação Social e Justiça	<ul style="list-style-type: none"> • Visibilidade de histórias LGBTQIA+ • Empatia gerada nas campanhas escolares • Crítica à falta de continuidade nas intervenções • Dificuldades logísticas e emocionais nas campanhas

Quadro 1: Temas e subtemas identificados na análise temática das entrevistas

Tema 1: Empoderamento e Resiliência

A participação no grupo contribuiu para o reforço da autoestima, da autonomia e da capacidade de enfrentar desafios, tanto pessoais como sociais. O Teatro Playback é visto aqui como um instrumento de empoderamento subjetivo e de desenvolvimento de competências relacionais.

Subtemas emergentes:

1.1 Reforço da autoestima e autoconfiança

A participação no grupo tornou-se, para várias pessoas participantes, um espaço de afirmação individual. Na entrevista 1 podemos encontrar que “Ajudou-me muito numa fase em que precisava de validação.”. Na entrevista 3, “Senti que a minha voz era validada ali. [...] Encontrar um grupo onde sou ouvida e validada... dá-me certo empoderamento”. Na entrevista 4, “O playback para mim é lugar de grande responsabilidade. Eu faço o playback não só, para meu desfrute, para fazer a arte, para me inserir socialmente, mas pelo potencial de impacto que o playback tem [...]”. Na entrevista 6, “É espaço seguro exatamente. [...] Ajuda a voltar pouco para esse lugar de ser criança e se soltar, então é muito terapêutico.”

1.2 Improvisação e criatividade como competências para a vida

As pessoas participantes referem que a prática do improviso teatral, competência central e treinada durante as sessões/ensaios, as ajudou a encontrar soluções para situações do quotidiano. Por exemplo, na entrevista 6, ouvimos que “Improvisar no teatro ajudou-me a improvisar soluções na vida”. De forma semelhante, na entrevista 2 encontramos “Achei que me ia limitar mais do que o improviso que eu já fazia... Mas depois percebi que essas formas davam mais liberdade criativa”, na entrevista 1 foi dito, “Ajudou-me muito numa fase em que precisava de alguma validação [...], poder ter um espaço seguro onde podia falar, onde podia expor e fazê-lo de uma forma tão fácil [...] ajudou-me a nível pessoal e sobretudo a nível profissional.”, na entrevista 4, “O playback para mim é lugar de ressignificação conjunta [...] com potencial de sanamento e de criação de união [...] o playback bem feito une.”, na entrevista 5 foi referido, “A parte da palavra também acho que é muito muito boa [...] o poder saber me exprimir mais, contar as minhas histórias [...]”.

1.3 Exploração emocional e corporal

O trabalho com o corpo e com as emoções é apontado como fundamental no processo de autoconhecimento.

“Foi através da consciência corporal que eu comecei a perceber que o corpo também guarda memórias.” (Entrevista 3)

“Os exercícios de aquecimento ajudam a voltar um pouco para esse lugar de ser criança e se soltar — é muito terapêutico.” (Entrevista 6)

Os exercícios corporais e as performances funcionaram como formas terapêuticas de reconexão consigo próprio e com os outros. Participantes referiram que o grupo os ajudou em fases difíceis da vida pessoal, potenciando resiliência e abertura emocional.

“Criarmos espaço em que [...] começamos a perceber como mesmo que as nossas identidades difiram, há experiências que nós temos que são muito semelhantes [...] cria também rede de apoio.” (Entrevista4)

“Há uma forma de ouvir as partilhas diferente no playback [...] há uma disponibilidade na escuta diferente.” (entrevista 2)

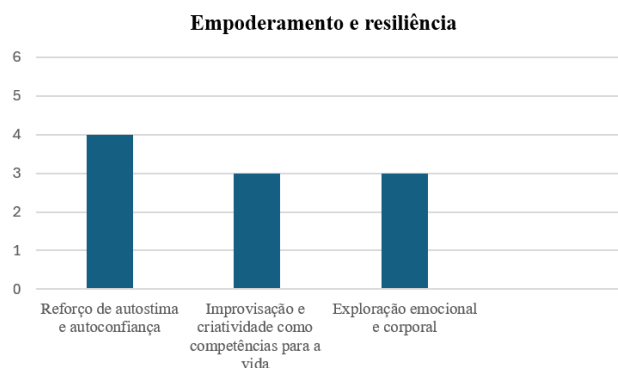


Figura 1 – Número de participantes por subtema no Tema 1: *Empoderamento e Resiliência*

Tema 2: Pertença e Identidade

O tema da pertença foi transversal a todos os discursos, emergindo não apenas na identificação com a comunidade LGBTQIA+, mas também na construção e validação identitária. O Teatro Playback surge como espaço facilitador de pertença — não só ao grupo de teatro, mas também a um contexto mais alargado, onde vivências pessoais puderam ser legitimadas através da partilha e da escuta ativa.

Subtemas emergentes:

2.1 Validação da identidade através do grupo

O grupo é reconhecido como espaço de acolhimento onde as identidades são reconhecidas e respeitadas e onde existe um sentimento de pertença.

Alguns participantes referiram que sentem o grupo como um “espaço seguro” onde é possível a partilha de histórias sem julgamento e onde existe um sentido de pertença. Outros destacaram o desafio e a riqueza de lidar com um grupo diverso em termos etários, identitários e culturais, onde diferenças internas também se tornam aprendizagens. Alguns exemplos podem ser lidos abaixo.

“Foi a primeira vez em que eu me senti efetivamente parte de uma comunidade LGBT” (Entrevista 5); “Senti-me, pela primeira vez, acolhida num espaço onde não tinha que explicar a minha existência” (Entrevista 3); “Mesmo que eu esteja mais em baixo, não queira falar tanto, eu sei que ali [...] não estou constantemente a ser julgada [...]” (entrevista 2); “Criamos espaço em que [...] começamos a perceber como mesmo que as nossas identidades difiram, há experiências que nós temos que são muito semelhantes.” (entrevista 4); “É difícil sentir-se seguro [...] essa ignorância pode vir em violência [...] é muito importante saber que é espaço onde vou ser escutado.” (entrevista 6)

2.2 Diversidade geracional como desafio e enriquecimento

A convivência entre participantes de faixas etárias muito diferentes é percebida como uma dificuldade, mas também como uma oportunidade de aprendizagem.

“A pessoa de dezanove (anos) precisa que a pessoa de cinquenta já esteja pronta a usar o pronome correto e a pessoa de cinquenta precisa que a pessoa de dezanove, se calhar aguente a vida toda a levar com o pronome errado ou com o nome errado de vez em quando” (Entrevista 4); “Nunca vai ser de todo seguro para todas... às vezes tens que dar passos mais pequenos.” (Entrevista 2); “A convivência entre gerações obriga-nos a escutar mais e a ter paciência para o ritmo dos outros” (Entrevista 2). “Nós temos uma amplitude de idades muito grande [...] desde pessoas com dezoito anos até pessoas já com sessenta e tal.” (Entrevista 2); “No grupo somos diversos: pessoas queer neurodivergentes, imigrantes, pessoas trans, lésbicas, bi, gay [...] começa por nos unir no grupo.” (entrevista 4)



Figura 2 – Número de participantes por subtema no Tema 2: *Pertença e Identidade*.

Tema 3: Segurança e Espaço de Partilha

O Teatro Playback foi unanimemente descrito como um espaço de escuta, aceitação e validação emocional. Este ambiente favoreceu a expressão de emoções, a partilha de histórias e a criação de laços entre pessoas com vivências muitas vezes marginalizadas.

Subtemas emergentes:

3.1 Espaço seguro e não julgador

O grupo é descrito como um local onde os participantes sentem que podem ser quem são, com liberdade emocional. Vejam-se as seguintes transcrições:

“Foi um espaço onde eu podia falar sem ser julgada, apenas ouvida.” (Entrevista 3); “Acho bonito isso de a gente simplesmente falar e aceitar... seja a raiva, a alegria, a tristeza. Para mim, o Teatro Playback representa um momento de terapia em grupo onde eu me reconecto com o meu lado mais humano” (Entrevista 3); “É espaço seguro, exatamente, espaço seguro. [...] É muito importante saber que é um espaço onde tendo a ser muito mais escutado do que em outros lugares que eu realmente não sei o que esperar” (Entrevista 6); “Ter espaço onde se pode partilhar a sua história e ser vulnerável é dos grandes benefícios.” (entrevista 2); “Poder ter aqui um espaço seguro onde podia falar, onde podia expor e fazê-lo de uma forma tão, tão fácil [...] ajudou-me sem dúvida.” (entrevista 1)

3.2 Validação emocional e escuta ativa

Os relatos apontam para uma prática constante de escuta empática e validação das emoções, tal como referem as seguintes pessoas participantes:

"Quando estamos em palco, [...] há uma forma de escutar diferente do que temos no nosso dia a dia. [...] Estar completamente disponível para o que a pessoa traz" (Entrevista 2); "Eu acho que tem uma componente muito interessante que é esta ideia do estarmos juntos para contar histórias e de ouvirmos as histórias de outras pessoas com uma atenção e com uma escuta que eu acho que já é difícil às vezes encontrarmos sítios onde isso existe" (Entrevista 5); "É bonito isso de simplesmente falar e aceitar [...] a raiva, a alegria, a tristeza." (entrevista 3); "A arte em geral tem essa sensibilidade [...] fala muito sobre o sentimento, o que está por trás de uma história." (entrevista 6)

3.3 Rede de apoio entre membros do grupo

O grupo ultrapassa os limites do teatro e torna-se um espaço de ajuda prática e emocional entre os seus membros. As seguintes transcrições são apenas alguns exemplos:

"Conseguimos criar uma rede de apoio. [...] Eu consegui arranjar uma consulta de psicologia para uma das pessoas do meu grupo. A rede existe e eu ativei a rede" (Entrevista 4). "Houve aqui, numa primeira fase em que nós começámos a construir o grupo,... Foi quase terapêutico, sabes? Porque na realidade todos os ensaios para nós eram muito, não só terapêuticos, mas éramos todos muito cobaias uns dos outros. Então começámos a perceber que de alguma forma o teatro poderia ser, o Teatro Playback, neste caso, podia ser aqui uma ferramenta também de, ainda em pequeno grupo, de dar resposta a uma série de questões, de dar resposta uns aos outros, de tentar aqui perceber uma série de temas" (Entrevista 1).; "Acaba construindo uma comunidade para essas pessoas que às vezes podem estar se sentindo de alguma forma marginalizadas." (entrevista 6); "Tenho a minha vivência no meu grupo de amigos, nos ativismos que vou fazendo, mas foi a primeira vez em que me senti parte." (entrevista 5)

3.4 Limites de segurança percebida, conflitos e tensões internas

Apesar do ambiente acolhedor, surgiram relatos de tensão e desconforto ligados a performances consideradas ofensivas ou à convivência entre participantes com diferentes níveis de consciência social e política:

"Claro que é difícil para quem lida diariamente com estas violências — como o racismo ou o misgendering — ter sempre disponibilidade emocional para dar tempo às

outras pessoas para aprenderem” (Entrevista 2); “É, nós tivemos cenas no outro grupo em que tínhamos pessoas racializadas e vai alguém performar e porque qualquer coisa decide fazer sotaque “de preto”, certo?! ou coisas assim e depois defender-se à boca cheia de que, ‘não, mas porque eu...’, certo, não interessa o ‘não mas porque eu’, não pode, não pode. E o que é que aconteceu? Feriu a pessoa de quem era a história, não é? E acabou... tipo, essa pessoa já não faz playback. E não faz playback porque não sente segurança — em parte porque não sente segurança no playback com as pessoas à volta, com a diferença” (Entrevista 4); "Foi uma conquista e mostra o potencial do ambiente seguro" (sobre um jovem vítima de bullying que partilhou a sua história numa escola) (Entrevista 1); "É muito duro. A gente recebe ali coisas muito difíceis de ouvir. [...] O mais difícil é não sabermos o que acontece depois" (Entrevista 4). “O playback bem feito une, mas também fere se não for feito com consciência.” (entrevista 4); “É difícil às vezes a gente sentir-se seguro, porque até mesmo pra estar conversando sobre isso com as pessoas [...] a gente entende que muitas pessoas não entendem mesmo, nem chegam a entender o que que é isso. E aí essa ignorância pode vir em violência, por exemplo. Então é muito importante saber que é um espaço seguro onde eu vou ser [...] muito mais escutado do que em outros lugares que eu realmente não sei o que esperar.” (Entrevista 6)

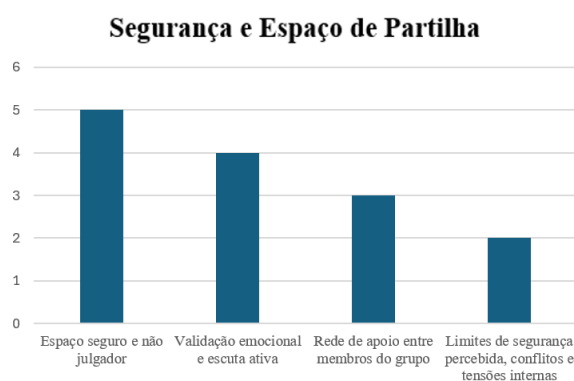


Figura 3 – Número de participantes por subtema no Tema 3: *Segurança e Espaço de Partilha*.

Tema 4: Transformação Social e Justiça

A experiência das campanhas escolares revelou o Teatro Playback como um instrumento de sensibilização social. Os participantes sentem que a intervenção artística, quando bem enquadrada, pode transformar mentalidades e abrir espaço para a empatia, especialmente com jovens.

Subtemas emergentes:

4.1 Visibilidade de histórias

O teatro permite tornar visíveis histórias que habitualmente são silenciadas. Disso são exemplos os seguintes excertos:

"Foi muito enriquecedor [...] as crianças LGBT contaram as suas histórias. Criámos um espaço seguro para serem ouvidas" (Entrevista 4); "Foi muito intenso, principalmente a primeira escola. Ver os alunos a abrirem-se foi muito emocionante" (Entrevista 3); "Teve uma menina que partilhou que se sentia discriminada por causa do cabelo. Identifiquei-me super com ela" (Entrevista 3); "Lembro-me de uma miúda, pouco integrada, possivelmente imigrante, que contou o seu dia. Foi uma grande vitória para ela ser ouvida e vista" (Entrevista 5). "Tivemos experiências incríveis com miúdos até relativamente mais novos [...], partilhas incríveis sobre as suas vidas, as dificuldades que passavam, até questões familiares [...]" (entrevista 2)

4.2 Empatia gerada nas campanhas escolares

Os jovens, na opinião das pessoas participantes, ao verem as suas histórias representadas, sentiram-se legitimados.

"Houve miúdos que no final vieram a correr agradecer-nos, cheios de emoção" (Entrevista 2); "Era muito perceptível que o miúdo era uma vítima de bullying e teve necessidade de fazer uma partilha. Foi uma partilha muito comedida, mas senti perfeitamente que foi uma conquista para ele. Sentiu-se ali num espaço minimamente seguro para poder fazer uma partilha que, se calhar, de outra forma não teria feito (entrevista 1). "O Playback cria espaço para estas experiências serem vistas, aumentarem a probabilidade de serem compreendidas [...] até pelas pessoas que são as agressoras nas histórias." (entrevista 4); "No quinto ano ouvi imensos miúdos virem ter connosco a agradecer, a dizer que gostaram muito, que gostavam que voltássemos. [...] Foi o que me marcou mais." (entrevista 2); "Às vezes a pessoa está tipo chorando muito [...] você nem sabe direito o que fez [...] e vê que aquilo causou impacto. [...] Bate em você também." (entrevista 6)

4.3 Crítica à falta de continuidade nas intervenções

Vários entrevistados expressaram frustração com o facto de as ações não terem seguimento.

"Plantar sementes e não saber se serão regadas é o mais difícil" (Entrevista 4); "Sem continuidade, uma performance isolada não concorre com tudo o que os miúdos vivem no dia a dia" (Entrevista 2).; "O que é que eu encontro como aspetos menos positivos, ou seja, negativos? Acho que a duração não foi assim... foi pouco tempo. [...] Não só na performance, mas no antes e no pós-performance. Acho que poderíamos ter tido um bocadinho mais de tempo de qualidade." (entrevista 1); "Acho que ter esse contacto com as crianças, poder ver elas, o quanto elas tinham a necessidade de falar e de ser escutadas. E eu achei bem bonito ter esse projeto pra possibilitar isso e que eu gostaria que isso acontecesse sempre." (entrevista 6).

4.4 Dificuldades logísticas e emocionais nas campanhas

As exigências emocionais das performances e a gestão de recursos são apontadas como barreiras.

"É duro, emocionalmente exigente e sem garantias de continuidade" (Entrevista 4); "Foi desafiante garantir o grupo e a logística para chegar às escolas. E gerir o cansaço emocional também foi complicado" (Entrevista 5). "É o impacto de ver a coisa acontecer na realidade. [...] Nos ensaios estamos protegidos e a contar histórias de nós para nós. Depois, ali à frente, aquelas turmas... tem sempre assim aquele impacto de 'ai, e agora o que a gente vai fazer com esta gente toda?' (entrevista 5); "Foi muito intenso, principalmente a primeira escola. Ver os alunos a abrirem-se foi muito emocionante." "Depois ficamos com aquilo tudo dentro de nós, não é? Porque há partilhas muito fortes e a pessoa vai para casa a pensar naquelas histórias." (entrevista 3). "O mais chocante foi a fraca intervenção dos professores. Eles optaram por se manter à margem, sem participar ou apoiar os alunos." (E6)

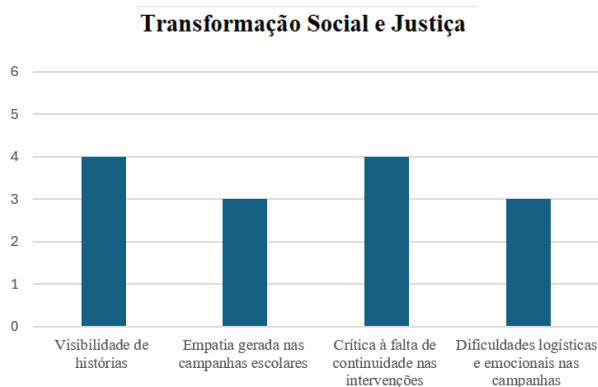


Figura 4 – Número de participantes por subtema no Tema 4: *Transformação Social e Justiça*.

Discussão de resultados

Os resultados obtidos neste estudo, que auscultou as vivências de seis participantes num projeto baseado na formação de voluntários em Teatro Playback (TP) e na sua participação em campanhas de promoção dos Direitos Humanos, evidenciam o TP como uma intervenção afirmativa com impacto relevante na redução dos efeitos psicológicos associados ao stress minoritário na comunidade LGBTQIA+. Tal como propõe a Teoria do Stress de Minorias (Meyer, 2003), contextos sociais hostis e discriminatórios geram consequências significativas para a saúde mental de pessoas LGBTQIA+, sendo essencial o desenvolvimento de espaços de apoio, escuta e expressão segura (Ancín-Nicolás et al., 2024; Mondave et al., 2024).

As categorias emergentes revelam que o TP, tanto na sua vertente de criação de um grupo performativo como nas intervenções em escolas, constitui um espaço relacional, emocional e interventivo, com impacto significativo na construção identitária, empatia e empoderamento. A possibilidade de narrar e testemunhar histórias pessoais num ambiente de escuta ativa e ausência de julgamento promoveu nos participantes o reconhecimento mútuo, o reforço do sentido de pertença e a validação das suas trajetórias. Esta dimensão está em consonância com os dados de Lee et al. (2020), que mostram como práticas artísticas participativas, lideradas por jovens, potenciam o bem-estar psicossocial e a construção de comunidades mais inclusivas.

Para alguns, o TP foi vivido como um “lugar seguro” de afirmação e descoberta pessoal; para outros, representou uma oportunidade de expressão emocional genuína e validação social, confirmando o valor dos “espaços seguros” enquanto contextos protetores e transformadores (Meherali et al., 2025). O sentimento de segurança, aliado à experiência de se ser ouvido e representado em palco, foi referido como profundamente transformador, criando-se laços de confiança, empatia e suporte mútuo. Esta rede de apoio

informal parece cumprir funções terapêuticas semelhantes às descritas em programas de psicoeducação afirmativa (Ancín-Nicolás et al., 2025).

Importa ainda destacar que os efeitos transformadores do Teatro Playback parecem estar intimamente ligados à continuidade e profundidade da participação. Os dados indicam que as mudanças mais significativas em termos de empoderamento, expressão emocional e reforço identitário foram experienciadas por quem esteve envolvido de forma contínua e integrada no grupo de TP, nomeadamente os performers que participaram ativamente ao longo de dois anos. Já as pessoas que participaram de forma pontual —como público das campanhas escolares — não foram observadas alterações significativas a longo prazo. Isto sugere que o impacto do TP enquanto ferramenta de transformação social não decorre apenas da sua metodologia, mas sobretudo da criação de vínculos sustentados, do compromisso com o grupo e da pertença identitária que se constrói ao longo do tempo. Esta conclusão está alinhada com estudos como o de Ancín-Nicolás et al. (2025), que destacam a importância da continuidade nas práticas afirmativas e do ambiente de confiança e segurança para que se produza transformação real. Do mesmo modo, Lee et al. (2020) evidenciam que projetos artísticos participativos têm maior efeito quando os participantes se envolvem em todas as fases do processo e se reconhecem como parte integrante da comunidade criativa. Assim, reforça-se que o TP, para além de um recurso pontual de sensibilização, deve ser encarado como um dispositivo contínuo de transformação psicossocial e comunitária.

No entanto, os relatos também sublinham os custos emocionais envolvidos na partilha de experiências sensíveis em ambientes por vezes pouco preparados para as acolher. A exigência emocional associada à representação de histórias e à exposição identitária reforça a necessidade de estruturas de suporte contínuas, bem como de uma organização cuidadosa das intervenções. A literatura aponta, aliás, para a importância da

formação contínua de profissionais e da criação de redes seguras e colaborativas, que integrem diferentes elementos da comunidade educativa (Platero et al., 2023; Bryan, 2019).

Os participantes, deste estudo, alertaram ainda para a importância de um “contentor” seguro e estruturado, especialmente em contextos educativos, como condição para que o impacto do TP seja sustentável a médio e longo prazo. A ausência de continuidade e de articulação com a comunidade educativa pode comprometer as mudanças alcançadas, tal como apontado por Mondave et al. (2024), que reforçam a necessidade de cuidados afirmativos baseados na ligação humana, empatia e representação (não apenas simbólica) das vivências LGBTQIA+.

Contudo, os espaços de segurança não são garantidos à partida. Um dos participantes relatou que uma pessoa deixou de se sentir segura após assistir a uma atuação que reproduziu estereótipos racistas. A convivência intergeracional e a diversidade de percursos identitários implicaram, em vários momentos, um esforço contínuo de adaptação, escuta e negociação. Estas experiências evidenciam que a construção de espaços seguros é um processo dinâmico, permeável a tensões, e requer uma abordagem crítica e interseccional (López-Sáez & Platero, 2022; Colourful Childhoods, 2023).

Os dados deste estudo confirmam assim, o potencial do Teatro Playback enquanto prática artística e psicossocial promotora de transformação individual e coletiva. Ao favorecer valores como a inclusão, a escuta ativa e a justiça social, o TP revela-se um contributo significativo para a promoção da saúde mental e do bem-estar de jovens LGBTQIA+, desde que integrado em programas estruturados, sustentáveis e comprometidos com a continuidade, o cuidado e a comunidade.

Teatro Playback como Espaço de Validação e Resiliência

O impacto do TP na resiliência e identidade dos participantes vai ao encontro do descrito no estudo de Erel, U., Reynolds, T., & Kaptani, E. (2017), que analisaram o teatro participativo como ferramenta de transformação social. O estudo demonstra que o TP cria um espaço seguro para partilha de experiências e fortalecimento da identidade pessoal e coletiva, algo que também surgiu nas entrevistas realizadas nesta investigação. Os participantes relataram que a partilha de histórias pessoais os ajudou a reformular a sua identidade, aumentar a autoestima e fortalecer redes de apoio.

As evidências encontradas neste estudo, vão ao encontro do estudado por Fernandez, J. et al. (2023), que apontam que a falta de apoio social e familiar está associada a níveis elevados de sofrimento psicológico em jovens LGBTQIA+. Assim, o TP pode ser entendido como uma estratégia de suporte psicossocial, proporcionando um espaço onde os participantes refletem sobre as histórias dos outros, reconhecem o impacto dessas narrativas nas suas próprias vivências e percebem que não estão sozinhos nas suas experiências e desafios, além de proporcionar espaços seguros para a partilha.

Stress de Minorias e Importância de Espaços Afirmativos

A Teoria do Stress de Minorias, proposta por Meyer (2003), destaca o impacto negativo da discriminação e da exclusão social na saúde mental das pessoas LGBTQIA+. No presente estudo, os testemunhos recolhidos evidenciam vivências de preconceito, expectativa de rejeição e carência de apoio social — aspetos centrais deste modelo teórico. Segundo os participantes, o Teatro Playback (TP) contribuiu para o fortalecimento do sentimento de pertença e de aceitação, ao possibilitar a identificação com as histórias dos outros, num espaço marcado pela escuta empática e pela validação.

Com base nos dados recolhidos, foi possível identificar com clareza três categorias centrais do modelo de Meyer que emergiram nas entrevistas:

1. Experiência de discriminação e expectativa de rejeição, particularmente através de relatos de racismo, xenofobia e medo do julgamento social (Entrevistas 3 e 6);

2. Falta de apoio social, colmatada pela vivência do TP como espaço de pertença e de construção de uma rede solidária (Entrevistas 3 e 4);

3. Estratégias de coping e resiliência, expressas na valorização do grupo como espaço de empoderamento, de expressão emocional e de coesão comunitária (Entrevistas 1, 4 e 5).

Assim, o TP revela-se muito mais do que um meio de expressão artística: atua como uma intervenção afirmativa, oferecendo condições para a ressignificação das vivências, o reforço da identidade e a construção de um sentido coletivo — elementos fundamentais para mitigar os efeitos do stress de minorias.

Relação entre Fatores de Stress de Minorias e o Impacto do Teatro Playback

Os testemunhos recolhidos nesta investigação refletem de forma clara os principais eixos do modelo de Meyer (2003), nomeadamente:

- a experiência de discriminação;
- a ausência de espaços seguros;
- o papel positivo do apoio social.

Para muitos participantes, o TP constituiu um espaço de validação, pertença e escuta ativa, funcionando como uma resposta resiliente aos desafios identitários e sociais impostos pela pertença a minorias sexuais e de género.

O quadro seguinte sintetiza as correspondências entre as categorias do modelo de Meyer, as evidências emergentes nas entrevistas e excertos representativos dos participantes.

Categoria do modelo de Meyer	Evidência nas entrevistas	Participante / Excerto
Experiência de discriminação e expectativa de rejeição	Vivências de racismo, xenofobia e medo de julgamento social	Entrevista 3: “Eu aprendi que sofria coisas por ser imigrante. No grupo percebi isso.” Entrevista 6: “Essa ignorância pode vir em violência... é importante saber que aqui eu sou escutada.”
Falta de apoio social / procura de rede de suporte	O TP é vivido como espaço de pertença e construção de rede	Entrevista 3: “Foi com o grupo que comecei a gostar de Portugal.” Entrevista 4: “Através do playback consegui uma consulta para alguém do grupo. Isto é rede.”
Estratégias de coping e resiliência	O TP promove empoderamento, expressão emocional e coesão comunitária	Entrevista 5: “Foi a primeira vez que me senti parte de uma comunidade LGBT.” Entrevista 1: “Foi um espaço onde percebi que podia ser vulnerável sem medo.” Entrevista 4: “O playback é lugar de ressignificação e de união.”

Quadro 2 – Correspondência entre as categorias do modelo de Meyer (2003), as evidências emergentes das entrevistas e excertos representativos dos participantes.

Os resultados apontam o Teatro Playback (TP) como uma ferramenta eficaz na redução dos impactos do stress de minorias junto da comunidade LGBTQIA+. A criação de um espaço seguro revelou-se fundamental para validar experiências individuais, fomentar a partilha e o acolhimento, e atenuar os efeitos da discriminação e da ausência de apoio social. Este ambiente protetor, ao permitir a expressão emocional e a construção de relações significativas, teve impacto direto na redução da ansiedade e no fortalecimento da pertença (Meherali et al., 2025). Além disso, a valorização da escuta ativa e das narrativas pessoais resgatou a agência dos participantes, em linha com a perspetiva de Platero et al. (2024), que defendem a centralidade das vozes LGBTI+ nas práticas investigativas e interventivas.

A dramatização das vivências, característica do TP, facilitou também a desconstrução de preconceitos internalizados, contribuindo para a reconstrução de uma identidade mais afirmada e positiva. Este processo de expressão e descoberta pessoal, tal como observado em metodologias artísticas participativas, favorece o empoderamento e o respeito comunitário (Lee et al., 2020), e promove um sentimento de pertença e conexão humana com efeitos terapêuticos comprovados (Mondave et al., 2024).

Para além disso, os dados sugerem que o TP teve um papel relevante no desenvolvimento da resiliência emocional e de estratégias de coping. A criação de vínculos, o reconhecimento da identidade e o sentimento de aceitação foram aspetos identificados como fatores protetores, tal como referem Ancín-Nicolás et al. (2024), ao descreverem a importância das relações interpessoais e do apoio social no bem-estar de jovens LGBTQIA+. De igual forma, a participação em programas afirmativos, como o TP, revelou-se eficaz na transformação de atitudes internalizadas e no aumento da autoestima, promovendo maior saúde mental e bem-estar (Ancín-Nicolás et al., 2025).

Neste sentido, o Teatro Playback ultrapassa claramente a sua dimensão artística, assumindo-se como um espaço de resistência simbólica e emocional, com potencial de transformação pessoal e social para pessoas LGBTQIA+.

A partir da articulação entre os testemunhos recolhidos neste estudo e os pressupostos teóricos da Teoria do Stress de Minorias (Meyer, 2003), elaborou-se o modelo seguinte, que sintetiza o percurso experiencial dos participantes e evidencia o papel do Teatro Playback na redução dos efeitos do estigma e na promoção da resiliência.

1 Experiência de Discriminação e Estigma → 2 Impacto Psicológico (Ansiedade, Baixa Autoestima, Isolamento) → 3 Participação no Teatro Playback → 4 Expressão e Validação da Experiência → 5 Redução do Stress e Aumento da Resiliência.

Este modelo evidencia que o TP permite aos participantes ressignificar as suas experiências de opressão, promovendo autoaceitação, empatia e fortalecimento comunitário.

Impacto do Teatro Playback no Empoderamento Individual e Coletivo

Impacto e Desafios das Campanhas Escolares

A experiência das campanhas de Teatro Playback (TP) em contexto escolar revelou um impacto social significativo, ao criar espaços seguros onde os jovens puderam partilhar histórias pessoais frequentemente silenciadas no ambiente educativo. Estas partilhas performativas proporcionaram momentos de validação e reconhecimento, promovendo a construção de empatia entre os jovens espectadores e os próprios performers (Meherali et al., 2025; Platero et al., 2024). Tal como descrito por Mondave et al. (2024), a escuta ativa e a expressão emocional são elementos centrais em intervenções afirmativas que valorizam a pertença e a conexão genuína como recursos terapêuticos.

O impacto positivo foi também sentido pelos performers, que relataram um profundo sentimento de missão ao facilitarem espaços de escuta e visibilidade. Esta função ressoou com os efeitos descritos em programas artísticos participativos, que fortalecem o sentido de agência, empoderamento e coesão comunitária (Lee et al., 2020; Ancín-Nicolás et al., 2025).

Contudo, a intensidade das partilhas emocionais teve também consequências menos visíveis, como o desgaste psicológico dos participantes. A ausência de mecanismos de acompanhamento após as performances — quer para os jovens intervenientes, quer para os performers — revelou-se uma lacuna crítica, gerando inquietações sobre a sustentabilidade dos efeitos positivos. Tal como apontam Ancín-Nicolás et al. (2024), os fatores protetores relacionados com o bem-estar emocional devem ser reforçados através de estruturas de apoio contínuo, sob pena de se reproduzirem dinâmicas de vulnerabilidade em vez de superação.

Neste sentido, torna-se evidente a importância de integrar o TP em programas educativos mais amplos, que prevejam preparação prévia e acompanhamento posterior, de modo a mitigar o risco de retraumatização e a assegurar a consolidação dos ganhos emocionais e relacionais (Ancín-Nicolás et al., 2025; Mondave et al., 2024).

Do ponto de vista organizativo, as campanhas enfrentaram constrangimentos logísticos — como deslocações, materiais e adequação dos espaços escolares — que limitaram a fluidez das sessões. Mais relevante ainda foi a resistência por parte de algumas instituições escolares, refletindo o que Bryan (2019) identifica como práticas enraizadas de heteronormatividade estrutural, que dificultam a introdução de discursos transformadores em ambientes educativos. A ausência de envolvimento ativo dos docentes enfraqueceu o potencial de continuidade das campanhas e acentuou a perceção de que o impacto real depende não apenas da ação artística dos performers, mas também

do contexto escolar envolvente e do compromisso institucional em promover mudanças culturais sustentadas (Platero et al., 2024; López-Sáez & Platero, 2022).

Reflexões finais

Impacto do TP no Empoderamento Individual e Coletivo

Os dados obtidos nesta investigação apontam para efeitos significativos do Teatro Playback (TP) no fortalecimento da identidade, no desenvolvimento da resiliência e no sentimento de pertença entre pessoas LGBTQIA+. Este impacto torna-se particularmente evidente nos relatos dos participantes, que referem o TP como um espaço seguro onde puderam ser escutados, partilhar experiências e construir redes de apoio. A prática teatral foi percebida como promotora de transformação pessoal e de empoderamento emocional e social.

Esta perspetiva contrasta, de forma complementar, com os resultados obtidos no estudo de Romero (2024), que utilizou um desenho quantitativo para avaliar o impacto das campanhas de TP nas atitudes de alunos do ensino básico e secundário em relação aos Direitos Humanos. Embora não tenham sido registadas mudanças estatisticamente significativas nas atitudes dos participantes entre o pré e o pós-teste, a autora reconhece um conjunto de limitações - nomeadamente, o número reduzido de sessões, a ausência de acompanhamento posterior e a escassa adesão por parte de professores e encarregados de educação.

As entrevistas realizadas nesta dissertação qualitativa ajudam a contextualizar esses resultados, ao revelarem que o impacto do TP é potencializado pela continuidade da prática, pelo envolvimento ativo do grupo e pela criação de um ambiente de confiança. Os e as performers referiram desafios nas intervenções escolares, como:

- O reduzido envolvimento dos docentes e da comunidade educativa;

- A falta de continuidade entre sessões;
- A ausência de um acompanhamento pós-performance.

Estes fatores poderão ter limitado o efeito transformador do TP junto dos alunos, como também sugerido por Romero (2024). Apesar das limitações observadas, tanto os dados desta investigação como os do estudo de Romero (2024) apontam para o potencial transformador do TP, especialmente quando utilizado em contextos estruturados, continuados e centrados nas vivências pessoais.

Limitações do Teatro Playback como Intervenção Afirmativa

Embora os resultados desta investigação evidenciem os benefícios do Teatro Playback (TP) enquanto espaço de validação, pertença e expressão identitária, importa reconhecer algumas limitações apontadas pelos próprios participantes. A ausência de acompanhamento emocional especializado após sessões particularmente intensas foi referida como um obstáculo, evidenciando a necessidade de estruturas de apoio mais robustas para sustentar os efeitos positivos da prática.

Além disso, a eficácia do TP enquanto ferramenta de transformação social mostrou-se condicionada por fatores externos, como a falta de continuidade das intervenções e a resistência de algumas instituições escolares em apoiar plenamente as campanhas. Estas limitações sugerem que, para maximizar o impacto do TP, é fundamental integrá-lo em projetos de intervenção mais amplos e estruturados, que garantam acompanhamento, continuidade e envolvimento institucional efetivo. Reconhecer estas limitações não diminui a relevância do TP enquanto espaço afirmativo e de desenvolvimento de resiliência, mas reforça a importância de pensar a sua aplicação em articulação com estratégias complementares de suporte psicossocial e educativo.

A presente dissertação reforça também a necessidade de conjugar abordagens qualitativas e quantitativas na avaliação de práticas expressivas como o Teatro Playback. Ao fazê-lo, é possível captar não só os efeitos mensuráveis através de instrumentos psicométricos, mas também os impactos subjetivos e relacionais que emergem da experiência de participação — aspectos muitas vezes invisibilizados nos instrumentos padronizados de avaliação, mas centrais na transformação identitária e comunitária.

Influência do Contexto Político e Social

Além das limitações já referidas, importa considerar o impacto do contexto político e social no momento da implementação das campanhas. Conforme relatado por Romero (2024), o período em que decorreram as intervenções coincidiu com uma intensificação de discursos políticos conservadores e anti- LGBTQIA+ nas redes sociais, o que poderá ter influenciado negativamente a receptividade de alguns alunos às mensagens transmitidas.

Este ambiente de polarização pode ter contribuído para respostas provocatórias e resistências observadas, não tanto em reação ao Teatro Playback enquanto metodologia, mas como reflexo de tensões sociopolíticas mais amplas. Assim, a eficácia de intervenções afirmativas como o TP deve ser analisada à luz do contexto cultural e político envolvente, reforçando a necessidade de integrar ações que envolvam também a comunidade educativa e promovam um ambiente de suporte contínuo às mensagens transmitidas. Esta visão aparece sustentada por alguns dos relatos surgidos na presente dissertação.

A Urgência da Psicologia Afirmativa e do Apoio às Minorias num Contexto Sociopolítico em Transformação

A presente dissertação evidencia que o Teatro Playback (TP), enquanto prática de escuta, empatia e representação simbólica da experiência vivida, pode constituir um espaço seguro de expressão identitária, fortalecimento emocional e coesão comunitária

para pessoas LGBTQIA+. No entanto, a sua eficácia enquanto ferramenta de transformação social não ocorre num vazio: está profundamente condicionada pelo contexto político, cultural e institucional em que se inscreve.

Portugal vive atualmente um momento de reconfiguração política, com a ascensão de discursos populistas de direita e a crescente normalização de narrativas que colocam em causa os direitos das minorias, incluindo a comunidade LGBTQIA+. Este ambiente de regressão civilizacional, que ecoa tendências observadas noutras democracias europeias, ameaça comprometer décadas de avanços no reconhecimento da diversidade e no combate à discriminação (cf. Inglehart & Norris, 2016).

Neste cenário, torna-se urgente garantir programas sustentáveis de promoção da saúde mental baseados em abordagens de psicologia afirmativa, que não se limitem ao bem-estar individual, mas que promovam também a aceitação da diferença como valor coletivo. É igualmente crucial reconhecer que o Teatro Playback não pode ser neutro nem apertado quando confrontado com a marginalização sistemática de corpos e narrativas dissidentes e que esta prática artística deve ser utilizada de forma consciente e comprometida com a causa da igualdade e da promoção de direitos das minorias.

Assim, o Teatro Playback deve ser entendido e praticado como uma intervenção crítica, orientada para a transformação social, criando oportunidades para gerar conhecimento prático e reflexivo sobre a experiência das desigualdades. Além disso, constitui um recurso valioso para trabalhar emoções e para promover a mudança de comportamentos, ajudando participantes a encontrar formas construtivas de expressar e canalizar sentimentos perante situações de injustiça.

A criação de espaços regulares de partilha e escuta – dentro e fora do sistema educativo – é fundamental para a construção de comunidades mais empáticas e resilientes. Como demonstrado pelos participantes desta investigação, é na experiência de serem vistos, ouvidos e acolhidos que muitos reencontram sentido, dignidade e pertença. Estas dimensões, muitas vezes ignoradas por instrumentos quantitativos, são, paradoxalmente, centrais para a promoção da saúde mental coletiva.

Face à conjuntura atual, é essencial que políticas públicas, instituições educativas e projetos de intervenção se comprometam com a continuidade de práticas que promovam o florescimento humano em todas as suas expressões. O Teatro Playback, a par de outras metodologias participativas e afirmativas, deve integrar uma estratégia mais ampla de

cidadania inclusiva e de resistência simbólica e prática a discursos excludentes. O seu potencial reside precisamente no compromisso ético e político com a transformação social e na sua capacidade de dar voz às narrativas que historicamente foram silenciadas.

Referências

- Adderley, D. (2004). *Playback theatre and personal storytelling: A path to empowerment*. *Theatre Studies Journal*, 35(2), 112–128.
- Adderley, D. (2004). *Why do tellers tell?* Centre for Playback Theatre. <http://www.playbackcentre.org>
- Ancín-Nicolás, R. A., Collado, J. C., López-Sáez, M. Á., & Gonzalez, A.-J. (2025). *Voices from the Rainbow: Exploring participants' experiences in an online LGBTIQ+-affirmative psychoeducation program*. *Healthcare*, 13(2), 115. <https://doi.org/10.3390/healthcare13020115>
- Ancín-Nicolás, R. A., Pastor, Y., López-Sáez, M. Á., & Platero, L. (2024). *Protective factors in the LGBTIQ+ adolescent experience: A systematic review*. *Healthcare*, 12(18), 1865. <https://doi.org/10.3390/healthcare12181865>
- Boal, A. (2002). *Jogos para performers e não performers* (2.^a ed.). Civilização Editora.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Bryan, A. (2019). A sociological critique of youth strategies and educational policies that address LGBTQ youth issues. *International Journal of Bullying Prevention*, 1(3), 255–268. <https://doi.org/10.1007/s42380-019-00047-1>
- Byrne, D. (2022). Queer liberation or LGBT+ rights? A political history of the UK LGBT+ movement. *Journal of LGBT Youth*, 19(3), 321–339. <https://doi.org/10.1080/19361653.2021.2004036>
- Colourful Childhoods Project. (2023). *Guidelines for developing protocols to prevent and combat violence against LGBTIQ children in vulnerable situations*. URJC Publishing Services. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8212304>
- Da Costa, J. (2023). *Playback Theatre e resiliência em minorias sexuais e de género* [Dissertação de Mestrado, ISPA, Lisboa, Portugal].
- Davidson, J., & Johnson, K. (2013). Playback Theatre: A creative resource for reconciliation in post-conflict settings. *Intervention*, 11(2), 131–140.

- Erel, U., Reynolds, T., & Kaptani, E. (2017). Migrant mothers' creative interventions into racialized citizenship. *Ethnic and Racial Studies*, 41(1), 55–72. <https://doi.org/10.1080/01419870.2017.1317826>
- Fassin, D. (2018). *Life: A critical user's manual*. Polity Press.
- Fernandez, J. P., Silva, M., & Freitas, M. (2023). Teatralidades dissidentes: práticas performativas queer e política. *Revista Brasileira de Estudos da Presença*, 13, 1–20.
- Fox, J. (1994). *Acts of Service: Spontaneity, Commitment, Tradition in the Nonscripted Theatre*. Tusitala Publishing.
- Gonzalez, A. J., Pedroso de Lima, M., Preto, L., & Martins, P. (2024). Psychotherapeutic playback theatre, well-being, and psychological distress: An impact study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(1), 5715. <https://doi.org/10.3390/ijerph210105715>
- Gonzalez, A.-J., Keisari, S., Yaniv, D., Palgi, Y., & Shahar, G. (2022). Playback Theatre as a group intervention for people with serious mental illness. *The Arts in Psychotherapy*, 79, 101887. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2022.101887>
- hooks, b. (2003). *Teaching Community: A Pedagogy of Hope*. Routledge.
- Inglehart, R. F., & Norris, P. (2016). *Trump, Brexit, and the rise of populism: Economic have-nots and cultural backlash* (Faculty Research Working Paper Series RWP16-026). Harvard Kennedy School. <https://doi.org/10.2139/ssrn.2818659>
- Keisari, S., Yaniv, D., Palgi, Y., Adderley, D., & Gesser-Edelsburg, A. (2020). The impact of Playback Theatre on the mental health of older adults. *The Arts in Psychotherapy*, 68, 101655. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2020.101655>
- Kowalsky, S., Raz, M., & Keisari, S. (2022). “I also want to tell my story”: Playback Theatre and co-construction of meaning in intergenerational encounters. *The Arts in Psychotherapy*, 79, 101888. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2022.101888>
- Lee, L., Currie, V., Saied, N., & Wright, L. (2020). Journey to hope, self-expression and community engagement: Youth-led arts-based participatory action research. *Children and Youth Services Review*, 109, 104581. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2019.104581>

- Lima, M. P., Santos, A. C., & Henriques, A. (2023). *Teatro Playback Terapêutico: Manual de Implementação*. Edições ISPA.
- Lira, A. N., & Morais, N. A. (2018). Resiliência em pessoas LGB: um estudo teórico-conceitual. *Psicologia & Sociedade*, *30*, e175228.
- López-Sáez, M. Á., & Platero, R. L. (2022). Spanish youth at the crossroads of gender and sexuality during the COVID-19 pandemic. *European Journal of Women's Studies*, *29*(1S), 90S–104S. <https://doi.org/10.1177/13505068221076319>
- Masten, A. S. (2014). *Ordinary magic: Resilience in development*. Guilford Press.
- Meherali, S., Nisa, S., Aynalem, Y. A., Ishola, A. G., & Lassi, Z. (2025). *Safe spaces for youth mental health: A scoping review*. *PLOS ONE*, *20*(4), e0321074. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0321074>
- Meyer, I. H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: Conceptual issues and research evidence. *Psychological Bulletin*, *129*(5), 674–697.
- Mondave, M., Saleska, J., Wang, J. J., Bluma, E., Jackson, D., Tapia, Y., Yashar, L., Zima, B. T., & Choi, K. R. (2024). “Feeling like you matter”: LGBTQ+ young adult perspectives on affirmative mental healthcare. *The Journal of Behavioral Health Services & Research*, *52*(1), 155–167. <https://doi.org/10.1007/s11414-024-09919-x>
- Newcomb, M. E., & Mustanski, B. (2010). Internalized homophobia and internalizing mental health problems: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, *30*(8), 1019–1029. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.07.003>
- Pachankis, J. E., Hatzenbuehler, M. L., Rendina, H. J., Safren, S. A., & Parsons, J. T. (2015). LGB-affirmative cognitive-behavioral therapy for young adult gay and bisexual men: A randomized controlled trial of a transdiagnostic minority stress approach. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *83*(5), 875–889. <https://doi.org/10.1037/ccp0000037>
- Pendzik, S. (2006). Dramatic resonances: A poetic-based model of drama therapy. *The Arts in Psychotherapy*, *33*(4), 271–280. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2006.03.002>

- Quinn, D. M., & Earnshaw, V. A. (2011). Concealable stigmatized identities and psychological well-being. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(8), 634–645. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2011.00379.x>
- Romero, M. (2024). *Impacto das práticas de Teatro Playback na promoção dos Direitos Humanos no contexto escolar* [Dissertação de Mestrado, ISPA, Lisboa, Portugal]
- Salas, J. (2005). Playback Theatre as a tool for social change. *Theatre Topics*, 15(1), 181–186.
- Salas, J. (2009). *Improvising real life: Personal story in Playback Theatre*. Tusitala Publishing.
- Salas, J. (2009). Playback theatre: A frame for healing. In D. R. Johnson & R. Emunah (Eds.), *Current approaches in drama therapy* (2nd ed., pp. 477–495). Charles C. Thomas Publisher.
- Santos, A. C. (2005). Entre políticas e afetos: A cidadania sexual em Portugal. *Sociologia, Problemas e Práticas*, (47), 9–36.
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Free Press.
- Wilson, C. M. (2011). *Integrating narrative therapy and Playback Theatre into a drama therapy intervention for LGBT adolescents* [Master's thesis, Concordia University]. <https://spectrum.library.concordia.ca/974896/>
- Zimmerman, M. A. (1995). Psychological empowerment: Issues and illustrations. *American Journal of Community Psychology*, 23(5), 581–599.

Anexos

Anexo1

Guião Playback LGBTQIA+

1. Por que motivo(s) resolveste entrar para o grupo de Teatro Playback?
2. Essa motivação inicial está ligada ao facto de pertenceres à comunidade LGBTQIA+?
3. Há quanto tempo praticas Teatro Playback?
4. O que representa para ti o Teatro Playback, em geral? E relativamente à tua identidade sexual e de género?
5. Ajudou-te nalgum aspeto? Em quê? Como?
6. Prejudicou-te nalgum aspeto? Em quê? Como?
7. Como pode o Teatro Playback ajudar outras pessoas?
8. Se pudesses regressar à tua infância e adolescência, achas que o Teatro Playback te poderia ter ajudado nalguma coisa?
9. Como foi a experiência de visitar as escolas e contactar os e as jovens que beneficiaram das campanhas? Que aspetos positivos e negativos?
10. Sentiste alguma(s) diferença(s) nas tuas relações próximas (família, amigos, trabalho...)?

Anexo2

Consentimento informado



No âmbito do projeto “Dar Palco à diferença” e da dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica de Margarida Martins, vimos por este meio solicitar a sua colaboração. A presente pesquisa pretende aceder à sua experiência enquanto participante de um grupo de Teatro Playback (TP), e para tal, gostaríamos o/a entrevistar. Para tal, apresentamos em seguida o consentimento informado associado à mesma.

Consentimento Informado para a recolha de informação através de gravação audiovisual

Em virtude desta colaboração é necessário que compreenda e concorde com os seguintes termos:

- 1. Objetivos da captação em suporte digital (som e/ou vídeo):** A captação da entrevista em suporte digital (som e/ou vídeo) tem como finalidade explorar a sua experiência enquanto membro do grupo de Teatro Playback; a sua participação neste estudo permite aceder a conteúdos que visam não só compreender esta abordagem como também aprofundar conhecimentos pertinentes para a comunidade científica nesta área, tanto a nível dos processos individuais como dos processos de grupo.
- 2. Procedimentos:** A captação em suporte digital (som ou vídeo) será realizada pelos investigadores do estudo. As captações em suporte digital (som e/ou vídeo) serão usadas para posterior documentação e análise no contexto do estudo descrito.
- 3. Confidencialidade:** Todas as informações captadas (som ou vídeo) serão tratadas com estrita confidencialidade. O anonimato será garantido, não sendo revelados o nome ou quaisquer outros dados que possam identificá-lo(a).
- 4. Armazenamento e tratamento de dados:** Os dados serão utilizados exclusivamente com finalidade de pesquisa académica e de acesso exclusivo por parte das equipas de investigação, podendo os mesmos ser utilizados em produções científicas (i.e.,

teses, artigos científicos, comunicações em congressos ou outros eventos científicos). Os dados serão mantidos durante o período de tempo estritamente necessário à prossecução dessas mesmas finalidades, sempre com recurso às medidas de proteção da identidade das pessoas participantes. Após esse período, serão destruídos de forma adequada.

5. **Voluntariedade da Participação:** A participação é voluntária sendo que, a qualquer momento, pode optar por não participar, podendo interromper o processo sem que tal acarrete quaisquer consequências negativas para si.
6. **Desvantagens ou riscos de participação:** Não são expectáveis quaisquer desvantagens ou riscos associados à participação nesta investigação.
7. **Incentivos à participação:** Não há lugar a qualquer incentivo monetário ou de outra ordem quanto à participação nesta investigação.
8. **Consentimento:** Ao assinar este documento expressa o seu consentimento livre e voluntário de participação e concorda em fornecer as informações sobre a experiência no grupo de Teatro Playback de acordo com os termos e condições aqui definidos.

Eu, abaixo assinada/o, declaro ter tomado conhecimento dos objetivos e procedimentos da investigação sobre Teatro Playback, que li e compreendi as informações acima descritas, tendo tido oportunidade de colocar todas as questões que entendi pertinentes e para todas elas ter obtido resposta esclarecedora, pelo que assino o presente consentimento informado e aceito participar voluntariamente desta recolha de dados.

Declaro ter recebido uma cópia do consentimento informado.

Lisboa, _____ de _____, de _____

(Assinatura da/do Participante)

(Assinatura da pessoa da equipa de investigação ou terapêutica)

Em caso de necessidade ou de mais esclarecimentos, pode contactar a equipa terapêutica e/ou de investigação, cujo contacto já tem.

Anexo 3

Entrevista 1

A- Então, B, obrigado uma vez mais. Só lembrar que, pronto, já te disse que esta, obviamente, é uma entrevista voluntária, vou pedir depois que assines um consentimento informado, que, aliás, também já assinaste ao pertencer a este projeto, e que as gravações depois das transcrições feitas serão apagadas, os dados serão sempre anonimizados, não vai haver nunca o nome de ninguém. Serão feitas entrevistas a várias pessoas que passaram pela mesma experiência que tu, e pronto. serão feitas todos esses procedimentos habituais, quando tentamos publicar. Pronto, esta entrevista tem então a ver com o projeto Dar Palco à Diferença, tu desde o início estiveste neste projeto, e tanto quanto sei continuas neste projeto. Um, e assim, numas primeiras perguntas, quase de aquecimento, perguntava-te o que é que te levou a entrar para este projeto? O que é que, o que é que, o que é que... Como é que foi que fizeste, que chegaste até lá e o que é que te levou a participar?

B - Olha, A, na realidade, o início foi aqui uma curiosidade muito grande, não é? Porque ouvimos falar daquilo que era o teatro playback, e sem ter qualquer noção, foi muita curiosidade que nos levou, pelo menos a mim, o que me levou foi muito tentar perceber o que é isto do teatro playback. Portanto, eu assisti à vossa primeira explicação na ILGA, Ah, não foi claro, não foi totalmente claro para mim o que seria o Teatro Playback, portanto, quis muito ir numa de perceber muito o que era. E, portanto, numa primeira instância foi a curiosidade, não é? Não sabia o que era, nunca tinha ouvido falar, portanto, fui tentar perceber de que é que se tratava. Ah, pronto, e acho que rapidamente, assim que percebi, e assim que vi a primeira performance, ah, no ISPA. Pronto, convenceu-me. Portanto, foi muito fácil convencer-me a ir à descoberta e explorar um

bocadinho melhor. Um, porque até então não tinha qualquer informação sobre o Teatro Playback na realidade.

A- Tu falaste na ILGA, portanto a apresentação que nós fizemos foi, no teu caso foi na ILGA, nós fizemos em três contextos diferentes. Esta tua motivação inicial e curiosidade inicial também está ligada ao facto de pertenceres à comunidade LGBTI+?

B- Numa primeira instância não foi isso que me motivou a ir conhecer o projeto, A. Obviamente que foi através da ILGA que eu soube, portanto, claro que isso tem de estar aqui muito patente, não é? Portanto, mas numa primeira instância, quando fui, não ia nessa perspetiva de poder, sabes? De poder ser aqui uma ferramenta também a esse nível. Não, foi muito uma perspetiva de curiosidade e perceber do que é que se tratava. Claro, depois, com o passar do tempo, isso ajudou, obviamente, não é?

A- No teu caso, estás há quanto tempo a praticar teatro de playback? Dizia-te, perguntava-te há quanto tempo é que estás a praticar playback? Portanto, desde o início.

B - Desde o início do projeto. É verdade. Estás a fazer três anos, não é? Há dois.

A - Dois à vontade. Dois para três. Mas pronto, eu vejo depois... Portanto, foi no início.

B - Foi exatamente no início do projeto. Portanto, eu assisti à explicação e iniciei o projeto com, na altura, com a T. Portanto, desde o início, na realidade. Sim, há mais de dois anos, há mais de dois anos. Há mais de dois anos, sim.

A- Um, pronto, queria-te perguntar, agora sim já chegando às coisas mais gerais, o que é que para ti representa o teatro playback? O que é para ti?

B- Olha, A, houve aqui uma transformação naquilo que para mim e a forma como eu encarei o teatro playback desde o início até ao dia de hoje. Se por um lado foi muito uma descoberta e uma descoberta muito, muito interessante porque eu achava que ia

participar num grupo de teatro como até então eu conhecia o teatro, não é? Ao partir do momento em que percebi que não era isso, realmente houve aqui uma transformação muito grande. Houve aqui, numa primeira fase em que nós começámos a construir o grupo, houve aqui uma sensação de quase... Foi quase terapêutico, sabes? Porque na realidade todos os ensaios para nós eram muito, não só terapêuticos, mas eramos todos muito cobaias uns dos outros. Então começámos a perceber que de alguma forma o teatro, poderia ser o Teatro Playback, neste caso, podia ser aqui uma ferramenta também de, ainda em pequeno grupo, de dar resposta a uma série de questões, de dar resposta uns aos outros, de tentar aqui perceber uma série de temas. Com o passar do tempo conseguimos perceber, e ao dia de hoje, como eu encaro o Teatro Palyback, é uma ferramenta de, para mim é uma ferramenta de trabalho, é uma ferramenta de luta, é uma ferramenta de, em que temos aqui uma voz ativa para poder abordar mil e um temas, na realidade mais do que ser uma arte de performance, não é? Portanto, é mais do que isso, é uma ferramenta efetiva, é uma ferramenta social, é uma ferramenta...de intervenção e acho que é muito, é muito desta forma como o encaramos e como eu encarno o dia a dia de hoje o Teatro Playback, A. Não só nesta ótica de pertencer a uma comunidade, enfim, por si só meio fragilizada e entender o Teatro Playback como uma ferramenta também para poder dar voz a alguns temas dentro desta comunidade, mas de uma forma geral. Uma forma geral.

A- Tu falaste nalguma, acho que a primeira palavra assim assertivamente que foste para responder à minha pergunta foi, no início percebemos que tinha uma componente terapêutica e abordamos diversos temas e conteúdos, podes nomear alguns desses temas e conteúdos que te lembres ou que tenham sido importantes para ti e para o grupo?

B - Claro, imagina, quando falamos aqui de uma comunidade, que é neste caso um grupo da comunidade LGBT, portanto estamos aqui a falar por si só de histórias muito

individuais e muito particulares, de alguma, de algum sofrimento, de algum peso, não é? Então numa primeira fase em que estamos ali a construir grupo e estamos a perceber o que é que... O que é que o teatro de Playbreak é, numa primeira fase foi muito terapêutica nesse sentido, ou seja, conseguiu-se explorar ainda que no, ainda que num universo muito pessoal de cada um, conseguiu-se explorar, explorar ali algumas, algumas temáticas, algumas frustrações, um, sei lá, estamos a falar aqui de sentimentos de rejeição, estamos a falar que cada um tinha uma história, não é? Umas mais complexas que outras. Como é óbvio, nós estamos aqui a falar, conseguimos logo numa primeira, numa primeira fase, trabalhar problemas e questões de rejeição, de discriminação, portanto, percebeu-se logo à partida que para nós, numa ótica ainda de participantes e de estar a explorar muito numa ótica pessoal, conseguimos logo trabalhar todos esses temas, portanto, discriminação, muito sofrimento.

A -Estavas a dizer discriminação e sofrimento.

B - Sim, sim. Rejeição, etc. Portanto, aqui algumas questões que cada um guardava, não é? E que foi fácil trazer, trazer por fora.

A - Lembrando sempre que tu, e pronto, eu também faço parte dessa comunidade de quem pratica playback e usufrui do playback ao mesmo tempo, ou seja, os atores nos nossos ensaios, nós temos playback à nossa frente a acontecer todas as semanas, queria-te perguntar se este processo, pessoalmente, agora falaste aqui de coisas...gerais, de todo o grupo. Se a ti te ajudou em algum especto concreto, em qual e como é que isso pode ter ajudado.

B - Sim, ajudou. Um, ajudou sem dúvida porque de alguma forma também acabei por descobrir aqui algumas competências, sabes? Ainda que como disse, cada um tem aqui a sua história e cada um guarda aqui o peso da história individual de cada um. Não foi mais neste, em temas que eu tinha aqui guardados de, de discriminação ou que seja

daquilo que falei, mas a nível pessoal, um, ajudou-me muito numa fase em que... em que precisava de alguma validação, sabes? E de alguma, e desta questão da exposição e de poder trabalhar em grupo e de poder ter aqui, poder ter um espaço seguro onde podia falar, onde podia expor e fazê-lo de uma forma tão, tão fácil ajudou-me a nível pessoal e sobretudo a nível profissional porque estava aqui a passar uma fase meio, meio conturbada, e ajudou-me sem dúvida, ajudou-me sem dúvida. Ou seja, não só esta coisa meio social também de criar um grupo e ter ali um espaço muito seguro em que podias fazer partilhas e essas mesmas partilhas também te faziam um bocadinho pensar, um, porque havia sempre aqui uma linha que era comum a todos, não é? Quase como uma camada ténue que nos envolvia e que tínhamos sempre coisas ali em comum e isso ajudou-me também aqui a ver alguns outros temas da minha vida pessoal e profissional numa outra perspetiva. Então ajudou-me sim, ajudou-me.

A- Boa. E para nós fazemos sempre as duas perguntas e sentiste que te prejudicou em algum aspeto e também se sim em que...

B - Não? Não. De todo, de todo. De todo.

A- E da tua experiência como é que dirias que o teatro de playback se pode e se sim como é que pode ajudar outras pessoas?

B - Numa forma geral, não é? Fazendo ou assistindo, o que seja. Exatamente por esta razão, não é? Porque é quase um... é um espelho, não é? Portanto, tu acabas por... Por dar conta, através das histórias alheias, de muita coisa que... também, também, também são coisas tuas, não é, portanto de uma forma quase em espelho, consegues ver aqui, e numa ótica diferente, diferentes perspetivas de, das tuas questões, dos teus problemas, enfim, do mundo. Não só, não só isso, mas também quase como um eco daquilo que vai passando. Ah, eu aprendi uma coisa, sobretudo com as intervenções da, da E-, que de vez em quando ia, estava connosco. Que não só é uma ferramenta social num nicho, numa

comunidade ou numa comunidade alargada, mas é uma ferramenta social também num nível mais alargado, sabes, podes falar, podes ecoar, podes fazer as pessoas pensar falando de outros problemas, falando de outros assuntos, seja numa comunidade pequena, seja nos problemas que temos ou nos que atravessamos neste momento no mundo. Então, nessa ótica, claro que é uma ferramenta que ajuda outras pessoas. Claro que sim. Um, uh, Nem vejo, nem encontro aqui nenhuma desvantagem honestamente.

A -Ok, ia-te perguntar isso, se também achas que pode prejudicar.

B - Não, de todos, de todo.

A - Ok. Um, nós estamos muito interessados, porque temos estado a trabalhar muito com a infância e a adolescência, e em particular com comunidades, vamos-lhe chamar desfavorecidas ou desprivilegiadas, um, mas de pessoas... pronto, na sua adolescência e infância. Vou-te fazer-me primeira pergunta em termos pessoais, mas depois vamos começar a ir para as campanhas e tudo mais. Pensando assim, se voltasses atrás à tua infância e à tua adolescência, achas que Poderias ter beneficiado com o Teatro Playback, porque tu foste fazer também às escolas. Um, o que é que te ocorre dizer sobre isto?

B – A., claro que sim ... Olha, ter-me-ia ajudado bastante porque eu venho de uma escola do interior, passei a minha infância e adolescência numa escola no Alto Alentejo, no interior, com uma série de questões que não eram tão abordadas e questões interiores que não podia...mandar cá para fora de uma forma muito simples. Portanto, ter-me-ia ajudado muito. Isto numa ótica pessoal, numa ótica também de alguém que trabalhou durante muito tempo com a comunidade escolar porque sou professor e, portanto, também via um bocadinho o outro lado. Um, só consigo encontrar vantagens. Só consigo encontrar vantagens. E, e, e de quem fez também algumas intervenções no Teatro Playback, como falavas, um, ainda que durante pouco tempo, e aí se calhar, se calhar se prende-se mais

com as outras questões que nós íamos fazer, mas achei que foi pouco tempo, se, se, com tempo de qualidade e, e, e, com, com um timing certo, claro que sim, é uma forma de tu poderes, um, abordar temas de uma forma, um, tranquila, descontraída, mas assertiva ao mesmo tempo, um, Portanto, sim, a resposta é sim, ter-me-ia ajudado muito na minha altura e acho que só encontro vantagens.

A - E tu, e como é que foi a tua vivência pessoal, a experiência então de visitar as escolas e contatar os e as jovens que beneficiaram destas campanhas, que aspetos positivos e negativos, que coisas te apercebeste, queria que falasse um bocadinho de como é que foi, foste algumas vezes, acho que foste algumas das campanhas.

B - Fui. Fui, portanto, a nossa escola era no Montijo. Eu acho, em primeiro lugar, acho que acredito muito neste modelo de intervenção, portanto, fez-me todo o sentido e, ou seja, e só coisas positivas, só o facto de ter acontecido já é uma coisa muito positiva, não é? Porque nem só as escolas nem sempre estão abertas a este tipo de, enfim, de iniciativas e não acontecem, portanto, é um facto que não acontece, a escola não recebe com frequência este tipo de iniciativas, portanto. Só por ter acontecido já foi um aspeto muito positivo. O que é que eu encontro como aspetos menos positivos, ou seja, negativos? Acho que foi, acho que a duração não foi assim, sabes, foi pouco tempo, a duração se calhar não foi ideal. Acho que talvez não tivéssemos muito tempo de qualidade no, no, no antes e no depois. Ou seja... Não só na performance, mas no antes e no pós-performance. Acho que poderíamos ter tido um bocadinho mais de tempo de qualidade e poderíamos explorar as performances de uma outra maneira. Agora, uma vez já é bom, sabes? Tempo de qualidade, claro, seria o ideal. Mais vezes seria o ideal. Mas acho que uma vez já é bom para poderes despertar aquelas crianças e aqueles adolescentes, para o que quer que seja. Um, e eu só estive presente em duas, um, duas participações na escola, se não estou em erro, em duas campanhas, exatamente. E ambas muito diferentes, uma

da outra, com grupos, enfim, saíram coisas muito engraçadas, mas muito dispare. E é isto, tipo, sabe a pouco, não é? Sabe a pouco, porque podíamos ter explorado mais, podíamos ter, tipo, tido tempo de maior qualidade de como te digo, mas acho que foi, acho que já foi muito bom, podemos ter, temos feito.

A - O vosso grupo é muito vocacionado, é o grupo da Ilga, é muito vocacionado para as questões da, da, de respeito para os direitos humanos, em particular o bullying homofóbico com a comunidade LGBTI, lembras-te assim de, de algumas pessoas que possam, que te lembres, ou pela positiva ou pela negativa, algum, algum, algum grupo ou grupos, pequeno grupo ou indivíduos, miúdos, miúdas, Jovens que, que sim, pronto, que tenham ficado alguma, se queres trazer assim alguma pincelada mais...

B - Lembro. Olha, lembro-me que na primeira campanha, um, no universo de, não sei, quase 50 alunos e de para aí umas 10 ou 11 histórias que ouvimos, 10 foram de rapazes e apenas uma de raparigas, de uma rapariga, e foi quase imposta. Isso chamou um bocadinho a atenção, não é? Um, nesse mesmo grupo houve uma intervenção de um aluno que também me chamou a atenção e que retive era muito perceptível que era uma vítima de bullying e que teve a necessidade de fazer ali algumas...

A - Estavas a dizer que era muito perceptível que o miúdo era vítima de bullying e teve necessidade...

B - Era perceptível que era uma vítima... Que era uma vítima, mas que ganhou coragem de fazer uma partilha e ainda tinha sido uma partilha muito comedida. Senti perfeitamente que foi uma conquista para ele, sabes? Que se sentiu ali num espaço minimamente seguro para poder fazer uma partilha que se calhar de outra forma não o teria feito. Estas duas questões que me saltaram mais, uh, que me ficaram mais na memória. Porque por um lado uma presença masculina, ainda que numa idade muito, enfim, eram adolescentes. Uma presença muito, sabes, marcadamente masculina. As

miúdas... caladas o tempo todo, um, e por outro lado este miúdo que percebia perfeitamente que era vítima de bullying, porque ele próprio o assumiu de uma forma meio comedida, mas que sentiu coragem para, um, para falar, e isso foi ótimo, um, foi assim os dois aspetos que eu, que eu poderia salientar das campanhas que fiz no, na Escola do Montijo.

A- Um, vou assim só aqui, isto já é fora guião, mas eu estou mesmo, vou, nestas entrevistas vou partilhar convosco nós, nós, pronto. Nós analisamos os, como tu sabes, havia parte das campanhas, nós fazermos uma avaliação antes e depois da sensibilidade da comunidade escolar aos direitos humanos e foi, encontramos resultados que foram muito paradoxais do género, que não houve diferenças, mas que se extremaram polos de alguma maneira.

B - Falas entre grupos, é isso?

A - No geral, no geral, não houve... Aquele instrumento, pronto, pois o instrumento em si também não era grande coisa e era... Mas apareceram respostas muito de bullies, por exemplo, apareceram muitas respostas quando nós perguntávamos sobre o género, havia pessoas a darem respostas mesmo de bully, por haver o masculino, o feminino, o outro, por exemplo. Havia pessoas a gozar completamente com isso. E eu estou a tentar, pronto, a posteriori, estou a tentar raciocinar e tentar perceber. Algumas das, já agora para acrescentar, algumas destas campanhas foram até também durante o período da campanha eleitoral, em que aconteceram aquelas coisas todas, com a direita, com a extrema-direita em Portugal a subir e a fazer campanhas nos TikToks e não sei o quê. Enfim, mas queria-te perguntar se da tua experiência, se estes dados que te estou a devolver, acho que pela primeira vez, Se os consegues enquadrar, se te fazem sentido, se foi uma coisa que tu sentiste nas turmas que visitaste, que havia essa, sei lá, polaridade. Isto é mais ou menos informal, esta parte da entrevista não é nenhuma pergunta que tenhamos aí.

E - Certo.

A - Queria pensar isto contigo.

E- Eu acho, A., que indiretamente esta associação, um, poderá acabar por ser inevitável e é possível que haja aqui uma associação com tudo isso, não é? Porque aquele grupo de miúdos com os quais trabalhamos não deixam de ser aqui um reflexo da, enfim, da comunidade, da sociedade, das coisas que vão acontecendo à volta deles. Portanto, acredito que haja efetivamente aqui uma associação. Nada que tenha ocorrido nas sessões em que eu participei, que diretamente me diga olha, abordaram este tema, percebe-se que há aqui uma associação grande, ou percebe-se que há aqui uma influência de alguma, enfim, de alguma outra questão. Agora, de forma indireta, eu acho que é inevitável que não haja e que não se pense dessa forma, não é? Um, as partilhas que eu assisti, como te digo, não houve aqui nenhuma partilha que me leve a querer que diretamente haja essa associação, mas acho que indiretamente acaba por acontecer, sim.

A - Ou o ambiente que estava, ou se notava, se notava, sei lá, fações, ou se notava grupos Em que se notava, não sei, estou a imaginar os adolescentes e é quase inevitável, não é, a ver aquele...

B- Não, notávamos esta coisa sexista, não é, de, portanto, rapazes, raparigas de um lado. Ah, há outra coisa que também me chamou a atenção, que me esqueci de dizer, que eu acho que sequer na realidade foi o que me chocou mais, que foi a fraca intervenção dos professores. Hum. Sim, acho que isso foi realmente o que me chocou mais. Foi a escolha... A escolha de todos os professores que estavam presentes de não participar na, enfim, naquilo que estava a acontecer ali à volta, portanto, foi a escolha de não aproveitar aquela oportunidade de poder trabalhar com os alunos e de se colocarem, de se colocarem voluntariamente e conscientemente à margem de tudo aquilo que estava a acontecer. Isso também me chocou um pouco, na realidade. De não terem percebido, um, sei lá, o poder

que podia ter tido aquela intervenção se eles próprios também pudessem ter participado e não fizeram de forma consciente. Portanto, isso também me chocou um pouco. Um, mas sim, basicamente, muito isto. O que ficou muito veemente foi esta separação de rapazes e raparigas. Um, sim, foi este silêncio das miúdas. Silêncio das miúdas, de facto.

A - Ok. Então, última pergunta, antes de acabar aqui a gravação, voltando um bocadinho ao pessoal, em ti, com este processo, sentiste algumas diferenças nas tuas relações próximas? Família, amigos, trabalho? Houve alguma coisa ou apanhou-te já numa fase em que não provocou assim grandes diferenças? Nas relações, digamos.

B- Olha, um, nunca tinha, nunca tinha, nunca me tinha feito essa pergunta, um, mas sim, olha, sobretudo no início, um, acho que sim, acho que, não que eu não tivesse esta capacidade, mas acho que, que ganhei ainda mais esta coisa da escuta e da empatia, que para mim foi muito, quase como uma reprodução daquilo que eu trabalhava nos ensaios e nas performances que fazíamos, na minha vida pessoal isso era muito, era, era reproduzido, sabes? Ou seja, não que não tivesse já, mas acho que acelerou um bocadinho mais, intensificou mais isso. Aham. Sabes, quase como que uma maior paciência, maior, sabe, maior competência para poder ouvir o outro e para poder ter aqui, ganhar alguma empatia. Acho que foi um bocadinho isso. Conheci pessoas também muito diferentes daquilo que é o meu, a minha esfera pessoal, não é? E isso ajudou-me, também. Estar em contacto com pessoas, com histórias completamente diferentes das minhas. Deu-me aqui... Deu-me... Acho que sim, ganhei aquela uma empatia, sim. Acho que foi um bocadinho por aí. Acho que ganhei maior paciência para escutar. E, um... E acho que desenvolvi aqui um bocadinho também a capacidade de empatizar com o outro. Sobretudo com o outro diferente. Muito diferente. E nós estamos sem... Nos relacionamos com, enfim, um, mas há sempre histórias completamente opostas às nossas, há sempre histórias completamente diferentes das nossas, ou então histórias que até roçam a nossa, mas que,

que foram por caminhos diferentes e é inevitável que tu não penses que a tua também poderia ter ido por aí, ou porque é que não foi? E então acabas por questionar mais. Mas, sim, sobretudo no início foi isto. Ganhei maior capacidade de escuta e também de empatia.

Entrevista 2

A- Vou-te só lembrar que te vou enviar depois o consentimento informado com os teus direitos a qualquer momento saíres, esta é uma entrevista voluntária para uma investigação científica em que depois destruiremos os dados, eles serão anonimizados, são feitas as transcrições com códigos e pronto. E era isso, agradeço-te a entrevista. E esta entrevista tem a ver com o teatro Playback mas particularmente com o projeto dar palco a diferença e com as campanhas que foram feitas nas escolas, mas estamos a tentar também, estamos com projeto em que estamos a tentar perceber em populações fragilizadas ou com menos direitos, e sendo que o grupo de teatro como tu estás a colaborar ou deles é assumidamente especializado em numa das comunidades LGBT, no caso é o Clube Safo, não é, e o Empacto. E estamos a tentar perceber também. Fizemos agora trabalho com o Miguel Lopes Saes, e começamos a perceber o impacto específico que tem na comunidade LGBT. Portanto, temos várias camadas de objetivos aqui nesta entrevista.

Vou começar assim por uma espécie de warmup que é o que é que te levou, como se ainda te lembras, sei que fazes teatro já, playbacks já bastante, é porque é que te levou a começares o teatro de playback, ou seja, playback praticante teatro de playback. ainda consegues recolher?

B- Na realidade, acho que quando comecei a fazer teatro playback foi, pronto, foi a teu convite, não é, e foi mais numa de experimentar, não tinha muita informação para

além do teu entusiasmo e de que o que trouxeste sobre, não é? Pronto, a perceber que ferramenta era esta, e foi neste sentido a experimentação, de ter ouvido alguém com quem já fazia teatro a falar tão bem desta ferramenta e quão incrível é que era, foi através de uma pequena formação com o J. M., em que se formou o grupo o Eco, mas na realidade inicialmente eu não tinha esta relação com o teatro playback que tenho agora sobre a justiça social, sobre uma ferramenta de intervenção.

Inicialmente, no fundo, olhei para o teatro playback como mais uma ferramenta de teatro de improviso em que, inicialmente até achei que me limitava mais do que o teatro de improviso que eu já fazia, não é? Porque o teatro playback tem algumas, tem formas atuais específicas e no momento em que eu comecei a conhecer o teatro playback eu achei, ah isso é não é para mim porque vai me limitar muito, o improviso é mais livre, se calhar não é assim tão interessante. Isto foi assim o primeiro impacto, mas a realidade é que depois à medida que o tempo foi passando e fui conhecendo melhor o teatro playback percebi que aquelas formas que podem parecer limitadas, não é, nas suas regras, acabavam por nos dar depois mais liberdade criativa dentro delas, não é?

E pronto à medida que fomos fazendo, explorando o Teatro Playback, vencendo outros grupos e à medida que também fui explorando mais o mundo do Teatro Playback, porque existe uma rede muito grande a nível europeu, a nível mundial, é que começou a ligação com aquilo que me motiva agora a fazer Teatro Playback com a justiça social, como ser uma ferramenta comunitária de empoderamento, de tradição oral, mas acho que logo no início não o vi e agora sim ao longo do tempo passei a vê-lo mas, não estava lá, portanto, foi mais uma exploração de outra ferramenta de improviso.

A- No teu caso foi há quantos anos? Eu sei a resposta, mas para ficar.

B - Foi desde dois mil e dezassete, se não me engano em fevereiro dois mil e dezassete. Exatamente.

A - Oito anos. Olha e já falaste aí na justiça social e como é que como é que é a tua relação entre o teatro playback, a tua inscrição num numa comunidade também, neste caso é LGBTI, como é que como é que vês estas conexões?

B- Humhum. Então, bem, acho que neste momento já é mais difícil precisar quando é que quando é que houve esta evolução ou quando é que houve esta transformação da passagem de só uma ferramenta de improviso para uma coisa mais ligada à justiça social. Acho que foi uma coisa gradual, na realidade, que apareceu do primeiro propondo que eu estive e que ainda estou do eco, que acho que foi muito em simultâneo com o que estava a acontecer no mundo à nossa volta e que provocou essa mudança, não é? Acho que tinha que haver uma reflexão, seja o teatro playback é só teatro ou o teatro playback tem que estar, obviamente comprometido com todas as questões de justiça social e nós fomos para a segunda escolha, não é? E portanto acho que gradualmente isto começou a aparecer nos nossos ensaios, na minha e na nossa vida, E a partir então do projeto dar palco à diferença, que foi quando como se começou a aprofundar esta relação do teatro playback com os direitos humanos e fui convidada para fazer parte de um dos grupos de teatro que formar dos novos grupos de teatros que é agora o Empacto, o grupo de teatro playback do clube SAFO e acho que aí então foi mesmo quando foi mais óbvio para mim se se pronto já era, não é? Com alguns grupos de desenvolvimento pessoal que também fizemos e com algumas performances que fomos fazendo, mas quando eu entro neste grupo que está diretamente ligada à comunidade LGBT acho que aí é que fica mesmo muito óbvio quão importante esta ferramenta é, dentro destas questões, não é? De justiça social, de pertença, de comunidade.

Então quando há este projeto, quando começa este projeto, aquilo que já estava obviamente acordado em mim ainda é mais desenvolvido e trabalhado porque depois eu estou a criar ou cocriar grupo de teatro playback e a ter que ter atenção a uma série de coisas que não só, não são só do teatro, não é? Mas são de, como é que tratamos certos assuntos dentro do grupo, as que todas as questões de intersexualidade que existem nas pessoas que fazem este tipo de teatro, todas as atenções que precisamos de ter também para as diferentes vulnerabilidades das pessoas que vão experimentar este tipo de teatro e depois a segunda camada que é, então, e quando vamos às escolas, não é?

E acho que por isso esta relação com a justiça social e com a comunidade foi crescendo e quando eu encontro, quando sou convidada a fazer parte deste projeto ela atinge assim tipo pique de tipo novo desafio unlockd, não é? Tipo, novo desafio desbloqueado. Agora, nova etapa de perceber como é que como é que trabalhas estas coisas todas com a ferramenta do que Teatro Playback e está a ser, ainda está a ser superinteressante e desafiante também, não é?

A- Há aqui uma pergunta que eu acho que tu já respondeste mas depois tenho uma segunda parte que tu já abordaste, pronto, a pergunta que tu, acho, que já respondeste o que é que representa para ti o teatro de playback eu acho que falaste nisso na tua progressão, não que era só tipo de teatro e passou a ser uma ferramenta da justiça social, ao serviço da justiça social, penso que foi isso, mas se quiseres acrescentar algo acrescenta, mas também agora relativamente à tua identidade sexual e de género, dentro desta comunidade que nós estamos especificamente a tentar perceber que é a comunidade LGBTI+, queres trazer alguma reflexão sobre isso?

B- Posso trazer. Na realidade, acho que para mim nunca foi muito, eu acho que tive o privilégio de durante o meu percurso escolar, ter vários amigos e amigas não heteronormativos, não é? Seja homens gays, seja mulheres lésbicas ou bissexuais, fui

tendo esse privilégio porque acho que nem toda a gente tem e honestamente acho que é privilégio porque tem a ver com teres contacto com outra realidade. E, pelo menos, ali a partir do sétimo ano foi quando eu entrei para a escola pública, isso foi algo que aconteceu naturalmente na minha vida e, por isso, por lado era uma coisa a qual eu já estava habituada a ter contacto com outras sexualidades e ser completamente banal, não é?

Por outro lado, acho que na minha descoberta não, nem sempre considerei isso como uma hipótese para mim. Então acho que aí é que se dá a verdadeira transformação ou a verdadeira mudança, não é? É quando eu sou convidada a conconstruir ou liderar este este novo grupo, conheço o Clube Safo, naquele caso no momento foi através da A. e começo a conhecer o trabalho do Clube Safo e, inicialmente até nem foi uma coisa tipo, acho que esta também faz parte da minha identidade. Foi ok, eu sou uma aliada da comunidade e por isso vou ter todo o gosto em trabalhar também com estas pessoas. E naturalmente, depois na minha vida pessoal, à medida que eu fui crescendo com este grupo aconteceu a descobrir como uma pessoa também não hétero, não é, identifico mais como uma pessoa pansexual e a partir daí também começar a perceber todas as questões, se calhar mais sociais que aparecem no grupo e que trazem uma série de desafios.

O clube Safo trabalha com a representatividade e os direitos de pessoas lésbicas e, aqui, o lésbica é utilizado com asterisco porque é esta palavra é usada de uma forma diferente, se calhar que nós víamos há muitos anos atrás, em que eram só duas mulheres que se sentiam atraídas uma pela outra, não é? E aqui, a vários níveis, aqui a lésbica é uma palavra mais abrangente em que falamos de mulheres x ou trans, pessoas não binárias que se relacionam afetiva, romanticamente, sexualmente, com mulheres. E é uma palavra que abrange aqui mais pessoas, não é? E nesse sentido, eu sendo uma pessoa pansexual também me sinto representada naquilo que é o público alvo, vamos chamar assim, do clube SAFO e por isso o grupo de teatro acabou por acompanhar também esta minha

descoberta e foi mais fácil para mim a partir disso perceber coisas como, se tu tens poucos espaços seguros que podes frequentar no teu dia a dia e até estamos a falar de Lisboa que apesar de tudo uma cidade bastante grande e aberta a vários níveis a comparar qualquer este teu país, não é? Isto tu vais por exemplo para grupo de teatro como é este e por acaso até te ligas muito a estas pessoas e até crias uma relação mais afetiva ou romântica com alguém e depois as coisas não correm bem, é difícil, muito mais difícil do que se tu fizeste parte da população hétero, não é? Porque tu vais constantemente encontrar aquela pessoa, não só naquele grupo de teatro, mas nos poucos espaços seguros que existem para ti.

E não falo só da população LGBT em geral, mas especificamente da população lésbica, há muito, muito poucos espaços, não só seguros, como dedicados a estas pessoas, não é? Apesar de tudo nós vemos que, por exemplo, para a população Gay, para homens gays, já há muito mais conquista deste espaço, não é? Já é uma coisa aceite há mais anos eles já conseguiram conquistar este território e por isso há mais bares, por exemplo, há mais espaços que claramente têm esta este propósito e enquanto que para a população lésbica não há.

Então, e nem todas as mulheres por experiências também às vezes de vida se sentem à vontade em estar perto de homens, sejam eles cis ou trans, principalmente homens cis e sejam eles hétero ou gay, não é? Então quando falamos de homens cis e hétero, às vezes é muito difícil para algumas pessoas. Mesmo assim, quando falamos homens cis e gay, mesmo não é totalmente confortável. Então, eu percebo que haver poucos espaços para estas pessoas estarem juntas, estarem em comunidade e falarem das suas histórias, da sua vida, faz com que seja mais difícil criar grupo de teatros playback em que há uma separação entre aqui eu estou a fazer teatro, posso criar amizades, mas a minha vida romântica afetiva é noutro sítio, não, as coisas cruzam-se. E é muito difícil dizer, não podes misturar as coisas, não tens como, que são poucos os espaços que tu

podes frequentar e aqui só estou a colocar algumas camadas, não é? Aqui estamos a falar da camada só de identidade sexual ou orientação sexual. Se colocarmos acima disto a camada do género, não é, como pessoas não binárias, se colocarmos em cima disto também a camada racial, começam a diminuir cada vez mais os espaços seguros e isto torna desafio também conseguir trabalhar com o grupo, ao mesmo tempo também traz coisas superinteressantes, ao próprio grupo querer trabalhar e pensar e falar e que são importantes para um dia irmos fazer uma performance e estarmos preparados também para o que vai aparecer, não é?

Por isso acho que as duas coisas foram caminhando lado a lado E a minha perceção do que é trabalhar com esta população também foi muito à medida que eu fui descobrindo, não é? A A. dizia uma coisa engraçada quando nós conhecemos que é tu vais ver que é muito difícil trabalhar com as fufas, não é? Ela mandava assim esta piada, ela própria identificando-se como uma. E eu não percebia, ficava tipo, pá, não percebo o que é que ela está a falar porque é que ela acha que são especiais ou diferentes, não é? E depois entendi que tem a ver com isto. É porque é tudo muito fechado, é tudo muito concentrado no mesmo espaço e tu estás constantemente a ver pessoas com quem se calhar já tiveste relações, podem ter corrido bem e não tens muito como sair, não é? Então foi assim desafio e ainda está a ser desafio muito interessante.

A- Uau. Foram aí bué camadas. Nomeadamente a interseccionalidade não é? Apareceu aí várias vezes e que é aspeto super importante. Estava a pensar, não é? Até a expressão social é gay friendly, não é? Os espaços são gay friendly, não é? Usa-se isso querendo incluir as mulheres lésbicas, mas que elas não se sentem representadas pelo gay.

B- Maior parte das vezes sim.

A- Olha, já disseste a alguns, mas como está aqui a pergunta também podes reformular. Pessoalmente ajudou-te em algum aspeto a pertença a este grupo?

B- Este grupo em específico do grupo SAFO?

A - Sim.

A - Acho que já respondeste a algumas coisas.

B - Sim, mas acho que.

A- Ou o específico ou o SAFO ou o ECO também?

B - Sim. Bem, acho que o teatro playback acho que já fui respondendo, não é? Aqui que também é o crescimento, sei lá de várias de várias questões, mas acho que o clube SAFO ajudou-me também a ganhar algumas ferramentas, que têm até a ver, isso é interessante porque parece que foge bocado, mas acho que está muito ligado ao trabalho também com lésbicas que é, a questão da idade.

O clube SAFO desde sempre, desde o início, que teve uma, como é que se diz o Range uma amplitude, pois estava a procura da palavra em português, Amplitude de idades, exatamente. Então nós tivemos desde o início, pessoas com, talvez no início a pessoa mais nova tivesse dezoito ou pouco mais, e a pessoa mais velha, tipo, diria que se calhar já sessenta e tal. Então, desde o início ainda agora que as pessoas que foram entrando e saindo, como é natural nos grupos, nós temos uma amplitude de idades muito grande o que faz com que, para mim, enquanto uma pessoa que está a organizar os ensaios, a pensar no grupo e a coliderar o grupo, é sempre desafio diferente do que ter pessoas no mesmo espectro de idades. E mostra também a necessidade, a comunidade lésbica destes espaços porque, claro que é importante para pessoas de todas as idades terem espaço seguro, mas quando falamos da população que começa a aproximar-se da altura sénior da sua vida, algumas pessoas já tipo, a serem avós e tudo, começa a perceber que, então, para essas pessoas, ainda menos espaços existem, e é super importante este grupo existir para todas estas pessoas com tudo o que isso implica.

E o que é que é que eu quero dizer com tudo o que isso implica? Pessoas de diferentes gerações que nem sempre entendem todas as questões que nós trazemos ou nem sempre tiveram a oportunidade de refletir sobre elas como como nós gostávamos idealmente, não é? Falamos questões de racismo, falamos questões de capacitismo, falamos questões de género, que estão disponíveis para aprender e falar sobre, mas que às vezes é a primeira vez que se estão a deparar com aquelas coisas, não é? Então isso foi sim das maiores aprendizagens e dos maiores desafios que eu tive e vou tendo no grupo Safo é conseguir criar grupo que seja, e sabendo que nunca vai acontecer, não é? Mas que consiga ser espaço seguro para todas as pessoas mesmo com experiências de vida muito diferente, muito diferentes. Quando eu digo que não vai ser de todo é porque eu sei e aprendi que isso não é possível a cem por cento. Que eventualmente em alguns momentos, claro sempre alinhado com os nossos valores, vais sempre ter que ceder algumas coisas. Se calhar, vais dar passos mais pequenos a trazer certos assuntos do que crias ou vais andar mais devagar para conseguir acomodar aquela pessoa, não é? E às vezes eu até brinco a dizer as minhas, tipo, fufas cotas tipo, também precisam de estar aqui, não é? Também precisam deste espaço e elas calhar precisam de mais tempo para lá chegar e perceber e elas conseguem e chegam lá, e entendem se calhar ok esta frase é racista, não vou dizer, vou fazer esforço para dizer os pronomes desta pessoa bem.

Claro que é simultâneo, depois é difícil para alguém que tem camadas e camadas de todos os dias levar com racismo e as pessoas, tipo, fazerem missgendering e não dizer bem os pronomes, dar esse tempo. Então este tem sido o desafio, não é? Tipo, como é que encontramos aqui ponto de equilíbrio e acho que tem sido as maiores aprendizagens para mim é esta questão e acho que mais uma vez não é só geral da sociedade, mas é muito específica da comunidade lésbica sem dúvida.

A- Humhum. E já agora aquela pergunta que às vezes as pessoas se esquecem de fazer. Achas que te prejudicou de alguma maneira? A inscrição em grupos de teatro playback?

B- que me prejudicou. Não vejo que me tenha prejudicado, acho que me trouxe, se calhar mais momentos de tensão até fora do teatro playback, mas que são naturais fazem parte também da vida não é? Ou seja, se calhar há coisas para as quais eu estou mais atenta por estar a fazer teatros playback e significa que noutras áreas da minha vida, noutros momentos, seja com a família, seja no trabalho, eu vou estar mais alerta e se calhar vou a reivindicar mais coisas, mas não me prejudica só me dá mais trabalho.

A- Mais politizada, não é? Tem muita coisa.

B- Exatamente.

A - Olha e agora saindo do pessoal indo de novo para o comunitário, como é que sentes que o teatro de playback pode ajudar outras pessoas?

B - Então acho que há várias camadas. Bem, a camada assim mais, a primeira de todas tem a ver com criar espaço um seguro em que as pessoas podem ser vulneráveis e aqui falamos desde quem faz teatro playback como quem vai assistir a teatro playback, porque nos ensaios nós também para podermos treinar esta ferramenta, não é? Este tipo de teatro temos sempre momento onde fazemos uma espécie de performance com as pessoas do ensaio em que alguém está em palco e alguém está no lugar do que seria o público e vamos rodando, não é? Para nós podermos também treinar, o que seria uma performance de teatro playback e por isso eu acho que, sem dúvida tanto como para quem faz teatro de playback como para quem vai assistir a teatro de playback, ter espaço onde se pode partilhar a sua história e ser vulnerável, é dos grandes benefícios porque acho que isso, não há muito espaço ou são raros os espaços na nossa sociedade, no nosso dia a dia

em que isso acontece. Porque as pessoas têm sempre tendência a ter uma série de cuidados, o que é que os outros vão pensar, o que é que está a aparecer e naquele espaço é o oposto, não é? É o oposto do que tentamos fazer.

Depois para além disso, acho que, lá está, quando falamos de comunidades mais vulneráveis falamos também de haver espaço onde é seguro ser quem eu sou, mesmo que eu, durante vários ensaios, esteja mais em baixo, não queira falar tanto, eu sei que ali, tipo, eu não estou constantemente a ser julgada ou julgado, eu não eu não estou a receber olhares de crítica, mas estou num espaço seguro, não é?

E acho que também, de alguma forma, desenvolvemos ferramentas de escuta que têm impacto, quase de certeza, em todas as pessoas que lá estão no dia a dia, não é? Isto é porque é uma coisa que se treina muito quando nós estamos em palco não é estar a ouvir, e às vezes eu ligo também bocadinho nisto com a ferramenta da comunicação não violenta, embora seja de formas diferentes, há uma forma de ouvir as partilhas diferentes no playback do que há no nosso dia a dia, da mesma forma que na comunicação não violenta, quando estamos a falar com alguém há uma forma de escuta, não é, que é diferente do nosso dia a dia.

Quando ali no dia a dia quando nós estamos a ouvir às vezes até pelo tema estamos já preparados para, estou a pensar que é que eu vou responder em vez de estar a ouvir a pessoa, ao que quero é estar a dar muitos conselhos porque sinto que preciso muito de ajudar. No Teatro Playback a ideia é estar completamente disponível para o que a pessoa traz, claro. Temos ali uma figura que está a mediar, não é? Esta conversa ou co-construir, mas há uma disponibilidade na disputa diferente do que temos no nosso dia a dia, nas nossas relações pessoais mesmo. E acho que que isso é assim uma ferramenta grande para qualquer área da nossa vida, diria. Eu sinto que o teatro de playback não só

para a minha vida pessoal como mesmo para a minha vida profissional trouxe uma forma de escutar muito diferente daquilo que estou habituada.

A - Boa. E vou fazer outra vez a pergunta e prejudicar. Achas que o Teatro playback pode prejudicar nalgumas circunstâncias?

B- Acho que o teatro playback pode prejudicar. Olha, eu acho que, como não é específico do teatro playback, mas acho que como qualquer outra ferramenta e ou profissão, se calhar diria que o mesmo pode acontecer com psicólogos, acho que o único risco que corremos é se nós achamos que já fazemos trabalho tão incrível a nível social já somos tão bons que já não temos mais nada para aprender, não é? Acho que isso é risco que se corre, mas que não é o único do teatro playback que é achar que já aprendi tudo, achar que já faço justiça social suficiente.

Estou a dizer isto porque felizmente acho que não acontece nos grupos onde eu estou, mas percebo que algumas pessoas, tanto no teatro playback como na psicologia, áreas sociais e humanas, atingem às vezes ali patamar de já sou progressista o suficiente, já não tenho nada a trabalhar. E acho que é um risco que se calhar que nós que fazemos teatro playback temos que estar atentos porque pode acontecer não é? Se não nos pusermos em causa constantemente e se não pensarmos, lá está, se não refletirmos e discutirmos em grupo uma série de questões e podermos ter diferentes opiniões, vamos chegar num momento onde achamos que já estamos no auge do nosso da nossa justiça social e de sermos progressistas e isso é perigoso. Então acho que é uma coisa que temos que estar com atenção e que pode ser prejudicial.

A- Humhum. Olha, estou agora, a parte final tem a ver então com estas intervenções com infância, adolescência e vou começar pelo pessoal. Tu achas que, pronto, no nosso tempo, acho que ainda não existia, no nosso tempo de infância e adolescência não havia playback aqui em Portugal, tanto quanto eu sei. Achas que te teria

se teria ajudado, de alguma maneira, em contactares durante a tua adolescência com o Theatros Playback?

B- Sim, acho que sim. Eu fiz teatro por acaso quando estava, fiz sempre teatro desde pequena, desde que me lembro e fiz teatro também no secundário e acho que teria sido uma ferramenta super interessante. O teatro que eu fiz foi o baixo clássico, não é? Ou seja, eu só contactei com improvisado quando entrei no ISPA, mas acho que teria sido uma ferramenta mesmo muito boa para mim e para colegas, para professores, se calhar para nos compreendermos bocadinho melhor e até nos vulnerabilizarmos bocadinho mais do que aquilo que a escola permite. Sem dúvida.

A - E agora indo já diretamente à tua experiência com as campanhas nas escolas, queria começar assim com uma coisa geral. Como é que foi a experiência geral de visitar as escolas, contactar as jovens e os jovens que beneficiaram das campanhas e depois falarmos bocadinho de aspetos mais positivos, mais negativos que possam recordar. Bom, isto a sabe vai surgir assim mais uma sequência.

B - Bem, acho que a experiência foi um mix, não é? Porque, pronto, eu já eu trabalho também em escolas então já tenho algum contacto com este meio, mas foi um mix porquê? Porque. Acho que a estrutura existe na escola e a forma como como a escola também encara estas estas ferramentas e estas visitas de projetos, não é, é sempre desafiantes. Acho que é preciso que haja já trabalho muito grande dos professores para com estas turmas e da comunidade escolar para que os alunos consigam ser vulneráveis connosco e é difícil, nem sempre isto acontece.

É muito desafiante também porque os professores muitas vezes ou tentou-se pelo menos que tivessem sempre presentes nas performances, mas a presença deles às vezes impede uma série de partilhas e tivemos as experiências das duas formas, tivemos experiências incríveis com miúdos até relativamente mais novos estamos a falar, tenho

ideia que quinto ou sexto ano foi uma das primeiras que tivemos em que houve partilhas incríveis sobre as suas vidas, as dificuldades que passavam, até questões familiares e claramente percebia-se que havia trabalho da daquelas professoras e daquela comunidade em acolher as emoções, sejam elas de que tipo forem destes alunos, e depois noutras escolas tivemos experiências muito difíceis, onde claramente havia receio por parte dos jovens de partilhar de o que é que a seguir vai acontecer se eu partilhar isto neste local, não é? Qual é a consequência de eu partilhar o que eu estou a sentir. Então foi mesmo assim desafio interessante assim tivemos onde as pessoas no fim agradecemos-nos imenso vieram-nos abraçar, a chorar, a dizer, ai que bom foi tão bom espero que consigam voltar e noutros onde tivemos tipo em constante tensão, em que há burburinho, há miúdos a falarem simultâneo, os professores depois também têm uma atitude muito de castigo, não é? De berrar, calem-se, estejam atentos, não sei quê. Então, foi assim mesmo difícil e acho que isto tem tudo a ver com como é que a comunidade escolar consegue construir uma relação com estes alunos ao longo do percurso para eles poderem sentir-se independentemente da sua idade porque há idades, as idades vão tendo diferentes desafios não é? Sentir-se à vontade para partilhar o que quiserem naquele espaço e isso não é nada fácil.

E acho que seria interessante, se calhar, se fosse uma coisa até pensando no futuro, não é? Mais que perdurar-se ao longo do tempo com a mesma turma, por exemplo, mas várias vezes estar com a mesma turma. Que acho que isso também é desafio, mas uma vez com uma turma ou temos uma sorte que realmente há uma ótima relação e há, claramente já um trabalho sobre emoções feito ali, ou então pode ser mesmo tipo super estressante, até às vezes mais para quem está, não só para quem está a assistir mas até para quem está em palco, às vezes é tipo super estressante, não estamos a chegar aos aos

jovens, não estamos a estamos a perceber que há coisas que não estão a ser ditas e que que estão, não é, tipo a pairar no ar. É interessante e super desafiante.

A – Estava pensar na, eu não sei se se a aluna que com nos dados de dar para lá que fez uma análise por escola, tu lembras de qual foi essa escola no início que que se sentiram super bem recebidas não sei quê

B - Diria antes que Foi uma na margem sul, eu consigo recuperar essa informação, tem até que foi uma na margem sul e foi e é muito interessante é que foram os mais novos, ou seja, foram país e alunos de quinto ano, que foram super vulneráveis e os que nós apanhámos depois mais velhos já secundário, super fechados. Claro que eu acho que, fase de vida em questão influencia, sim, mas acho que estes alunos que estão no quinto ano e a ter esta experiência de nós estamos aqui para vocês podem partilhar as vossas emoções, podem partilhar as vossas questões, vão chegar ao secundário claramente com outra perspetiva do que é que é isto, não é? De vulnerabilizar-me, acho que foi uma em na margem sul não sei se foi em azeitão mas eu consigo recuperar isso.

A - Ok. Olha outros aspetos positivos e negativos dessas visitas, este pareceu-me super interessante mas assim que recortes ou coisas que te lembras em particular assim que tenham ficado já acho que já disseste uma não é? Mas...

B - Acho que há também é importante também por exemplo quando estamos a fazer o papel da condução e na primeira performance que fiz eu, e depois noutras outras pessoas do grupo começaram a experimentar que é ter aqui, ou seja, o playback tem sim algumas regras, não é? Não só nas formas como depois na forma como conduzes, e quando falamos de crianças, quando falamos de jovens, acho que é importante ser flexível com algumas destas regras, que não são regras fechadas, não é? Mas ter essa flexibilidade o que é que tu precisas de fazer para flexibilizar isto. E por exemplo, às vezes tu tens que, há aluno que quer contar uma coisa, mas diz que quer contar ao teu ouvido. E o que é que

tu faças com isto, não é? Porque é suposto quem está em palco ouvir também as histórias e tu percebes que ou tu assedes ao pedido ou ele não vai ter a oportunidade de contar a sua história, não é? Então naquele momento tens que improvisar, não é, e dizer ok então pode ser. Vais ao pé do aluno ou ele vai ao pé de ti e tu estás a ouvir a história e estás a repetir, ok, então eu vou contar o que estás a contar, é isto, e estás a repetir em simultâneo.

E isto aconteceu pelo menos uma vez, não sei se mais, e foi super importante porque foram pessoas que, calhar não iam contar a sua história, não iam fazer a sua partilha e ficaram super emocionadas, foi muito importante e tens que estar tens que estar disponível para isto, seja a falar ao ouvido, seja por exemplo, de repente há um tema em que dez miúdos põem a mão no ar e tu ficas tipo não temos tempo para mais dez histórias, mas percebes que hoje não se dá a relacionar, então tens que ir perguntar quem é que se relaciona com isto, quem é que também já passou por isto, não é? E e agregar todas essas emoções tipo de vários miúdos sobre aquele tema no palco, acho que tem estado mesmo completamente preparado para flexibilizar e improvisar. Com estas idades então, principalmente os mais novos, super importantes.

A- Houve algum feedback de algum destes jovens ou até de algum professor que tenha ficado assim no fim ou assim?

B- Sim, acho que é, nesta de quinto ano ouvi imensas miúdos dizerem ter connosco e a agradecer e a dizer que gostaram muito, gostavam que nós voltássemos. Os professores também, houve professores que deram feedback importante. Acho que esta primeira foi o que me marcou mais, a de quinto ano. Depois houve uma que eu não fui, ou seja, o grupo também acabou por conseguir fazer isto de forma mais autónoma, nós fizemos três ou quatro performances, acho que este do quinto ano foi o que me marcou mais, foi o que tivemos assim feedback mais, no momento, no fim, sim.

A- Bom. Bem a última pergunta e volta à questão. Pessoal tu desde que entraste para o playback, e depois para o playback para o para o grupo do Clube SAFO, a nível pessoal das tuas relações próximas, família, amigos, trabalho, sentiste diferenças relacionais?

B- Sim, desde que entrei no playback, em verdade já foi imenso tempo, então também, às vezes é difícil distinguir o que é que influenciou o quê, não é? Mas acho que, sim, sem dúvida porque, ou seja, desde que entrei no playback depois, de alguma forma e acho que se calhar quase todas as pessoas que fazem playback e que tenham relações familiares que mantêm, têm esta esta esta experiência que é, é eventualmente tu levas tipo os teus amigos, a tua família a ver teatros playback, não é? Tu fazes performances e as pessoas vão ver teatros playback e eventualmente podem partilhar histórias que já aconteceu comigo, não é? E acho que isso, sem dúvida que tem impacto grande, porque há interesse depois as pessoas falam tipo, ah mas como é que vocês fazem aquilo, que interessante ou ficam emocionada, gostam, partilham entre si, então acho que tem impacto nem que seja, falarmos sobre as questões que nós abordamos na performance, porque é que nós dizemos de alguma série de coisas ao início que tem a ver com os nossos valores, eventualmente comesças a partilhar também coisas que falas nos ensaios, temas que preparas e portanto, vais também de alguma forma incluindo tipo as tuas relações pessoais pelo menos comigo aconteceu nesta área da tua vida, não é? Quando comesças a fazer teatros playback comesças também a falar de justiça social e outras coisas de outra forma com as pessoas que te relacionas.

E depois especificamente quando passei para o clube Safo, quando também comecei a estar no grupo do clube Safo. Acho que também fui criando na realidade outra rede de amizades que vieram daí, então outras questões se puseram, outras questões se começaram a partilhar novas que, se calhar, ao fim de vários anos de playback, lá está,

imaginei que não ia haver muitas questões novas e diferentes a aparecer e houve imensas. Portanto, acho que sim, acho que teve acho que teve impacto e acho que põe-nos a falar de uma série de coisas que se calhar não iríamos falar de forma tão intensa, tipo a vulnerabilidade, o à-vontade em palco, se não fizéssemos playback.

A- Esta já não está no guião, mas como tu tens uma visão muito próxima e também muito elaborada sobre estes processos, penso que tu sabes aliás tenho a certeza que sabes que usar o dar palco à diferença em termos de resultados quantitativos e a sensibilização pós direitos humanos teve resultados paradoxais. Entre o pré e pós não houve aumentos nem diminuições, manteve-se. Sabemos que houve subgrupos que que que melhoraram muito e subgrupos que que pioraram. Qual é a tua perspetiva sobre isto? Que se tivesses que interpretar estes resultados, como é que as interpretarias, quero também lembrar que é importante que o contexto político em Portugal estava muito particular naquele momento. Não é? E o momento, anos muito complicados com a queda do Governo provocado pela crise, enfim. Portanto estava, a sociedade e acho que tem, e nós fomos trabalhar com direitos humanos, portanto era dos temas mais falados nas campanhas eleitorais. Mas pronto.

B- Olha, eu acho que se calhar tem mesmo a ver com aquilo que eu estava a falar há pouco, que é, obviu que uma performance de playback pode ter impacto enorme numa duas turmas, não é? E nestes miúdos, mas temos também que nos lembrar que, só nós também regressarmos ao tempo em enganávamos na escola, o que é que é dia, não é? Tipo, na vida destes alunos. O que é que é uma performance na vida destes alunos? Dependendo das idades, no geral, não é, mas se calhar quando estás no secundário então estás a viver imensa coisa internamente, mas também externamente, não é? Tens a questão de ter bons resultados na escola, se se calhar tens questões familiares, se calhar tens questões até económicas, não é? Há muita coisa a acontecer na tua vida e na tua vida

interna. Então eu acho que, uma performance pode ter impacto enorme, agora a longo prazo como nós gostávamos que tivesse, não é? Pensando no momento pré, no momento pós-teste, eu acho que, para obtermos resultados realmente, com o impacto, não é? Eu acho que seria importante mais performance de a teatro playback porque eu não acho que seja, vamos dizer, em duas horas, duas horas e meia, que nós conseguimos alterar a fundo a opinião ou a atitude de alguns destes jovens.

Não significa que não tenha havido impacto enorme em alguns, mas temos que pensar que é preciso que depois haja continuidade nisto, não é? Se nós vamos fazer uma performance de playback, mesmo havendo momento de preparação anterior e havendo uma conversa depois, mas se depois, por exemplo, nesta escola, com estes professores e em casa nunca mais se fala destes assuntos ou quando se fala dos assuntos, se calhar, nós não sabemos, não é? Pode-se falar até de uma forma oposta àquilo que nós tentamos trabalhar. Falaste na conjuntura política, não é isso? É muito a mãe, dos pais, da família, como é que eles pensam, como é que vêm a diversidades existente no mundo, então, eu não sei se uma performance de playback tem na realidade impacto suficiente para manter ao longo do tempo esta reflexão sobre os direitos humanos e se não haver trabalho na escola de continuidade, acho que é muito difícil haver mudança real e por isso eu diria que tem a ver com isso, que não é suficiente uma performance não havendo continuidade de trabalho, seja com mais performance de arte playback seja os professores fazerem trabalho sobre direitos humanos, trazerem assunto à sala que nós não sabemos se acontece realmente não é, e as escolas têm muitos projetos a acontecer em simultâneo e às vezes estas coisas são bocadinho para cumprir papel não é?

Tivemos aqui, temos aqui, tivemos esta atividade, mas nem sempre há continuidade e pá e isto é dia na vida daqueles miúdos que têm bué de coisas a acontecer na cabeça deles, não é? Acho difícil que com uma performance haja impacto assim tão

grande que depois mostre resultados por investigação, acho que tem a ver com isso. Não é que o playback não tenha esta possibilidade de impacto, mas é preciso da continuidade. E acho que isso é como qualquer projeto que se traga a uma escola, tipo, sem dúvida.

A- E a quem teve mais continuidade, de facto, foram as pessoas do juro por projeto do playback, por isso é que nós estamos também. Exatamente. Essas continuam.

Entrevista 3

Neste computador. Pronto. Já está. Ok. Então obrigado.

A - Só lembrar então que depois enviar-te e ei o tal consentimento informado pedir não só autorização para usar os dados como preferir a remoção e que obviamente se em algum momento se sentir desconfortável e quiseres não continuar, podemos fazer isso e que os dados depois serão destruídos, serão anonimizados, os dados digo as gravações, e transcrições serão anonimizadas, portanto, não pode não nunca se poderá relacionar uma pessoa concreta com alguma afirmação. Pronto. Posto isto e agradecendo-te uma vez mais, esta entrevista tem a ver com a tua participação no projeto dar palco à diferença e num grupo de teatro playback que foi incubado dentro desse projeto, que foi às escolas fazer campanhas através do Teatro playback na área dos direitos humanos. Eu queria começar, assim numa espécie de aquecimento para perguntar o que é que te levou a entrar para este grupo quando quando o resolveste entrar. Sim.

B - Eu no início não tinha pretensão nenhuma, eu eu fiquei sabendo do projeto através de uma amiga que estudava na U Lisboa, na faculdade de psicologia, e ela falou que era teatro playback, eu não sabia né o que que era teatro playback mas só a palavra teatro que foi a palavra teatro que me fez querer entrar, né? E porque eu tinha feito no colégio assim, então eu pensei mais uma atividade pra eu fazer também justamente porque

não, enfim, eu não estava muito integrada aqui também, então acho que seria bom eu ter uma atividade pra eu fazer mas foi sem pretensão nenhuma.

A- Agora que acabaste de dizer, falaste da integração e tudo o mais tu, como se costuma dizer, usar este palavrão da interseccionalidade, tu u pertences a várias subcomunidades que podemos dizer que têm menos privilégios do que

B - Sim.

A- Isso teve alguma influência. A tua pertença a várias dessas comunidades teve alguma influência nessa tua motivação inicial ou foi ou foi foi-se tornado importante? Como é que foi?

B - Não, no início não, não, não, foi bem isso, foi se tornando importante ao longo do caminho, né, com o grupo e tudo, mas no começo, ou seja, essa não era, se eu entendi bem a pergunta, né? Minha, a minha ideia de entrar não tinha a ver com, enfim, com o fato de eu ser de eu ser negra, de ser mulher, de ser imigrante, né? Porque eu também não sabia que o que o projeto era focado nos direitos humanos. Depois que eu fui, enfim, descobrindo uma, me encontrando mais com essas questões com grupo e tudo né?

A - Já agora tu há quanto tempo praticas este teatro playback? Eu sei mas isto convém

B - Eu pratico teatro playback, agora dois anos e meio por aí é o tempo do do projeto né e todo o tempo do projeto

A - Acho que vai já já vais quase para os três anos mais

B- Pois é nossa passa muito rápido é incrível mas então é isso quase três anos. A

A - Queria te perguntar fazer uma pergunta em duas fases. Uma é mais geral. O que é que para ti apresenta o teatro playback e depois podemos responder a essa e depois ir para a seguinte. E na tua ligação com estas comunidades a que tu pertences, como é que

relacionas também o teatros playback? Mas em geral o que é que representa para ti o teatros playback?

B - Olha eu poderia dizer muitas coisas né? Mas acho que eu vou dizer o que representa pra mim hoje, né? Pra mim a gente brinca assim né? Que basicamente a gente usa momento de teatro playback pra como terapia né? A gente, ou seja. Eu eu uso o teatro playback como terapia, porque é momento, né? Que eu tenho enfim pra falar das minhas questões seja simples como eu estou me sentindo na semana ou se acontecer uma coisa muito boa ou que se alguma coisa me aborreceu. Então eu tenho esse espaço onde eu posso compartilhar e sem julgamento, né? Isso que eu acho muito bonito assim, ou seja, que às vezes quando a gente vai, falar assim de algum ponto da nossa vida pra alguém, né? Tipo às vezes a pessoa pensa que a gente está pedindo conselho ou coisa assim e às vezes a gente só quer falar, né? Então eu acho bonito isso da gente simplesmente falar e aceitar assim, a seja a raiva da pessoa, alegria, tristeza né? Então pra mim resumidamente o teatro playback representa momento de terapia em grupo assim e onde posso dizer que eu me é que eu me reconecto com o meu lado mais humano, Né? Porque eu não tenho essa oportunidade em outros em outros lugares, então, é isso.

A - E se formos agora para as várias camadas de desprivilejo eu não sei como é a melhor maneira de lhes chamar, Não é? Que tem a ver com a tua com as tuas identidades. Como é que relacionas o teatro de playback e a tua inscrição no teatro de playback com.

B- Humhum está com o facto de eu ser, enfim, mulher negra

A- Por exemplo.

B- Como é que eu relaciono? Eu relaciono muito né? Assim porque como eu já falei tantas vezes né o nosso grupo enfim é muito diverso e foram surgindo mais essas questões de discriminação racismo e xenofobia né? E justamente porque enfim tem pessoas de vários de vários lugares ali, então eu acho que o teatro play back justamente

com esse grupo né? Me fez entender mais o meu processo aqui. Ou seja, que eu não eu não percebi que eu sofria coisas, que eu sofria coisas, né? Por ser imigrante, então eu encontro grupo, né, de pessoas que, que me acolhe com isso. E, e também assim porque são pessoas lá que que desenvolveram já essas essas, essas questões e e tem essas questões também então eu aprendi muito com essas pessoas né, e pronto então eu conecto mais mais assim né ou seja que eu aprendo muito com essas pessoas porque elas também querem mundo mais justo e enxergam também as as injustiças né? Então é bom, ou seja, pra mim eu eu me senti mais confortável com com esses temas porque justamente tem também essas pessoas que estão dizendo: não espera aí, tem outras pessoas que não são privilegiadas né então e é eu até digo que acho que foi com o grupo também que começou o meu despertar né pra pra o tema racial claro eu sempre tive a ideia, portanto, eu sou negra, sei que tem racismo e coisa e tal. Mas eu acho que acabou abrindo também muito mais a minha cabeça pra essas coisas.

A - Sentes que te ajudou em alguns aspetos e sim em que ou como?

B - Com toda certeza assim, me ajudou. Justamente porque eu senti que que a minha voz era validada ali, né? Porque, por exemplo se tu vai sei lá na rua falar que alguma coisa é racista coisa e tal às vezes as pessoas vêm justificar: não mas que isso não é é só uma brincadeira e coisa e tal e coisa, que ou seja eu estou contando pra uma pessoa que uma certa ação me fere e essa pessoa está tentando tipo invalidada né? A minha voz. E encontrar grupo né? Onde onde né eu sou ouvida e e validada né? Ou seja não não estou desmerecendo a violência né que que eu sofro. Me dá certo empoderamento assim né? Sabe espera aí eu não estou sozinha né? Então e acho importante isso vir também de pessoas, justamente privilegiadas né? Pronto.

A - E se sentes que que houve algum aspeto em que possas ter sido prejudicada neste processo e no teu contacto com o teatro Playback e se sim como.

B -Prejudicada. Nossa, ótima questão.

A- Nós fazemos sempre que nos esquecemos às vezes, só perguntamos pelos lados positivos, mas também saber de lados que possam ter sido prejudiciais.

B - Não não vejo, não é? Assim, tem desafios que a gente encontra ali em grupos e tal mas agora a gente me prejudicou, não, eu não consigo pensar em em nada agora.

A - Se surgir algum ao longo da entrevista podemos voltar

B - Sim.

A - E em relação a outras pessoas como é que se achas que pode e se sim como é que o teatro de playback pode ajudar outras pessoas?

B - Eu acho que pode ajudar, primeiramente através da consciência corporal né que o teatro Playback me trouxe isso também, né, e foi através da consciência corporal que eu comecei a perceber que o corpo também guarda, guarda memórias, né? E acho que pra além disso, acho que pode ajudar, nessa questão da pessoa encontrar espaço onde ela pode partilhar essas questões, e não ser julgada apenas ser ouvida, né? E claro pra além de de de da da integração né que foi justamente muito importante pra mim e tal que eu era muito sozinha, né, aqui em Portugal e pronto não tinha uma rede assim social e foi depois do teatro play back que eu comecei a ter até até mais contato assim justamente a gostar casualmente foi quando eu comecei a gostar mais de Portugal né? Porque assim sentia muito só e tudo, então é.

A- Não me esquecerei da tua mãe numa das nossas atuações.

B - Ah sim.

A- Olha, fazemos sempre esta pergunta quando perguntamos por benefícios também e achas que o teatro playback para outras pessoas pode, algum aspeto que possa ser prejudicial?

B- Prejudicial, pô.

A - Se não surgir, surgir mais à frente tudo bem.

B - Eu não, então, prejudicial, Eu não digo prejudicial, é que tu falou e depois eu lembrei, né? Eu não sei se se se é prejudicial, mas ainda assim me toca a questão de eu ser justamente uma das poucas mulheres negras na nesse meio do teatro, né, das artes que a gente sabe que é que é mais elitizado, né? Então às vezes eu já tive muitos questionamentos, né? Justamente continuar no grupo se eu queria continuar ou não justamente, por me sentir muito solitária. Mas isso é em vários cenários né? Seja no teatro na faculdade também né? E pronto só que como chegou momento que eu comecei a prestar mais atenção nessas questões e como me afetava. Então me trouxe me trouxe esse desejo né de ter mais pessoas no caso parecidas comigo nessa questão né? E pronto é isso Então, mas eu não digo que é, não sei se é prejudicial porque é uma coisa que tem que eu encontro em várias cenários, né? Mas que a arte também, né, se apresenta assim.

A – Olha, um dos aspetos que nós estamos a tentar focar tem a ver com a infância e a adolescência. Vamos começar por uma coisa indireta, mas que tem a ver contigo que é, se te imaginares na tua infância e na tua adolescência achas que o teatro playback poderia ter ajudado nalguma coisa, nessa altura? Se tivesse tido contacto com o teatro playback?

B- Sim, com toda certeza. Com toda certeza. Porque acho que, tu diz assim desde a infância mesmo. É isso? Sim.

A - Criança a adolescência o que o que o que surgir?

B - Ah com toda a certeza. Não dei, eu tive, eu acho que eu tive mais essa percepção essa percepção justamente quando eu fui nas escolas e vi ali os miúdos partilhando e emocionados assim. E acho que principalmente na fase da adolescência ali né? Porque a gente passa por tanta coisa na escola. E eu acho que se eu tivesse lugar onde eu pudesse, falar das de algumas coisas, eu, tanto que não teria passado por outras coisas e teria me sentido forte pra enfrentar outros momentos, né? Então, acho que só o fato de falar e ser validada, né? E pronto. E eu fiquei como eu disse fiquei mais com essa percepção, eu com essa noção vendo os meninos lá. Falarem. Tipo tão profundas que eu não teria coragem de falar se eu tivesse na idade deles. Né? Então assim, foi uma coisa que me tocou muito.

A - Então ia para aí que é assim dos objetivos pra nós é entender como é que foi a experiência nas escolas, o que é que aconteceu nas escolas, como é que foi para ti a experiência de visitar estas escolas, contatar os jovens e as jovens que que beneficiaram desta campanha, aspetos positivos, aspetos negativos, coisas diferentes.

B - Inicialmente pra mim eu estava eu estava muito nervosa. Né? Justamente porque enfim já passei por muito bullying no colégio, então eu estava com receio de como os meninos iam nos receber ou seja se iam fazer muita piada e coisa e tal né então enfim por causa dessa consequência do bullying né? Então quando eu me apresento prá pessoas a primeira coisa que eu penso essas pessoas não vão fazer muita piada com enfim com a nossa com a ou com a nossa apresentação. Mas como eu disse né antes foi durante assim o processo foi muito intenso assim principalmente a primeira né? É a escola que é primeira turma que a gente foi, e ver eles se se abrindo assim, foi muito emocionante principalmente na pré performance, né? Teve uma menina que partilhou, sobre ela sentir discriminada por causa do cabelo e claro me identifiquei super com ela. E fiquei muito emocionada e me senti muito conectada assim com eles de querer ajudar eles assim. E aspetos negativos eu ia dizer que a gente vai lá ver eles falando e da tipo como é que a

gente pode fazer mais né? Dar uma vontade de fazer mais que a gente teve pra mim do compartilhou que tinha uma professora que falava sobre o sotaque deles né? Menino brasileiro né? Dizendo que eles vieram ali pra estragar o português e tudo mais então a gente vê isso acontecendo e dá vontade de fazer mais coisa espera aí os alunos estão partilhando isso como é que como é que a escola vai corrigir isso né ou vai fazer alguma coisa por esses miúdos mas claro a gente está ali só pra fazer isso então o aspecto negativo foi esse não poder fazer mais, uns sentimentos tipo de impotência. É claro que isso só isso já acho que já ajudou eles né? Poderem partilhar ali na frente de outros professores que isso está acontecendo também. Mas pronto, acho que é isso de querer poder fazer mais né? E vê que tem bullying claro e ali entre eles né? E que não é, não é, muita coisa não é não é feita, né?

A - Olha, voltando ao teu pessoal, tu, nestes dois anos e meio que estás no teatro Playback sentiste diferenças nas tuas relações próximas com a família, com amigos, com trabalho, com colegas. Sentiste diferenças nas tuas relações? Devido à tua inscrição no teatro de playback?

B - Eu estou sentindo mais agora, né? Então, sinto diferença no sentido de falar de alguma de alguma questão. Ou seja, sem medo, né? Ou seja, dizer falar as minhas necessidades, né? E me posicionar mais. Seja alguma coisa simples com familiares ou com colegas, né? Sem medo, então eu diria que eu estou sentindo mais agora porque sinto que eu tenho menos medo de falar as coisas, né? Quando eu preciso né? Claro não assim perfeitamente né? Que eu ainda sou muito retraída, mas, eu já me sinto mais, pronto é nesse sentido.

A - Boa. Em relação a todas estas campanhas, a todo este processo, se tem alguma coisa final que quer estamos mesmo a capaz que queiras, assim que tenha surgido ao longo da entrevista ou que esteja presente agora e que queiras referir, não é obrigatório,

isto não está no guião, Por acaso tenho alguma, uma que não está no guião e que fiz às pessoas que entrevistei que é que tem a ver com a minha introdução. Penso que sabes que os resultados, então, quantitativos dos inquéritos que fizemos aos miúdos foram bocado paradoxais, que Percebemos que houve pessoas que evoluíram na sua, miúdos jovens na sua obtenção, da importância da sensibilidade aos direitos humanos, mas também houve reações à nossa passagem pelas escolas de pessoas que, se não sei, se sentiram costas em causa e que terão nos questionários a isso. Ou seja, os resultados não se, no ideal nós teríamos passado por lá e os miúdos tinham ficado muito mais sensíveis aos direitos humanos, mas não foi exatamente isso que aconteceu. Tens alguma ideia, como tu tiveste lá? O que é que possa explicar esse resultado, vamos lhes chamar assim menos positivos ou que não foram de acordo com a nossa expectativa, o que é que pode explicar isso?

B - O porquê de, ou seja, de não ter alcançado o sucesso que nós que nós queríamos.

A - Do ponto de vista quantitativo, só estamos a dizer num questionário sobre sensibilidade aos direitos humanos parece não ter havido diferenças entre antes e depois. E nós estamos a tentar isto é fora do guião, estamos mesmo a tentar perceber que razões é que terão por trás desse dessa não diferença entre o antes e o depois. O que é que seria a tua hipótese principal ou coisa ou coisas que tenhas observado que possam ajudar a pensar isto?

B - Acho que é, uma porque é uma coisa que está muito enraizada. Né? Ou seja, quem os miúdos ali. Né? Que fere nos direitos humanos já, enfim já estão muito fechado ali na sua Bolha. Na sua bolha né então é difícil, tocar assim né, nessas pessoas e fazerem elas perceberem. Enfim que existe assim é importante, né? Os os direitos humanos, né?

E eu diria pelo tempo também, né? Se a gente fizesse mais vezes, eu acho que talvez pudesse surtir mais efeito com uma mesma turma né? Mais efeito assim.

A - Toda a gente disse isso toda a gente disse isso.

Entrevista 4

A- Pronto, então depois envio-te o consentimento informado que já te falei mesmo. E queria-te perguntar assim a primeira pergunta, o WormUp Total, o que é que te levou a entrar para grupo de teatro playback por acaso nem é este em que estás agora, Foi outro para começares Mas o que é que te levou lá?

B - É o que me levou lá pra já foi, era uma hipótese de fazer teatro mas, no caso em particular, era o grupo que era grupo queer e de pessoas não binárias, e sáficas, e essa proposta de fazer teatro nesse contexto e para os direitos humanos foi aquilo que me levou a ir experimentar.

A - Humhum. E tem a ver com a tua própria pertença a uma à comunidade LGBTI +?

B - Sim. Era para porque é difícil, para eu estar em espaços queer né, eu pertencendo à comunidade identificando, não só em termos do género mas também da orientação sexual com, né com o não binarismo e com, bom não como lésbica mas com as pessoas sáficas, e é difícil encontrar espaços queers, onde uma pessoa possa fazer destas coisas em segurança e, da arte no fundo, e ainda mais com a ideia de que isto servia como ativismo, e foi aquilo que me levou a fazê-lo.

A - Boa. Há quanto tempo é que começaste a praticar playback?

B - Ai. Quando é que começou o projeto foi? Vai dois anos e meio talvez qualquer coisa assim

A - Não acho que já vai mais. Três.

B - Sim talvez sim. Sim.

A - O projeto começou há três só que eu não sei se começou logo com os contatos com as com as Associações, mas sim.

B - Sim sim começou logo nesta ativação de abertura e depois começaram logo com as com as diferentes associações, no final do ano. Então sim. Sim

A - para ti depois desta viagem o que é que, ou durante esta viagem, o que é que representa o Teatro Playback em geral para começar?

B - Ainda no outro dia estava no imediato e estava a me a exaltar, porque estavam ali a falar do fluir da condução, eu tive que parar pra dizer que, que o playback pra mim é um lugar de grande responsabilidade. Eu faço o playback não só para meu desfrute, para fazer a arte, para me inserir socialmente, mas pelo potencial de impacto que o playback tem, não só em quem o faz, mas também em quem assiste, não é? Porque o playback não existe se não tiverem pessoas para contar histórias.

E então o playback para mim acaba por ser lugar de ressignificação conjunta, com potencial de sanamento e de criação de união né, de comunidade independentemente de se as pessoas pertencem aos mesmos grupos identitários, vêm aquilo, o playback bem feito une, e traz a consciência àquilo que se passa acho, que é isso, mais do que ter julgamento sobre aquilo que se passa o playback traz assim olha está aqui é isto está-se a passar isto e depois isso tem efeitos em quem faz e em quem assiste quer tenha contado ou não. Tem muito potencial, é espaço com muito potencial, mas também é espaço de muita responsabilidade.

A - O que tu respondes-te gostei muito, porque eu acho que para esta última palavra que eu que eu usei foi até boa aqui porque no que representa para ti o teatro playback em geral, e tu falaste em geral, mas agora vou-te pedir para especificar. E enquanto ligada às questões da entidade sexual, de género, da comunidade LGBTI, como

é que especificas isso acho eu agora és, isso que acabaste de dizer para o caso concreto desta comunidade.

B- Bom, para já, funcionando com, pensando só no grupo, não é? Criarmos espaço em que, nós temos grupo só de pessoas queer, e temos a sorte de ser grupo diverso com pessoas queer neurodivergentes, migrantes, pessoas trans, pessoas x, pessoas lésbicas, bi, gay tipo, somos diversos, é fixe! E começa por nos unir no grupo nós de repente começamos a perceber como mesmo que as nossas identidades difiram. Há experiências que nós temos que são muito semelhantes, e além disso também traz as diferenças e dá para perceber onde é que podemos ter comportamentos que oprimem dentro da comunidade e nos permitem quebrar essas barreiras.

Além de criar também rede de apoio, através do playback, e destas pessoas eu consegui agora tipo, em coisa duma semana, arranjar uma consulta de psicologia para uma das pessoas no meu grupo, porque a rede existe e eu ativei a rede, tipo isto, é incrível, não é esta pessoa não teria acesso a este cuidado e agora, assim, tem, tipo brutal. Depois, quando estou com as pessoas, em sei lá se eu pensar nas campanhas em particular, ainda pensando na perspetiva do grupo, poder performar para as crianças, e ver as crianças LGBT terem ou à vontade de trazer as suas histórias, de se exporem ali, não é, ver o, o impacto que tem. Eu, tive uma performance, em que eu conduzi as histórias todas que surgiram eram das crianças e jovens né ali, aquelas charneirazinha pré adolescente quase, tipo a falar da, das suas orientações sexuais, de das suas orientações relacionais, que era uma coisa que eu não sabia que já se estava a passar, que as crianças já tinham ali né poderem falar de não monogamias, trazerem as questões, familiares e como é que as orientações sexuais ou as identidades de géneros afetam nas relações, na escola, na família, nas relações românticas, que começam a existir, tipo e

haver, criarmos o espaço e recebermos esta confiança e percebemos como o mundo está a andar, eu acho que para nós é muito bom.

Do lado, do outro lado lá, é isso, é isso, aquelas elas crianças falam! eu tive numa performance em que as histórias que se ouviram mais, foram histórias de pretensas de grupos né minoritários isto é, difícil de acontecer estas são as vozes que costumam estar caladas. É pô e ali, tiveram espaço e foram ouvidas e foram vistas porque o playback também faz isso né como é visual, tipo, faz a pessoa ser vista sem estar a ser ela. Acho que sim ser vista por toda a gente.

E é, é duro às vezes é, É muita dor a gente recebe ali coisas muito difíceis, de ouvir, acho que o mais difícil é não, não sabermos o que é que o que é que acontece depois, mas, criar espaços seguros pra estas vozes serem ouvidas pra estas experiências serem vistas para aumentar a probabilidade de serem compreendidas pelas pessoas que as rodeiam até muitas vezes pelas pessoas que são as agressoras nas histórias. Que estão presentes não é? Há crianças que a pessoa não é a pessoa que me faz bullying que está aqui. Eu mas mesmo assim eu vou contar.

Tipo, é incrível porque em geral a gente esconde o conflito põe para debaixo do tapete não é? Estas pessoas continuam a sofrer e as pessoas que agridem não são chamadas à responsabilidade ou pelo menos não assim, não é? Não para se verem, são reprimidas mas não, não têm espaço também pra reflexão e para empatia e eu acho que o Playback cria isso. Para esta comunidade em particular, que, ter visibilidade e espaço para recebermos empatia e contrariar as experiências de opressão, é fundamental.

A - Tu já soltaste aqui para uma pergunta assim de uma forma muito encadeada e que eu vou já começaste a responder mas a pergunta tem a ver com as campanhas, eu penso que isto que tu estás a falar aconteceu nas campanhas nas escolas.

B - Sim.

A - Gostava que falasse bocadinho mais como é que foi a tua experiência de visitar as escolas e contatar jovens e os jovens que beneficiaram destas campanhas, aspetos positivos e aspetos negativos. Já o fizeste um pouco, mas agora dar-te aqui a consigna também concreta.

B - Humhum. Olha, o balanço é positivo, é uma coisa que se eu pudesse estar a fazer mais eu estava. Porque é muito enriquecedor, tipo, mesmo que, mesmo que não pague estás a ver eu estava a fazer se eu pudesse estava a dar voltas à minha vida para fazer. Agora, também é como eu disse é muito dura é, exige muito de uma pessoa emocional e psicologicamente, também exige fisicamente mas, o físico não se compara à aos restantes recursos e ao cansaço que que isso cria e, não é? Eu acho que cada vez que me fizerem perguntas sobre este projeto e estes processos, eu vou dizer que há nomes que eu tenho gravados no coração assim em pedra e que vão ficar aqui para sempre e a minha cabeça vai estar sempre tipo como é que será que ficou aquela criança depois da depois desta história, né? depois da gente a ter visto e ouvido e ter devolvido e o que é que aconteceu? Não é? , fica aqui. Que é mesmo que a gente no final faça assim se que limpa tudo algumas, que não dá, malta não dá ,não conseguimos limpar ou se não ficou não fica a história inteira. Tás a ver?

E acho que, e então se calhar é isso, é aí que se prende aquilo que eu acho que falha mais e que pode, eu penso também penso nisso, no que é que acontece no final disto qual é o efeito que isto tem, ou não tem, e para algumas crianças, pode ter efeito muito imediato mas, e como a cena não tem acompanhamento, acho que isso é, é o mais o mais é dos contra pra mim, é eu ir ali plantar sementinhas, e saber que elas não vão ser regadas e que aquilo está a sorte do ambiente. Sabes? Isso, isso é o mais difícil porque é muita forte e que há crianças ali que passam por coisas, muito íntimas grandes vulnerabilidades muitas vezes até fragilidades tipo, E o grupo está ali se a performance correr bem, o grupo

contém né, recebe, há muito bom e o que é que acontece dois dias depois? três dias depois? duas semanas depois? estas professoras estavam a dar apoio não estavam, estas crianças vão conseguir pegar nestas competências ou não porque foi só ali uma coisa, nem dá às vezes há uma performance gira mas se aquilo correr bem não é, giro não é a palavra. Bom. Então, é isso temos pouco..., eu acho que para a coisa ser boa ou o grupo trabalhava mais com as crianças, não é? ou fazemos aí com as professoras com a comunidade e depois e fazemos uns os, uns exercícios vamos tendo umas conversas vamos fazendo uns ensaios vamos, experimentando um bocadinho mais da cena e depois fazemos uma performance e estamos lá uma bequinha depois. Ou alguém está, ou alguém está, tipo ou então... É isso, porque de resto dá trabalho, é longe, leva recursos, mas eu acredito muito no impacto que isto pode ter.

Só às vezes não, esta, é difícil organizar agendas por exemplo, decorre, os planeamentos não são fáceis, as escolas mudam as coisas muito em cima da hora, há professores pouco disponíveis e pouco interessadas e que dificulta interessadas pois professoras, e que, e que dificultam, as crianças, para tipo e jovens para estarem na performance não dependem, o performance correr bem não depende só de nós, depende da preparação que foi feita com elas e como as professoras as tratam, né? Mas, mas em geral são mais fáceis de agarrar os jovens e as crianças do que os adultos. E a gente consegue interagir bem com elas e acho que na minha experiência não tive muitas, performances com crianças em que elas não fossem super responsivas e não partilhassem imenso e não tivessem desejosas, de ser ouvidas e de ver aquilo que que nós tínhamos para, para devolver, portanto eu acho que, a maior parte delas tem disponibilidade para aquilo ou tem interesse tipo aquilo tem, é o playback.

Depende é do contentor depois que tem, que existe pra ele. Acho que isso é o maior é o maior, eu não estou a ver tipo nos aspetos todos os aspetos negativos ou

dificuldades que isto possa ter, tipo os aspetos positivos todos compensam, só fica esta questão de o que é que acontece? Porque são as crianças, Não é como...

A - Esse contentor a seguir não é?

B - Certo esta esta preparação antes este contentor depois tipo, neste trabalho em particular, com as crianças é porque às vezes é isso né, olha uma vai expor a pessoa que a agride ali e vai se expor e vai falar da sua identidade e não sei quê, agora no caso em particular, e depois como é que fica essa? Ou a violência que sofre vai intensificar ou não? Naquele momento foi bom, o que é que acontece depois?

A - Olha lembras-te, se tivesse que escolher episódio, uma situação concreta que te tenha tocado no numa escola qual é que descreverias? Já disseste ali que há que houve várias, não é, que ficam, que a gente faça a limpeza. O que é que, sim, qual é a primeira que te vem?

B - É muito lixado porque não há, pode ser o meu cérebro né tu sabes que eu sou neurodivergente e aqui que é o meu, o meu autismo é uma déficit de atenção e hiperatividade então não vem pensamento vêm uns três ou quatro já umas três ou quatro histórias que, que ficam mas eu posso dizer a primeira, o primeiro nome que ficou escrito em pedra é o do X, e o X era miúdo que tinha uma mãe que o fazia sentir-se bem, né, sentia-se bem com a mãe, tinha uma irmã com quem brincava, mas tinha pai que era uma figura tão, tão horrível tipo, que os deixou, deixou o miúdo e a irmã num café sozinhos até brutas horas eles tiveram que encontrar o caminho de volta para casa e o X descrevia tipo, aquela diferença e e aquela mãe tipo mantinha-se com aquele pai, e no final ele descreveu imensas coisas, péssimas, e no final, não é uma, uma ausência do pai mas também coisas violentas daquelas que desejava que tu não tivesses nascido e de cenas assim expressa mesmo ao miúdo que, ele não está aqui na vida a fazer nada, e no final a

gente pergunta-lhe, o que é que ele gostava que acontecesse, e o que ele gostava que acontecesse era que o pai desaparecesse.

Bom, e quando nós começamos, era uma longa, e o X primeiro não queria ver, depois começou a tentar ver, e depois começou a chorar tipo não, não se conseguia consolar tipo eu e ele ia vendo mas, soluçava tipo, teve que se afastar pouco teve que ser abraçado pela professora titular, tipo, e nós em palco, não é? Para formar aquilo a olhar para o miúdo a olhar para os outros os outros também já se emocionavam, tipo e o... Acho que o pior daquilo era para já ele não me pediu uma resolução positiva né nem nem o gajo que, era o que ele gostava que o meu pai gostasse de mim, não, é, desaparece de pessoa horrível, tipo e nós também não lhe podemos dar isso, nós chegamos ao final da história e aquilo que se passa é o que se passa é o X está preso nesta situação.

E pronto foi a minha primeira performance na escola numa escola e foi, a maneira como aquele miúdo estava e a dureza das coisas que ele disse, que a forma como eu como ele ficou depois a gente falou com a professora e tipo, e aparentemente foi, foi bom porque o X não fala, tipo, não, é daquelas crianças que até pode ser, mais violenta com os outros e não sei quê e deixou sair daquilo tudo ali, e nós durante o Dar Palco à Diferença ainda tínhamos bocadinho de contentor, que podíamos dar ali não era muito, mas, mas deu para saber que ele tinha, estava amparado e que e que aquela esse foi momento em que ele foi né, tão vulnerável que ficou frágil, mas, felizmente tinha na escola, na comunidade escolar, estrutura para tipo, né, usar aquilo para sanar uma beca deixar sair ser conhecido né, ser, deixasse ser deixar se ser apoiado. Mas, ya essa foi a primeira história.

E depois há histórias de lutos né de mortes de pais que não vêm não vêm através do pai é a história sobre o gato e depois a gente vai perceber que no final afinal a história é sobre o pai que morreu e não sobre o gato, tipo há coisas em que as que miúdas que são, sei lá violentas com os irmãos mas, porque estão forçadas em papéis de géneros e estão

tão responsáveis pela casa enquanto também não sei o quê, e tipo sei lá as histórias que a gente ouve A. tipo, né? Das crianças em cujo a maior parte da quantidade delas em que o bullying começa na família e depois vêm para a escola, sejam elas a sofrer sejam elas a fazer não é?

A - Olha, quero, sei que tens o tempo curto, mas ainda aqui há aqui conjuntinho pequenino de perguntas que te queria fazer para o pessoal, e que basicamente a primeira é o playback a ti pessoalmente, ajudou tem algo em algum aspeto? Tem te ajudado em algum aspeto?

B – Sem dúvida. O playback trouxe-me, posso dizer muito mais capacidade mas, mais do que a capacidade de apreciação da capacidade né, aquela cena do capacitar alguém ou empoderar alguém ou whatever que palavra que a gente queira usar, o playback faz, porque se nós aceitamos o desafio, nós tornamo-nos mais pessoas passamos a saber ouvir melhor, a saber, a ser mais curiosos tipo desenvolvemos empatia ficamos mais abertos sentindo-se mais seguros temos o grupo, contamos com o grupo, contamos com o corpo não é? Porque pomos o corpo, muitas vezes as pessoas não vivem com o corpo não sabem que o corpo nos aguenta ou nos permite, trabalhar as coisas que sentimos não é? Pomos para fora olha sei lá eu o playback, o playback sem dúvida ajudou-me a desenvolver outras coisas a construir confiança e a pegar nos skills que a gente desenvolve, e aplicar a tudo ao meu trabalho com as crianças, às minhas relações pessoais, a minha forma de estar no mundo, meu, isto é, eu acho que é muito transformador e cada vez que vem aqueles momentos do eu estou cansada tipo e se calhar parava vou fazer aqui uma pausa não sei quê tipo: não, não. Não, é tempo de de encontrar espaço para, É para mais acho que é isso, acho que é.

Olha a mim deu-me espaço queer eu não tinha. Uma comunidade ou uma capacidade, uma perceção de não é uma capacidade, mas pos-me num lugar, né de de

liderança que eu se calhar nunca tinha ocupado assim e disse-me olha tu está aqui competências, e bora lá. Eu bora! Peguei nisto, permite-me também, peguei nisto e olha sou bem vocês manda com o playback agora tenho competências deixa-me cá tentar unir os outros grupos e criar rede e a rede aumenta tipo é a ligação aumenta, boa! então mais rede que depois faz isto, há uma pessoa aqui que tem esta questão e eu pego na rede e pimba! que é, e como eu acredito que a gente devia viver, não é? Que as comunidades são difíceis, de atingir e de manter não é? São é conceito assim, meio coiso mas, mas o playback, traz isto, tipo, traz conjunto de alternativas à vida, tipo, faz-me sentir menos sozinha, faz-me sentir mais normal, tipo, o que é super importante pra mim, sabes?

A – Olha, nós fazemos sempre esta pergunta para não sermos... Prejudicou alguma coisa sentes que possa ter prejudicado em alguns aspetos?

B - Eu não posso dizer que o playback prejudique, tipo, tenho que separar a técnica das pessoas o que é difícil e pode, ou que eu percebo eventualmente, magoar no playback tem, tem a ver com as diferenças, não é?

Eu tive como tu disseste eu comecei num grupo e agora estou em dois que não têm não, não são nenhum deles é o original. E aí houve uma cena de mágoa e houve momento em que o poder que me tinha sido dado parecia que me estava a ser tirado mas, eu posso dizer que foi o playback? Não, não foi o playback tipo onde é que o playback pode fazer isto é quando as pessoas olha, eram conflitos que aconteciam nesse grupo, alguém vem e traz uma representação estereotipada, alguém não está sensível às questões de género ou aos pronomes ou insisto numa inflexibilidade tipo e representa coisas que não estão na história, é aí, aí é onde o playback para mim pode ser de alguma maneira prejudicial, porque de resto não dá para pôr no playback, é só... Por isso é que eu quando tenho sempre a palavra responsabilidade, tipo, associada ao playback e que não é e então

nesse aspeto, pra mim não mas, eu eu consigo ver pessoas pra quem possa, não ser bom, não ser bom porque não ser seguro consoante o grupo e as pessoas e, não é? Mas isso é como uma data de atividades que...

A - Ou seja, nós só a tentar esta esta teu último raciocínio foi por vezes por muito que nós queiramos que seja seguro pode não ser seguro pra algumas pessoas de alguns grupos. Okay? Como exemplo, estavas a dar pessoas com a sua identidade de género não binária por exemplo de que as pessoas se recusam a mudar o uso dos pronomes, coisas deste género, não é?

B - É, nós tivemos cenas no outro grupo em que tínhamos pessoas racializadas e vai alguém performar e porque qualquer coisa decide fazer sotaque preto, certo?! ou coisas assim e depois defender-se à boca cheia de que, não mas porque eu..., certo não interessa o não mas, porque... eu não pode não pode e o que é que aconteceu? Feriu tipo a pessoa que de quem era a história, não é? E acabou tipo, essa pessoa já não faz playback e não faz playback porque não sente segurança em parte porque não sente segurança no playback com as pessoas à volta com a diferença eu percebo que depois há, né? Se temos uma pessoa de cinquenta anos a fazer playback com uma pessoa dezanove ui, né? A pessoa dezanove precisa que a pessoa de cinquenta já esteja pronta a usar o pronome correto e a pessoa de cinquenta precisa que a pessoa dezanove, se calhar aguenta a vida toda a lhe levar com o pronome errado ou com o nome errado de vez em quando. Tipo, e então é aqui nestas coisas, onde o playback pode ser prejudicial a alguém.

A - Queria que soubesse que isto vai ser pedagógico, mesmo sem os nossos fenômenos aparecerem pra muita gente verem esta passagem. E já agora esta é uma pequenina, é uma pequenina interação aqui com a minha aluna que vai fazer esta esta transcrição porque ela, ainda estávamos a conversar isso no outro dia, está-se a tentar

adaptar porque está a fazer ensaios também no de playback num dos grupos e está também nesta adaptação.

Boa, olha, última coisa, se se tu regressasses à tua infância, adolescência achas que te podia ter ajudado o playback? Seres parte dum espetáculo, seres parte dum grupo, receberes, sei lá, seres uma daquelas crianças que recebeu dar palco a diferença na escola, ou na tua escola haver grupo, tinha-te ajudado?

B - Se houvesse grupo tinha sido mel. Se eu tivesse coragem para me juntar o playback, tinha-me feito um bem de carças e, e mesmo que continuasse a sofrer o bullying que sofri, o isolamento social em que estava não ia estar. Sabes e a as dificuldades, a nível da comunicação também seriam diferentes. O playback traz muitas ferramentas.

Se eu tivesse só recebido, uma performance na escola, olha!, acho que podia ter sido até prejudicial para mim, porque me ia ter ia ter chorado baba e ranho e não necessariamente ia ter o contentor. Só uma performance com aquilo que eu passei e com a falta de contentor que tinha. Hum. Se tivesse sabes? Tenho noção que podia estar ali, desfazer bué e depois não saber o que fazer comigo na escola com aquelas coisas todas que eu agora sei e que eu sempre senti mas que saíram. E agora?

A - Muito importante essa reflexão. Já agora vou acrescentar não é suposto do meu papel mas, que este este este excerto agora que acabaste de dizer pode é super importante, pra nós, pra nossa reflexão do impacto que este trabalho tem nomeadamente nas escolas, mas também, para não fogo ao inimigo, vamos lhe chamar assim, mas também enquadrar que o problema não é do playback é do contexto, não é. O problema é que o contentor devia ser dado pelo contexto, ou seja, não é que seja mau o que nós vamos fazer, não é, ela está suficientemente seguro, não é, como nós aprendemos a dizer. Não

há espaços seguros, infelizmente, na nossa na nossa sociedade não há espaços seguros. Nós tentamos criá-los mas o resto dos contextos tem que ajudar não é?

B – Ya, mas o playback sem dúvida pode trabalhar mais com a comunidade, para se tornar espaço mais seguro acho que tem potencial em vez de ser uma coisa que a gente faz só uma vez numa, em bué das escolas, faça várias vezes numa só, tipo ao longo de um ano ou, continuo a acreditar no playback e a quere-lo tipo a mexer.

A - Última pergunta. Sentiste diferenças desde que começaste este neste projeto, playback, vamos lhe chamar assim, nas tuas relações próximas, família, amigos, trabalho, alguma coisa em concreto?

B - Sim, sim. E quando se começa a fazer playback, acho que isso fica muito claro porque a nossa forma de ouvir muda e nos primeiros tempos quase que uma pessoa tem que conter, para não eu agora vou devolver isso, porque eu ouvi imenso tempo quero que tu vejas como eu te ouvi. Mas, então tem esse, muda a maneira de escutar e passa a ter este este filtro não é? Porque quando a gente faz o trabalho para como é que eu devolvo isto, estamos a a receber aquilo a dar cuidado àquilo à partilha que está a ser feita connosco, diferente e isso melhora a relação melhorar a escuta né aumentar a qualidade da escuta, e depois quando comecei a praticar a condução, ah, ah! ou tipo se eu tiver energia mesmo se eu tiver conflito pessoal, e estiver com energia, eu posso dizer à pessoa olha está okay por ti se eu usar esta técnica aqui tipo para a gente chegar ao fundo da questão se a pessoa der o consentimento eu bora! então vou fazer perguntas, e vou chegar em vez de estar a, a discutir com a pessoa para perceber, estou a conversar tipo, é fixe é muda a maneira claro que, nós continuamos a ser pessoas e não é aquela coisa, ah! somos playbacks temos esta capacidade mas não estamos

A - Somos terapeutas.

B -Sempre, não estamos sempre em palco não é? A vida não é palco então, há mas facilita tipo olha no meu trabalho com as crianças, o estar a, a trabalhar teatro não é? A fazer teatros com o corpo, e a usar a voz e a não sei quê, facilitou-me imenso, gerir o ambiente cativar a atenção com as crianças criar relação positiva, se eu já tinha facilidade agora fica muito mais fácil. Tipo vão os meus colegas à volta dizem ah, tu tens tanto jeito, eu para as crianças, eu isto não é jeito para as crianças isto, são competências a trabalhar. Tipo acho que acho que é isso é isso tem, tem efeitos em tudo em tudo até, até na saúde de uma pessoa, até pronto Sim, tem feito sem tudo tem na as minhas relações ficaram melhores e estão a ficar melhores, e a minha relação comigo também, sabes é, é quanto mais a gente percebe pessoas, porque o Playback também faz isso, nos aproxima em experiências tipo, eu não estou assim tão sozinha nas coisas que penso que sinto naquilo que vivi, tipo olha eu até sou, uma pessoa, é por com espaço com direito com sentido com o quê.

A - Boa B., obrigado e ainda bem que insistimos pá adorei esta esta entrevista. Acho que vai ajudar imenso na contextualização, reflexão do que do que pode correr melhor fundamentalmente, não é, do que correu mal e do que pode correr melhor, mas também do que correu bem. Muito obrigado. Vou parar a gravação. Quero partilhar também.

Entrevista 5

A- Olha uma vez mais obrigado. Também que convém ficar aqui gravado, vou gravar e ficar apenas com o áudio e depois vou-te enviar consentimento informado, dizendo que estes dados serão, obviamente, confidenciais e anónimos. Se forem publicados serão em conjunto, nunca identificando as pessoas que que que disseram, fizeram determinadas afirmações. É isso, agradecer-te este este tempo e esta disponibilidade e esta entrevista tem a ver com o facto de tu teres participado do ter sido

uma das pessoas envolvidas no projeto de Dar Palco à Diferença, a incubadora de grupos de teatro de playback que foram fazer campanhas às escolas. E assim a primeira pergunta quase em termos de Wormup é perguntar-te como é que chegaste até ao teatro de playback, o que é que te levou a entrar para grupo de teatro playback?

B- Ok, então. Eu já tinha tido umas experiências de teatro antes, nunca em nada de, nem teatro de improviso, nem de, nem nada relacionado mais com a área da psicologia. Mas, pronto, era uma coisa que eu já queria há muito tempo voltar a fazer. E depois, acho que foi pelas redes sociais da ILGA que eu percebi que elas iam abrir grupo de teatros playback, e conhecia a E. que sabia que ela fazia playback, e portanto foi bocadinho, achei curioso, e na altura lembro-me de falar com ela você dizer, olha então aí aa Ilga vai fazer grupo de teatro playback ela, sim, tu tens que fazer partes e eu, ok, está bem. E eu inscrevi-me, portanto, foi assim bastante.

A - Há alguma conexão? Porque a incubação destes grupos teve a ver também com com as ONGs e associações com que colaboramos? Há alguma ligação à tua pertença à comunidade LGBTQ?

B -Sim. Eu sou uma pessoa lésbica e sigo a ILGA bocadinho como essa referência, né, como uma organização que trabalha bocadinho esse tema.

A -Há quanto tempo é que estás a praticar então? Três anos

B - Sim, foi no início do projeto, três anos. Boa.

A -Assim, para ti, e de uma forma intuitiva, o que é que representa o Teatro Playback no geral?

B- Eu acho que tem uma, pra mim tem componente muito interessante que é esta ideia do contar histórias, do estarmos juntos para contar histórias e de ouvirmos as histórias de outras pessoas, com uma atenção e com uma escuta que que eu acho que já é

difícil às vezes encontrarmos sítios onde isso existe. E tem essa parte bonita que eu acho que é o fazer representar aquilo que ouvimos prá pessoa que acabou de contar a história, pronto. Então essa essa ligação entre o, quase esta tradição oral, né, de contar histórias e depois a parte mais corporal de trazer essas histórias pro corpo e de representar, eu acho que tem uma força muito muito incrível.

A - E em concreto, o que é que achas que ele eventualmente traz para esta população com o que nós trabalhamos, que é a população LGBTQIA+?

B -Acho que traz uma ideia muito presente de visibilidade, eu acho que essa é uma questão muito muito presente na comunidade LGBT, que é a falta de visibilidade das histórias, e das histórias mundanas, ou seja, normalmente as histórias que têm visibilidade são histórias com final triste, ou histórias mais terríveis ou, pronto, se formos a cinema, por aí, normalmente as histórias que têm visibilidade são histórias horríveis e eu acho que faz falta haver espaços em que as pessoas nomeadamente de minorias, o que é que isso seja, tenham esse espaço de contar as suas histórias do dia a dia. E às vezes são histórias terríveis, mas às vezes são histórias boas, e às vezes são só emoções que passam no dia a dia. E é isso. E acho que há poucos espaços para se contarem essas histórias e para se ouvirem essas histórias.

A -Boa. A nível pessoal, teres feito esta esta imersão no teatro de playback, praticado de playback ajudou-te nalgum aspeto? E se sim, em que e como?

B- Olha, uma coisa muito, presente, pra mim, deste projeto, foi efetivamente sentir-me parte dessa comunidade, porque, eu não sou problema uma pessoa muito ativa, não fazia parte de uma associação, nem nada do género, tenho a minha vivência no meu grupo de amigos, nos ativismo que vou fazendo, mas foi a primeira vez em que eu me senti efetivamente parte de uma comunidade LGBT. E eu acho que isso teve papel importante. E por outro lado, foi isso, foi acho que foi bocado também trabalhar uma

técnica nova, estar mais à vontade em palco, acho que essas todas essas coisas acho que foram importantes.

A- E sentes que te prejudicou nalguma coisa?

B- Não. Acho que não me prejudicou.

A- Nós em nome do equilíbrio perguntamos sempre as duas coisas.

B - Pois eu percebo, mas acho que se acho que só me trouxe coisas boas.

A- Boa. Sentes e sim como que o que o teatro playback pode ajudar outras pessoas?

B -Sim, eu acho que é uma ferramenta muito interessante, pronto, lá está, nomeadamente nós com a com a ida às escolas, não é? Acho que com populações mais novas, acho que pode ser uma ferramenta muito interessante de trazer coisas para a visibilidade que se calhar estão mais escondidas ou pra populações bocadinho mais marginalizadas, acho que acho que tem poder muito interessante.

A- Uhum. Boa. E, agora falaste na população mais jovem, na ida das escolas, sim uma pergunta que nós fizemos e temos tido assim alguns, gostamos de ouvir a resposta das pessoas, se regressássemos assim ao passado e se regressasses à tua infância, à adolescência, achas que teria ajudado contactar com o teatro de playback, seja com o coletivo, seja com uma formação? E se sim, como é que te poderia ter ajudado eventualmente?

A- sim, ou seja, eu fiz teatro nessa altura e eu sei o quão bem me fez de saber estar em palco e o que é que significa, não é? Ou seja, ser vista pelos outros, ter noção e ganhar muita noção do meu corpo numa altura em que enquanto adolescente é sempre, a relação com o corpo é uma coisa que às vezes é difícil. E eu acho que através do teatro e da dança, a que tive acesso quando era adolescente, acho que me ajudou muito a ter uma boa relação

com o meu corpo, com aquilo que consigo fazer dele, etc. Por outro lado, acho também esta coisa do coletivo, não é? De fazer isto em grupo, de estar à vontade com os outros, de encontrar aquilo que é melhor e pior nos outros e conseguir trabalhar com isso.

Acho que essa ideia de grupo é uma coisa muito, muito boa, mas o que é que o playback é isso ainda acrescenta? Eu acho que o, a parte da palavra também acho que é muito, muito boa que eu acho que não tive tanto. Então, eu acho que o poder saber me exprimir mais, contar as minhas histórias, não, não ter tanta vergonha do meu dia, de contar o dia a dia, não é? Tipo aquela coisa de chegar à mesa de jantar e contar o dia, eu sempre sempre tive muita dificuldade em contar o meu dia. O meu irmão sempre foi a pessoa que enchia a conversa do jantar e eu até agradecia. Tipo, ok, pronto, ele fala e eu ponho-me aqui mais do lado. E se calhar, se tivesse tido uma experiência mais tipo, playback, se calhar, estava mais à vontade em contar, ou de analisar e poder pôr por palavras aquilo que eram as as emoções ou as experiências de vida mais diária.

A -Bom Pois é. Voltando à campanha. E à campanha assim fugimos já à consciência pra isso que é assim o que nós queremos mesmo refletir. Tu tal como muitas outras pessoas destes grupos foste às escolas fazer estas estas campanhas? E nós queremos mesmo tentar perceber o que é que aconteceu nas escolas e e queria te perguntar como é que foi para ti, altos e baixos, de alguma forma, a experiência de visitar as escolas e contatar os e as jovens com que vocês contrataram e levaram as campanhas que aspetos positivos, que aspetos negativos, o que é o que é que recordas? Já passou algum tempo, mas o que é que recordas?

B -Sim. Olha, eu acho que assim, a primeira coisa de maior dificuldade foi toda a logística, que, ou seja, garantir grupo que conseguisse estar nas sessões nas escolas, ainda por cima era uma era uma escola no Montijo, portanto implicava deslocações, não sei quê, e gerir horários das pessoas todas, eu lembro-me que isso teve assim bocadinho, peso

de quem é que consegue, acho que havia muita vontade de toda a gente participar, mas depois a parte logística de garantir que as pessoas conseguiam naqueles horários, né, foi bocado mais complicado. Mas, chegando lá, é o impacto de ver a coisa acontecer na realidade, né?

Uma coisa são os ensaios em que nós estamos ali protegidos e a contar histórias de nós pra nós, depois ter ali à frente aquelas turmas, numa altura, é isso, eram turmas de oitavo ano, para ai três turmas do oitavo ano, eu lembro me deles entrarem sim todos de repente na sala e aquilo tem sempre assim aquele impacto de: ai, e agora! que a gente vai fazer com esta gente toda? Mas, mas lembro-me da primeira, a primeira campanha que, em que eu participei, da L. que estava a gerir a nossa, a nossa, nosso grupo, fazer assim uma introdução bastante física até de eles andarem pelo espaço, não sei quê, e acho que isso ajudou-os a centrarem-se no momento, e eu acho que isso é super importante que é como como tu ganhas o grupo logo no início, e crias o ambiente certo para que depois as histórias surjam. Eu acho que isso foi, assim, a principal aprendizagem que eu tive dessa primeira campanha. Depois houve uma segunda em que eu participei e aí tive eu também o papel de conduzir e lembro-me de querer aproveitar bocado essas aprendizagens da primeira pra segunda. E acho que ter tido essa oportunidade acho que foi, acho foi bom, acho que na segunda eu já me sentia muito mais à vontade também, porque já tínhamos muito mais ensaios em cima, e já estávamos mais à vontade enquanto grupo também, mas ter visto a coisa acontecer antes, acho que me ajudou depois a ter mais confiança em fazer a seguir.

Mas é, eu acho que tem uma força muito boa de, de repente, termos miúdos ali que, que se nota que se calhar não são os que são os mais populares e os que falam mais, mas que sentem que ali é espaço seguro para contar a sua história. Eu acho que ali é bocadinho nosso papel de os protegermos nessa partilha, né? De alguma forma, porque

há sempre, ou seja, os bulis estão lá, na mesma sala e estão a ouvir, e estão a gargalhar pro lado e estão não sei quê. E nós agirmos a agir como esse papel de enaltecermos aquela história de protegermos a pessoa enquanto ela está a contar e darmos o espaço, ou se ela está a falar muito baixinho, percebermos que, se calhar, é o máximo de volume que aquela pessoa vai conseguir trazer. Pronto, todas essas nuances que eu acho que só se, só se aprendem, ou só se só se aprendem a lidar nesse contexto.

Ou seja, por mais ensaios que nós façamos, não vamos ter essas nuances entre nós porque, primeiro não temos a mesma idade, segundo não temos o contexto, pronto, é completamente diferente, é momento muito mais protegido. E eu acho que, eu senti uma diferença muito grande no nosso grupo à medida que fomos fazendo estas performances nas escolas, porque sentia mesmo que eram saltos qualitativos brutais de as pessoas perceberem, ok, isto dá pra fazer desta forma, isto acontece e tem este impacto e a pessoa sente isto e de repente há pessoas a chorar a contar das suas histórias e, ok, isto tem realmente aqui uma dimensão muito maior do que aquilo que nós podíamos imaginar se tivéssemos fechados na nossa sala de ensaios.

A - E já tocaste nisto, mas em relação ao tema dos direitos humanos, que era o tema da das campanhas, alguma coisa que recordo? Volto a dizer que tanto que tenhas sentido que, okay, estamos a ajudar como que eventualmente coisas que pudessem ser delicadas, sensíveis prejudiciais.

B- Sim, eu acho que às vezes, eu acho que os direitos humanos era uma coisa demasiada abrangente. Eu acho que nós às vezes tentávamos forçar bocadinho a coisa, quando pensam em direitos, pronto, às vezes era uma coisa mais abrangente, e quando entrávamos em coisas mais palpáveis e concretas da realidade daqueles miúdos, aí a coisa dava o clique. Sei lá, eu acho que houve muitas histórias no início deles quererem contar o dia a dia deles, tipo, ah eu hoje acordei de manhã e peguei na bicicleta e não sei que,

daí pronto. E era giro, e era uma história divertida e era giro ver. Mas depois quando se, quando conseguíamos daquela história, depois ligar a outra coisa completamente diferente de, ah eu fez-me lembrar é que completamente diferente de, quando eu... agora estou em Portugal, ok, então porque é que isso é diferente? E o que é que há de diferente aí? E se tu pudesse ir pra país qualquer, pra onde é que ia? E de repente temos uma miúda a dizer, eu adorava viajar sozinha mas toda a gente me diz que é perigoso. Tipo, ok, porque é que é perigoso uma mulher viajar sozinha? Então, aí sim a coisa fazia a ligação e tinha essa dimensão, efetivamente, de relacionar com o tema dos direitos humanos. Mas, mas eu acho que, às vezes, é isso. Por isso é que eu acho que o papel da condução aí é fundamental pra criar bocado essa linha e pra eles entenderem que dá pra ir pra ser uma coisa mais profunda, porque senão eu acho que é tema que pode ser demasiado abrangente e difícil deles entenderem como é que está no dia a dia deles, sem ser nos clichés, não é? Tipo, ah sim, o racismo é muito feio, tá, ok. Então mas agora como é que nós chegamos à história concreta de termos uma pessoa que foi vítima de racismo e que fala sobre isso, ainda que não tenha que lhe dar nenhum nome em particular, nem dizer as palavras certas.

Eu acho que essa é a coisa, é quando é que conseguimos tornar isso tangível e a pessoa querer partilhar porque é uma vivência sua, de uma coisa que aconteceu e que não é só, só uma coisa abrangente, não é?

A – se Seleccionasses, estamos quase a acabar? Seleccionasses momento, uma campanha, qual é assim o primeiro que vem à cabeça de se calhar já partilhaste

B - É isso eu lembro-me de uma miúda, estar assim num cantinho claramente, pouco integrada na sua turma, possivelmente imigrante, e que que não quis partilhar muita coisa, mas que contou assim o seu dia e eu senti que aquilo foi tipo uma grande vitória pra aquela miúda conseguir estar a falar naquele contexto e ser ouvida e ser vista.

A -Boa. Olha, pra acabar, volto ao pessoal. Tu, apesar do caminho que já fizeste, há para ti algo diferente entre o antes e o depois de praticares o playback nas tuas relações próximas, família, amigos, trabalho, o que seja, notas-te alguma diferença ou não, e não também é uma boa resposta?

B -Não metei uma diferença, acho que não. Mas, mas sinto que, passei por essas, passei porque agora não estou a fazer, não é? Mas, mas, que me enriqueceu muito, tipo, acho que foi uma fase muito boa, e eu andava muito contente com o que andava a fazer e acho que isso tem obviamente depois reprocuções

A- Assim dos nossos objetivos, já agora, assim já afinal, ainda não paro a gravação, mas já isto já não fará tão parte. Nós tivemos assim uns os tais resultados paradoxais e nós temos aqui umas ideias. Lembra-te em que fases política aconteceram as campanhas? Nós tivemos resultados paradoxais, tivemos, ou seja, nós fizemos avaliação da sensibilidade aos direitos humanos antes e depois das campanhas e não houve mudança, ou melhor, houve pessoas que melhoraram e pessoas que pioraram. A sua sensibilidade aos direitos humanos e tivemos imensas respostas completamente grotescas de gozar com as pessoas não binárias e com que género te identificas e aparecia submarino nuclear e coisas deste género. E estivemos a tentar pensar o que é que podia estar por trás deste desta radicalização e desta, nós temos várias hipóteses, tu consegues imaginar assim o que é o que é que se enquanto cientista social se tivesse que perceber o que é que terá acontecido nestas escolas pra justificar estes estes resultados que uns vão para cima outros vão para baixo, que que coisas é que trarias? Isto aqui é mesmo exercício entre colegas?

B -Olha, eu acho que é contexto, não é? Tipo, eu acho que é espelho do que do que está a acontecer no resto do mundo, ou numa determinada parte do mundo.

A- Incluindo Portugal.

B - Sim, incluindo Portugal. Que foi durante a campanha, não é? Foi durante a campanha em que Eu acho que é o que eles ouvem também dos pais. Nas redes sociais.

A- Um certo partido que não vamos nomear estava a inundar as redes sociais todas nesta juventude com discurso ódio, discurso antiimigração, discurso Pois. Chinófago, homófago. Nós estamos a associar muito aí, porque foi mesmo por essas alturas que aconteceu, aconteceram algumas das campanhas e e principalmente a recolha pós foi foi mesmo nessa altura que tivemos mesmo. Mesmo. Há mesmo identificados são os quantos bullies? Não temos dúvidas nenhuma.

B - Não.

A- Pois eu acho que é só, pá, espelhos.

Entrevista 6

A- Olha então primeiro queria-te agradecer por participares aqui do meu estudo. Depois quero te informar, quando quiseres podes desistir quando pretenderes, e que todos os dados vão são anónimos e são protegidos, e que depois eu vou te dar consentimento informado para tu, para tu assinares está bem? Então pronto então olha, a primeira pergunta é por que motivo resolveste entrar no para o grupo teatro playback?

B - Então, eu nem sabia que que era o teatro playback. Eu conheci a X na verdade num workshop. Então ela me contou mais ou menos o que que era, mas eu não tinha entendido direito. Então eu fui uma vez, não tinha ainda muito entendido, daí fui outra vez aí a X também ficou mandando mensagem. Aí eu comecei nem sei assim explicar muito bem foi mais uma coisa que estava achando interessante, continuei indo, demorou bastante tempo, bastante tempo pra entender que era teatro do playback. E no final das contas quando eu entendi mesmo e já estava mais integrada no grupo, eu me apaixonei completamente e daí fiquei tipo, não, é algo é algo que eu realmente preciso na minha vida e gosto. Então é comecei até a fazer parte mesmo da organização do grupo.

A - então foi um caso por acaso foi e foste sem saber exatamente o que é que o que é que ías não é?

B- Sim foi

A- Olhe, essa motivação inicial pá já respondeste a esta pergunta que é, não faz parte, não está ligado ao facto de pertenceres à comunidade LGBT porque, pronto, p penso que já está a responder a essa pergunta também.

B -É na verdade é mais ou menos é porque eu eu conheci a X e e descobri o grupo por causa do acampamento do clube Safo então, eu estava tipo pertencendo a eventos e coisas do, da comunidade se não fosse isso não tinha não.

A - E há quanto tempo praticas teatro de playback?

B - Vai fazer acho que, deixa eu ver quanto. Acho que vai fazer ano e meio mais ou menos.

A- Eu não acho que não te disse ao início mas, este estudo faz parte do projeto Dar Palco à diferença, sabes? àquele projeto que tiveram nas escolas. Pronto esqueci-me de dizer isso no início. Portanto este estudo vai dar, de certa forma, alguma continuidade, vai dar continuidade de certa forma, a um estudo que já que já foi feito anteriormente. Eu devia ter referido isto no início e esqueci. E então agora diz-me o que representa para ti o teatro de playback em geral?

B- Hoje em dia representa muita coisa, para mim porque, muito sobre a minha comunidade, a comunidade de mulheres, pessoas, né? Saficas Então, essa é muito sobre essa comunidade que está, que está se construindo. Mas também é muito sobre transfeminismo por exemplo, que também faz parte de muita coisa de dentro dessa comunidade mais ou menos os direitos humanos. Então enquanto você está construindo comunidade você também está trazendo uma perceção diferente da arte, utilizando os

direitos humanos né. Quando você faz por exemplo essas ações nas escolas e em qualquer outros grupos, que poderiam muito utilizar do teatro playback né como uma forma de escuta. Então eu se tornou uma coisa muito importante porque é muito tudo que eu acredito e me faz muito bem também. Então é o é o que eu acredito me faz bem. Também muito, muito arte.

A -Eu, tu sabes que eu há pouco tempo, também descobri o teatro Playback e também tenho estado adorar, também tenho estado a fazer, pronto é fantástico pra mim. Está-me a fazer muito bem.

B- É isso e faz bem! né tipo e pra essa comunidade exatamente que é que precisa tanto quem está recebendo sabe como performance, quanto quem está fazendo e acaba construindo uma comunidade pra essas pessoas que às vezes podem estar se sentindo de alguma forma marginalizadas e aí é mais importante com grupos mais específicos assim tipo esse nosso, que é voltado muito pra mulheres, né, então

A- É espaço seguro também, não é?

B- É espaço seguro exatamente, espaço seguro.

A- Eu também sinto muito isso. E relativamente à tua identidade de género o que é que representa para ti o teatro de playback? Eu acho que também já está respondida a esta pergunta não é? De certa forma. Mas não sei se vais acrescentar mais alguma coisa.

B- É algo assim dessa forma assim, mais ou menos por aí que é difícil pra pessoas que, por exemplo a identidade de género, não é exatamente sis né tipo eu me considero uma pessoa não binário. Então eu não considero nem homem, nem mulher. E é difícil às vezes a gente se sentir seguro porque até mesmo pra estar conversando sobre isso com as pessoas. Porque a gente entende que muitas pessoas não entendem mesmo, nem chegam a entender o que que é isso. E aí essa ignorância pode vir em violência, por exemplo.

Então é muito importante saber que é espaço seguro onde eu vou ser onde eu tendo a ser muito mais tipo escutado do que em outros lugares que eu realmente não sei o que esperar, né? Eu acho que a arte em geral ela tem mais essa sensibilidade, no entanto tem uma uma sensibilidade maior. Porque fala muito sobre o sentimento, né? Fala muito sobre o que vem o que que está por trás de uma história, né? Não é só uma história, não é só uma performance, não é só improvisação. Então acho que todas essas coisas, os conceitos base, ajudam nessa questão de pessoas mais marginalizadas se sentirem mais seguros.

A- Sim. Agora a próxima pergunta, eu acho que também de certa forma tu já é capaz ter respondido mas pronto eu vou ter que fazer. A pergunta é se te ajudou nalgum aspeto, em que e como?

B- Se o quê? Desculpa.

A- Te ajudou nalgum aspeto, em que e como é que te ajudou?

B- Ah sim, sim com certeza tem a para além de todas essas coisas que eu já disse, tem também o aspeto de falar em público, se comunicar, essa coisa da improvisação em geral, improvisar na sua vida até coisas de tipo problemas tipo vou improvisar soluções. Então, mas também os exercícios de aquecimento ajudam a voltar pouco para esse lugar de ser criança e se soltar então é muito terapêutico né, também.

A- Sim e tu comunicar com o corpo também né?

B- Isso de escutar o corpo.

A- ~prejudicou em algum aspeto?

B- Desculpa

A- Prejudicou em algum aspeto, o teatro playback?

B- Não, não tive nenhuma questão

A- pois é uma pergunta que tenho que fazer porque tenho que saber se as duas coisas não é?

A- Como pode o teatro playback ajudar outras pessoas?

B- Quando elas estão no, fazendo os ensaios e aprendendo sobre, eu acho que é isso, a gente está em palco, por exemplo, pra quem está em palco ajuda. Colocando, usando a arte, né, pra mostrar a história de pessoas escutar essas pessoas que precisa ser escutadas. E pra quem está no público isso ajuda de se sentir escutado é uma, eu já estive nos dois lugares né? Então eu vejo que é tipo uma troca muito, muito grande assim uma troca muito profunda que eu acho que é que é muito sensível assim. Então por isso eu acho que sei lá, ajuda muito nessa questão mesmo de emoção, mesmo na emoção das pessoas, entrar em contato com sentimentos

A- E ver a história do outro não é? E refletir-se nela também de certa forma.

B- Sim.

A- Alguma coisa em comum com os outros bem.

B- Sim. E também quando você está você está performando. E você você está performando você não está vendo você, maioria das vezes eu pelo menos não gosto de ver, nem olhar pra pessoa, que contou a história. E, e quando você termina, você sempre olha, e às vezes a pessoa está tipo chorando muito, você nem sabe direito o que que você fez porque só se deixa levar também, pouco por tudo que você já aprendeu e... Então, você vê que o impacto que aquilo que aquilo, causa te dá impacto também, bate em você também então é bem interessante essa troca.

A- Olha, se pudesse regressar à tua infância e adolescência achas que o teatro playback poderia ter ajudado em alguma coisa?

B - Sim, eu acho que sim, na adolescência. Mas, enfim geral, acho que sim. Eu não sei, eu não sei se existem. Eu sei que assim a gente pode sempre performar por pra crianças, né? Mas eu não sei se se existe. Grupos de crianças mas, acho que não porque seria Mas eu não conheço talvez. Mas sim acho que sim.

A - E como que foi a experiência de visitar as escolas e contactar com os jovens que beneficiaram das campanhas?

B - Então eu achei que foi incrível assim eu não estava esperando. Porque eu também eu sou brasileira né do Brasil, e lá eu era professora então eu estava em contato com a escola. Uhum. E pra mim pessoalmente foi diferente está numa escola novamente em outro país. Porque eu acho que nunca entrei é nunca entrei numa escola aqui. Uhum. Antes eu nunca tinha entrado, então foi uma coisa tanto quanto assim nesse lugar de eu sei qual que é o lugar né da escola, na vida da das crianças e dos estudantes. Então, foi bem emocional assim esse lugar mas, também no lugar de, fiquei muito feliz em ser convidado também. E, e eu achei que foi muito legal mesmo que as crianças gostaram, mas que também precisavam muito desse momento.

A- E que aspectos positivos e negativos é que tiras dessa experiência?

B - Positivos acho que ter esse contato com as crianças poder ver elas. O quanto elas tinham a necessidade de falar e de ser escutadas. E eu acho que eu achei bem bonito ter esse projeto pra possibilitar isso e que eu gostaria que isso acontecesse sempre. Porque eu assim você via meio que de imediato o quanto isso mudou o grupo, o grupo como entrou o grupo e quando saiu. Então eu acho que tem muitas coisas positivas mesmo. Não tenho não tenho realmente nada de negativo pra pontuar.

A - Olha e sentiste alguma diferença nas tuas relações próximas na família, nos amigos, no trabalho, depois tu começares a fazer, teatro Play Back?

B-Sim muita diferença. Eu tenho uma escuta muito maior, hoje em dia. Eu tinha muita dificuldade de escutar as pessoas na verdade. Então, foi muito importante pra mim, aprender a escutar porque é uma coisa muito, muito importante, mas as pessoas precisam se escutar né? Então, acho que me ajudou e ainda tem me ajudando. Não é uma coisa que para assim né tipo, já aprendi no momento de aprender mais nada não tem muita coisa para aprender.

A- Olha à entrevista as perguntas já chegaram ao fim, eu vou parar a gravação, assim que eu conseguir perceber como é que isto faz espera aí.