

UNIVERSIDAD DE COSTA RICA
FACULTAD DE ARTES
ESCUELA DE ARTES DRAMÁTICAS

Proyecto de graduación para optar por el grado de
Licenciatura en Artes Dramáticas

***“Potenciar la creatividad en la voz hablada de locutores a través de
ejercicios teatrales”***

KAREN MORA MORA

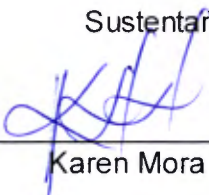
Ciudad Universitaria Rodrigo Brenes Facio, Costa Rica

2019

“Potenciar la creatividad en la voz hablada de locutores a través de ejercicios teatrales”

Trabajo Final de Graduación sometido a consideración de la Escuela de Artes Dramáticas de la Universidad de Costa Rica, para optar por el grado de Licenciada en Artes Dramáticas.

Sustentante:




Karen Mora Mora

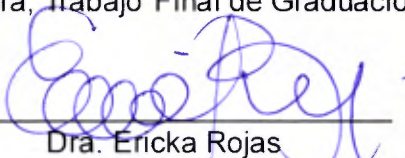
Aprobado por:



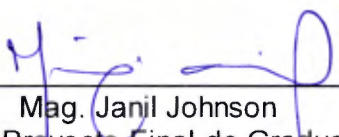
M.A. Juan Carlos Calderón
Presidente, Tribunal examinador



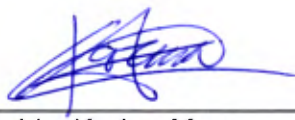
M.Ed. Katherine Peytrequín Gómez
Directora, Trabajo Final de Graduación



Dra. Ericka Rojas
Lectora Proyecto Final de Graduación



Mag. Janil Johnson
Lectora Proyecto Final de Graduación



Lic. Karina Mora
Lectora externa

Agradecimientos

Profundamente agradezco a mi familia. Siempre son un soporte sin comparación.

Escuela de Artes Dramáticas gracias por mostrarme y acompañarme en el maravilloso camino de redescubrir mi capacidad creativa.

Sin el apoyo de las personas e instituciones que creyeron y confiaron en esta propuesta nada hubiera sido. Agradezco especialmente al Instituto Nacional de Aprendizaje, Cadena Radial Costarricense y al Teatro de la Mente. Y a don Eduardo García, Hannia Blanco, Libia Solano, Katherine Meléndez, Diego Matamoros, Alfonso Romero, José Alberto Calderón, Adriana Solís, José Gutiérrez, Mariela Guth. Gracias por cada propuesta, por el tiempo y la energía empleada en este proyecto.

A mis colegas y amigos Natalia Regidor, Juan Carlos Calderón, Bryan Vindas, Andrea Mata, Mariela Guth, por el tiempo de escucha y por darme sus visiones. Cada palabra fue un soporte vital y valioso.

A Katherine por ser una tutora de tiempo completo, exigente, paciente, objetiva, e incondicional. Gracia Ka por estar ahí, por su tiempo y su profesionalismo. Gracias Janil Johnson y Ericka Rojas. Gracias por la energía y guía en este viaje.

Dedicatoria

A mis hijos por recordarme la importancia del juego y el presente.

A mi compañero de viaje por hacer magia.

Tabla de contenido

<i>Agradecimientos</i>	iii
<i>Dedicatoria</i>	iv
<i>Tabla de contenido</i>	v
<i>Resumen</i>	vii
<i>CAPÍTULO I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</i>	9
<i>I.1 Justificación</i>	9
<i>I.2 Pregunta de investigación</i>	12
<i>I.3 Objetivo General</i>	12
<i>I.4 Objetivos Específicos</i>	12
<i>I.5 Antecedentes</i>	13
<i>I.6 Alcances y limitaciones</i>	17
<i>CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO</i>	19
<i>II. 1 La Relajación</i>	19
<i>II.2 La Respiración</i>	21
<i>II. 3 Articulación de la voz</i>	22
<i>II.4 La Voz</i>	23
<i>II.5 Resonancia</i>	30
<i>II.6 Creatividad Vocal</i>	31
<i>II.7 Juego teatral (ejercicios teatrales)</i>	32
<i>II.8 Locutor</i>	34
<i>II.9 Taller</i>	35
<i>CAPÍTULO III METODOLOGÍA</i>	37
<i>III. 1 Tipo de Investigación</i>	37
<i>III.2 Pasos del proyecto</i>	39
<i>III.2.1 Guía de plan de trabajo (Recolección de Información)</i>	40
<i>III.2.2 Gestión de espacios y horarios</i>	41
<i>III.2.3 Desarrollo del taller</i>	43
<i>III.2.4 Valoración de la experiencia</i>	43

III.3 Herramientas de recolección de información.....	43
III.3.1 Observación	44
III.3.2 Cuestionarios	44
III.3.3 Círculo de la experiencia.....	45
III.4 Plan de trabajo para el taller.....	45
III.5 Propuesta de contenidos	48
III.6 Propuesta de Ejercicios.....	53
<i>CAPÍTULO IV VALORACIÓN DEL PROCESO</i>	<i>67</i>
IV.1 Observaciones generales de cada participante.....	67
IV.2 Valoración de contenidos	71
IV.2.1 Relajación.....	71
IV.2.2 Respiración	72
IV.2.3 Articulación de la voz.....	73
IV.2.4 Expresión corporal / vocal.....	73
IV.2.5 Creatividad de la voz	74
IV.2.6 Resonancia vocal.....	75
IV.3 Aporte del sujeto al análisis del taller.....	75
IV.4 Bitácora y valoraciones del trabajo	83
<i>CAPÍTULO V CONCLUSIONES</i>	<i>94</i>
<i>Referencias bibliográficas.....</i>	<i>99</i>
<i>Anexo 1.....</i>	<i>102</i>
<i>Anexo 2.....</i>	<i>105</i>
<i>Anexo 3.....</i>	<i>106</i>
<i>Anexo 4.....</i>	<i>107</i>
<i>Anexo 5.....</i>	<i>108</i>
<i>Anexo 6.....</i>	<i>116</i>

Resumen

La propuesta de este proyecto surgió a partir de conocer la inquietud, de algunos locutores comerciales, en acercarse a algunas técnicas de entrenamiento vocal utilizadas por los intérpretes de teatro. Esto con el objetivo de buscar potenciar la creatividad de la voz hablada a la hora de interpretar comerciales y crear personajes. A esto se sumó el interés de la empresa Cadena Radial Costarricense, por brindar a su personal de locución y producción, un taller que les brindara herramientas creativas para la expresión oral hablada.

Se plantea entonces un taller, que través del juego dramático, brinde la posibilidad de experimentar con diversas mecánicas, utilizadas por el profesional de teatro, para la caracterización, improvisación, consciencia del manejo del cuerpo/ voz y la creatividad vocal. Ofreciendo al locutor acercarse a una exploración de la creatividad de la voz a través de ejercicios de relajación, desinhibición e improvisación.

Para el proceso del proyecto fue necesario desarrollar tres etapas. La primera tuvo que ver con la gestión previa al taller. Se estructuró una guía del plan de trabajo y se realizó la convocatoria de participantes. En la segunda etapa se desarrolló el taller. Para concluir, la tercera etapa expone una valoración del proceso, tomando en cuenta observaciones de la facilitadora durante el proceso del taller y opiniones de los participantes en la experiencia vivida durante el taller.

Palabras clave: juego dramático- creatividad vocal- locutor- taller.

Abstract

The proposal of this project arose from knowing the restlessness of some commercial broadcasters, in approaching some vocal training techniques used by theater performers. This with the aim of seeking to enhance the creativity of the spoken voice when interpreting commercials and creating characters. To this was added the interest of the company Cadena Radial Costarricense to provide its voice and production staff with a workshop that would provide them with creative tools for spoken oral expression.

A workshop is then proposed, which through dramatic play, offers the possibility of experimenting with various mechanics, used by the theater professional, for characterization, improvisation, awareness of body / voice management and vocal creativity. Offering the announcer to approach an exploration of the creativity of the voice through exercises of relaxation, disinhibition and improvisation.

For the project process it was necessary to develop three stages. The first had to do with the pre-workshop management. A guide to the work plan was structured and the call for participants was carried out. In the second stage the workshop was developed. To conclude, the third stage exposes an evaluation of the process, taking into account observations of the facilitator during the workshop process and opinions of the participants in the experience lived during the workshop.

Keywords: dramatic play - vocal creativity - announcer - workshop.

CAPÍTULO I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

I.1 Justificación

Hace algunos años tuve la oportunidad de participar en una capacitación sobre locución comercial que ofrecía el Instituto Nacional de Aprendizaje, gracias a esto tuve contacto directo con algunos locutores independientes de radio, y estudiantes de locución. Durante el transcurso de la capacitación, estas personas me dieron a conocer inquietudes que les surgía conforme avanzaban los cursos y nos enfrentábamos a diferentes formatos radiofónicos. Me hacían preguntas como:

- ✓ “¿Hay alguna técnica que ayude a que el aire alcance durante más tiempo cuando uno habla?”
- ✓ “¿Cómo logro insinuar cambios de “ánimo” en la voz durante la lectura de un mismo texto?”
- ✓ “Me cuesta adaptarme con la voz cuando se requiere crear un ambiente en la lectura ¿Cómo puedo hacer para buscar o generar atmósferas con la voz?”
- ✓ “No logro que mi voz no suene monótona, y lo peor es que no me doy cuenta”
- ✓ “¿Cómo hago para reír o llorar sin que suene falso?”
- ✓ “¿Qué puedo hacer para que la voz suene en diferentes tonos y que después no me duela la garganta?”

Estas inquietudes las interpreté como una necesidad de potenciar la creatividad en la voz hablada. Pero no solo la voz hablada, sino la voz aplicada a un micrófono cuando se deben dar intenciones y crear personajes para la locución comercial. Ellos mismos, me expresaron no haber tenido, en su experiencia o formación como locutores, ningún tipo de capacitación que

abarcara la caracterización, versatilidad vocal y uso del movimiento o expresión corporal (como potenciador de la creatividad de la voz).

Paralelamente a esta situación, se dio el interés de la empresa Cadena Radial Costarricense, por brindar a su personal de locución comercial y producción radiofónica; un taller que les brindara herramientas creativas con relación a la expresión oral. La empresa me expresó que la mayoría de sus locutores tenían una formación empírica sin haber profundizado en ningún tipo de entrenamiento vocal. Por lo cual, ellos consideraban importante una capacitación que les ofreciera explorar el recurso de la voz desde la creatividad.

Con las dos situaciones: la inquietud de los locutores y la necesidad de la empresa por capacitar a su personal; surgió la idea de realizar este proyecto. Consideré que a partir del entrenamiento que tuve como profesional de teatro podía ofrecer una respuesta a las necesidades expuestas en cuanto a creatividad vocal. La propuesta sería a través de un taller que ofreciera al locutor un acercamiento a algunos fundamentos del entrenamiento teatral/vocal, brindando la posibilidad de experimentar la caracterización, la versatilidad, espontaneidad, improvisación y la consciencia en el manejo del cuerpo y la voz.

Para proponer este taller era necesario considerar que las personas involucradas nunca habían tenido un acercamiento al entrenamiento teatral, o al manejo de la expresión corporal. Esto establecía la necesidad de limitar la cantidad y profundidad de los contenidos que se fueran a plantear en la ejecución de dicho taller, así como las herramientas a utilizar para desarrollar los contenidos. Encontré que los juegos teatrales, al ser actividades mediante las cuales la persona puede conectar consigo misma, con los demás y explorar libremente su recurso vocal y corporal; podrían ayudar con la desinhibición y

a su vez dar un acercamiento a algunas de las herramientas utilizadas por el profesional del teatro en la búsqueda de la creatividad de la voz.

Indagando, encontré que actualmente algunos Institutos y Universidades (Instituto Nacional de Aprendizaje, Instituto de la Comunicación, Instituto Jiménez, Universidad Latina) tienen una oferta de capacitación para la locución. Los programas de estos cursos (ver anexo 4), se basan en la práctica de técnicas vocales, lectura y manejo del texto. No existe dentro de su oferta un espacio relacionado con la exploración del recurso vocal que le permita, al estudiante o locutor, tener la experiencia de probar intenciones y matices de la voz desde ejercicios lúdicos y de exploración creativa. El taller que propone este proyecto sería un complemento que puede aportar a la formación del locutor profesional.

El estudio y exploración de la voz hablada en nuestro país actualmente no tiene una especialización, (por lo menos desde el profesional de teatro), sin embargo, cada vez se genera mayor interés por profundizar en el estudio de las diferentes capacidades y áreas en las que se aplica la voz hablada. Indagar sobre estos diferentes usos del recurso vocal contribuye académicamente para formar bases de datos (en cuanto a ejercicios para el entrenamiento vocal), y sistematización de experiencias con sujetos reales para futuras investigaciones. Además, hasta hoy, no hay ninguna investigación, en nuestra academia, que estudie el aporte que pueden dar los ejercicios teatrales a la capacitación del profesional radiofónico.

I.2 Pregunta de investigación

¿Es posible potenciar la creatividad en la voz hablada de locutores a través de ejercicios teatrales?

I.3 Objetivo General

- Comprobar a través de un taller si los ejercicios teatrales aportan a potenciar la creatividad de la voz hablada en los locutores.

I.4 Objetivos Específicos

- Diseñar el programa de un taller para comprobar si a través de ejercicios teatrales se potencia la creatividad de la voz hablada en los locutores
- Ejecutar un taller para comprobar si a través de ejercicios teatrales se potencia la creatividad de la voz hablada en los locutores.
- Valorar el proceso del taller para analizar si los ejercicios teatrales aportaron a potenciar la creatividad de la voz hablada en los locutores.

I.5 Antecedentes

Como educar la voz hablada y cantada de Cristian Caballero (1994) es un libro que brinda a actores, locutores y profesionales de la voz un acercamiento a la importancia del entrenamiento de la voz como un medio expresivo y comunicativo. En este libro el autor expone diferentes características que componen el recurso vocal tales como, expresión de la voz hablada, uso y aplicación de los medios expresivos, caracterización de la voz y respiración.

En relación al desarrollo de la voz para la locución, el libro *La Radio que Convince. Manual para creativos y locutores comerciales*, de Roderio E; González A, et al, (2004); desarrolla las necesidades y componentes del manejo de la voz para la locución comercial mencionando algunos tipos de entrenamiento vocal diario, versatilidad, interpretación y expresividad. Sin dejar de lado teoría de las cualidades de la voz tomando en cuenta el tono, volumen, timbre, claridad, y algunas sugerencias para un buen manejo de la voz. El libro concluye con una sección dirigida a los creativos y productores radiofónicos, relacionada a la creación de comerciales y locución comercial.

Manual Urgente para Radialistas Apasionados, realizado por Ignacio López Vigil (2005), surgió después de una investigación que realizó el autor, en conjunto con otros profesionales de la radio, de la propuesta radiofónica en América Latina. Este manual ofrece al lector el desarrollo de conceptos e historia de la radio, así como una propuesta de producir radio de calidad tanto comunicativa como atractiva para el oyente. El Manual está dirigido para quien quiera “crear una radio más dinámica y sensual” (López, 2005, p. 3). En general se presenta como un manual metodológico para el profesional de la radio.

En cuanto a la técnica para el entrenamiento vocal, Berry (2006), expone un trabajo exploratorio y teórico en cuanto al trabajo vocal en el libro: *La voz y el actor*. Para explorar la voz, la autora propone un trabajo de entrenamiento que parte de lo intuitivo. Es decir, el participante explora las necesidades y alcances personales del uso interpretativo de la voz, generando así una percepción y entendimiento de su propia herramienta vocal. *La voz y el actor*, sustentará este proyecto aportando ejercicios que beneficiarán la exploración de la individualidad de la voz y la capacidad creadora de cada intérprete.

Los investigadores españoles Teruel y Aranda (2007), en el libro: *Práctica de Expresión Corporal*, exponen la importancia del juego y el movimiento como motor para la expresión y la creatividad del ser humano. Los autores proponen actividades y ejercicios de entrenamiento a partir del juego actoral para potenciar la expresión corporal y, por ende, la expresividad de cada individuo.

El trabajo planteado por Teruel y Aranda (2007), es de sustento para esta investigación al subrayar la importancia que tiene al juego teatral en ofrecer herramientas que aportan a la versatilidad, además de ser potenciador de la creatividad. Genera un aporte en cuanto a la consulta de ejercicios para desarrollar en las sesiones del taller, tales como: creación de personajes, situaciones y espacios, percepción personal y activación de la imaginación.

El autor Fidel Monroy (2011) en el libro: *Voz para la escena. Entrenamientos y conceptos fundamentales*, brinda al lector conocimientos y técnicas para el manejo vocal. El autor parte con la idea de que la voz es conformada por varios factores individuales, pasando por la parte fisiológica y llegando hasta la parte cultural. Por tanto, la propuesta de entrenamiento

vocal, busca ser un proceso de acompañamiento en la transformación de la voz en un medio expresivo.

El libro “por una parte agrupa ejercicios de entrenamiento vocal que buscan acercar al intérprete a la exploración de su propia voz, y por otra parte suministra información conceptual que sustenta los ejercicios propuestos”. (Monroy, 2011, p. 8). Se divide en tres secciones: la primera conformada por ejercicios ordenados en una secuencia a manera de sugerencia para el entrenamiento. En esta parte el autor expone la importancia de tomar siempre en cuenta tres elementos que deben ser invariables para cada sesión de trabajo: la relajación, la respiración y la preparación del aparato fonador. La segunda sección ejemplifica con fotografías e imágenes el desarrollo de los ejercicios, y la tercera sección está conformada por referencia bibliográfica que respalda los ejercicios prácticos.

La libertad de la voz natural. El método Linklater (2013), es un libro que presenta una técnica de exploración de la creatividad vocal realizada por Kristin Linklater. Para efectos de esta investigación se utilizará la versión traducida al español hecha por Antonio Ocampo Guzmán.

El método planteado en *La libertad de la voz natural. El método Linklater* (Ocampo, 2013 p. 5) tiene como objetivo primordial liberar la voz. Para guiar al intérprete, en el objetivo de la liberación vocal, el libro presenta una serie de ejercicios para redescubrir la voz y liberar tensiones, generando así expresividad y dando paso a la creatividad.

El autor divide el libro en dos premisas. La primera, parte de que cada persona tiene una voz capaz de expresar infinitud de emociones y la segunda, sostiene que las tensiones que se van adquiriendo a lo largo de la vida, sumada a inhibiciones, hacen que disminuya la eficacia de la voz natural (Ocampo, 2013 p. 25-30).

El método expuesto en el libro propone dos partes fundamentales: una que tiene que ver con la autoevaluación y la autopercepción; otra que se refiere a la importancia del trabajo con la imaginación. Para Ocampo (2013. p, 15) tener presente estos dos ejercicios son fundamentales para poder reconocer las capacidades propias y potenciar las capacidades expresivas de una manera consciente.

En el ámbito académico y de investigación, a nivel nacional se encontró el proyecto: *Diseño de un plan de capacitación en técnicas de locución radiofónica para el personal controlista de Radio U, parte de Radioemisoras de la Universidad de Costa Rica (2015)*, realizado por Victoria Contreras. Este proyecto apunta a la necesidad de capacitación en el manejo de la voz que debe tener el profesional radiofónico. Sin embargo, se mantiene en la capacitación de técnicas para la locución radiofónica, no hace referencia al entrenamiento para potenciar la expresividad de la voz del locutor.

Se rescata que, la Escuela de Artes Dramáticas de la Universidad de Costa Rica en conjunto con la Escuela de Artes Escénicas de la Universidad Nacional, son dos entidades que forman profesionales de la voz capacitados tanto en técnica como en reconocimiento creativo vocal. La oferta de capacitación y aprendizaje que se desarrolla, en ambas escuelas, ofrece al estudiante, y futuro profesional de la voz, la posibilidad de ahondar y conocer las diferentes características del recurso vocal. Esto en la parte teórica, herramientas técnicas, así como en creatividad vocal.

I.6 Alcances y limitaciones

En cuanto a los alcances:

- El proyecto visibiliza una oportunidad laboral para los profesionales en Artes Dramáticas, demostrando que los conocimientos que este tiene en el manejo de la voz, pueden ser aplicables a otras disciplinas que no necesariamente son teatrales.
- Se abre una nueva didáctica, en el sentido de propuesta para enseñar o guiar a personas que nunca antes han tenido acercamiento al trabajo teatral. Promoviendo a la búsqueda, por de parte del facilitador, de vías para llevar a cabo este acercamiento del teatro a enriquecer otras disciplinas
- Los participantes recibirán el beneficio de obtener una capacitación que ofrece un acercamiento a ejercicios teatrales fundamentales en cuanto a caracterización, versatilidad y exploración del recurso de la voz hablada.
- Las personas participantes del taller tendrán la oportunidad de experimentar un espacio de exploración y consciencia de su propio instrumento fonador y de esta manera, comenzar un camino de redescubrimiento de diferentes posibilidades y características de su voz hablada.

En cuanto a las limitaciones

- Al ser este el primer acercamiento a un tipo de trabajo lúdico de exploración creativa por parte de la mayoría de personas participantes, los contenidos del taller serán introductorios. El

desarrollo de dichos contenidos se tendrían que complementar con un futuro taller que abarque más horas de trabajo.

- El taller parte con la premisa de que los participantes tienen conocimiento en el uso de técnicas vocales como dicción y proyección de la voz, así como de técnicas para el uso del micrófono en un estudio de grabación. Estos puntos no serán abarcados en las sesiones de trabajo.
- El lugar para el desarrollo del taller es fundamental para el conveniente proceso de cada sesión. Por tanto, puede llegar a ser una limitante que los espacios dispuestos no sean aptos para la adecuada funcionalidad del taller. Esto sería; espacios reducidos, con ruido, que existan distracciones, que se encuentre sucio.
- Sería ideal realizar al menos una grabación para poner en práctica los contenidos. Sin embargo, no siempre se podrá contar con un estudio de grabación disponible, por lo que el taller no será una práctica de locución, ni técnicas vocales al micrófono.
- El taller será realizado con contenidos que el facilitador considere importantes (tomando en cuenta la investigación previa realizada para este proyecto, el material bibliográfico consultado y su experiencia como profesional de teatro) para la exploración de la creatividad vocal.
- El taller no se centrará únicamente en voces de caracterización, ni pretende ser una práctica de doblaje.

CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO

II. 1 La Relajación

Rodero, González et al (2004) valoran la importancia de tener consciencia de las tensiones y lo que éstas significan en el entrenamiento de una voz que pretende ser expresiva y versátil. Con respecto a esto señalan:

Cada individuo sufre tensiones de diferentes maneras, y por tanto se pueden observar en acciones concretas tales como: ceño fruncido, dientes y mandíbula apretada, hombros elevados y cejas contraídas. Estas manifestaciones de tensión son importantes de reconocer ya que tienden a influir directamente en la respiración y por tanto en la emisión de la voz, limitando las capacidades expresivas de la voz, al dotar al intérprete de censura y contención. (Rodero, González et al, 2004, p. 25)

De aquí se considera fundamental, en el trabajo con la voz, mantener consciencia de las tensiones y cómo estas se manifiestan cuando lo que se busca es versatilidad y creatividad vocal. Berry (2006) se refiere a esto como “falta de libertad de la voz”, entendida como un condicionamiento que se forma a partir del pensamiento, es decir, de una idea preconcebida sobre cómo debería sonar una “buena voz” (Berry, 2006. p 28). La autora señala que esta falta de libertad vocal se produce por no tener autoconfianza, generando que se limite el rango tonal natural, restringiendo la versatilidad de la voz (Berry, 2006 p. 28).

Ocampo (2013) menciona que las tensiones no solo son negativas, sino que también son parte de la relajación:

La tensión y la relajación son necesarias para el funcionamiento de los músculos; siendo la tensión una concentración de energía necesaria para usar un músculo y la relajación la liberación espontánea y total de esa energía. La danza constante de la tensión y la relajación hace fluir la energía y por tanto la expresión.” (Ocampo, 2013, p. 43).

A partir de ese reconocimiento de la tensión, Ocampo (2013) se describe la relajación como una pauta que ayuda a expandir las posibilidades de desarrollar la creatividad, ya que permite al cerebro concentrarse, controlarse y estar preparado.

A medida que deshacemos nudos de tensión innecesaria, liberamos energía en todo el cuerpo, lo que a su vez genera una sensación vital de consciencia física, colaborativa con la creatividad y la función natural y libre de la voz Ocampo (2013, p. 38)

Esta función natural y libre de la voz que menciona Ocampo ayuda a que el aparato fonador tenga un correcto funcionamiento sin generar lesiones en la voz. Así lo expresan Rodero, Gonzales, et al (2004) al expresar que “manejando la relajación, se logrará cumplir con el objetivo de transmitir

mensajes sin lastimar el recurso de la voz” (Rodero, Gonzales, et al 2004, p.135)

Después de tomar consciencia de la importancia de reconocer las tensiones, la relajación será entendida como el inicio para implementar una mecánica de trabajo vocal direccionada a potenciar la creatividad de la voz, siendo entendida como un estado a favor del trabajo creativo y no como un espacio de descanso sin energía (Monroy, 2011, p. 20):

La relajación consiste pues en dejar atrás un estado de esfuerzo (físico o psíquico) y pasar a uno de laxitud, no de abandono, el cual restablece nuestro equilibrio. Mientras que la tensión nos encadena y nos atrapa en nuestro propio cuerpo, la relajación nos brida la libertad para gobernarlo conscientemente (Monroy, 2011, p. 25)

Los conceptos anteriormente expuestos de relajación/ tensión serán de valor en el desarrollo de este proyecto como contenidos significativos a tratar. Esto para la preparación del cuerpo y la mente en el trabajo con la voz.

II.2 La Respiración

Respirar es un acto automático en el que usualmente no se presta especial atención. Sin embargo, en la labor de capacitar y entrenar la voz para una respectiva tarea, en este caso la tarea de la locución, es importante generar una conciencia del proceso de la respiración. Monroy (2011) afirma que “hay una necesidad de entrenar el organismo para una correcta respiración; el

entrenamiento de esto consiste en tomar consciencia de los músculos que intervienen en la respiración y los beneficios de su trabajo” (Monroy, 2011, p. 98). De ahí que este concepto se considere como un contenido importante de desarrollar durante el taller, ya que en conjunto con la relajación conforman una introducción de auto reconocimiento desde la consciencia para la exploración creativa del recurso vocal.

Ocampo (2013) expone que:

Manipular la respiración complica la sensibilidad con que nos expresamos pues entorpece la conexión impulsiva entre la respiración y la emoción... Es vital explorar la respiración natural eliminando los controles musculares para permitir que los procesos involuntarios tomen rienda de nuestra respiración y de nuestra expresividad.

(Ocampo, 2013, p.48)

De esta forma se considera que la respiración puede funcionar como una compañera a la hora de buscar intenciones, o emociones en un texto. Cabe reconocerla no solamente como un acto mecánico, sino también como aliada en la expresividad.

II. 3 Articulación de la voz

La articulación vocal será entendida como el trabajo relacionado con el calentamiento y la preparación del aparato fonador. La articulación vocal

tendrá el objetivo de evitar la posibilidad de lesiones en la voz y también contribuir a introducir al participante a un entrenamiento vocal. Según lo menciona Monroy (2011) “el calentamiento vocal es necesario para iniciar cualquier sesión de entrenamiento vocal” (Monroy 2011, p. 55).

II.4 La Voz

Con respecto a la voz Berry 2006) expone que:

...es un medio por el cual nos comunicamos en la vida diaria, y a través del que nos presentamos a nosotros mismos; postura, movimiento, vestido y gestos involuntarios dan una impresión de nuestra personalidad, y es también a través del habla que transmitimos pensamientos y sentimientos precisos; por lo tanto, entre más eficiente e impresionable sea nuestra voz, será más exacta en sus intenciones (Berry, 2006, p. 17)

A partir de este concepto expuesto por Berry, se entenderá la voz como uno de los resultados en la búsqueda de la comunicación (Berry, 2006, p. 155). La autora también expresa que el recurso vocal se altera por varios factores tales como las intenciones, los sentimientos y la personalidad, “la voz es la más intrincada mezcla de lo que se escucha, como se escucha y como inconscientemente escogemos utilizarla en relación a nuestra personalidad y experiencia” (Berry, 2006, p. 17).

Explorar el recurso vocal de una manera creativa se podría aducir como una búsqueda y utilización de la voz extra cotidiana, en donde lo que interesa es la acción de comunicar en una manera persuasiva desde la versatilidad. Rodero, González et al (2004), exponen algunas características extra cotidianas de la voz al decir que:

...la voz tiene la capacidad de transmitir más allá de las palabras, siendo un mecanismo expresivo y creativo que descubre la individualidad de cada persona, teniendo el alcance de expresar diferentes intenciones según el sentimiento del emisor, tales como: enojo, premura, tristeza, alegría, duda, mentira... (Rodero, González et al, 2004, p. 80)

En cuanto a esta característica expresiva del recurso vocal Le Huché y Allali (2004) se refieren a la voz como:

... un elemento importante de la comunicación, no solo cuando sirve de soporte al lenguaje, sino cuando es tarjeta de presentación de la persona y refleja el yo más íntimo, individual e irreplicable, cuando se ve influida por situaciones físicas o psíquicas, algunas veces tan inconscientes que son las que aportan los niveles de comunicación más profundos (Le Huché y Allali, 2004, p. 2)

Tomando en cuenta las características expuestas anteriormente se entenderá la voz como un conjunto integral comunicativo en donde participan: el mensaje, la intención del mensaje y la personalidad del locutor. A partir de esta consideración de la voz como conjunto integral comunicativo, se tomarán en cuenta tres puntos del recurso vocal a consideración para desarrollar en este proyecto:

- *La voz como un elemento personal*
 - *La voz como un elemento comunicativo*
 - *La voz como un elemento creativo.*
-
- *La voz como un elemento personal:*

Se resalta que cada persona tiene una voz única, que como característica irrepetible refleja, al ser emitida, un “sello” de cada locutor (López, 2005, p. 11). Rodero, Gonzáles et a (2004) expresan esta característica de la voz como “la principal carta de presentación, un reflejo de la personalidad que nunca engaña, siendo capaz de brindar información del carácter y estados de ánimo de quien la emite” (Rodero, Gonzáles et a 2004 p. 198) Ocampo sugiere que, “para lograr un verdadero reflejo de la personalidad del emisor será necesario liberar la voz como un acto en el que se libera a la persona también; ya que, la voz, el cuerpo y el ser son una unidad indivisible”. (Ocampo, 2013, p. 25).

- *La voz como un elemento comunicativo:*

El comunicar un mensaje conlleva una serie de acciones que interfieren para que dicho mensaje sea transmitido de la mejor manera. Acciones como: sentir, pensar, entender, moverse, aplicar energía para lograr que se escuche

y se entienda. Por lo que pensar la voz como un elemento comunicativo se considera un punto importante a tomar en cuenta.

Ocampo (2013) describe la producción comunicativa de la voz como parte de un mecanismo de músculos que responden al ser liderados por la mente en “impulsos sentipensantes generados por nuestra necesidad y nuestro deseo de comunicarnos, los cuales despiertan la energía de los músculos de la respiración y el habla” (Ocampo, 2013, p. 23). Al tomar en cuenta este término, “sentipensante”, que menciona Ocampo, se entenderá que para transmitir un mensaje debe haber primero un deseo o necesidad, después una idea de cómo transmitir ese deseo para finalmente transmitirlo. Con la aplicación de este término, de una manera consciente, se considera poder potenciar el valor que se le dé a cualquier mensaje.

- *La voz como un elemento creativo:*

Monroy (2011) expresa que la voz es creativa en tanto genere nuevos medios de expresión vocal:

Para lograr la creatividad vocal es necesario explorar sus diferentes características y capacidades, ya que en la cotidianidad permanecen dormidas debido al uso limitado del recurso vocal. Buscar la creatividad de la voz, ayuda a potenciar la capacidad de expresión, ya que involucra de una manera integral sentimientos, conocimientos y técnica vocal (Monroy, 2011, p.150)

En ésta misma línea de exponer la creatividad de la voz, Monroy (2011) enumera cinco ventajas de tener una práctica activa de la creatividad vocal

1. Descubre y desarrolla capacidades vocales.
2. Posibilita la experimentación mediante la improvisación.
3. Desarrolla juegos y efectos por medio de la voz.
4. Fomenta la concentración y disciplina.
5. Contribuye a los procesos de desinhibición y confianza del intérprete (Monroy, 2011, p.150)

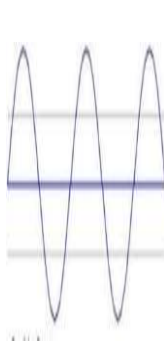
En cuanto a la voz del locutor Rodero, González, et al (2004) afirman que el principal objetivo en la voz de un locutor es la persuasión, lo mencionan también cuando hablan de la importancia de la voz creativa en la locución:

...será la voz el soporte principal de la idea creativa. La voz en la publicidad debe ser capaz de evocar cualquier realidad pero también cualquier sueño, cualquier sentimiento o cualquier opinión. En definitiva, en los géneros de la creatividad es donde la voz debe apurar sus capacidades porque habrá de transmitir todo tipo de sensaciones... (Rodero, González, et al, 2004, p. 213).

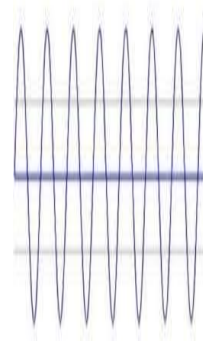
Características de la voz

- *Tono*

El tono es “una característica del sonido, se determina por la onda sonora que se emite. Cada individuo, naturalmente, tiene un tono característico de voz” (Caballero, 1994, p. 23). “... la frecuencia sonora que tenga la voz, dará la característica del tono, obteniendo a mayor frecuencia un tono agudo y a menor frecuencia un tono grave”. (Monroy, 2011, p.105)



Tono grave (menor frecuencia)



Tono agudo (mayor frecuencia)

Ilustración 1 Ejemplo gráfico de las frecuencias de la voz (Rodero González et al, 2004, p.241)

A partir del conocimiento de las frecuencias que clasifican el tono de la voz, se puede empezar a emplear el tono para la creatividad vocal por medio de la división tonal de la voz (Monroy 2011, p. 106). En cuanto al tono; Rodero, González et al (2004), expresan que “los locutores deben ser capaces de emplear una gran variedad tonal y ajustar su registros al texto publicitario que se esté trabajando. De esta manera logrará obtener una voz expresiva y creativa que le ayude a ampliar el abanico interpretativo”. (Rodero, González et al, 2004 p. 235)

- *Timbre*

Gracias a esta característica especial de la voz se puede diferenciar una voz de otra así como un sonido de otro. El timbre de la voz está directamente ligado a la forma de la onda del sonido en el aire y es único de cada persona (Caballero, 1994, p. 54)

Monroy, (2011, p. 105) describe el timbre como el encargado de hacer que una voz no se parezca a la otra, y por tanto, que cada voz sea única. Esta característica única es dada gracias a la estructura ósea de cada persona. Lo afirman Rodero, González et al (2004) cuando dicen: “cada uno de nosotros poseemos características anatómicas distintas, por tanto nuestras voces siempre son únicas” (Rodero, González et al, 2004, p. 233)

- *Ritmo*

Por ritmo se entenderá, las velocidades o acentos que se apliquen a la voz hablada en el momento de interpretar un texto. Se deberá prestar atención a ciertas características que harán que la interpretación “posea un adecuado manejo vocal del intérprete, tales como: seguridad, pausas y manejo de puntuaciones” (Monroy, 2011, p. 121). Las puntuaciones del texto serán de gran importancia para aportar al ritmo que vaya a tener ya sea la intención del texto, o, el personaje que emite el mensaje. Stanislavski (1975) plantea que al darle importancia a las puntuaciones se accede a las “pausas psicológica” que a su vez ayudan a “...acceder en el manejo del subtexto o expresión interna sentida por ficciones, la imaginación y otros elementos similares.” (Stanislavski, 1975, p. 361)

Por tanto, el ritmo abarcará características como “el ritmo respiratorio de un personaje, la velocidad del habla, las emociones, y las circunstancias en las cuales se desarrolle el texto” (Monroy, 2011, p. 122).

II.5 Resonancia

Según Grotowski (1970), los resonadores son:

... los encargados de amplificar el poder de conducción del sonido que se emite. Su función es comprimir la columna de aire en una parte especial del cuerpo seleccionada como amplificador para la voz; subjetivamente se tiene la impresión de que se está hablando con la parte del cuerpo en cuestión (Grotowski, 1970, p. 116),

Emitir la voz a través de un resonador en cuestión es una idea imaginaria, no es posible realmente hablar por medio de diferentes partes del cuerpo como la cabeza, la nuca o la espalda. Por tanto se podría afirmar, según lo plantea Grotowski que “trabajar ejercicios con los resonadores es trabajar también la imaginación. Sin embargo, es un hecho que esta presión subjetiva, modifica la voz y su poder de conducción”. (Grotowski, 1970, p. 118)

Monroy define resonancia de la voz como “aire amplificado y embellecido por las cavidades de resonancia antes de ser lanzado al exterior”. (Monroy, 2011, p. 71). Existe una diferencia entre los resonadores fisiológicos, llamados por Monroy (2011) “cavidades de resonancia” y la percepción y sensación de vibración que se busca con el entrenamiento que propone Grotowski a partir de los resonadores. En la primera resonancia influye solamente la capacidad

ósea que tenga cada quien y el rebote que tiene el aire en estas cavidades, mientras que, en la segunda resonancia interfiere el entrenamiento que tenga el intérprete para tener una propiocepción de la vibración en la cabeza, el pecho o el estómago, dando la sensación de resonar en esas áreas. (Monroy, 2011, p. 73). Para la finalidad del taller la resonancia que interesa explorar es la que proviene desde la imaginación y la conciencia de la vibración.

II.6 Creatividad Vocal

La creatividad vocal puede brindar la capacidad de transmitir un sentimiento por medio de la emisión oral. Una forma para potenciarla creatividad de la voz es interfiriendo con la imaginación, el juego creativo con la voz (resonadores), los gestos, y la libertad vocal. (Berry 2006). En cuanto a esto Rodero, González et al (2004) expresan:

...la expresividad sonora es transmitida mediante rasgos de la voz que comunican acústicamente información sobre el gesto, la actitud, el carácter, el aspecto físico y el contexto de emisión; o bien sobre la forma el tamaño, el color, la textura o el tipo de movimiento, de aquello que describe oralmente el emisor (Rodero, González et al, 2004 p. 66)

Para un profesional de la voz es importante tener un espacio que le permita explorar y potenciar sus capacidades vocales, de manera que la creatividad se active y abra el camino hacia nuevas posibilidades. Entrenar y mantener una práctica permanente de exploración del recurso vocal ayudará a potenciar

las capacidades expresivas y a colocar la voz en un contexto fuera de lo cotidiano aportando a la expresividad. Para Ocampo (2013) la creatividad vocal se logra al liberar la voz “La voz natural libre es transparente: expresa, mas no describe, nuestros impulsos sentipensantes (de sentimiento y pensamiento) en forma directa y espontánea. De esta manera, escuchamos a la persona, no simplemente su voz”. (Ocampo, 2013, p. 25

La voz, como parte activa del cuerpo, debe ser capaz de estar activa y presente de acuerdo a las diferentes necesidades que se presenten en la interpretación de textos. Esta necesidad se incrementa cuando se trata de locución, ya que, la voz se convierte en el único medio comunicativo y de transmisión del mensaje (Rodero, González et al 2004, p. 121). Por eso la importancia de mantener un entrenamiento potenciador de la creatividad vocal. Con respecto a esto Monroy expresa:

Generar nuevas posibilidades de emisión vocal es el propósito de la creatividad vocal. Indagar en la infinidad de efectos, ruidos, sonidos que cotidianamente no emitimos, para así descubrir y desarrollar capacidades que usualmente permanecen enmascaradas, cuando no adormecidas por el uso limitado de nuestra voz en un contexto cotidiano (Monroy, 2011, p. 149)

II.7 Juego teatral (ejercicios teatrales)

Las posibilidades de comunicación que puede ofrecer el juego a través del teatro, como los gestos, el movimiento por el espacio, la mirada; dan un aporte al conocimiento de las posibilidades que genera la relación del cuerpo y la voz. Berry (2006) alega que, la voz es un resultado de lo que el cuerpo busca transmitir, por lo que, apuntar a ejercicios teatrales, entendidos como juegos de imaginación y creatividad ayudarán para explorar y buscar potenciar las capacidades creativas de la voz (Berry 2006, p. 57- 61). “Será a partir del juego que se pretende introducir algunos mecanismos del teatro que apuntan al desarrollo de la creatividad y la expresividad” (Berry, 2006, p. 185).

Pavis (1988) define el juego dramático como:

... una toma de conciencia en los participantes de los mecanismos fundamentales del teatro (personaje, convención, dialéctica de los diálogos y situaciones, dinámica de grupos), así como... una cierta liberación corporal y emotiva (Pavis, 1998, p. 266)

En la interpretación o creación de personajes, la voz no debe dejar la naturalidad, es decir, no se debe forzar a sonar de una u otra manera, sino más bien, se deben conocer las diferentes capacidades que se tienen para aplicarlas de forma creativa (Berry, 2014, p. 60). A partir de ejercicios teatrales que incluyan la imaginación, busquen la desinhibición y reinventen la realidad, se espera poder explorar las capacidades creativas de cada persona. Tal como lo menciona Ocampo (2013) “el entrenamiento lúdico del actor permite que el intérprete parta de sí mismo en busca de sus “otras voces”, permitiendo que

la creatividad se potencie y ampliando la gama interpretativa” Ocampo, 2013, p. 87)

II.8 Locutor

Un locutor será aquella persona que pretenda, por medio de la expresión de su voz, persuadir y transmitir un mensaje. Como lo expresa Rodero, González et al (2004, p. 281) en el siguiente cuadro al apuntar algunas características que aportan al quehacer comunicativo de un locutor:

<i>Percepción</i>	Capacidad de alcanzar al receptor con independencia de que éste permanezca atento al aparato receptor.
<i>Imaginación</i>	Contribución a la participación imaginativa del oyente en el proceso de comprensión.
<i>Recuerdo</i>	Capacidad para generar recuerdo.
<i>Comportamiento</i>	Capacidad de afectar al comportamiento de los individuos

Tabla 1. Tomada del libro "Características comunicativas del locutor" (Rodero, González, et al, 2004, p. 281)

Se considerará entonces: la *percepción* como aporte para incrementar la consciencia del recurso vocal y de la intencionalidad que se le adjudique. La *imaginación* es esencial en el trabajo de interpretación ya que abre un mundo de posibilidades, por medio del juego, a que la voz explore tonos, roles, fantasías. Y la capacidad de generar *recuerdo* como una herramienta valiosa a la hora de persuadir, ya que evoca a los sentimientos del receptor.

López (2005) expresa que “un locutor puede ser cualquier persona que esté dispuesto a educar la manera de hablar y a jugar libremente con su voz” (López, 2005, p. 65) No se encasillan voces que funcionen o no para la locución, sino más bien se busca que el locutor maneje recursos como “saber colocar la voz, para subir y bajar tonos, aprovechar la caja de resonancia de las fosas nasales, para saber respirar y controlar el aire” (López, 2005, p. 67). Se considera importante señalar la importancia de superar el entrenamiento técnico del locutor para estimular la parte creativa a partir de la percepción personal buscando potenciar la empatía mediante la expresividad y energía interior. Como lo apunta López (2005) al decir:

En la radio actual, ya no cuenta tanto la voz como la simpatía del locutor... Locutor o locutora no es quien habla, sino quien logra el contacto, quien establece la comunicación con el otro, quien se hace escuchar (López, 2005, p.65, 68)

En el caso de esta investigación esta definición de locutor es acertada ya que aporta a la búsqueda de la expresividad, que se logra desde el juego dramático en donde la acción no ocurre en una sola vía, sino que el espectador (radioescucha) es parte importante de la acción que el intérprete (locutor) está ejecutando.

II.9 Taller

A continuación se establecen algunos parámetros básicos que según la organización Caja de Herramientas Comunitarias, del Centro para la Salud y Desarrollo Comunitario de la Universidad de Kansas, definen y conforman la

estructura de un taller educativo. Primeramente se delimitará como un programa educativo de corta duración que trata sobre un tema en específico que pretende dar a los participantes herramientas que le aporten a su vida profesional y/o personal, “en el campo de la educación y el arte, un taller se dedica a explorar una metodología o técnicas de trabajo que aporten a desarrollar las destrezas de interés” (Caja de herramientas comunitarias, 2017, p. 3).

Algunas características en común que presentan la mayoría de talleres educativos:

- Es conformado por grupos pequeños permitiendo dar atención personal.
- El grupo de personas para el que se diseña generalmente responde a un mismo lugar o campo de trabajo.
- La persona que dicta el taller tiene experiencia y maneja el tema a desarrollar.
- Generalmente son participativos. La persona participa activamente teniendo la posibilidad de poner en práctica las técnicas propuestas.
- Son interactivos. La vía de información es cíclica, es decir, se genera discusión y retroalimentación (Caja de Herramientas Comunitarias, 2017, p. 3)

CAPÍTULO III METODOLOGÍA

III. 1 Tipo de Investigación

Al ser este proyecto un proceso de exploración, la estrategia metodológica será del enfoque cualitativo, pues, se pretende obtener valoraciones desde la experiencia y la práctica vivida en el taller. Tal como lo expresa Marín (2008) “La investigación cualitativa estudia la realidad en su contexto natural, intentando sacar sentido, o interpretando, los fenómenos de acuerdo con los significados que tienen para las personas implicadas” (Marín, 2008, p. 2).

Dentro del enfoque cualitativo se considera el tipo de investigación aplicada. Marín (2008) caracteriza este tipo de investigación por ser “una investigación que busca la aplicación o utilización de los conocimientos que se adquieren, siendo las consecuencias prácticas lo que primordialmente le interesa al investigador” (Marín, 2008 p. 1). Al estar la propuesta de este proyecto enfocada en la práctica, lo que interesa es analizar las experiencias y posibles resultados de todos los involucrados en el proceso.

Como una de las técnicas de recolección de datos se aplicará la observación. Con esta técnica se pretende obtener datos de la experiencia (o respuestas) de los participantes del taller en relación a las propuestas de ejercicios. Para la observación se tomarán en cuenta algunos criterios que se consideran relevantes a los ejercicios teatrales. Tales criterios valorarán la respuesta de participación, tanto individual como grupal, a los ejercicios propuestos. Esta valoración se llevará a cabo por una división que apreciará los criterios en cuanto a: la persona logra el proceso de los ejercicios, tiene los ejercicios en proceso, o, no logra el proceso de los ejercicios. Esta observación

y valoración de los criterios se realizará en relación al objetivo de comprobar si los ejercicios teatrales son potenciadores de la creatividad vocal.

La división de los criterios se hará de acuerdo a las siguientes pautas:

Logrado: implica que la persona presenta una disposición abierta, participativa y desinhibida al ejercicio. Muestra interés y mantiene la concentración para llevar a cabo el ejercicio. Propone acciones a partir del ejercicio que se plantea.

En proceso: implica que la persona muestra interés pero es evidente una inhibición que le genera bloqueos para concentrarse en el ejercicio. No hay una claridad completa del objetivo del ejercicio o de cómo realizarlo. El sujeto muestra interés en seguir manteniendo una práctica del ejercicio para mejorar.

No logrado: implica que la persona tiene una actitud no activa y realiza los ejercicios por cumplir lo que se solicita, sin mostrar interés por profundizar o probar otras posibilidades. No realiza los ejercicios ni propone posibilidades de juego ante el ejercicio propuesto. No hay interés de mejorar o entender la dinámica del ejercicio.

Como otro medio para obtener datos se aplicarán cuestionarios. Con estos cuestionarios se proyecta que el participante pueda expresar su experiencia en relación a los contenidos propuestos en el taller. De esta manera los datos que se obtengan no serán solamente de la observación de la facilitadora, sino también se tendrá el punto de vista del participante. Se espera poder interpretar si hubo, o no, aportes, a la creatividad vocal participante, durante el proceso del taller.

Para el cuestionario se tomaron en cuenta algunas de las preguntas generadoras mostradas en el siguiente cuadro:

Objetivo	Contenidos	Preguntas
Comprobar a través de un taller si el juego dramático potencia la creatividad de la voz hablada en los locutores	<ol style="list-style-type: none"> 1. Relación cuerpo-voz 2. Creatividad Vocal 3. Caracterización de la voz 	<p>¿Cuál relación entre el cuerpo y la voz logró identificar en los ejercicios?</p> <p>¿Cuál considera que es la importancia de tener un cuerpo activo para la búsqueda de la creatividad vocal?</p> <p>Para usted ¿qué es creatividad vocal? ¿Qué implica?</p>

Tabla 2. Preguntas generadoras para la elaboración del cuestionario. Elaboración propia. Fuente: investigación, Karen Mora, 2018. Facultad de Artes. Universidad de Costa Rica.

III.2 Pasos del proyecto

El proyecto se dividirá en tres etapas. La primera será la gestión previa al taller. Se estructurará una guía del plan de trabajo, en donde se proponen contenidos para la exploración de la creatividad a través del juego dramático. Además se convocará a los participantes y se concretarán horarios y espacios de trabajo.

La segunda etapa tendrá que ver con el desarrollo del taller. Y finalmente para concluir se llevará a cabo la tercera etapa en donde se hará una valoración de la experiencia.

Cabe aclarar que las etapas mencionadas pueden estar mezcladas. Al tratarse de un proyecto práctico pueden influir factores que exijan cambios a

la propuesta del taller. O bien, durante el desarrollo del taller se irán valorando los aportes que brinde la observación.

III.2.1 Gestión del taller

Para gestionar el taller será necesario, primeramente, estructurar una guía del plan de trabajo. Para esto se propondrán contenidos que aporten en la exploración de la creatividad a través del juego dramático. Será necesario además, realizar la convocatoria de participantes y concretar horarios y espacios de trabajo.

III.2.1 Guía de plan de trabajo (Recolección de Información)

La información obtenida para la propuesta del plan de trabajo para el taller se obtendrá mediante revisión bibliografía. Teoría y ejercicios acerca del entrenamiento de la voz hablada aportarán herramientas y material para trabajar la búsqueda de creatividad vocal y corporal. Además, se considerará la experiencia y formación, de la facilitadora del taller, en cuanto a entrenamiento actoral y exploración creativa a partir del juego dramático. A partir de estas dos fuentes se seleccionarán ejercicios relacionados con el juego teatral y la búsqueda de la creatividad vocal, así como los contenidos a desarrollar.

La principal referencia bibliográfica será de los siguientes autores: Fidel Monroy (2011) con el manual de ejercicio del libro *Voz para la escena. Entrenamiento y conceptos fundamentales*. Cicely Berry (2006) y el material que expone en el libro *La voz y el actor*. Antonio Ocampo (2013) con el

desarrollo de la técnica vocal que presenta en el libro *La libertad de la voz natural, el método Linklater*. Bitácoras personales de la facilitadora.

De esta indagación de material bibliográfico se derivará la propuesta de ejercicios planteados para el plan de desarrollo del taller. Dicha propuesta es solo eso, una propuesta, queda sujeta a cambios de acuerdo a las necesidades de los grupos o, de las diferentes situaciones que se presenten a la hora de aplicar el taller.

III.2.2 Gestión de espacios y horarios

Como parte de la primera etapa, se procederá a concretar horarios y espacios de trabajo, así como a convocar los participantes. En el siguiente cuadro se muestra la coordinación de horarios y espacios de trabajo para ambos grupos:

Grupo	Lugar	Fecha	Hora
Grupo I	Instalaciones de la escuela de Artes Dramáticas, en la UCR, San Pedro.	26 setiembre 2018	5:00- 7:00 pm
		3 octubre 2018	
		10 octubre 2018	
		17 octubre 2018	
Grupo II	Instalaciones de CRC, en la Uruca, San José.	6 febrero 2019	1:00 - 3:00 pm
		7 febrero 2019	
		19 febrero 2019	
		23 febrero 2019	

Tabla 3. Horarios y espacios para el taller. Elaboración propia. Fuente: investigación Karen Mora, 2018. Facultad de Artes. Universidad de Costa Rica.

Una vez fijado el espacio y el horario se convocó, por medio de correo electrónico y mensaje de texto, a las personas interesadas en ser parte del taller. De esta convocatoria se fijaron dos grupos de trabajo: un grupo mixto de

profesionales de la voz relacionados con la locución, de ahora en adelante Grupo I; y, locutores radiofónicos de CRC, de ahora en adelante Grupo II.

- **Grupo I. Grupo mixto de profesionales de la voz como objeto de estudio**

La iniciativa de desarrollar este proyecto surge de haber conocido el interés, de algunos locutores y estudiantes de locución, en formar un grupo de capacitación que ofreciera la oportunidad de explorar la voz desde el entrenamiento teatral. Por esta razón se consideró importante gestionar una convocatoria abierta a locutores independientes, estudiantes de locución y profesionales de la voz interesados en potenciar la expresividad y creatividad del recurso vocal. Entre las personas involucradas en este grupo están: estudiantes de locución comercial del Instituto Nacional de Aprendizaje que a su vez son miembros del grupo de radioteatro Teatro de la Mente (TDM), docentes y locutores independientes.

Participante	Relación con la voz	Destino procedente
1	Locutor, actor de voz, docente	Independiente, TDM
2	Estudiante de locución	Instituto Nacional de aprendizaje TDM
3	Actriz de voz, docente	Instituto Nacional de Aprendizaje TDM
4	Locutora	Independiente

Tabla 4. Participantes Grupo I. Elaboración propia. Fuente: investigación Karen Mora, 2018. Facultad de Artes. Universidad de Costa Rica

Grupo II. Cadena Radial Costarricense como objeto de estudio

Las personas propuestas para llevar la capacitación serán colaboradores del área de locución y producción radiofónica. En total fueron cinco personas involucradas en el proceso del taller.

Participante	Relación con la voz	Destino procedente
1	Locutora comercial, periodista	Cadena Radial Costarricense
2	Locutora comercial y productora radiofónica	Cadena Radial Costarricense
3	Locutor y productor radiofónico	Cadena Radial Costarricense
4	Locutora comercial	Cadena Radial Costarricense
5	Productora radiofónica	Cadena Radial Costarricense

Tabla 5. Participantes Grupo II. Elaboración propia. Fuente: Investigación Karen Mora, 2019. Facultad de Artes. Universidad de Costa Rica. San José, Costa Rica.

III.2.3 Desarrollo del taller

Se realizó el taller en los horarios y espacios previstos. Los grupos empezaron de acuerdo a las personas inscritas para participar en el taller. La estructura para el desarrollo del taller se desarrolla más adelante (p. 45).

III.2.4 Valoración de la experiencia

Para valorar la experiencia del taller se utilizarán tres herramientas de recolección de información consideradas básicas en el tipo de trabajo exploratorio y de acercamiento al trabajo creativo que propone el proyecto. Se hará uso de la observación, los cuestionarios y la entrevista no estructurada (propuesta del *círculo de la experiencia*), detallados a continuación:

III.3 Herramientas de recolección de información

III.3.1 Observación

Durante cada sesión del taller se observará la respuesta de los participantes ante cada ejercicio planteado. Valorando si los contenidos y actividades propuestos aportan a potenciar la creatividad vocal. Para lograr lo anterior se utilizará la *observación participante*: tomando en cuenta algunos criterios de interés derivados del material teórico de consulta, se valorarán los contenidos a desarrollar en el taller. Para esta observación se tomará el rol de participación moderada en donde la investigadora mantiene un equilibrio entre la participación y el alejamiento, permitiéndose mantener una observación objetiva. La valoración funcionará como un parámetro del aporte de los ejercicios a la búsqueda de potenciar la expresividad de la voz hablada en los locutores. Tomando en cuenta si los sujetos logran, o no, los objetivos en el tiempo establecido.

III.3.2 Cuestionarios

El último día del taller se entregará un cuestionario a cada participante. Estos cuestionarios ayudarán a develar puntos que no se hayan abarcado en la observación. Además se buscará reconocer cuales conceptos desarrollados en el taller son manejados por las personas involucradas y cuáles no. Se tomará en cuenta la experiencia personal de cada participante generando una retroalimentación que aporte a analizar factores relevantes a la problemática planteada y considerar cuales contenidos y actividades tuvieron aporte a potenciar la creatividad vocal y cuáles no. De esta forma se espera poder ampliar contenidos o definir actividades que se pueden profundizar en el desarrollo del taller.

Para el cuestionario se tomaron en cuenta algunas de las preguntas generadoras anotadas en el siguiente cuadro:

Objetivo	Contenidos	Preguntas
Comprobar a través de un taller si el juego dramático potencia la creatividad de la voz hablada en los locutores	4. Relación cuerpo-voz 5. Creatividad Vocal 6. Caracterización de la voz	a) ¿Existió alguna relación entre el cuerpo y la voz? b) ¿Se generó una conciencia de la importancia del cuerpo activo para la búsqueda de la creatividad vocal? c) ¿Cuál es el concepto de creatividad vocal generado?

Tabla 6 Preguntas generadoras para el cuestionario. Elaboración propia. Fuente: Investigación Karen Mora, 2018. Facultad de Artes. Universidad de Costa Rica.

III.3.3 Círculo de la experiencia

Al ser el taller una exploración personal, los resultados serán subjetivos por lo que la observación será un acercamiento a los resultados obtenidos para cada participante. En cuanto a esto el espacio llamado “círculo de la experiencia”, que se da en cada sesión del taller, será un soporte para las observaciones que se realicen, respaldando lo observado con lo experimentado por cada quien

III.4 Plan de trabajo para el taller

III.4.1. Perfil del Participante

Las personas interesadas en ser parte del taller deberán cumplir con los siguientes requisitos:

- ✓ Tener relación con el trabajo de la voz hablada, preferiblemente ligado al medio radial: locutores, productores radiofónicos, actores de voz.
- ✓ Disponibilidad para llevar a cabo la totalidad del taller, así como puntualidad y compromiso a asistir a todas las sesiones del taller.
- ✓ Interés en explorar diferentes capacidades del recurso vocal para la locución
- ✓ Acudir con ropa cómoda para realizar ejercicios (buzo, camiseta, pantaloneta, tenis).

III.4.1.2 Perfil del Facilitador

El facilitador deberá ser una persona con al menos Bachillerato en Artes Dramáticas, con buen manejo de la expresión corporal y vocal. Deberá contar con conocimientos en pedagogía/docencia y tener facilidad de trabajo en equipo así como habilidad para la comunicación.

III.4.2 Herramientas Necesarias para la elaboración del proyecto

- ✓ Espacio de trabajo: El lugar debe ser un espacio en condiciones de limpieza y sin objetos ni ruidos que interfieran en el desarrollo del taller. Así como tener iluminación y ventilación. De ser posible con piso de madera en buenas condiciones (sin huecos, clavos o astillas que puedan lastimar).
- ✓ Estudio de Grabación: Se requiere de un estudio de grabación con al menos un micrófono versátil para grabaciones de voz y audífonos estéreo en buen estado.

- ✓ Un técnico que brinde soporte desde el manejo de la consola de grabación, instalación de micrófonos y audífonos

II.4.3 Cronograma general de actividades

Día	Tema	Clase	Contenido
1	Sobre las características de la voz	<p>Bienvenida</p> <p>Introducción</p> <p>Relajación y respiración</p> <p>Articulación vocal</p>	<p>Introducción del taller. Juego de integración.</p> <p>Características que conforman la voz.</p> <p>Ejercicios de relajación y respiración, suspiro, diafragma, respiraciones controladas.</p> <p>Ejercicios de articulación de la voz.</p>
2	Conciencia corporal y vocal	<p>Relación cuerpo/ voz</p> <p>Relación con el otro</p> <p>Relación cuerpo / voz</p>	<p>Ejercicios de conciencia corporal.</p> <p>Juegos de desinhibición e improvisación.</p> <p>Ejercicios de relación con circunstancias dadas.</p> <p>Ejercicios de movimiento, forma y voz.</p>
3	Resonadores	<p>Reconocimiento de algunos resonadores involucrados en la voz</p>	<p>Resonancia vocal</p> <p>Juegos de improvisación que involucren el uso de la voz.</p> <p>Trabajar con texto</p>
4	La voz y la caracterización	<p>Creación de personajes y voces características</p> <p>Evaluación y cierre</p>	<p>Ejercicios de improvisación utilizando la voz.</p> <p>Uso de la expresión corporal para crear personaje- voz.</p> <p>Trabajo con texto y personaje.</p> <p>Evaluación y cierre.</p>

Tabla 7. Cronograma de actividades. Elaboración propia. Fuente: Investigación Karen Mora.2018. Facultad de Artes. Universidad de Costa Rica.

III.5 Propuesta de contenidos

III.5.1 Características de la voz. Día I

- La relajación

Con los ejercicios de relajación se busca, en primer lugar, identificar los focos de tensión innecesarios que se tienen en el cuerpo. Algunos de estos focos de tensión pueden ser: músculos contraídos, bloqueos de articulaciones, contención de la respiración, mandíbula apretada, incapacidad de mantener el pensamiento en el ejercicio. Y en segundo lugar, apropiarse de éstas tensiones ya identificadas para crear consciencia de ellas y poder eliminarlas.

La relajación que se busca en el taller es una relajación potenciadora de la energía en el cuerpo, ayudando a que el participante cuente con la disposición para el juego teatral. Se considera necesario que la persona participante tenga una actitud activa y desinhibida, una mente despierta y desconectada de lo cotidiano para que así, logre una conexión con su parte creativa.

Al ser los grupos de trabajo integrados por personas que han tenido poca o nula relación con ejercicios de juego dramático, es necesario que los primeros ejercicios sean introductorios, básicos y guiados en cada detalle, buscando, principalmente, potenciar la desinhibición y la pérdida de tensiones.

- La respiración

Se proponen ejercicios introductorios de respiración controlada y guiada; con el objetivo de poder aplicar una técnica de control y manejo de la columna de aire. Estos ejercicios consisten en dejar entrar el aire de manera fluida generando una conciencia del movimiento diafragmático, para posteriormente

liberar el aire controlado por el músculo del diafragma. Con esto se espera reactivar la conciencia del movimiento diafragmático como una herramienta en la emisión de la voz

Posteriormente, se avanza a través de ejercicios respiratorios, imágenes o acciones que busquen incrementar o disminuir la entrada y salida de aire del cuerpo. Por ejemplo: velocidades, intensidades, acciones concretas como correr, caminar y volar. El objetivo es que la persona utilice la respiración desde la perspectiva del juego teatral y de la imaginación para generar una experiencia; y no solamente encuentre la aplicación de la respiración como una técnica.

Al aplicar los conceptos de la respiración diafragmática a través de imágenes concretas como: lanzar una flecha, ser tormenta, ser viento, impulsar un barco o un avión; se pretende desbloquear la intención de realizar una acción de manera correcta o incorrecta. Lo importante es enfocarse en la imagen para explorar las posibilidades con el flujo del aire y no en la idea de cómo “debería” funcionar una respiración.

- Articulación vocal

Los ejercicios de articulación vocal, tienen la finalidad de calentar y preparar el aparato fonador. Preparar la voz ayuda a lograr que ésta funcione sin lesiones y la expone a potenciar las capacidades de expresión. Los ejercicios deberán hacerse de manera progresiva, es decir de menor a mayor complejidad con el fin de dar espacio a la familiarización del calentamiento como a la desinhibición al juego. La articulación vocal buscará la presencia del juego teatral a partir de la imaginación en cada ejercicio, de manera que la persona pueda tener una relación con la dinámica del juego y las

circunstancias propuestas, y no simplemente busque la forma de reproducir un ejercicio o un sonido.

III.5.2 Conciencia Corporal y Vocal. Día II

- Introducción de la conciencia corporal.

La conciencia corporal es esencial, detalles como: la postura corporal, puntos de tensión y manejo del aire, afectan directamente al resultado que se pueda obtener a la hora de realizar una locución. Una mala postura, por ejemplo, bloquea el flujo libre del aire y por lo tanto la capacidad vocal se reduce.

Al trabajar con personas que han tenido poca o nula relación con el trabajo de juego teatral, la introducción a la conciencia corporal es primordial. Esta ayuda a crear o mejorar una relación con el propio cuerpo y con las capacidades creativas, que en ocasiones están dormidas o desconocidas. Por tanto, al iniciar este módulo del taller, es importante la observación y la escucha en cuanto a incomodidades o bloqueos que puedan mostrar las personas.

- Conciencia corporal y conciencia del otro

Reconocerse en un lugar específico de trabajo con preguntas como: ¿En dónde se está? ¿Cómo es el lugar? ¿Con cuáles herramientas se cuenta? ¿Cuáles son las condiciones de trabajo? ¿Cuáles son las posibilidades personales en relación a ese lugar específico? ¿Personalmente, que se requiere o que se puede aportar – de manera inmediata- a ese lugar? Son preguntas generadoras y de reconocimiento que ayudarán a la mente a concentrarse en el momento preciso y adaptarse a las posibilidades.

En el caso específico de un locutor, los estudios de grabación suelen ser pequeños y fríos. El micrófono funciona como un amplificador, por lo que la intención no se puede ver afectada por la reducción de movimientos o del volumen que se le aplique a la voz. Si un locutor está sujeto a estar frente al micrófono sin poder moverse porque se pierde o se distorsiona el sonido, debe ser capaz de ser consciente de esto y no por ello disminuir la intensidad con la que requiera emitir un mensaje o la creatividad con la que vaya a crear un personaje. La idea es que pueda tener un entrenamiento tal que le aporte a conocer su cuerpo y su herramienta de trabajo para poder adecuarse a cualquier lugar y cualquier circunstancia sin que esto afecte la calidad del producto de su trabajo.

En cuanto a la relación con el otro, es importante reconocer como afecta personalmente la presencia o la mirada externa de una persona ajena. Preguntas como: ¿Qué pasa personalmente si hay alguien ajeno al estudio? ¿Es lo mismo grabar de manera grupal que en solitario? ¿Cuál es la reacción del trabajo en equipo? ¿Se acatan las directrices con facilidad? ¿Es fácil dar directrices? ¿Con qué facilidad se puede dar a entender, desde la producción, la intención con que debe leerse el texto? ¿Qué pasa con la voz cuando se está en relación con otra persona? ¿Y, con la respiración qué pasa? ¿Hay alguna diferencia? Las preguntas funcionarían como potenciadoras de introspección en la exploración durante el taller.

III.5.3 Resonancia vocal. Exploración de los Resonadores en la búsqueda de la caracterización de la voz. Día III

- Conciencia e identificación de diferentes resonadores

Al ser los resonadores utilizados para amplificar la emisión de la voz, serán empleados en este taller como herramienta para la caracterización de la voz y la búsqueda de versatilidad vocal. Grotowski (1970) expone que existe un número casi infinito de resonadores que a su vez dependen del control sobre el cuerpo que maneje el intérprete.

Aplicando los resonadores se pretende que la facilitadora proponga abordar diferentes sonidos de la voz con imágenes y sensaciones concretas como: la vibración del cuerpo focalizándose en diferentes partes de acuerdo al resonador. O bien la imagen de las cavidades en donde resuena la voz por medio de la vibración. Con estas sensaciones concretas de vibración y el sonido producido por ellas surgen imágenes que sugieren a la imaginación personajes, introduciendo así la caracterización de la voz para creación de personajes.

- Relación cuerpo / voz

El objetivo de estos ejercicios es otorgar o relacionar el sonido de la voz con una corporalidad, es decir imaginar “como se ve” la voz. Se busca que haya una imagen conjunta de cómo se vería el personaje que habla de cierta manera, como caminaría, como saludaría. O bien de manera inversa. Se proponen movimientos y diferentes formas de corporalidad y se les da una voz. Teniendo conciencia de cual resonador se está utilizando o cual característica de la voz, tomando en cuenta el tono, la velocidad, la intensidad.

III.5.4 La voz y la caracterización. Día IV

- Relación cuerpo –voz en creación de personajes

Grotowski (1970, p. 150) expone que en el entrenamiento vocal hay un principio fundamental: “no pensar nunca en el instrumento vocal mismo, no pensar en las palabras sino reaccionar, reaccionar con el cuerpo”. Tomando en cuenta la anterior afirmación se propone emplear ejercicios de improvisación que potencien el juego de la creación de personajes. De esta manera se introducen elementos del juego dramático como situación del personaje, claridad de a quien se dirige el mensaje, intertextualidad, relaciones, escucha, trabajo en equipo, concentración, activación de la creatividad.

III.6 Propuesta de Ejercicios

Ejercicios de desinhibición

Ejercicio 1

El grupo se dispone en círculo. La facilitadora estará en el centro e irá pregonando la frase: “yo tengo un tic/ tic tic/ he llamado al doctor, me dijo que moviera el pie derecho”. Una vez que la facilitadora pregonara la primera parte de la frase, le indica al grupo repetirla con la misma intención que ella la pregonó, incluyendo al final un movimiento grande de la parte del cuerpo dicha, el movimiento no se detiene. Cada vez que se repite la frase se dice una parte del cuerpo diferente, de manera que se van sumando movimientos. Al final todos deberán estar realizando movimientos con todo el cuerpo. El pregón de la frase inicia de manera suave y tranquila, poco a poco aumenta en energía y volumen.

Ejercicio 2

Los participantes caminan por todo el espacio en diferentes direcciones. La facilitadora irá indicando realizar diferentes acciones: quedar congelado, comer helado, llorar a gritos, cantar desafinado, andar en bicicleta, hacer silencio, dar un abrazo a un compañero, sentir frío, un compañero se agacha y el otro salta por encima.

Ejercicio 3

Se dispone el grupo en un círculo. El facilitador dará las reglas del juego que deberán ser ensayadas y recordadas antes de iniciar el juego. Luego de que todos las tengan claras el facilitador las irá diciendo, puede variar el orden y la velocidad. Se debe tener claras cuales acciones se va a proponer, algunas pueden ser:

Acción del facilitador

Se toca la cabeza

Se toca la nariz

Aplaude

Se toca las rodillas

Toca el suelo

Acción del grupo

Se ponen de pie

Saltan

Giran sobre si mismos

Conversan

Gritan



Fotografía 1 y fotografía 2. Participantes del taller mientras realizaban algunos ejercicios de desinhibición. Fuente: Investigación Karen Mora. Facultad de Artes. Universidad de Costa Rica. San José, Costa Rica. 2018-2019

Ejercicios de relajación

Ejercicio 1

Ejercicio introductorio que tiene como objetivo ofrecer al participante un espacio para focalizarse en su principal herramienta de trabajo: el cuerpo. Este ejercicio ayuda a regular la energía y promover la concentración. Además será de ayuda para eliminar tensiones provocadas por las actividades diarias de cada persona

Realizar el ejercicio acostado sobre el suelo. De no ser posible, buscar una posición cómoda ya sea sentado o de pie. Con los ojos cerrados, realizar tres respiraciones profundas y botar el aire con un suspiro. Se le indica al participante realizar, de manera individual, un recorrido imaginario por el cuerpo. El facilitador irá dando la instrucción de poner atención a diferentes sensaciones que se pueden percibir, tales como: imaginar el hueso, sentir la temperatura o el peso del cuerpo, las palpitaciones, el contacto con el piso o la ropa. Deberá hacerlo de manera detenida y minuciosa focalizando posibles puntos de tensión e incitando a relajar las tensiones encontradas.

Iniciar el recorrido por los pies e ir subiendo despacio por todo el cuerpo, hasta llegar a la cabeza y finalmente la cara. Una vez terminado el recorrido, solicitar a la persona llevar las manos a su cara y realizar movimientos circulares y suaves a modo de masaje alrededor de la nariz, sobre sus cejas, pómulos, frente y mandíbula. Se termina el ejercicio con tres respiraciones profundas.

Ejercicio 2

De pie sacudir todo el cuerpo. Iniciar con movimientos pequeños desde los pies e ir subiendo por todo el cuerpo. La intención es poder realizar el ejercicio de manera ascendiente en velocidad e intensidad, involucrando todo el cuerpo con sacudidas fuertes.

Se busca que el participante tenga consciencia de cada parte de su cuerpo; pies, piernas, manos, brazos, tronco, cuello, músculos de la cara y articulaciones. Descansar por un lapso y regular la respiración. Repetir el ejercicio de dos a tres ocasiones.

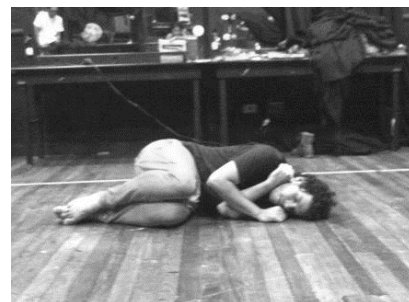
Ejercicio 3

Partir de una posición neutral, es decir: de pie, con los pies separados al ancho de las caderas, las rodillas relajadas con una leve flexión, los brazos deben caer con su propio peso al lado del cuerpo, espalda recta, hombros relajados, la mirada al frente con los músculos faciales relajados. Realizar tres respiraciones.

Llevar al cuerpo a un estiramiento desde la relajación. Primero dejar caer la cabeza hacia abajo con un movimiento lento y controlado, llevando la barbilla al pecho, los hombros se mantienen relajados y se dejan llevar por su

propio peso. Las rodillas se mantienen con una ligera flexión. Seguir el movimiento hacia abajo buscando el piso, la espalda se empieza a arquear. Imaginar que se desprenden poco a poco y una a una las vértebras de la columna. Los brazos cuelgan por su peso al igual que el cuello y la cabeza. Seguir el movimiento hacia abajo hasta donde lo permita la espalda de cada quien. Prestar atención al estiramiento de la columna vertebral cuando se va hacia abajo. No retener la respiración.

Se reconstruye poco a poco la columna vertebral y la posición inicial. Se realiza iniciando por la última vértebra, y subiendo poco a poco. La cabeza y los brazos cuelgan, las rodillas mantienen la flexión, la respiración fluye. Lo último que se coloca es su posición es la cabeza. Los movimientos simulan una ola suave y agradable.



Fotografía 3 y fotografía 4. Participantes del taller realizando algunos ejercicios de relajación. Fuente: Investigación Karen Mora. Facultad de Artes. Universidad de Costa Rica. San José, Costa Rica. 2018-2019

Ejercicios de Respiración

Ejercicio 1

Se puede realizar de pie, sentado o acostado. Permitir que el aire entre libremente y soltar con un suspiro. Repetir las veces que sea necesario y cada vez que se considere durante toda la sesión de trabajo.

Respirar nuevamente y permitir al aire salir por la boca. Los labios permanecen entreabiertos para que el aire pueda moverlos en una vibración, como si fuera el sonido que hacen los caballos. Repetir de tres a cuatro veces. Este ejercicio permite liberar los labios, la parte interna de la boca y los músculos de la cara.

Ejercicio 2

Acostado o de pie, en una posición cómoda; rodillas levemente flexionadas, hombros relajados. Colocar la palma de la mano por debajo del ombligo, respirar con la intención de hacer llegar el aire hasta donde se encuentra la mano. Se puede notar que la mano tiene un leve movimiento provocado por la entrada del aire al cuerpo. Así se puede identificar el movimiento del diafragma en esa zona. Con la mano en el punto focalizando justo debajo del ombligo realizar una leve presión con la mano hacia adentro notar que el movimiento del diafragma, es como un globo que se infla cada vez que entra aire y se desinfla cuando este sale.

Solicitar realizar las mismas respiraciones con diferentes velocidades (lentas, rápidas, pausadas) y con diferentes impulsos de aire (brusco, con suspiro). De manera que se puedan identificar diferentes posibilidades e intencionalidades que puede brindar el flujo y control del aire. El ejercicio se realiza de manera lenta y silenciosa, teniendo cuidado de no tensar o elevar los hombros ni el pecho. Las rodillas se mantienen con una leve flexión la espalda se mantiene recta y alargada.

Ejercicio 3

De pie, en una posición cómoda. Mantener rodillas levemente flexionadas, hombros relajados, espalda recta y alargada. Proceder a realizar una serie de respiraciones guiadas.

- Permitir que el aire entre de manera lenta y profunda; retener el aire por dos segundos; permitir que el aire salga de igual forma.
- Permitir que el aire entre del mismo modo anterior; retener dos segundos; dejar que el aire salga por la nariz de manera rápida y continua.
- Dejar que el aire entre de manera rápida; retener el aire dos segundos; permitir que el aire salga pero esta vez de manera lenta.
- Repetir de dos a tres veces. Luego dejar que el aire entre y salga al cuerpo de manera natural, para que se regule la respiración



Fotografía 5 y fotografía 6. Algunos participantes del taller mientras realizaban ejercicios de consciencia de la respiración. Fuente: Investigación Karen Mora. Facultad de Artes. Universidad de Costa Rica. San José, Costa Rica. 2018-2019

Ejercicios de articulación vocal

Ejercicio 1

Iniciar con un bostezo amplio y sonoro, seguido de un suspiro. De pie, sentado o acostado reproducir diferentes sonidos que serán indicados por el facilitador. Se propone: imitar el sonido de las olas, reproducir el ruido de las olas con cada vocal, reproducir el ruido del viento.

Empezar cada sonido con un volumen bajo casi susurrado, progresivamente indicar aumentar el sonido y las velocidades.

Ejercicio 2

Emitir las vocales alargando el sonido U-O-A-E-I. Iniciar con un volumen bajo. Hacerlo dos veces.

Variación 1: exagerar la pronunciación, abriendo mucho la boca en la emisión de cada vocal.

Variación 2: inventar una línea melódica y “cantar” pasando de una vocal a la otra, no se debe interrumpir la emisión. El objetivo es controlar el flujo de aire, controlar no consumirlo todo en la emisión de la primera vocal.

Variación 3: emitir las vocales de manera vigorosa y sin alargar el sonido producido, imaginando que se quiere clavar de manera puntual el sonido en una pared. Poner atención a lo que sucede con el diafragma, no se debe hacer desde la garganta.

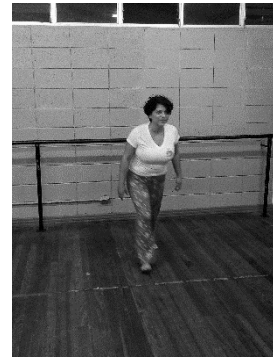
Ejercicio 3

La facilitadora propone realizar imitaciones con onomatopeyas, primero se imagina el objeto o animal a imitar y luego se realiza el sonido.

Primero se realizará en grupo, todos juntos a la vez, proponiendo lugares como un zoológico, una ciudad, un mercado o una selva. De manera que se genere un ambiente de sonidos compartidos.

Una vez realizado el ejercicio en grupo se solicita a los participantes interactuar entre sí, de manera que se generen relaciones entre los diferentes sonidos. Insinuando situaciones como: un pleito entre animales, una carrera de carros, época de cortejo en un bosque, un apagón.

Por parejas irán presentando la relación de sonidos que encontraron y después de manera individual presentarán al resto del grupo el sonido que eligieron realizar.



Fotografía 7 y fotografía 8. Participantes del taller mientras realizaban algunos ejercicios de articulación vocal. Fuente: Investigación Karen Mora. Facultad de Artes. Universidad de Costa Rica. San José, Costa Rica. 2018-2019

Ejercicios de expresión corporal / vocal

Ejercicio 1

En parejas, una persona se coloca frente a otra con al menos dos metros de distancia. El ejercicio consiste en agitar la muñeca imaginando que con el dedo índice y pulgar se sostiene una mariposa y el movimiento de ésta se transfiriera a la mano y el resto del brazo. Jugar a lanzar la mariposa, volver a atraparla buscando diferentes ritmos y niveles corporales.

Una vez que se tiene la dinámica clara integrar poco a poco un texto que acompañe al movimiento de la “mariposa”. Es importante permitir que la dinámica del movimiento determine el juego vocal para que los participantes integren y jueguen con matices e intenciones.

Ejercicio 2

Caminar por el espacio, buscando diferentes ritmos, direcciones y niveles. La facilitadora incita a imaginar que el impulso de la caminata sale de diferentes partes del cuerpo. Por ejemplo, imaginar que el impulso sale del hombro, de la rodilla, del ombligo, de una oreja. Explorar que pasa con el cuerpo a partir de la imagen y sensación de “caminar” desde estos determinados puntos. Una vez afianzado el movimiento transferir a la voz. Imaginar que desde ese punto que genera el movimiento se habla. ¿Cómo “sonaría” la voz del hombro? ¿La voz de rodilla?

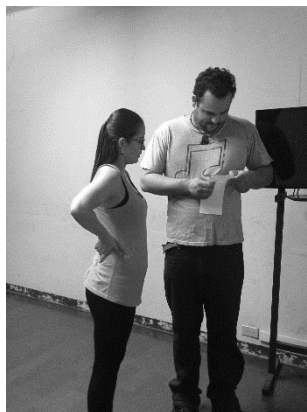
Ejercicio 3

Todas las personas se disponen en un extremo del salón. La facilitadora explica que el objetivo del juego es crear una máquina con movimiento y sonido. La primera persona pasa al frente del resto del grupo propone un

movimiento involucrando todo el cuerpo y a ese movimiento le atribuye un sonido. La segunda persona que pase al frente deberá complementar, el movimiento propuesto por el compañero, con otro movimiento y con otro sonido. Así irán pasando todos los integrantes hasta formar una gran máquina.

Ejercicio 4

Se le entregará a cada participante un papel que diga “usted es un _____”. Cada quien le su papel y le otorga a la palabra entrega una gestualidad, una corporalidad y un sonido vocal. Una vez que tenga claras las tres características anteriormente mencionadas se explica que deben desplazarse por el salón con el realizando el movimiento, la gestualidad y el sonido elegido buscando su complemento. Sugerencias de dúos de palabras: escoba/ pala, clavo/ martillo, anillo/ dedo, papel/ lápiz.



Fotografía 9, fotografía 10 y fotografía 11. Participantes del taller mientras realizaban ejercicios de expresión corporal/ vocal. Investigación Karen Mora. Facultad de Artes. Universidad de Costa Rica. San José, Costa Rica. 2018-2019

Ejercicios para la creatividad de la voz

Ejercicio 1

Se solicita formar parejas y colocarse uno en frente del otro. La primera persona (A) articula sin sonido un mínimo de diez frases cortas, la segunda persona (B) debe prestar atención a lo que le expresa su compañero. B debe adivinar y decirlas en voz alta. Se repite el ejercicio en forma inversa, B articula sin sonido y A adivina.

Variación: en parejas colocarse en una posición cómoda frente al compañero, verlo a los ojos y decirle con frases cortas y concretas un mensaje. Cada frase del mensaje debe ser dicha solamente con el sonido de una vocal. Puede variar la vocal por frase, pasar de la A en la primera frase a la O en la segunda frase.

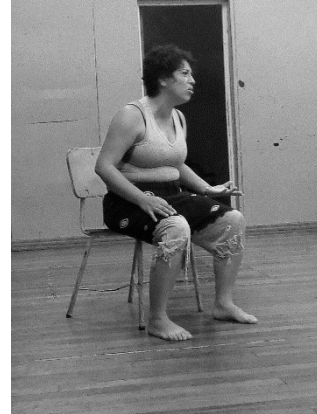
La primera persona emite su primera frase del mensaje, la otra escucha y le responde con su primera frase. Así hasta que las dos personas hayan completado su mensaje.

Ejercicio 2

Sentarse en círculo con todo el grupo. Solicitar a un integrante sentarse en el centro del círculo. El facilitador le entregará a la persona que se sentó en el centro una noticia de periódico y le solicita que la lea en voz alta y con intención de presentador de noticias. El resto del grupo apoyará lo que lee el compañero con efectos sonoros hechos con la voz. Se pueden proponer varias noticias, las noticias tienen que ser aptas para que los integrantes propongan los sonidos.

Ejercicio 3

Sentados en forma de círculo. El facilitador invita a traducir con la voz algunos estímulos físicos y emocionales: miedo, asco, calor, tristeza, alegría, cansancio, placer, rabia, amor, frío.



Fotografía 12 y fotografía 13. Participantes del taller mientras realizaban algunos ejercicios de creatividad vocal. Fuente: Investigación Karen Mora. Facultad de Artes. Universidad de Costa Rica. San José, Costa Rica. 2018-2019

Ejercicios de resonancia vocal

Ejercicio 1

En círculo identificar diferentes resonadores por medio de la vibración. El facilitador muestra con cual resonador se va a iniciar y los participantes repiten. Iniciar con el sonido mmm, la vibración se focalizará los diferentes resonadores. Para esto se lleva la mano al resonador que se desee explorar intentando llevar y sentir la vibración en ese lugar.

Ejercicio 2

Todos caminan por el salón cantando “la-la-la”. El “la- la” deberá repetirse contra el techo, la pared y el piso, utilizando la voz que sale al pensar en el resonador de la cabeza, del pecho, la cara y el vientre.

Estos ejercicios son una muestra de lo que se realizó en el taller, funcionan como una guía y una propuesta para desarrollar. Pueden variarse, ampliarse o cambiarse de acuerdo a la necesidad o disposición de juego del grupo.



Fotografía 14 Algunos participantes del taller realizando ejercicios de resonancia vocal.
Fotografía 15 parte de la conversación durante el círculo de la experiencia después de haber explorado la resonancia de la voz. Fuente: Investigación Karen Mora. Facultad de Artes. Universidad de Costa Rica. San José, Costa Rica. 2018-2019

CAPÍTULO IV VALORACIÓN DEL PROCESO

IV.1 Observaciones generales de cada participante

El siguiente cuadro resume algunas características y observaciones de cada participante.

Sujeto	Perfil y observaciones
1	<p>Locutora y productora radiofónica.</p> <p>No ha tenido relación con entrenamiento creativo de la voz.</p> <p>Como locutora ha tenido capacitación en técnicas vocales. Dichas capacitaciones no incluían exploración de las características vocales</p> <p>Tiene poco control de la concentración, lo traduce con risas nerviosas.</p> <p>Posee buena iniciativa a la hora de realizar los ejercicios. Es proactiva y participativa.</p> <p>Tiene buen manejo de la respiración, controla la respiración diafragmática. No agota el aire.</p> <p>Se autocensura continuamente. Señala que su trabajo “no estuvo bien”, que hizo los ejercicios “mal”.</p>
2	<p>Locutora y productora radiofónica.</p> <p>No ha tenido relación con el entrenamiento creativo de la voz. Su formación fue en cursos de la universidad y ejercicios de dicción y respiración que realiza por cuenta propia.</p> <p>Tiene buen control de la concentración.</p>

	<p>Maneja una respiración diafragmática consciente.</p> <p>Tiene poco control del cuerpo, no hay una relación entre cuerpo y voz.</p> <p>Durante las sesiones del taller trabajó este contenido.</p>
3	<p>Locutor y productor radiofónico.</p> <p>Es participativo, creativo, desinhibido y constantemente propone en el juego o ejercicio planteado.</p> <p>Tiene buen control de la concentración.</p> <p>Participa principalmente en producción de radio, hace pocas locuciones.</p>
4	<p>Locutor. Es proactivo y participativo.</p> <p>Nunca antes había sido parte de una capacitación que tuviera que ver con teatro. La formación que tuvo como locutor estuvo enfocada en técnica vocal.</p> <p>En cuanto a los juegos de improvisación, relación con el compañero y manejo corporal se mostraba interesado y mantenía buena energía participativa.</p> <p>Constantemente evalúa los ejercicios que está haciendo, busca la aprobación o la corrección.</p>
5	<p>Productora radiofónica</p> <p>No ha tenido formación como locutora y nunca antes había considerado involucrarse con ningún tipo de entrenamiento o capacitación con la voz.</p>

	<p>Es poco participativa, hace los ejercicios con poca energía y demostrando con sus ademanes no estar cómoda. No hay un interés de probar o intentar explorar ninguna de las características vocales a pesar de ser alentada por el resto del grupo.</p> <p>En las grabaciones se notó participativa y anuente a repetir y probar el mismo texto con diferentes características vocales.</p>
6	<p>Locutor y productor radiofónico</p> <p>Ha tenido relación con ejercicios de juego dramático en cursos de teatro. En cuanto a capacitación de creatividad vocal no ha tenido ningún tipo de acercamiento.</p> <p>Pasivo en cuanto a participación en los ejercicios, aun así cuando tenía que proponer para algún ejercicio se mostraba anuente y con ideas creativas.</p> <p>Se observó poco control del cuerpo, no recordaba secuencias de movimiento o propuestas anteriores. Se mostraba extrovertido a la hora de proponer corporalidades.</p> <p>Las propuestas vocales eran variables en el trabajo grupal En el trabajo individual mostraba una voz tímida y reducida en cuanto a propuestas y utilización de las diferentes características.</p> <p>No participó en las grabaciones. Ausencia el último día.</p>

7	<p>Estudiante de locución</p> <p>Ha tenido relación con el trabajo teatral a través de talleres de teatro y actuación, esto aportó a que tuviera una participación activa en los ejercicios generando que el resto del grupo buscara un mismo ritmo con él.</p> <p>Comenta que la capacitación vocal como locutor ha sido con entrenamiento de técnica vocal sin incurrir con trabajo creativo que involucre la voz.</p> <p>Tiene buen control del cuerpo y de las corporalidades que propone en la creación de personajes, mantiene la conciencia de la relación cuerpo/ voz.</p>
8	<p>Actriz de voz y docente. Es participativa y proactiva.</p> <p>Su experiencia en relación al trabajo vocal con el micrófono ha sido como actriz de voz del TDM.</p> <p>Maneja buen control del cuerpo y de la relación de este con la voz. Propone ideas creativas y sostuvo relación con los compañeros cuando se realizó trabajo con personajes y circunstancias.</p>
9	<p>Locutor, docente y actor de voz</p> <p>Se mostró participativo e interesado en los ejercicios de relajación y respiración.</p> <p>Mantuvo activo el juego de la improvisación con propuestas creativas y dinámicas.</p>

Tabla 8. Observaciones, anotaciones y aportes de los participantes en relación a los contenidos del taller. Elaboración propia. Fuente: Karen Mora, 2018. Facultad de Artes. Universidad de Costa Rica

IV.2 Valoración de contenidos

Para el desarrollo del taller se trabajaron, en diferente medida, contenidos necesarios para llevar a cabo un acercamiento a la búsqueda de la creatividad de la voz. La valoración de estos contenidos fue por medio de la observación. Además, los participantes brindaron apreciaciones, desde su experiencia en el taller, para poder completar este análisis.

IV.2.1 Relajación

Los dos primeros días del taller evidenciaron que la tensión y la vergüenza son obstáculos cuando se trabaja con la imaginación y la creatividad. Actitudes como: risa nerviosa, tensión en hombros, rodillas y facciones faciales, vergüenza e inhibición; indicaban tensión tanto física (expuesta en la rigidez e incomodidad con el cuerpo), como mental (manifestada en la autocensura). La falta de relajación, ocasionaba que los ejercicios no tuvieran un desarrollo óptimo para activar el juego creativo. Esto se observaba cuando el participante “pensaba” el “cómo” debía hacer cada actividad, y tendía a “imitar” los ejercicios por una censura de “no hacerlo bien”. Esta dinámica ocasionaba que los ejercicios se desarrollaran con premura sin tener consciencia de la importancia que tiene la relajación para el trabajo creativo.

Se comprobó que la mayoría de participantes (ambos grupos), no consideraban la relajación como una aliada para potenciar el trabajo vocal. Sino que la relacionaban con la inactivación del cuerpo y la mente, por medio de un trabajo pasivo que buscaba la no acción. Para esto fue primordial el trabajo con ejercicios teatrales de desinhibición que aportaron al participante la liberación del juego sin censura y por ende, una mayor relajación.

Conforme avanzó el taller se observó cómo la relajación aportaba libertad a la voz y mayor expresividad al cuerpo. Se notó que disminuía la vergüenza y los participantes arriesgaban con propuestas durante los juegos teatrales planteados. Con esto se logró experimentar como la relajación aporta a la exploración de las capacidades creativas, y en la búsqueda de la versatilidad del trabajo creativo.

IV.2.2 Respiración

En ambos grupos se notó falta de consciencia en cuanto a la respiración diafragmática, existiendo una tendencia a la respiración superficial o de pecho. Esto se comprobó durante el círculo de la experiencia, cuando los participantes expresaron saber acerca de la importancia de utilizar una respiración diafragmática, pero que en la mayoría de los casos, no eran conscientes de utilizarla. Alegaron notar la diferencia de la respiración y el control del aire cuando se les indicaba utilizar conscientemente el diafragma.

El poco control del aire provocaba que la intensidad de la voz disminuyera, haciendo que los textos no se pudieran escuchar o fueran incomprensibles, inclusive en las grabaciones realizadas en el estudio. Esto sucedió especialmente con el grupo I. En ocasiones los textos eran incomprensibles debido al volumen y en otras ocasiones recurrían al grito sin tener conciencia de la regulación de la intensidad de la voz. Se reflexionó acerca del uso del aire durante el círculo de la experiencia, los participantes concluían que en algunas ocasiones la atención se centra en leer “bien” y se olvidan otros factores importantes de la lectura, tales como: el mensaje, el volumen o la intencionalidad.

IV.2.3 Articulación de la voz

En ambos grupos se observó que había un conocimiento previo de ejercicios relacionados al calentamiento vocal, tales como el uso de las letras m, ñ, q o, la ampliación y repetición de vocales. La respuesta a estos ejercicios fue desinhibida desde la primera sesión y los participantes de ambos grupos se mostraron con interés a ahondar en las diferentes dinámicas que se realizaron.

Se considera que esta familiarización con algunos de los ejercicios de calentamiento vocal, aportó a generar un ambiente de confianza. Cada ejercicio se pudo desarrollar de una manera adecuada, desarrollando y profundizando los contenidos que se pretendían abarcar.

IV.2.4 Expresión corporal / vocal

Accionar de manera creativa con el cuerpo y la voz requiere que la persona tenga una disposición a hacerlo. De no tener esta disposición se genera un bloqueo que no permitirá a la creatividad mostrarse o potenciarse. Se observó, durante las primeras sesiones del taller, falta de disposición en la mayoría de los participantes. Se accionaban los ejercicios desde la censura individual, provocando vergüenza y no permitiendo a las personas expresarse con facilidad o con libertad. Esa timidez se exteriorizaba en acciones como risa nerviosa y atención a las miradas externas y no al ejercicio individual. La falta de disposición provocaba una resistencia a realizar ejercicios que los participantes sintieran que podían ponerlos en una situación que consideraran “ridícula” o fuera de su zona de confort.

Se observó también que no se reconocía al cuerpo como un facilitador de la expresión y la creatividad. Se notaban cuerpos tensos e inhibidos durante

los ejercicios. El grupo II progresó en esto conforme avanzaron las sesiones del taller. Se pudo observar como algunas personas descubrían que el cuerpo era capaz de transmitir mensajes o emociones sin el uso de la palabra. En el círculo de la experiencia algunos participantes opinaron que les sorprendía como pudieron transmitir mensajes a partir de movimientos sutiles, la mirada y la respiración. También comentaron que habían “descubierto que algunas partes de sus cuerpos se mantenían inactivas e inclusive inexpresivas, transmitiendo, en algunas ocasiones, el mensaje contrario de lo que querían expresar” (2018, Participante del taller).

A la hora de traducir y/o acompañar movimientos corporales con el sonido de la voz, había resistencia, se observó la imposibilidad de accionar al mismo tiempo sonido y movimiento. Al realizar estos ejercicios corporales acompañados de la voz se notaba una preocupación por realizarlo de manera “correcta” y terminarlo por “vergüenza” a mostrarse ante los demás. Esto provocaba que la acción se volviera una acción sin profundizar convirtiéndola en ejercicios superficiales. En el círculo de la experiencia no se generaron comentarios referentes a este punto, los participantes alegaban haber concretado el ejercicio “bien”, pero no hubo respuesta al parámetro que utilizaban para considerar un ejercicio como “bien” o “mal” hecho.

IV.2.5 Creatividad de la voz

Se observó que el desarrollo de los ejercicios grupales se daba de manera fluida y sin restricción. A la hora de demostrar el ejercicio individualmente, el trabajo logrado de manera grupal se veía disminuido o anulado. Los ejercicios de creatividad vocal funcionaron como ejercicios de desinhibición ya que los participantes se mostraban receptivos y participativos. Además aportaron al

juego dramático en cuanto a creación de personajes, improvisación, y creación de circunstancias.

IV.2.6 Resonancia vocal

La resonancia vocal fue poco desarrollada debido a la escasez de tiempo. A pesar de haber sido un contenido que se profundizó poco, generó interés de conocer más al respecto y aplicarlo en futuras grabaciones.

IV.3 Aporte del sujeto al análisis del taller

Este cuadro refleja parte de la experiencia que tuvieron los participantes del taller. La información expuesta es lo que cada persona expresó por medio de cuestionarios y en los círculos de la experiencia realizados al finalizar cada sesión de trabajo.

Sujeto	Experiencia
1	<p>Experimentó una voz más “dinámica” al incluir contrastes y matices.</p> <p>Reflexiona que, un cuerpo activo se da por reacción a los estímulos que se presenten, por eso “es importante entrenarlo en relajación y concentración”</p> <p>Considera necesarios espacios de capacitación, como el ofrecido por el taller, para mejorar y ampliar su recurso vocal. Comenta tener interés de seguir capacitándose en creatividad vocal y juego teatral</p>

	considerándolos herramientas que permiten explorar las capacidades “dormidas” de la voz.
2	<p>La exploración de la voz durante el taller, le mostró la necesidad de tener procesos que aporten en el trabajo de las capacidades vocales.</p> <p>Valora el trabajo en equipo como un generador de auto confianza.</p> <p>Considera tener un ritmo y tonalidad específico cuando graba en el estudio. Le llama tener “voz de locutora”. El taller le mostró “diferentes posibilidades de juego para aplicar en las lecturas y así potenciar la versatilidad de la voz”</p> <p>Tiene interés en seguir capacitándose vocalmente para caracterizar personajes</p>
3	<p>Considera necesario refrescar y recordar conceptos y ejercicios olvidados expresa que “es como volver a abrir una caja de juguetes”.</p> <p>Tener la oportunidad de escucharse durante las grabaciones le aportó a re descubrir su voz y las capacidades expresivas que puede dar.</p> <p>Incluir el movimiento del cuerpo como parte integral de la voz “es una gran cosa que lo hace sentir a uno libre”.</p>
4	<p>Expresa que disfrutó poder jugar, reír y liberar tensiones. Ayudándole esto a sentir la oportunidad de poder “equivocarse”.</p> <p>Reconoció los resonadores. Nunca antes había tenido un acercamiento a escuchar su voz, o la de los demás, desde diferentes cajas de resonancia del cuerpo.</p>

5	<p>Se considera tímido y vergonzoso, se sorprendió al verse expuesto constantemente con movimientos y sonidos que nunca antes se hubiera atrevido a hacer.</p> <p>Se siente incómoda al presentar ejercicios que tengan que ver con su cuerpo y con su voz. Aun así, como productora, le llama la atención el trabajo que se pueda hacer con el juego dramático para la creatividad vocal.</p> <p>Generalmente su fuerte de trabajo no es la locución, sino más bien la producción radiofónica dirigiendo locutores. Acercarse a un entrenamiento de este tipo le mostró “diferentes herramientas que podría utilizar para solicitar al locutor expresar diferentes intenciones”</p>
6	<p>Agradece la oportunidad de tener un espacio de exploración creativa porque el ritmo de trabajo no permite probar y explorar propuestas con la voz.</p> <p>Expresa que el juego, además de ser divertido, le ayudó a reconocer características de la voz. No hubiera considerado antes estas “nuevas voces” como parte de su registro para crear personajes.</p>
7	<p>Expresa dificultad para relajarse y concentrarse, reconociendo los ejercicios de relajación y respiración como un buen punto para empezar en la búsqueda de la creatividad vocal.</p> <p>El juego le ayudó a dejar de pensar en buscar un resultado y a disfrutar el momento.</p> <p>Dice que, el trabajo en el estudio de grabación le “permitió poder escucharse, y entender la diferencia entre lo que proponía con su voz y como se escuchaba”</p>

	Presentó interés en seguir capacitándose en relación a la creatividad vocal y manejo de las características vocal en relación al micrófono.
8	<p>Anteriormente no había tenido un acercamiento a ningún tipo de trabajo creativo que le aportara en el entrenamiento de la voz.</p> <p>Disfrutó el juego como medio de relajación y reconoció que tener consciencia del cuerpo ayuda a que se mantenga esa relajación. Le hubiera gustado poder explorar más tiempo con grabaciones.</p>
9	<p>Manejaba constante tensión en cuerpo y voz. Se traducían en las constantes miradas hacia sus compañeros, preocupación por el cabello y la ropa, volumen muy bajo al hablar, negación al hacer ejercicios que involucran mover el cuerpo.</p> <p>En los círculos de la experiencia expresó haber disfrutado de los ejercicios vocales pero que no encontraba necesario el trabajo corporal como colaborador de la expresión de la voz.</p> <p>Se retiró del salón cuando se trabajaron los resonadores y no asistió a las grabaciones en el estudio</p>
10	<p>El primer día expresó que no le gustaba escuchar su voz, la consideraba una voz aburrida y monótona.</p> <p>En los círculos de la experiencia expresó haberse sentido, al inicio del taller, cohibido. Pero conforme avanzaron las sesiones obtuvo confianza en sí mismo y en la potencia de su voz.</p>

Tabla 9. Aporte del sujeto al análisis del taller. Elaboración propia. Fuente: Karen Mora, 2018. Facultad de Arte. Universidad de Costa Rica.

El siguiente cuadro resume la observación que se hizo de cada sujeto con respecto a los contenidos planteados para desarrollar el taller. Se completa este cuadro de acuerdo a la propuesta planteada en el capítulo III (pág. 30) para valorar el proceso, en donde: L (logrado), EP (en proceso) y NL (no logrado).

Sujeto	Criterios					
	Relajación/ respiración	Articulación voz	Relación cuerpo/voz	Relación con otro	Resonancia vocal	Caracterización vocal
1	EP	L	EP	L	EP	EP
2	L	L	EP	L	EP	L
3	EP	L	L	L	EP	L
4	L	L	L	L	NL	EP
5	NL	EP	NL	EP	NL	EP
6	L	L	L	L	EP	L
7	L	L	L	L	EP	L
8	L	L	L	L	EP	L
9	EP	EP	NL	EP	NL	NL
10	L	L	EP	L	EP	L

Tabla 10. Observación individual del sujeto en relación a los contenidos del taller.

Elaboración propia. Fuente: Karen Mora, 2018. Facultad de Artes. Universidad de Costa Rica.

De la observación resumida en el cuadro se revela que:

- La relajación y la respiración fueron contenidos asimilados por la mayoría de los participantes. En ambos grupos el espacio asignado al trabajo de relajación y respiración era recibido con confianza y gusto. La mayoría de personas se disponían a entregarse al ejercicio y desconectarse de vergüenzas y prejuicios. En los casos reflejados como no logrado o en proceso, se refiere a la necesidad de brindar más sesiones de trabajo de manera que la persona se pueda permitir sentir

cómoda al acostarse o sentarse en el piso, quitarse los zapatos, cerrar los ojos, o ser parte del ejercicio sin estar pendiente de los demás.

- Los ejercicios de respiración, al estar precedidos por la relajación, fueron aceptados con confianza por la mayoría de los participantes. Se empezaban y se terminaban bien, cerrando los ciclos respiratorios que proponía cada ejercicio. En algunos casos se externaba la inquietud de querer comprender mejor el proceso corporal en las diferentes respiraciones (de pecho, intercostal, diafragmática). Se probó individualmente cada respiración de manera que los compañeros pudieran observar en el cuerpo del otro lo que sucedía en su propio cuerpo (elevación de costillas, ensanchamiento del abdomen, elevación de hombros, venas que se marcan, etc.). En los casos reflejados como no logrado, se observó una resistencia en la realización de los ejercicios. En la mayoría de los casos se reconocía como autocensura o bloqueo mental, por ejemplo, en ejercicios que insinuaban búsqueda del reconocimiento del diafragma. Estas actitudes fueron entendidas, por la facilitadora, como vergüenza y resistencia a una actividad nueva que reta la individualidad.
- La mayoría de los sujetos tuvieron buen manejo y lograron llevar a cabo los ejercicios de articulación. Los locutores y estudiantes, participantes del taller, en algún momento ya habían tenido un acercamiento a este tipo de ejercicios relacionados a técnicas vocales y calentamiento de la voz. Gracias a ese conocimiento previo realizaban con confianza los ejercicios de articulación vocal. Se observó en la mayoría de participantes una correcta colocación de la voz, volumen moderado y control del aire, sin embargo, algunas personas no lograban identificar una correcta colocación, decían no sentir la vibración que se insinuaba se debía sentir en los labios, dientes y nariz. Se les guio con diferentes

imágenes (por ejemplo bostezos, una bola en la boca, cantante de ópera) y con el posicionamiento de su propia mano en diferentes partes del cuerpo. Finalmente lograban identificar la diferencia entre lo que estaban realizando anteriormente y lo que sucedía cuando se generaba consciencia del aire y la vibración. Los casos señalados como no logrado se dieron en participantes renuentes a darse la oportunidad de realizar un ejercicio por inhibición y autocensura. Los ejercicios eran vencidos por la vergüenza con acciones como risas, acomodo de cabello y ropa, ruptura de energía grupal.

- Los ejercicios que plantearon generar una relación del movimiento corporal con sonido vocal, fueron realizados con resultado positivo en la mayoría de los casos. La característica lúdica, presentada en algunos ejercicios seleccionados, ayudó a que los participantes no los concibieran como ejercicios sino a ser desarrollados con disfrute. En ocasiones se lograba observar como la energía grupal aumentaba con el ejercicio y contribuyendo a generar auto confianza en los participantes. Así se permitieron mostrar posturas, movimientos, sonidos y relaciones con el compañero que no se habían atrevido a mostrar. Hubo mayor utilización del espacio, mayor ayuda con los gestos corporales y faciales; y mayor utilización del recurso vocal ya que tuvieron que adaptarlo a los movimientos y desplazamientos propuestos. En menor cantidad los participantes no lograron el objetivo de los ejercicios. Se considera influyente en esto la resistencia mental. Hubo casos en donde las personas no accedían a correr o brincar, se justificaban constantemente. Al tener que esforzarse por aumentar el volumen de la voz o velocidad del cuerpo, preferían no ser partícipes, si lo hacían lo realizaban con una energía baja y con un lenguaje diferente al de los compañeros. También se observó cómo algunas

personas tienden a copiar o imitar la propuesta del compañero sin tener una exploración de las capacidades creativas de su propio recurso creativo. Esto generaba en el ejercicio una acción falsa (“hacer que hago”) sin permitir que la persona disfrutara, en su propio cuerpo, el movimiento o la acción propuesta. La imitación, en estos casos, se considera una vía utilizada cuando la persona se siente incómoda pero interesada con el ejercicio.

- En la mayoría de los casos se desarrollaron positivamente los ejercicios de improvisación que planteaban generar una relación con algún compañero o relación grupal. Los ejercicios realizados contribuyeron positivamente en formar una energía de confianza grupal. Los participantes se mostraban interesados en participar e incentivaban a sus compañeros a crear equipos de trabajo. En las improvisaciones grupales se observó que las personas se divertían y liberaban notoriamente el estrés dejando atrás tensiones del cuerpo (como en rostro, manos recogidas, piernas cruzadas) y de la voz, notándolo por ejemplo, desde los comentarios acerca del ejercicio hasta en los diálogos que se generaban en la dinámica del ejercicio.
- En ningún caso se logró desarrollar de manera satisfactoria el trabajo de exploración con los resonadores debido a escasez de tiempo y ser un contenido que requiere profundización para explorarlo. Los participantes expresaron interés por la exploración de este contenido, marcándose como una de las partes más reveladoras del taller.
- En la mayoría de los casos se observó que los participantes lograron jugar a caracterizar personajes fuera de su rango vocal usual. Con las lecturas de textos en prosa consiguieron proponer diferentes circunstancias del narrador. En lecturas comerciales se practicaron cambios en la voz de acuerdo a la intención y al receptor. Esto hizo que

los participantes pudieran escuchar “sus diferentes voces” y aportar comentarios al trabajo del compañero.

IV.4 Bitácora y valoraciones del trabajo

Miércoles 26 setiembre 2018

Primer encuentro de trabajo con el grupo I.

Cuatro personas ausentes. Una de las personas avisó con antelación su ausencia, las otras tres tuvieron complicaciones de último momento. Esta primera sesión dio inicio a las cinco y treinta cinco de la tarde en el aula dieciséis de la Facultad de Bellas Artes.

Como primer punto importante de tomar en cuenta es la necesidad de describir ropa cómoda o de “trabajo”, ya que hubo personas con jeans, vestido, tacones, accesorios, cabellos sin amarrar. La aclaración fue que para ellos ropa cómoda era lo que andaban, quedó aclarado el tipo de ropa necesaria para la próxima sesión.

El contenido de relajación tuvo que introducirse paulatinamente. Se les pidió a los participantes quitarse los zapatos, algunas personas estuvieron incómodas con esta solicitud e inclusive una participante no accedió, hizo el taller con tacones. Fue incomodo tanto para mí como para los demás participantes ya que se generaba ruido de zapatos, accesorios, risas, comentarios fuera de contexto, que no ayudaron a conectar con el objetivo de los ejercicios de relajación y conexión. Se considera importante ampliar este punto en el análisis y recomendaciones.

En esta primera sesión no tomé en cuenta la importancia de ejercicios o juegos de desinhibición. Se notó que los participantes no estaban preparados para entrar al juego vocal así que los resultados eran forzados y

poco sinceros. Trataban de imitar tímidamente el ejemplo que se les dio o los sonidos que compartían los compañeros. Se considera importante ampliar en las recomendaciones y análisis la necesidad de introducir de manera amplia los ejercicios así como ampliar el espacio para generar confianza. Este fue un fallo como facilitadora, tuve que tomar en cuenta que las personas involucradas no han tenido contacto con el trabajo actoral y por tanto no suelen sentirse cómodas con los ejercicios propuestos.

Una de las personas interrumpió a la hora de transcurrido el taller para decir que se tenía que ir. Esto hizo que la energía de trabajo se cortara y que los demás participantes se distrajeran. Además causó que el grupo se redujera. Esto hizo que se tomara la decisión de terminar la sesión con antelación. Cerrando con un círculo de conversación en el que se compartió la experiencia vivida. Como facilitadora me sentí en dificultades

Miércoles 3 octubre 2018

Hoy empezamos con la supuesta cantidad real de personas a participar del taller. El supuesto lo pongo porque me he dado cuenta que en realidad no se sabe que pueda pasar con una propuesta de este tipo.

Cuatro personas participantes activas. Estábamos para iniciar a las 5pm como habíamos acordado. A las 5 en punto estuvieron presentes dos personas, sin embargo las otras 2 no se habían hecho presentes.

A las 5:15 llegó la tercera persona y tardó 5 minutos más cambiándose, por lo que dimos inicio a las 5:20. Con 20 minutos de retraso iniciamos la sesión, hice un comentario de agradecimiento a la puntualidad y de atención a quien había llegado tarde.

Desde el inicio de la sesión había una energía baja, las personas dispersas, llegadas tarde, un letargo que se podía sentir. Esto es algo que se debe tomar en cuenta para futuras sesiones de trabajo: la lectura de la energía que traiga la persona es fundamental para lograr una sesión exitosa. Con una sola persona que esté indispuesta se genera un efecto dominó que hace que los demás entren en una especie de “pereza”, desconcentración y una energía no apta para un espacio de exploración creativa.

Esta palabra exploración... retumba en muchas interrogantes a nivel de investigación y de significado ¿es necesario reconsiderarla?, ¿Quién está dispuesto a explorar qué?, ¿tienen las personas una idea preconcebida de lo que es exploración creativa?, ¿Qué parámetros entran en esta definición? ¿Hasta dónde está una persona dispuesta a explorar sus capacidades creativas, o hay bloqueos que generan un “hacer como si...”?) En el caso de trabajar con personas que nunca han tenido contacto con un entrenamiento relacionado a la actuación ¿hablar de explorar es muy pronto? ¿Qué se requiere para poder hablar de explorar con este tipo de personas? ¿Es necesario generar un lenguaje creativo de grupo para soltarse y sentir confianza?

La sesión de hoy fue muy particular porque se generó una situación que abrió muchas interrogantes en el planteamiento de esta investigación. Una de las participantes, la que llegó tarde, tuvo una actitud de negación y rechazo hacia las propuestas de ejercicios planteados durante la sesión. Desde el inicio se negó a quitarse las medias (hemos trabajado descalzos y por el juego que íbamos a realizar era peligroso que se resbalara con medias), tampoco quiso calzarse, aun así proseguimos a iniciar con el juego que iba a dar paso al calentamiento.

Se propuso el juego tradicional “la anda”, ella no se movió de su lugar y alegó no entender el juego que no sabía de qué se trataba, el resto de la parte

del grupo se motivó con el juego de manera que ella pudiera entender la dinámica y unirse, sin embargo rompió la dinámica y salió del círculo de trabajo. Al ser solamente cuatro personas (y una no había llegado) el juego perdía sentido, así que hubo que detener la dinámica.

La cuarta persona llegó, media hora tarde por motivo de un accidente, se incorporó al grupo rápidamente y arrancamos con otro ejercicio. Este momento, para el facilitador, es incómodo porque hay que decidir rápidamente una sustitución de actividad que genere la misma energía, en este caso se pretendía iniciar sesión con una energía más activa, se pretendía buscar desde un “juego de niños”, en el que la relajación viene a raíz de soltarse a reír, correr, y estar presentes de manera sincera.

El nuevo ejercicio planteado ya no tenía el factor lúdico, sino que era más técnico: *A una palmada caen al suelo, dos palmadas saltan y siguen caminando.* ¡En mitad del ejercicio la participante decidió que salía y se retiraba del salón, se fue!... Esto generó que la energía otra vez se cortará y que el resto de personas estuviéramos dispersas, más ocupadas en un factor externo que en el objetivo de los ejercicios.

Aun así la sesión continuó, personalmente estaba perdida con muchas interrogantes sin respuesta en la cabeza, y con una sesión por terminar. El curso de la sesión no paró, terminamos unos minutos antes. No hubo mayor observación durante el rato que continuamos pero si hubo en enriquecimiento de perspectiva en cuanto al planteamiento de la investigación.

¿Realmente hay una técnica que ayude a potenciar la creatividad de la voz? O ¿esto es una cuestión más de actitud que de técnica? ¿Cómo enfrentar una situación en donde no se sabe que está pasando? La persona puede estar enferma, puede que traiga problemas desde afuera y que detonan en una

práctica. La energía tanto personal como del grupo se debe controlar para no perder el objetivo de la sesión.

Con respecto a este punto de lograr una exploración sincera y sin tapujos, ayer entendí que se necesita un proceso, con mucha más razón si son personas que no han tenido un acercamiento a este tipo de entrenamientos. Y aquí surge otra gran interrogante con esta palabra *entrenamiento*...

¿Qué es entrenar? ¿Qué conlleva?, ¿que se pretende lograr?, ¿para qué? ¿Existe un resultado concreto de mantener un entrenamiento? ¿Se pueden obtener resultados significativos sin un entrenamiento? ¿Es necesario entrenar en área artística? En el caso de ser parte, como facilitador, en enseñanza no formal como talleres o capacitaciones ¿es conveniente hablar de entrenamiento y exploración? me parece que en una propuesta de taller o capacitación lo que se logra es un acercamiento a conocer un tipo de entrenamiento o exploración. Porque a la hora de realizar la práctica el tiempo se vuelve muy poco y el camino para llegar a tener una exploración significativa puede llegar a ser largo, todo depende mucho de la persona participante.

En el rol de facilitadora se me ha complicado el manejo del tiempo; el tiempo total a trabajar, el tiempo para desarrollar cada ejercicio, el tiempo necesario para que un ejercicio sea profundizado. Se me genera una preocupación de que la persona se aburra, pero de igual manera creo que a veces hasta después de pasar ese umbral del control del cerebro es posible llegar a encontrar capacidades escondidas. Urge aquí la pregunta de las capacidades, conocimientos o requisitos que debe tener el facilitador. ¿Quién puede ser? ¿Tiene que ser alguien con experiencia o no hace falta que tenga experiencia en manejo de grupos? ¿La persona tiene que tener formación en teatro o no importa? ¿Cuáles son algunas herramientas que debe tener en

cuanto a metodología, planificación, relación con las personas, sensibilidad de escucha y observación?

Hoy hubo un momento de duda, acerca de la investigación, del camino que lleva, de la necesidad, del interés, del compromiso, de la validez a nivel económico y el aporte que pueda significar en comparación al tiempo invertido. ¿Invierte la gente en capacitación de este tipo? Como facilitador y empresario ¿Cuál sería la estrategia de venta para un taller de capacitación relacionado a la expresión, y potencialización de las capacidades creativas? ¿Existe una urgencia para las personas en esta área?

Miércoles 10 octubre 2018

La clase de hoy fue muy provechosa. Iniciamos con un juego de desinhibición que ayudó a que el grupo estuviera dispuesto (tengo un tic). El día estaba muy frío y muchas veces esto hace que las personas no se quieran mover o tener mucha actividad o cambiarse la ropa, pero aun así el grupo completo estuvo colaborador y anuente a las actividades.

El juego de “la bola” y el del “ninja” ayudaron mucho a ilustrar el movimiento de las palabras y la voz. Además dispuso a las personas a echar mano a la creatividad tanto corporal como vocal. Se pueden incluir variaciones del juego de la bola, ya sea avanzando por el espacio mientras se formula una frase, o buscar diferentes intenciones.

La propuesta de creación de personajes desde “abrir o cerrar” partes del cuerpo lanzó voces que no se habían escuchado y corporalidades que no se habían visto en algunos de los participantes. Fue interesante ver como con un simple movimiento sutil se desconecta el lado racional del cerebro y empieza a funcionar el creativo, permitiendo así conocer capacidades de interpretación y dando paso libre al juego y la creatividad.

Hoy por primera vez trabajamos con texto. Me parece que es una herramienta importante de explorar desde el inicio del taller, ya sea proponiendo textos de diferente naturaleza como: prosa, verso, dramático, publicitario o algún otro que se considere. Esto puede ayudar a generar una familiarización con la versatilidad que los textos requieren y poder aplicarlos de una vez a la voz. Se observó que el texto le brinda al participante una seguridad, emoción, una sensación de trabajo concreto. Aun así puede pasar también que se olvida el manejo del cuerpo, de ahí que se considera importante incluirlo desde la primera sesión para que vaya siendo familiar y esté asumido a la hora de interpretar al micrófono.

Hoy al final de la clase uno de los participantes me comentaba que él no sabía que le sucedía pero que estaba muy extrovertido, que él generalmente no se comportaba así con gente que conocía poco, que le gustaba sentir que podía ser transparente y jugar sin miedo al prejuicio. Esto me confirmó la importancia del juego para desinhibir y como esto puede ayudar a potenciar y brindar seguridad en una persona.

Como facilitadora el tener un plan puntual y cronometrado es esencial, ya que genera confianza y manejo del tiempo. Es muy muy importante tener los objetivos claros de la sesión de trabajo. Esto pareciera una afirmación que debería estar por sentada, pero muchas veces se olvida y suele pasar por innecesaria o se cree que se puede llevar todo en la cabeza. Creo que deben sobrar ejercicios y tener un plan B siempre, porque no se sabe que puede llegar a pasar.

Hoy me quedó una cosa clara. Las personas que tiene que estar son las que están. Es un grupo pequeño pero comprometido, atento, respetuoso, dispuesto y agradezco tenerlos en el equipo de trabajo de este laboratorio.

Miércoles 17 de octubre 2018

Primera observación: los participantes entran al estudio con una tensión de todo el cuerpo y me atrevería a decir que tensión de mente también. El hecho de cambiar de espacio y que sea en un estudio de grabación hizo que las personas traigan expectativa y una tensión extra, parecida a la del primer día.

La tensión del cuerpo es visible, más fácil de determinar, rigidez, caminado rápido, hombros tensos, timidez, brazos casi sin movimiento. En cuanto a tensión mental me refiero a que se bloquean en el procedimiento por falta de escucha a las instrucciones, caminan directo hacia el micrófono enfocados solo en el aparato en sí y no en su “aparato” creador. Hubo que generar un espacio de relajación, de concentración, un ambiente de juego para soltar la tensión.

Segunda observación: la lectura también genera tensión. Esto se notó en cosas como: lectura muy rápida de manera que se “atropellan” las palabras, falta de articulación, cambio de palabras, cambio en el orden de las palabras (alterando la frase), resequedad de boca. Se optó por hacer una primera lectura a parte del micrófono, buscando retomar las inflexiones de interpretación para generar confianza en la lectura, y soltar poco a poco la energía contenida.

Me parece que el ambiente en el que se trabaja es un factor importante a tomar en cuenta, principalmente porque no siempre existe un buen ambiente y aun así los objetivos tienen que ser cumplidos, ya sea a nivel profesional (como en el caso de los locutores) o a nivel académico (como en el caso de este proceso), o cualquier otro caso que se pueda tomar en cuenta... En fin... el ambiente.

Cuando se tiene un equipo de trabajo que no colabora o que no tiene una actitud y energía positiva (¡o por lo menos neutra!) la tensión incrementa. Casi que se siente una tensión por terminar rápido para no seguir incomodando, acortar el proceso para aligerar el paso, ir al grano y no soltar reír y disfrutar. Estas cosas no pueden afectar la energía del grupo entero, ni los objetivos concretos de lo que se esté haciendo. Pienso que de igual manera debe suceder con el tiempo, que un proyecto esté a destiempo y todo tenga que salir en carrera no quiere decir que como locutores y profesionales de la voz se pueda hacer un mal trabajo, todo lo contrario es cuando más control de la tensión y manejo del instrumento se debe tener. Este fue un aprendizaje que tuve ayer y pudimos conversar después también de cómo estos factores externos influyen en como uno se siente, cómo reacciona, como responde el cuerpo.

Como tercera observación menciono al técnico del estudio, me parece que es una figura importante en el trabajo del locutor. Ayer nos pasó que el técnico no estaba con una actitud amable y esto genera un aumento de tensión, un ambiente de trabajo apurado, y que pareciera que todo está mal. Esto puede pasar mucho, nada más tener en cuenta que puede darse en cualquier momento. Al ser esto una práctica de taller no fue muy conveniente que sucediera por los muchachos, pero a nivel profesional es común. Como facilitadora es importante tocar el tema antes, o abordar cuales han sido las experiencias y recomendaciones de locutores con más experiencia en cuanto, a su trabajo creativo y las tensiones externas.

Cuarta observación: cuerpo inactivo. El hecho de entrar en el estudio generó en los participantes una reacción de olvidarse del cuerpo. Creo que el hecho de tener un papel para estar leyendo (trabajo con el objeto), la limitación de la direccionalidad con el micrófono, y la lectura enfrentan a la persona a una multitarea que de primera entrada es complicada. Conforme pasó el rato

y a la tercera lectura los cuerpos se fueron soltando más, fueron más participativos desde pequeños gestos con los ojos, las manos, el movimiento de la boca, hasta animarse a soltar el papel y utilizar ambas manos, brazos, aumentar la apertura de los pies.

Miércoles 6 febrero 2019

Primera sesión con el grupo II. Todo transcurrió tranquilo, la dinámica de trabajo tuvo que cambiar porque el espacio que estaba disponible para el taller era muy pequeño y tenía mobiliario pesado. Por esta razón se tuvieron que sustituir los ejercicios que requerían movimientos o desplazamientos amplios por ejercicios más estáticos y de trabajo con texto. De todas formas, la dinámica con este grupo es diferente por varias razones: están en su espacio de trabajo en donde hay otras personas haciendo trabajo de oficina, hacen una pausa en sus actividades de trabajo para ser parte de la capacitación, por lo que cambiarse de ropa no es un requerimiento ya que cuentan con poco tiempo. En esta primera sesión se conversó acerca de conceptos, necesidades, intereses, contenidos a tratar, experiencias y anécdotas, así como la participación del director de producción de la empresa externando las necesidades que le gustaría se pudieran profundizar.

Jueves 7 febrero 2019

Trabajamos sobre improvisación con personajes. Se les entregó a los participantes objetos (sombreros, bufandas, libros, tacones, flautas) y tenían que improvisar situaciones y sonidos con esos objetos. En general hay disposición de todos los participantes, excepto de una de ellas que no demuestra interés por estar en el taller, le da mucha vergüenza cuando tiene que participar o proponer acciones.

Se introdujo el trabajo con resonadores y expresión corporal a partir del sonido que insinuara el resonador. El grupo es particular ya que la mayoría se dedica a la locución y tienen mucha experiencia en esta área, se nota en ellos un cambio en la voz cuando leen y cuando hablan sin la presión de tener una “correcta” pronunciación o acentuación, se trabaja con ellos en este punto en particular para que la voz no tenga una forma predeterminada de “ser” sino que pueda tener una versatilidad y creatividad.

Jueves 19 febrero 2019

Se realizó trabajo sobre un texto o guion escrito por cada participante aprovechando en prestar atención a las circunstancias e intenciones del escrito. Se adaptó a modo de guion y se grabó en el estudio. Este ejercicio fue muy provechoso porque se trabajó sobre puntos que cada uno consideraba necesarios y o bien sobre un trabajo en específico que les interesaba explorar. Entre algunas características se trabajó sobre caracterización a partir de resonadores y uso de respiración e intenciones diferentes a un mismo texto.

CAPÍTULO V CONCLUSIONES

- Relacionar el teatro con la radio por medio de un taller que propone el juego teatral como medio para potenciar la creatividad, mostró que es posible fortalecer las capacidades creativas vocales del locutor activando la imaginación, controlando la tensión y manteniendo una consciencia de la voz como un medio versátil. Por otro lado, el taller reta, al profesional en artes dramáticas, a entender la relación cuerpo/voz a favor de las necesidades del locutor. No es lo mismo ocuparse de la creatividad vocal con un cuerpo activo que, trabajar una voz activa con las restricciones que puede tener un locutor en un estudio de grabación. Algunas de estas restricciones tienen que ver con el control del movimiento del cuerpo, la direccionalidad del sonido de la voz que requiere el micrófono, o, la intensidad de volumen de la voz que se demanda.
- A través de la experiencia con este proyecto, es posible demostrar que ciertas habilidades blandas como: la escucha o el trabajo en grupo; pueden ser re-descubiertas y potenciadas por medio de propuestas lúdicas que ofrece el teatro. De esta forma se expone, al profesional de las artes dramáticas, como un aliado en la formación y redescubrimiento de habilidades necesarias y solicitadas en diferentes áreas laborales.
- A partir del planteamiento del programa que ofreció el taller, se obtuvo como consecuencia que el participante re-conociera:
 - Su aparato fonador como parte de un cuerpo activo y en movimiento.

- Lo importante de tener una consciencia que aporte a la escucha propia y del otro.
 - La desinhibición como un camino para potenciar la versatilidad vocal y el juego creativo.
 - La voz como instrumento para expresar sentimientos e intenciones.
- En la ejecución del taller fue posible comprobar que, por medio de ejercicios teatrales, la persona logró sentirse cómoda dentro de un ambiente lúdico que no pretende juzgar ni medir alcances. Esto permite llegar a elementos personales y creativos que usualmente no tienen un espacio en donde explorarse. Estas actividades se consideran esenciales para iniciar con un grupo que se está conociendo. Además, funcionan como herramienta para desarrollar la escucha y trabajo en equipo en grupos que ya se conocen, como sucedió con uno de los grupos de este taller, en el que ya había una relación laboral.
 - Fue un acierto que el taller haya planteado una exploración creativa, invitando al participante a romper barreras, librarse de vergüenzas y de los “yo no puedo”, para lograr un acercamiento a las posibilidades creativas de cada persona. Los ejercicios teatrales, relacionados con la desinhibición, fueron una herramienta clave en la búsqueda para potenciar la creatividad.
 - Trabajar en estudio de grabación con locutores consolidados, demuestra que generalmente hay una forma de lectura preconcebida. En la mayoría de los casos, es correcta en técnica vocal pero, monótona y carente de intenciones. Se considera que

esto sucede porque no hay consciencia de las posibilidades creativas, y por tanto, no se busca aplicar diferentes características de la voz.

- Fue de valor poder ahondar en ciertos contenidos como la relajación, la respiración y la escucha. Si los ejercicios teatrales son abarcados desde la individualidad y profundizando en los hallazgos personales, es posible que el participante potencie la confianza en la creatividad que tiene su propia herramienta de trabajo, en este caso el cuerpo y la voz.
- Acercarse a una empresa contribuyó a considerar la necesidad de replantear la propuesta del taller cuando éste vaya a ser desarrollado en un escenario laboral activo, como en este caso CRC.
- Sin conocimientos previos en docencia y pedagogía la faena de llevar a cabo un taller se dificulta. Un acierto importante fue reconocer la necesidad de contar con estas capacidades para enfrentar con situaciones que se salen del planteamiento inicial, tales como personas que no quieren colaborar, ajustes en los tiempos y horarios, improvisación en situaciones varias.
- La resistencia que algunos participantes tuvieron durante el taller hacen reflexionar acerca de las metodologías de trabajo y la rapidez en la que se presentaron algunos ejercicios. Lo que hizo replantear algunos conceptos y el cómo y cuándo presentarlos.

- **V.1 Recomendaciones**

- Desde la experiencia como profesional en artes dramáticas y, después de haber desarrollado el taller, se recomienda a las diferentes academias que capacitan al locutor, incluir este taller en la formación del profesional de la voz radial. La propuesta del juego teatral permite un acercamiento a técnicas que aportan a la creatividad y libertad, tanto vocal como corporal.
- Desarrollar al menos doce sesiones de trabajo de dos horas cada una. Esto con el objetivo de poder profundizar en los contenidos del taller, variar los ejercicios y realizar prácticas de lecturas en cada sesión para practicar diferentes intenciones y características de la voz.
- Iniciar las sesiones con ejercicios que activen la mente y el cuerpo por medio del movimiento corporal. De esta manera se genera una oxigenación apta para un trabajo creativo y activo. Es recomendable aplicar al menos un ejercicio de desinhibición al inicio de cada sesión. Así como mantener los ejercicios de movimiento específico y sutil durante todas las sesiones del taller
- Las actividades planeadas para cada sesión del taller deben ser presentadas de manera paulatina. Lo ideal sería agregar un nivel de “dificultad” mayor conforme la persona vaya tomando confianza con los ejercicios propuestos.
- Incluir al menos una actividad para la creación de un guion. Con esto el participante podrá incluir diferentes características

vocales que le interesen profundizar y se estará trabajando con la creatividad desde otras perspectivas como la escritura.

- Es necesario crear una consciencia de parte de las dos partes involucradas (tanto encargado, como colaborador) de valorar el espacio de exploración y capacitación como una herramienta útil para potenciar la calidad del servicio que como empresa brindan. Al ser esta una experiencia nueva dentro de una empresa no se conocen los procesos que requiere una exploración creativa. El taller fue también un medio que contribuyó a reconocer la necesidad e importancia de valorar y confiar en estos espacios alternativos en la capacitación del profesional.

Referencias bibliográficas

- Aponte Mariscal, L. E. (2016). Entrenamiento escénico para las aulas. *Reencuentro* 72, 135-150.
- Berry, C. (2006). *La Voz y el Actor*. España: Alba.
- Berry, C. (2014). *Texto en acción*. Madrid.: Editorial Fundamentos.
- Caballero, C. (1994). *Manual para educar la voz hablada y cantada* . Ciudad de México : EDAMEX.
- Eugenio, B. (1997). Teatro. Soledad, oficio y revuelta. Obtenido de Odin Teatret archives:
http://www.odinteatretarchives.com/MEDIA/DOCUMENTS/EB_TRAINING_TEXT_SP.pdf
- Faure, G., & Lascar, S. (1984). *El juego dramático* . Madrid: Editorial Cincel, s.a.
- García- Huidobro, V. (1997). *Manual de Pedagogía Teatral*. Santiago, Chile: Editorial Los Andes.
- García, E. (2018). Entrevista de reconocimiento de CRC. (K. Mora, Entrevistador)
- Grotowski, J. (1970). *Hacia un teatro pobre*. Madrid, España: Siglo XXI, Editores.
- Le Huché, F., Allali A.,. (2004). *La Voz. Anatomía y fisiología de los órganos de la voz y del habla* (2 ed., Vol. I). Barcelona: MASSON.
- López Vigil, I. (2005). *Manual Urgente para Radialistas Apasionados*. Obtenido de
https://radioteca.net/media/uploads/manuales/2013_10/ManualUrgenteRadialist
- Maidana, R. (2010). *Entrenamiento actoral: el trabajo sobre los matices vocales Conceptos teóricos y propuesta práctica*. Obtenido de www.ojs.artes.unicen.edu.ar/index.php/elpeldano/article/download/191/154

- Marín Villada, A. (2008). *Metodología de la investigación. Métodos y estrategias de investigación*. Obtenido de <https://metinvestigacion.wordpress.com/>
- Mejía, T. (s.f.). *¿Qué son las fuentes de investigación?* Obtenido de lifeder.com: <https://www.lifeder.com/fuentes-de-investigacion/>
- Millán, T. (2008). *Investigación Cualitativa*. Obtenido de <https://metinvestigacion.wordpress.com/>
- Monroy, F. (2011). *Voz para la escena. Entrenamiento y conceptos fundamentales*. Mexico: Escenología.
- Motos, T. A. (2007). *Práctica de la expresión corporal*. Ciudad Real, España: Ñaque Editora.
- Nieves, F. (s.f.). *La investigación exploratoria*. Obtenido de Gestipolis: <https://www.gestipolis.com/la-investigacion-exploratoria/>
- Ocampo Guzmán, A. (2013). *La libertad de la voz natural. El método Linklater*. Ciudad de México: Universidad Autónoma de México.
- Pavis, P. (1998). *Diccionario del Teatro*. Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica.
- Perelló, J. (1995). *Trastornos del habla*. España: Masson.
- Rodero Antón, Emma. Alonso Gonzáles, Carmen María. Fuentes Abad, José Ángel. (2004). *La radio que convence. Manual para creativos y locutores publicitarios*. Barcelona: Ariel Editorial.
- Rodríguez, G. G. (1996). *Metodología de la investigación Cualitativa*. Granada, España: Ediciones Aljibre.
- Ruiz, B. (2008). *El arte del actor en el siglo XX*. Bilbao, España: Artezblai SL.
- Sarán, A. M. (2007). El cuerpo y la voz. *Letra Urbana*. Obtenido de <http://letraurbana.com/articulos/el-cuerpo-y-la-voz/>
- Scivetti, A. (2007). *La voz en la comunicación*. Obtenido de Psicopu: <http://www.psicopol.unsl.edu.ar>
- Stanislavski, C. (1975). *La voz en la construcción del personaje*. Madrid: Alianza Editorial.
- Teatral, C. d. (s.f.). *El juego dramático en el aula*. Obtenido de Teatro para soñar la escuela:

<http://teatro.es/contenidos/canalTeatroInfantil/propuestaDeMotivacion/index.html>

Teruel, T., & Aranda, L. (2007). *Práctica de la expresión corporal*. Ciudad Real, España: Ñaque

Anexo 1.

Gráficos observación de criterios

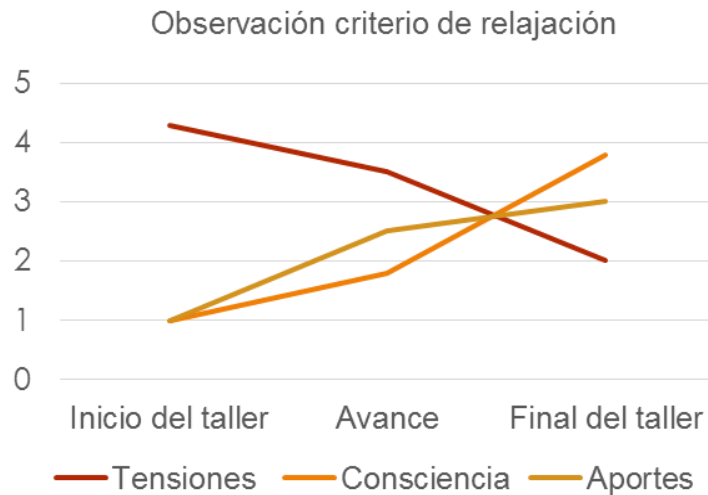


Ilustración 1. Observación criterio de relajación. La imagen muestra tres factores relevantes que se observaron en los participantes durante la exploración: tensión, consciencia de la relajación y aportes de la relajación para el trabajo creativo. El 0 representa el nivel más bajo y el 5 el mayor nivel alcanzado de acuerdo a cada punto expuesto. Elaboración propia. Fuente: investigación Karen Mora. 2019. Facultad de Arte. Universidad de Costa Rica.

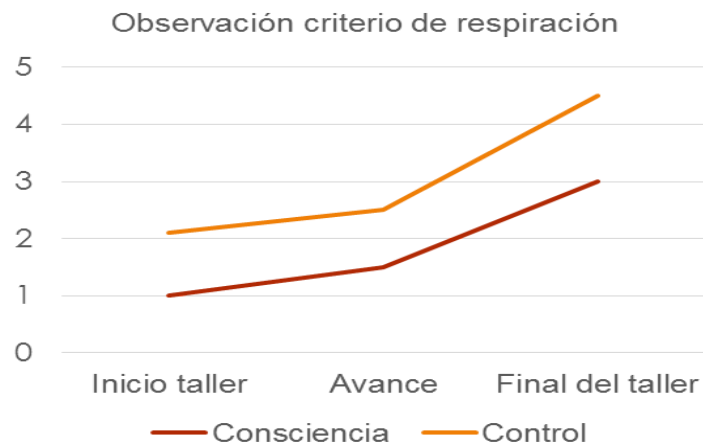


Ilustración 2 Observación criterio de respiración. La imagen representan dos factores relevantes observados en los participantes durante la exploración: la consciencia de la respiración diafragmática, y la importancia del control del aire en la búsqueda de la creatividad vocal. Siendo el 0 un nivel bajo de ambos factores, y el 5 el mayor nivel alcanzado de acuerdo a cada punto expuesto. Elaboración propia. Fuente: investigación Karen Mora. 2019. Facultad de Arte. Universidad de Costa Rica.

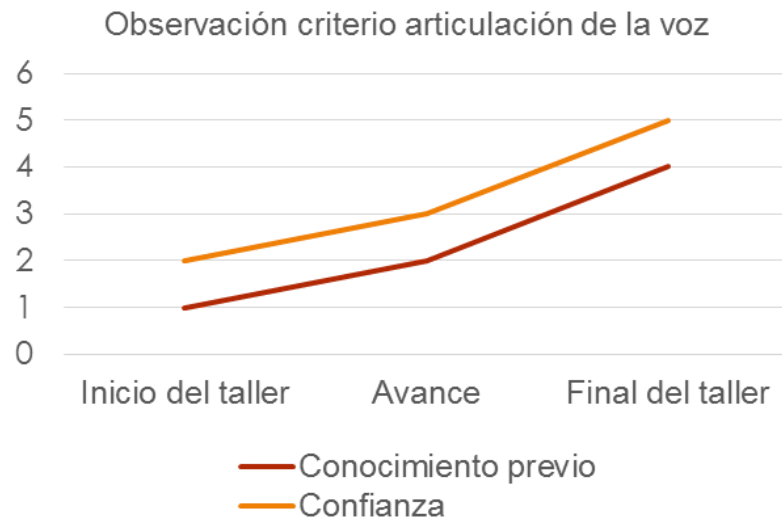


Ilustración 2 Observación criterio de articulación de la voz. La ilustración muestra como este criterio tuvo dos factores que contribuyeron paralelamente: el conocimiento previo que tenían los participantes del trabajo relacionado al calentamiento vocal, y la confianza generada en los participantes a partir de los ejercicios relacionados con articulación de la voz. Se puede observar como este criterio, a partir de la confianza que generó, contribuyó en la desinhibición de los participantes. El 0 representa el menor nivel alcanzado y el 6 el mayor nivel alcanzado de acuerdo a cada punto expuesto. Elaboración propia. Fuente: investigación Karen Mora. 2019. Facultad de Arte. Universidad de Costa Rica.

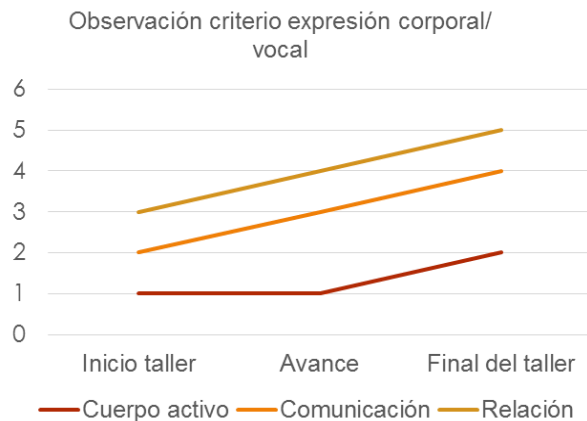


Ilustración 3 Observación criterio de expresión corporal/vocal. En esta imagen se muestran tres factores que se pretendían alcanzar con los ejercicios relacionados a la expresión corporal y vocal: mantener un cuerpo activo y presente, potenciar la comunicación no verbal y relacionar el movimiento con el sonido de la voz. Se puede observar como al inicio del taller los tres factores eran escasamente alcanzados por los participantes y como, conforme avanzaron las sesiones del taller, los participantes alcanzaron niveles más altos en el manejo y consciencia de los factores expuestos. El 0 representa un nivel bajo y el 6 el mayor nivel alcanzado de acuerdo a cada punto expuesto. Elaboración propia. Fuente: investigación Karen Mora. 2019. Facultad de Arte. Universidad de Costa Rica.

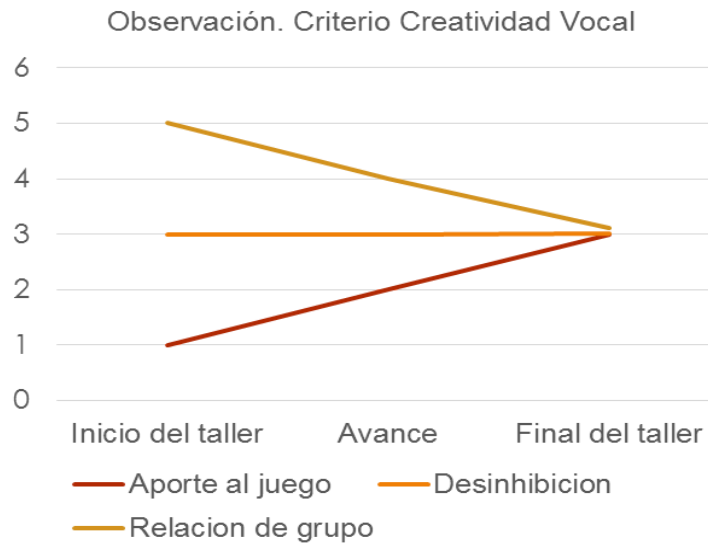


Ilustración 4. Observación criterio de creatividad vocal. La ilustración muestra tres alcances que se lograron con el contenido de creatividad vocal: el aporte a la propuesta lúdica que buscaba el taller, mayores niveles de desinhibición del participante y la relación de grupo durante la propuesta de juego. Se observa como los tres puntos mencionados llegaron a tener un balance hacia el final del taller. El 0 representa un nivel bajo y el 5 el mayor nivel alcanzado de acuerdo a cada punto expuesto. Elaboración propia. Fuente: investigación Karen Mora. 2019. Facultad de Arte. Universidad de Costa Rica.



Ilustración 5. Observación criterio de resonancia vocal. La imagen ilustra como el contenido de resonancia vocal a pesar de la poca profundización que tuvo, aporta en la búsqueda de potenciar la creatividad de la voz. El 0 representa un nivel bajo y el 2 el mayor nivel alcanzado de acuerdo a cada punto expuesto. Elaboración propia. Fuente: investigación Karen Mora. 2019. Facultad de Arte. Universidad de Costa Rica.

Anexo 2

Instrumento de observación

Valoración individual de contenidos

Sujeto	Criterios					
	Relajación/ respiración	Articulación voz	Relación cuerpo/voz	Relación con otro	Resonancia vocal	Caracterización vocal
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						

Herramienta de recolección de información. Observación individual del sujeto en relación a los contenidos del taller. Elaboración Propia. Fuente: Karen Mora, 2018. Facultad de Artes. Universidad de Costa Rica.

Anexo 3

Programas de capacitación

- Oferta de capacitación en Locución Comercial del Instituto Nacional de Aprendizaje. Tomado en Junio del 2019
<http://www.ina.ac.cr/comercioyservicio/locucion.html>
- Oferta de capacitación en Locución Comercial y Animación del Instituto de la Comunicación. Tomado en Junio 2019
<http://institutodelacomunicacion.com/courses/locucion-y-animacion/>
- Oferta de capacitación en Locución Comercial del Instituto Jiménez
https://jimenez.ac.cr/cursos_libres.php

Anexo 4

Cuestionario de valoración del taller

Responda las siguientes preguntas de acuerdo a su experiencia en el taller. Por favor sea lo más sincero posible.

1. ¿Anteriormente había tenido la experiencia de participar en un taller relacionado con la expresión y creatividad vocal?
2. Después de haber realizado el taller ¿Para usted que es expresión y creatividad de la voz?
3. En relación al trabajo vocal ¿Cuáles considera que deben ser las características de un cuerpo activo?
4. En el proceso del taller de expresión vocal ¿obtuvo herramientas que considere le aportaron a potenciar la creatividad de la voz? ¿Cuáles?
5. ¿Considera relevante que existan espacios de entrenamiento y capacitación enfocados en la creatividad de la voz? ¿Por qué?
6. ¿Durante el taller de expresión vocal pudo reconocer algunas características de su voz que no había experimentado anteriormente? ¿Cuáles?
7. Para usted ¿Cuáles fueron los principales hallazgos, aciertos y desaciertos del taller?

Anexo 5

Consentimiento informado

FÓRMULA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO (Para ser sujeto de investigación)	CONSENTIMIENTO
<u>Taller sobre expresión vocal para potenciar la creatividad de la voz</u>	
Proyecto de graduación en Artes Dramáticas, Universidad de Costa Rica, 2018. Investigadora: Karen Mora Participante: Adriana Solís	He leído toda la información descrita en esta fórmula antes de firmarla. Se me ha brindado la oportunidad de hacer preguntas y éstas han sido contestadas en forma adecuada. Por lo tanto, accedo a participar como sujeto de investigación en este estudio
A. Propósito del proyecto: Este proyecto es realizado por Karen Mora, estudiante de licenciatura en Artes Dramáticas de la Universidad de Costa Rica. Tiene el objetivo primordial de realizar un taller sobre expresión vocal basado en el entrenamiento actoral con el fin de potenciar la creatividad de la voz en locutores.	<u>Adriana Fabiola Solís Borgeo 11050679</u> <u>Adriana</u> Nombre, cédula y firma del sujeto
B. ¿Qué se hará?: En dicho taller se realizarán ejercicios individuales y grupales de entrenamiento actoral relacionados con: movimiento, expresión corporal y técnicas vocales; para lo que se requiere de la participación activa de Adriana Solís. El taller comprende un período de diez horas, repartidas en cinco sesiones de dos horas cada una.	<u>Katherine Rubiequin 19885047</u> <u>Kay</u> Nombre, cédula y firma del testigo
C. Riesgos Si durante el taller Adriana Solís sufiera algún daño físico a causa de los ejercicios realizados, Karen Mora se compromete a realizar una referencia al profesional apropiado para que se le brinde el tratamiento necesario para su total recuperación.	<u>Karen Mora</u> <u>KM</u> <u>1-1196-0918</u> Nombre, cédula y firma del Investigador que solicita el consentimiento
D. El taller será documentado mediante fotografía, video y grabaciones de voz. Dicho material producido durante el taller se utilizará únicamente con fines académicos, tanto en el documento del Proyecto de Graduación como en la presentación pública.	
E. No perderá ningún derecho legal por firmar este documento.	
Comité Ético Científico _____ Universidad de Costa Rica	Comité Ético Científico _____ Universidad de Costa Rica

FÓRMULA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO
(Para ser sujeto de investigación)

Taller sobre expresión vocal para potenciar la creatividad de la voz

Proyecto de graduación en Artes Dramáticas, Universidad de Costa Rica, 2018.
Investigadora: Karen Mora
Participante: José Gutiérrez

A. Propósito del proyecto:

Este proyecto es realizado por Karen Mora, estudiante de licenciatura en Artes Dramáticas de la Universidad de Costa Rica. Tiene el objetivo primordial de realizar un taller sobre expresión vocal basado en el entrenamiento actoral con el fin de potenciar la creatividad de la voz en locutores.

B. ¿Qué se hará?:

En dicho taller se realizarán ejercicios individuales y grupales de entrenamiento actoral relacionados con: movimiento, expresión corporal y técnicas vocales; para lo que se requiere de la participación activa de José Gutiérrez. El taller comprende un período de diez horas, repartidas en cinco sesiones de dos horas cada una.

C. Riesgos

Si durante el taller José Gutiérrez sufre algún daño físico a causa de los ejercicios realizados, Karen Mora se compromete a realizar una referencia al profesional apropiado para que se le brinde el tratamiento necesario para su total recuperación.

D. El taller será documentado mediante fotografía, video y grabaciones de voz. Dicho material producido durante el taller se utilizará únicamente con fines académicos, tanto en el documento del Proyecto de Graduación como en la presentación pública.

E. No perderá ningún derecho legal por firmar este documento.

Comité Ético Científico
Universidad de Costa Rica

CONSENTIMIENTO

He leído toda la información descrita en esta fórmula antes de firmarla. Se me ha brindado la oportunidad de hacer preguntas y éstas han sido contestadas en forma adecuada. Por lo tanto, accedo a participar como sujeto de investigación en este estudio

José Gutiérrez Avila - 115530296 - [Firma]
Nombre, cédula y firma del sujeto

Katherine Rebeca [Firma] 1998509 [Firma]
Nombre, cédula y firma del testigo

[Firma] 1496-0898
Nombre, cédula y firma del investigador que solicita el consentimiento

Comité Ético Científico
Universidad de Costa Rica

FÓRMULA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO
(Para ser sujeto de investigación)

Taller sobre expresión vocal para potenciar la creatividad de la voz

Proyecto de graduación en Artes Dramáticas, Universidad de Costa Rica, 2018.
Investigadora: Karen Mora
Participante: José Alberto Calderón

A. Propósito del proyecto:

Este proyecto es realizado por Karen Mora, estudiante de licenciatura en Artes Dramáticas de la Universidad de Costa Rica. Tiene el objetivo primordial de realizar un taller sobre expresión vocal basado en el entrenamiento actoral con el fin de potenciar la creatividad de la voz en locutores.

B. ¿Qué se hará?:

En dicho taller se realizarán ejercicios individuales y grupales de entrenamiento actoral relacionados con: movimiento, expresión corporal y técnicas vocales; para lo que se requiere de la participación activa de José Alberto Calderón. El taller comprende un período de diez horas, repartidas en cinco sesiones de dos horas cada una.

C. Riesgos

Si durante el taller José Alberto Calderón sufre algún daño físico a causa de los ejercicios realizados, Karen Mora se compromete a realizar una referencia al profesional apropiado para que se le brinde el tratamiento necesario para su total recuperación.

D. El taller será documentado mediante fotografía, video y grabaciones de voz.
Dicho material producido durante el taller se utilizará únicamente con fines académicos, tanto en el documento del Proyecto de Graduación como en la presentación pública.

Comité Ético Científico _____
Universidad de Costa Rica

E. No perderá ningún derecho legal por firmar este documento.

CONSENTIMIENTO

He leído toda la información descrita en esta fórmula antes de firmarla. Se me ha brindado la oportunidad de hacer preguntas y éstas han sido contestadas en forma adecuada. Por lo tanto, accedo a participar como sujeto de investigación en este estudio

José Alberto Calderón Mora 302460957 José Alberto
Nombre, cédula y firma del sujeto

Katherine Paybequin 19988507 K Pay
Nombre, cédula y firma del testigo

Karen Mora 1196098
Nombre, cédula y firma del investigador que solicita el consentimiento

Comité Ético Científico _____
Universidad de Costa Rica

FÓRMULA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO
(Para ser sujeto de investigación)

Taller sobre expresión vocal para potenciar la creatividad de la voz

Proyecto de graduación en Artes Dramáticas, Universidad de Costa Rica, 2018.

Investigadora: Karen Mora

Participante: Hanna Banana

A. Propósito del proyecto:

Este proyecto es realizado por Karen Mora, estudiante de licenciatura en Artes Dramáticas de la Universidad de Costa Rica. Tiene el objetivo primordial de realizar un taller sobre expresión vocal basado en el entrenamiento actoral con el fin de potenciar la creatividad de la voz en locutores.

B. ¿Qué se hará?:

En dicho taller se realizarán ejercicios individuales y grupales de entrenamiento actoral relacionados con: movimiento, expresión corporal y técnicas vocales; para lo que se requiere de su participación. El taller comprende un periodo de 6 horas, repartidas en cuatro sesiones de dos horas cada una.

C. Riesgos

Si durante el taller usted sufre algún daño físico a causa de los ejercicios realizados, Karen Mora se compromete a realizar una referencia al profesional apropiado para que se le brinde el tratamiento necesario para su total recuperación.

D. El taller será documentado mediante fotografía, video y grabaciones de voz. Dicho material producido durante el taller se utilizará únicamente con fines académicos, tanto en el documento del Proyecto de Graduación como en la presentación pública.

E. No perderá ningún derecho legal por firmar este documento.

Comité Ético Científico _____
Universidad de Costa Rica

CONSENTIMIENTO

He leído toda la información descrita en esta fórmula antes de firmarla. Se me ha brindado la oportunidad de hacer preguntas y éstas han sido contestadas en forma adecuada. Por lo tanto, accedo a participar como sujeto de investigación en este estudio

Karen Mora 1-0987-0302
Nombre, cédula y firma del sujeto

[Firma]
Nombre, cédula y firma del testigo

[Firma] 1-1196-0898
Nombre, cédula y firma del Investigador que solicita el consentimiento

Comité Ético Científico _____
Universidad de Costa Rica

FÓRMULA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO
(Para ser sujeto de investigación)

Taller sobre expresión vocal para potenciar la creatividad de la voz

Proyecto de graduación en Artes Dramáticas, Universidad de Costa Rica, 2018.

Investigadora: Karen Mora

Participante: Alfonso Romero

A. Propósito del proyecto:

Este proyecto es realizado por Karen Mora, estudiante de licenciatura en Artes Dramáticas de la Universidad de Costa Rica. Tiene el objetivo primordial de realizar un taller sobre expresión vocal basado en el entrenamiento actoral con el fin de potenciar la creatividad de la voz en locutores.

B. ¿Qué se hará?:

En dicho taller se realizarán ejercicios individuales y grupales de entrenamiento actoral relacionados con: movimiento, expresión corporal y técnicas vocales; para lo que se requiere de su participación. El taller comprende un periodo de 6 horas, repartidas en cuatro sesiones de dos horas cada una.

C. Riesgos

Si durante el taller usted sufre algún daño físico a causa de los ejercicios realizados, Karen Mora se compromete a realizar una referencia al profesional apropiado para que se le brinde el tratamiento necesario para su total recuperación.

D. El taller será documentado mediante fotografía, video y grabaciones de voz. Dicho material producido durante el taller se utilizará únicamente con fines académicos, tanto en el documento del Proyecto de Graduación como en la presentación pública.

E. No perderá ningún derecho legal por firmar este documento.

Comité Ético Científico
Universidad de Costa Rica

CONSENTIMIENTO

He leído toda la información descrita en esta fórmula antes de firmarla. Se me ha brindado la oportunidad de hacer preguntas y éstas han sido contestadas en forma adecuada. Por lo tanto, accedo a participar como sujeto de investigación en este estudio

Alfonso Romero Aguilar 114660056
Nombre, cédula y firma del sujeto

[Firma]
Nombre, cédula y firma del testigo

Karen Mora 114660056
Nombre, cédula y firma del Investigador que solicita el consentimiento

Comité Ético Científico
Universidad de Costa Rica

FÓRMULA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO
(Para ser sujeto de investigación)

Taller sobre expresión vocal para potenciar la creatividad de la voz

Proyecto de graduación en Artes Dramáticas, Universidad de Costa Rica, 2018.

Investigadora: Karen Mora

Participante: Katherine Meléndez

A. Propósito del proyecto:

Este proyecto es realizado por Karen Mora, estudiante de licenciatura en Artes Dramáticas de la Universidad de Costa Rica. Tiene el objetivo primordial de realizar un taller sobre expresión vocal basado en el entrenamiento actoral con el fin de potenciar la creatividad de la voz en locutores.

B. ¿Qué se hará?:

En dicho taller se realizarán ejercicios individuales y grupales de entrenamiento actoral relacionados con: movimiento, expresión corporal y técnicas vocales; para lo que se requiere de su participación. El taller comprende un periodo de 6 horas, repartidas en cuatro sesiones de dos horas cada una.

C. Riesgos

Si durante el taller usted sufriera algún daño físico a causa de los ejercicios realizados, Karen Mora se compromete a realizar una referencia al profesional apropiado para que se le brinde el tratamiento necesario para su total recuperación.

D. El taller será documentado mediante fotografía, video y grabaciones de voz. Dicho material producido durante el taller se utilizará únicamente con fines académicos, tanto en el documento del Proyecto de Graduación como en la presentación pública.

E. No perderá ningún derecho legal por firmar este documento.

Comité Ético Científico
Universidad de Costa Rica

CONSENTIMIENTO

He leído toda la información descrita en esta fórmula antes de firmarla. Se me ha brindado la oportunidad de hacer preguntas y éstas han sido contestadas en forma adecuada. Por lo tanto, accedo a participar como sujeto de investigación en este estudio

Katherine Meléndez Jara 1-1752-0746
Nombre, cédula y firma del sujeto

Nombre, cédula y firma del testigo

Karen Mora 1-1196-0898
Nombre, cédula y firma del Investigador que solicita el consentimiento

Comité Ético Científico
Universidad de Costa Rica

FÓRMULA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO
(Para ser sujeto de investigación)

Taller sobre expresión vocal para potenciar la creatividad de la voz

Proyecto de graduación en Artes Dramáticas, Universidad de Costa Rica, 2018.

Investigadora: Karen Mora

Participante: Diego Matamoros

A. Propósito del proyecto:

Este proyecto es realizado por Karen Mora, estudiante de licenciatura en Artes Dramáticas de la Universidad de Costa Rica. Tiene el objetivo primordial de realizar un taller sobre expresión vocal basado en el entrenamiento actoral con el fin de potenciar la creatividad de la voz en locutores.

B. ¿Qué se hará?:

En dicho taller se realizarán ejercicios individuales y grupales de entrenamiento actoral relacionados con: movimiento, expresión corporal y técnicas vocales; para lo que se requiere de su participación. El taller comprende un periodo de 6 horas, repartidas en cuatro sesiones de dos horas cada una.

C. Riesgos

Si durante el taller usted sufre algún daño físico a causa de los ejercicios realizados, Karen Mora se compromete a realizar una referencia al profesional apropiado para que se le brinde el tratamiento necesario para su total recuperación.

D. El taller será documentado mediante fotografía, video y grabaciones de voz. Dicho material producido durante el taller se utilizará únicamente con fines académicos, tanto en el documento del Proyecto de Graduación como en la presentación pública.

E. No perderá ningún derecho legal por firmar este documento.

Comité Ético Científico
Universidad de Costa Rica

CONSENTIMIENTO

He leído toda la información descrita en esta fórmula antes de firmarla. Se me ha brindado la oportunidad de hacer preguntas y éstas han sido contestadas en forma adecuada. Por lo tanto, accedo a participar como sujeto de investigación en este estudio

Diego Matamoros Rodríguez 1-1447-0392 Diego Matamoros
Nombre, cédula y firma del sujeto

[Firma]
Nombre, cédula y firma del testigo

Karen Mora 1-1446-0898
Nombre, cédula y firma del investigador que solicita el consentimiento

Comité Ético Científico
Universidad de Costa Rica

FÓRMULA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO
(Para ser sujeto de investigación)

Taller sobre expresión vocal para potenciar la creatividad de la voz

Proyecto de graduación en Artes Dramáticas, Universidad de Costa Rica, 2018.

Investigadora: Karen Mora

Participante: Libia Solano Meza

A. Propósito del proyecto:

Este proyecto es realizado por Karen Mora, estudiante de licenciatura en Artes Dramáticas de la Universidad de Costa Rica. Tiene el objetivo primordial de realizar un taller sobre expresión vocal basado en el entrenamiento actoral con el fin de potenciar la creatividad de la voz en locutores.

B. ¿Qué se hará?:

En dicho taller se realizarán ejercicios individuales y grupales de entrenamiento actoral relacionados con: movimiento, expresión corporal y técnicas vocales; para lo que se requiere de su participación. El taller comprende un período de 6 horas, repartidas en cuatro sesiones de dos horas cada una.

C. Riesgos

Si durante el taller usted sufre algún daño físico a causa de los ejercicios realizados, Karen Mora se compromete a realizar una referencia al profesional apropiado para que se le brinde el tratamiento necesario para su total recuperación.


D. El taller será documentado mediante fotografía, video y grabaciones de voz. Dicho material producido durante el taller se utilizará únicamente con fines académicos, tanto en el documento del Proyecto de Graduación como en la presentación pública.


E. No perderá ningún derecho legal por firmar este documento.

Comité Ético Científico
Universidad de Costa Rica

CONSENTIMIENTO

He leído toda la información descrita en esta fórmula antes de firmarla. Se me ha brindado la oportunidad de hacer preguntas y éstas han sido contestadas en forma adecuada. Por lo tanto, accedo a participar como sujeto de investigación en este estudio

Libia Solano Meza 3-449-501 
Nombre, cédula y firma del sujeto


Nombre, cédula y firma del testigo

Karen Mora 17196-0898
Nombre, cédula y firma del Investigador que solicita el consentimiento

Comité Ético Científico
Universidad de Costa Rica

Anexo 6

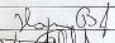

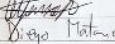
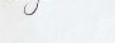

Firma de asistencia

Tabla de Asistencia



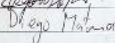

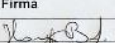
Taller de expresión vocal para potenciar la creatividad de la voz,
Escuela de Artes Dramáticas
Universidad de Costa Rica

Grupo 2 Asistencia

Miércoles 6 febrero 2019

Nombre	Firma
Hania Blanco	
Libia Solano	
Katherine Pineda	
Alfonso Romero	
Diego Montano	

Jueves 7 febrero 2019

Nombre	Firma
Hania Blanco	
Libia Solano	
Katherine	
Alfonso	
Diego	

Jueves 19 febrero 2019


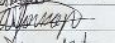
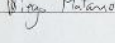


Nombre	Firma
Hania Blanco	
Libia Solano	
Katherine	
Alfonso	
Diego	

Tabla de Asistencia

Taller de expresión vocal para potenciar la creatividad de la voz.

Escuela de Artes Dramáticas

Universidad de Costa Rica

Grupo 1 Asistencia

Miércoles 26 setiembre 2018

Nombre	Firma
2. José Alberto Calderón	<i>[Signature]</i>
5. José Gutiérrez	<i>[Signature]</i>
7. Katherine Peytrequin	<i>[Signature]</i>
8. Adriana Solís	<i>[Signature]</i>
9. Alicia Triviño	<i>Alicia Triviño</i>

Miércoles 3 octubre 2018

Nombre	Firma
2. José Alberto Calderón	<i>[Signature]</i>
5. José Gutiérrez	<i>[Signature]</i>
7. Katherine Peytrequin	<i>[Signature]</i>
8. Adriana Solís	<i>[Signature]</i>
9. Alicia Triviño	<i>Alicia Triviño</i>

Miércoles 10 octubre 2018

Nombre	Firma
2. José Alberto Calderón	<i>[Signature]</i>
5. José Gutiérrez	<i>[Signature]</i>
7. Katherine Peytrequin	<i>[Signature]</i>
8. Adriana Solís	<i>[Signature]</i>
9. Alicia Triviño	<i>Alicia Triviño</i>

Miércoles 17 octubre 2018

Nombre	Firma
2. José Alberto Calderón	<i>José Alberto Calderón</i>
5. José Gutiérrez	<i>José Gutiérrez</i>
7. Katherine Peytrequin	<i>Katherine Peytrequin</i>
8. Adriana Solís	<i>Adriana Solís</i>
9. Alicia Triviño	<i>Alicia Triviño</i>

Miércoles 24 Octubre 2018

Nombre	Firma
2. José Alberto Calderón	<i>José Alberto Calderón</i>
5. José Gutiérrez	<i>José Gutiérrez</i>
7. Katherine Peytrequin	<i>Katherine Peytrequin</i>
8. Adriana Solís	<i>Adriana Solís</i>
9. Alicia Triviño	<i>Alicia Triviño</i>