



Mejora con *IMPROVISACIÓN*

Cómo los ejercicios de espontaneidad perfeccionan las habilidades de comunicación.

POR: CAREN SCHNUR NEILE,
PH.D., ATMS, CL

Traducido por: Javier Córdova González

Por muchos años, actores y actrices famosos han elogiado el valor de la improvisación. También tú puedes beneficiarte de la improvisación, incluso si no eres un incipiente Colin Firth o Cate Blanchett. ¡Las reuniones en el club Toastmasters son un excelente lugar para practicar!



Los miembros del club ImproMasters en Culver City, California, participan en juegos de improvisación, que fomentan la espontaneidad similar a Tópicos de Mesa.

Los participantes en la improvisación crean escenas sin ningún tipo de planificación o prácticas avanzadas. Lo hacen improvisadamente, a menudo aprovechándose de las sugerencias de los miembros de la audiencia o de otras fuentes de inspiración para inventar sus historias en el mismo momento. Los ejercicios de improvisación -que se conocen como "juegos"- fomentan el uso de la imaginación, gracia, humor, conexión personal y la espontaneidad.

No obstante, dicen los fans de la improvisación, que los juegos mejoran tu confianza y habilidades de comunicación.

"Nunca sabes de un momento al otro en qué lugar, personaje o situación te vas a encontrar, así que aprendes a adaptarte rápidamente", dice Lisa Lockhart, ACB, ALB. "Y eso es una gran ayuda en cualquier negocio o situación social. En la mayoría de los juegos, trabajamos con socios, así que mejoramos al reconocer pistas de lo que se está diciendo o haciendo, que nos ayudan a armonizar mejor con la otra

persona.

Hazlo Parte de Tus Reuniones

Algunos clubes hacen de la improvisación una gran parte de sus reuniones. Uno de esos grupos es el club al que Lockhart pertenece -ImproMasters en Culver City, California. Los miembros del club usualmente participan en una variedad de juegos. El Director de Improvisación elige, explica y modera las actividades (a veces con la ayuda de libros y sitios web).

Los juegos son similares a Tópicos de Mesa, pero la diferencia es que un miembro sólo habla en la sección de Tópicos de Mesa mientras que al improvisar se requiere de dar y tomar espontáneamente de los demás. El club LaughLovers Comedy en Oakland, California, incluye juegos de improvisación y parodias en una sección de la reunión del club que ellos llaman "Live at the Improv".

El club IMPROV Masters en Bellevue, Washington, infunde la totalidad de su reunión con un enfoque es-

pontáneo. Los miembros llegan a la reunión conociendo sólo la identidad del Toastmaster de la reunión y el tema. Luego, el Toastmaster les dice a los miembros qué funciones desempeñarán, quién dará discursos. Para los discursos, los miembros tienen cinco minutos de preparación. Hay una gran cantidad de habla sin preparación –y la rapidez de pensamiento que lo acompaña.

Ya sea que pertenezcas a un club de improvisación o no, puedes incorporar estos ejercicios a las sesiones del club. (Ve las fotografías para juegos específicos que pueden realizar). Pablo Tavenner, presidente del ImprovMasters club, el grupo de Culver City, dice que la improvisación lo ha ayudado en su carrera como productor musical y músico.

"Muchas formas de música con las que trabajo requieren improvisación", dice él. "Me uní a ImprovMasters para mejorar mi carrera musical y mejorar la forma en que me comunico con la gente, tanto profesional como personalmente".

Sobreponiéndose a los Miedos

Las actividades de improvisación, dice Lockhart, han aumentado su nivel de comodidad como oradora y comunicadora. "Vine a la primera reunión ImprovMasters sólo para comprobar las cosas", dice ella. "A pesar de que el concepto me aterrorizó, pude ver que era exactamente lo que necesitaba para relajar mi forma de pensar y responder más orgánicamente en mis discursos y en mis roles de la sesión".

Muchos juegos de improvisación son simples y se pueden realizar sin tener que desarrollar habilidades especiales, agrega Lockhart. "Lo que veo una y otra vez -y nunca me canso- es ver los ojos de alguien iluminarse cuando se dan cuenta, *"¡Hey, puedo hacer esto!"*

Y los ejercicios son extremadamente entretenidos, con una buena dosis de humor, lo hace notar Diana Lavery, también miembro de ImprovMasters. "¡Siempre me voy con la sensación de haberme reído muy fuerte!", dice.

John Zimmer, ACB, ALB, hace improvisación fuera de su club de Toastmaster. Él es miembro del grupo

Renegade Saints Improv en Ginebra, Suiza, que ha hecho exhibiciones para audiencias de hasta 150 personas.

"También he facilitado capacitación empresarial en improvisación, y a la gente le encanta", dice Zimmer, miembro del International Toastmasters de Geneva club. "Encuentro que todo el proceso es un gran ajeteo e increíblemente estimulante".

"Me parece que todo el proceso (de improvisación) es un gran ajeteo e increíblemente estimulante."
-John Zimmer, ACB, ALB

Los Básicos

¿Cuáles son algunos de los básicos de la improvisación? Primero y ante todo, estar de acuerdo con lo que tu compañero de escena está haciendo. Tu respuesta a sus acciones y palabras deberá implicar "Sí, y...". De esta forma, no te cierras a la sugerencia de alguien más y terminas por confundir a la audiencia.

Esto no es para decir que fuera del escenario de improvisación, tienes que estar de acuerdo con todos los que conoces. Pero sí vale la pena ser positivo y hacer lo mejor para ver una situación desde el punto de vista de la otra persona.

Directrices de Improvisación

David Razowsky es profesor de improvisación, actor y director desde hace mucho tiempo para Second City, una reconocida compañía de comedia de improvisación. Éstas son algunas de sus "reglas de improvisación."

No es la información, son las emociones.

En el corazón de cada escena están las emociones del personaje. Inicia la escena mirando a los ojos de tu compañero, averigua lo que podría haberte dicho –hipotéticamente- antes de iniciar la escena. Haz de tu primera línea una reacción a ese "comentario". Inmediatamente te conectarás con tu compañero.

Conectarnos con una audiencia a través de contacto visual es una de las primeras cosas que aprendemos como Toastmasters. Es la mejor manera de averiguar cómo y si tus oyentes están recibiendo tu mensaje.

La Transformación

Para que una idea se convierta en una escena, una transformación debe tener lugar. Alguien necesita cambiar, renunciar a su punto de vista, soltar el control de lo que ellos pensaban que la escena iba a ser en sus inicios, renunciar a la "propiedad" de la escena. Alguien tiene que ser honesto, veraz y expresar lo que sienten de su pareja o la circunstancia particular en la que se encuentra. Alguien necesita tener una revelación.

En el curso de nuestras vidas profesionales y personales, cuando estamos verdaderamente presentes con los demás, crecemos y cambiamos a través de nuestras interacciones.

No hay reglas, sólo directrices.

Por último, advierte Razowsky, "Las reglas no son reglas; son directrices. Los improvisadores (y oradores) principiantes quedan atrapados al concentrarse demasiado en 'las reglas'". Los maestros y directores quieren que "te apropias de estos conceptos, para que se conviertan en una segunda naturaleza", comenta. "Es un acercamiento Zen –conoce lo que sabes, luego olvídalos. Una vez que te 'apropias' del concepto, te damos permiso para romper las reglas".

"Una de las principales claves de la improvisación es ir con la corriente -confía en tus instintos, permanece abierto a los demás y diviértete improvisando. Sólo recuerda, ¡hay una razón que ellos llaman que lo que los actores hacen es una representación! T

CAREN S. Neile, Ph.D., ATMS, CL, enseña a contar historias en la Florida Atlantic University en Boca Ratón. Ella es colaboradora frecuente de esta revista y se ha presentado en dos convenciones Toastmasters internacionales.

Traducido del artículo, "IMPROVE with IMPROV", Págs. 16 - 19, de la revista TOASTMASTER, JUNE 2015.

Traducido por: Javier Córdova Glez., DTM. Miembro del Club Maz Líder, Mazatlán, Sin. jacogo@hotmail.com



¡QUE EMPIECEN LOS JUEGOS!

Para tener una probadita de la improvisación, pudieras arreglar una excursión a un teatro local de improvisación.

Incluso si nunca llegas a verlo en acción, la improvisación puede ser fácilmente añadida a las reuniones del club. Aquí hay algunos juegos comprobados adaptados de la Enciclopedia Improv (improvincyclopedia.com).

Primera Línea, última línea

La primera línea de la escena comienza con una línea de diálogo aportada por un miembro de la audiencia (miembros del club en el caso de grupos Toastmasters), tal como "¿Hazlo que funciona para mí, otra vez?" La última línea de la escena es otra línea de la audiencia, dada al mismo tiempo que la primera, como "Y es por eso que me gustan los elefantes". La escena termina cuando uno de los improvisadores dice la línea final en un punto apropiado en la escena. El truco para los distintos improvisadores es moverse en la escena en una dirección correcta de manera orgánica y natural.

Alfabeto

Este juego consta de 26 líneas de diálogo. El público da una letra del alfabeto, como "r". La primera línea debe comenzar con "r", y la respuesta a esa línea debe comenzar con una "s", y así sucesivamente, hasta que todo el alfabeto ha sido cubierto. Nota: Después de la "z" viene la "a".

Un improvisador que vacile, o utilice la letra equivocada, se reemplazará por otro participante. El reemplazo debe asumir el personaje del improvisador a quien reemplaza.

Nueva escena

Se actúa una escena. Siempre que el moderador diga "Nueva opción", el improvisador que está diciendo o haciendo algo necesita decir o hacer algo completamente diferente. Por ejemplo, a alguien se le puede decir que su mejor amiga se fue. Ella podría responder llorando, hasta que el moderador diga "Nueva opción." Entonces ella podría responder riendo.

Decir lo obvio

Thomas Piccin, Ph.D., ACB, ALB, es un actor de improvisación que ha actuado en Mop & Bucket Company, una compañía de improvisación en Nueva York. Él ve muchos paralelismos entre improvisación y Tópicos de Mesa -ambas actividades donde el participante u orador normalmente no tiene tiempo para prepararse y ni conocimientos avanzados del tema.

En un artículo en la edición de junio 2014 de la revista Toastmaster, Piccin escribió acerca de las técnicas de improvisación que pueden mejorar tu confianza y habilidad en Tópicos de Mesa. Éstos incluyen "afirmar lo obvio":

En una de mis primeras actuaciones de improvisación, junto a mi compañero de escena en el escenario cuando comenzó la escena sin decir una palabra por escalofríos, pisoteándose sus pies y abrazándose a sí mismo enérgicamente. Principiante que era yo, lo vi durante varios segundos, incapaz de pensar en una línea de apertura. Finalmente dije: "Realmente tienes frío, ¿verdad?". El público estalló en carcajadas.

Lo que dije no era gracioso o inteligente, pero era verdad, y añadió honestidad a la escena que le encantó al público. En una escena de improvisación, prácticamente todo existe en la imaginación de los actores y el público. Cada uno tiene su propia visión de lo que está pasando, y afirmar lo obvio ayuda a reunir todos los puntos de vista dispares a alinearse. Además, lo que es "obvio" para una persona podría ser un giro delicioso para otra.



Lo mismo es cierto para los Tópicos de Mesa. Cada miembro en la audiencia desarrolla una interpretación de tu mensaje. Al articular claramente los puntos clave puede que pienses que son obvios, tú ayudas a guiar la interpretación de cada oyente a lo largo del camino que tienes planeado, mientras que garantizas al mismo tiempo la consistencia y progresión lógica de su propio pensamientos.