



Universidad Autónoma de Querétaro

Facultad de Bellas Artes

El actor como rehabilitador social

Tesis

Que como parte de los requisitos para  
obtener el Grado de

Tesis

Licenciada en Artes Escénicas, con línea terminal en  
Actuación

Presenta

Karla Daniela Galván Rodríguez

Dirigido por:

Dra. Pamela S. Jiménez Draguicevic

Querétaro, Qro., a 10 de enero de 2020

La presente obra está bajo la licencia:  
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.es>



CC BY-NC-ND 4.0 DEED

Atribución-NoComercial-SinDerivadas 4.0 Internacional

### Usted es libre de:

**Compartir** — copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato

La licenciante no puede revocar estas libertades en tanto usted siga los términos de la licencia

### Bajo los siguientes términos:



**Atribución** — Usted debe dar [crédito de manera adecuada](#), brindar un enlace a la licencia, e [indicar si se han realizado cambios](#). Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que usted o su uso tienen el apoyo de la licenciante.



**NoComercial** — Usted no puede hacer uso del material con [propósitos comerciales](#).



**SinDerivadas** — Si [remezcla, transforma o crea a partir](#) del material, no podrá distribuir el material modificado.

**No hay restricciones adicionales** — No puede aplicar términos legales ni [medidas tecnológicas](#) que restrinjan legalmente a otras a hacer cualquier uso permitido por la licencia.

### Avisos:

No tiene que cumplir con la licencia para elementos del material en el dominio público o cuando su uso esté permitido por una [excepción o limitación](#) aplicable.

No se dan garantías. La licencia podría no darle todos los permisos que necesita para el uso que tenga previsto. Por ejemplo, otros derechos como [publicidad, privacidad, o derechos morales](#) pueden limitar la forma en que utilice el material.



Universidad Autónoma de Querétaro

Facultad de Bellas Artes

Licenciatura en Artes Escénicas con línea terminal en Actuación

El Actor como rehabilitador social

Tesis

Que como parte de los requisitos para obtener el Grado de  
Licenciada en Artes Escénicas, con línea terminal en Actuación

Presenta

Karla Daniela Galván Rodríguez

Dirigido por:

Dra. Pamela S. Jiménez Draguicevic

Dra. Pamela Soledad Jiménez Draguicevic

Presidente

Mtro. Pablo Alejandro Cabral

Secretario

Dr. Benito Cañada Rangel

Vocal

Mtro. Manuel Puente Villa

Suplente

Dra. Ana Cristina Medellín Gómez

Suplente

Centro Universitario, Querétaro, Qro.

Fecha de aprobación por el Consejo Universitario (enero 2020)

México

## Resumen

En la actualidad, los adolescentes, se han convertido en individuos con situaciones emocionales precarias. La construcción social que se ha creado, desemboca en un alto nivel de estrés, ansiedad y depresión en los jóvenes ¿Qué función terapéutica puede desempeñar el teatro como rehabilitador social de conflictos en los grupos vulnerables? ¿Qué elementos o características debe contener un taller de teatro destinado a jóvenes adolescentes que cursan el nivel medio superior en escuelas del municipio de Querétaro, para que a través de juegos escénicos se pueda abordar la resolución de sus problemáticas o conflictos sociales? La Fundamentación teórica se basa en *El psicodrama*. El doctor Jacob Levy Moreno les ofreció a sus pacientes la oportunidad de lidiar con sus propios traumas, de una manera dinámica, de co-acción, con la experimentación. Es un tipo de teatro que busca despertar al ser creativo que todos tienen dentro. Mientras tanto en Brasil, el dramaturgo, director y actor de teatro Augusto Boal, en los años cincuenta, comienza su trabajo con un tipo de teatro experimental, que finalmente desemboca en una pedagogía terapéutica que actúa como rehabilitadora social. Creador de los llamados *Teatro imagen* y *Teatro del oprimido*, Boal trabajaba con los grupos socialmente marginados. Esta investigación parte del supuesto de que, a través de juegos escénicos, es posible abordar la resolución de problemáticas sociales que se generan entre los adolescentes del nivel medio superior en escuelas del municipio de Querétaro. El objetivo general es diseñar un taller de teatro destinado a los jóvenes que cursan la preparatoria, para aplicar herramientas teatrales, y como resultado que resuelvan sus barreras de índole social. Como metodología se realizó una investigación bibliográfica donde se identificarán los conflictos más recurrentes que tienen los adolescentes, se investigó las corrientes teatrales que son utilizadas para la resolución de conflictos humanos y sus metodologías, y todo ello desembocó en el diseño del producto final. El resultado que se obtuvo ha sido un taller de teatro que resulta benéfico en el enfrentamiento con los conflictos humanísticos que viven los jóvenes, y que pueda ser implementado en las escuelas del municipio de Querétaro.

**Palabras clave:** terapia, problemática, jóvenes, taller, pedagogía.

## **Dedicatoria**

A mis padres Alicia Rodríguez y Leonardo Galván, por todo su amor y apoyo incondicional.

## **Agradecimientos**

A la Dra. Pamela S. Jiménez Draguicevic, por excelente guía y su apoyo constante en este proceso de titulación.

Al Mtro. Pablo Cabral y al Dr. Benito Cañada, por acompañarme como asesores y sinodales.

A la Mtra. Abigail Contreras Favila, por toda la disposición y entrega como coordinadora de la carrera de Actuación.

A mi apreciada Universidad Autónoma de Querétaro y a la Facultad de Bellas Artes.

i.	Resumen.....	3
ii.	Dedicatorias.....	4
iii.	Agradecimientos.....	5
	<b>Índice.....</b>	<b>6</b>
	Introducción	9
	Capítulo 1. Psicodrama.	14
	1.1. Surgimiento.	14
	1.1.1 Biografía de Moreno.	14
	1.1.2 Psicodrama como terapia psiquiátrica.	21
	1.1.3 Relación con la terapia Gestalt.	23
	1.2. Desarrollo de identidad y juicio moral.	25
	1.2.1. Matrices y teoría de roles.	25
	1.2.2. Desarrollo del juicio moral en los niños.	27
	1.3. Elementos psicodramáticos (procesos y técnicas)	28
	1.3.1 Elementos y/o participantes.	28
	1.3.2 Proceso de una sesión psicodramática.	30
	1.4. Psicodrama simulado y el aula.	34
	1.4.1. Surgimiento del psicodrama simulado.	34
	1.4.2. Ventajas y aplicaciones.	35
	1.4.3. Notas generales sobre el uso (¿Cómo afrontar problemáticas?)	37
	Capítulo 2. Corrientes Teatrales y la Terapia.	39
	2.1. El teatro y su historia con la terapia	39
	2.1.1. Tendencias teatrales, siglo XX y XXI.	39
	2.1.2 El teatro y la Gestalt.	41
	2.2. Las teorías dramáticas de Augusto Boal	45
	2.2.1. Biografía de Boal.	45
	2.2.2. Teatro Arena y Zumbi.	48
	2.2.3. Teatro popular.	51
	2.2.4. Teatro del oprimido.	52
	2.2.5. El teatro imagen.	55
	2.2.6. Teatro invisible.	59

2.2.7. Teatro Foro.	59
2.3. Otras líneas terapéuticas extraídas del teatro	60
2.3.1. Dramaterapia.	60
2.3.2. Teatroterapia.	63
Capítulo 3. El Taller.	65
3.1. El Municipio de Querétaro	65
3.1.1. Sistema educativo	65
3.1.2. Mayores problemáticas	67
3.2. Objetivos específicos a trabajar en el taller.	73
3.2.1.- El sector al que va dedicado el taller.	73
3.3. Taller: <i>El juego del Oprimido</i> .	74
<i>Nota: listado de los ejercicios, juegos y dinámicas teatrales empleadas para la estructuración del taller</i>	97
Conclusión	98
Bibliografía	101

## Índice de Tablas

Tabla 1	74
---------	----

## Índice de figuras

<i>Figura 1.</i> Zerka T. Moreno y J.L. (Jacob Levy) Moreno con colegas, 1957.	14
<i>Figura 2.</i> J.L. (Jacob Levy) Moreno y Zerka T. Moreno lideran un taller de psicodrama juntos, 1957.	21
Figura 3. Fritz Perls en 1923.	24
Figura 4. Sesión dirigida por J.L. Moreno 1964.	32
Figura 5. Fritz Perls en 1968.	42
<i>Figura 6.</i> A resistível ascensão de Arturo Ui (The Resitible Rise of Arturo Ui), de Bertolt Brecht, with Giafrancesco Guarnieri and the cast of Teatro de Arena, São Paulo, 1970.	48
Figura 7. Augusto Boal, creador del Teatro del Oprimido y del Teatro Foro, en una actuación. Imagen: Funarte, Brasil. 1975.	50

<i>Figura 8.</i> Boal (brazos arriba) conduce un ejercicio de movimiento, 2003.	54
<i>Figura 9.</i> Foto de Jean-Gabriel Carasso, 1979.	58
<i>Figura 10.</i> Censo de Población y Vivienda 2010 y Encuesta Intercensal 2015	65
<i>Figura 11.</i> Censo de Población y Vivienda 2010 y Encuesta Intercensal 2015	68
<i>Figura 12.</i> Secretariado Ejecutivo del Sistema Nacional de Seguridad Pública, 2018	70
<i>Figura 13.</i> Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones de los Hogares, 2016 72	
<i>Figura 14.</i> Boal con algunos estudiantes de taller Teatro del Oprimido (Theatre of the Oppressed), en Austria, 1980.	76
<i>Figura 15.</i> Gabrielle Roth explicando la <i>Wave Dance</i> , 2004.	86

## Introducción

“Todos los seres humanos son actores, porque actúan, y espectadores, porque observan. Somos todos “espect-actores” (Boal, 2002, p. 3).

Desde el principio de la humanidad, desde que el primer hombre comenzó a vivir en sociedad, ha necesitado del teatro tanto como después necesitó la agricultura, el habla y el trueque, por su desempeño en el ámbito cultural. Las primeras civilizaciones ya realizaban ritos ceremoniales que se caracterizaban por sus tintes dancísticos, y de exposición frente a un público selecto.

El arte ha sido siempre, más para los propios artistas, un medio de desfogue emocional en el que sus miedos profundos se convierten en motores de expresión para la creación de sus grandes obras. Todas las variantes del arte tuvieron un impacto social, que en ocasiones han devenido en catarsis colectivas, acompañando, respaldando o incluso desembocando revoluciones necesarias para nuestra propia evolución humana. Es decir, para la comprensión de aquello que se esconde en el subconsciente de la mente, y que contribuye a las relaciones entre los hombres, y a su vez, a la construcción y estructuración de todas las sociedades conocidas, teorías que se explicarán en los capítulos siguientes, de la presente tesis. El elemento artístico más relacionado con estos fenómenos es el teatro, cuyas figuras emblemáticas fueron algunos de aquellos hombres sorprendidos por su propia hambre de conocimiento, de la expansión del espacio en el que existieron, externando sus descontentos intelectuales y espirituales. Desde el teatro clásico, con Sófocles y su *Antígona*, en donde muestra el enfrentamiento constante de la religión, las tradiciones, costumbres y creencias populares en contra de un gobierno laico, liberal y en busca de progreso. Shakespeare y su *Hamlet*, *Macbeth*, *Coriolano*, o *Julio César*, en donde realizaba una sátira compleja y sutil a su régimen monárquico de aquel entonces. Sin olvidar a Brecht con *Madre Coraje*, *El Círculo de Tiza Caucasiense* y *La Ópera de los Tres Centavos*, con su crítica al capitalismo, la guerra y la frialdad de la sociedad. Por lo que, al menos después de estos ejemplos, se puede suponer con seguridad el poder de la escena, y la intervención y exploración de los roles convencionalmente

aprendidos, usándolos para la sátira privada y toma de conciencia; alejados un poco de la academia tradicional y ampliando la visión que se tiene del teatro y de la formación actoral. El hecho escénico ha mutado desde siempre, y aún ahora lo sigue haciendo, y forma parte de cada entrañable recuerdo, de cada acción o de cada decisión tomada. El escenario es la mayor demostración de la relatividad temporal, podría decirse que una especie de máquina del tiempo que el ser humano posee, y al igual que en los grandes clásicos del cine, se puede transitar con ella para modificar el sentir, para recordar, para perdonar.

Esta investigación partió del supuesto de que, a través de juegos escénicos desarrollados en un taller de teatro, es posible abordar la resolución de problemáticas o conflictos sociales que se generan entre los adolescentes que cursan el nivel medio superior en escuelas del municipio de Querétaro, y buscó responder a la siguiente pregunta: *¿Qué función terapéutica puede desempeñar el teatro con individuos en situaciones emocionales precarias, o bien, como rehabilitador social de conflictos en grupos vulnerables?*

Este trabajo de investigación desembocó en el diseño de un taller teatral, para alumnos de las preparatorias del municipio de Querétaro, por lo que se siguieron una serie de pasos, extraídos de los objetivos específicos que persiguió este trabajo de tesis, estos fueron: 1. *Identificar* los conflictos más recurrentes que tienen los adolescentes de las preparatorias del municipio de Querétaro, 2. *Investigar* las corrientes teatrales que fueron y son utilizadas, actualmente, para la resolución de conflictos humanos, y sus metodologías, 3. *Analizar* cómo funciona el teatro en el trabajo de problemáticas sociales, 4. *Seleccionar* las competencias del arte escénico aplicables a la resolución de conflictos con adolescentes, y finalmente, 5. *Diseñar* un taller de teatro basado en juegos y dinámicas actorales. Partiendo de lo anterior, se planteó realizar una búsqueda literaria, bibliográfica, en artículos, libros, revistas, y documentos públicos, emitidos por funcionarios de gobierno, que reflejó la realidad cultural, social y educativa por la que atraviesa el país, el estado, y específicamente, el municipio. Los resultados encontrados, y clasificados como las principales problemáticas sociales, fueron: a) la deserción

escolar, b) los embarazos en adolescentes, y c) otros temas sensibles a los que se enfrenta la población estudiantil, como el acoso y la violencia; en conjunto con la necesidad que tiene el sistema de educación nacional, de incluir nuevas ramas en su *Curriculum Formativo*<sup>1</sup>, como la educación emocional, y un desarrollo global de las inteligencias, y la creatividad artística y deportiva. De acuerdo a un estudio realizado por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía, en 2014 se reportaron en Querétaro 6,937 madres entre los 12 y los 19 años de edad y 4,340 padres entre los 14 y los 20 años de edad. Problemas con alcohol y drogadicción, el 28% de la muestra, reportó consumir alcohol, y un 16% consumir algún tipo de droga. También se vieron reflejados problemas de inclusión y, por supuesto, grupos vulnerables o con alto impacto de violencia, en Querétaro el 60% de las mujeres de 15 años y más, sufren o han sufrido algún tipo de maltrato.

Actualmente, los adolescentes, se han convertido en individuos con situaciones emocionales precarias, identificadas como un vacío de cariño y convivencia familiar, o conflictos crecientes de identidad, necesitados de un espacio seguro, en donde puedan expresarse con libertad las inquietudes que los aquejan. Con los años las cosas han cambiado; la manera en que se veía el crecimiento y la formación de la personalidad ha mutado de manera perceptible, y también inevitable. La construcción social que se ha creado, así como la deconstrucción de otras tantas *estructuras colectivas*<sup>2</sup> ha desembocado en un alto nivel de estrés, ansiedad y depresión en los adolescentes, no solo de nuestro municipio, sino de todo el país. Desde problemas familiares, violencia doméstica, discriminación o rechazo por su identidad de género y preferencias sexuales, abuso de sustancias adictivas, embarazos no deseados a temprana edad o dificultades financieras, hasta problemáticas relativamente más simples, pero igual de importantes: los difíciles cambios por los que este sector vulnerable se ve obligado a transitar, muchas veces sin la guía adecuada, sin la empatía que todos necesitan en algún momento de su vida, cuando las cosas se ponen difíciles.

---

<sup>1</sup> Propuesta para el tronco común de las escuelas de educación obligatoria.

<sup>2</sup> Los roles familiares, académicos y sociales.

El teatro podría servir, no solo de consuelo, sino de ancla, o mejor aún, de arma, para enfrentar los distintos y, en ocasiones, confusos episodios que la vida puede presentarle a estos jóvenes.

¿Qué elementos o características debe contener un taller de teatro destinado a los adolescentes que cursan el nivel medio superior en escuelas del municipio de Querétaro, para que, a través de juegos escénicos, se puedan abordar problemáticas o conflictos sociales, y así cambiar su situación?

Para poder responder esta pregunta, se realizó un desglose de los temas convenientes al punto central, dividido y acomodado por orden histórico: Jacob Levy Moreno, con sus teorías pioneras sobre la sistematización de las herramientas teatrales en el ámbito de salud mental, sus primeras pruebas, su desarrollo y la evolución que tuvo con esa corriente, y los resultados positivos que logro el arte teatral en la recuperación mental de las personas a las que se les aplicó. Así como la mutación que sufrió esta primera propuesta, ampliándose y llevándose a todos los sectores sociales en donde se necesitaba; escuelas, cárceles, orfanatos, etc. Posterior a ello se abordaron las puestas en escena revolucionarias de Augusto Boal, tocando temas más cercanos a la realidad latinoamericana que se ha estado viviendo desde las últimas décadas del siglo pasado, hasta la actualidad, en materia de educación y convivencia social. Boal realizó algunas experimentaciones a partir de la represión, externa y política, con la incomunicación, la ansiedad y la depresión. Dejó muy en claro que ninguna es menos importante que la otra, porque él ya visualizaba la relevancia de la relación que se sostiene entre la salud emocional y la salud social de una comunidad. Ambos, tanto Boal, como Moreno, concebían al hombre como un ser que necesita la convivencia con el otro, y no puede, ni debe ser tratado en soledad, o de forma aislada. En el tercer capítulo, gracias a la extracción de información en los dos primeros, fue posible la estructuración del objetivo principalmente planteado, es decir, el diseño del taller, un conjunto de ejercicios, dinámicas y juegos teatrales elegidos para cumplir con su meta: el tratamiento de problemáticas sociales, planteadas con antelación, en las comunidades estudiantiles de preparatorias, en

el municipio de Querétaro. Los ejercicios siguieron una línea específica, para ayudar a que el grupo transite, con confianza, la exploración de forma grupal, conformando un equipo sólido y fuerte. El taller tiene diez etapas; las primeras cuatro fungen como *caldeamiento*<sup>3</sup>, para que el grupo se conozca y comience a *calentar*, emocional y físicamente, las siguientes tres representaron una parte de fuerte impacto emocional, y, por último, las tres instancias finales sirven para que los estudiantes suelten los pensamientos negativos que la exploración pudo sugerirles, para que relajen su cuerpo y se centren en la observación de la experiencia desde un punto de vista objetivo. De esta manera, la estructura del taller buscó que el alumno amplíe su rango de pensamiento emocional y racional, así como su empatía y solidaridad.

---

<sup>3</sup> Dinámica en la que se facilita la predisposición requerida para el posterior trabajo dramático en grupo.

## Capítulo 1. Psicodrama.

### 1.1. Surgimiento.

#### 1.1.1 Biografía de Moreno.

En la historia psiquiátrica se han llevado a cabo tres grandes revoluciones. La primera, la creación del hospital psiquiátrico en Valencia, por el Padre Jofré. Seguida por el nacimiento del psicoanálisis con Sigmund Freud.

Se cree que Jacob Levy Moreno fue el creador de la tercera revolución. Surge con él, un nuevo paradigma, una nueva oportunidad de comprender al hombre, el mundo que lo rodea, y su análisis en la práctica psiquiátrica.



**Figura 1.** Zerka T. Moreno y J.L. (Jacob Levy) Moreno con colegas, 1957.

El médico psiquiatra Jacob Levy Moreno nació en 1889 en Rumania, en el seno de una familia judía. A los cinco años llega a Viena con sus padres y es entonces que comienza la historia. Se sentía sumamente atraído por la religión, interesado sobre todo en su excesiva rigidez y autoritarismo; y por el teatro, al que percibía vacío, hueco y sumamente estático.

El mismo doctor Moreno afirmaba que cuando era solo un niño pequeño, de cuatro años, estaba jugando con un grupo de amigos a representar el Cielo. Él era Dios, y los otros niños sus ángeles. El juego se sentía tan real, tan verdadero, que cuando se le solicitó que volara, él no lo dudó. Saltó por encima de todo, agitó sus manos y terminó en el suelo con una fractura en el brazo.

Desde joven fue una persona creativa, que desafiaba todo aquello que oía y veía, estudió matemáticas, filosofía, y finalmente medicina, doctorándose en psiquiatría, jugaba con los niños en parques y jardines a representar cuentos y anécdotas que ellos mismos creaban.

El Dr. Freud y Moreno se conocieron, después de que el primero hubiera ofrecido una conferencia sobre sueños telepáticos. Le preguntó al segundo a qué se dedicaba, y este respondió "Dr. Freud, usted enseña a sus pacientes a interpretar sus sueños. Yo les enseño a soñar..." (López-Barbera & Población, 2012)

Más tarde, en 1913, en Viena se ve envuelto en un hecho que marcaría los pilares de la terapia grupal: ayuda a un grupo de prostitutas, que se veían desprovistas de ayuda sanitaria y legal, ante las injusticias y la violencia que sufrían por parte de sus clientes. Las organiza como colectivo y, finalmente, consiguen su cometido. Es ahí donde aprendió sobre la autonomía del grupo, la existencia de una estructura de grupo, el problema del anonimato y el problema de la colectividad.

En 1914, Moreno, publica *Invitación a un encuentro*:

Más importante que la ciencia es su resultado,  
una respuesta provoca cien preguntas.  
Más importante que la poesía es su resultado,  
un poema provoca cien actos heroicos.

Más importante que el reconocimiento es su resultado,  
el resultado es dolor y culpa.  
Más importante que la procreación es el hijo.  
Más importante que la evolución de la creación es la evolución del creador.  
En el lugar de lo imperativo está el emperador.  
En el lugar de lo creativo está el creador.  
Un encuentro de dos: ojo a ojo, cara a cara.  
Y cuando estés cerca arrancaré tus ojos  
y los colocaré en el lugar de los míos,  
y tú arrancarás mis ojos  
y los colocarás en el lugar de los tuyos.  
entonces te miraré con tus ojos  
y tú me mirarás con los míos.  
Así hasta la cosa común sirve al silencio y  
nuestro encuentro es la meta sin cadenas;  
El lugar indeterminado, en un momento indeterminado,  
la palabra indeterminada al hombre indeterminado.

El encuentro es algo más que la reunión de dos personas, están en un espacio donde convergen sus debilidades y sus fortalezas, sus virtudes y sus defectos, así como sus deseos profundos. Es un espacio lleno de improvisación, de creatividad y no tiene un guión establecido.

Después de ello, en 1917 trabaja con un grupo de refugiados en Mittendorf, Viena. En 1921 se convierte en el padre del Teatro de la Espontaneidad. En un inicio, la intención era romper con la forma más tradicional de teatro, buscar nuevas formas de expresión dramática, improvisar de manera espontánea. A veces, incluso, tenía el carácter de un periódico viviente, se representaban situaciones conflictivas y recurrentes en determinada comunidad, o las noticias de los periódicos de ese momento, hasta las grandes noticias nacionales, cuya grandeza no quitaba la cercanía con la que afectaba a la población.

Fundó el Teatro de la Improvisación en Maysedergasse, cerca de la Opera de Viena, y ahí conoció a Bárbara, una joven hermosa que representaba con total éxito los papeles de heroína romántica, de mujer santa o inocente, y a Jorge, un dramaturgo igualmente joven que iba a ver actuar a Bárbara todas las noches, el dramaturgo se enamoró de ella y se casaron. Sin embargo, lo que la audiencia no

sabía era que, en su vida íntima, Bárbara era todo menos una santa heroína romántica. Su vida matrimonial estaba al borde del colapso, no podía controlar sus arranques de mal carácter y eso estaba afectándola a ella y a su esposo. Moreno, al enterarse de esto, decide transferirle papeles totalmente opuestos a los que ella está acostumbrada. La primera noche improvisó, con una compañera, una escena donde representaba a una mujer de la calle. Fue un éxito total, ella estaba feliz, satisfecha y el público también se encontraba fascinado. Desde entonces decidió interpretar preferentemente ese tipo de papeles, y Jorge se encontró con una transformación inmensa. Le informó al Doctor Moreno que los accesos de cólera de Bárbara habían disminuido, y a veces incluso comenzaba a reír en medio de una rabieta porque se había acordado de alguna escena que hubiera representado y que se le parecía a ese momento. Su esposo dijo que era como si pudieran observarse en un espejo. Más tarde, Moreno le propuso a la joven pareja que actuara junta, ellos aceptaron, y ahí comenzó una especie de terapia interhumana.

A pesar de que su fama como médico y director de teatro crecía, decidió mudarse a Estados Unidos, cerca de Nueva York, en 1925. Al principio, su vida como inmigrante fue difícil, y tuvo que contraer nupcias por conveniencia. No fue hasta que le propusieron trabajar con los internos de la prisión de Sing-Sing que comenzó a ser reconocido en ese lado del globo.

Queda inaugurado su camino hacia las teorías psicodramáticas y sociométricas. Definió la sociometría como la ciencia de la acción, una rama sustraída directamente del psicodrama, y en 1937, por primera vez, introduce el término *Relaciones interpersonales*, cuando fundó la revista *Sociometry, a journal of interpersonal relations*. Para él, el hombre era una célula pequeña, e imposible separarla de su entorno. A través de tests y pruebas sociométricas que él mismo desarrolló, creía posible medir la interacción de una persona dentro de determinado grupo, sus logros sociales o sus rechazos.

Durante esta etapa desarrolla también su teoría de roles, palabra que antiguamente era asignada para los rollos de papeles que se les daban a los

actores con las líneas que tenían que aprenderse. En dicha teoría, Moreno creía que, los papeles que el hombre desarrolla en su vida, no surgen de su persona, sino que, por el contrario, su persona, es decir el *Yo*, en toda su complejidad, nace a partir de los papeles que el individuo se ve obligado a desempeñar. Y estos roles se dividen en tres categorías: los psicósomáticos o fisiológicos, en donde se come, se duerme o se va al baño. Los psicodramáticos o psicológicos, las alucinaciones, fantasmas o incluso seres fantásticos. Y, por supuesto, los roles sociales, como los de la madre, el hijo, el abogado, el político. Cada uno de los roles, de cada categoría comienzan a agruparse, para así formar un *Yo psicósomático*, un *Yo psicodramático*, y un *Yo social*. Esos *Yo*, son a su vez, solo una parcialidad del *Yo total* y complejo que representa una persona. Resulta común que entre los roles psicológicos y sociales aparezcan desequilibrios, que evitan la aparición del *Yo verdadero*, y por el contrario acentúan las perturbaciones del individuo.

El descubrimiento de estos desequilibrios llevó a Moreno a dos nuevos conceptos para su desarrollo psicodramático y sociométrico. Por un lado, en sus sesiones empleó el uso de la Transferencia: se trata del desarrollo de ciertas fantasías de forma inconsciente. El paciente proyecta sobre el terapeuta, otorgándole una cierta fascinación. Al mismo tiempo, el paciente es capaz de percibir al terapeuta y a su conducta más inmediata, a esto lo denominó relación *Tele*, que significa la percepción interna y mutua que poseen los individuos para relacionarse desde la distancia. El doctor Moreno conectaba estas formas de relación con su definición de espontaneidad, el pilar más importante de su teatro, y de su terapia psicodramática. Ponía de ejemplo a un niño que, al nacer, entra a un mundo de relaciones y conductas desconocidas, y sin algún precedente tiene que adaptarse. Concibe a la espontaneidad como la respuesta del individuo ante una situación desconocida, o bien una reacción nueva ante una situación ya vivida.

El teatro de la espontaneidad se trata de una corriente teatral inclusiva, su teoría principal es que todos son actores de sus vidas, y que viven situaciones llenas de dramatismo y escenas complejas. Uno de sus objetivos es recrear estas situaciones cotidianas, darles el sentido que se merecen. Este teatro de la

espontaneidad se divide en cuatro ramas. A) Por un lado está el Teatro de Conflicto, que cuestiona la conserva cultural del teatro convencionalmente aceptado, es decir, la creación y representación de textos dramáticos, así como un espacio convencional de manera imprescindible, y el discurso que las obras llevaban consigo. B) el Teatro de la Improvisación: representaciones espontáneas y creativas, todos los participantes son actores y/o protagonistas y todos permean la escena, la imaginación es lo más importante. C) el Teatro Terapéutico, en el que se realizan representaciones en espacios públicos, corrientes y habituales en la vida diaria; las representaciones abarcan, de igual manera, conflictos ya conocidos. Esto permite el distanciamiento, la búsqueda de nuevas perspectivas y soluciones. Y, por último, D) el Teatro Creador, siempre en movimiento, importante para comprender que el cambio y el movimiento son el presente. *El Yo como creador del movimiento y la acción para el cambio y el encuentro con el Tú.*

¿Por qué Terapéutico?

Se entiende que algo es terapéutico cuando provoca cambio, aprendizaje, un sentir, y cuando se realiza desde la espontaneidad. Se declara un proceso terapéutico porque el encuentro con los otros, a través de una experiencia grupal de intercambio a través del teatro, se reformulan las escalas de valores, se conocen otros estilos de vida, matiza lo que la persona es, y cómo es.

En el teatro de la espontaneidad, o teatro espontáneo, es principalmente una modalidad artística, en donde los participantes se convierten en narradores y actores de sus propias historias. Sin libreto, el teatro que se desarrolla es el aquí y ahora. Con este teatro, Moreno se rescató la creatividad que toda persona posee de forma innata.

En las funciones del teatro de la espontaneidad se pueden reconocer tres espacios distintivos: el área de la audiencia, de donde además surgirán los participantes y el protagonista, el escenario o lugar de representación, y el lugar asignado para que el protagonista narrador comience su relato; este último se

encuentra entre la audiencia y el escenario. Las representaciones del teatro espontáneo tienen tres fases: caldeamiento, dramatización y cierre.

El Doctor Moreno mencionaba que todas las formas de sanación emocional o psicoterapéuticas tenían su base en el encuentro con los otros, en generar bases genuinas para conocerse, sentirse y estar juntos en el ahora. Solo cuando una persona experimenta la existencia del otro, de su compañero, puede experimentarse a sí mismo. Es por ello que parte de su teoría aseguraba que las patologías y problemas interpersonales son producidos a partir de la incapacidad social de tener un encuentro. Puede ser porque sus relaciones no son espontáneas o libres, ya que más bien obedecen a conservas culturales. Terminan representando un libreto ya aprendido en sus vidas, un *guión cultural*. Por lo tanto, entre más encuentros tenga una persona, más resonancias experimentará, y su espectro complejo de humanidad se ampliará.

La *Tele*, como se mencionó anteriormente, concepto fundamental para Moreno la concebía como una fuerza que les permitía a las personas vincularse o relacionarse, a partir de rechazos o aceptaciones. La *Tele* funge como un sexto sentido, y dentro del teatro espontáneo, el actor es capaz de actuar y reaccionar creativamente en la escena. Es una fuerza psicoactiva, la base de todas las relaciones humanas sanas, tanto familiares, como de pareja y amigos. Se establece como una tendencia natural, necesaria para establecer vínculos y, dependiendo de la calidad de las emociones que transitan entre individuos, es que ocurre una atracción o un rechazo. En este caso se considera que una relación es sana cuando existe congruencia en ella, si la primera persona siente atracción por la segunda y esta última también la siente por la primera. Esto significa que ambas tienen la capacidad de percibir correctamente al mundo que los rodea, mantener y establecer vínculos adecuados.

Moreno afirmaba que no es posible observar el Yo en su totalidad pero que sí puede ser analizado a través de los distintos roles entre los que se desarrolla. Estos hablan de la construcción social en la que se encuentra la persona. Básicamente es la forma operativa que asume cada individuo en el momento

preciso en que reacciona a cierta situación específica, y en donde tienen que estar involucrados otras personas u otros objetos. Al final, cada rol contiene una mezcla de conductas individuales y sociales, o elementos colectivos y privados.

### 1.1.2 Psicodrama como terapia psiquiátrica.

El doctor Moreno les ofreció a sus pacientes la oportunidad de lidiar con las dificultades que surgen en la mente, y sus propios traumas de una manera dinámica, de co-acción y con la experimentación. Es un tipo de teatro cuyo enfoque es despertar al ser creativo que todos tienen dentro. Diferenciándose de las teorías psicoanalíticas freudianas no solo por esto último, sino porque considera al hombre como un ser social que no podría ser tratado en terapia de forma personal y aislada. El hombre se convierte en persona a través de su relación con el otro. El Yo a través del Tú. *“El teatro terapéutico... es un lugar en el que por medio de los recursos psicodramáticos, se representan todas las situaciones y roles que se desarrollan o pueden desarrollarse en el mundo”* (Moreno, 1995, p. 57).



**Figura 2.** J.L. (Jacob Levy) Moreno y Zerka T. Moreno lideran un taller de psicodrama juntos, 1957.

No existen muchos estudios que comparen la obra del Dr. Moreno con la de otras personalidades de las ciencias sociales, como Freud, Rogers, John Rosen, o Goffman. En 1956, el Dr. Raymond Corsini realizó una comparación entre los tres psicoterapeutas principales: Freud, al que no conoció en persona, pero del que adquirió toda la información a través de sus estudios y biógrafos, Rogers y Moreno a los que sí conoció en persona y por los que sentía un íntimo cariño. Comenzó su análisis comparativo partiendo de las personalidades de cada individuo, afirmando que era el punto de partida para comprender sus corrientes terapéuticas. Consideraba a Freud como un hombre pedante y frío, a Rogers como una persona amable y cálida, y a Moreno como un hombre centrado en la acción, lleno de dinamismo. De esta manera el mundo se topa con el psicoterapeuta intelectual, el emocional y el activo. Por ello no era de extrañarse que la línea terapéutica de Moreno lo llevara a la creación del Psicodrama, desarrollándose públicamente en un escenario, y que su conducta psicoterapéutica esté basada en el accionar. De esta manera toda intelectualización, expresiones sentimentales o emotivas quedan sujetas a las acciones espontáneas. Corsini decía que la sesión de terapia se lleva en función de la personalidad del terapeuta.

Greenberg, en 1982 dentro de su compilación sobre el Psicodrama Analizado, escribe sobre el tratamiento de pacientes esquizofrénicos, y cómo los doctores Moreno y John Rosen logran refutar exitosamente lo que Freud afirmaba: que los pacientes con trastornos psicóticos no son capaces en ningún punto de sobrellevar una sesión donde se aborde la transferencia. Ambos, Rosen y Moreno realizan su trabajo terapéutico al frente de un escenario, sin embargo, mientras que en la corriente Moreniana el público es una parte muy importante del proceso y resultado terapéutico, Rosen no le otorga ningún poder ni derecho, no afecta de ninguna manera al paciente y su dramatización. Al igual que existen los *Yo-Auxiliares* en el psicodrama, el Dr. Rosen se emplea a sí mismo para representar a la otra personalidad significativa para su paciente.

Otra personalidad de la conducta social que recurrió a la utilización de un escenario y de la representación teatral fue el Dr. Erving Goffman. Sin embargo, existen, al igual que en los casos anteriores, diferencias filosóficas entre su línea de acción y la de Moreno. Goffman se centraba en la acción conservada, es decir, utilizaba la dramatización para que el paciente se diera cuenta de sus acciones y se detenía en ellas para su análisis, mientras que en el psicodrama la consigna principal era la acción espontánea y creativa, el descubrimiento de las múltiples reacciones que se puede tener frente a una situación ya conocida, o desconocida, llevadas siempre por la creatividad y la espontaneidad del momento creador.

Existe una infinidad de corrientes psicoterapéuticas, pero es importante recordar que... "tanto la personalidad, como la psicoterapia deben ser clásicos términos de factores intelectuales y emocionales". (Greenberg, 1982, p. 12).

### 1.1.3 Relación con la terapia Gestalt.

La actuación y la identificación se encuentran dentro de las técnicas Gestálticas. Tanto física como emocional y psicológicamente, al vivenciarse en los zapatos del otro. Imaginar que uno mismo posee atributos que pertenecen a otro ser humano, involucra un proceso de identificación con lo que se actúa.

La terapia Gestalt, al igual que el psicodrama, se ocupa del aquí y el ahora; comparten la actitud terapéutica en la que la importancia del momento representa también la oportunidad de la manifestación del verdadero ser en el individuo, de manera corporal, mental y emocional. Su filosofía es humanista, y se reconoce que algunas técnicas utilizadas por la terapia Gestalt fueron adaptadas de algunas otras psicodramáticas, ambas líneas terapéuticas buscan favorecer la consciencia y la espontaneidad del hombre. Buscan la creación, la acción creativa, la riqueza de la humanidad.



**Figura 3.** Fritz Perls en 1923.

Fritz Perls señala la terapia psicodramática de Moreno como una de las más vitales, gracias a la utilización de roles, especialmente en donde se solicita que el paciente escenifique todos los roles que ha desempeñado a lo largo de su vida y los roles que le han rodeado también. Perls consideraba que la falla en la técnica Moreniana era que se invitaba a individuos externos a participar en la dramatización, compañeros del grupo que poco sabían sobre el protagonista, y que, en su opinión, terminaban distorsionando el proceso terapéutico con sus propias proyecciones. Él, por su parte, trabajó con algo llamado *Monodrama*, en el que solicitaba al paciente que realizara una dramatización donde él actuara todos los roles involucrados, y que sólo él llevara el rumbo de la acción. Consideraba que, de esta manera, la contaminación de apreciaciones externas era menor y, al mismo tiempo, le permitía al paciente volver a apropiarse de sí mismo, recuperar aquella parte difícil de aceptar, y que al haber expulsado solo provocó el empobrecimiento de su propia personalidad.

Perlz experimentó mucho, y planteó que existe un componente de dramatización. Inicia con una exploración de la fantasía, planteando una situación imaginaria que va preparando al individuo para la dramatización posterior. Lo mismo que ocurre en el Caldeamiento individual dentro del Psicodrama.

## 1.2. Desarrollo de identidad y juicio moral.

### 1.2.1. Matrices y teoría de roles.

#### Teoría de las matrices

Las matrices hacen referencia al desarrollo de identidad de cada persona, resultado de sus intersecciones, y el entorno en donde ocurren.

-Primer universo: matriz indiferenciada y diferenciada.

Durante nueve meses, el niño se mantiene dentro de la matriz materna, y aquí vive un desarrollo importante y trascendental, pues además de recibir alimentos a través del cordón umbilical, recibe sonidos exteriores y emociones maternas que le afectan y afectarán en su desarrollo posterior. En el parto se vive el primer acto espontáneo de la vida y no debe tratarse de un episodio traumático, sino de un momento lleno de gozo, en donde madre y bebé colaboren para un objetivo en común. Moreno veía el nacimiento como un acto de liberación. De esta manera, el niño se transfiere de una matriz a otra más grande, en la que crecerá a partir de ese momento. El nacimiento es esa novedad que, sin precedente alguno, hace responder al bebé de forma espontánea; para poder sobrevivir busca respuestas adaptativas, es decir, se caldea a través del contacto físico, interactivo con la madre. De esta manera, el niño es el actor de su vida, sin guión.

A partir de ese momento, la madre se convierte en la nueva placenta de su hijo, y al igual que la uterina le proveía de nutrientes sanguíneos, así la madre tendrá que surtir al infante con todos los factores sociales que le permita desarrollarse en el nuevo entorno social a donde ha llegado, desde la relación misma con la madre, entre sus padres, con otros familiares hasta con todos los otros miembros de la

sociedad determinada en la que se encuentra, variando en etnias, religión y cultura.

Esta nueva matriz se nombró Matriz de Identidad, y tiene dos fases, la matriz de identidad indiferenciada, y la diferenciada.

Durante la matriz de identidad indiferenciada, aparece la unión entre la madre y el hijo a través de una co-existencia y una acción igualmente conjunta. El bebé aún no entiende que él es uno y la madre es otro, no logra diferenciarse. Y es aquí donde se forman los roles psicosomáticos; come, llora, va al baño, duerme, etc. Todos estos roles están condicionados por la madre, es decir: una madre nerviosa o histérica mientras baña a su hijo, o mientras le da de comer, o incluso cuando el niño va al baño, tiene un efecto diferente a una madre tranquila y serena. En edades posteriores podrían presentarse enfermedades psicosomáticas como incontinencia, gastritis o colon irritable.

De manera sutil se transita hacia el matiz de identidad diferenciada, en esta fase ocurre un proceso de maduración neuronal y el infante comprende que existe otro, a parte de él. Primeramente, como un *no - yo*, y después como un *Tú*.

En este primer universo, el niño no puede diferenciar los roles reales de los roles que está imaginando. Es por ello que estas dos primeras matrices son tan importantes para el futuro desarrollo emocional, psicológico y fisiológico del hijo.

-Segundo universo: matriz familiar y social

En este punto, el niño comienza a distinguir ciertos roles de otros. Por ejemplo, se da cuenta de que el rol de su madre es real, pero que el monstruo de su closet no lo es. Así, se cristaliza la diferencia entre los roles sociales y los psicodramáticos.

Es entonces que el niño entra en el universo de las matrices sociales: la matriz familiar, la escolar, la laboral, etc. Todos los espacios en donde el individuo va nutriéndose y complementándose de distintos roles a lo largo de su vida, para manejarse.

Las matrices suelen heredar la cultura del grupo. Esto prepara al hombre para que se incorpore a la sociedad.

-Teoría de roles

Las matrices familiares y escolares son de especial importancia, pues en ella se desarrollan los roles fraternales, parentales y filiales. Todo ello constituye la familia interna del sujeto.

Todos los roles se pueden considerar pequeñas unidades de acción

1.2.2. Desarrollo del juicio moral en los niños.

Durante los últimos años se ha llegado a la conclusión de que la famosa *bolsa de virtudes*, en la que se le instaba al niño, desde muy temprana edad a aceptar a los demás, a actuar con honestidad y responsabilidad, no era exactamente la mejor técnica. El niño desarrolla un comportamiento moral, es decir, un juicio, durante varias etapas, afectando su percepción del mundo.

El infante necesita una continua exposición de perspectivas, con respecto a las relaciones que mantienen los individuos, entre ellos y con su entorno. Entre más conciencia tenga una persona sobre el impacto que tienen sus decisiones sobre otra persona, más material tendrá para emitir un juicio moral. Entonces sabrá considerar los sentimientos de su potencial víctima.

-Las etapas del desarrollo moral:

Hawley escribió en 1981, que primeramente el niño percibe cómo es que las acciones de los demás le afectan y viceversa, creará un "marco de principios éticos" que lo rigen en sus relaciones sociales y también interpersonales, y que muta conforme el niño crece.

Robert C. Hawley postula sus seis etapas de desarrollo moral: a) orientación de castigo y obediencia: el pequeño, con su limitada experiencia define sus situaciones morales en términos de poder, siendo bastante claros: bien o mal. Su mayor objetivo es obedecer a la autoridad y evitar ser reprendido. b) orientación instrumental relativista: conforme el infante crece, se da cuenta de que sus

acciones correctas son las que se ajustan a sus necesidades; la lealtad, causa efecto y reciprocidad. En este punto lo natural es que, si alguien le hirió, lo correcto es que él hiera. c) orientación de concordancia interpersonal: las nociones de reciprocidad crecen, es decir la importancia de obtener aprobación y ser considerado *bueno* es primordial. Adquiere puntos para obtener favores. d) orientación de ley y orden: lo más importante es mantener el orden de la sociedad, conocer y respetar las normas que aseguran ese orden. e) orientación del contrato utilitario y social: se trata del principio de orden social. El individuo aprende que las normas están hechas para proteger a la sociedad, cuando ese principio no se cumpla, la sociedad puede actuar para cambiar la norma, pero siempre bajo el sistema, pues es lo que se aceptó en la evolución histórica. f) orientación del principio universal ético: esta sería la etapa final del desarrollo, en este punto el individuo observa la justicia moral como su obligación basándose en principios universales y lógicos que él ha elegido por voluntad. Y ocurre con frecuencia que sus principios están basados en el respeto a la dignidad de los hombres, porque es lo correcto y no para llegar a un objetivo personal.

Todos los seres humanos deben pasar por cada una de las etapas de desarrollo del juicio moral, no es posible saltarse alguno. De igual manera es complicado que un individuo comprenda cierto argumento que se encuentre en una etapa arriba de su nivel actual. Sin embargo, se hace hincapié a que el profesor promueva el diálogo sobre cuestionamientos morales de un nivel superior a la etapa actual del infante para fortalecer el desarrollo de una lógica avanzada.

### 1.3. Elementos psicodramáticos (procesos y técnicas)

#### 1.3.1 Elementos y/o participantes.

-El protagonista:

Se trata del sujeto emergente en el momento determinado de la sesión, con deseo de convertirse en actor principal. De esta manera, la representación se convierte en su propio drama y en el drama del grupo.

Puede convertirse en protagonista de forma voluntaria o solicitada si el director del grupo se percató de que existe un participante con especial carga de ansiedad, pero finalmente respetando la decisión final del paciente. Es importante, antes que nada, caldear al grupo, movilizar los recuerdos y emociones para que el discurso de todos y sus armonías sean lo que vayan dirigiendo la representación. Si llegara a existir más de un paciente deseoso de convertirse en protagonista, estos pueden competir, haciendo saber al grupo cuáles son sus razones, sus anhelos o deseos en ese momento. El grupo también puede decidir, con una votación, qué historia quieren para su dramatización.

En un grupo es muy común que lleguen a ocurrir disputas o discusiones entre los miembros, en ese caso el terapeuta puede sugerir que se realice una sesión Psicodramática en pareja.

Puede ocurrir que todo el grupo se convierta en el protagonista de la dramatización, cuando todos los miembros desean explorar al mismo tiempo un tema en común.

-Yo Auxiliar:

La función principal es, como su nombre lo dice, ayudar al protagonista. En la psicología evolutiva, la madre representaría a este primer *Yo-Auxiliar*. Dentro de las sesiones psicodramáticas de Moreno, el *Yo-Auxiliar* se trata de un actor terapéutico, que tiene como funciones dirigir al sujeto, representar el papel que le pida o necesite y, por último, observar la escena.

-El director Psicodramático:

Es el principal responsable de todo el equipo, el responsable que encamina hacia un cambio en la espontaneidad.

Debe ser un facilitador de la interrelación grupal, un animador y, por supuesto, el director de la escena teatral. En corriente Moreniana, se busca que no emita algún juicio sobre la historia, los personajes o las interpretaciones, pues el saber no debe residir en él. La respuesta terapéutica debe surgir del espontáneo del juego y

no de la toma de conciencia, por lo que observa y dicta el director. Moreno también denomina a este sujeto *Yo-Auxiliar privilegiado*, pues representa los roles de gran autoridad en la vida del individuo: los padres.

-El escenario y el público:

El escenario es donde va a representarse la historia del protagonista. Puede ser, literalmente una escena, o la concepción que se tenga de uno, entrando en la concentración. En la mayoría de los casos el grupo simplemente se reúne en círculo y dejan el espacio más amplio posible al centro. No se necesita más, la imaginación es lo predominante.

Por último, está el público, y este cumple un doble objetivo. Puede ser un auxiliar más del paciente protagonista o se puede convertir en un paciente. Puede ser una caja de resonancias de la opinión popular, pues las reacciones son tan espontáneas como la acción del escenario.

### 1.3.2 Proceso de una sesión psicodramática.

-Caldeamiento:

También conocidos como calentamiento o atemperación. El objetivo es centrar el interés de todos los participantes en el tema de grupo, establecer líneas de comunicación y confianza, un ambiente adecuado para comenzar una dramatización y, sobre todo, promover la espontaneidad. Y así como en la sesión psicodramática se puede distinguir a un grupo y a un protagonista, también es necesario que cada uno tenga su propio Caldeamiento.

El Caldeamiento grupal se presenta cuando los participantes comienzan a reunirse, y está por iniciar la sesión. Puede que se creen subgrupos pequeños o se hable en susurros. Es un momento crucial en el que aún se tienen en mente las actividades exteriores o anteriores, la dinámica socialmente aprendida en la que se mueven día con día, y la nueva dinámica grupal a la que han entrado. Es posible, también, que cada integrante tenga en su mente diversas inquietudes surgidas de sesiones pasadas, es importante encaminarlas para que la movilización de las energías esté presente en el grupo. La meta es conseguir una

comunicación espontánea, centrándose en un tema que capte la atención de todo el grupo.

El silencio puede tomar distintos significados, dependiendo del nivel en el que se encuentra el grupo, pero mayormente se trata de una expresión sobre el caos, la confusión o el descontento, depende de alguna figura de autoridad o, en su defecto, una posición de reflexión solitaria e independiente de sus compañeros.

-Caldeamiento del protagonista:

Como se explicó anteriormente, el protagonista se puede tratar de un individuo, una pareja, un subgrupo o incluso el grupo entero.

Nuevamente la meta es la comunicación y la expresión espontánea de la acción psicodramática. Rehuendo de las tensiones físicas o resistencias psíquicas que impedirían la movilización emocional. El protagonista se encuentra conectado con su grupo, sin embargo, este se convierte, a su vez, en respaldo y enemigo. El paciente cree tener una idea de lo que quiere que la escena psicodramática exprese, pero se encuentra inseguro. Teme mostrar sus debilidades y ser juzgado. Es por ello que con ayuda del psicodramatista transitará por un Caldeamiento inespecífico, que en ocasiones es innecesario, ya que el hambre por representar del protagonista es mayor que su ansiedad pero, si no es así, se pueden recurrir a diversas técnicas, por ejemplo: deambular por el escenario acompañado del director, charlar sobre las razones de la ansiedad, un monólogo sobre las mismas, ejercicios rítmicos gimnásticos, comenzar la representación en forma de broma o parodia, e incluso, puede funcionar comenzar con una representación más general, alejada de tensiones psíquicas del protagonista.

Por otro lado, el Caldeamiento específico es mucho más sutil, se trata de los preparativos para la realización de la escena; la definición del tema en específico, la elección de los *Yo-Auxiliares*, la construcción y delimitación del espacio imaginario y constante observación de la reacción grupal ante el planteamiento psicodramático.

-Dramatización:

Después de que se haya iniciado el Caldeamiento grupal, y de que algún miembro del grupo surja como protagonista con su respectivo Caldeamiento, es que comienza la representación psicodramática.

Es una combinación gestual, verbal y corporal, donde no existe un tiempo cronológico, sino que el presente, pasado y las proyecciones futuras se funden en un momento, en el famoso *aquí y ahora*. Deja de ser importante el arco longitudinal del relato, adquiriendo relevancia la tridimensionalidad de la escena. Se desarrolla todo lo que es, lo que fue, lo que podría ser o lo que el protagonista desea que sea se funda en una sola realidad mucho más compleja. Las defensas psicológicas caen con facilidad pues las palabras se ven obligadamente acompañadas por acciones físicas. De esta manera, la acción, por sí misma, ya representa una movilización emocional y psíquica que produce un cambio en la espontaneidad y la creatividad del protagonista.



**Figura 4.** Sesión dirigida por J.L. Moreno 1964.

-El eco grupal:

Al finalizar o interrumpir la dramatización, el protagonista, los Yo-Auxiliares y el antagonista vuelven a sus lugares junto al resto del grupo que se ha mantenido en una posición de espectadores activos. En este momento se produce un nuevo fenómeno de comunicación. El público habla sobre la percepción externa de la escena, sobre si han vivido situaciones parecidas o cómo fue la fluctuación de imágenes y relato. El sujeto protagonista se beneficia de la experiencia; así, puede observar la escena desde un nuevo punto de vista y sus compañeros enriquecen la observación. Se realiza un intercambio de sentimientos, emociones y vivencias, y todo ello deviene en la catarsis grupal, en la integración de las interacciones. Los otros miembros del grupo también han contactado con sus escenas psicodramáticas internas, y entonces se cumple una premisa básica de la terapia con Psicodrama: todos son agentes terapéuticos de todos.

Las técnicas más comunes del Psicodrama, no son un fin en sí mismas, sino que funcionan como catalizador de los pacientes.

-El doble: cuando el paciente tiene problemas para expresarse, o tiende a eludir sus pensamientos y sentimientos, entonces uno de sus compañeros puede fungir como Yo-Auxiliar; se para al lado o detrás de él, trata de imitar su posición corporal, y conforme el monólogo del protagonista avanza, el Yo-Auxiliar complementa la información con ciertos elementos que, a su consideración, y desde sus propias experiencias, el protagonista ha decidido ocultar, o quizá no puede revelar.

-Espejo: es una técnica que debe ser empleada con cuidado, para que no sea percibida por parte del protagonista como burla. Cuando el paciente que ocupará dicho papel haya sido elegido, entonces él a su vez tendrá que escoger un Yo-Auxiliar para que lo represente en la dramatización que se basa en su experiencia. En muchas ocasiones, el paciente no puede percibirse a sí mismo ni a sus acciones, es por ello que la posibilidad de verse desde un punto exterior podría significar tomar conciencia y responsabilidad por sus acciones.

-Cambio de rol: es la técnica por excelencia en el psicodrama. A veces solo basta un cambio de roles dentro de la dramatización, para que los pacientes adquieran un nivel más alto de comprensión del otro, una nueva visión de lo que su compañero está viviendo, y al mismo tiempo, amplía su visión de la realidad. Sin embargo, no es recomendable la aplicación cuando uno de los participantes posee un desarrollo de la madurez inferior al otro, o cuando los niveles de ira y violencia superan lo normal.

-Soliloquio: esta técnica se trata de darle volumen a las emociones, sentimientos y pensamientos del protagonista. Puede suceder durante la dramatización de la situación que él mismo proporcionó, o durante una charla con el terapeuta. Es un ejercicio para la concentración en el momento, en el aquí y en el ahora. Funciona como la voz narradora de una película o un cuento. El protagonista que narra su mundo interior.

-Interpolación de resistencias: en ciertas ocasiones, el director terapeuta puede dar ciertas consignas específicas al Yo-Auxiliar, para presentarle diversos obstáculos, al protagonista, en su interpretación de rol, y de esta manera explotar su creatividad. El trabajo del Yo-Auxiliar es no responder en escena como su compañero espera.

-Escultura: se solicita al paciente que los elementos que dispone, incluyendo al resto del grupo, realice una escultura basándose en lo que aqueja u ocupa su mente. Puede ser un momento específico de su pasado, una imagen del anhelante futuro, o una sensación actual, del presente inmediato, llevada a la plástica. Si al finalizar, alguno de los participantes quiere comentar algo, también es bienvenido. El uso del cuerpo siempre mueve fibras muy íntimas del ser.

#### 1.4. Psicodrama simulado y el aula.

##### 1.4.1. Surgimiento del psicodrama simulado.

El Psicodrama tradicional fue terapia que se aplicaba originalmente a pacientes con trastornos psicóticos en hospitales psiquiátricos. Con los años se hizo

evidente que las necesidades terapéuticas crecían en la parte norte del continente americano principalmente, y la cantidad de directores psicodramáticos calificados no era suficiente. Al sopesar los peligros que podría tener una sesión tradicional de psicodrama con terapeutas poco experimentados o calificados, comenzó el siguiente movimiento: Sesiones de Psicodrama Simulado, que eran bastante parecidas a las tradicionales, con la excepción de que los actores no eran ya pacientes psiquiátricos, sino actores o voluntarios, que se presentaban frente a un auditorio numeroso, a cargo de un director capacitado en el papel de terapeuta. Seguían representando problemas sociales y el objetivo era que todos en el auditorio pudieran alcanzar una catarsis o aprendizaje, sobre todo los espectadores. Comenzó a ser una práctica frecuente para ofrecer tutorías en universidades, cárceles, orfanatos o lugares de labor social.

#### 1.4.2. Ventajas y aplicaciones.

Dentro del aula, las sesiones de Psicodrama Simulado son básicamente para una mejor comunicación en clase, resolución de conflictos o problemáticas de convivencia, desarrollar la empatía de los alumnos y ensayar diversas cuestiones de interés general. A veces cumple con más de dos objetivos al mismo tiempo.

Originalmente se utilizó para identificar los patrones usados normalmente a la hora de resolver un problema, buscar nuevas alternativas y examinar si las decisiones finales fueron las más adecuadas. Es, también, una exploración a nivel interpersonal de factores que acompañan los procesos.

Resulta una importante herramienta para el ensayo de conductas. Puede ocurrir que en el grupo se encuentre una persona con cierta problemática parecida a la del ejercicio, en ese caso es posible enfrentarse a las diversas posibilidades, a los diferentes caminos que tomar. También funciona muy bien para examinar cómo se está formando la propia personalidad, comparando el "Yo-Auténtico", con el personaje representado.

Es importante señalar que, más allá de contar una historia, en las sesiones dentro del aula se busca que los alumnos muestren lo que ocurre desde su perspectiva. La oportunidad de diversificar las relaciones del joven le ayudará a identificar cómo se verían afectados todos los involucrados, no sólo él. La habilidad de las personas para identificarse o para empatizar es lo que normalmente resulta ser la base para emitir un juicio ético y moral.

Gracias a las sesiones de Psicodrama Simulado, el profesor puede llegar a construir un grupo sólido y unido, en el que los alumnos logren diagnosticar las necesidades o problemáticas grupales o individuales de sus compañeros. El conjunto de jóvenes se ve motivado a alcanzar más y mejores metas porque su entorno se vuelve más que aceptable, y las conductas tóxicas quedan fuera de límite, se vuelven inaceptables. Es entonces que el psicodrama se convierte el reflejo grupal para ver la importancia de las acciones individuales y su relación con el otro.

Aún la representación más pequeña y breve se ocupa de múltiples metas; por ejemplo: para la solución de cierta problemática, ayuda a los alumnos a conocer la verdadera naturaleza del conflicto, a racionalizar los lazos que unen las conductas ejercidas y las metas que se pretenden alcanzar con ellas, los alumnos también suelen ser más conscientes de la perspectiva desde la que están valorando la situación. Al mismo tiempo, prueban este cuadro de valores desde donde toman sus referencias y lo prueban en una situación simulada, de esta manera son capaces de observar los efectos. Les lleva a tener conciencia de las consecuencias, les promueve a buscar más de una alternativa para solución, expande los recursos que ellos creen útiles de sus vidas diarias. Ayuda al individuo a identificar las influencias del medio hacia sus conductas, influencias de las que no era consciente antes, conocer y distinguir entre las *demandas abiertas* y los *deseos ocultos*. Las sesiones de Psicodrama en el aula también se utilizan para ensayar objetivos de la vida diaria, como entrevistas de trabajo o de admisión y para la disminución de ansiedad y tensión. Facilita indudablemente el autocontrol pues el alumno se vuelve consciente de sus sentimientos, acciones y

pensamientos más profundos; esto a su vez mejora la autoimagen y la autoestima. Dentro de las actividades tradicionales de un aula, pueden utilizar la dramatización para proyectos escolares, resultados de entrevistas, reportes, reseñas de libros o películas. Sin duda, uno de los mayores objetivos es el desarrollo de la empatía en los niños y adolescentes, una competencia social. "Entre más consciente esté una persona de la manera de pensar y sentir de los demás, es más probable que incluirá esta información en su cuadro de referencia para tomar decisiones" (Hawley, 1981, p. 56). Desarrolla tolerancia, comprende. Adquiere un mayor razonamiento moral, al representar más de un rol evita que adopte solo la visión de su supuesto "rol real". Por último, el profesor logra abrir un canal de comunicación abierta, sensata y honesta, productiva, sin sarcasmo ni burlas. Puede también diagnosticar las necesidades de información dentro de programa educativo, evalúa como están adquiriendo nueva información sus alumnos.

#### 1.4.3. Notas generales sobre el uso (¿Cómo afrontar problemáticas?)

Cuando uno de los alumnos muestre cierta actitud de recelo o, incluso, realice algún comentario demeritando el trabajo, es muy importante tratar de no recurrir a respuestas que puedan poner al estudiante en un punto de total atención, ni apelar a la autoridad del docente haciendo que él o la alumna se sienta ignorante. Lo ideal es fomentar el diálogo y la discusión, hacer hincapié en que ninguna técnica psicopedagógica se adapta totalmente a todas las personas, pero que es importante estar abiertos a nuevas experiencias.

Si dentro del debate surgen ideas no convencionales, el deber del docente que dirige es no dejar desprotegido al estudiante que ofreció dicho comentario, se debe manejar siempre con ideas generales y no con individuos específicos. Si el tema de discusión no genera ninguna inquietud en el grupo, probablemente sea mejor no forzarlo y mover al debate en otra dirección donde se encontraría más material de representación. Es importante realizar un listado de preguntas entre todos, para que si en algún momento surgiera alguna pregunta fuera de tema, se tenga un documento de respaldo con el cual sea más sencillo volver a centrar la

atención. Si llegara a existir una falta de voluntarios, entonces se puede recurrir a dividir al grupo en dos y que tomen las dos partes de una discusión, un rol colectivo. Si algún estudiante desiste de su representación, se debe respetar su decisión. O si por el contrario un alumno no puede salir de su rol, es el momento ideal para hacer cambios de personaje.

Sin embargo, la interrogante sobre qué hacer cuando las cosas están yendo mal en la sesión, debe ser compartida con todo el grupo, ya que de esta manera comprenderán que el proceso de aprendizaje también es su responsabilidad.

## Capítulo 2. Corrientes Teatrales y la Terapia.

### 2.1. El teatro y su historia con la terapia

#### 2.1.1. Tendencias teatrales, siglo XX y XXI.

Actualmente varias y distintas disciplinas utilizan el teatro como herramienta, en la búsqueda de la sanación interior, personal y terapéutica. Como el psicodrama, previamente mencionado, la Dramaterapia y el Arteterapia, de los que se mencionará más adelante.

Se ha observado que la mayoría de las personas que acuden a clases de teatro, no es con el afán de convertirse en actrices o actores profesionales, sino para llevar a cabo un proceso acompañado de autoconocimiento, alejado de las luces o el glamour. Se trata de un camino de autodescubrimiento, donde se deshacen del miedo, la vergüenza, correr riesgos, romper con ellos y experimentar límites que, quizá, han sido autoimpuestos.

En *El Teatro Como Oportunidad*, Fernandez & Montero (2012, p. 17), exponen sobre la oportunidad de actuar, de ensayar, de equivocarse y de volver a intentarlo, la oportunidad de crear algo, la oportunidad para salir de la rutina, encarar a la dificultad con resistencia y talento, hablan del teatro como un espacio ideal para cantar, bailar, gritar, o llorar. Hablan de un tipo de teatro que es políticamente incorrecto; el teatro que es para todos, y que no busca otro fin que el de compartir.

El buen teatro auxilia a las personas a traspasar sus límites imaginarios, a romper con el melodrama de la propia vida, para poder acceder a un drama mayor, el escénico: la tragedia, la sátira, la farsa más profunda, y así encontrar lo sagrado en la simpleza, en el cotidiano. La terapia, por otro lado, acompaña al hombre en su dolor, lo ayuda a diferenciarlo de su sufrimiento, en muchas ocasiones innecesario, una vía transitable para recuperar la vitalidad y la energía perdida por los diversos obstáculos que surgen del día a día. Y ambos, son necesarios para superar el miedo escénico: frente a un público, frente a los que conforman cierto círculo social, y sobre todo, frente a la propia consciencia.

El teatro va más allá de una construcción estética, innovadora o creativa, posee relación íntima con la vida en otros tiempos, con las ilusiones, las entregas, con las emociones, y la crítica a instituciones, a sociedades y a manifestaciones artísticas. Brinda la posibilidad de reescribir la historia, redescubrir personalidades, un andar de nuevas interrogantes.

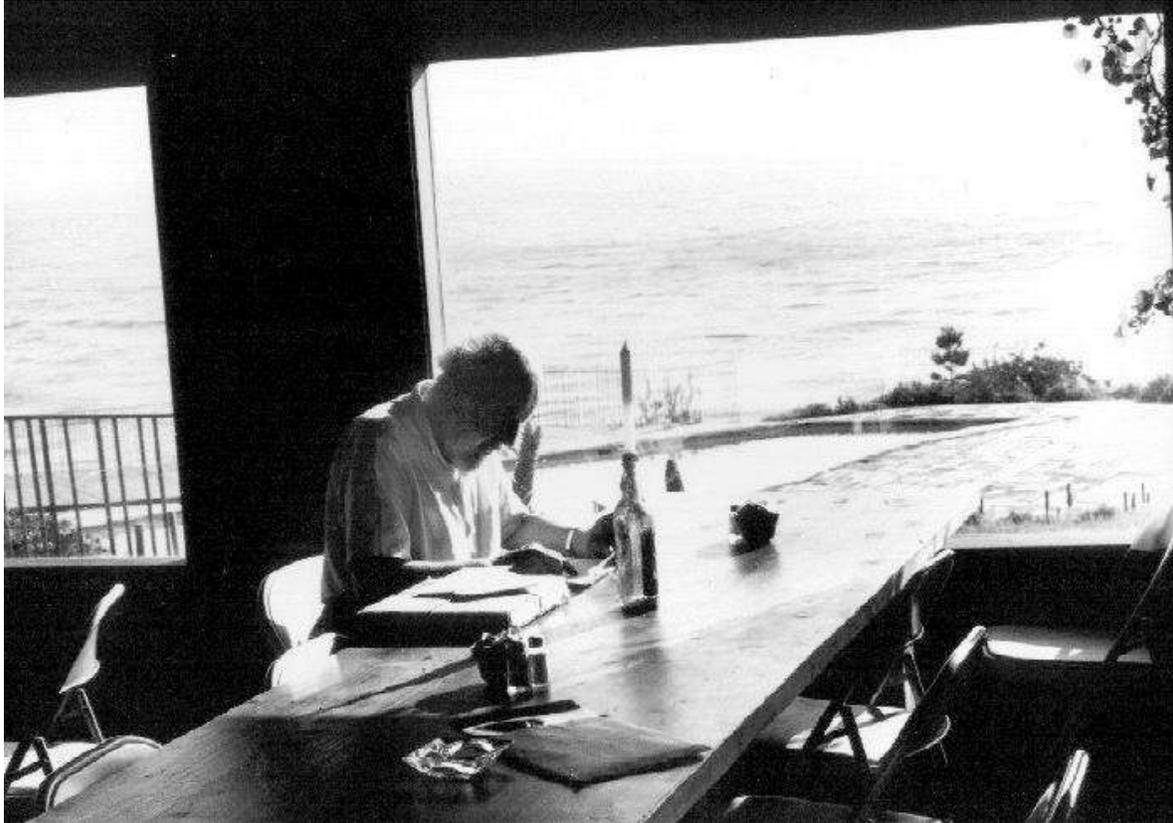
Fernández y Montero (2012, p. 69, 96), en su libro *El Teatro Como Oportunidad* hacen una pequeña recapitulación de las diversas vanguardias teatrales y su conexión con la terapia, que está íntimamente relacionada con el Psicodrama. Jerzy Grotowsky y su teatro pobre, cuyo objetivo era concebir un actor liberado de las máscaras cotidianas con las que nos hemos formado, espera que el ente escénico se entregue por completo y a través del desafío, desafíe a los demás, a su público. Un actor santificado, no desde el enfoque religioso, sino desde el autoconocimiento. Se refiere también a la eliminación de barreras, más que a la adquisición de técnicas. Un ser humano que elimina las máscaras de su personalidad y llega a un verdadero conocimiento de su ser, invitando de este modo, al público a que haga lo mismo. Pasando por Peter Brook y su Teatro Sagrado, Teatro Mortal, Teatro Tosco y finalmente su Teatro Total, donde rescata su interpretación sobre el presente y su importancia para la representación escénica. Afirma que la escena realiza una labor de purificación, remueve los escombros del sistema, tanto de los actores como de los espectadores. En los *Tres Usos del Cuchillo*, David Mamet afirma que el ser humano teatraliza todo el tiempo en su vida cotidiana, y que el teatro es nuestra búsqueda incesante de un significado para todo, una razón de ser para lo que nos rodea. Compara el viaje del héroe trágico con el nuestro, dividiéndolo en tres actos. Afirma a su vez, que el teatro no está hecho para aleccionar al público, pues eso sería una falta de respeto. Uta Hagen, en su libro, *Un Reto Para el Actor*, sostiene que la búsqueda de la verdadera personalidad, del autoconocimiento no termina nunca, y que es indispensable entrenar los sentidos físicos, la propia psicología y las emociones para lograr la autenticidad en escena. Para ella, la estructuración de la puesta se basa en el estudio de los conflictos sociales y las relaciones humanas. Como pedagoga teatral insiste en la práctica del ejercicio que ella llamó “Estiramientos

de la identidad”, que se basan en el análisis de los objetivos del personaje para la construcción del mismo.

### 2.1.2 El teatro y la Gestalt.

Así como el teatro se ocupa del quehacer y del sentir humano, también lo hace la Gestalt. Las relaciones, los vínculos emocionales o sociales, las circunstancias y los choques internos, los conflictos. Se hace un gran esfuerzo para que tanto en el teatro como en la terapia Gestalt no quepan los juicios o las críticas. Ambas, como explica Pacó Vila (2014, P. 37) se encargan de la ejecución física, del movimiento que lleva la emoción, o viceversa. Hay lugar para lo espiritual, lo sagrado, en todas las formas entendibles y posibles, de la manera particular en que cada persona lo viva. La palabra, el caos de la expresión siempre está ahí, siempre está vivo. Lo primordial es *estar*, en el aquí y ahora, y a partir de ello la toma de conciencia, ello lleva a la responsabilidad, por todo lo que nos rodea, real o imaginario, fantasías, acciones o emociones. Lo que llena de significado en ambas disciplinas es la experiencia vivida, esta sale de todo juicio de valor total moral, no es falsa o real, no es mala o buena.

Fritz Perls, el creador de la terapia Gestalt, fue un gran amante del teatro. En su juventud estudió el arte del actor con el maestro Max Reinhardt, en su compañía. Perls estaba fascinado con la visión artística de su mentor, y con su teatro moderno y experimental que estaba llevando al mundo. Reinhardt buscaba que sus actores sintieran profundamente al personaje que interpretaban, trabajaba con ellos para que su interpretación derivara de un íntimo contacto con su discurso. Uno de los aspectos más importantes para Reinhardt era que el actor pudiera dejarse llevar por su lado creativo y espontáneo.



**Figura 5.** Fritz Perls en 1968.

Dentro de sus representaciones, la audiencia jugaba un papel muy importante, se veía siempre implicado en la trama de la obra. El director solo permitía el acceso a cierta cantidad de personas a su teatro, creando así una intimidad en la que era más sencillo el rebote de las energías resonando por toda la habitación. Quería que el público captara hasta el más pequeño gesto de los ejecutantes. Eso influyó indudablemente en la forma en que Perls desarrolló su terapia grupal, cuando trataba a un paciente en particular, todo el grupo de veía implicado, todos eran parte de la experiencia. Constituían la resonancia.

El trabajo de Perls con bailarines y actores, le permitía crear una conexión con la terapia Gestalt. La manera en que él manejaba sus sesiones terapéuticas era considerada, por muchos, una manera más de hacer teatro. Muchos de los

actores con los que Fritz Perls trabajó, terminaron siendo terapeutas, pues a menudo el trabajo no sólo resultaba en buen teatro, sino en buena terapia.

No es extraño descubrir que el ser humano no interpreta personajes únicamente en el teatro, sino también en su vida diaria. La complejidad del hombre es inmensa, y su personalidad la componen una variedad de personajes que conviven en su interior. En muchas ocasiones, por reprimendas, o represión social, los personajes que no se adaptan a la realidad vivida son rechazados, y el rechazo de una parte de la personalidad conlleva a un desequilibrio en la manera de entablar relaciones. "Me temo que si mato a mis demonios, mis ángeles mueran también" (Fernandez & Montero, 2012, p.167). El teatro y la terapia Gestalt ofrecen la oportunidad de que el individuo se observe en su totalidad, desde sí mismo, y también con cierta distancia. Ofrece una forma de autoconocimiento, de autoexploración y reconocimiento, toma de responsabilidad por las acciones cometidas, y un proceso de aceptación sin un juicio riguroso. Cuando una persona se reconoce tal y como es, cuando se observa y logra aceptar que existen en él más personalidades que las que él se limitaba a mostrar, se encuentra más libre, con un peso social y personal menos.

El terapeuta gestáltico, al igual que el director escénico, se enfrenta a lo acartonado del comportamiento, y busca lo genuino. El terapeuta confronta la manipulación que el paciente ejerce sobre su propia personalidad, buscando que se encuentre con su verdadero yo, el director teatral se enfoca en lo que el actor quiere, su objetivo y los impedimentos que él mismo se interpone. La evolución como director escénico se da a través de la observación, de la capacidad de sorpresa y el deseo de ayudar. Para Grotowski, actor y director, creador del llamado Teatro Pobre, el ser director suponía un crecimiento corporal en compañía de su actor, y su capacidad de auxiliarlo.

Tanto Augusto Boal, como Brook, director y teórico teatral contemporáneo, señalan que en el escenario se acababan las excusas, ya no había marcha atrás, y era necesario que se mostrarán tal y como eran. Y que, al final del día, el acto escénico estaba lleno de sacrificios; de sacrificar lo que la mayoría prefería ocultar,

de sacrificar los tabúes y las incertidumbres. De esta manera el director de escena, al igual que el terapeuta, busca, no cambiar ni moldear a su antojo, sino que el actor o paciente acepte su naturaleza, porque esa aceptación resulta liberadora y renovadora por sí misma. Un buen director teatral acompaña a su autor para que éste pueda ir más allá de sus limitadas nociones de la realidad. Para Jerzy Grotowski, el proceso de gestar una obra, era volver todo lo que en una persona era oscuridad, en luz y transparencia. Dentro de la Gestalt, el terapeuta apoya en la representación de los sueños, anhelos, fantasmas del pasado o incertidumbres del futuro de su paciente, pero para que estas representaciones tengan éxito en el sentido terapéutico, el terapeuta debe poseer la delicada sensibilidad de identificar los roles correctos y pertinentes al paciente. Y así como el director teatral, en el día de estreno no está al lado del actor, así el terapeuta tiene que, poco a poco, desaparecer de la vida del paciente, para que este logre su propia aceptación.

Existen algunos preceptos que mantienen una íntima relación entre el teatro y la terapia Gestalt.

Lo único que tiene una persona es su momento presente. Todo movimiento, toda respiración, toda acción o decisión, se efectúa en el momento presente. Aún las concepciones que se tienen del pasado o del futuro, se hacen a partir del momento presente, y cómo se vive.

En el teatro se le otorga un valor especial a la frase *aquí y ahora*, el escenario puede ser tomado como un pizarrón, o un espejo en donde lo que se refleja es lo que acontece en el momento, donde se escenifica el pasado, o donde se exploran los posibles caminos del futuro. De esta manera es como si se creara y viviera un sueño, donde todo es posible, y donde las oportunidades se moldean al parecer de cada quien. Pero al mismo tiempo, todo lo desarrollado, no sale de ese momento presente. Uno de los ejercicios más útiles del teatro para fomentar la presencia y estar en el presente es la improvisación, pues le exige al actor estar en modo alerta para recibir y devolver estímulos constantemente, además debe tener una profunda aceptación de lo que va ocurriendo a su alrededor.

Normalmente cuando a una persona no le agrada lo que pasa en su vida, en su momento presente, se aísla, deja de estar en el "aquí y ahora". El hecho de estar presente es, simplemente eso, estar. Es lo más natural. "... aunque nuestros pensamientos quieran convencernos de que podemos transportarnos a otro lugar, es un engaño: la realidad es que estamos aquí y aquí somos." (Fernández & Montero, 2012)

Y ya que el *ahora* es todo lo que las personas poseen, tener conciencia de ello -en la terapia Gestalt- es darse cuenta de todo lo que ello conlleva: fantasías, miedos o anhelos, pero también los movimientos más pequeños, las tensiones o respuestas físicas, por más sutiles que sean. Se trata de un entrenamiento muy parecido al que el actor de teatro lleva a cabo, preparándose para ofrecer una actuación verdadera. En muchas ocasiones, es más sencillo el proceso de toma de conciencia, a través de otras personas, los compañeros de grupo, los que están justo al lado. En el escenario, el actor debe estar atento a sus movimientos, a su personaje, a su texto, a sus compañeros, con sus respectivos cuerpos, textos y movimientos, debe estar atento a su espacio físico y a la ficción que ha construido, debe tener atención del público, de las luces, audios, intenciones, ritmos, etc. Es como si se pudiera vivir y transitar por una doble vida.

## 2.2. Las teorías dramáticas de Augusto Boal

### 2.2.1. Biografía de Boal.

Creador del movimiento *Teatro del Oprimido*, surge en Brasil en los años 50. Y su principio fundamental es la utilización del teatro para favorecer a los grupos sociales marginados o en situación de riesgo. Se centra en conocer la naturaleza central, el pensamiento profundo del opresor, para así, poder combatirlo.

Boal (2002, p. 13-34) tuvo su formación en el Actor's Studio, en dramaturgia y teatro. Tuvo un especial interés en el psicodrama de Moreno, y en la Dramaterapia. Fue así que creó un tipo de teatro que vas más allá de lo didáctico, un teatro vivo, versátil, divertido, un teatro que invitaba a unirse a él, en donde las

personas tenían la oportunidad de encontrar nuevas perspectivas de sus situaciones.

Después de cincuenta y dos años de fructífera trayectoria, salió a la luz su libro *El arco iris del deseo*, en donde volcó sus experiencias surgidas del teatro experimental, y como ello desembocó en una nueva pedagogía teatral que no se dirige a una sola dirección, y que no busca un solo resultado. La serie de técnicas utilizadas en sus talleres son las que denominó *El arcoíris del deseo*. Cuando se habla de estas herramientas se entiende que no sólo funcionan de forma terapéutica, sino que también tiene un fuerte impacto en la formación de actores y actrices.

Uno de los eventos más trascendentes para la carrera de Boal fue cuando comenzó su trabajo en Francia, y otros países europeos. Por supuesto, en el otro continente existían problemáticas parecidas a las de América Latina, pero sumadas a ellas, el dramaturgo se enfrentó a una lista diferente de oposiciones: la incomunicación, el miedo que sentían las personas al vacío, a la soledad. El resultado de un mundo después de la Gran Guerra. Boal se cuestionó sobre dónde estaban las autoridades corruptas, llenas de abusos y violencias que él constantemente trataba de combatir en Brasil. La conclusión a la que llegó, fue que estas autoridades representantes de la opresión estaban en la mente de las personas. Eran los pensamientos de aquellos hombres y mujeres sus propios enemigos.

A partir de ese momento, el director brasileño amplió la definición de su teatro del oprimido, investigando los medios necesarios para combatir a esos enemigos. Buscó enfocar la energía, la acción creadora y creativa del teatro hacia un proceso terapéutico. Afirmaba que cuando una persona se sube a un escenario, de la clase que sea, y se le otorga la posibilidad de actuar, de hablar, de modificar situaciones ficticias, ese simple hecho puede darle el coraje de cambiar las situaciones difíciles que le aquejan en su presente.

“Al transformar la realidad nos transformamos a nosotros mismos” (Boal, 2002, p.89).

De esta manera obtiene una amplia gama de juegos, dinámicas teatrales, y ejercicios estéticos, que hace una realidad el entendimiento de problemas intersubjetivos.

Su teatro se desarrolla a través de aspectos educativos, político-sociales, artísticos y terapéuticos. No se trata de una técnica actoral, ni se basa en una sola corriente teatral, se trata de indagar en la labor social del actor. Si bien es cierto que la transformación terapéutica que él propone se produce a partir de una modificación en un espacio escénico, dentro de la simulación, ese mismo espacio funciona como piloto o prototipo.

El simple hecho de atreverse a actuar, de atreverse a modificar algún aspecto que no los satisface es una experiencia renovadora, transformadora que puede darle esperanza de sanación al actor.

En estos ejercicios teatrales, el actor ya no se pregunta ¿Quién soy? No se construye al personaje desde el interior de la persona, no desde la suposición de sus pensamientos, sino desde el enfrentamiento honesto con sus deseos, lo que de verdad se quiere y cómo ello puede detonar en conflictos con la realidad. El actor constituye sus ejercicios a través de la relación con sus compañeros, y con todos aquellos que lo rodean.

Los seres humanos tienen sus acciones, sensaciones y reacciones mecanizadas, por lo tanto, es necesario que el actor vuelva a conectarse con su capacidad de sentir y la amplia gama de reacciones que ello provoca. Para ello es importante deshacerse de los bloqueos corporales, luchar contra las tensiones físicas, y someter al cuerpo a experiencias a las que se ha deshabitado. De esta manera amplía su rango de capacidad de expresión. El actor debe responsabilizarse de su cuerpo, entrenándolo y escuchándolo.

Y es en este punto donde los juegos escénicos toman un papel muy importante.

### 2.2.2. Teatro Arena y Zumbi.

Para estudiar la evolución de las corrientes teatrales de Augusto Boal, es necesario hacer una breve recapitulación de su carrera como actor y director. Chesney-Lawrence, (2013, p.26-33) escribe que entre los años 1953 y 1971 el Teatro Arena, en Brasil, realizó representaciones teatrales totalmente renovadas y sin precedentes. Sus actos hacían referencia a las realidades que se vivían en el país, poniendo un énfasis especial a cuestiones políticas y sociales, cuestionaba la manera en que el teatro se relacionaba con el público y el modelo de interpretación extranjero, impuesto, sobre todo, por los europeos naturalistas.



**Figura 6.** A resistível ascensão de Arturo Ui (The Resistible Rise of Arturo Ui), de Bertolt Brecht, with Giafrancesco Guarnieri and the cast of Teatro de Arena, São Paulo, 1970.

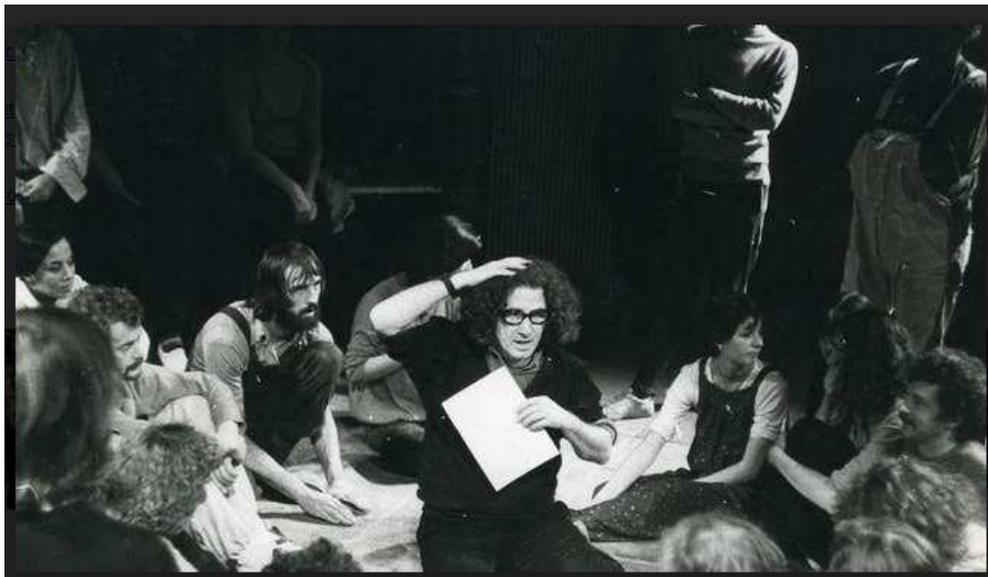
La distribución del espacio, como el nombre de la compañía lo indica, se trataba de la audiencia rodeando a los actores, esto les daba facilidad para moverse entre interpretaciones circenses, rondas callejeras o tradicionales realistas.

En el año 1956, el proyecto toma un giro aún más drástico políticamente hablando, cuando algunos hijos de militares comunistas y Augusto Boal se incorporaron a la compañía. Boal venía de su formación actoral y dramaturgica, en el Actor's Studio, y ese fue el inicio de un laboratorio de interpretación. Dirigió una serie de musicales con el Teatro Arena; estos no sólo revolucionaron el teatro hasta entonces visto en Brasil, sino que fungió como síntesis del trabajo de la compañía hasta el momento. De esta serie de obras: *Arena Contá...* surge el *sistema comodín*. Hasta el momento, El Teatro Arena había recurrido a interpretaciones realistas porque la necesidad residía en reflejar la necesidad de la sociedad. En 1956, eso estaba cambiando. Ahora se trataba de cumplir con nuevas propuestas estéticas, ahora lo que querían era influir en su realidad y no sólo reflejarla. Según Boal, su principal misión era la de crear caos y desordenar el teatro. Para ello utilizó cuatro nuevas formas de montaje:

- Desvinculación del personaje: muy parecido a lo que ocurría con el teatro griego, y el uso de máscara, que le permitía a los actores rolar personajes sin confundir al público, de la misma manera, el Teatro Arena implementó los movimientos mecanizados de sus personajes como punto clave, sin importar el intérprete.
- Actores narradores: en el equipo de actores, todos ellos interpretan la totalidad de los personajes.
- Eclecticismo de estilo: se podía fluctuar entre el circo, lo trágico, y lo melodramático. Incluso había cuadros que caían en el expresionismo, y otros más bien al realismo.
- Inclusión de la música: la utilización de la música fue aprovechada para preparar al público y que, de esta manera, se encontraran más receptivos a los textos simplificados que contenía *Zumbi*, es decir, la serie de obras musicales que rompieron con el teatro tradicional en Brasil, que fungió

como la base de un nuevo modelo comodín para realizar puestas en escena que cumplieran y respondían a las nuevas exigencias de una población oprimida.

El sistema comodín fue creado por Boal para resumir la experiencia del Arena, y sus objetivos eran tanto estéticos como económicos. En cuanto a lo estético, otorgaba la posibilidad de experimentar haciendo teatro, tanto en montaje como en dramaturgia, presentar la obra y su análisis al mismo tiempo. Por otro lado, estaba el estilo, Augusto Boal negaba el empobrecimiento de los procesos, y por ello decidió que cada escena del espectáculo se resolvería, estéticamente, según fueran sus necesidades. Y en cuanto a lo económico, al tener la posibilidad de montar un texto con una cantidad fija de actores, sin importar la cantidad de personas, los costos disminuían. Se volvía más importante lo que se decía, cuando se dejaba de lado quién lo hacía.



**Figura 7.** Augusto Boal, creador del Teatro del Oprimido y del Teatro Foro, en una actuación. Imagen: Funarte, Brasil. 1975.

El sistema comodín se dividió en siete partes: A) La dedicatoria. Toda obra representada debía ser iniciada con dedicatoria hacia algún suceso o hacia alguna persona en particular, puede ser un canto por parte de todos los participantes o de

un solo actor, un poema, o simplemente una recitación, en forma de declaración.

B) La explicación. Son rupturas abruptas de la continuidad dramática, se rompe el formato de representación y se adopta uno nuevo de foro, debate o conferencia. Recuerda al estilo brechtiano. Normalmente se presenta al equipo y su discurso, su necesidad de renovar el arte teatral.

C) Los episodios. Toda la obra se divide en escenas casi aisladas.

D) La escena o lance. Podría parecer una extensión del acto, debe contener cierta variación en la cualidad de la ejecución, adoptando la forma dramática que más convenga.

E) Los comentarios. Son los encargados de enlazar las escenas que aparentemente no tendrían qué ver entre sí, se realizan casi siempre en versos rimados, y el coro es quien enuncia.

F) Las entrevistas. Es posibilidad de que el público realice preguntas en un determinado momento del evento. Dependerá de las necesidades del equipo y de la puesta en sí. Se convierte en un auditorio, o en un programa.

G) La exhortación final. Se trata de la última escena estructurada que se presenta a los espectadores. En ella el sistema en conjunto prepara al público, dependiendo de cómo se fue desarrollando el espectáculo; puede ser una canción, una declaración contundente o una prosa.

Este sistema de estructuras, por supuesto, no era definitivo. Según las propias palabras de Boal, solo se utilizaron "... dentro de la transitoriedad de las técnicas teatrales" (Collage 228). Eran diseños necesarios para satisfacer las necesidades de aquel entonces, en Brasil: que el teatro volviera a ser para el pueblo, producir una o varias reflexiones en él, como espectador y, después, como ejecutante de su realidad; renovar la escena teatral y, en cierto punto, que el teatro no desapareciera. Claro que los creadores del Sistema Comodín también afirmaban que podía ser utilizado en cualquier otro país, en cualquier otra época, pues su principal objetivo era la renovación, y la innovación. Al incorporar la participación del público y actor, prácticamente garantizaba la actualización constante de las obras.

### 2.2.3. Teatro popular.

Esta teoría sobre los movimientos teatrales está basada en las vastas experiencias que tuvo Augusto Boal en los años sesenta, en Brasil. A pesar de ello, pareciera que se identifica perfectamente con un movimiento histórico y social, que abarcó todo el continente americano.

Retoma el principio Brechtiano, en el que el teatro debe estar a disposición de todo el pueblo, y para ello comienza haciendo una distinción entre *pueblo* y *población*. Mientras que la población es la totalidad de los habitantes, el pueblo se refiere a la clase obrera, la clase trabajadora que no pertenece al clero, la burguesía o la aristocracia. Basándose en estas diferentes definiciones, se llega a cuatro categorías de Teatro Popular: A) El teatro del pueblo y para el pueblo. Es el teatro popular en su forma más pura, partiendo desde la calidad transformadora del pueblo. Dentro de este tipo de teatro, se pueden diferenciar tres subclases: 1. El teatro de propaganda, teatro de urgencia, donde se buscaba preparar al pueblo para acciones de clase política, 2. El teatro didáctico, donde se abordaban temas en que el objetivo era la enseñanza, 3. El teatro cultural, donde presentaba temas clásicos del folclor. B) Teatro del pueblo para otro destinatario. En referencia al teatro destinado al burgués o pequeño burgués, que hablaba en códigos claros y contundentes para el cambio y los levantamientos, sin embargo, se mantenía subsidiado por los altos mandos. C) Teatro de la burguesía contra el pueblo. Todo el teatro patrocinado por las clases en dominio, su objetivo era que la opinión pública les favoreciera en toda ocasión, incluye televisión, series populares, e incluso varias obras tipo *broadway*. D) Teatro por y para el pueblo. Su nacimiento fue necesario después de la represión violenta que se vivió en 1969, en Brasil. El pueblo tenía que volverse creador de teatro, y no sólo receptor o consumidor. Surge entonces el *Teatro periódico*, donde era posible desmitificar la creencia de que el público no podía intervenir en la creación de un espectáculo escénico. Esta categoría fue, más tarde, incluida en su propuesta sobre el Teatro del Oprimido.

#### 2.2.4. Teatro del oprimido.

Después de la represión vivida en Brasil por parte de los militares, Boal fue despojado de su teatro, pero no de sus ideas y de sus iniciativas para renovar el arte teatral y llevarlo a todos. En Perú, el gobierno, comenzó un programa de alfabetización, y Boal no dudó en participar. Su gran objetivo era incluir el teatro como herramienta para la educación, creía firmemente que era de igual o mayor validez a la hora de la enseñanza. Volvió a trabajar sobre las reformas de su estilo comodín y, en ese momento, más que antes, el público como creador y manipulador de la escena, era el eje central de las teorías, su Teatro Foro. Su anterior técnica de Teatro periódico, se convirtió poco a poco en El consolidado Teatro Invisible, que hoy en día se conoce; una escenificación en donde no era evidente la presencia de un espectáculo, y que con ello aumentaba su impacto.

El Teatro del Oprimido muta según la necesidad de la realidad social, política, y por supuesto, humana, que se vive en América Latina.

Todo el trabajo previo que Boal tuvo en el Arena, en Brasil, todas las técnicas experimentales por las que transitó, lo llevaron a la consolidación de este: la desaparición de las barreras entre protagonista y coro, entre elenco y público. Con su Sistema Comodín, cuando las represiones aumentan, retoma las presentaciones callejeras, tipo Comedia Dell 'Arte, pero en lugar de la utilización de máscaras para ocultar el rostro, el objetivo era esconder la acción de hacer teatro, el Invisible, pasando por la *Dramaturgia Simultánea*, la cual consistía en preparar un guion, y probar diferentes alternativas, caminos desconocidos que llevan a desenlaces insospechados, con la participación activa del público y el grupo de actores. Boal afirmaba que, si un hombre era capaz de experimentar cierta situación liberadora en el teatro, entonces sería capaz de realizarla en su vida.

El teatro del Oprimido tiene que ser masivo, y para que ello ocurra, las personas deben entender que el arte teatral es inherente a todos los seres humanos, que es parte de la naturaleza.



**Figura 8.** Boal (brazos arriba) conduce un ejercicio de movimiento, 2003.

El Teatro del Oprimido es solo una forma más de todos los tipos de teatro que existen y que siguen surgiendo, que están entrelazados, y que responden a las necesidades actuales. Es la aceptación del arte más arcaica, porque afirma que todos los seres humanos son actores, y que todos, a su vez, son espectadores. Se conforma de una serie de ejercicios o monólogos corporales, y juegos infantiles y teatrales, lo que se traduce como diálogos corporales. También contiene técnicas de Teatro Imagen, previamente experimentado por el autor, y herramientas para ensayos teatrales. Todo ello puede ser utilizado por actores, directores y, por supuesto, por cualquiera que lo necesite. El teatro es uno de los lenguajes humanos por excelencia, puede practicarse en cualquier lugar, con cualquier persona. En el escenario, los actores hacen lo mismo que las personas en la cotidianidad: respiran, hablan, expresan ideas. La única diferencia es que los actores son conscientes de sus acciones. Porque el teatro es el arte de observarse a sí mismos.

### 2.2.5. El teatro imagen.

El Teatro-Imagen se trata de una serie de ejercicios en donde el cuerpo se convierte en el portavoz de la crítica social. A partir de él se expresan necesidades, carencias, inconformidades o violencias que no podrían ser dichas en voz alta y, sin embargo, que el cuerpo grita. Boal comenzó a implementarlo cuando trabajó con comunidades indígenas y el lenguaje era un impedimento.

El Arco-Iris del Deseo se basa en toda la gama de opresores mentales con los que nuestra sociedad, y sus miembros, carga todos los días: la soledad, el suicidio, la falta de comunicación o de empatía, etc.

Fue desarrollado en América del Sur y llevado a la sistematización en 1974, era una modalidad teatral, artística, y de cierta manera un lenguaje clandestino. Todos podían utilizarlo, ya que, sin importar la situación, si es llevada con opresión y violencia, provoca fuertes y profundos signos visuales, que más tarde pueden transformarse en imágenes corporales, estáticas y en movimiento. Por supuesto Boal no inventó la técnica de Teatro Estatua de la nada. Antes de él ya se habían realizado experimentaciones, como Stanislavski y su trabajo con el *Gesto Psicológico*, Chancerel y su dinámica *El juego del escultor*, y por supuesto Meyerhold, con la *Posición Rakurz*.

El teatro imagen busca que el actor sea capaz de intuir, de observar y diferenciar entre imágenes ocultas. De esa manera es entrenado para visualizar también todo aquello que no se ve a primera vista en su vida, en el entorno que lo rodea. Uno de los aspectos más valiosos es el descubrimiento de la múltiple percepción, es decir, la conciencia de que no existe una verdad absoluta frente a determinada situación, y ello fortalece la empatía y la comprensión. El lenguaje visual otorga a todos, la posibilidad de reaprender lo que creían que ya conocían.

Una de las condiciones que debe darse para que el Teatro Imagen llegue a un buen resultado es que el grupo debe estar integrado por personas que compartan

una opresión, o se vean envueltas en situaciones de riesgo parecidas, pues el tema a tratar debe ser elegido de forma colectiva.

Después de que el tema ha sido elegido, el director anima a uno de las participantes para que se posicione en el papel del escultor, que relate una experiencia de opresión en relación con el tema previamente seleccionado, y entonces su masa escultórica serán sus compañeros, en este caso las esculturas no deben ser individuales, sino que deben crearse con la finalidad de integrar una presentación general de la opresión que el participante vive, o vivió. Después de ello se abre un pequeño debate sobre las opiniones de los otros integrantes del grupo, para que más tarde, cada uno de ellos realice modificaciones a la escultura original, y como resultado se obtenga una visión grupal del momento violento. Se busca que las imágenes muestren no sólo el más alto de la agresión, sino el origen y las causas. De esta manera la comunidad estará habilitada para proponer soluciones o alternativas de acción.

Concluido ese proceso, el primer escultor construirá una nueva imagen, una mera escultura propuesta de solución, y la escultura que, por ende, mostraría la imagen ideal, lo *correcto*. Es entonces que comienza la fase de la dinamización en donde se debe encontrar transiciones, imágenes conectoras, como trazando el camino a seguir para lograr el objetivo. Cada uno de los participantes tendrá la oportunidad de sugerir una transición, lo más importante es llevar a cabo el proceso en silencio, sin utilizar indicaciones verbales, y analizar cuan viable son los caminos propuestos.

Al observar las nuevas posibilidades ofrecidas, el ser oprimido es entrenado para medir las fuerzas de cambio, o de oposición en su vida real. Boal trabajó en esta técnica, convirtiéndola en una herramienta viable tanto en casos de opresión política, social, como en casos intrapersonales e interpersonales, útil para concientizar las conductas dañinas que se encuentran en el interior de cada mente.

- Aplicación del teatro imagen en contextos de educación o intervención socio-cultural.

Como se ha mencionado anteriormente, a pesar de que el teatro imagen se originó por y para discursos políticos en Latinoamérica, es funcional para cualquier ámbito aplicable. En el caso de educación, por ejemplo, basta con sustituir el concepto de lucha de clases por conflictos ligados a las relaciones humanas, buscando puntos de acuerdo. Ruth Díaz de Greñu Marco señala que en el medio escolar o de intervención social, lo único que es necesario para una sesión de Teatro Imagen es un espacio vacío. Al utilizar ejercicios de esta corriente al inicio de una sesión teatral se adquiere de forma más ligera el lenguaje dramático.

La inmovilidad del cuerpo posiciona al alumno en un contacto directo con su presente y entra en un diálogo profundo con sus compañeros, y con el público. Al haber ausencia de palabras hay ausencia de excusas y justificaciones. Solo queda la verdad.

Normalmente cuando se utiliza la comunicación verbal los alumnos tienden a dispersarse, divagando en otros temas diversos, pero al limitarse a escenas corporales pueden concentrarse en un objetivo a la vez.

Con el Teatro Imagen se busca llevar a los participantes una exploración con sus miedos, sus inseguridades, con sus sensaciones de opresión, violencia o marginación, para analizar sus causas y consecuencias que tiene en sus vidas, para así contrarrestar los efectos negativos.



**Figura 9.** Foto de Jean-Gabriel Carasso, 1979.

Dentro del ámbito educativo podría definirse el proceso de trabajo en los siguientes pasos:

-El grupo, en un entorno de confianza y respeto, comienza a relatar anécdotas de opresión y vulnerabilidad, con las mencionadas arriba. Y de la misma forma grupal, elegirán una.

-Se seleccionará el momento más alto, el más fuerte, o el culminante de la situación, y se llevará a una imagen fija, uno de los miembros realizará la función externa de director.

-Lo siguiente será analizar la imagen, el *foco* de ella. Comienza un proceso de depuración, en el que los elementos predominantes se hacen aún más presentes, así como la relación entre las dos partes del conflicto.

-A partir de este momento es importante buscar la palabra clave que define el contenido más esencial.

-Desde la imagen central, se busca la construcción de otras imágenes que complementen el arco narrativo. Puede comenzarse con una imagen inmediata anterior, y la posterior a la imagen central, creando así, una pequeña secuencia.

-Construidas tantas secuencias surjan o se requieran, puede añadirles vida, con algunos diálogos improvisados.

-Una vez que la secuencia haya sido analizada, interpretada y procesada, entonces comienza la búsqueda de un final diferente, un nuevo desenlace, uno donde la violencia, el miedo y el abuso no prevalezcan.

#### 2.2.6. Teatro invisible.

El Teatro Invisible se trata de representaciones públicas que realizan un grupo de actores en lugares concurridos. Las situaciones suelen tomar como punto de arranque las violencias normalizadas en nuestro día a día. En este caso, los espectadores no tienen idea de que están presenciando una dramatización. Los comentarios fluyen con normalidad y a los actores se les permite la observación auténtica de los fenómenos sociales.

#### 2.2.7. Teatro Foro.

"El Teatro del Oprimido se creó para servir al pueblo, y no al revés".

En un principio, cuando Boal comenzó sus experiencias con el teatro social, era evidente que tenían antagonistas claros: los gobernantes tiránicos, los capitalistas desalmados, la prensa amarillenta, todos aquellos pertenecientes a una burguesía opresora del pueblo. No hacía falta que se preguntaran si aquel ser malvado tenía en realidad un lado humano, aunque la realidad fuera esa, porque, aunque aquel jefe que abusaba de sus empleados fuera un buen padre o un buen abuelo, sus acciones para la sociedad lo mantenían en un lugar estático de villano, y era así como se le trataba desde la lucha teatral. Sin embargo, cuando Boal sale de América Latina, no sólo amplía sus fronteras, sino su visión del teatro que estaba formando. Ahora no podía enfrentarse a un conflicto y colocarse arbitrariamente a

una parte en el lugar del ser oprimido, y a la otra parte en el del ser opresor. Eran situaciones más complejas, porque, de cierta manera, eran más comunes, conflictos de la vida cotidiana: peleas familiares, entre amigos, entre profesor y alumnos, etc. Las estructuras del Teatro Foro, hasta el momento estructuradas, no eran suficientes para abarcar las necesidades del mundo nuevo que surgía, en donde las reconciliaciones no sólo eran posibles sino deseadas.

El Teatro-Foro es la puesta en escena de una obra que abarca las injusticias sociales, actuando como un teatro de intervención: se recopila la información, se prepara básicamente como una improvisación estructurada y, finalmente se presenta a un cierto público. El Teatro-Foro invita a las personas, al final de la obra, a que se una al debate sobre el desenlace que se le dio y cómo lo habrían hecho ellos. El público sube al escenario y se pone, no solo en el lugar de las víctimas, sino también en el de los victimarios. El objetivo es abrir la capacidad de conciencia y empatía, no buscar culpables sino aceptar la complejidad de las situaciones.

### 2.3. Otras líneas terapéuticas extraídas del teatro

#### 2.3.1. Dramaterapia.

La Dramaterapia continúa con la línea del Psicodrama, sin embargo, se aleja de él y del teatro. Es el uso intencionado de los aspectos curativos del drama dentro de un proceso terapéutico, así es como la asociación británica de Dramaterapia la definió. Se desarrolló a partir de los años 30.

Busca centrar su actividad en la espontaneidad de la acción y la intuición, muchas veces olvidadas. Afirma que cuando el individuo puede experimentar esto en un proceso vivencial, se produce en él un cambio.

Retoma el concepto *Insight*, donde el potencial de éxito de la terapia se vincula a darle la oportunidad al paciente de experimentar las emociones vinculadas a su proceso de *darse cuenta*. Una comprensión profunda.

Conceptos centrales de la Dramaterapia:

- Drama: arte esencial y social donde el hombre es capaz de sentir empatía por el otro y eso le incita a iniciar la acción.
- Distancia dramática: se trata de juegos con máscaras o títeres en los que se logra liberación de la personalización en las emociones y su expresión.
- Dos realidades: la creación de un espacio nuevo, lleno de posibilidades, en donde habita la realidad de todos los días, lo objetivo y la consciencia con la que habitamos. Y la realidad de la experiencia dramática donde se topa con lo inconsciente, lo subjetivo, el mundo ficticio, que se crea para generar un movimiento que ayude al cambio de percepción y alimente el potencial de transformación.
- Creatividad: se divide en cuatro etapas. A) preparación. Toma de conciencia, de la dificultad o incertidumbre que se está viviendo. B) incubación. Momento de confusión y dificultad para encontrar una solución. C) iluminación. A la persona la embarga la inspiración, sale de su zona de confort, toma ciertos riesgos y actúa. El subconsciente emerge. D) Retorno a la realidad. Proceso de responsabilización, separación de lo vivido y lo experimentado.

En la universidad de Hertfordshire, en Inglaterra, el profesor de Dramaterapia, Phill Jones, define nueve elementos terapéuticos que se dan en un proceso teatral.

1.- La proyección dramática: en el teatro se incluye la proyección y la identificación. Así como los miembros del público pueden llegar a experimentar emociones semejantes a la de los personajes, de igual manera el actor hace uso de las resonancias que el texto tiene sobre él, para así interpretar su papel. La proyección dramática brinda la posibilidad de obtener una distancia objetiva del conflicto escenificado, observar desde otra perspectiva. También permite que el intérprete se reapropie de gestos, emociones, conductas o actitudes que había tenido sin darse cuenta. Se trata de asumir la responsabilidad y la autoría de los hechos. Se trata, también, de que lo que ocurre o lo que ha ocurrido en la vida del paciente, es por lo que ha hecho o ha dejado de hacer. Suelen utilizarse frases, al final de la representación, como *Y este soy yo, y me hago responsable por ello.*

2.- El proceso terapéutico de representación: para Phill Jones esto tiene dos fines terapéuticos, la representación en sí y el conflicto de la dramatización. En el primero, casi se asume que el simple hecho de representar ya conlleva en sí mismo un gran cambio significativo para el paciente comprometido. Mientras que, en el segundo, el actor puede tomar diferentes roles que le agreguen riqueza a la forma en la que ve su conflicto. Puede ser desde su papel protagónico, desde un papel secundario, o incluso desde el lugar del director. En Dramaterapia, el proceso terapéutico tiene, en sí, cuatro estructuras que se dan en el siguiente orden: A) Identificar una necesidad: reconocer la situación problemática a trabajar, B) El ensayo: la acción de repetir una representación para encontrar una forma de expresión que resulte satisfactoria para el protagonista, C) Mostrar: representar la problemática en forma de expresión dramática, frente a un público que funge como testigo de la expresión, D) Desconectarse: cierre del trabajo. La necesaria separación de la representación dramática.

3.- La empatía y el distanciamiento. Cuando el autor se encarga de su representación, siempre aparecen en escena la participación de la empatía y el distanciamiento o la observación. El ejecutante escénico participa de manera emocional de aquello que representa, pero, al mismo tiempo, es capaz de observarse a sí mismo y ser testigo de lo que ocurre en la realidad que lo rodea. La paradoja humana entre el ser y el observante. De esta manera, dependiendo de las necesidades del paciente, se puede emplear la empatía si tiene dificultades para mostrar sus emociones, con ejercicios como *la silla vacía*. Si se trata de un individuo que se siente invadido y confundido por la fuerza de sus emociones, sería más conveniente utilizar el distanciamiento, con un posible soliloquio teatral.

4.- Personificación e impersonificación: la personificación se refiere a la utilización de títeres, muñecas de cualquier clase, o marionetas. La impersonificación es el acto de dramatizar; actuar y usar el cuerpo para ello. Depende de las necesidades de cada paciente, se elige la herramienta más óptima para abordar el problema.

5.- Ser público y ser testigos interactivos: el público es testigo de la actuación. Sin embargo, no tiene un papel estático o pasivo. Modifica a los ejecutantes desde el

momento en el que brinda su presencia, puesto que la recepción modifica la propia expresión.

6.- Expresión corporal: el más grande medio expresivo del actor es su cuerpo. La expresión del yo, a través de la materia. La representación de diversos personajes amplía la versatilidad del cuerpo humano, le otorga un rango de acción mucho más amplio. Ayuda al paciente a salir de su forma mecanizada de expresión, y de esta manera modifica de igual forma, su manera de relacionarse con los demás.

7.- El juego: tiene un valor liberador en las personas sin importar su edad. Jugar es tener la posibilidad de ser cualquiera. De ser otro. Las reglas son distintas a las de la vida cotidiana, adulta; y muta dependiendo de las condiciones grupales, del espacio y de la temporalidad.

8.- Conexión entre el drama y la vida real: se refiere al potencial objetivo terapéutico de poner en contacto el mundo concreto con una realidad dramática. La conciencia y el proceso de transformación puede darse en la conexión íntima entre el drama y lo que es la vida. Lo que se busca es que, al abordar diversos personajes, los participantes no actúen ellos mismos, sino con ellos mismos y que sean capaces de reconocerse en esa ambigüedad.

9.- Transformación: la capacidad de tomar una nueva forma. Ante situaciones, conflictos, permite reconocer nuevas posibilidades. Para el profesor Jones ese era ya un acto transformador.

### 2.3.2. Teatroterapia.

Stavans S. (1992) escribió un libro sobre El Psicoteatro. Es un método de pedagógico, de aprendizaje en el ámbito de desarrollo humano. En este caso, se trata de un diseño original de la autora, nacido de las inquietudes que compartía con su esposo, Abraham Stavans y abarca el desarrollo existencial de cada individuo. El programa que ellos crearon combina diversas técnicas, entre ellas las teatrales, las artísticas, sobre todo las improvisaciones y también algunas corrientes psicológicas y holísticas. Lo que se busca con ello es estimular el

cuerpo, la mente y las emociones que en conjunto integran la gran complejidad del desempeño que el hombre tiene en su vida cotidiana. La autora expone que gracias a la educación tan limitada que se recibe normalmente y con tan poca libertad para encontrar la verdadera esencia, la forma de desenvolvimiento se ve acortada; de esta manera todo el potencial físico o mental que pudiera alcanzar se ve desechado, no llega a conocerlo. Casi siempre estos complejos se dejan ver a través de las penosas apreciaciones que realizan las personas de sí mismas, todas ellas llenas de inseguridades y miedos, todas ellas faltas de conocimiento.

En el método psicoteatral encuentra sus bases en método vivencial de Constantin Stanislavsky, sumando la *actualización existencial*, es decir la toma de conciencia, la toma de responsabilidad sobre las acciones y pensamientos, el reconocimiento de las emociones y el vivir el presente. Es un método que puede utilizarse en personas de todas las edades, profesiones y géneros. Las sesiones psicoteatrales se llevan a cabo de manera minuciosa, estructuradas y concientizando todos los elementos físicos, emocionales y mentales, de forma que puedan ser aprovechados en cada momento de la presentación. De esta manera, cada persona vive su proceso desarrollando escenas, a partir de la improvisación, involucrándose a sí misma y a sus compañeros, desarrollando la empatía con su propia situación.

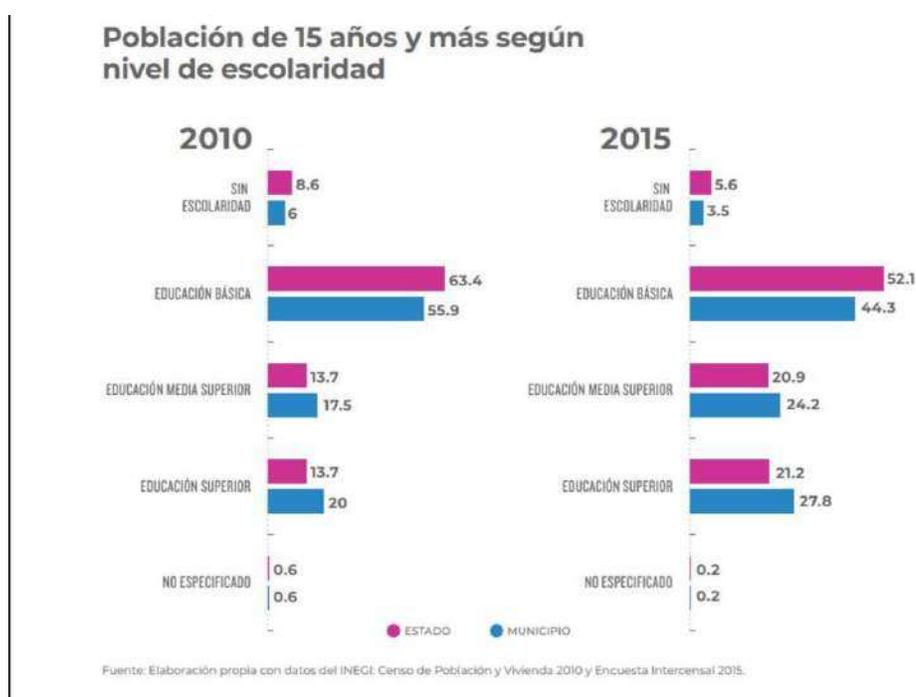
El método psicoteatral comprende a la persona como una *unidad bio-psico-social*, que es manifestada a través de su desenvolvimiento en su vida normal, las sesiones promueven la búsqueda de caminos idóneos, y alejados de los comportamientos acartonados, de las máscaras que normalmente se utilizan como clichés, cuando el autoconocimiento es pobre.

## Capítulo 3. El Taller.

### 3.1. El Municipio de Querétaro

#### 3.1.1. Sistema educativo

En la nueva reforma educativa, su objetivo principal es el de responder a ciertas exigencias sociales, uniendo fuerzas para engrandecer la educación, que esta sea inclusiva y al alcance de todos. Los puntos a mejorar son: el fortalecimiento de la equidad y la inclusión. La reforma se compromete a brindar mayores esfuerzos y recursos para dar atención a los grupos vulnerables.



**Figura 10.** Censo de Población y Vivienda 2010 y Encuesta Intercensal 2015

En la emisión de la propuesta curricular para la Educación Obligatoria (primaria, secundaria, y preparatoria) 2016, emitida por la Secretaría de Educación Pública, (SEP) y redactada por Aurelio Nuño Mayer se indica "Nuestro país requiere que los niñas, los niños, y los jóvenes reciban una educación de verdadera calidad que les permita ser personas más libres, autónomas, responsables, competitivas e íntegras" (Nuño Mayer, 2016, p. 83).

Hace algunos años, el único lugar para aprender era la escuela tradicional. Sin embargo, el mundo cambia, avanza, y así debe ser la educación de los niños y jóvenes. El objetivo de los centros educativos no debe limitarse a brindar información, porque dicha información se consigue, actualmente, en cualquier parte. El propósito debe ser enseñar a pensar a los alumnos por ellos mismos, desarrollar pensamientos críticos, "... enseñarles a moverse con seguridad, confianza, en un mundo cambiante y diverso" (Nuño Mayer, 2016, p. 78).

- La vigencia del humanismo.

La constitución política de los Estados Unidos Mexicanos, en su Artículo No. 3, orienta la filosofía que lleva de la mano al sistema educativo de la nación. Ve a la educación como la más grande posibilidad de desarrollo individual, pero a la vez lo coloca dentro de la sociedad, donde todas sus acciones contribuyen o repercuten. También establece que el derecho a la educación debe brindar un desarrollo armónico como ser humano.

La propuesta curricular de 2016 afirmaba que la vida en sociedad requiere el aprendizaje de la convivencia, valores de respeto, igualdad y justicia, fomentando el aprecio por la diversidad cultural para emitir y rechazar la discriminación.

- Situaciones didácticas que propicien el aprendizaje situado

El aprendizaje situado es definido como el que facilita que este sea útil y duradero. En el aprendizaje situado se coloca la actividad en el centro, el profesor debe buscar, indagar en diversas posibilidades para que el alumno aprenda en situaciones simuladas a la realidad, en el marco de su cultura.

- Promover la relación interdisciplinaria.

La educación, de igual manera, deberá promover la relación de todas las disciplinas impartidas, de todas las áreas de conocimiento, no sólo de manera tradicional, sino sumando a ellos los nuevos ejes y plataformas de aprendizaje informal.

Dentro del segundo componente curricular de la propuesta se encuentra el desarrollo personal y social del alumno de educación obligatoria, y la escuela se ve en la necesidad de brindar las oportunidades para el desarrollo de la creatividad, la expresión y la apreciación artística, mantener un cuerpo saludable, con ejercicios físicos y emocionales que puedan ayudarlos a conocerse y controlarse. Existen tres áreas de desarrollo para este componente: el desarrollo artístico - creativo, el desarrollo corporal y salud, y el desarrollo emocional.

Sin embargo, estas tres clasificaciones no deberían tratarse de la misma manera que los otros campos formativos clave, requiere enfoques específicos de la pedagogía y diferentes estrategias para evaluar la evolución de los participantes. De las tres áreas anteriores se espera el desarrollo de las capacidades de aprender a ser, y aprender a convivir.

- Desarrollo artístico y creatividad

En este componente, la propuesta sobre ejes temáticos busca que diversas manifestaciones artísticas como la danza, la música, las artes plásticas, y el teatro se aborden para experimentar y disfrutar de la experiencia. Esta área tiene como objetivo que los alumnos estimulen su potencial de curiosidad, retos creativos, imaginación y espontaneidad. Se requiere que los alumnos logren observar la belleza del arte y lo lleven a todos los aspectos de su vida.

Por parte del enfoque didáctico se centrará la atención en el diseño de experiencias que promueven los espacios de confianza y respeto para expresar ideas con libertad, sentimientos y emociones.

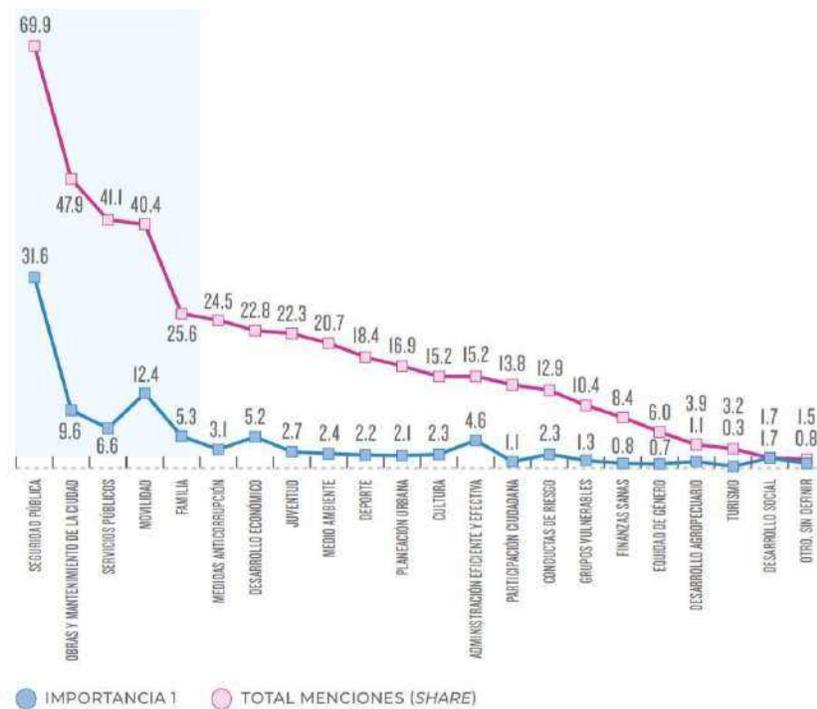
### 3.1.2. Mayores problemáticas

Para la elaboración del Plan Municipal de Desarrollo de Querétaro, 2018-2021, se realizaron encuestas ciudadanas, con el fin de conocer la opinión pública sobre temas de relevancia. El slogan principal fue: *En Querétaro queremos escucharte*. A partir de las jornadas masivas, los módulos de atención ciudadana, levantamientos de calle y plataformas electrónicas, se recopilaron un total de

16,049 propuestas; presuntamente, el mayor índice de participación registrado a nivel histórico.

Entre los temas con mayor relevancia para los participantes estaba, en primer lugar, la seguridad pública, con 31,6% y casi un 70% de menciones, seguido por movilidad y mantenimiento de la ciudad, con un 47% de menciones. Entre las temáticas menos relevantes se encuentran: la juventud, con 2,7%, el desarrollo de cultura, con 2,3%, conducta de riesgo, con 2,3%, grupos vulnerables 1,3%, y equidad de género con sólo 0,7%.

**Percepción ciudadana en temas prioritarios en las agendas gubernamental y social**



**Figura 11.** Censo de Población y Vivienda 2010 y Encuesta Intercensal 2015

Al gobierno de Luis Bernardo Nava Guerrero le pareció importante realizar esta consulta para fortalecer la educación cívica del municipio, y conocer los valores que lo rigen. Su promesa administrativa ha sido crear un diálogo social permanente, enfocado en crear mejor calidad de vida, y fortalecer los vínculos

sociales de la comunidad; un aspecto indudablemente necesario en un municipio más preocupado por conducir en una avenida sin baches, que por solucionar sus problemas con el acoso o la discriminación, la intolerancia o el apoyo al arte. Una preocupación que podría ser comprensible, pues es un lugar en constante crecimiento. Tan solo en treinta años hubo un incremento de más de la mitad de los habitantes, muchos de ellos jóvenes necesitados de espacios académicos y servicio de transportes accesibles. Dentro de este crecimiento vertiginoso es de esperarse que las exigencias poblacionales vayan enfocadas a aspectos relacionados con infraestructura, y no a su desarrollo como personas y como sociedad. Al final es todo un gran conjunto, una red de factores interconectados, que permiten el sano funcionamiento de las comunidades.

Sin embargo, dentro del Plan Municipal se creó un apartado, puntualizando la importancia de buscar estrategias para mejorar el índice de Desarrollo Humano, y este se obtiene a partir de aspectos que van más allá del desarrollo económico que pueda presentar la población. Está más directamente relacionado con el bienestar social, lo que incluye, por supuesto, educación y salud. Al gobierno le pareció pertinente brindar oportunidades para que una cohesión social se vuelva posible. Y es eso lo que termina por asegurar la calidad de vida.

Dentro de los ejes principales plasmados en el Plan antes mencionado, se encuentra el Eje Inclusivo, en donde el objetivo es que cada ciudadano pueda ejercer sus derechos, realizando un esfuerzo especial, por aquellos que poseen necesidades urgentes, es decir, todo aquel en situaciones de riesgo, entendiéndose esto como cualquier ser humano víctima de violencia, acoso, discriminación. El trabajo por el bien común significa un fortalecimiento del tejido social. El Plan Municipal de Desarrollo reconoce que la superación de cierta situación de riesgo parte, en gran medida, de la conciencia personal. Busca fomentar la responsabilidad y el compartir esfuerzos. Una de las estrategias a implementar sería incrementar las perspectivas de formación, realzando valores de convivencia.

La adicción a sustancias tóxicas constituye uno de los principales problemas que amenazan el tejido social, y por lo tanto afecta también a la calidad de vida de la población, no sólo se genera un daño en el individuo, sino también en sus relaciones con los que lo rodean. El 12, 3% consume alguna droga, el 71% ha consumido o consume alcohol. De acuerdo con la Encuesta de Cohesión Social para la Prevención de la Violencia y la Delincuencia 2014, de INEGI, la ciudad de Querétaro ocupó el primer lugar en consumo de alcohol entre la población de 12 a 19 años, lo que indudablemente aumenta su riesgo de incurrir en conductas delictivas y antisociales. Este resultado de delincuencia afecta, como se ha mencionado, no sólo al individuo, sino también al colectivo.



**Figura 12.** Secretariado Ejecutivo del Sistema Nacional de Seguridad Pública, 2018

Se hace un especial hincapié a que la problemática deriva, en gran medida, del ritmo acelerado en el crecimiento de la población y la carencia que existen de espacios y condiciones óptimas para la formación de jóvenes y niños en cultura, artes y deportes. De igual manera, no existen suficientes áreas para fomentar la sana convivencia, alejados de sectores de riesgo, donde la población se vuelve vulnerable.

Durante el 2018, se descubrió que la población infantil fue la predominante en el municipio, con 25,7%, seguidos de cerca por los jóvenes de 15 a 19 años, con 25,4% de la población.

En 2015, el Panorama Sociodemográfico de México arrojó que la asistencia escolar de las personas de 15 a 24 años tenía la tasa más baja en correlación con edades más bajas. "La consecución del bien común, involucra también la salud física y emocional" (Nuño Mayer, 2016).

El Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF), define la vulnerabilidad como un fenómeno que desajusta las relaciones sociales, y que ha crecido de sobremanera. Tiene diversas causas, lo que hace que las desventajas se acumulen. Se basa en la carencia que posee una persona, en cuanto a herramientas se refiere, para salir de situaciones estructurales que no son ventajosas para ella.

La violencia presentada hacia las mujeres, clasificado como delicado y de atención urgente, a nivel nacional tuvo una disminución del año 2006 al 2011. Sin embargo, remontó sus índices altos en 2016, superaron por los de décadas atrás, en el estado se alcanzó un 51% por encima de la media nacional. En ese mismo año, mujeres de 15 años en adelante afirmaron haber sufrido violencia de alguna clase. El 44,7% por parte de sus parejas, y el 61,2% por parte de agresores diversos. En primer lugar, se encuentra la agresión emocional, y en segundo la agresión sexual. Esta última resulta en un evento, no solo doloroso y traumático, sino que se ve ligado a otros niveles, como la salud física, la social y la psicológica. La tasa de agresiones sexuales contra personas de entre 12 y 29 años es de 7 mil 293, por cada cien mil habitantes, superior en el estado de Querétaro a la tasa nacional.

De acuerdo con la CONAPO la vida sexual está comenzando a edades aún más tempranas cada vez, y eso afecta de manera directa a la tasa de fecundidad en las niñas y adolescentes de 12 a 14 años.

## Prevalencia de la violencia por tipo de violencia y agresor entre las mujeres de 15 años y más a lo largo de su vida (2011 y 2016)

PREVALENCIAS	NACIONAL			ESTADO			
	TOTAL	PAREJA	OTROS AGRESORES	TOTAL	PAREJA	OTROS AGRESORES	
ENDIREH 2011	TOTAL	62.8	47.0	45.2	60.4	43.3	45.4
	Emocional	44.3	43.1	13.1	41.4	39.8	13.5
	Física	16.7	14.0	5.0	16.1	13.6	4.7
	Sexual	35.4	7.3	32.0	35.1	7.9	31.4
	Económica o patrimonial <sup>1</sup>	35.3	24.5	19.1	34.0	22.5	20.7
ENDIREH 2016	TOTAL	66.1	43.9	53.1	71.2	44.7	61.2
	Emocional	49.0	40.1	26.6	52.8	40.3	33.0
	Física	34.0	17.9	23.4	34.6	15.8	25.9
	Sexual	41.3	6.5	38.8	50.2	6.6	48.0
	Económica o patrimonial <sup>2</sup>	29.0	20.9	13.7	33.3	22.1	17.8

1. La suma de los tipos de violencia no coincide con el total, pues cada mujer pudo haber padecido más de uno.  
 2. Mujeres que declararon haber padecido al menos un incidente de violencia por parte de su pareja en los últimos 12 meses.

Fuente: INEGI. Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares 2016 (ENDIREH).

**Figura 13.** Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones de los Hogares, 2016

Aunque en apariencia, estos datos numéricos podrían no representar mucho, los embarazos adolescentes repercuten en distintos niveles. No sólo se considera los riesgos inminentes de la salud y sus complicaciones, sino que las mujeres víctimas de esta situación, tienen muy pocas probabilidades de continuar y concluir estudios de nivel medio superior o universitarios.

Dentro de las líneas de acción se encuentra el programa *Querétaro amigable*, en el que se señala como plan estratégico el aumento y apoyo a centros culturales y

educativos para niños y adolescentes, así como incentivarlos a realizar en el ámbito de capacitación artística.

### 3.2. Objetivos específicos a trabajar en el taller.

#### 3.2.1.- El sector al que va dedicado el taller.

Este taller va enfocado a jóvenes, de entre 14 y 19 años, de escuelas preparatorias que se encuentran en el sistema de educación pública, y cuyos registros de conflictos sociales han incrementado al pasar los años, las instituciones que se encuentren vulnerables, por su posición geográfica, en combinación con los fenómenos sociales que les acompañan.

No es necesario ningún conocimiento previo de teatro o terapia, y tampoco es importante que el grupo se conforme por integrantes de la misma edad, género, o que procedan del mismo grupo regular; al contrario, será mucho más benéfico para el taller si los integrantes no pertenecen al mismo salón de clases.

Lo que sí representará un requerimiento será ropa de trabajo físico, con la que los alumnos se sientan cómodos y seguros, en la que puedan realizar actividades de entrenamiento, en distintos niveles del espacio y sin problemas o impedimentos, causados por incomodidad, porque las telas sean rígidas.

Las condiciones del aula que serían óptimas son: un lugar amplio, con una superficie amable, es decir, que no raspe las pieles, que se encuentre astillado, deberá ser lisa, y con la menos cantidad de mobiliario posible para que la exploración ocurra sin contratiempos, de preferencia con una ventana o algún sistema de ventilación y, por supuesto, lo más alejado del ruido o bullicio, que es común en una institución habitada por jóvenes.

El taller estará dividido en cinco sesiones, durante días consecutivos, y cada sesión durará cuatro horas, con un único descanso intermedio de quince minutos para hidratación y salidas al sanitario.

El taller abordará herramientas extraídas de técnicas teatrales para la resolución de conflictos sociales. Comenzará con juegos escénicos para la integración y consolidación del grupo, esto en el primer día de sesión, el equipo no podrá ser conformado por más de veinte personas. Durante las siguientes dos sesiones se comenzará a trabajar con ejercicios para la exploración del cuerpo, de forma individual y colectiva, que, al mismo tiempo, estimularán la mente, los sentidos, y permitirán entrenar las emociones, para lograr un estado de total alerta. Durante la cuarta y quinta sesión se buscará que el punto más alto de dicha exploración desemboque en una exposición de Teatro Invisible, en donde los alumnos confronten las técnicas vistas, con opiniones reales de sus compañeros. Para ello, se realizarán debates y mesas redondas como dinámica, para compartir las ideas y cuestionamientos que vayan surgiendo, ya que se buscará que las realidades a contemplar sean cercanas a los participantes, extraídas de sus vivencias. Finalmente, y esperando el mejor resultado, se guiará al grupo nuevamente en proceso de desenlace, para que al concluir la última sesión se encuentren tranquilos, y transformados por sus propias acciones, y creaciones.

### 3.3. Taller: *El juego del Oprimido*.

#### **Tabla 1**

*Listado de los ejercicios.*

<b>Ejercicio 1.</b>
---------------------

*Para conocer al grupo y entrar en confianza.*

A pesar de que este taller va enfocado a grupos de preparatoria, no se pretende asumir que los integrantes conocen o confían en sus compañeros. Prácticamente toda la convivencia que poseen es dentro de las aulas de clases, con ejercicios o proyectos que no estimulan precisamente el conocimiento del otro, en donde sólo suele buscarse un resultado basado en bueno o malo y en una nota aprobatoria.

En ciertas ocasiones, y más durante la confusa etapa adolescente, los jóvenes desarrollan personalidades evasivas hacia sus compañeros, por culpa de la

---

presión social, el deseo por encajar o, al contrario, un rechazo total hacia lo que se está viviendo en la comunidad estudiantil.

Es por ello que uno de los aspectos primordiales a la hora de implementar un taller teatral es lo que Moreno denominaría como Caldeamiento, o el calentamiento, en donde no sólo se busca ejercitar las extremidades físicas como lo que, por supuesto también resulta importante, sino despertar esa cierta parte de nuestra mente que se mantiene adormilada en nuestra cotidianidad.

En este punto es importante que la totalidad de los miembros se encuentren en el campo de visión de los demás, un círculo inicial suele ser la mejor opción, pues este tipo de formación transmite la sensación de unidad, elimina las jerarquías conscientes o inconscientes y les permite saber que la opinión de todos es escuchada y valorada. Además de ello, es una herramienta útil como para que el tallerista detecte, en un primer momento, cómo se encuentra la relación grupal, es decir: quién se resiste a formar parte del círculo, se adentra más de lo debido, quién cierra el paso o da la espalda. Lo más conveniente es que toda esta actividad se realice de pie. Como los alumnos se encuentran la mayor parte del tiempo en su salón de clases, sentados, la posición de pie les permite experimentar otro tipo de sensaciones, es probable que varios tengan la intención de buscar asiento, pero eso sólo les permitiría volver a una zona cómoda, y les sería mucho más sencillo divagar, distraerse del presente.

Se ha observado que cuando una persona, sobre todo un adolescente se enfrenta a una situación poco conocida o que percibe como confrontadora, puede reaccionar de dos maneras: o bien cierra su mente al rechazo, o sus sentidos de alerta se intensifican. En cualquiera de los dos casos, es necesario comenzar con un ejercicio sencillo, sin contacto y que les suponga al menos un nivel mediano de reto, es lo ideal. Ya en círculo, los alumnos deberán presentarse, diciendo su nombre y alguna actividad que disfruten realizar. Esto representará la primera prueba, enfrentar a sus compañeros, hablar frente a su primera audiencia, y ser honestos al respecto. Puede ser que surjan risas o bromas en un primer momento. Son parte de las respuestas ante una situación desconocida.

---

---

El segundo reto se encuentra en la memoria. Después de que el primer alumno se presente, su compañero de la derecha deberá repetir su nombre, la actividad que disfruta, seguido pronombre y su pasatiempo. Los nombres y las actividades se irán acumulando conforme avancen los estudiantes. Este ejercicio tiene tantas variaciones como sean posibles, como la imaginación lo dicte. Si el tallerista se enfrenta a un grupo sumamente activo y dinámico, además del nombre y la actividad pueden involucrarse movimientos y sonidos, exploración de distintos niveles, trabalenguas, construcción de historias colectivas, formadas de una palabra por participante, etcétera. Así como las variaciones pueden aumentar libremente, así pueden hacerlo las normas o reglas a seguir, sólo ciertas palabras con ciertas letras, sólo determinados movimientos, con ciertas partes del cuerpo seleccionadas. El círculo de presentación, de igual forma puede ser abordado de manera sencilla y crecer o posicionarse en cierto grado de dificultad, desde el primer momento. En este sentido, el poder de observación del tallerista es imprescindible. Aquí es donde se basa el principio de convivencia que guiará por las distintas etapas del taller.



**Figura 14.** Boal con algunos estudiantes de taller Teatro del Oprimido (Theatre of the Oppressed), en Áustria, 1980.

---

---

## Ejercicio 2.

---

### *Juego secuencia para activar relajar y despertar la espontaneidad.*

Antes de realizar cualquier actividad física es elemental mantener un breve calentamiento físico que disponga al cuerpo a integrarse en la actividad presente, y al mismo tiempo los pensamientos; situarlos en ellos mismos para comenzar a escucharse en realidad.

En el círculo en el que se comenzó la primera actividad de convivencia, se les habrá solicitado a los alumnos que amplíen su espacio y sean conscientes de qué les rodea, para ser capaces de trabajar y convivir con su entorno. Se comenzará con un estiramiento sencillo, desde cabeza, hacia arriba y hacia abajo, ocho veces, hacia la izquierda y hacia la derecha, ocho veces, y tocando cada una de las orejas, de igual manera, ocho veces. Posteriormente el movimiento bajará a los hombros. Sin la ayuda de los codos, se realizará un movimiento circular hacia adelante y hacia atrás, ocho veces respectivamente. Cuando se concluya con los hombros, se comenzará a trabajar con la columna y la cadera, la cabeza bajará, como si pesara demasiado, jalará con ella el resto de la columna que se enroscará como si fuera un caracol; esa será la imagen mental. En el momento en que se alcance el punto máximo de estiramiento, y sin realizar ningún esfuerzo por parte del cuello, se realizará un movimiento ondulante con toda la espalda, pretendiendo que es un trapo, se dibujará un ocho en el aire, primero discretamente, después el movimiento crecerá hasta que los brazos le acompañen, y se vuelva un movimiento grande y fuerte. Con esto se estimulará la respiración y se estimulará el torso. Cuando el movimiento llegue a su punto más alto, descenderá de la misma manera en la que ascendió y volverá a su discreción. Los alumnos se mantendrán un momento más en esa posición, para evitar mareos. Posteriormente se incorporarán desenrollando el caracol que habían dibujado con su columna. Ya que los estudiantes lleguen nuevamente a la posición en vertical, se iniciará un movimiento que involucrará los pies, arriba y abajo, con la sensación de estar aplastando una pelota de espuma con los talones, cada vez que se baja el pie, al mismo tiempo se

---

---

integrarán los brazos, que realizarán un movimiento lento, de arriba a abajo, por encima de la cabeza, y de regreso, siempre estirados. Las manos se mantendrán en un constante abrir y cerrar dedos. Esto durará aproximadamente cinco minutos, activará la circulación y la respiración y los músculos de todo el cuerpo. En ningún momento se deberá dejar de lado la respiración profunda y tranquila.

Más tarde, el tallerista, les pedirá a los alumnos que comiencen una caminata por el espacio, su espacio. Esta no deberá ser solo caminar por caminar, como en la vida cotidiana, sino que requerirá de toda la concentración del joven, pues habrá diversos aspectos que tendrá que tomar en cuenta: deberá adoptar la posición más neutra que pueda concebir, es decir, brazos a los costados, hombros abajo, y espalda recta, cuello estirado y mirada al horizonte, las puntas de los pies deberán ver al frente completamente y el compás a la altura de la cadera. La caminata consistirá en localizar un punto e ir hacia él, sin detenerse, sin hacer pausas, y sin chocar con algún compañero, pues la atención y la percepción deberán ser grandes y abiertas. El alumno tendrá que ser consciente de dónde se encuentra él y su grupo en cada momento; cuando llegue al punto seleccionado cambiará de dirección, elegirá otro punto en el espacio e irá hacia él; repetirá esta acción sin olvidar todos los elementos extras y hasta que el tallerista indique lo contrario.

Durante esta caminata, el director de actividad invitará a los alumnos a realizar una inspección minuciosa de ellos mismos, de lo que los rodea; qué partes de su cuerpo se encuentran rígidas o tensas sin motivo, cómo es el aire de la habitación, cómo se sienten con la ropa que llevan puesta, cómo es su respiración (profunda, entrecortada, rápida), si están frunciendo el ceño, o apretando los dientes; deberán ser conscientes de todo ello, poco a poco.

Después de un par de minutos de caminata, el tallerista indicará un Stop total, en la que el grupo deberá congelarse en la posición en la que se encuentren, aprovecharán para explicar las nuevas indicaciones: cuando la caminata se reanude, el tallerista podrá hacer mención de tres números, y cada uno obedecerá a un movimiento. Cuando se diga el número 1, los alumnos deberán

---

---

realizar una sentadilla, cambiar de frente y continuar la caminata, cuando se mencionó el número 2, se realizará un salto, y cuando se aterrice se continuará con el recorrido, con el número 3, los alumnos irán a piso completamente acostados, y deberán levantarse inmediatamente para seguir con la caminata. Los números podrán venir en desorden y con intervalos de tiempo y repetición que el tallerista considere pertinentes. Todo lo anterior sin olvidar las consignas iniciales de atención, percepción y dirección, y siempre pendientes del comodín *Stop*<sup>4</sup>, juego donde se utiliza esa palabra para detener la acción en cualquier momento, llevar el cuerpo a la inmovilidad, pero no a la pérdida de la atención, por el contrario, el sistema de alerta deberá maximizarse.

Este calentamiento durará aproximadamente diez minutos, pero dependerá del desempeño del grupo, por ello es importante la ventilación y la hidratación.

En el último *Stop*, el coordinador emitirá la indicación de siguiente juego, que consistirá en el tradicional *Las Trais*, pero con una ligera variación. Se elegirá al primer compañero que las trae, y este deberá tocar a otro joven para continuar con la dinámica; sin embargo, si el joven amenazado logra decir el nombre de otro compañero antes de ser tocado, se salvará y entonces el alumno cuyo nombre fue mencionado será el nuevo portador de *Las Trais*. Cada vez que se logre tocar a un compañero, este saldrá del juego y se convertirá en espectador. El público, que se irá formando con los descalificados, también tendrá la función de cerrar el espacio cada vez más, lo que contribuirá a la dificultad del juego.

De esta manera los alumnos tendrán un calentamiento corporal y mental que es divertido. Su espontaneidad, creatividad y trabajo en equipo también se pondrá en funcionamiento.

El juego concluirá cuando queden solo dos personas en el espacio.

---

<sup>4</sup> Palabra comodín que puede utilizarse durante todo el ejercicio para indicar al grupo que realice un alto total.

---

### **Ejercicio 3.**

*Juego del escultor, exploración con el cuerpo propio y el del compañero.*

Siguiendo con la línea de acción dinámica y activa, con la que se comenzó desde la presentación, la siguiente actividad será un juego en parejas. Suele ocurrir, cuando se trabaja con grupos escolares, en donde algunos de los integrantes se conocen de tiempo atrás, son amigos o simples conocidos, pero se buscan para volver a su lugar seguro, así que el tallerista deberá hacer hincapié en buscar a un compañero con el que no haya convivido antes o, en el caso de negativa constante, el coordinador deberá tomar un rol más determinante y elegir las parejas de trabajo él mismo.

Cuando los equipos estén integrados se comienza la actividad. Lo primero será la conciencia de encontrarse frente a los ojos del otro, en dónde se verá reflejado frente a un espejo y apoyo. Puede comenzarse adoptando una posición neutra, uno frente al otro y realizar al menos tres respiraciones profundas, en silencio, para que el subconsciente del alumno se permita esa tranquilidad auditiva, y le permita acceder a otro nivel de concentración. Poco a poco, la respiración de la pareja va a igualarse, y casi podrá percibirse que los corazones laten a la misma velocidad. El contacto visual no debe perderse nunca, y este es el momento para que el tallerista ofrezca la explicación de la actividad a realizar. El alumno, por su parte, deberá agudizar su sentido de escucha y, al mismo tiempo, no perder atención de su cuerpo y de su compañero.

Uno de los dos, sin emitir indicaciones verbales, asumirá el papel de escultor, y el otro, por tanto, será su arcilla o su pasta para modelar. Cuando el coordinador lo indique se comenzará el trabajo. En un principio será ligero, cuidadoso, se comienza la exploración con las posibilidades que ofrece el otro cuerpo, y por supuesto, sus limitaciones. Las primeras esculturas pueden ser simples, llegando a ellas de una manera sencilla, es decir, se piensa en una imagen y se busca que el cuerpo del compañero la represente lo más fidedignamente posible, siempre llevando la acción con el cuerpo y no con la palabra. Las

---

---

primeras ideas, es posible, serán la concepción más básica que tienen de su entorno, de las figuras y relaciones que los rodean, pero se debe incentivar a crecer las imágenes, en expectativa y complejidad. Más allá de la forma aparente, otorgarle vida al discurso, es decir, ¿Qué es lo que realmente ocurre debajo de la información aparente, básica que se muestra día con día, frente a los ojos del mundo?

Después de unos minutos de exploración, la pareja deberá intercambiar sus papeles, y recorrer el mismo proceso que en la ocasión anterior. Cuando ambas parejas hayan explorado las dos caras del ejercicio, se comienza la parte compleja. Más adelante, el tallerista irá dando indicaciones más explícitas para la construcción de esculturas, con adjetivos, palabras clave o imágenes mentales. La pareja se turnará para realizar cada una de ellas. Después de ello, divididos en parejas como se encuentran desde el inicio, deberán dialogar sobre algún recuerdo que les causa malestar, alguna memoria que al pensar en ella se sientan tristes, molestos o asustados, y reflexionar por un momento sobre cuál es o fue el punto más alto de ese momento, el más aterrador, el más triste, el preciso instante en el que todo salió mal, y sólo recordarlo les hace sentir molestos. La pareja se dirá en secreto, al oído, ese momento en el que pensaron, y a continuación se procederá a la realización de la nueva escultura: A realizará la escultura con el cuerpo de B, y posteriormente, B trabajará su recuerdo con el cuerpo de A.

Al concluir las dos esculturas y aún en silencio, ambas partes del equipo volverán a sus posiciones iniciales, uno frente al otro, viéndose directamente a los ojos harán tres respiraciones profundas, para luego integrarse con el resto del grupo en un pequeño círculo debate de retroalimentación. El tallerista deberá rescatar los puntos más importantes, como las emociones que surgieron al recordar ese episodio no grato de sus vidas, qué tan difícil fue externarlo con su compañero, y cómo fue servir de arcilla para externar físicamente la experiencia del otro.

---

---

Para este punto, el grupo ha comenzado a sumergirse en una atmósfera de confianza y comodidad con los otros integrantes. A partir de ese momento, será necesario no soltar la dinámica en conjunto.

---

#### **Ejercicio 4.**

---

##### *Ejercicio rítmico.*

Siguiendo la línea dinámica, se reunirá al grupo nuevamente en un círculo. Ya que se ha calentado el cuerpo y la percepción, se trabajará también el ritmo y la espontaneidad. El objetivo será la formación de una orquesta, pero los instrumentos de cada músico son sus propios cuerpos, sus manos, piernas, sus voces.

El tallerista seleccionará a un participante, puede ser incluso un voluntario, si es que al ánimo del grupo se ha elevado lo suficiente. Le solicitará a este participante que comience a emitir un sonido, el que él desee, y con el elemento que elija: su pie golpeando el piso, su mano dando palmadas en su pierna, la emisión de una vocal, puede ser cualquier sonido que le sea cómodo y con una calidad específica. A continuación, mientras el primer alumno continuó con el ritmo base, otro de sus compañeros repetirá el mismo proceso y complementará el primer sonido. De esta manera, el resto del grupo se integrará a la orquesta, con un sonido único, diferente y complementario, sin indicaciones explícitas, sino sintiendo a sus compañeros, las disposiciones en las que se encuentran, el sentido que le otorgan a su sonido, y cómo, todo ello, construye un cuerpo sonoro que supera a la individualidad.

Cuando todos los integrantes se han unido al conjunto, entonces se iniciará el proceso de vuelta, comenzando por la última persona que se integró, guardará silencio, detendrá el sonido. Los alumnos deberán estar atentos a la persona que comenzó el sonido antes y después de ellos, pues el orden no podrá variar. Se experimentará un sentimiento de libertad y unidad con sus compañeros, y estará acompañado por el descubrimiento de la belleza de los pequeños ensambles, realizados por ellos mismos.

---

## **Ejercicio 5.**

### *Danza de 5 ritmos.*

Continuando con la secuencia rítmica del anterior ejercicio se llevará al grupo a un nuevo juego, que involucrará su cuerpo, mente, y toda su percepción abierta. Para esta parte será necesario contar con un espacio amplio, y con condiciones pertinentes, necesarias para una clase escénica; es decir, una superficie amable, es decir, no áspera, raposa, o con astillas, sino un suelo liso, y si fuera posible de duela, con la menor cantidad de mobiliario.

En este momento el grupo ha despertado su musculatura, y su sistema de alerta, ha entrado en calor, y se encuentra dispuesto y despierto para llevar las actividades a un nuevo nivel. Resultará muy importante el aspecto musical, la elección deberá ser pertinente, y de una duración adecuada, para que el resultado sea el esperado. Puede ser una composición en conjunto, la unión de varias melodías, cuya sensación sea la que refleja cada ritmo. Por ejemplo, para Caos la canción debe ser explosiva, con una sensación casi violenta.

Ruiz (2019, P. 01) explica que la Danza de 5 ritmos representa los fundamentos del trabajo espiritual y corporal desarrollado por la bailarina y terapeuta, Gabrielle Roth. Son estados que guían la forma del *Ser*, planos de conciencia, o lugares a donde se desea viajar, todo terreno espiritual, físico o emocional. Constituye una práctica de meditación en movimiento. La relación del cuerpo y la respiración, en gran medida, la experiencia a vivir.

Gracias a los 5 ritmos, existe una liberación de nociones fijas sobre lo que rodea a las personas, los objetos, el espacio, o incluso las ideas que su mente contiene. De esta manera salen a la luz los recuerdos más escondidos, y así mismo se revela una nueva forma de expresar creativamente, más acercada al arte, las sensaciones de violencia, de inseguridad, de vulnerabilidad o de agresividad, ansiedad, los límites corporales en general. La secuencia

---

---

representa los ciclos de nacimiento del espíritu, la muerte y la renovación. La base se rige en el poder auto curativo.

La Danza de 5 ritmos transita por una secuencia denominada "Ola".

- Fluido: representa el primer estadio de la Ola. Su línea son los movimientos que no se detienen, que no se entorpecen, que van hacia una dirección, y sin detenerse, cambian su destino. Se trata de figuras llenas de gracia, el impulso de la verdad interior, ondulaciones con el torso y las extremidades, que permiten descubrir hacia dónde se dirige el flujo de la energía. Es el flujo perfecto para comenzar a responsabilizarse de cuerpo, controlarlo y atender al espacio que lo rodea, y cómo este permea sobre las sensaciones corporales. La música para esta parte debe seguir el mismo patrón, una melodía que impulse la continuidad y la tranquilidad del movimiento, dando la sensación de ser *viento*.

- Lírico: es el segundo estadio. Habla sobre la síntesis y la integración. Es, en cierta forma, una continuación del ritmo anterior, pero mientras el Fluido se mantiene en el piso, el Lírico va un paso más allá, este se desarrolla con el centro de energía siempre arriba, la sensación es de elevación, como si una fuerza externa los jalara de la coronilla y, por ende, el resultado es un estiramiento estético del cuerpo, tanto columna como extremidades. La imagen de un bailarín de ballet sería la adecuada para crear una sensación desde el interior. Este ritmo se compone de saltos, y del, constante, deseo de abandonar el piso, despegar y mantener la mayor cantidad de tiempo posible en el aire. Durante esta secuencia se trabaja el desapego, soltar todas aquellas ataduras que acomplejan, que desestabilizan la confianza, y que al mismo tiempo altera la percepción de la realidad y las relaciones sostenidas con los otros.

- Estacato: el siguiente estadio. Se caracteriza por componerse de movimientos rectos, contundentes y llenos de fuerza, y energía. Representado por el elemento Fuego, de manera espiritual; es considerado el ritmo de la entrada al corazón, y, en cuestión de personalidad, es el gobernante de la parte guerrera, la que es lineal y lucha, la clara verdad. Se trata de esa parte de la personalidad que defiende lo que más le interesa, sus gustos, lo que en verdad

---

---

importa. Y es entonces, gracias a las direcciones precisas, que llevan los movimientos, que el subconsciente se libera de la confusión, los conflictos se presentan de manera más clara, y de la misma manera, las soluciones. Los verdaderos deseos, y la culpa se alejan gracias a la franqueza con que se elige.

- **Caos:** siguiendo con la línea del cuerpo expresivo, fuerte y vivo, se transita al cuarto estadio, al cuarto ritmo, la liberación. Liberar totalmente a la mente y al cuerpo. Se caracteriza por los movimientos rápidos, lo más veloces posibles. La sensación es de desprendimiento corporal, la columna, la cabeza piernas y brazos. Es una completa explosión de energía. Es uno de los pasos más importantes, y de los más difíciles, la transición del pensamiento negativo *no puedo*, al *hacerlo*. Llevar los cuerpos al límite, más allá de la pena, de los acortamientos musculares o mentales, más allá del cansancio. La práctica del *Caos* atrae a las personas a su propio cuerpo irremediamente, y los sitúa en el momento presente. La experiencia es real. Es deshacerse del miedo, encontrarse con lo desconocido sin temer. Dentro del momento aparentemente incontrolable, la mente encuentra un estadio de relajación. En este momento todos los elementos se juntan, se mezclan y conviven con el ritmo. Entre más profunda sea la vibración, la fascinación es mayor, por los sonidos, por las figuras, por las posibilidades, hasta entonces desconocidas, que el cuerpo aborda. El objetivo es "explotar para después reunir los trozos que quedan".

- **Quietud:** finalmente se llegará al último ritmo. La llegada de la paz y la compasión humana. La prueba consiste en controlar toda la energía que se derramó en el ritmo anterior, no con la intención de obstruir su circulación, o de encarcelarla, sino de aprender a direccionarla. Todo lo que la persona expulsó anteriormente, vuelve a ella, en oxígeno, respiración y la sensación viva de la musculatura, trabajada, latente en su presencia. Es una acumulación de experiencias, y ello devela la sabiduría interior.

Es la oportunidad de ser conscientes y humildes, con respecto al final del recorrido. Es el momento, también para recapitular lo vivido y agradecer. La responsabilidad supone pereza y, de esa manera el estudiante comienza su

---

---

nuevo ciclo de manera limpia. Este ritmo representaría la vejez de una vida humana, crea una conexión entre lo real, y lo que podría considerarse un sentir mágico. En este punto, es necesario que el tallerista otorgue al grupo el tiempo necesario para el agradecimiento y la aceptación del ejercicio y, poco a poco, introducirlos a la siguiente serie de ejercicios.



**Figura 15.** Gabrielle Roth explicando la *Wave Dance*, 2004.

---

## **Ejercicio 6.**

### *Ejercicio secuencia de Teatro Imagen.*

Tratando de mantener el nivel energético, y de concentración que se obtuvo en el ejercicio anterior, se direccionará a los estudiantes a una nueva secuencia, retomando los elementos trabajados desde el inicio del taller. Se hablará sobre la temática de violencia, miedo, inseguridad o frustración, aprovechando que la percepción de los alumnos se ha incrementado, y se encuentra en un estado de alerta extrema. El grupo entero funcionará como una unidad de acción. El tallerista seleccionará, desde su criterio, a aquel que se desempeñará en el papel de escultor. La consigna que recibirá será la elaboración de una escultura, con la mitad del grupo como su arcilla, la temática deberá abarcar un conflicto, o necesidad que él perciba como riesgosa, en su entorno escolar. A partir de esa idea, modelará la representación física, cuando haya terminado su trabajo, en silencio, y sin ningún tipo de indicación verbal, el grupo podrá sostener un diálogo sobre las impresiones generales, qué es lo que está mal en la imagen, en materia de lo moral y valores humanos. La discusión no deberá durar más de unos minutos. A continuación, la escultura volverá a formarse y la segunda mitad del grupo, que había quedado como espectador, podrá acceder a la composición y modificarla hasta que la imagen represente el conflicto general, desde el punto de vista de todos. Cuando eso ocurra, será el momento de iniciar el movimiento; el primer paso recaerá en la construcción de dos Esculturas más, la anterior a la original, y que sigue a tal momento climático, es decir: tendremos el antes, el durante y el después de un acto violento. Cuando las tres imágenes estén construidas, entonces se podrá establecer un puente de movimiento entre ellas, formando enlaces, puntos de unión, y obtener así una secuencia bien formada, por la que se podrá transitar. Lo importante de este paso, es la

---

oportunidad de estudiar las causas y consecuencias del momento en el que la opresión se hace presente. Cuando la secuencia haya sido construida, completada y estudiada, existirá la posibilidad de crear una cuarta forma, una escultura en que los integrantes estarán obrando de forma correcta, mostrará la mirada utópica de la vida social, desde el punto de vista de los estudiantes, y desde su sentir como individuos, y como miembros de la comunidad. Seguirá el mismo proceso de la escultura original. El objetivo es reflejar el ideal del grupo, en colectivo. Cuando se obtengan las dos imágenes en contraposición: la realidad y lo correcto, el siguiente paso será la búsqueda de una solución.

De la misma manera en la que se ha estado trabajando, imagen por imagen, como si se editaran los fotogramas de un video, se deberá estudiar, en la escultura original qué es lo que originó la catástrofe del resultado, dónde pudo afectar cierta acción, cierta actitud, cierta elección. Y a partir de esas pequeñas modificaciones, observar, cómo el resultado se torna diferente, y si es posible, esperanzador.

Al finalizar la actividad es importante que el diálogo no se pierda, ni se olvide. Rescatar el "darse cuenta", desde la mirada de los jóvenes, y cómo se sienten al respecto, qué aspectos les modificó emociones o pensamientos ya establecidos, si los ha transformado de alguna manera, y cómo.

---

## Ejercicio 7.

### *Sesión Psicodrama Simulado.*

Siguiendo la línea creciente de la temática social, y sumando al ejercicio anterior, nuevamente en grupo, el tallerista elegirá a un integrante, diferente al anterior escultor. La elección puede estar relacionada con el desarrollo de la actividad que antecede, de acuerdo a ciertas reacciones o comentarios. Puede elegir a cierto integrante que haya vivido de forma muy superficial la exploración anterior, pero al final, quedará a consideración del tallerista que ha estado trabajando con el grupo.

Después de que el nuevo participante ha sido elegido, el grupo volverá a dividirse, pero en esta ocasión, el equipo que había participado como público, ocupará el lugar más activo, y viceversa, el equipo que fungió como arcilla para las Esculturas, se posicionará en el lugar de público. Dentro de un diálogo abierto y envuelto en el ambiente de respeto que se ha formado en el grupo, el tallerista solicitará al protagonista elegido que retome el recuerdo de opresión que eligió en el tercer ejercicio, durante la *Exploración de escultor* en parejas. Además de traerlo nuevamente a su memoria, será de suma importancia que busque los detalles de los sucesos, físicos y emotivos. El equipo que desempeñará el papel de público deberá colocarse en forma de media luna, para delimitar el espacio del escenario y, al mismo tiempo, abrir la percepción y la posibilidad de verse al rostro, los unos a los otros. El equipo que representará al elenco se posicionará en el espacio previamente delimitado como escenario. El tallerista solicitará a todo el grupo que cierren los ojos, mientras el protagonista narra por primera vez su experiencia a detalle. Podrá extenderse tanto como haga falta, al finalizar, él y sus compañeros abrirán los ojos y comenzará la dinámica: el equipo de actores tendrá cinco minutos para decidir

---

---

quién representará cuál papel, no importando que los personajes mencionados explícitamente sean menos que el número de actores, pues tendrá libertad para agregar características o personajes secundarios. De la misma manera, si los actores son menos que el *cast*, podrá resolverse con doblar papeles. La función del público será la de poner atención, y convertirse en la caja de resonancia.

La dramatización se dividirá por secciones, o bloques, dictados por el protagonista como narrador: describirá la primera parte del conflicto, que puede ser la de planteamiento, e inmediatamente después, comenzará la acción por parte de los actores, su deber será tratar de interpretar el relato lo más fidedignamente posible, pues el objetivo central residirá en que, tanto el público como el protagonista, observen la transformación de un recuerdo, llevado a la acción. Este momento podrá ser de choque para aquel que dirija el relato, pero deberá mantener la compostura y no interrumpir el ejercicio. Cuando la acción de sus compañeros concluya, el protagonista proseguirá con la siguiente parte de la anécdota, y así sucesivamente.

Más tarde, cuando la narración y la representación hayan llegado a su fin, se abrirá un nuevo diálogo, en el que tanto público como elenco, dimensionarán quién de los personajes se identificó como el antagonista, propiciando la agresión, violencia, o represión, desde el punto de vista del protagonista. Esto deberá ser un debate diplomático, sin la menor intención de juzgar, o justificar sin fundamentos, sino todo lo contrario: los comentarios deberán tener una base sólida y argumentada. El objetivo de esta fase es que los participantes se den cuenta de que se están enfrentando con problemas sociales, en los cuales el choque es ocasionado por fuerzas humanas que, muchas veces, no son del todo conscientes de su daño. En una problemática de índole humanista, casi nunca existe una *víctima* y un *victimario*, como tal, pues cada uno presenta los motivos ocultos que llevan a accionar. Cuando el diálogo concluya, el tallerista pedirá al equipo que vuelva a escena, pero esta vez, al conocer la historia en su totalidad, y al haberla analizado, tratarán de conducirla de la misma manera, sin cortes, hasta que reciban la indicación explícita de detenerse, por parte de alguno de sus compañeros que se encuentran en el público. Estos últimos

---

---

recibirán sus indicaciones pertinentes: en el momento en el que alguno lo decida, podrá detener la escena, diciendo la palabra *Stop*, de forma fuerte y clara. El grupo que está en acción deberá obedecer, realizar un paro total a las acciones realizadas y mantener una posición congelada, sin importar en qué lugar se encuentren. El alumno que detuvo la escena podrá relevar al compañero que él desee dentro de la composición, y dar un aplauso para continuar la escena. El alumno relevado tomará su nueva locación dentro del público. La escena, ya reanudada no deberá ni podrá continuar con el rumbo que llevaba, pues el nuevo integrante accionará de manera distinta, tomará otras decisiones y, por ende, el rumbo de la anécdota se verá modificada.

Es muy probable que no baste con un solo cambio de elenco para conseguir el resultó esperado, el final de reconciliación o ausencia de conflicto como el que se busca, puesto que la problemática social se compone de varios factores. Así que el juego de *Stop*, explicado anteriormente, podrá aplicarse en tantas ocasiones como los alumnos lo consideren. El objetivo es presenciar la transformación viva de una situación riesgosa o vulnerable, tomar conciencia de las pequeñas acciones que son necesarias para cambiar el rumbo de lo que muchas veces se considera agobiante.

De esta manera, combinando una sesión psicodramática simulada, y una sesión de Teatro Foro, el grupo completo se sumergirá en un proceso de transformación, por el sencillo acto de accionar, crear y transformar en el escenario. La resonancia del público será, en este ejercicio, más percibida que en los anteriores, pues tendrán su oportunidad de intervenir, a partir de lo que sienten.

---

## **Ejercicio 8.**

### *Desarrollo de la intervención con Teatro Invisible.*

Este podría ser considerado el punto más alto del taller. Presentará la culminación y exposición del trabajo llamado anteriormente. El grupo en conjunto, como se ha estado manejando, representando una unidad sólida de apoyo elegirá un tema, relacionado con los que previamente se vieron. Este tema deberá ser seleccionado, tomando en cuenta si es un conflicto que involucra a todos o la mayoría de la población estudiantil. Si ellos consideran que representa un conflicto al que todos deberían presentar atención y si, desde su punto de vista, es una problemática que podría tratarse o resolverse con métodos vistos en el programa del taller; esto es, si se trata de un conflicto humano y está en su deseo la solución. Puede ser, por ejemplo, el acoso normalizado hacia las mujeres, la violencia hacia ciertos individuos por sus creencias o preferencias sexuales, posición económica o cualquier otra causa parecida, la deserción de las escuelas por complicaciones económicas o quizá por indicios de violencia familiar o, incluso, podrá abordarse el tema de abuso de alcohol y sustancias adictivas y nocivas para la salud.

Para este ejercicio será necesaria la autorización de la institución, para realizar la dramatización en público. También se requerirá su total discreción, pues el evento de montaje deberá ser desconocido para todos. Ahora la audiencia será el resto de la escuela, aunque serán ignorantes de su condición. La preparación de la escena se construirá de manera parecida a como se ha estado trabajando a lo largo del taller: surgirá un debate, se elegirán a los actores y su papel determinante en la escena. No todos los alumnos del taller tienen que participar activamente como actores, en realidad, lo más ideal sería que cierto número de estudiantes se mantuvieran como espectadores anónimos de la acción y de las

---

reacciones que puedan suscitarse en el público, el cual ignorará estar frente a una puesta teatral.

La escena deberá ensayarse previamente en el aula, a resguardo, pues las actuaciones no tendrán que ser exageradas, grandes o excesivamente emotivas, sino que deben transmitir la sensación de cotidianidad. Podrá tratarse, por ejemplo, de una situación en la que uno de los jóvenes le falte al respeto a una de sus compañeras, frente a otras personas, ¿Cómo reaccionan los otros entes?, ¿ayudan o ignoran?, y lo más importante, ¿cuáles son sus comentarios después del suceso?, ¿es tan cotidiano que no le toman importancia?, ¿justifican al agresor? Todos los comportamientos normalizados, todos los comentarios emitidos, las burlas, las quejas, todo ello refleja la salud moral de la sociedad en la que los jóvenes se desarrollan, día con día. Refleja los comentarios que escuchan en casa, en la escuela o en la calle, y que han aprendido a ignorar.

Será una dramatización cuidada, tanto por el tallerista, como por los compañeros espectadores anónimos. Ante cualquier señal de violencia extrema, de cualquier clase y de cualquier emisor, la escena será detenida en su totalidad, es por ello que resulta sumamente necesario que la institución se encuentre enterada y presente, pero con cuidado de no entorpecer el experimento.

Cuando la escena llegue a su fin, el grupo no se reunirá inmediatamente, sino que se tendrá un tiempo de espera, de aproximadamente quince minutos, en los que deberán mantener los papeles, a la espera de que los compañeros, espectadores anónimos, recauden información. Al finalizar ese tiempo, el punto de encuentro será el aula, de manera discreta, silenciosa y respetuosa, pues el ejercicio nos acaba en ese punto, sino que se elonga. Por lo anterior, es importante no perder la concentración.

---

## Ejercicio 9.

### *La serpiente de cristal y masaje colectivo.*

Después del impacto vivido en el ejercicio de Teatro Invisible, será necesario aterrizar las emociones que podrían resultar vulnerables. El "darse cuenta" es un proceso complejo, confuso, y a veces doloroso. Antes de intentar externar todo el cúmulo de emociones que quizá se ha desatado de manera verbal, un ejercicio para volver al presente, con el grupo, el cuerpo, y el espacio, será lo más adecuado.

El tallerista solicitará al grupo que caminen por el espacio, en silencio, realizando un escaneo silencioso y personal de lo antes ocurrido. Cuando él lo indique, el grupo se detendrá y el coordinador emitirá una nueva indicación: los alumnos tendrán que cerrar los ojos y permanecer en sus lugares. El tallerista se acercará a cada uno de ellos, poco a poco, sin prisas y los colocará en una fila, un alumno detrás de otro. Aún con los ojos cerrados, les indicará en qué posición se encuentran y les solicitará que coloquen sus manos sobre los hombros de su compañero que tienen enfrente. Después de un momento comenzará el movimiento que el tallerista dirigirá. Los conducirá de esa manera, en fila y con formas ondulantes, como si conformara el cuerpo de una serpiente que explora su territorio. Ese será el momento adecuado para la narración de la leyenda que antecede el ejercicio: cuenta una leyenda, dentro del folklor chileno, que hace muchos años, antes de que los colonizadores arribaran al continente, vagaba por la tierra una serpiente de cristal, enorme, fuerte, hermosa y poderosa. Un día, la serpiente se rompió en mil pedazos, que se desperdigaron por el mundo. La leyenda también cuenta que, algún día, la serpiente recaudará cada una de sus piezas nuevamente, para consolidarse en su grandeza; retomará su poder, y será invencible. Se cree que la leyenda habla en realidad

---

---

del pueblo que, doblegado ante el dominio extranjero, fue dividido, pero que cuando logre unirse de nuevo, recordará su grandeza, recobrará su fuerza, y será invencible.

Durante el recorrido, los alumnos no deberán detener el contacto con los hombros de su compañero. Cuando el tallerista lo indique, la fila se detendrá; él los conducirá, a cada uno, a un lugar distinto del escenario y, más tarde, con los ojos abiertos, los estudiantes tendrán que buscar al compañero que tenían enfrente, hasta reconstruir la serpiente de cristal. Todo ello deberá realizarse aún en silencio, identificarse únicamente a partir del tacto.

Cuando la serpiente esté formada, por fin, será hora de la recompensa: un masaje en cuello, hombros, y espalda, suave, sin afán de lastimar, sino con el tacto agradable que se ha estado trabajando. La serpiente se convertirá en un círculo cerrado, un circuito de masajes. El objetivo será regresar a un estado físico y anímico mucho más ligero, que los alumnos se sientan acompañados y regresen a la paz y seguridad del aula, donde el taller se lleva a cabo. Después de no más de diez minutos, en ese mismo circuito formado, los alumnos perderán el contacto físico, darán el frente hacia el centro del círculo, y entonces podrán tomar asiento en el suelo.

---

## **Ejercicio 10.**

### *Círculo de retroalimentación.*

Este ejercicio representa la última estación del taller, el momento de relajar, soltar y visualizar, desde una nueva perspectiva, la actividad completa que se vivió.

De la misma manera en la que se comenzó el taller, va a concluirse en un círculo de retroalimentación, en el que se podrá recordar a los alumnos la importancia de sus opiniones, de sus puntos de vista.

Además de ello, el círculo es una figura que se ha repetido durante el proceso, en diferentes niveles, con distintas intenciones y diversos resultados. Es una forma recurrente dentro del ámbito teatral y artístico; pues rompe con la convención de escuela clásica o tradicional. El hecho de poder encontrarse con sus compañeros a la cara, el ser capaces de observarlos mientras emiten sus comentarios sobre lo ocurrido, tiende a hacerlo sentir acompañados.

Ya en el círculo, en el suelo, y sentados de la manera que más cómoda les resulte, llegará el momento en el que el cuerpo se relajará. El tallerista se unirá a la figura, y comenzando por la derecha, cada uno de los compañeros será libre para expresar cómo vivió la experiencia del taller. Puede ser desde el primer ejercicio o solo del momento que más les marcó, podrá hablarse de cuestiones técnicas, emitir dudas y, si es posible, resolverlas de manera colectiva. Es importante que el tallerista les recuerde la inexistencia de respuestas correctas o incorrectas.

La atención hacia el relato del otro, la empatía que se puede llegar a sentir, es ya un actor de renovación. Los alumnos serán capaces de observar los sucesos de una forma distinta, podrán comprender que existen más verdades que la suya, y son igualmente válidas, que no afecta sus derechos. Al mismo tiempo

---

---

que la empatía florece, se encontrarán con toda la fuerza, tomando en cuenta el poder que acumularon durante el taller y cómo fueron capaces de usarlo para modificar los sucesos que les hacían sentir incómodos.

El proceso de retroalimentación podrá durar lo que requiera el grupo en conjunto y, por supuesto, cada persona. Aunque será importante que el coordinador se mantenga atento a las reacciones colectivas y guíe al grupo a una escucha saludable, para que los integrantes no interrumpen el turno de sus compañeros.

Para finalizar, la persona que ha dirigido los ejercicios, dará una breve explicación de lo vivido, de la manera en la que se estructuró el taller, los objetivos específicos de cada parte, y el súper objetivo del conjunto.

Para finalizar, el tallerista dará las gracias, pedirá que los alumnos cierren los ojos una vez más, para que, de manera interna, puedan dar las gracias a todo aquello que necesiten, a sus compañeros, pero sobre todo, a ellos mismos por haberse permitido entrar en un proceso desconocido, por darse la oportunidad de ser valientes.

---

*Nota: listado de los ejercicios, juegos y dinámicas teatrales empleadas para la estructuración del taller*

## Conclusión

Dentro de los supuestos de esta investigación se encontraba que, las dinámicas y juegos teatrales incluidos en un proceso, y diseñados de manera organizada como lo es un taller, tiene un efecto positivo en el desarrollo emocional de los adolescentes pertenecientes a las preparatorias del municipio de Querétaro.

Para ello, se recurrió primeramente a la investigación documental histórica y teórica, donde se analizó el devenir de los hechos iniciados hace casi un siglo, en los que se desarrollaron los procesos pioneros que unían, de manera sistemática y explicada, las herramientas teatrales y los procesos terapéuticos, como se pudo observar en el primer capítulo, con el surgimiento del Psicodrama Tradicional y las primeras exploraciones de Jacob Levy Moreno, dio un excelente resultado en el trabajo con pacientes psiquiátricos. Posteriormente, la misma búsqueda de recursos para una vasta y creciente población, provocó que se ampliaran los horizontes y las expectativas, probando la misma dinámica fuera de los hospitales psiquiátricos; llevándola a las cárceles, los hospicios, orfanatos e incluso a las escuelas, donde la población estudiantil comenzaba a alzar la voz, en cuanto a necesidades emocionales se refería. A su vez, los capacitadores se volvían más: docentes, tutores, coordinadores de centros de ayuda, sobre todo en Estados Unidos y varias partes de Europa: Francia, Inglaterra, Viena, la educación emocional era vista, escuchada y atendida con seriedad y creatividad; su mejor carta para ello fue la formación artística, específicamente en teatro. Las necesidades de los individuos se volvieron colectivas, porque se descubrió que las acciones personales terminaban por afectar el tejido social, la colectividad. Cada persona es diferente, e indudablemente, cada grupo lo es, por lo que las estrategias se vieron forzadas a diversificarse, es entonces que surgió el

*Psicodrama Simulado*, o Psicodrama en el Aula, en donde se buscó la integración de las posibilidades teatrales al sistema educativo, para fortalecer las habilidades, actividades y aptitudes de los grupos, así como el trabajo en el desarrollo de la empatía y el de su juicio moral.

La aceptación de la diversidad ha demostrado ser un catalizador para la sanación de los conflictos sociales y el reforzamiento de una buena convivencia, de la comunidad estudiantil.

Tal fue el éxito en el sector de salud y educación, que, en los años 60, Boal se atrevió a llevar la experimentación mucho más allá. Al ser testigo de las injusticias sufridas por su pueblo, en Brasil, utilizó como arma lo que mejor sabía hacer: teatro. Su trabajo de alfabetización con campesinos y personas de escasos recursos no sólo revolucionó la forma de protesta social, sino que arrasó con nuevas tendencias teatrales, y le hizo saber a la clase obrera y trabajadora que el arte, el teatro, no era una cuestión de estatus o posición económica. Aprendió y predicó que el valor de experimentar en la escena, se transpola a todos los aspectos de la vida y eso transforma.

En ambos capítulos, resultó una experiencia grata conocer procesos enriquecedores para el desarrollo humano a través del entrenamiento teatral.

En el municipio de Querétaro, gracias a la documentación pública, se localizaron los principales focos rojos en cuanto a conflicto social y educación emocional. El gobierno demostró, en los últimos años, un interés especial por la implementación de las artes dentro de las aulas de clases, y su argumento fue el gran potencial descubierto en el desarrollo del estudiante. La sociedad comenzó a observar, por primera vez, que las características emocionales del individuo, eran parte del deber de la sociedad, de la comunidad que lo acogía. Así, pues, la hipótesis de esta investigación se ve respaldada; no sólo ha sido suficiente educar en matemáticas, física u otras ciencias exactas, también es necesaria la empatía, la solidaridad, la comprensión de las emociones, propias y ajenas para el diálogo

adecuado y congruente, para la lucha contra la violencia y el enriquecimiento de la humanidad.

El producto final de este trabajo de tesis fue el diseño específico de un taller de teatro, proveniente de la investigación presentada, donde se conjuntaron elementos de entrenamiento teatral, como lo son juegos, dinámicas, debates, presentaciones e improvisaciones grupales. Todo esto presentado dentro de una estructura progresiva, que ayudará al desenvolvimiento individual y colectivo, dirigido especialmente para el sector estudiantil de las preparatorias. De esta manera se expone que se cumplió el objetivo; es posible diseñar un taller, que conjunte las herramientas teatrales, de exploración escénica, para su uso dentro del ámbito social y escolar.

Uno de los puntos más sobresalientes, de los más rescatables en esta investigación, es la razón por la que las personas buscan actuar en el escenario, la metamorfosis frente a un espectador. Y es que el fenómeno está, muchas veces, alejado de la sed de fama, la búsqueda de la aprobación externa o engrandecer el ego. Casi siempre tiene que ver con los retos personales, con vencer los miedos que paralizan, probar grandeza ante ellos mismos, y recordar el valor que poseen. Hacer teatro ha sido siempre un acto terapéutico, por su combinación creativa, con el juego y la responsabilidad, con la espontaneidad y la solidaridad; el darse cuenta de lo importante que es una persona, como individuo, y lo imprescindible que resulta la relación con el otro. Hacer teatro ha formado parte de la vida de las personas desde su nacimiento, de manera consciente o inconsciente, y podría considerarse una de las mayores utopías: el balance perfecto para enseñar a coexistir.

## Bibliografía

- Boal, A. (2002). *El Arco Iris del Deseo* (Primera ed; J. Cabezas Moreno, ed.). Barcelona, España: Alba Editorial, s.l.u.
- Censo de Población y Vivienda 2010 Y Encuesta Intercensal 2015. (2015). *Población de 15 años y más, según su nivel de escolaridad*.
- Chesney-Lawrence, L. (2013). Las teorías dramáticas de Augusto Boal. *Volume 26 Número 26*, 25–55.
- Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones de los Hogares. (2016). Prevalencia de la violencia, por tipo de violencia y agresor entre las mujeres de 15 años, y más a lo largo de su vida. *INEGI*.
- Fernandez, M. L., & Montero, I. (2012). *El Teatro Como Oportunidad* (Primera ed; J. Garriga, ed.). Barcelona, España: Rigden Institut Gestalt.
- Greenberg, I. A. (1982). *El Psicodrama Analizado*. Buenos Aires: Ediciones HORME S. A. E.
- Hawley, R. C. (1981). *Cómo Dirigir Psicodrama en el Aula* (Primera ed; A. Cruz, ed.). D.F. México: Editorial Pax-México.
- López-Barbera, E., & Población, P. (2012). *Apuntes de Psicodrama Moreniano*. 28.
- Moreno, J. L. (1914). *Invitación a Un Encuentro*.
- Moreno, J. L. (1995). *Psicodrama*. Buenos Aires: Editorial Horme.
- Nuño Mayer, A. (2016). Propuesta Curricular para la Educación Obligatoria 2016. *Secretaría de Edación Pública*, 26, 44, 47, 48, 155.
- Pacó Vila, D. (2014). *Una introducción a la terapia gestalt* (Terapiados, C. de P. y T. Gestalt, & E. Valencia, eds.).

Ruiz, L. (2019). *Danzando 5 Ritmos*.

Secretariado Ejecutivo del Sistema Nacional de Seguridad Pública. (2018). *Delitos en el Municipio de Querétaro por Trimestre 2016 - 2018*.

Stavans S., O. (1992). *Psicoteatro* (Primera ed). México D.F.: Editorial Gali.