



Universidad Internacional de La Rioja
Facultad de Ciencias Sociales y Humanidades

Máster Universitario en Gestión y Emprendimiento de
Proyectos Culturales

**Diseño de intervención: taller de teatro «Todos
podemos actuar» para mujeres en rehabilitación
del Centro Aciacrist en Lima, Perú.**

Trabajo fin de estudio presentado por:	Gianella Sairitupac López
Tipo de trabajo:	Propuesta de Intervención
Director/a:	Francisco Javier Gomariz Zarapico
Fecha:	02/02/2022

Resumen

La presente investigación trata de acercarnos al estudio de la intervención del teatro en un proyecto social. Y así, diseñar una propuesta basada en los elementos sustanciales y técnicas del teatro como vehículo para educar las competencias socioemocionales de mujeres en rehabilitación de la Casa Aciacrist ubicada en Barrios Altos, Lima, Perú. La propuesta permitirá descubrir de qué manera el teatro contribuye en el proceso de su desarrollo integral y comunicativa de las participantes. De este modo, las referencias se basan en el «teatro del oprimido» de Augusto Boal y dinámicas del «teatro testimonial», donde se utiliza la teatralidad y temas relacionados a la propia identidad. Para ello, utilizaremos una metodología colaborativa y cooperativa que permitirá elaborar sesiones para el taller de teatro, cuyo nombre será «Todos podemos actuar», puesto que son ejercicios pensados para participantes con un rango de edad entre los 14 a 50 años.

Palabras clave:

Teatro, intervención, proyecto social, desarrollo integral, pedagogía teatral

Abstract

The present investigation tries to approach the study of the intervention of theater in a social project. And thus design an intervention proposal based on the substantial elements and techniques of theater as a vehicle to educate the socio-emotional competencies of women in rehabilitation of the Aciacrist House located in Barrios Altos, Lima, Peru. The proposal will allow to discover how theater contributes to the process of integral and communicative development of the participants. The references are based on Augusto Boal's theater of the oppressed and dynamics of testimonial theater where theatricality and themes related to their own identity are used. We will use a collaborative and cooperative methodology that will allow us to elaborate sessions for the theater workshop whose name will be "We can all act" since they are exercises designed for participants with an age range between 14-50 years old.

Keywords:

Theater, intervention, social project, integral development, theatrical pedagogy

Índice de contenidos

1. Justificación	9
2. Objetivos de la investigación	10
3. Marco teórico.....	11
3.1 El teatro aplicado	11
3.1.1. El teatro del oprimido.....	13
3.1.2. Teatro imagen.....	15
3.1.2.1. Teatro imagen (TI): la imagen como alternativa al lenguaje verbal	16
3.2. El teatro testimonial	16
3.2.1. Teatro y testimonio	16
3.2.1.1. Características del teatro testimonial y teatro documental	17
3.2.2. Testimonio e identidad.....	18
3.3. Elementos sustanciales del teatro	19
3.3.1. El mundo interno de la interpretación del actor.....	20
3.3.2. La observación	20
3.3.3. Los sentimientos.....	21
3.3.4. La imaginación	21
3.3.5. El cuerpo y la voz	22
4. Estado de la cuestión	25
5. Metodología	32
5.1. Diseño de la intervención	32
5.1.1. FASES	32
5.1.1.1. Fase I.....	32
5.1.1.2. Fase II.....	33
5.1.1.3. Fase III.....	33

5.2.	Cronograma de la propuesta de intervención.....	35
6.	Desarrollo y Aplicación.....	38
6.1.	Resultados.....	38
6.1.1.	Sesión 1: Nos conocemos	39
6.1.2.	Sesión 2: Explorando nuestro cuerpo.....	41
6.1.3.	Sesión 3: Juego y creatividad con el cuerpo.....	45
6.1.4.	Sesión 4: Concentración y confianza	47
6.1.5.	Sesión 5: Las caminatas	49
6.1.6.	Sesión 6: Expresión verbal.....	53
6.1.7.	Sesión 7: El testimonio	55
6.1.8.	Sesión 8: Sueños y lugares favoritos	58
6.1.9.	Sesión 9: Un acercamiento a la escenificación testimonial	61
6.1.10.	Sesión 10: Los objetos de memoria personal.....	63
7.	Conclusiones.....	66
8.	Limitaciones y Prospectiva	69
	Referencias bibliográficas.....	70

Índice de figuras

Figura 1. Primera visita en el espacio.	34
Figura 2. El espacio.	34

Introducción

La motivación para hacer esta investigación consistió en comparar, indagar y proponer un diseño propio que englobe el teatro y el trabajo social. A lo largo de los años, he podido visualizar lo que genera el teatro en las personas: los espectadores asisten al teatro y observan una puesta de escena que desencadena emociones, reflexiones, sorpresas y, sobre todo, un mensaje. Sin embargo, ellos no pueden visualizar el proceso de los actores involucrados que muestran el producto final. ¿Qué sucede con el proceso creativo? Es interesante indagar el propio proceso de cada actor o *performer*.

El teatro no solo regala esa convención entre el actor y el público, sino que quien lo descubre encuentra una magia a través de la creatividad, el juego, la escucha, la observación y el juego de roles, lo cual produce cambios positivos en la formación integral del ser humano. Siendo así, elegí partir desde mi propia experiencia como actriz y docente, pues mi trabajo me ha permitido construir distintos personajes que han sido muy parecidos o distintos a mí. Distintos personajes de los cuales he aprendido, debido a sus peculiaridades en sus formas de pensar, comportarse y ver la vida.

El teatro me ha regalado esa oportunidad, de trabajar en convivio con otras personas y no estar sola. Esto me lleva a reflexionar lo siguiente: ¿Todas las personas pueden acceder a un taller de teatro? La respuesta es que no todos tienen esa oportunidad. De esa forma, en una ocasión visité un centro de rehabilitación cristiano de alcohol y drogas llamado Aciacrist, ubicado en el distrito de Barrios Altos, Lima, Perú.

Los directores de aquel centro son el pastor Luis Martínez y su esposa, Maribel Guerrero. Ellos tienen como objetivo que las personas en rehabilitación puedan conocer un mensaje de esperanza acerca de Jesús. Debido a esto, promueven y respetan sus derechos humanos, les brindan talleres sobre prevención de uso indebido de drogas (y su recuperación); así como, charlas de desarrollo integral para quienes manifiesten conducta de dependencia de sustancias psicoactivas. Todo ello con la finalidad de mejorar su calidad de vida y contribuir con el desarrollo sostenible del país.

Cabe resaltar, que este centro está conformado por dos espacios totalmente divididos: uno de hombres y, otro, de mujeres. Solo las mujeres pueden entrar de visita al espacio donde corresponda su género. Esto lo realizan por un cuidado y como parte del proceso de

rehabilitación. En mi visita, compartí un mensaje de la Biblia y también parte de mi testimonio de vida a través de una representación corta. Ellas se quedaron atentas en todo momento, me comentaron que querían que regresara, que les transmití un mensaje y que les gustaría contar sus propias historias. A partir de estos acontecimientos, me pregunté: ¿Qué pasaría si estas personas llevan un taller de teatro? ¿Qué sucedería a través de ese proceso?

Para Boal (2001) todos somos actores:

Todo el mundo actúa, interactúa, interpreta. Somos todos actores. ¡Incluso los actores! El teatro es algo que existe dentro de cada ser humano y puede practicarse en la soledad de un ascensor, frente a un espejo, en un estadio de fútbol o en la plaza pública ante miles de espectadores. En cualquier lugar...y hasta dentro de los teatros. El lenguaje teatral es el lenguaje humano por excelencia, y el más esencial. Los actores hacen en el escenario exactamente aquello que hacemos en la vida cotidiana, a toda hora y en todo lugar. Los actores hablan, andan, expresan ideas y revelan pasiones, exactamente como todos nosotros en la rutina diaria de nuestras vidas (p. 21).

Boal (2001) nos resume que el teatro se puede realizar en cualquier lugar y que el lenguaje humano es primordial como punto de partida para el teatro, dado que es un espejo de nuestra realidad. Siguiendo esa misma línea, la siguiente investigación está dividida en cuatro capítulos. En el primer capítulo, se presenta el planteamiento de la investigación con la finalidad de que los lectores puedan conocer con profundidad la justificación, el tipo de investigación y los objetivos. En el segundo capítulo, que corresponde al estado de la cuestión y el marco conceptual, se muestran fuentes académicas significativas sobre el tema que involucra la intervención del teatro en proyectos sociales y las distintas técnicas teatrales y autores que han desarrollado el concepto de teatro social y aplicado. Se destaca así a los exponentes relevantes sobre el teatro social y los elementos sustanciales del teatro, con el fin de mostrar criterios que ayuden a nuestra argumentación.

Posteriormente, en el tercer capítulo se detalla el diseño metodológico que presenta un diseño de intervención donde se detallan las fases y el cronograma planteado con fechas de la propuesta. Finalmente, se presenta el capítulo de resultados donde se detallará la finalidad, la temática, los ejercicios que se llevarán a cabo y la actividad de cierre en cada sesión planteada.

1. Justificación

El trabajo que se presenta a continuación está basado en mi primer acercamiento a las mujeres del Centro de Rehabilitación Aciacrist. Como actriz y docente de teatro deseo indagar en cuáles son las técnicas de teatro adecuadas para educar las competencias socioemocionales de mujeres que se encuentran privadas de su libertad debido a su rehabilitación. Se justificará a partir de distintos autores, entre ellos, Augusto Boal, Stanislavski, y una de las vertientes del teatro como lo testimonial.

Existe muchas investigaciones que han utilizado la herramienta del teatro en la intervención, pero no para este grupo de personas mencionadas anteriormente. Es por ello, que me siento implicada en buscar nuevas metodologías que involucren la intervención social y el teatro para mejorar la calidad de vida y el desarrollo integral de este grupo de mujeres. Uno de los objetivos es que ellas puedan encontrar en el teatro las posibilidades de expresarse, conocerse, descubrir nuevos conocimientos del trabajo de un actor, como son el cuerpo y la voz en la escena. De este modo, las participantes tendrían un acercamiento a la construcción de un personaje, y disfrutarían del proceso creativo, puesto que no solo los artistas pueden llegar a ello, sino todos los seres humanos.

Al respecto, Trujillo (2021) sostiene que:

En el teatro social la técnica artística contribuye a un mayor conocimiento sobre sí mismo y sobre las realidades sociales vividas, es una herramienta, no un fin en sí mismo. Es decir, es social por su intencionalidad que es orientar las posibilidades de la creación teatral (la escucha, el ritmo, la concentración, la imaginación, la expresión corporal, verbal[...]) hacia un objetivo de comunicación, y de fortalecimiento de las comunidades y los/las sujetos.

2. Objetivos de la investigación

Objetivo general:

Diseñar una propuesta de intervención basada en los elementos sustanciales y técnicas del teatro como vehículo para educar las competencias socioemocionales de mujeres en rehabilitación de la Casa Aciacrist, ubicada en Barrios Altos, Lima, Perú.

Este grupo de mujeres se encuentra en un proceso privativo de su libertad y todas ellas realizan distintas actividades como tejer, manualidades, dibujo y pintura, alabanzas grupales y lectura compartida de la biblia. Por ese motivo, la investigación propone agrupar una serie de ejercicios teatrales donde las participantes puedan tener la experiencia de conectar con su lado creativo, imaginativo, su expresión corporal y trabajo grupal.

Objetivos específicos:

- Analizar el trabajo de distintos proyectos en donde esté involucrado el teatro en el trabajo social dirigido a distintos grupos de personas.
- Indagar en distintas metodologías que involucran los elementos sustanciales del teatro como vehículo de aprendizaje, considerando la proyección y creación de una pieza teatral como producto final de los participantes.
- Realizar una propuesta didáctica concreta de aplicación en un centro de rehabilitación para mujeres destinada a edades entre 14 años-20 años o 20 años a más, como proyecto de mejora del aprendizaje y el desarrollo integral.

Objetivos secundarios:

- Sugerir una serie de ejercicios teatrales orientados a todo tipo de edad que se puedan utilizar en talleres de teatro.
- Organizar sesiones para un taller de teatro donde se utilicen ejercicios del teatro testimonial, teatro del oprimido y juegos.
- Seleccionar ejercicios creados por Augusto Boal que aporten significativamente con las competencias socioemocionales de mujeres en rehabilitación.

3. Marco teórico

3.1 El teatro aplicado

Empecemos tomando el concepto de Pavis (2014): «La expresión inglesa es mucho más corriente que su traducción francesa. Uno puede «aplicar» el teatro en numerosos contextos: en la escuela, en comunidades, en prisiones, hospitales, o países «en desarrollo» (de ahí el nombre de *theatre for development*)» (p.330). Asimismo, Motos y Ferrandis (2015) plantean que «desde las dos últimas décadas del pasado siglo empieza a utilizarse en el ámbito anglosajón el término «teatro aplicado» para referirse al uso del teatro en otros escenarios y con otras finalidades distintas a las del teatro convencional» (p. 10).

Para Sierra (2020):

El término surge en Europa, pero no podemos dejar de lado el concepto de Teatro Social que ya se manejaba desde años precedentes en países latinoamericanos y que antecede al término compuesto Teatro Aplicado que parte de Europa, por lo que propongo manejarlos como sinónimos, ya que parten de la misma preocupación y necesidad social. Señalemos también algo que no se puede dejar de lado, la profesionalización del teatro, al menos en México, es muy reciente, existen aún estados mexicanos donde ni siquiera se cuenta con escuelas superiores específicamente de teatro, así que las manifestaciones nacen desde el núcleo familiar o en las escuelas de nivel básico gracias a la educación artística. Lleguemos al punto en que personas interesadas en el arte y la cultura como movilizadores de conciencias, que no han estudiado teatro de manera formal, hacen uso de él para tratar ciertos temas que llegan mejor al público a través de una obra de teatro. Por ello, el Teatro Aplicado o el Teatro Social surge entonces de una necesidad social, desde distintas profesiones que nada tienen que ver con el teatro (p. 5).

De acuerdo con lo sostenido anteriormente, nos damos cuenta de que el Teatro Aplicado puede lograr una comunicación efectiva y una profunda reflexión de los implicados. Su característica principal es que presenta una visión y no necesariamente divierte o entretiene.

De igual manera, Motos y Ferrandis (2015) sostienen que:

El teatro aplicado ofrece una visión sobre la creación teatral que tiene lugar en comunidades de todo el mundo. Celebra el don de la práctica que tiene lugar en entornos diferentes y a veces poco glamurosos: prisiones, escuelas, albergues para personas sin hogar, residencias para ancianos y en la calle. (p.10).

Motos (2015) menciona tres rasgos fundamentales que definen en esencia lo que sería el teatro aplicado: la intencionalidad, la hibridación y la alteridad. La intencionalidad sería la influencia del teatro en la actividad humana planteando asuntos y problemas que cierto grupo quiera resolver. Este se da fuera del discurso teatral, ya que en la mayoría de los casos de teatro aplicado hay participantes mas no espectadores. Todo esto con el fin de generar un cambio. En cuanto a la hibridación, el autor se refiere a la práctica interdisciplinaria del teatro mezclado con algo más. La alteridad vendría a ser que el teatro aplicado está enfocado en el otro, ya sea en un individuo o comunidad y sociedad.

Finalmente, los ocho principios de teatro aplicado que lo guían, según Philip Taylor (2003) son los siguientes:

1. El TA es una investigación a fondo. Su método de trabajo consiste en investigar asuntos concretos en contextos precisos, teniendo en cuenta que no se pueden trasladar proyectos de intervención ideados para una situación dada y aplicarlos a otra particular en un contexto diferente.
2. El TA busca lo incompleto. Es ante todo un espacio de acción que se vale de las técnicas de representación con el propósito de analizar y buscar alternativas de cambio ante situaciones sufridas como exclusión o, simplemente, sufrimiento, marginación, privación, o de simple insatisfacción, para dar voz a aquellas personas o colectivos a quienes les ha sido arrebatada.
3. El TA plantea como alternativa algunas narrativas posibles. Y estas están alentadas por la esperanza del cambio, por la pedagogía liberadora. En este sentido, es completamente válido lo que afirma Boal (2004):

La meta del teatro del oprimido no es llegar al equilibrio tranquilizador, sino al desequilibrio que conduce a la acción. Su objetivo es dinamizar. Esto se consigue a través de la acción concreta, en escena: ¡el acto de transformar es transformador! Transformando la escena me transformo (p.26).

4. El TA está orientado a las tareas. Su campo es la actuación/reflexión orientada a la acción.
5. El TA plantea dilemas. Los espectáculos y actividades de teatro aplicado no tratan de dar respuestas concretas. Cada individuo o colectivo ha de encontrar las que les sirvan para su situación insatisfactoria concreta.
6. El TA interroga sobre el futuro. Pretende que las personas y los colectivos descubran aquello que originalmente es suyo: «la capacidad de verse actuando, de analizar y recrear lo real, de imaginar e inventar el futuro» (Boal, 2006, citado en Motos, 2015).
7. El TA es un medio estético. No hay que olvidar que el TA es, ante todo, teatro. Y este es una forma de conocimiento de la realidad, por lo que sus productos, aunque tengan una finalidad diferente de la puramente artística, han de estar estéticamente bien elaborados.
8. El TA no solo da la voz a las comunidades, sino también a los individuos o grupos, que han sido desposeídos de su derecho al diálogo y se les ha impedido ejercerlo por razones políticas, culturales, sociales, étnicas, de género o por cualquier otra causa.

Para concluir, el TA contiene las dos perspectivas que sugieren las etimologías de «teatro» y «drama». La primera es visión y la segunda, acción. «Y ambas son necesarias en el trabajo teatral con la persona y con los colectivos comunitarios. El TA es ver, participar, reflexionar y actuar» (Motos, 2015, p.27).

En resumen, Pavis (2014) sintetiza que el teatro aplicado es nómada, dado que se sitúa casi siempre al margen del teatro oficial o dominante, y reagrupa un amplio abanico de prácticas teatrales. Por su parte, Prentki y Preston (2009) señalan que «es un teatro hecho para una comunidad, con una comunidad y por una comunidad. Con frecuencia es un teatro de intervención y de investigación» (p.10).

3.1.1. El teatro del oprimido

De esta manera, nosotros recordaremos la manifestación del teatro del oprimido. Hernández (2012) realiza un recorrido histórico. A partir de la década de los sesenta o setenta del siglo XX, se desarrolló el teatro de corte social en Latinoamérica. Los orígenes del teatro del oprimido de Boal fueron en Brasil. Este nació del encuentro entre el teatro popular, en el que trabajaba Augusto Boal y la pedagogía del oprimido, de Paulo Freire.

Actualmente, es una metodología conocida, practicada y reconocida en diferentes partes del mundo. Boal desarrolló el teatro del oprimido durante su exilio político desde 1971 hasta 1986. Residió en este periodo en países de América Latina (Argentina y Perú, sobre todo) y Europa (Francia, Portugal, Inglaterra...), con algún pequeño periodo en África. Donde pasó más tiempo fue en Francia y allí fundó, en 1979, el Centre de Théâtre de l'Opprimé de París. Debido a todo ello, el trabajo de Boal ha tenido reconocimiento internacional con diversos premios de varios países u organizaciones, destacando el de «Embajador Mundial del Teatro» otorgado por la UNESCO en marzo de 2009. En España ha tenido cierto reconocimiento, recibiendo el Premi d'Honor de l'Institut del Teatre de Barcelona en 1998.

Este autor tiene también multitud de publicaciones, tanto sobre la teoría y práctica de su teatro como obras teatrales creadas para tal fin. Destaca su libro *Teatro do Oprimido e Outras Poéticas Políticas*, y algunas de sus obras han sido traducidas a más de 25 idiomas.

El Teatro del Oprimido es una formulación teórica y un método estético, basado en diferentes formas de arte y no solamente en el teatro. Reúne un conjunto de ejercicios, juegos y técnicas teatrales que pretenden la desmecanización física e intelectual de sus practicantes y la democratización del teatro. Desde sus implicaciones pedagógicas, sociales, culturales, políticas y terapéuticas se propone transformar al espectador —ser pasivo— en espect-actor, protagonista de la acción dramática —sujeto creador—, estimulándolo a reflexionar sobre su pasado, modificar la realidad en el presente y crear su futuro. El espectador ve, asiste; el espect-actor ve y actúa, o mejor dicho, ve para actuar en la escena y en la vida (Boal, 1974, p.41).

De esta manera, al querer que los espectadores se conviertan ahora en «espect-actores» y asuman un rol importante en la escena, surgió una nueva propuesta de teatro. Vega (2015) menciona lo siguiente:

Boal propuso un teatro que llevara al público más allá de la reflexión, potenciando una actitud crítica y participativa. Su metodología estaba encaminada a posibilitar en el espectador tanto mecanismos de análisis como de participación y transformación frente a sus problemas colectivos y para ello, los espect-actores inciden en la propia escena. Los textos en el Teatro del Oprimido son construidos en equipo, a partir de hechos reales y problemas sociales de una comunidad: discriminación, el paro, los prejuicios, el trabajo, la violencia de género... Así Boal rompía con el concepto más

clásico del teatro y ofrecía al hecho teatral una dimensión nueva: herramienta social, política, cultural, pedagógica y terapéutica (p.9).

Finalmente, Schutzman y Cohen-Cruz (2002) comentan que el teatro del oprimido es un sistema flexible. A lo largo de sus cuarenta años de vida no ha permanecido estático, sino que en su práctica ha ido evolucionando hacia nuevos estadios, añadiendo nuevos objetivos y técnicas para afrontar los retos concretos que en cada situación se le presentaban. Por eso actualmente es un sistema estético y práctico que representa la integración de teatro, terapia, activismo y educación.

3.1.2. Teatro imagen

Boal (2001) nos aclara que en esta modalidad teatral no se usa la palabra y se fomenta el desarrollo de otras formas de comunicación y percepción:

Se emplean las posturas corporales, las expresiones del rostro, las distancias en las que se colocan las personas durante la interacción, los colores y los objetos. Y ello obliga a ampliar la visión, en la que el significado y el significante son indisolubles, como ocurre, por ejemplo, con la expresión de tristeza de nuestra cara o con los brazos y las piernas cruzados en una postura cerrada. En su época de trabajo de alfabetización con indígenas de Perú, puesto que ni la lengua materna de ellos ni la de Boal era el castellano, se tuvo que recurrir a imágenes; y así surgieron naturalmente las primeras técnicas del teatro imagen (p. 21).

Posteriormente, este autor también trabajó con indígenas de Colombia, Venezuela y México. En principio, utilizaba técnicas muy sencillas, casi intuitivas:

La llamada «imagen de transición» tenía por objeto ayudar a los participantes a pensar con imágenes, a debatir un problema sin el uso de la palabra, sirviéndose solo de sus propios cuerpos (posturas corporales, expresiones faciales, distancias y proximidades, etc.) y de objetos» (Boal, 2001, p. 22).

A estas primeras experiencias las bautizó como «teatro estatua». Luego, a partir de 1974, sistematizó otras nuevas a las que añadió movimiento e, incluso, palabras.

3.1.2.1. Teatro imagen (TI): la imagen como alternativa al lenguaje verbal

Esta modalidad teatral en un principio no usa la palabra, sino que impulsa el despliegue de otros medios de comunicación y apreciación: las posturas corporales, las expresiones del rostro, las distancias a las que se colocan las personas durante la interacción, los colores y los objetos, es decir, el lenguaje no verbal.

Con respecto a este concepto, Motos (2015) manifiesta que:

Las palabras son un medio para comunicar intenciones, emociones, recuerdos, ideas; pero no significan necesariamente lo mismo para todos los hablantes de una misma lengua. Lo que una persona dice no es lo mismo que lo que su interlocutor oye e interpreta, pues las palabras tienen un significado denotativo, el que encontramos en los diccionarios, y otro connotativo, que es personal, individual y subjetivo, propio de cada hablante. Las imágenes no reemplazan a las palabras, pero tampoco pueden traducirse en palabras. Son un lenguaje en sí mismas. Su poder reside en que no constituyen un lenguaje simbólico, biplánico, como ocurre con la palabra, donde el significante (los fonemas y las letras que la forman) es símbolo del significado (la idea); sino que se trata de un lenguaje sígnico, donde significante y significado son inseparables. Por eso, al trabajar con imágenes no hay que intentar entender su significado, sino sentirlas, ya que su sentido es la imagen en sí misma (p.69).

En la misma línea, Boal (2001) reflexiona sobre la imagen:

Una imagen no requiere ser entendida sino sentida. Pero las imágenes son superficies y, como tales, reflejan lo que se proyecta sobre ellas. Son polisémicas y sus significados no solo dependen de sí mismas (de su significado denotativo), sino también de las connotaciones con que los observadores las completan (p.26).

3.2.El teatro testimonial

3.2.1. Teatro y testimonio

A principios del siglo XX, autores teatrales como Erwin Piscator, Bertolt Brecht y Peter Weiss mostraron un gran interés por crear una consciencia en el público frente a situaciones políticas y sociales; es así como nace teatro político-documental. Sabugal (2014) recoge información acerca de cómo el testimonio dentro de lo documental rompe la línea del teatro tradicional,

basado en lo aristotélico, para presentarnos historias de personas reales y cuya credibilidad se basa en documentos.

Este tipo de teatro testimonial recoge así los testimonios de un sector marginal y su propósito es dar voz a quienes no la tienen. Más que apuntar a la estética de una obra se preocupa por definir el fondo de las historias. En ese sentido, Osorio (2014) ofrece una perspectiva del teatro testimonial más como una herramienta social, sin embargo, es interesante observar que hay un carácter visibilizador y no necesariamente solo de un sector marginal, sino que también de temas tabús o de temas que se sumergen en la intimidad de las personas. A diferencia de Osorio, Mariana de Althaus, dramaturga y directora de tres obras testimoniales en Perú tiene un interés más por experimentar escénicamente:

El teatro testimonial que hago yo es más una indagación en lo humano, una exploración en ciertas historias domésticas personales que nos ayudan al resto de personas que vemos las obras a complejizar más nuestra visión del mundo y de nuestros propios asuntos. Por eso es que es muy importante el hecho artístico y la exploración escénica de recursos, buscar siempre ampliar las fronteras de los lenguajes escénicos y narrativos (Entrevista a Mariana de Althaus, 2017, citado por Condori, 2018).

3.2.1.1. Características del teatro testimonial y teatro documental

Profundizando en las características esenciales del teatro testimonial se entiende que el elemento principal es el testimonio, pero además existen algunas otras que la hacen más específica. En ese sentido, Grass (2014) rescata estos elementos fundamentales que se inscriben en una obra testimonial:

Al revisar la tradición del rapsoda —que se mueve entre la actuación/mímesis y la narración/diéresis—, Brecht problematizó la cuestión del testigo. Aquí, el actor se desdoblaba entre el personaje —que da testimonio de su existencia a través de la acción— y el actor distanciado —que da testimonio de una acción que él observa, al modo de un «testigo ocular». Paralelamente al desarrollo de este teatro del testimonio, Piscator inauguró lo que luego se conocería como «teatro documental»; en este caso, la relación con la realidad no se da a través del testigo, sino por medio del uso del archivo (p.74).

En relación con ello, Condori (2018) manifiesta que:

Las características aquí señaladas como la necesidad de incluir a un ente testigo, que es través de él que se contarán todas estas historias, dan cuenta de que hay elementos esenciales en este tipo de teatro. Así también, esto da lugar a mezclar ficción y realidad en un mismo espacio. La representación suele desaparecer y se desprende del uso de personajes. Y, por último, la narración cobra importancia a través del testimonio y el uso de archivos (p.14).

Por otro lado, Sabugal (2014) recoge información acerca de cómo el testimonio dentro de lo documental rompe la línea del teatro tradicional, basado en lo aristotélico, para presentarnos historias de personas reales y cuya credibilidad se basa en documentos. Estos pueden ser fotografías, recortes periodísticos, partidas de nacimientos, registros, etc. De este modo, sostiene el autor que «el teatro documental es una forma de contrapoder, de resistencia, de denuncia, vinculadas con la realidad y la verdad» (p.39).

3.2.2. Testimonio e identidad

El testimonio se relaciona con la identidad porque se identifican historias personales del pasado que se traen al presente. Desde la sociología, la identidad consiste en verse a sí mismo y desenvolverse con otros, de acuerdo con su grupo de signos personales. Giménez (2002) propone el siguiente concepto:

La identidad es el conjunto de repertorios culturales interiorizados (representaciones, valores, símbolos), a través de los cuales los actores sociales (individuales o colectivos) demarcan sus fronteras y se distinguen de los demás actores es una situación determinada, todo ello dentro de un espacio históricamente específico y socialmente estructurado (p.38).

La identidad afecta la manera en que el individuo se relaciona con otros o las acciones que realiza, de acuerdo con el espacio donde se encuentre, centro de estudios, círculo de amistades o lugares públicos. Por ello, el autor nos explica que la identidad es definida y trasciende durante el tiempo, es decir la persona no cambia a pesar de las circunstancias que la rodean.

De este modo, una «[...] característica fundamental de la identidad, sea esta personal o colectiva, es su capacidad de perdurar, aunque sea imaginativamente, en el tiempo y en el

espacio. Es decir, la identidad implica la percepción de ser idéntico a sí mismo a través del tiempo, del espacio y de la diversidad de las situaciones» (Giménez, 2002, p.42). A partir de ese concepto, podemos señalar que un ser humano es consciente de lo aprendido desde temprana edad, y así, a través del tiempo, va construyendo una identidad más definida y perdurable. Todo se encuentra en constante evolución.

Otra definición para la palabra identidad es aquella que involucra y muestra las nociones y sentimientos particulares de un ser humano, los cuales se afianzan cuando la persona genera vínculos y se relaciona en espacios que comparten valores o principios similares. Así, la identidad presenta un modo de interpretar una realidad y las vivencias del día a día. Chein (2006) sintetiza que «[...] cuando hablamos de identidad, aludimos a las nociones o sentimientos de pertenencia de los agentes sociales o determinados grupos o colectivos humanos» (p.10).

3.3.Elementos sustanciales del teatro

Definir o darle un concepto único al teatro es una tarea complicada. El teatro es un arte vivo, que puede contener distintos significados para quienes lo experimentan por primera vez o para las personas que se dedican por años a ello. Todos ellos resumirán que el teatro abarca todos tus sentidos, algo real al frente, una historia, pero sobre todo sentimientos y reflexiones.

Autores como Brook (1968) han mencionado que:

La palabra «teatro» tiene muchos significados imprecisos. En la mayor parte del mundo el teatro carece de un lugar exacto en la sociedad, de un propósito claro y sólo existe en fragmentos: un teatro persigue dinero, otro busca la gloria, éste va en busca de la emoción, aquél de la política, otro busca la diversión (p.35).

En este sentido, el teatro tiene el objetivo claro de que las participantes experimenten con todo su ser un lenguaje de comunicación distinto a través de este arte. Siendo así, consideramos cuatro elementos importantes para su desarrollo: el actor, el espectador, el espacio y la representación. Por ello, Brook (1968) afirma lo siguiente:

Puedo tomar cualquier espacio vacío y llamarlo un escenario desnudo. Un hombre camina por este espacio vacío mientras otro lo observa, y esto es todo lo que se necesita para realizar un acto teatral. Sin embargo, cuando hablamos de teatro no queremos decir exactamente eso (Brook, 1968, p.23).

Para Brook (1968) no bastaba que solo sucediera ello, sino que exista un encuentro o una acción no solo de una persona en el escenario, sino dos personas, permitiendo así una interacción. Una acción ejecutada por uno y una reacción del otro. En ese momento aparece la vida, el arte vivo llamado teatro:

Si una persona permanece de pie y otra la contempla, tenemos ya un principio. Su continuación requerirá de una tercera persona para que se produzca un encuentro. Entonces aparecerá la vida y será posible ir mucho más lejos, pero esos tres elementos son esenciales (p.23).

En síntesis, necesitaremos también, definir el concepto de representación. Ante los ojos del espectador, se define un tiempo y un espacio. Pero sobre todo una convención, lo que sucede ante los ojos del espectador es una ficción. El teatro está en constante evolución. Pero estos cuatro conceptos seguirán vigentes para que suceda esta magia en un espacio vacío.

3.3.1. El mundo interno de la interpretación del actor

Pastor (2009) define cómo en concreto se puede ejecutar una obra teatral, la importancia del actor al asumir un personaje y su historia de vida:

La encarnación es interpretación ya que el actor concretiza a través de su voz y de su cuerpo el mundo interno de su personaje y la manera como éste se comportará en escena en relación a los otros personajes y a la historia. Al decir que es el actor quien interpreta, decimos que la historia tomará vida a partir de la relación entre el mundo interno de los actores y lo que plantea la obra. Para que ésta cobre sentido para ellos intervendrá su imaginación, su intelecto, su sensibilidad, su experiencia de vida. A partir de este proceso el actor creará, dará sentido y vida a los personajes y a la historia (p.141).

3.3.2. La observación

Según Brecht (2004), no podemos mostrar, dar vida, a aquello que no conocemos. El actor debe tener un arduo trabajo del ejercicio de la observación, es decir, no solo mirar, sino, observar en detalle todo aquello que nos pasa de manera personal y lo que nos rodea. La observación de nosotros mismos y del entorno nos hace conocer una infinidad de mundos que constituirán un motor creativo, y a esto se le suma la herramienta fundamental: la imaginación.

A continuación, se expone uno de los conceptos que tenía Brecht sobre el actor:

Tú, actor, antes que cualquier otro arte, debes dominar el arte de la observación. Porque tu apariencia no importa, importa lo que has visto y lo que muestras... Por lo tanto, tu preparación debe comenzar en medio de los hombres vivos. Tu primera escuela debe ser el lugar de trabajo, la casa, el barrio. La calle, el medio de transporte, la tienda. Todos los seres humanos debes observarlos en esos lugares, a los extraños como si fueran conocidos, pero también a los conocidos como si fueran extraños. (Brecht, 2004, p.10).

A esto podemos sumarle lo que sostiene Stanislavski (2003):

Pero esto no es suficiente. Al mostrar la época actual, el actor puede observar lo que ocurre a su alrededor. Mas cuando trata el pasado, el futuro o una época imaginaria, tiene primero que restaurarlos o crearlos nuevamente en su imaginación, y esta es una labor difícil. El ideal, pues, ha sido en todos los tiempos, y seguirá siéndolo, lo eterno en el arte, eso que nunca envejece ni muere y siempre permanecerá próximo a los corazones humanos (p.247).

3.3.3. Los sentimientos

Stanislavski (2003) nombra a este aspecto interior de los actores «la memoria emocional», y la define como aquella que «puede hacer revivir emociones ya experimentadas». Para él, la memoria emocional es fundamental en el proceso creativo, y tiene que ver justamente con todos aquellos sentimientos que se han producido a través de las experiencias que hemos vivido o que hemos visto vivir en otras personas. Se puede disponer de los recuerdos y sensaciones, como de los libros de nuestra biblioteca.

En suma, el actor al crear un personaje tendrá la capacidad de ir a su propia memoria e indagar en sus experiencias. Esto se volverá pieza fundamental para la creación de personajes que pueden ser cercanos a ellos o muy distintos. Los sentimientos se verán expuestos en las escenas.

3.3.4. La imaginación

De esta manera, partiremos de las circunstancias propuestas por Stanislavski (2003). Él las define de la siguiente manera:

La fábula de la obra, sus hechos, acontecimientos, la época, el tiempo y el lugar de la acción, las condiciones de vida, nuestra idea de la obra como actores y directores, lo que agregamos de nosotros mismos, la puesta en escena, los decorados y trajes, la utilería, la iluminación, los ruidos y sonidos, y todo lo demás que los actores deben tener en cuenta durante su creación. Las «circunstancias dadas», como el «sí», son una suposición, un invento de la imaginación. Su origen es el mismo (p.73).

La imaginación se debe desarrollar y entrenar en los procesos creativos junto a otros, pues se trata de una dimensión propia. Esto permite el desarrollo de la interpretación y de la forma en cómo se toma el espacio. Asimismo, la creación de cada obra será distinta porque el ser humano que la ejecuta tiene su propia manera de ver las situaciones.

3.3.5. El cuerpo y la voz

Una de las herramientas más importantes en el trabajo del actor recae sobre su corporalidad en escena, pero también en el proceso creativo. De esta manera, se desarrolla la presencia escénica, mientras el actor se pueda poner en contacto con su cuerpo como un facilitador. Finalmente, utilizará su voz como consecuencia del trabajo corporal previo. Una de las propuestas es la de Lecoq (2003), quien explica cómo el cuerpo del actor sirve como una herramienta sensible en el juego teatral. Para él, lo importante de ese juego es cómo se relaciona la creación corporal y gestual del actor para la escenificación. Así, el cuerpo parte de la improvisación:

Solo el cuerpo comprometido en el trabajo puede sentir verdaderamente la exactitud de un movimiento, la precisión de un gesto, la evidencia de un espacio. Solo el actor que está metido en el juego puede percibir la desviación, la vacilación, el error que le refleja el ojo del pedagogo experimentado (p.6).

Otro de los investigadores que observan el cuerpo y su relación con su entrenamiento es Laban (1984). Su estudio se basa en el comportamiento humano y el cuerpo del actor en movimiento; por ejemplo, el cuerpo en relación con el espacio donde este dibuja las formas. De acuerdo con su perspectiva, el modo en el que se mueve el cuerpo en el espacio depende de la combinación de los cuatro elementos básicos de las dinámicas: peso - tiempo-flujo - espacio. El cuerpo está luchando con su peso a favor o en contra de la gravedad y, además, existe una oposición entre suavidad y fuerza. Por otro lado, el tiempo es una decisión, tiene

un ritmo y está presente en todas las acciones que hagamos. Por esta razón, Laban plantea una nueva oposición entre la rapidez y la suspensión. Es así que el flujo determina cómo se desenvuelve cierta acción: es un control de la energía de acuerdo con la progresión de los momentos que realizamos en la escena. Por último, el espacio se forma a partir de cómo nosotros dibujamos con el cuerpo cada intención que tomamos. Siendo así, el contenido expresivo de cada una de nuestras acciones varía en significado e intención, en relación con la combinación de estas dinámicas.

A continuación, Laban (1984) explica su concepto acerca del movimiento:

En una realidad mecánica que el peso del cuerpo, o de cualquiera de sus partes, puede levantarse y ser transportado en cierta dirección del espacio, y que este proceso consume cierta cantidad de tiempo, dependiendo del promedio de velocidad. Las mismas condiciones mecánicas pueden observarse en cualquier acción de tirar y contrarrestar que regula el flujo de movimiento. El uso del movimiento para un propósito definido fuere como medio de trabajo externo, o para reflejar ciertos estados de ánimo y actitudes mentales, deriva de un poder de naturaleza no explicada todavía (Laban, 1984, p.41).

Desde la propuesta de Laban, los actores se han familiarizado con el vocabulario dramático del movimiento que utilizan en su práctica teatral. Se estudian los contrapesos, la musicalidad, la articulación intercorporal, los desplazamientos, los estilos, el carácter y las dinámicas de movimiento. Todos ellos se vuelven uno. Sin duda, el objetivo es poder sobrepasar las habilidades propias del actor, para así generar material acerca del cuerpo actoral y convertirse en un aporte en los procesos creativos o de construcción, y en donde el actor es el creador.

Finalmente, un ejercicio físico o acción se encausa por una diferente perspectiva según la persona que lo lleva a cabo. El actor descubre una emoción y puede manifestarla en su propio movimiento físico. Este concepto se puede enlazar con lo que nos comenta Schinca (2000): «La expresión corporal es una disciplina que permite encontrar, mediante el estudio y la profundización del empleo del instrumento-cuerpo, un lenguaje corporal propio» (p.46). De este modo, cada actor maneja un lenguaje o estilo particular que va encontrando en las exploraciones o en el entrenamiento personal. Esto le permite interactuar con otros cuerpos actorales en distintos procesos de creación.

En lo que corresponde a la voz del actor, Pastor (2019) plantea lo siguiente:

[...] La voz es uno de los componentes físicos fundamentales que forman parte de la interpretación actoral. La voz es sonido, es el sonido particular de cada ser humano, así como no existen dos cuerpos iguales, tampoco existen dos voces iguales. La voz es sonido que comunica y expresa aquello que sentimos y pensamos, es por ello que tiene un componente físico y otro emocional y psicológico (p.100).

En consecuencia, la dimensión física de la voz se define de la siguiente manera: «La forma como producimos el sonido (respiración, fonación, articulación) y el emocional y psicológico con la forma que ese sonido tiene cuando es producido» (McCallion,1998, p.40).

En este sentido, lo más importante de todo es que la voz, al igual que el resto de las herramientas y componentes que forman parte de la interpretación, esté al servicio del actor. Más que buscar un sonido perfecto, se debe utilizar la voz como otro camino de interpretación, a través del cual se lleve más a fondo la búsqueda de los objetivos, la relación entre los personajes. La voz que se puede expresar a través de la palabra o de determinados sonidos que lleven a cabo la acción.

4. Estado de la cuestión

En el ámbito de las artes escénicas y la acción social, diferentes autores han utilizado el teatro como parte de su metodología de intervención para distintos grupos de personas. A continuación, se muestran fuentes académicas relevantes en torno a distintas intervenciones, cada una con sus propios procesos creativos y diseños de propuestas.

Hernández (2012) en su investigación nos hace un recorrido por dos aspectos del trabajo social. El primer aspecto es que la propia disciplina es considerada como un arte. La segunda se centra en la especialidad del teatro y analiza su gran aporte en la historia del trabajo social. El autor pretende hacer un estudio exhaustivo del teatro para validarlo como herramienta de intervención social en distintos espacios, como en hospitales, terapia grupal o personas con diversidad funcional. Igualmente, el autor indaga en cómo el teatro es parte de la historia del trabajo social y cómo está involucrado en los modelos de intervención y la comunidad. En esta misma línea, Alfaro y Sura (2007) plantean lo siguiente:

Las prácticas artísticas está claro que desarrollan las emociones y la creatividad, pero el Trabajo Social también, ya que no está exento de estas, sobre todo de la creatividad, y posee una dimensión artística, ya que se requiere de sensibilidad e innovación para llevar a cabo la labor profesional. Así, si la práctica profesional implica emoción y creatividad, estas se pueden mostrar positivamente en una experiencia artística, como el Teatro, ya que permite una exposición emotiva, más allá del estereotipo que tiene la práctica del Trabajo Social, y el desarrollo de habilidades emotivas e innovadoras del profesional desde la acción (p.14).

De esta manera, los autores destacan tanto a la emoción y la creatividad como una parte fundamental, tanto para el teatro como para el trabajo social. Este punto en común permite el desarrollo integral de los involucrados para una práctica artística. Siguiendo esta línea, Alfaro y Sura (2007) nos exponen un proceso de sistematización de diferentes trabajos de La Compañía de Teatro Comunitario *La Sarunga Sureña, De Dudosa Procedencia, Fénix, Ilusiones y Sueños de Libertad*, todos ellos procesos guiados por la ONG Teatro PASMI desarrollados en Chile.

Se puede afirmar que esta propuesta permite un aporte a la profesión del trabajo social porque tiene el siguiente objetivo:

[...] dar cuenta de que las experiencias de Teatro, sea cual fuere el contexto social, se constituye en una potente herramienta que va mostrando la realidad a las comunidades, de tal manera que genera una conciencia de aquellos aspectos cotidianos, positivos o negativos, en los integrantes de una compañía, pero que se transforma en un objetivo consciente desde el grupo hacia su comunidad; desde este punto de vista es posible generar una dinamización de los espacios comunitarios que motivan la transformación social (p.8).

De esta forma, la sistematización de las experiencias busca promover la transformación dentro del espacio donde se efectúan, para poder contar sus propias historias, generando importancia en el proceso de conciencia de los grupos a través de su propia identidad. Así también, se resalta que cada comunidad requiere su propio proceso educativo porque cada uno presenta particularidades que van a permitir una conciencia crítica de su realidad. En este aspecto, no hay metodología perfecta, sino que varían de acuerdo con el grupo.

En este contexto, Alva (2018) presenta una monografía donde propone una definición para el teatro comunitario:

Un proyecto teatral de la comunidad para la comunidad. Nace de la voluntad comunitaria de reunirse, organizarse y comunicarse. Esta propuesta teatral parte de la idea de que el arte es una práctica que genera transformación social y tiene como fundamento de su hacer, la convicción de que toda persona es esencialmente creativa y que solo hay que crear el marco y dar la oportunidad para que esta faceta se desarrolle (p. 6).

Como se puede deducir, para el autor el teatro permite la comunicación de la comunidad, que es un instrumento de diálogo que contribuye a mejorar la sociedad. Por otro lado, se han realizado investigaciones académicas en donde el teatro ha cumplido un rol fundamental para sus proyectos de intervención en distintos grupos: alumnos de secundaria, personas privadas de su libertad, adolescentes con consumo problemático de drogas, pacientes psiquiátricos y mujeres con cáncer.

En primer lugar, se encuentra la investigación de Alcalá (2015) en la cual presenta el teatro musical como vehículo para desarrollar la competencia social en secundaria. Su propuesta busca formar jóvenes con un gran equilibrio emocional a través de un proceso de enseñanza-

aprendizaje integro enfocándose en el crecimiento personal. La autora sostiene que el trabajo con alumnos a esa edad es un reto continuo; es por ello, que encuentra en el teatro musical una herramienta estupenda para desarrollarlo con ellos.

El objetivo general de la investigación es diseñar una propuesta de intervención basada en indagar una metodología que permita educar las competencias básicas de carácter socioemocional de los alumnos. Al respecto, Motos (2009) afirma lo siguiente:

La creación teatral y musical en el contexto educativo es una experiencia lúdica, motivadora, interdisciplinar y exigente, que pretende potenciar la expresión corporal, el sentido espacial, la memoria visual y auditiva y la sensibilidad artística y además se ocupa del desarrollo intelectual, afectivo, psicomotriz, social y moral del alumnado. Distintos autores han analizado el papel del teatro en la educación como medio muy adecuado para conseguir la integración de los contenidos y experiencias curriculares dado que se trata de un lenguaje total (p.4).

Sumado a esto, podemos mencionar el trabajo académico de Saba (2020). En este se propone a las artes escénicas como un apoyo complementario al tratamiento químico en mujeres con cáncer. La autora abordó una investigación de forma práctico-reflexiva y realizó un taller de teatro con seis mujeres pacientes oncológicas. A continuación, presentamos una de sus reflexiones:

El actor, o persona que practique teatro no necesariamente de manera profesional, convierte su cuerpo y mente en su principal herramienta; es decir, en el teatro trabajamos con nosotros mismos, y, para esto, es necesario conocerse. Asimismo, el teatro nos recuerda estar en el presente y aceptar cada momento como se da, aceptar lo que estamos sintiendo en ese momento y utilizarlo. Además, la capacidad de juego al interpretar situaciones ficticias se transforma en un paréntesis y un espacio de liberación de nuestro cotidiano. Otro beneficio del teatro es la colaboración y la importancia del otro. Esto último requiere una confianza tanto en sí mismas como en sus compañeras y escucha personal física y mental (p.3).

Desde esta perspectiva, el teatro trasciende y permite la conexión con uno mismo y con los demás. Por eso, el objetivo de su taller fue identificar y analizar de qué manera las herramientas teatrales dejan un impacto en la vida de estas mujeres con cáncer. Uno de sus

hallazgos es que el teatro permitió un acompañamiento y «[...] generó en cada una de las participantes una expectativa positiva de capacidades y una mayor confianza en ellas mismas» (p.61).

Asimismo, también se consultó la investigación cualitativa de Larrain y Tapia (2016). Estas autoras proponen una sistematización de la experiencia concreta de teatro espontáneo (T.E) con un grupo de personas con diagnósticos psiquiátricos severos, todo ello en un contexto de rehabilitación en una institución de salud. Ambas sostienen que la persona que descubre el mundo del teatro puede mirarse a sí mismo y a otros, pues el teatro espontáneo propiamente plantea que el actor escenifique su propia historia. Siento así, el pasado y el futuro son representados en el presente a partir de la acción dramática, tomando como referencia un lugar y un tiempo determinados con relaciones específicas. Las autoras sostienen que «la transformación deseada por el teatro espontáneo es la readquisición de la espontaneidad en las personas y sus colectivos, la reconstrucción de esta herramienta de cambio y creación» (p.42). Asimismo, su reflexión final se basa en cómo el T.E moviliza la capacidad humana de desarrollo y creatividad, desde la confianza hacia los otros. Y para ello, la expresión corporal y el juego son piezas fundamentales.

A continuación, sintetizamos la tesis de Lazo (2016), quien afirma que el teatro permitió influir de manera positiva en el proceso de reinserción social de personas privadas de libertad, dándole énfasis en el trabajo a un *staff* de profesionales en el teatro y también a psicólogos y familiares que acompañaron todo el proceso. Al respecto, manifiesta lo siguiente:

Este proyecto ayudó a los internos a desarrollar técnicas teatrales que a su vez podrán ser utilizadas para lograr un cambio en su vida cotidiana, tanto a nivel individual como colectivo. Al mismo tiempo pudieron reafirmar su autoconfianza y valoración personal junto con el respeto y aceptación por parte de los demás (p.3).

Asimismo, parte de su proyecto permitió una puesta en escena que fue creada por las personas que llevaron el taller. Ellos querían mostrar un mensaje y les parecía un reto ver los distintos lenguajes escénicos que debían emplear para transmitir lo que deseaban. A continuación, se da cuenta de la experiencia de los talleristas:

Los talleristas entrevistados consideran que hubo un «cambio de 360 grados» en ellos, ya que se encontraban muy molestos por la rutina en la que vivían a diario en el centro

de rehabilitación. También mencionan que cuando consumían (drogas) su vida era fea y cuando estaban en el teatro todo era muy divertido y esto provocaba que tuvieran miradas diferentes de su vida en un futuro cercano. Los internos concordaron que antes de los talleres les gustaba únicamente ver las obras de teatro pero que durante su participación en los talleres comenzaron a desarrollar gusto por la actuación lo que resulta beneficioso para el proyecto ya que brinda la oportunidad de proyectar el gusto que han desarrollado los talleristas y usarlo como una vivencia para compartir con otros internos en rehabilitación (Lazo, 2016, p.16).

Asimismo, una investigación interesante que se ha consultado para este marco teórico es el de Corvalán (2008). Este autor propone un sistema básico de trabajo de actuación para reclusos, que tiene como objetivo demostrar que todo ser humano recluido vive en una situación difícil y que esta puede cambiar con el aporte del teatro, permitiendo la reflexión y la libertad en la escena:

No es lo mismo hacer clases o talleres en un Centro de Madres, en un centro juvenil, en una Escuela de Teatro o en una cárcel. Si bien en todos esos lugares se practican ejercicios de movimiento, voz o actuación, los matices son diametralmente diferentes. En este caso, estamos hablando de hombres privados de libertad, sentenciados entre cinco y quince años de reclusión, en donde prácticamente se detiene la vida, mientras afuera circula el hombre libre con sus logros y dificultades (p. 5).

Una de las conclusiones de este autor es haber comprobado que el teatro es una herramienta poderosa para la rehabilitación, la estabilidad emocional y su potencialidad para reincorporar a estas personas a la sociedad. De manera semejante, Pastor (2008) realiza una exhaustiva investigación, cuyo objeto de estudio es la experiencia vivida en el tiempo (agosto, 2003 – julio, 2004) teniendo como eje central a las adolescentes del Centro Juvenil «Santa Margarita» en Perú.

Su objetivo se centró en plantear al teatro como una estrategia que contribuye al proceso socioeducativo de las adolescentes. La autora indagó en las sensaciones y reflexiones que tuvieron las participantes y analizó la metodología, donde desarrolló el teatro a través de sus elementos sustanciales (la representación de acciones humanas, el actor, el espacio, el público). Así también, tomó en cuenta las técnicas y procesos creativos (improvisación, dramaturgia y creación colectiva) que se desarrollaron y permitieron la comunicación de

aspectos de su vida interior y exterior. Gracias a ello, las adolescentes utilizaron sus experiencias de vida como primer impulso para la creación. Al respecto, la investigadora argumenta:

Al realizar las obras de teatro con las adolescentes del Centro Juvenil «Santa Margarita», notamos que la creación y representación de las obras se convirtieron en un medio a través del cual podían demostrar sus capacidades presentes y su potencial a futuro con el fin de romper el estigma que la sociedad tiene de ellas y del Centro Juvenil, demostrando que son capaces de realizar acciones positivas a partir de un verdadero cambio. Al ser el teatro un arte que permite verse a uno mismo en acción, las adolescentes del Centro Juvenil «Santa Margarita» al interpretar y representar sus experiencias pasadas, su presente y sus aspiraciones futuras reafirmaron su deseo de superación y de cambio de vida a un nivel personal y social (Pastor, 2018, p.370).

Puesto que las adolescentes utilizaban su historia propia, encontraron en el teatro un lenguaje escénico para comunicar lo que sentían y generaron una empatía con el público. Asimismo, Lorena de Ávila (2015) propuso un diseño cuantitativo experimental con un grupo de tratamiento. Su objetivo fue valorar si el teatro con máscaras promovía efectos positivos en la población adolescente privada de libertad. En suma, la autora presenta una revisión teórica sobre las drogas y su consumo; así como, la importancia de la terapia a través del arte y el rol del teatro, donde propone utilizar el teatro de máscaras para la intervención.

Con respecto a este tipo de intervenciones, Czischke (2010) menciona lo siguiente:

En el presente estudio, definimos la intervención de Teatro con Máscaras como un dispositivo grupal de tratamiento, coordinado por una psicoterapeuta que basa su intervención en la pedagogía teatral de Jacques Lecoq, la psicoterapia gestáltica, los postulados fundamentales del arte terapia Gestalt, y toma como herramientas elementos del teatro espontáneo y el psicodrama. Consideramos que el teatro con máscaras es una herramienta expresiva potenciadora de las emociones y su representación, trabaja el reconocimiento y la flexibilización del cuerpo, las polaridades del sujeto y la integración de la personalidad; potencia la autoestima, el desarrollo de habilidades sociales, el pensamiento crítico, promoviendo el autoconocimiento (p.3).

En síntesis, todas las investigaciones anteriormente mencionadas nos han aportado una reflexión para poder indagar en sus procesos creativos y, además, analizar las distintas posibilidades de utilizar el teatro enfocándonos en distintos grupos de personas. Esto nos abre la posibilidad de indagar distintos elementos importantes del teatro, para así generar e impulsar el desarrollo integral y colectivo.

5. Metodología

Los sujetos que participan en nuestra propuesta de intervención teatral son personas que se encuentran en rehabilitación de drogas o alcohol. Ellos se encuentran internados en la institución Aciacrist, dirigido por el pastor Luis Martínez y, su esposa, Maribel Guerrero. La institución se encuentra ubicada en Lima, Perú.

5.1. DISEÑO DE LA INTERVENCIÓN

La metodología de las actividades está diseñada desde una propuesta colaborativa y cooperativa. De este modo, se busca encontrar un equilibrio entre el trabajo autónomo de los participantes y las actividades dirigidas por el docente encargado para poder llegar a los objetivos previstos. Durante las actividades los participantes buscarán indagar, conocerse y participar de manera activa, para así interactuar con las distintas dinámicas teatrales planteadas.

El diseño de intervención está basado en los elementos sustanciales y técnicas del teatro como vehículo para educar las competencias socioemocionales de mujeres en rehabilitación. La edad de estas mujeres oscila entre los 14-50 años. La propuesta se enfocará en elegir distintas dinámicas teatrales para su desarrollo integral y, así también, los tipos de ejercicios adecuados para el contexto en que se encuentran. Otro factor importante es el rango de edad, puesto que hay pocas mujeres adolescentes como también adultas.

Es decir, la propuesta debe tener actividades que deben estar orientadas a todo tipo de edad. En relación con ello, José Antonio Sánchez (2009) sugiere que lo fundamental es el estudio y la investigación al propio proceso de las dinámicas en la intervención, ya que a través de ellas se generan preguntas o conceptos nuevos (p.332). Por tanto, el diseño de intervención se dividirá en dos fases para asegurarnos que la aplicación de cada sesión sea de beneficio para las participantes.

5.1.1. FASES

5.1.1.1. Fase I

Cualquier intervención de tipo orientador o reeducador debe tener en cuenta el marco sociocultural en que se desarrolla y que le otorga significación (Bisquerra, 2012, p.10). Por ese motivo, se debe prestar atención a los roles del docente, el lugar donde se llevará a cabo el

taller y los agentes implicados en esta propuesta. En primer lugar, nos enfocaremos en nuestro muestreo. Según Benito (2017), el grupo de personas seleccionado lo será en función de los siguientes criterios (p.27):

- Han de mostrar interés en colaborar en un taller de teatro de estas características.
- Deben intervenir en las dinámicas teatrales que se impartan en el taller.
- Tienen que aceptar las reglas y normas básicas de las dinámicas grupales.
- No deben presentar una problemática de adicción activa y grave a las drogas o alcohol, que pueda perjudicar al buen funcionamiento del taller.
- No puede existir una incompatibilidad manifiesta entre las participantes.
- Es conveniente que a las mujeres integrantes les reste un tiempo de permanencia mínimo en el Centro para poder participar en el taller de inicio a fin.

5.1.1.2. Fase II

El personal implicado en esta propuesta será de mucha importancia. El docente de teatro se encargará de guiar a las participantes en cada actividad y, así también, necesitará a un asistente que pueda ayudar a llevar a cabo cada objetivo del taller de teatro. De igual modo, habrá un psicólogo que observará el resultado a nivel emocional de las participantes con cada actividad, puesto que algunos ejercicios se enfocan mucho en la propia identidad.

De este modo, es importante recalcar que las participantes cuentan con edades que oscilan entre los 14-50 años. Por ese motivo, las actividades que se presentarán en esta propuesta deben ser dinámicas. Solo así permitirán un desarrollo y una participación de todas ellas.

5.1.1.3. Fase III

La preparación del espacio será muy importante. Al respecto, se estableció un diálogo con la directora de Aciacrist y pese a comentar que no contaban con lugares muy amplios, mencionó que sí podían proporcionarnos una sala donde podrían estar las once participantes, el docente de teatro y el (la) psicólogo (a). Esta sala fue la que visité por primera vez.



Figura 1. Primera visita en el espacio.



Figura 2. El espacio.

5.2. Cronograma de la propuesta de intervención

Se conversó con uno de los directores de la institución Aciacrist y nos sugirió que el taller de teatro se podría realizar una vez por semana los sábados. En cuanto al cronograma, cada sesión tendría una duración de una hora y media a dos horas aproximadamente. La duración sería de dos meses y medio, siendo así un tiempo prudente para conocer al alumno y explorar las dinámicas a profundidad. A continuación, se expone la distribución por semanas:

Semana	Nombre de la sesión	Materiales	Ejercicios teatrales
1	Nos conocemos	Una pelota	La pelota mágica
			Las chapadas
			El espacio-pizza
			Caminata extra cotidiana
			Caminata Stop
			Hipnotismo colombiano
2	Explorando nuestro cuerpo	Ninguno	Mi cuerpo es un tallarín
			Comandos
			Dominguillo
			Hipnotismo colombiano con variante
			Empujarse
3	Juego y creatividad con el cuerpo	Globos	Chapadas con partes del cuerpo
			El globo como prolongación del cuerpo
			Ritmo con sillas
		Sillas	Baile de sillas
			Círculo máximo y círculo mínimo

4	Concentración y confianza	Ninguno	La balsa
			<i>Killer</i>
			El espejo
			Cardumen
			Gallinitas ciegas variante 1
5	Las caminatas	Hoja en blanco	Carrera en cámara lenta
			El ángulo recto
		Un lapicero	¿Qué animal me gustaría ser?
			Como gustéis
6	Expresión verbal	Ninguno	Conociendo nuestro diafragma
			Resonancia
			El chicle
			UIEAO
			AEIOU
			Todos los actores de pie, frente a una pared
			Mi canción favorita
			Tumbados en el suelo
			Boca abajo sobre una mesa
7	El testimonio	Globos	Preguntas en ping pong
			Mi propio baile
			Las sillas y el globo
			El modo ¡Para y piensa!
			Capítulos de la vida
8	Sueños y lugares favoritos	Testimonio de vida en un papel	Suelos
			La imagen de la palabra
			Los tres deseos

			Testimonio-compartir
9	Un acercamiento a la escenificación testimonial	Ninguno	Chapadas en cadena
			Persona-cabaña- tempestad
			Testimonio-actuamos
			Cardumen testimonial
			Yo sueño
10	Los objetos de memoria personal	Fotografías personales	Encantados testimonial
			La fotografía
		Objeto personal	El objeto personal
			Testimonio-actuamos
			Música favorita

6. Desarrollo y Aplicación

A continuación, se mostrará nuestra propuesta de diseño del taller de teatro «Todos podemos actuar», donde se explicará la finalidad y la temática de cada sesión, su propia metodología y la descripción de cada ejercicio teatral. Para este diseño, nos hemos basado en ejercicios propuestos por Augusto Boal (2004) en sus libros *El Arco Iris del deseo. Del Teatro Experimental a la Terapia y Juegos para actores y no actores*.

Asimismo, debido a mi experiencia en la docencia de teatro, me daré a la tarea de hacer propuestas propias para encontrar un hilo entre las dinámicas planteadas. Por ello, se utilizarán ejercicios muy conocidos dentro de los procesos testimoniales para que las participantes puedan indagar desde su propia identidad a través de dinámicas del teatro. La finalidad, claro está, será que ellas reflexionen acerca de sí mismas y su comunidad. En total serán 10 sesiones que se llevarán a cabo una vez por semana y la duración de cada sesión será de una hora y media.

6.1. Resultados

En las primeras cuatro sesiones se utilizarán ejercicios para poder explorar el juego, la creatividad y soltar la vergüenza. Augusto Boal (2001) divide sus juegos y ejercicios en cinco categorías diferentes:

En la primera categoría, se intenta disminuir la distancia entre el sentir y tocar; en la segunda, entre escuchar y oír; en la tercera, tendemos a desarrollar los diferentes sentidos al mismo tiempo; en la cuarta, intentamos ver todo lo que miramos. Finalmente, los sentidos tienen también una memoria y vamos a trabajar para despertarla: es la quinta categoría. (p.139).

Para Boal (2001), la palabra «ejercicio» se define de la siguiente manera:

Designar todo movimiento físico, muscular, respiratorio, motor, vocal, que ayude al que lo hace a conocer mejor y reconocer su cuerpo, sus músculos, sus nervios, sus estructuras musculares, sus relaciones con los demás cuerpos, la gravedad, objetos, espacios, dimensiones, volúmenes, distancias, pesos, velocidad y las relaciones entre esas fuerzas diferentes. (p. 137).

Es importante definir lo que implica la palabra «ejercicio», puesto que para la presente investigación se utilizarán ejercicios del teatro del oprimido de Augusto Boal, el cual implica que el participante explore no solo la construcción de personajes o puesta en escena, sino también la expresión corporal, vocal, la exploración con objetos y las distancias en el propio espacio.

6.1.1. Sesión 1: Nos conocemos

Lo más importante para poder iniciar un taller de teatro, es poder conocer al docente que lo guiará y los nombres de los participantes. Cabe resaltar, que estas mujeres conviven y deben conocerse a la perfección puesto que comparten el día a día. Sin embargo, un taller de teatro brinda otro tipo de escenario y permite iniciar el mundo del juego y complicidad con el otro.

Finalidad

Valorar con mayor consciencia los vínculos de amistad.

Temática

Conocerse el uno al otro a partir del juego.

Metodología

«La pelota mágica»

Se hará una ronda con los participantes del taller y el docente entregará la pelota a uno de los integrantes. Esta persona dirá su nombre y pasará la pelota a otro integrante y dirá a todo el grupo también su nombre y así sucesivamente hasta conocer el nombre de todas las participantes. Posteriormente, el docente indicará que indiquen cuál es su pasatiempo favorito, deberán decirlo y tirar la pelota. Luego, indicarán su color favorito y, finalmente, su animal favorito.

«Las chapadas»

Este es un juego conocido tanto por niños y adultos que se ha adaptado al teatro. Cabe resaltar que este taller de teatro «Todos podemos actuar» está enfocado para distintas edades. Es por ello, que este ejercicio es clave para el taller. En primer lugar, recordemos que los participantes se conocieron un poco a través de la dinámica anterior. Entonces, se les pedirá que empiecen a correr por el espacio. Primero, para dar el ejemplo el docente-guía tocará la espalda, el brazo, o el hombro de una de las integrantes y dirá su nombre con una entonación

alta para que se pueda escuchar en todo el espacio. Una vez que se diga el nombre, esa persona será quien deberá atrapar a una de las demás. Este ejercicio permitirá el juego, la expresión vocal y corporal.

«El espacio-pizza»

El guía pedirá que las participantes caminen por el espacio. Ellas se encontrarán cansadas y este será el momento preciso para abordar este ejercicio. El guía les pedirá que sigan caminando y se imaginen que el espacio en donde se encuentran es una pizza inmensa y que cada participante es un queso mozzarella. Les recordará que la pizza necesita que el queso se encuentre esparcido y que no exista ningún hueco. Esto también debe suceder con el espacio, deberán caminar con esa premisa en su mente.

«Caminata extra cotidiana»

Lecoq (2003) ha estudiado acerca de cómo el cuerpo del actor o participante se vuelve una herramienta sensible en el juego teatral. Por este motivo, se realizará la siguiente dinámica: el guía explicará una caminata distinta, donde la mirada deberá estar puesta adelante y no en el piso, los manos y brazos sueltos. Además, cuando el participante quiera cambiar de sentido deberá mover ligeramente el cabeza primero y, luego, el cuerpo. De este modo, la caminata tomará otro enfoque mientras se camina por el espacio.

«Caminata y Stop»

El participante empezará a caminar por el espacio y el guía pondrá una canción instrumental y cada vez que la música no se escuche, el participante deberá quedarse quieto con la mirada puesta adelante. Cada vez que la música se vuelva a escuchar, el participante deberá caminar. Luego, el guía empezará a eliminar al participante que se mueva de una manera ligera o notoria mientras la música esté en *stop*. Finalmente, quedará un participante ganador porque poco a poco se irán eliminando.

«Hipnotismo colombiano»

Este ejercicio, planteado por Boal (2001) trata sobre cómo un actor pone la mano a pocos centímetros de la cara del otro:

Entonces, este, como hipnotizado, debe mantener la cara siempre a la misma distancia de la mano del hipnotizador, los dedos y el pelo, el mentón y la muñeca. El líder inicia

una serie de movimientos con las manos, rectos y circulares, hacia arriba y hacia abajo, hacia los lados, haciendo que el compañero ejecute con el cuerpo todas las estructuras musculares posibles, con el fin de equilibrarse y mantener la misma distancia entre la cara y la mano. La mano hipnotizadora puede cambiar para hacer, por ejemplo, que el actor hipnotizado se vea obligado a pasar entre las piernas del hipnotizador. Las manos del hipnotizador no deben hacer nunca movimientos muy rápidos, que no puedan seguirse. El hipnotizador debe ayudar a su compañero a adoptar todas las posiciones ridículas, grotescas, no usuales: son precisamente éstas las que ayudan al actor a activar estructuras musculares poco usadas y a sentir mejor la más usuales. Al cabo de unos minutos, se intercambian los papeles de hipnotizador e hipnotizado. Pasados unos minutos más, los dos actores se hipnotizan mutuamente: ambos tienden la mano derecha y cada uno obedece a la mano del otro (p.143).

Actividad de cierre

Se les pedirá a las participantes que formen un círculo y nos respondan las siguientes preguntas: ¿Cómo se sintieron con el primer día del taller? ¿Cuál fue el ejercicio que más les gustó o cuál que el que más les dificultó? ¿Cuáles son sus sensaciones en general? En este momento, el psicólogo podrá también intervenir para aportar otras preguntas y tomar apuntes si así lo cree pertinente.

6.1.2. Sesión 2: Explorando nuestro cuerpo

En la primera sesión, se pudo indagar de manera inconsciente cómo las participantes se encontraron con su niño interior a través del juego. En esta segunda sesión se trabajará la expresión a través del cuerpo.

Finalidad

Un primer acercamiento a la expresión corporal.

Temática

Mi instrumento corporal.

Metodología

«Mi cuerpo es un tallarín»

El docente planteará ejercicios donde las participantes imitarán sus movimientos. Se pondrá en práctica un calentamiento de articulaciones y estiramientos. El orden será el siguiente: cabeza, cuello, hombros, codos, muñecas, brazos, pecho, caderas, rodillas, tobillos y piernas.

«Comandos»

El docente pedirá que las participantes caminen por el espacio, recordando la caminata extracotidiana que se trabajó la primera sesión. Se pondrá una música de fondo que tenga un ritmo activo (estas canciones también pueden ser elegidas por el participante). De este modo, cada vez que la música se detenga, el docente indicará un comando. Los comandos serán los siguientes:

1. Saltar
2. Me echo en el suelo
3. Palmada
4. Realizo un giro
5. Me abrazo a mí mismo
6. Realizo una letra con mi cuerpo
7. Realizo un *burpee*
8. Salto en estrella

El objetivo de este ejercicio es permitir que los participantes exploren los ritmos y direcciones con su cuerpo, tal como nos plantea Laban (1984). Sobre todo, para que sean capaces de desarrollar una memoria corporal que permita reconocer a los movimientos corporales como parte fundamental de la creación escénica.

«Dominguillo» (Elaborado por Augusto Boal)

Boal (2001) nos explica el procedimiento de este ejercicio:

Se pide al grupo que forme un círculo, todos de pie mirando al centro. Después, que se inclinen en dirección al centro sin doblar la cintura, encorvarse ni levantar los talones, como la Torre Pisa. A continuación, que se inclinen hacia afuera. Que hagan lo mismo hacia la izquierda, hacia la derecha, siempre sin doblar la cintura ni levantar los

pies. Que dibujen un círculo en el espacio con sus cuerpos, que se inclinen hacia adelante, hacia la izquierda, hacia atrás, hacia la derecha, hacia el centro; luego lo mismo, pero al contrario, centro, derecha, atrás, izquierda delante, y así varias veces.

Un voluntario va al centro, cierra los ojos y hace lo mismo, solo que esta vez se deja caer; todos los demás deben sostenerlo con las manos, permitiéndole inclinarse hasta muy cerca del suelo. A continuación, deben volver a situarlo nuevamente en el centro, pero él caerá en otra dirección, siendo sujetado siempre por tres compañeros, por lo menos. Al final, los compañeros pueden ayudar al protagonista con las manos a girar en círculo, en vez de llevarlo de nuevo hacia el centro (p.147).

A partir de lo expuesto anteriormente, se puede deducir que este ejercicio permitirá desarrollar la confianza entre las participantes. Esto es fundamental para las posteriores sesiones, puesto que se trabajarán escenas entre las participantes donde ellas cuenten sus propios testimonios y los lleven a escenificación. Cabe resaltar, que el ejercicio se podrá realizar de una mejor manera cuando la protagonista no presente tensión en su cuerpo. Si la protagonista muestra tensión en el cuerpo significa que le cuesta confiar en que sus compañeras la sostendrán. Este es un ejercicio que requiere de un tiempo para que cada protagonista tenga la oportunidad de pasar por la experiencia dos veces.

«Hipnotismo colombiano con Variante» (Elaborado por Augusto Boal)

Boal (2001) señala lo siguiente acerca de este ejercicio:

Hipnosis con las dos manos. El mismo ejercicio explicado anteriormente. Esta vez el actor dirige a dos de sus compañeros, a cada uno con una mano diferente. El líder no debe detener el movimiento de una mano ni de la otra. Este ejercicio le sirve a él también. Puede cruzar sus manos, obligar a un compañero a pasar por debajo del otro (sin tocarse). Cada cuerpo debe buscar su propio equilibrio, sin apoyarse en el otro. El líder no puede hacer movimientos muy bruscos; no es un enemigo, sino un aliado, aun cuando intente siempre desequilibrar a sus compañeros. Después, se cambia de líder, de manera que cada uno de los tres actores pueda experimentar la función de hipnotizador. Al cabo de unos minutos, los tres actores, en triángulo, se hipnotizan unos a otros, tendiendo, a su derecha, su mano derecha, y obedeciendo a la mano derecha del otro, que se aproxima por la izquierda (p. 143).

«Empujarse» (Elaborado por Augusto Boal)

Al respecto, Boal (2001) indica lo siguiente:

Este es un ejercicio muy importante, sobre todo porque muestra físicamente lo que debe ser la acción mayéutica del actor durante una sesión de Teatro Foro. Se trata de utilizar todas nuestras fuerzas y, aún así, no lograr vencer. Debe practicarse en parejas que tengan más o menos el mismo peso y la misma fuerza. Como en una sesión de Teatro Foro, los actores deben utilizar todos sus conocimientos, pero no agobiar a los espectadores, sino estimularlos a que inventen, creen y descubran.

Los actores, en pareja, uno frente al otro, se sujetan por los hombros. Hay que imaginarse una línea en el suelo. Comienzan a empujarse con todas sus fuerzas, y cuando uno siente que su adversario es más débil, disminuye su propio esfuerzo para no traspasar la línea, para no ser el vencedor. Si el otro aumenta su fuerza, el primero hará lo mismo, y los dos utilizarán juntos toda la fuerza de que sean capaces. A continuación, se hace lo mismo con dos actores, espalda con espalda. Luego, baile de espaldas: dos actores se ponen de espalda bailan sin música. Hace falta que cada uno intente comprender al otro, las intenciones de sus movimientos (p.146).

Posteriormente, se les pondrá música de fondo para que puedan realizar el baile de espaldas y se acoplen al ritmo o generen uno propio. Finalmente, cada una de las parejas mostrará a todos su trabajo. En esta parte del ejercicio, las participantes tendrán la capacidad de pararse y mostrarse sin pensar en el pánico escénico.

Actividad de cierre

Se les pedirá a las participantes que formen un círculo y nos compartan sus impresiones de las siguientes preguntas: ¿Cómo se sintieron con el segundo día del taller? ¿Cómo sintieron la conexión con su cuerpo? ¿Cómo fue su proceso al trabajar en parejas? ¿Cómo se sintieron al mostrar por primera vez un trabajo frente a otros? ¿Alguna vez imaginaron que su cuerpo podía realizar todas las actividades de hoy? En este momento, el psicólogo podrá también intervenir para aportar con otras preguntas y tomar apuntes si así lo cree relevante.

6.1.3. Sesión 3: Juego y creatividad con el cuerpo

Según Johan Huizinga (citado en Caillois, 1986), «el juego es una acción u ocupación libre que se desarrolla dentro de unos límites temporales y espaciales determinados, según reglas absolutamente obligatorias, aunque libremente aceptadas» (p.45). De esta manera, las participantes adoptan roles determinados en un plano extracotidiano para adentrarse a la actividad lúdica y cumplir con el objetivo.

Finalidad

Reencontrarse con su lado lúdico.

Temática

Los juegos de infancia.

Metodología

«Chapadas con partes del cuerpo»

Este ejercicio fue realizado en el primer día del taller. La variante será la siguiente: la persona encargada de atrapar a los demás, solo podrá «chapar» a su compañero chocando su brazo junto al brazo del participante perseguido. Posteriormente, se irán variando las partes del cuerpo: pierna con pierna, abdomen con abdomen, cadera con cadera, cabeza con cabeza, pie con pie, etc. Esto permitirá una conexión con tu compañero a través del cuerpo utilizando un juego de la infancia.

«El globo como prolongación del cuerpo»

Boal (2001) nos propone el siguiente juego:

El guía lanza dos, tres, muchos globos a los actores, que deben mantenerlos en alto, tocándolos con cualquier parte de sus cuerpos, como si éstos formasen parte de los globos que están tocando; deben llenarse de aire e intentar flotar como si fuesen globos (p. 151).

Como se puede deducir, la inclusión de un elemento en las sesiones es importante. Al respecto, Boal (2001) nos plantea utilizar un globo que es un objeto que evoca a nuestra infancia y, por ende, al juego. Cuando íbamos a las fiestas infantiles el globo se ofrecía como un fiel acompañante, lo tirábamos, se caía, podíamos mantenerlo en el aire y podía adaptar

formas. Esta vez no solo necesitamos tenerlo en el aire, sino que tenemos que observarlo. Brecht (2004) propone dominar el arte de observar más allá de lo visible, porque adaptar la forma de un globo al cuerpo permite descubrir este objeto de otra manera para poder imitarlo.

«Ritmo con sillas»

El ejercicio presentado ayudará a las participantes a explorar su imaginación mediante su cuerpo, añadiendo la dificultad de la silla. Esto permitirá al participante encontrar formas extrañas con su cuerpo y todas las que explore estarán correctas. Será un ejercicio que nos expondrá al ridículo y nos ayudará a perder la vergüenza porque no es algo convencional que hacemos en nuestro día a día. Boal (2001) nos propone lo siguiente:

Cinco actores, cada uno con una silla, deben crear una imagen con ésta y su propio cuerpo. El líder numerará las imágenes 1, 2, 3, 4, 5. A continuación dirá un número o una secuencia de números, rítmicamente, y los participantes deberán adoptar la posición correspondiente a ese número. (p. 151).

«Baile de sillas»

Boal (2001) menciona al respecto que:

Es un juego de niños muy conocido. Un círculo formado por sillas vueltas hacia fuera, teniendo siempre una menos que el número de participantes. Los actores cantan y bailan una música conocida, andando alrededor de las sillas. Cuando el director pare la música, todos deberán sentarse. El que queda de pie abandona el juego, y se retira la silla. El juego prosigue hasta que el último jugador se sienta en la última silla (Boal, 2001, p.152).

Este ejercicio permitirá a los participantes desarrollar su concentración para lograr su objetivo, pero también tener la libertad de poder bailar o caminar a su gusto según las canciones que vayamos escuchando. Se pedirá que los participantes nos brinden una lista de sus canciones favoritas para que conecten de una manera más rápida o quizás también se pueda convertir en un factor de distracción que dependerá solo de ellos.

«Círculo máximo y círculo mínimo»

Boal (2001) indica acerca de este ejercicio que «los actores se dan las manos en círculo e intentan hacer que ocupe el mayor espacio posible, después el menor, el mayor, el menor... y así sucesivamente» (p.153).

Sin duda, este ejercicio nos permitirá un trabajo un grupal y una conexión grupal. Esto nos permite bajar la energía que se ha generado en los ejercicios anteriores y llevar una reflexión final.

Actividad de cierre

Se les pedirá a las participantes que formen un círculo y contesten a las siguientes interrogantes: ¿Cómo se sintieron con el tercer día del taller? ¿Si recordaban estos juegos de infancia? ¿Cómo se sintieron jugándolos con sus compañeros? ¿Fue difícil volver a conectar con su expresión corporal y el elemento del globo? ¿Cómo se sintieron al realizar distintas figuras con la silla? En este momento, el psicólogo podrá también intervenir para aportar con otras preguntas y hacer anotaciones.

6.1.4. Sesión 4: Concentración y confianza

En esta sesión se trabajará la mimesis corporal, es decir, guiar o duplicar movimientos dependiendo si el participante le toca ser el que guía o la copia. Los ejercicios permitirán un trabajo a profundidad de conocer y generar un vínculo de confianza con la pareja de trabajo y con el grupo.

Finalidad

Aprender a concentrarse a nivel de comunidad y no solo individual.

Temática

Mimesis corporal y confianza en equipo.

Metodología

«La balsa»

En este ejercicio el guía explicará que todo el espacio donde se encuentran ubicados los participantes es una balsa. Esto significa que deben estar esparcidos de manera equitativa y no solo quedarse en un solo espacio para que la balsa no resbale. Esto permitirá que los

participantes aprendan a trabajar en grupo y sean conscientes de dónde están ubicados. Esto es importante para las siguientes sesiones en las que se desarrollarán escenas grupales y tendrán que conocer y actuar en su propio espacio siendo conscientes de instrumento corporal.

«Killer»

Scargglioni (2021) lo define de la siguiente manera:

Se designa un asesino (a) sin que el grupo sepa. Es por ello por lo que se les pedirá que se queden distribuidos por el espacio y cierren los ojos. El guía tocará el hombro del asesino (a). En ese momento, se mueven por todo el espacio y este (a) asesino (a) debe «matar» a sus víctimas guiñándoles el ojo. La víctima debe dar tres pasos y realizar la acción de ser asesinado (a) con los gestos más grandes posibles. Gritar o incluso recitar a Hamlet por querer transmitir la idea de muerte dramática también está permitido. El objetivo del juego es que puedan expresarse en un código teatral en el que absolutamente cualquier gesto o movimiento está permitido. Mientras más exagerado sea el gesto, ayuda a atravesar la barrera de la timidez y evita «hacer el ridículo» porque en este juego no existe (p. 41).

«El espejo»

Este ejercicio es uno de los que utilizo en mis talleres de teatro para niños y adultos. No importa la edad, siempre funciona tanto con el participante más tímido como el más extrovertido. El guía les preguntará a los participantes qué es lo que sucede cuando se miran frente a un espejo. De esta manera, se armarán los dúos: A y B trabajan bajo la premisa que consiste en ser el reflejo del compañero (a). El guía pondrá música de fondo e indicará al alumno A que empiece a guiar, y B tendrá que imitarlo en todo. Todo será válido: los gestos, bailar o hacer cualquier movimiento. Luego será el turno de B.

Finalmente, se agregará la dificultad de que A y B pueden empezar a proponer el movimiento y, en esta ocasión, no debe hacer gesto o sonido alguno para indicar que es su turno para guiar, sino ambos/as deben escucharse y percibir cuando es momento para guiar. Luego de ello, se le pedirá a cada pareja mostrar su trabajo delante de todos.

«Cardumen»

En relación con este ejercicio, Scargglioni (2021) manifiesta lo siguiente:

Los (las) participantes se dividen en grupos de tres o más para formar un polígono con lados iguales y establecer un/a líder que actúa como la punta de dicho polígono. El/la líder podrá proponer los movimientos que desee y cuando gire hacia un lado, se establece una nueva punta que guía, entonces el participante que sea nueva punta propondrá otros movimientos hasta que cambie de líder, girando hacia otro lado. Se pueden utilizar las formas de triángulo, rombo, pentágono. En este ejercicio no es necesario la palabra solo enfocarse en la percepción corporal al momento de guiar y copiar (p.46).

«Gallinitas ciegas variante 1»

Personalmente, este ejercicio no lo había realizado antes. Me pareció interesante, para esta sesión puesto que se debe trabajar la creatividad, la expresión corporal y la atención en el otro. De acuerdo con Márquez (2010), este ejercicio se desarrolla en dúos, en donde un miembro es A y, otro B. El primero cierra los ojos para que B cambie tres aspectos de su apariencia. Luego, A abre los ojos y debe señalar las diferencias de B. Después de esta fase, se invierten los roles.

Actividad de cierre

Los participantes se quedarán en sus lugares y conversarán en parejas acerca de cómo se sintieron en la sesión. Luego de ello, el guía les indicará que el alumno A comente lo que dijo el alumno B, y viceversa. Este ejercicio permitirá la concentración de los participantes y la recepción de cada detalle de la descripción de hallazgos y sentimientos.

6.1.5. Sesión 5: Las caminatas

Cada ser humano tiene una forma particular de caminar, es parte de nuestras mecanizaciones. Esto lo utilizamos de manera frecuente en el día a día, pero algo interesante es que nuestra caminata varía cuando nos adaptamos a un lugar diferente. Boal (2001) ha mencionado al respecto que «cambiar nuestra manera de andar nos hace activar ciertas estructuras musculares poco utilizadas y nos vuelve más conscientes de nuestro propio cuerpo y sus

potenciales» (p.154). Así, se han elegido algunos ejercicios propuestos por este autor, en donde el participante explorará distintas formas de caminar.

Finalidad

Explorar nuestras estructuras musculares.

Temática

Las distintas formas de caminar.

Metodología

«Carrera en cámara lenta»

Boal (2001) ha mencionado respecto a este juego que:

Gana el último en llegar. Una vez iniciada la carrera, los actores no podrán interrumpir sus movimientos, que deberán ejecutarse lo más lentamente posible. Cada corredor deberá estirar lo máximo que pueda las piernas a cada paso. El pie que adelante a la otra pierna debe pasar siempre por encima de la altura de la rodilla. Hace falta que el actor, al avanzar estire bien su cuerpo, porque con ese movimiento el pie romperá el equilibrio y, a cada centímetro que camine, se organizará una nueva estructura muscular, instintivamente, activando ciertos músculos dormidos. Cuando el pie llegue al suelo, debe oírse el ruido. Inmediatamente se levantará el otro pie (p. 154).

Este ejercicio exige un gran equilibrio por parte del participante y despierta todos los músculos del cuerpo. Podemos agregarle la dificultad de que ningún de los pies al mismo tiempo toque el suelo. Solo un pie en la superficie.

«El ángulo recto»

Este ejercicio permitirá explorar la parte inferior de nuestro cuerpo. Esto permitirá fortalecer el centro del cuerpo en el participante, puesto que, al mantener los brazos y piernas levantadas, contrae el abdomen. Esto servirá para explorar una forma distinta de caminar y fortalecer el centro, que es muy importante para la expresión corporal y vocal.

Los actores se sientan en el suelo, con los brazos estirados paralelos a su superficie y las piernas también estiradas. Comienzan a caminar con las nalgas, a la derecha y

después a la izquierda, como si fuesen los pies. El tamaño de cada paso debe ser el mayor posible, pero no es necesario caminar rápidamente, pues no se trata de una carrera. Después de recorrer cierta distancia, todos deben retroceder, caminando sobre sus propios pasos, siempre con las nalgas. Las piernas y los brazos deben estar siempre estirados hacia delante, en ángulo recto. Es preciso mantener la espalda bien recta, formando un ángulo de noventa grados con los brazos y las piernas (Boal, 2001, p. 155).

«¿Qué animal me gustaría ser?»

Este ejercicio se utiliza para la construcción de personajes. Normalmente se emplea la corporalidad de un animal para introducirlo al personaje, pero esta vez será distinto, pues se le preguntará al alumno una serie de interrogantes. Estas deberán ser respondidas en una hoja en blanco que se le entregará antes de empezar la sesión. A continuación, se muestran las preguntas:

- ¿Qué animal te gustaría ser, si tuvieras el poder de transformarte en uno?
- ¿Por qué?
- ¿Qué características de su personalidad te gustan?
- ¿Qué características físicas te gustan?

El guía les pedirá que no compartan sus respuestas, ni tampoco comenten entre ellas. Los participantes guardarán sus hojas, y el guía les indicará que se establezcan en un lugar del espacio. A continuación, se explorarán distintas caminatas de animales para que las participantes tengan un acercamiento a cada uno de ellos.

«El cangrejo»

Estos ejercicios son planteados por Boal (2001) y consisten en llevar las dos manos y los dos pies hacia el suelo. Se trata de andar como los cangrejos, hacia la izquierda y hacia la derecha. Nunca hacia delante ni hacia atrás.

«El mono»

Una pierna estirada y la otra en cuclillas, las manos en el suelo, con la cabeza trazando una línea horizontal con respecto al suelo y moviéndola a la izquierda y derecha como diciendo «no». Consiste en saltar obstáculos de manera armoniosa como los monos.

«El perro»

El actor anda a cuatro patas, hacia adelante y hacia atrás con las manos y los pies. Todos los miembros los mueve a un ritmo más rápido.

«Paso de camello»

Pie derecho con mano derecha. Pie izquierdo con mano izquierda. El camello avanza primero el lado izquierdo, después el lado derecho.

«Paso de elefante»

El actor se agacha y se coge los tobillos con las manos. Anda hacia adelante, saltando como un canguro.

«El oso»

El actor debe tener las manos y piernas estiradas. A la vez que avanza con el brazo derecho también avanza con la pierna derecha y, así también, con la izquierda. Todo en un ritmo pesado.

«El delfín»

El actor debe estar echado boca abajo con las piernas y pies levantados hacia arriba y así también la cabeza. Se impulsa a través del centro y brazos. Esto le permitirá avanzar.

«El pato»

El actor debe estar en cuclillas y avanzar con una sola pierna, derecha o izquierda. Los brazos estirados y las palmas de igual manera. A cada paso que se da, se recogen los brazos como si fueran plumas.

«El conejo»

El actor debe estar en cuclillas y las puntas de sus pies apuntando hacia afuera. Sus manos deben estar recogidas como un conejo y cada vez que salte, debe impulsarse y de nuevo volver a la postura.

Luego de que los participantes hayan explorado las caminatas de los animales, se les pedirá el ejercicio que sigue a continuación.

«Como gustéis»

Intentando modificar la forma habitual de andar, incluso el ritmo, podrá hacer la caminata del animal que escribió en su papel. O también alguna caminata de algún animal que más le gustó.

Actividad de cierre

Se les pedirá a las participantes que formen un círculo y se les hará las siguientes preguntas: ¿Cómo se sintieron al caminar de una forma distinta a la convencional? ¿Se les dificultó en algún momento? ¿Qué caminata les gustó más? ¿Pudieron indagar la caminata del animal que les gustaría ser? El guía preguntará si alguien de forma voluntaria quiere compartir sus respuestas apuntadas en su hoja bond.

6.1.6. Sesión 6: Expresión verbal

En esta sesión se impartirán ejercicios orientados a la expresión verbal, tomando como punto de partida el debido uso del diafragma para no dañar las cuerdas vocales. Las participantes explorarán su capacidad vital, los sonidos altos y bajos y, de esta manera, los utilizarán en sus futuros testimonios escénicos. En relación con ello, McCallion (1998) ha sostenido que la voz tiene un componente físico que es la forma en cómo producimos el sonido (respiración, fonación y articulación). En esta sesión nos enfocaremos en ello.

Finalidad

Explorar nuestra expresión verbal.

Temática

Nuestra voz.

Metodología**«Conociendo nuestro diafragma»**

Cuando me encontraba como estudiante me enseñaron un ejercicio sobre el diafragma que hasta ahora me funciona para explicar a mis alumnos. Se les pedirá a los alumnos que se echen en el suelo, mirando al techo. Posteriormente, tendrán que observar cómo es su propia respiración observando su barriga y se les otorgará un tiempo prolongado de diez minutos para que puedan observarse. Luego de ello, se les pedirá que se incorporen y el guía señalará dónde se encuentra su diafragma. Para finalizar, dará un ejemplo de una respiración

incorrecta, que es cuando una persona sube los hombros. Así, explicará la correcta manera en que debe hacerse utilizando el diafragma y les indicará que se guíen tocando sus costillas.

«Resonancia»

Se les pedirá a las participantes caminar por el espacio, que inhalen el aire utilizando su diafragma y exhalen utilizando la letra «M», hasta agotar todo el aire. Esto se repetirá por cinco veces y, luego, se cambiará de consonante a la letra «N», que se repetirá cuatro veces. Posteriormente, se les pedirá que inhalen y expulsen el aire a través de los labios moviéndolos hasta agotarlo.

«El chicle»

Se les pedirá a las participantes que imaginen que tienen un chicle en su boca y que lo mascan muchas veces. Luego, que este chicle se ha ido a la derecha de su boca; después, a su izquierda. Después, imaginarán que se preparan para hacer un globo con este chicle y que se revienta. Se les pedirá también que lo intenten una vez más. Esto permitirá que ellas puedan practicar su articulación.

«UIEAO»

El docente pedirá que repitan las siguientes vocales en el orden de las más cerradas a la más abierta. Las participantes deberán sobre pronunciar en gran manera. U-I-E-A-O. Deberán tomar aire y luego repetir las vocales en ese orden.

«AEIOU»

Sobre este ejercicio, Boal (2001) describe lo siguiente:

Todos los actores juntos en un mismo grupo. Un actor se pone frente al grupo, que debe emitir sonidos usando las letras A, E, I, O, U, cambiando el volumen de acuerdo con la distancia a la que se encuentre del actor aislado y en movimiento. Cuando el actor que hace de botón del volumen esté lejos, los demás emitirán sonidos más altos, y cuando esté cerca, sonidos más bajos. El actor podrá moverse libremente por toda la sala. Los actores del grupo deben intentar pasar emociones al otro actor y no sólo hacer ruido (p. 203).

«Todos los actores de pie, frente a una pared»

Al respecto, Boal (2001) menciona lo siguiente: «De pie, lado a lado, los actores hacen agujeros en la pared con sus voces, al mismo tiempo y al unísono» (p.203).

«Mi canción favorita»

Para este ejercicio, Boal (2001) describe lo que sigue:

Se les pedirá que se agrupen en dúos. Cada participante cantará su canción favorita dirigido a su compañero que está a medio metro de distancia; el otro retrocede un metro, después dos, tres, diez metros. Los actores tienen que ajustar sus voces a la distancia. La mirada será muy importante (p.203).

«Tumbados en el suelo»

El docente les pedirá que recuerden una anécdota divertida y que empiecen a relatarla tumbados en el suelo con el máximo de contacto posible del cuerpo con el suelo. Ellos trabajarán en esa posición, activando su memoria y utilizando su diafragma.

«Boca abajo sobre una mesa»

Este ejercicio me parece interesante de hacerlo, por si algún participante aún no ha entendido lo que es la respiración con el diafragma. Los participantes tendrán que sentir cosquillas en la nariz y esto significará que están realizando bien el ejercicio. En relación con ello, Boal (2001) indica que «en esta posición, y con la cabeza colgando por un extremo, los actores emiten sonidos hasta que sientan cosquillas en la nariz y les sea imposible continuar» (p.203).

Actividad de cierre

Se les preguntará a las participantes como se sintieron en la clase. ¿Fue complicado respirar a partir de su diafragma? ¿Cómo se sintieron al explorar otro tipo de ejercicios a partir de la voz?

6.1.7. Sesión 7: El testimonio

A partir de esta sesión, trabajaremos con los participantes algunos ejercicios de improvisación testimonial, todos ellos extraídos del teatro experimental y terapia de Boal (2001) y, así también, con objetos y fotografías de las participantes. A su vez, Giménez (2002) nos plantea

una característica fundamental de la identidad: su capacidad de perdurar. Esto es lo que queríamos conocer en las últimas cuatro sesiones del taller de teatro.

Finalidad

Conocernos a profundidad a partir de los testimonios.

Temática

Identidad.

Metodología

«Preguntas en ping-pong»

Este es un ejercicio que aprendí en un taller que llevé de Impro testimonial dirigido por Carol Hernández, en Lima, Perú. Es un ejercicio que permite conocer al otro de una manera distinta, más real y transparente.

Los participantes caminarán por el espacio y el guía tendrá una campana. Cada vez que la toque se tendrán que formar en dúos y formar una frase con las premisas que figuran en la lista. Esta frase debe ser real y se debe repetir cinco veces. Y luego, pasar al siguiente comando. El orden es el siguiente:

- Soy...
- Me gusta...
- Quero...
- Sueño...
- Tengo...

Volverán a hacer una ronda y esta vez señalarán al compañero diciendo su nombre y la información que recuerden que les haya contado. Así, se hará un *ping pong*, el objetivo es que por unos minutos todos digan la información de todos.

«Mi propio baile»

Este es un ejercicio también propuesto por Carol Hernández, consiste en que los participantes realicen una ronda y el guía irá llamando a cada participante por su nombre y se pondrá al medio. Sonará una canción y el participante deberá bailar o realizar el movimiento que desee.

Las personas que lo rodean deberán imitarlo. Luego, el participante del medio deberá mirar a los ojos a todos sus compañeros mientras realiza los movimientos.

A simple vista, parece un ejercicio fácil de hacer, pero sucede que también alguna participante se puede quedar sin ideas y no saber qué hacer. Mantener la mirada en el otro también es algo complicado, puesto que si la timidez predomina puede ser un factor en contra. Por ello, para este número de sesión las participantes deben estar más sueltas y sin ninguna presión a realizar el ejercicio. Al terminar, se sentirán agotadas, puesto que todas las participantes habrán realizado la dinámica. En ese momento, tomaremos unas sillas para seguir con el siguiente ejercicio.

«Las sillas y el globo»

Las participantes se sentarán y formarán una fila. El guía tendrá varios globos inflados, pero solo entregará uno de ellos. El guía colocará una canción que se escuchará de fondo y cada vez que se ponga en *stop*, la persona que se quedó con el globo tendrá que contar alguno de los siguientes relatos:

- Anécdota feliz
- Anécdota vergonzosa
- Anécdota triste
- Anécdota familiar

El participante, al contar su testimonio, se pondrá el globo abajo y tendrá que reventarlo a la vez que cuenta el relato. Este es un ejercicio que permite no pensar mucho en lo que se cuenta porque el objetivo es reventar el globo. De esta manera, el participante empezará a tener confianza al grupo a quién le cuenta de una manera rápida.

«El modo ¡para y piensa!»

Este es el primer ejercicio que utilizaremos del libro *El Arco Iris del Deseo* de Boal (2004). Es un ejercicio que permite soltar las ideas y también manifestarlas por la expresión corporal:

En cuanto la improvisación se pone en marcha, el director dice «Stop» cada vez que sospecha que un gesto o una pausa, una frase o una mirada hacen referencia a pensamientos y sentimientos no revelados, ocultos por la rapidez del diálogo y las acciones. Los actores se congelan. Si uno de ellos está andando y tiene un pie en el

aire, deberá dejarlo en el aire y no ponerlo en el suelo. Si otro tiende la mano hacia un tercero, sus manos no deberán tocarse, quedando la palma tendida hacia el otro. Si el «Stop» sorprende a un actor mirando lo que no quisiera ver, deberá asumir esa mirada. Entonces, el director dirá: ¡Piensa! Inmóviles. Y sin ningún tipo de censura o autocensura, deberán hablar todos a la vez, transformar en palabras todo lo que les pase por la cabeza y todos los sentimientos que pasen por su corazón. Sin censura o autocensura, deberán dejar que el cuerpo piense; que piense en su posición en el espacio y respecto de los demás personajes y objetos (p.87).

«Capítulos de la vida»

Se formarán tríos y el guía dirá una frase o palabra clave: «mi primer amor», «familia», «sueños», «madre», «padre», «hijos», «pérdida», etc. Uno de los participantes empezará a contar su relato en relación con el tema, cuando el guía vuelva a tocar campanilla. El siguiente participante contará su propio relato y este puede guardar relación con la palabra clave o también puede tener asociación con el testimonio relatado por el participante anterior. Este ejercicio se trabajará en tríos, ubicados por el espacio.

Actividad de cierre

Se hará una ronda y empezaremos a reflexionar: ¿Qué sensación sintieron al contar más sobre ustedes? ¿Les pareció difícil? ¿Cómo se sienten al contar su historia a otros? En este momento el psicólogo (a) tendrá la libertad de acercarse a cualquier participante que requiera de su ayuda o el participante acercarse a él (ella) si desea contar más sobre su historia o hacerle otra consulta. En este tipo de sesiones que son más personales, es necesaria la asistencia del especialista.

Tarea para la próxima sesión

Se les pedirá a los participantes que escriban su testimonio de vida, cómo llegaron a la adicción y cómo se sienten actualmente en Aciacrist.

6.1.8. Sesión 8: Sueños y lugares favoritos

Esta sesión será más corta, porque los ejercicios planteados exigirán un poco más de cada participante a nivel emocional y físico. El primer ejercicio ayudará a activar la imaginación,

para posteriormente a situarnos en lugares reales. Se utilizarán ejercicios de mi propia invención y también de Boal (2004).

Finalidad

Conocernos a partir de lugares y sueños propios.

Temática

Transportarnos a situaciones imaginarias.

Metodología

«Suelos»

Con el objetivo de trabajar la convención, expresión corporal e imaginación, se desarrollará el ejercicio de trabajo de suelos. Consiste en que el grupo se encuentre caminando por el espacio en neutro y el guía debe indicar distintos escenarios en los que el suelo les invita a desplazarse. De este modo, el participante deberá imaginarse cómo caminaría en ese tipo de suelo que constantemente cambia. Los suelos serán los siguientes:

- Arena caliente en una playa
- Piso enjabonado
- Piso repleto de papel adhesivo
- Camino de piedras en un río
- Hielo delgado o grueso

Luego de pasar por esos suelos, el guía indicará algo más cercano a los participantes. Les pedirá imaginarse el lugar donde les gustaría estar en esos momentos, cómo es el suelo, la atmósfera y las personas que están presentes. Después, les pedirá que se imaginen estar con una persona muy querida, que se imaginen abrazándola y que corren por un jardín muy amplio. Finalmente, les pedirá que se lleven una imagen en su mente y que se imaginen que se quedan dormidos bajo un árbol que les da una brisa refrescante, que cierren los ojos poco a poco.

«La imagen de la palabra»

Boal (2004) establece tres fases para este ejercicio:

Primera etapa

Se pide a los participantes que muestren con sus cuerpos la imagen de una palabra determinada. Estos podrán ser: amor, felicidad, familia, futuro, mi país, héroe y heroína. En círculo, cada uno piensa en la imagen que va a mostrar, y se vuelve hacia el interior del círculo cuando tiene una idea clara de lo que va a hacer. A una señal del guía, todos forman la imagen al mismo tiempo, para evitar que los participantes se influyan mutuamente.

Segunda etapa

El animador pide que sin deshacer las imágenes observen a los demás y que se agrupen a cámara lenta en familias de imágenes similares. Cada familia se muestra en el espacio estético para que el grupo pueda hacer comentarios- objetivos o subjetivos, solo están prohibidas las interpretaciones definitivas de lo que se ve en escena.

Tercera etapa

Siguiendo las instrucciones del guía, cada grupo familiar hará:

1. Un ritmo: cada actor moverá su imagen según el ritmo que le sea propio. Sigue los comentarios de los que observan.
2. Una frase: cada actor dirá una frase que corresponda a ese momento preciso de la imagen. Siguen los comentarios (p.110).

Este es un ejercicio que se construye primero a través del cuerpo; luego, se procede al trabajo en equipo y, finalmente, se verbaliza. Es muy importante la observación y la concentración.

«Los tres deseos»

Boal (2004) ha manifestado acerca de este ejercicio que:

El modo «los tres deseos» permite desvelar contenidos que no aparecen en una improvisación normal. En este modo, el director pide al protagonista que construya una imagen fija, utilizando el cuerpo de los actores y algunos objetos necesarios, y mostrando claramente lo que le inquieta u oprime. A continuación, el director concede

al protagonista el derecho a realizar tres deseos, y dirá: ¡Primer deseo! Y diez segundos después: ¡Stop! Y así sucesivamente, por tres veces. El protagonista tendrá derecho a modificar la imagen con cada deseo, como un escultor, sin que los actores intervengan o se resistan. Manipulando la imagen, el protagonista hace visibles esos deseos; modificándola físicamente, se modifica a sí mismo. A veces, tras una primera serie, propongo al protagonista que realice tres deseos más, y después otros tres.

Sucede a menudo algo bastante curioso: casi siempre, el protagonista se cansa de desear, revelando que su deseo consistía principalmente en la eliminación de algo que no deseaba; suprimir lo que le molestaba, sin crear, no obstante, nada nuevo. Es difícil conocer nuestro propio deseo, inventar nuestro futuro. Como si el ser humano no estuviera preparado para realizar sus deseos, sino únicamente para desearlos (p.90).

«Testimonio- compartir»

Cada uno de los participantes pasará al escenario establecido y leerá el testimonio que ha escrito en su propio ritmo. Sus compañeros escucharán con atención.

Actividad de cierre

Se hará un círculo. Esta vez el guía no les hará las preguntas, sino que dejará en libertad que las participantes comenten sus reflexiones y sentimientos ante las demás. Si nadie se animara a hacerlo, el guía dirá sus apreciaciones de lo que observó en cada ejercicio establecido.

6.1.9. Sesión 9: Un acercamiento a la escenificación testimonial

En esta sesión se establecerán ejercicios que la investigadora ha llevado en sus talleres de Impro testimonial (2019) dirigidos por Carol Hernández, docente y actriz, en donde se pone en práctica la actuación tomando como punto de partida las historias reales. En primer lugar, se realizarán dinámicas para relajar los músculos e involucrarnos en los juegos. Luego, se procederá con el primer acercamiento gracias al vehículo de la improvisación teatral.

Finalidad

Escenificar nuestras historias personales.

Temática

Escenas de nuestra vida.

Metodología

«Chapadas en cadena»

Este ejercicio consiste en elegir a un participante que toque a los demás, y estos, al ser tocados, tienen que cambiar de rol: atrapar a los otros. Así, se forma una cadena humana que se moviliza por el espacio, pues todos intentan atrapar a los restantes.

«Persona-cabaña-tempestad»

Este juego consiste en que se formen tríos y quede una persona fuera. Dos personas deberán formar un techo con las manos hacia los costados y cubrir a la tercera que se encuentra en el medio. El guía que queda fuera debe mencionar la palabra «persona» si desea que solo las que se encuentran bajo sus cabañas cambien de lugar; la palabra «cabaña» para que los dúos se separen y armen otro nuevo; y la palabra «terremoto» para que todos cambien de rol y de grupos.

«Testimonio-actuamos»

Se formarán tríos. Uno de los participantes contará un testimonio en relación con una palabra que sus compañeros intervengan: trabajo, amor, familia, madre, padre, etc. Será de libre elección. El participante contará la historia hasta que el guía lo detenga y pida a los otros dos participantes que improvisen el testimonio previamente relatado. Luego, el guía pedirá nuevamente al participante que siga contando su testimonio y esta persona podrá inspirarse en lo actuado previamente. De esta manera, lo harán los otros integrantes también.

«Cardumen testimonial»

Los participantes formarán un triángulo y uno de ellos dirá alguna frase con la cual se identifique: extraño a mi papá, me gustaría viajar, me arrepiento de hacer daño a personas que quiero, etc. Los participantes que sientan identificados con la frase expuesta se pondrán detrás del participante que lo dijo. Y así, sucesivamente, irá saliendo cada participante de acuerdo con su propio impulso.

«Yo sueño»

Se pedirá a tres participantes voluntarios para que realicen el ejercicio. Cada uno de ellos se sentará en una silla. Cada uno empezará a decir: Yo sueño... Luego, cada uno se elige uno de los tantos sueños que manifestó. Y lo desarrollará con más urgencia. Luego, el guía pedirá que

esté atento a escuchar el sueño de sus otros compañeros. Si uno de los participantes solo quiere ser el único que relata su sueño, tiene que decir «yo» y los otros pararán de hablar. Posteriormente, será el turno de los otros dos. Finalmente, volverán a hablar en simultáneo y poco a poco bajarán el volumen de su voz.

Actividad de cierre

Se les pedirá a los participantes que formen un círculo para conversar y reflexionar. El guía les manifestará las siguientes preguntas: ¿Cómo se sintieron con las dinámicas planteadas el día de hoy? ¿Cómo sintieron su experiencia improvisando? ¿Tuvieron sentimientos encontrados al realizar algún ejercicio? ¿Cuál les gustó más? ¿O cuál no les agradó? En este momento el psicólogo tendrá la libertad de acercarse a cualquier participante que requiere de su ayuda o el participante acercarse a él (ella) si desea contar más sobre su historia o hacerle otra consulta. En este tipo de sesiones que son más personales, es necesario la asistencia del especialista.

Tarea para la última sesión

Las participantes deberán traer una fotografía que tenga mucho valor sentimental, así también un objeto personal que desencadene algún relato. Además, deberán pensar en su canción favorita y comentárselo a su guía en la última sesión.

6.1.10. Sesión 10: Los objetos de memoria personal

En esta última sesión se les dará importancia a los objetos personales de los participantes. Se explorará a nivel corporal y sentimental. Según Larios (2018) «Los objetos desatan y contienen memoria, el público se contagia por los objetos y ofrece su versión de la historia desde sus propias vivencias» (p.349).

Finalidad

Reconocernos a través de nuestros propios objetos.

Temática

Las fotografías y objetos.

Metodología

«Encantados testimonial»

Se elegirá a una persona que encante u «atrape» a las demás participantes. La forma de encantar a alguien será dándole un abrazo y también se seleccionará a una persona que «descongele», este será diciéndole una palabra agradable a su compañero: qué lindo te ves, bonita sonrisa, me gusta tu amistad, admiro de ti tu perseverancia, etc. Las personas que sean «encantadas» se quedarán en *stop*.

«La fotografía»

Los participantes formarán tríos. El guía les pedirá que tomen un lugar del espacio y que conversen en su grupo acerca de la fotografía de cada uno de los integrantes, qué relato hay detrás de esa foto. Posteriormente, se le pedirá a cada grupo que una de las fotos tenga un relato que no sea real. El público tendrá que adivinar quién de los integrantes está contando una historia falsa.

Este ejercicio ayudará a que los integrantes puedan desarrollar más confianza y, además, se verá la conexión real del integrante con su foto. Así también, la actuación de la persona quien relata la historia falsa.

«El objeto personal»

Este ejercicio lo inventé en una exploración que aprendí en curso llamado «Composición escénica». Las integrantes se formarán en tríos y contarán acerca de su objeto y su valor. Luego, tendrán un tiempo para explorar cuatro movimientos que se puedan hacer con el objeto. Elegirán contar un relato breve en el momento que estén realizando los movimientos. Posteriormente, tendrán que mezclar los tres relatos, objetos, movimientos y crear una secuencia aún más grande con su grupo. Luego se mostrará el trabajo logrado.

«Testimonio-actuamos»

Se volverá a realizar esta dinámica, pero esta vez las palabras que intervengan tienen que ser propuestas por el guía. Se formarán tríos. El participante contará la historia hasta que el guía lo detenga y pida a los otros dos participantes que improvisen el testimonio previamente relatado. Luego, el guía pedirá nuevamente al participante que siga contando su testimonio y

esta persona podrá inspirarse en lo actuado previamente. De esta manera, lo harán los otros integrantes también.

Las palabras son las siguientes:

- Muerte
- Matrimonio
- Libertad
- Dios
- Alcohol
- Drogas

Se hizo elección de estas palabras, porque son temas que antes no han sido mencionados y esto servirá como parte de su proceso de rehabilitación, puesto que usarán su propia historia para escenificarla.

«Música favorita»

Para finalizar la última sesión, se les pedirá a los participantes que caminen por todo el espacio y previamente se les pedirá decir cuál es su canción favorita. El guía pondrá las canciones, y recalcará que cada uno de ellos sabe qué canción eligió; así, en el momento que los participantes sientan que es apropiado contarán un breve relato sobre esa canción o las sensaciones que la música les sugirió. Después, de manifestar la historia, todos sus compañeros abrazarán a la persona.

Actividad de cierre

Se hará un círculo de reflexión y luego se les pedirá a los participantes que respondan las siguientes preguntas: ¿Cómo se sintieron en el taller? ¿Cómo fue su experiencia con este taller de teatro? ¿Qué cambios vieron en ustedes? ¿Ayudó con su proceso personal? En este momento, el psicólogo tendrá la libertad de acercarse a cualquier participante que requiere de su ayuda o el participante acercarse a él (ella) si desea contar más sobre su historia o hacerle otra consulta. En este tipo de sesiones que son más personales, es necesaria la asistencia del especialista.

7. Conclusiones

El presente trabajo posee un gran valor en su metodología para el trabajo pedagógico y de trabajo social a través del teatro, permitiendo que las mujeres en rehabilitación del Centro Aciacrist y otros grupos con la misma problemática eduquen sus competencias socioemocionales a través de las sesiones planteadas. A continuación, se exponen las principales conclusiones al evaluar la consecución de los objetivos planteados al inicio del trabajo investigativo.

En primer lugar, se diseñó una propuesta de intervención basada en los elementos sustanciales y técnicas del teatro llamada «Todos podemos actuar». En ella se recopilan ejercicios diseñados por la investigadora; así como, del teatro del oprimido de Augusto Boal y del teatro testimonial. La elección se hizo con el objetivo de educar las competencias a distintos rangos de edades y que las participantes puedan tener la experiencia de conectar con su lado creativo, imaginativo, explorar su expresión corporal y aprender a realizar trabajos grupales.

La metodología del teatro del oprimido de Boal ofrece al participante la posibilidad de actuar en la propia escena, utilizando episodios de su vida y problemas colectivos para ofrecer un hecho teatral en una dimensión nueva: terapéutica, social y pedagógica. Así también, los ejercicios del teatro testimonial permiten indagar en sus experiencias personales para construir una identidad sólida como parte de su rehabilitación en un escenario y, de este modo, conectar con sus emociones y sueños. Todo esto puede conducir a un cambio en su desarrollo integral.

Para cumplir con el objetivo específico que es «analizar el trabajo de distintos proyectos en donde esté involucrado el teatro en el trabajo social dirigido a distintos grupos de personas», se consideró importante la revisión de distintas fuentes planteadas en el marco teórico. Ello permitió comparar distintos procesos creativos de talleres de teatro dirigidos a reclusos, pacientes psiquiátricos, personas con problemas de drogas, personas con cáncer y adolescentes de secundaria. Esto ha permitido desarrollar una propuesta innovadora, puesto que sus metodologías han sumado a nuestra investigación para conocer ejercicios teatrales que han impactado a los participantes en su crecimiento de desarrollo integral.

De igual forma, se ha conseguido cumplir con el objetivo específico «indagar en distintas metodologías que involucran los elementos sustanciales del teatro como vehículo de aprendizaje, considerando la proyección y creación de una pieza de teatro como producto final de los participantes». Se validaron los elementos sustanciales del teatro como un primer acercamiento que permite una ayuda en su proceso de rehabilitación de las participantes. Los más estudiados fueron los siguientes: la expresión corporal, la expresión verbal y la dimensión lúdica.

Asimismo, queda evidenciada la estructura de las sesiones en las que las participantes tendrán un primer acercamiento a su instrumento corporal y consciencia de sus estructuras musculares. Cabe recalcar que se ha llevado a cabo una propuesta que contiene actividades para que las participantes no solo aprendan de manera individual, sino colectiva. La función del taller es que ellas refuercen sus vínculos de amistad, pues al compartir sus testimonios transmitirán sus historias personales, sus miedos, frustraciones y sueños. Así, las fotografías y objetos personales serán los materiales biográficos de las participantes para mostrar lo tangible de sus propios recuerdos, un pasado que lo traerán a su presente para indagarlo en las sesiones y, así, reconstruir sus escenas de vida. Todo ello a partir de rememoraciones que pueden ser dolorosas o felices.

Finalmente, para nuestro último objetivo específico que es «realizar una propuesta didáctica concreta de aplicación en un centro de rehabilitación para mujeres destinada a edades entre 14-20 años o 20 años a más, como proyecto de mejora del aprendizaje y el desarrollo integral», se ha ofrecido una metodología de aprendizaje válida para el rango de edades establecido. Así también, se puede conocer en profundidad en las sesiones 1-6: «Nos conocemos», «Explorando nuestro cuerpo», «Juego y creatividad con el cuerpo», «Concentración y confianza», «Las caminatas» y «Expresión verbal». Es importante mencionar que los ejercicios propuestos están destinados a cualquier rango de edad porque exploran los elementos sustanciales del teatro como la imaginación, la convención, el trabajo grupal y las emociones.

Por el contrario, las sesiones 7-10 («El testimonio», «Sueños y lugares favoritos», «Un acercamiento a la escenificación testimonial» y «Los objetos de memoria personal») están orientadas a mostrar vivencias personales. Esto puede presentar una dificultad en las participantes con un rango de edad más joven, pero es subjetivo, puesto que una adolescente puede recopilar muchos sucesos que han marcado su lado emocional, profesional y familiar.

Me gustaría agregar que los ejercicios planteados en la sesión de «Sueños y lugares favoritos» permiten que las participantes se motiven a seguir llevando su tratamiento de rehabilitación, ya que comparten la misma problemática. Esto es así porque los ejercicios permiten imaginar un futuro cercano y teatralizarlo para compartir un discurso colectivo, empleando su expresión corporal y verbal.

Teniendo en cuenta lo mencionado, se puede concluir que el Trabajo de Fin de Master me permitió descubrir que el taller de teatro «Todos podemos actuar» dotará de una serie de aprendizajes a las participantes. Finalmente, son ellas quienes lograrán aplicar a su vida cotidiana todo lo aprendido: la conexión con su «niño interior» a partir del juego, conocerse a sí mismas a partir de sus propias vivencias, verbalizar sus emociones en los testimonios, poder expresarse con libertad sin miedo a ser juzgadas, alcanzar mayor confianza y seguridad, lograr mayor tolerancia y poder trabajar en equipo en beneficio de la comunidad.

8. Limitaciones y Prospectiva

El desarrollo del presente trabajo ha encontrado pocas limitaciones. En primer lugar, la propuesta de intervención requiere de un espacio más amplio para todos los ejercicios propuestos en las sesiones. El Centro de Rehabilitación para mujeres Aciacrist, cuenta con un pequeño cuarto que limita las posibilidades de exploración, sobre todo en las primeras sesiones donde los objetivos son el juego escénico y el reconocimiento de la expresión corporal.

Asimismo, el número de participantes también es un aspecto importante a evaluar. En el centro se cuenta con un número de once mujeres. Cabe resaltar, que es una cantidad recomendable para un taller, pero un número ideal deberían ser mínimo seis participantes y un máximo de doce personas para poder trabajar a profundidad cada elemento sustancial del teatro. Sobre todo teniendo en cuenta que se comentan vivencias personales y se debe dar un tiempo razonable a cada participante para lograr los objetivos propuestos.

De este modo, es necesario que la persona que guie el taller de teatro «Todos podemos actuar» sea un profesional del teatro que conozca de los temas que se estén desarrollando para que pueda adaptar la metodología acorde a las características, personalidades, virtudes y deficiencias del grupo que está interviniendo. Resulta importante también la figura del psicólogo, quien hará un acompañamiento durante todas las sesiones para ser un respaldo a cada participante.

Por otra parte, la presente investigación abre caminos a la creación de nuevas propuestas de intervención para distintos grupos de personas. Así, esta propuesta podrá ser ejecutada en otros proyectos y será pasible de analizar sus hallazgos, así como, los beneficios que obtendrán las participantes al llevar este taller. También podría añadirse a este proyecto, la creación de una obra de teatro en base a testimonios de las participantes, siempre y cuando se pueda encontrar un tema en común que las motive y sea el impulso creativo de una puesta en escena. En este caso se podrían utilizar recursos escénicos como la música, las fotografías, los objetos, la expresión corporal y la actuación de sus propias vivencias. Finalmente, se puede proponer una función donde ellas asuman la experiencia del actor o actriz, e invitar a un público cercano a las participantes, para evaluar su comportamiento.

Referencias bibliográficas

- Alcalá, S. (2015). *El teatro musical como vehículo para desarrollar la competencia social en secundaria* [Trabajo fin de máster]. Universidad Internacional de la Rioja.
- Alfaro, L. & Sura, C. (2007). *Teatro Comunitario como Proceso de transformación social* [Tesis para optar al Grado de Licenciada en Trabajo Social]. Universidad Tecnológica Metropolitana.
- Alva, J. (2018). *Teatro Comunitario como proceso de transformación social* [Tesis para optar al título de Licenciado en Educación]. Universidad Nacional de Educación.
- Ávila, F. (2015). *Evaluación del teatro con máscaras como dispositivo grupal de tratamiento de adolescentes con consumo problemático de drogas privados de libertad* [Tesis para optar al máster en psicología clínica]. Universidad de la República.
- Benito, E. (2017). *Propuesta de Intervención Teatral para la adquisición de habilidades de interacción social dentro del Módulo de Mujeres del Centro Penitenciario de Valladolid*. [Tesis Master Universitario en Estudios Avanzados de Teatro]. Universidad Internacional de la Rioja.
- Boal, A (2001). *Juegos para actores y no actores*. Editorial: Alba
- Boal, A. (1974). *Teatro del Oprimido y otras estéticas políticas*. Buenos Aires: Ediciones de la Flor.
- Boal, A. (2004). *El Arcoiris del Deseo: del teatro experimental a la terapia*. Editorial Alba.
- Brook, P (1968). *El espacio vacío*. Barcelona: Ediciones de Bolsillo.
- Caillois, R. (1986). *Los juegos y los hombres*. México D.F: Fondo de Cultura Económica.
- Carrasco Madariaga, J. (2004). *Máscaras y expresión corporal, un vehículo al teatro del alma: una experiencia de la Unidad de Rehabilitación del Instituto Psiquiátrico*. Revista Chilena de Terapia Ocupacional, (4), Pág. 56 - 65. doi:10.5354/0719-5346.2010.163
- Chein, D.J., & Kaliman, R.J (2006) *Identidad: Propuestas conceptuales en el marco de una sociología de la cultura*. Tucumán: Universidad Nacional de Tucumán.
- Condori, J. (2018). *Vulnerabilidad en escena: memoria comparada del proceso creativo del performer a partir de cuatro montajes testimoniales peruanos* [Tesis para optar el título profesional de licenciada en teatro]. Pontificia Universidad Católica del Perú.

- Corvalán, M. (2008). *Acercamiento a un Sistema Básico de Trabajo de Actuación para Reclusos* [Memoria para optar al título de actor]. Universidad de Chile.
- Giménez, J. (2002). *La sociedad, teoría e investigación empírica*. Editorial Centro de Investigaciones Sociológicas.
- Grass, M. (2014). Performance de la memoria/Teatralidad del testimonio: la puesta en escena del archivo FASIC. Vol. 12, No. 1, 107-124. <https://acontracorriente.chass.ncsu.edu/index.php/acontracorriente/article/view/1304/2228>
- Hernández, I. (2012). *El teatro como herramienta en el trabajo social* [Trabajo final de grado]. Escuela Universitaria de Trabajo Social.
- Laban (1984). *El análisis del movimiento Laban*. Barcelona: Alba
- Larrain, D. & Tapia, S. (2016). *Sistematización de una experiencia. Quebrando Esquemas y Venciendo el miedo: Teatro espontáneo como una práctica de resistencia y legitimación social* [Trabajo para optar al máster de terapia ocupacional]. Universidad Andrés Bello.
- Lazo, M. (2016). *Evaluación del impacto, repercusión social y proyección a futuro del proyecto teatro móvil reheart* [Trabajo final para la obtención del Título Licenciado en Comunicación]. Universidad Casa Grande.
- Lecoq, J (2003). *El cuerpo poético*. Barcelona: Alba
- McCallion, M (1999). *El libro de la voz*. Barcelona: Ediciones Urano
- Motos, T y Ferrandis, D. (2015). *Teatro Aplicado: Teatro del oprimido, teatro playback, dramaterapia*. Editorial Octaedro.
- Motos, T. (2009). Augusto Boal: integrador del teatro, del activismo social y político, de la educación y la terapia. *Ñaque. Expresión Comunicación Educación*.
- Motos, T. (2009). *El teatro en la educación secundaria: fundamentos y retos*. *Creatividad y sociedad*, n 14, pp.1-35.
- Osorio, C. (2014). *Biodrama: Teatralidad liminal en el trabajo de Teatro Kimen* [Tesis para optar al título de actriz]. Universidad de Chile.
- Pastor, L. (2007). *Nosotras no somos malas: El teatro como recurso comunicacional y estrategia socioeducativa para romper estigmas y generar encuentros. Experiencia en*

Diseño de Intervención: taller de teatro «Todos podemos actuar» para mujeres en rehabilitación del Centro Aciacrist, Lima, Perú

el Centro Juvenil «Santa Margarita» [Tesis para optar el título de licenciada en Artes Escénicas]. Pontificia Universidad Católica del Perú.

- Pastor, L. (2019). *La acción artística como producción narrativa: subjetividades, performance y experiencia en el Penal Modelo Ancón II*. Revista Conexión. (pp. 113 - 135). Recuperado de: <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/conexion/issue/view/1601>
- Pavis (2014). *Diccionario de la Performance y del Teatro Contemporáneo*. Editorial: Toma
- Prentki, T., & Preston, S (2009). *The applied theatre reader*. New York: Routledge
- Saba, V. (2020). *El teatro como apoyo complementario al tratamiento químico en mujeres con cáncer para la reinterpretación positiva, aceptación y afrontamiento de sus efectos secundarios físicos y emocionales* [Tesis para optar el título profesional de licenciada en teatro]. Pontificia Universidad Católica del Perú.
- Sabugal, P. (2014). *El teatro documental: Una apuesta en escena* (Grado de maestría en comunicación). Recuperado de: <http://ri.iberomex.mx/bitstream/handle/iberomex/651/015960s.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Sánchez, J. (2009). "Investigación y experiencia". En *Metodologías de la investigación creativa en artes escénicas*. Estudios escénicos: quaderns de L'Institut del teatre,35,327-335. Recuperado de: https://redit.institutdelteatre.cat/bitstream/handle/20.500.11904/615/EE35CAS_Jos%C3%A9%20Antonio%20S%C3%A1nchez_Investigaci%C3%B3n%20y%20experiencia%20-%20M.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Schinca, M (2000). *Expresión corporal: (técnica y expresión del movimiento)*. Barcelona: Praxis.
- Schutzman, M., & Cohen-Cruz, J. (2002). *Playing Boal*. Routledge.
- Sierra, L. (02 de Febrero de 2020). *Teatro Aplicado para el cambio social Un Área de Oportunidad en el estudio del teatro actual*. <https://www.ensad.edu.pe/wp-content/uploads/2021/09/cined-13-Laura-Sierra.pdf>
- Stanislavski, K (2003). *El trabajo del actor sobre sí mismo en el proceso creador de la vivencia*. Barcelona: Alba.

- Trujillo, P. (11 de Diciembre de 2021). *Teatro Social, Teatro de lxs Oprimidxs, qué es*. Salamandra Cia Teatro Social. <https://www.salamandrachteatro.social/teatro-social-teatro-de-lxs-oprimidxs-que-es/>
- Vega, A. (2015). Posibilidades del teatro en la intervención social orientaciones para la práctica. *Documentos de Trabajo Social*, 55, 2173-8246.