

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA - MANAGUA**

**FACULTAD REGIONAL MULTIDISCIPLINARIA DE MATAGALPA**

**UNAN FAREM MATAGALPA**



**MONOGRAFÍA PARA OPTAR AL TÍTULO DE LICENCIADAS EN TRABAJO SOCIAL**

Tema

El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social, Matagalpa  
Septiembre 2014 a Noviembre 2015

Autoras

Jossel Regina Laguna Dávila

Norvia Marina Roa Zeledón

Tutora

Msc. Julieta Kühl Barillas

Matagalpa, Febrero 2016

## **Agradecimiento**

Primeramente nos gustaría agradecerle a Dios por ser nuestro respaldo y fortaleza en los momentos de debilidad, gracias por ser la luz que ilumina nuestro camino, gracias por hacer realidad este sueño anhelado.

Infinitas gracias a nuestros padres que con su amor y dedicación nos han impulsado a seguir adelante. Gracias por la confianza depositada y por siempre apoyarnos.

Gracias al Colectivo de Mujeres de Matagalpa y a las personas que son parte del Teatro Espontáneo que con su apoyo se hizo posible realizar esta investigación.

Muchas gracias a nuestra tutora Julieta Kühn Barillas por la paciencia, el interés y la dedicación que nos brindó, por su visión y por su rectitud en su profesión como docente, por sus consejos que nos ayudaron a formarnos como personas e investigadoras.

Agradecemos a cada uno de los profesores que incidieron en el proceso de cambio interno, gracias por su compromiso y por las huellas que dejan en nosotras.

## **Dedicatoria**

Esta tesis se la dedico a mi Dios, quién me ha guiado por el buen camino, me ha dado fuerzas para seguir adelante y no desmayar en los problemas que se presentaban, enseñándome a encarar las adversidades sin perder nunca la dignidad ni desfallecer en el intento.

A mi familia quienes por ellos soy lo que soy. A mis padres Anne Marina y Norvin José, por su apoyo, consejos, comprensión, amor, ayuda en los momentos difíciles, y por ayudarme con los recursos necesarios para estudiar. Me han dado todo lo que soy como persona, mis valores, mis principios, mi carácter, mi empeño, mi perseverancia, mi coraje para conseguir mis objetivos.

A mis hermanas Noreydie y Norannie por estar siempre presentes, acompañándome para poderme realizar. A mi sobrina Ariannie Isabella, quien ha sido y es mi motivación, inspiración y felicidad.

A mi novio, Yader Joel, quien ha estado conmigo en todo momento, quién con sus palabras me ha animado a seguir, y su amor me ha fortalecido en los momentos más difíciles.

Norvia Marina Roa Zeledón

## **Dedicatoria**

Esta tesis se la dedico especialmente a Dios, por estar conmigo en cada paso que doy, por fortalecer mi corazón e iluminar mi mente, agradezco por haber puesto en mi camino a aquellas personas que han sido de ayuda y compañía durante todo el periodo de estudio.

A mis padres Juan Laguna Cano y Mercedes Dávila por ser pilar fundamental en todo lo que soy, en mi educación tanto académica, como de la vida, por su incondicional Amor y apoyo en todo tiempo. Gracias mami y papi porque ustedes son mi ejemplo a seguir, son mi mayor Bendición.

A mi hermana Karina Laguna porque siempre está presente en cada momento de mi vida, por motivarme a seguir adelante y apoyarme en cada decisión tomada. Eres la mejor hermana que Dios pudo regalarme.

A mis Abuelas Regina Cano y Antonia Laguna, que aunque ya no están conmigo fueron parte fundamental durante este proceso de aprendizaje, gracias por cada palabra de aliento, gracias por todo el Amor y dedicación que me brindaron.

Jossel Regina Laguna Dávila

## **Resumen**

El presente documento recoge el proceso de investigación que aborda de qué forma el Teatro Espontáneo aporta a la transformación social; el mismo se desarrolló entre los meses de Septiembre 2014 a Noviembre 2015. Como estudiantes de trabajo social, observamos el potencial del Teatro Espontáneo como una vía para generar transformaciones sociales y al no encontrarse nada al respecto en la formación académica, surge la inquietud de investigar sobre los alcances de esta herramienta. Durante el proceso de investigación, conocimos la aplicación del Teatro Espontáneo en comunidades rurales, sus características y efectos, son parte de lo que describimos en este documento. La investigación se trabajó con el paradigma interpretativo, con enfoque cualitativo, es de tipo descriptiva, de corte transversal. Nuestra población son las actrices y el público del área rural como de la urbana. Para la obtención de información se utilizaron los métodos de la observación, la entrevista y el grupo focal. Se llegó a la conclusión de que el Teatro Espontáneo les ha aportado a las actrices mayor seguridad, han desarrollado el arte de la escucha activa y su creatividad ha aumentado, esto les ha ayudado a resolver conflictos internos y a tener una visión más amplia para solucionar problemas de la vida diaria. A las y los participantes les ha beneficiado en la salud emocional y física, facilitando la participación individual y colectiva mediante la libertad de expresión y el empoderamiento. El teatro es un excelente recurso para crear conciencia social sobre diferentes situaciones que afectan nuestra calidad de vida.

Palabras claves: Teatro Espontáneo, Transformación social.

## **Índice**

I. Introducción .....	1
II. Antecedentes .....	4
III. Justificación .....	6
IV. Problemática .....	8
V. Objetivo general: .....	9
VI. Marco Contextual .....	10
VII. Marco Epistemológico .....	11
VIII. Marco referencial .....	12
IX. Preguntas directrices .....	35
X. Diseño metodológico .....	36
XI. Análisis y discusión de los resultados .....	41
XII. Conclusiones.....	71
XIII. Recomendaciones.....	72
XIV. Bibliografía .....	73
Anexos .....	78

## **Índice de Imágenes**

Imagen 1: Grupo de actrices del Teatro Espontáneo.....	41
Imagen 2: Las actrices representando una historia.....	42
Imagen 3: Las actrices personificando una experiencia.....	44
Imagen 4: Grupo EmocionArte actuando una vivencia.....	45
Imagen 5: Participante del Teatro Espontáneo Comunitario compartiendo su historia.....	47
Imagen 6: Protagonista contando su historia.....	50
Imagen 7: Una de las actrices compartiendo una historia.....	52
Imagen 8: Actriz escenificando una experiencia.....	54
Imagen 9: La directora junto a un niño protagonista.....	57
Imagen 10: Pobladores de una comunidad participando en el Teatro Espontáneo Comunitario. .....	61
Imagen 11: Participante del Teatro Espontáneo Comunitario.....	62
Imagen 12: Grupo EmocionArte poniéndole cuerpo a una historia.....	65
Imagen 13: Grupo EmocionArte escenificando una experiencia.....	67
Imagen 14: Pobladores de “Mi Tierra” representado una historia.....	68
Imagen 15: Pobladores de “Mi Tierra” en una escena.....	69

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*



## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

“Hay historias que no se escriben en los libros, que no figuran en la prensa, que no salen en la tele. Trazos escritos en libretas, agendas y papeles. Imágenes que anidan en un álbum de familia, o pueblan los recuerdos de la gente. Esos hilos tejen la trama que habla de los pueblos, se anudan y entrelazan configurando la identidad de las personas y uniéndolas en hebras se reflejan el latir del corazón colectivo”. (Davis, 2015)

## **I. Introducción**

El Teatro Espontáneo, es una forma de teatro que se diferencia del convencional, en que no existe un guión, se trabaja de forma colectiva, y cada quien es protagonista de su propia historia, el público cuenta sus experiencias, historias, ideas y el grupo de actrices que está en el escenario, devuelven imágenes y escenas improvisadas, que reflejan la esencia de lo que el público ha compartido. Aportando así, una nueva perspectiva de lo que vive la persona.

Durante el proceso de investigación se analizó cómo el Teatro Espontáneo aporta a la transformación social, la aplicación del mismo tanto en la zona urbana, como en las comunidades rurales, exploramos las características de las presentaciones y efectos que genera en el público el participar en las sesiones, así también lo que las actrices han aprendido al trabajar en ambos contextos. Vemos cómo el expresar y compartir las experiencias de vida, el relacionarse con personas de diferentes edades puede generar muchos efectos positivos en la salud. Con el Teatro Espontáneo todas las partes se enriquecen mediante las memorias compartidas. A través de esta técnica se trabajan fenómenos sociales con el objetivo de crear conciencia en la población.

Nuestra investigación se realizó en El Colectivo de Mujeres de Matagalpa, que es una asociación sin fines de lucro, que tiene como misión incidir en la transformación social potenciando los logros alcanzados, renovando las relaciones entre las personas para ejercer con conciencia y sentido crítico la aplicación y respeto de todos los derechos de la humanidad, haciendo énfasis en los de las mujeres y niñez. Elaborando propuestas de ampliación de las mismas que fomenten relaciones de prácticas de libertad, justicia, respeto y equidad. El Colectivo de Mujeres cuenta con 4 programas, uno de ellos es el Teatro Espontáneo, que realizan a través del grupo “EmocionArte”, el cual se presenta en sus propias instalaciones en Matagalpa, una vez al mes y en las Comunidades rurales en los procesos de evaluación y cierre a finales de cada año.

## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

Si bien, en varios países latinoamericanos han retomado la idea de Jacob Levi Moreno de utilizar el Teatro Espontáneo como una herramienta clave en los procesos de transformación social, en nuestro país la única experiencia con el mismo es la que desarrolla el Colectivo de Mujeres de Matagalpa, razón por la cual decidimos realizar esta investigación en la que se pretende indagar los aportes que ha hecho el Teatro Espontáneo tanto a nivel personal de las actrices como las transformaciones que han tenido las y los participantes. Nos preguntamos el por qué en Nicaragua no existen investigaciones sobre éste tema, el Teatro Espontáneo no es algo nuevo, pero en nuestro país no se proyecta, y vemos que es algo tan necesario para que las instituciones lo tomen como método para la transformación en las comunidades, ya que es una metodología participativa, reflexiva y vivencial donde no existen formadores sino facilitadoras del proceso.

Ésta investigación se trabajó con el paradigma interpretativo con un enfoque cualitativo porque consideramos que es más apropiado para estudiar los fenómenos sociales, ya que permite la participación democrática y comunicativa entre los protagonistas de la investigación. Es explorativa porque en Nicaragua es un tema novedoso y no se cuenta con investigaciones previas, sólo con experiencias de otros países que han investigado sobre el Teatro Espontáneo.

La población sujeto de la investigación es el grupo EmocionArte, conformado por siete actrices. Y los participantes del público de Teatro Espontáneo y el Teatro Espontáneo Comunitario.

El documento de investigación se estructura de la siguiente manera; primero se encuentra la Introducción, que fundamenta el sujeto de estudio y la estructura del documento, luego están los antecedentes donde se presenta información proveniente de investigaciones realizadas en otros países, posteriormente la justificación donde se explica de forma convincente el motivo por el qué y para qué se realizó dicha investigación, luego se describe el planteamiento del problema donde se detalla cómo, dónde y cuándo surgió el tema de investigación, a continuación los objetivos que

## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

definen claramente lo que queremos lograr. Después el marco teórico donde se fundamentan las variables como categorías y dimensiones, y se muestra el análisis de las experiencias de diferentes autores. Luego se muestran las preguntas directrices que están vinculadas a los objetivos que sirven para identificar lo que se desea alcanzar. A continuación está el diseño metodológico que muestra el tipo de estudio según paradigmas y enfoques, el corte de la investigación, la población, las técnicas de recolección de la información, los instrumentos que se utilizaron para la recolección de la información, las técnicas para el análisis de la información y por último el sistema categorial. Más adelante, el análisis y discusión de los resultados que se hace de acuerdo a los objetivos, se hace un contraste de la teoría con los resultados, enseguida se encuentran las conclusiones que se derivan del análisis e interpretación de los resultados del estudio. Posteriormente se muestran las recomendaciones que se hacen a partir de las conclusiones. Por último la bibliografía, que son las fuentes bibliográficas utilizadas según las normativas APA.

## **II. Antecedentes**

El aporte del Teatro Espontáneo a los procesos de transformación social ha sido estudiado en diferentes contextos.

Se realizó una investigación en la Habana, Cuba con el objetivo de sistematizar la experiencia representativa de Teatro Espontáneo Comunitario como un recurso para el desarrollo de las comunidades. Este estudio concluyó que la representación teatral improvisada o acción dramática espontánea, se sigue constituyendo como un medio de significativo impacto para diversificar formas expresivas, generar mecanismos comunicacionales adecuados y proyectar procesos creativos. Al ser articuladas en dispositivos comunitarios, inciden directamente en estimular la participación social. El Teatro Espontáneo Comunitario se puede considerar un recurso metodológico para el desarrollo de las comunidades. (Lara, 2010)

Por otra parte, en Puerto Rico se publicó un artículo por Ortíz (2014) titulado “Teatro Espontáneo como facilitador de nuevas emociones que impulsan creatividad versátil” analiza que el teatro nos ayuda a explorar y a crear procesos espontáneos y orgánicos, a menguar lo negativo del conformismo y el desánimo que pudre el alma. Por esta razón cualquier ambiente es un detonante de nuevas ideas, en cualquier espacio se hace teatro. En el proceso de enseñanza se deben presentar diferentes estilos, no se debe imponer. El teatro otorga la libertad de ser genuino para luego poder encarnar a cualquier personaje. Cada persona es libre de escoger su máscara pero antes de seleccionarla tiene que quitarse la que le han impuesto. Para afirmar emociones y tener una creatividad cambiante hay que consolidarse al Teatro Espontáneo.

A pesar de que a partir de los años 90 ha habido en Nicaragua un fuerte movimiento de grupos sociales no se han realizado estudios sobre el Teatro Espontáneo en Nicaragua. Consideramos que esto se debe a que se desconoce la existencia del Teatro Espontáneo y su importancia. Vemos que el único lugar en el que se realiza Teatro Espontáneo es El Colectivo de Mujeres de Matagalpa, quienes lo utilizan como

## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

metodología para la transformación social. Este grupo ha hecho propuestas para introducir el Teatro Espontáneo como una asignatura en las carreras de enfermería y trabajo social de la UNAN FAREM Matagalpa, ya que están conscientes de los efectos que genera, aportando al desarrollo de las personas. Sin embargo esto aún no se ha materializado.

Como antecedentes metodológicos realizamos en el año 2013 una investigación en el Asilo de Ancianos de Chagüitillo con el título de “Indagar las repercusiones que tiene el abandono físico de los adultos mayores en su estado emocional”. Con éste estudio, de enfoque cualitativo, identificamos que los ancianos se sienten tristes y angustiados por el futuro, le temen a la muerte, se vuelven personas sensibles y caen en depresión afectando su salud, su percepción de estímulos y sensaciones. (Laguna, López, Roa, 2013)

En el año 2014 realizamos una investigación acción participativa en el Asilo de Ancianos de Chagüitillo con el título “Conocer sobre las actividades recreativas que realizan los ancianos y las repercusiones que éstas traen a su estado emocional”. Con las actividades lúdicas que realizamos logramos reforzar la confianza con los ancianos, disfrutar de sus talentos y aprender que detrás de todo hay una historia. Los ancianos jugaron recordando su infancia, demostraron sus habilidades y destrezas, disfrutaron al conversar con nosotras sobre sus gustos. Los ancianos usaron su creatividad en todas las actividades y aprendieron a transmitir sus sentimientos de diferentes formas. (Laguna, López, Roa, 2014)

Después de la experiencia vivida en estos procesos y habiendo realizado búsquedas de estrategias y actividades de intervención que favorezcan los procesos de transformación social, encontramos en la temática del Teatro Espontáneo un elemento que puede enriquecer futuros procesos de investigación con metodologías cualitativas y participativas.

### **III. Justificación**

Con ésta investigación pretendemos indagar de qué forma el Teatro Espontáneo aporta a la transformación social. Ésta investigación nació a raíz de asistir a una presentación de Teatro Espontáneo y de poder ver el potencial que tiene el teatro, ya que trabaja con diferentes historias donde surgen distintas emociones y cada una es representada desde el respeto a la subjetividad. Como estudiantes de Trabajo Social consideramos de gran importancia trabajar y profundizar en temas que conduzcan a la transformación social.

En otros países como Cuba (Lara, 2010) y Puerto Rico (Ortíz, 2014), el Teatro Espontáneo es valorado como un instrumento eficaz para promover transformaciones sociales. Las diferentes experiencias que comparten los distintos actores, hacen notar que el Teatro Espontáneo ha hecho transformaciones en las diferentes personas que participan en él. No obstante, en Nicaragua solamente existe un grupo de Teatro Espontáneo, el cual forma parte del Colectivo de Mujeres de Matagalpa. Consideramos importante investigar cómo el programa de Teatro Espontáneo que tiene el Colectivo de Mujeres está ayudando a las actrices y los efectos que genera en el público que asiste a las presentaciones.

Observamos que no existen investigaciones realizadas en Nicaragua sobre el Teatro Espontáneo y estimamos que es de gran importancia para la transformación social. Este tipo de teatro nos da la posibilidad de un nuevo espacio para realizar una intervención comunitaria, sumando la posibilidad de cambiar la manera de comunicarse entre las comunidades y los profesionales, ya que utilizando el trabajo teatral las comunidades diagnostican, identifican y recuperan conocimiento. Hay que reflexionar la manera de incluir ésta herramienta en la formación de los trabajadores sociales, para que los futuros profesionales adquieran los conocimientos que les permitan introducir el Teatro Espontáneo dentro sus proyectos, tanto de intervención como de formación.

Ésta investigación es de beneficio para el Colectivo de Mujeres ya que aportamos información para sus constantes procesos de evaluación y sistematización. A nosotras nos favorece en nuestro desarrollo profesional y personal porque durante todo el

## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

proceso investigativo hemos sido parte del programa de Teatro Espontáneo, lo que nos permitió aproximarnos al trabajo que este programa realiza con las comunidades rurales a fin de lograr una transformación social, esta experiencia nos ha ayudado a ampliar nuestros conocimientos y nuestra visión como trabajadoras sociales.

A las mujeres que asisten a las presentaciones de Teatro Espontáneo, la investigación les será de beneficio para que le saquen el mayor provecho a las obras de teatro, siendo conscientes que éstas traen efectos positivos para la salud emocional. Creemos que nuestra investigación servirá como material de apoyo para futuras investigaciones para los estudiantes de Trabajo Social, tanto a nivel de contenido, como a nivel metodológico.



#### **IV. Problemática**

Nos encontramos en un contexto que demanda constantemente profesionales con conocimientos actualizados, capaces de intervenir en las problemáticas que aquejan a la sociedad, con habilidades de comunicación y capacidad para el trabajo en equipo.

Estos requerimientos se hacen todavía más agudos en áreas como la nuestra, el Trabajo Social, en la que precisamos experiencias que nos permitan desarrollar herramientas de transformación en nuestras comunidades. Sin embargo, al acercarnos al final de nuestros estudios formales, hemos entrado en contacto con el mundo del Teatro Espontáneo, este encuentro nos llevó a la pregunta obligada: “¿por qué en ninguna de las asignaturas medulares de la carrera, se nos habló del Teatro Espontáneo como una forma de intervención social?”

Consideramos que la ausencia de temáticas tan importantes como ésta en nuestra formación, es un síntoma más, generado por la desconexión entre la academia y la vivencia de los procesos de transformación social en los terrenos reales. Situación lamentable, que de no corregirse seguirá provocando grandes decepciones tanto para los nuevos profesionales, como para las comunidades que los esperan.

Ante este panorama, hemos querido asumir el reto de explorar y compartir una herramienta que resulta valiosa para todo aquel que –como nosotras- esté decidido a hacer de éste, un mundo mejor. Por esa razón, como punto de partida, nos formulamos la siguiente pregunta de investigación:

¿De qué forma el Teatro Espontáneo aporta a la transformación social, en el Colectivo de Mujeres de Matagalpa, municipio de Matagalpa?

**V. Objetivo general:**

Analizar el Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social.

**Objetivos específicos:**

- ✓ Describir cómo el Teatro Espontáneo ha aportado a la transformación de las miembras del grupo.
- ✓ Identificar de qué forma el Teatro Espontáneo aporta a la transformación social.
- ✓ Explorar las diferencias entre las sesiones urbanas y rurales de Teatro Espontáneo.

## **VI. Marco Contextual**

El Colectivo de Mujeres de Matagalpa, es una asociación sin fines de lucro, que inició su caminar en 1986. Obtuvieron la personalidad Jurídica en 1990, registrada como Organismo No Gubernamental ante el gobierno Nicaragüense con el registro número 139 del Ministerio de Gobernación. Muchas mujeres han aportado en su construcción.

Desde su inicio defienden los derechos de la humanidad, especialmente los derechos de las mujeres.

Su misión es incidir en la transformación social potenciando los logros alcanzados, renovando las relaciones entre las personas para ejercer con coincidencia y sentido crítico la aplicación y respeto de todos los derechos de la humanidad, haciendo énfasis en los de las mujeres y niñez. Elaborando propuestas de ampliación de las mismas que fomenten relaciones de prácticas de libertad, justicia, respeto y equidad.

El Colectivo de Mujeres cuenta con cuatro programas, entre ellos el de Teatro Social que incluye el grupo de teatro Nuestra Cara, Teatro Informal, Teatro Joven y Teatro Espontáneo, así mismo, forman parte de este programa el Coro “Voz es Voces”, y la organización de los Festivales.

En el Colectivo de Mujeres de Matagalpa, el Teatro Espontáneo es utilizado como medio para transformar y recrear juntos nuevos mundos. Es una metodología, creativa e innovadora donde se pone vida nueva a las historias que habitan en la audiencia.

## **VII. Marco Epistemológico**

Al buscar en nuestras historias, no encontramos acercamiento alguno con distintas formas de teatro. Siendo muy honestas, ambas coincidimos en que a lo largo de nuestra carrera, cuando en alguna ocasión nos encontramos con docentes que nos animaron a hacer alguna dramatización, rehuimos de todas las formas posibles.

Examinándonos, creemos que la razón estuvo en que percibimos muy compleja la tarea de crear una historia y ponerle voz, transmitirla a través de una escena. En esos momentos dudábamos de encontrar la manera de “desenvolvernarnos” ante un auditorio.

El acercamiento con el Teatro Espontáneo, nos ha permitido constatar que mientras más auténtico es lo que queremos transmitir, resulta mucho más fácil hacerlo. Hemos visto que no se trata de qué tanto se ensaye una escena, sino, más bien, qué tanto sentimos, pensamos, creemos lo que representamos en ella.

Si bien, esta ha sido nuestra primera aproximación al Teatro Espontáneo, hemos podido experimentar sus efectos en nosotras mismas y por eso, como Trabajadoras Sociales nos posicionamos a favor de que se reconozca al Teatro Espontáneo como una herramienta metodológica de transformación social. Consideramos que debe estar incluida en toda experiencia formativa dentro del Trabajo Social y disciplinas afines.

## **VIII. Marco referencial**

“Al construir el marco teórico, debemos centrarnos en el problema de investigación que nos ocupa sin divagar en otros temas ajenos al estudio. Un buen marco teórico no es aquel que contiene muchas páginas, sino que trata con profundidad únicamente los aspectos relacionados con el problema, y que vincula de manera lógica y coherente los conceptos y las proposiciones existentes en estudios anteriores”. (Sampieri, 2014)

Retomando las ideas de Sampieri presentamos a continuación el marco referencial que surgió a partir de nuestro sistema categorial y que hemos construido a lo largo del proceso de investigación. Cabe señalar que la construcción de este apartado representó un reto importante para nosotras, dado que no hay en nuestro contexto otras investigaciones sobre Teatro Espontáneo.

### **8.1. Teatro Espontáneo**

#### **8.1.1 Caracterización del Teatro Espontáneo**

Veremos a continuación, algunas ideas de lo que es el Teatro Espontáneo y qué le caracteriza.

“El Teatro Espontáneo es un proceso de creación colectiva, originado en Viena en la década de los 20, de la mano de J. L. Moreno, con el propósito de revitalizar la creatividad y fortalecer las relaciones y roles sociales. Consiste en la escenificación de situaciones que surgen espontáneamente, sin preparación previa; no hay dramaturgo ni actores en el sentido tradicional; todos los participantes cumplen con estos roles siendo a la vez dramaturgos, intérpretes escénicos y narradores”. (Méndez, 2010)

En concordancia con Méndez, Winkler (2013) señala: “El Teatro Espontáneo constituye el psicodrama de los orígenes y es una forma original de teatro de improvisación dirigido a la creación colectiva, en que las personas cuentan acontecimientos reales de sus vidas y luego las ven representadas ante sus ojos. No hay un guion escrito, hay un espacio abierto para construir. Cualquier experiencia de la vida se puede contar y

representar en el Teatro Espontáneo, desde lo mundano a lo trascendente –lo cómico y lo trágico- y algunas historias pueden tener todos estos elementos”.

Las dos características esenciales, desde nuestro punto de vista, de esta forma de teatro es que en primer lugar, resulta de un proceso de creación colectiva, en el que no se requiere un guion, ni de alguien que asuma el rol de dirección; y en segundo lugar, el contenido de la presentación surge de las vivencias que expone el público de manera espontánea.

Destacamos estos dos elementos, pues consideramos que son los que hacen del Teatro Espontáneo una verdadera herramienta de transformación social. La creación colectiva de una escena, implica la apertura para que todas las visiones y sensaciones del grupo puedan converger, así como un diálogo en el que el grupo va encontrando el curso natural de una imagen o escena sin necesidad de que alguien dirija la misma; se requiere no solamente sacar a luz el potencial creativo del grupo de actores o actrices, si no también desplegar otros procesos de suma importancia, como –por ejemplo- distintos niveles de comunicación y escucha, la sensibilidad y la empatía ante diversas vivencias.

Todo lo antes mencionado, son elementos necesarios en cualquier proceso de transformación y construcción colectiva y no son fáciles de desarrollar, el Teatro Espontáneo permite el ejercicio de estos elementos y mejora la disposición de los grupos sociales para los procesos que emprendan colectivamente.

### **8.1.2. Objetivos del Teatro Espontáneo**

Como señalábamos al inicio del apartado anterior “El teatro espontáneo es un proceso de creación colectiva, originado en Viena en la década de los 20, de la mano de J. L. Moreno, con el propósito de revitalizar la creatividad y fortalecer las relaciones y roles sociales...” (Méndez, 2010) Al favorecer la construcción colectiva de una escena que forma parte de una historia personal, el Teatro Espontáneo rompe con las barreras de los silencios individuales, permite que cada persona del grupo evoque aquellas

## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

vivencias similares de las que pueden surgir distintas miradas sobre el hecho, mostrando principalmente, que no estamos solos, que siempre hay alguien cerca que puede sentirse identificado con lo que nos sucede, alguien con quien podríamos construir otras formas de compartir y/o solucionar nuestras dificultades.

Argurete (2009) refiriéndose al Teatro Espontáneo, señala que “Su objetivo es el de recuperar al sujeto protagonista de su historia, crear un posicionamiento crítico frente a modelos impuestos, recuperar el lazo social perdido, crear un espacio de resistencia cultural mediante la pertenencia a un conjunto creativo”.

En el Teatro Espontáneo se destaca que cada quién es protagonista de su vida, cada persona vive y actúa de la forma que le parece mejor. Cada persona tiene diferentes realidades, y diferentes cosas por las que luchar cada día, es ilógico que alguien ajeno imponga las formas en que debemos actuar ante cada situación.

Estamos constantemente inundados por imágenes prefabricadas e incoherentes que nos intoxican con fantasías irrealizables. La sociedad crea estereotipos, ideas deformadas en torno a lo que es superación o fracaso, lo que hace que el individuo se frustre al no encajar en los moldes preconcebidos.

El Teatro espontáneo contribuye a crear espacios para que las personas recuperen el derecho a expresarse y mostrar sus criterios sin que se les limite o juzgue por sus puntos de vista. Mediante las relaciones y el compartir experiencias se fortalecen los vínculos entre los participantes y se recupera la memoria histórica. Al devolverle la fuerza a la persona y al grupo, permite recordar que no se necesita de un sistema que decida el rumbo de nuestras vidas.

“Su objetivo último es la creación de un hecho estético, un acto de resistencia a la cultura impuesta, una provocación a una existencia conformista, un intento terapéutico de lo colectivo, una incursión por nuestra improvisación creativa, el placer infinito de escuchar historias al uso de nuestra infancia, cuando nos ayudaban a dormir conjurando todos los miedos”. (Argurete, 2009)

## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

Por lo tanto, el Teatro Espontáneo es una vía para que sus participantes exploren sus posibilidades, examinen otras miradas sobre una situación determinada, expresen sus emociones y criterios y no se dejen llevar por ideas pre-fabricadas por sectores dominantes en la sociedad. A partir de imágenes presentadas en escena, se aprende y se conecta con las emociones para dar lugar a la reflexión. El teatro espontáneo permite recordar nuestras propias historias, verlas y recrearlas en forma artística, les hace ver a los participantes que sus experiencias son importantes y que el hecho de expresarlas puede ayudarles a ellos y a los que la escuchan.

En este sentido, Vázquez (2014) expresa que el Teatro Espontáneo permite “Contactar con nuestras sensaciones, emociones y nuestras historias de vida y re-crearlas colectivamente en un ambiente de cuidado y lúdico. Explorar nuestro cuerpo físico, psíquico y emocional, su expresión creativa espontánea y ponerla al servicio de la improvisación. Desarrollar nuestra capacidad de juego y una escucha sensible tanto individual como colectiva como base para la creación colectiva espontánea. Realización de talleres participativos y funciones abiertas a nuestra comunidad, generando espacios de encuentros en el ámbito social y educativo.” En una realidad, donde se nos enseña a cercenar lo emocional para dar prioridad a lo racional, donde se minimiza el desarrollo y la expresión corporal, el Teatro Espontáneo ofrece un oasis donde podemos refrescar, nutrir, dejar fluir toda nuestra emocionalidad.

Resulta liberador compartir con otros y otras, aquellas emociones que hemos tenido que contener. El espacio de respeto a la libertad, a la subjetividad, a los cuerpos y a las ideas, ese espacio libre de juicios, hace del Teatro Espontáneo un laboratorio, donde no solamente podemos explorar nuevas formas de interpretar y expresar nuestras emociones, sino, además, donde experimentar nuevos ideales de convivencia social.

Vemos, pues, que el teatro espontáneo tiene muchos objetivos, todos dirigidos al desarrollo de nuestra esencia humana, al trabajarse en grupo, se promueve la socialización y la solidaridad, y todo esto posibilita la transformación social.



### **8.1.3. Efectos del Teatro Espontáneo**

Son diversos los efectos que genera el Teatro Espontáneo en las personas y grupos que le acogen. Describiremos a continuación algunos de ellos, no sin antes señalar que todos aquellos efectos benéficos a nivel individual, resultan también en un beneficio para los grupos sociales donde cada persona se desarrolla.

#### **8.1.3.1. Efectos terapéuticos**

“El Teatro espontáneo es arte, una creación estética colectiva, libre, que se sustenta en la grupalidad y presenta efectos terapéuticos, dado que no se sale de esa experiencia del mismo modo en que se entró en ella” (Garavelli, 2003) El Teatro Espontáneo devuelve a los participantes la sensación de libertad, proporcionándoles un espacio seguro donde pueden expresar sus ideas o experiencias, todo esto actúa como terapia, ya que hace sentir mejor a los que participan.

Cada día atravesamos por muchas dificultades, y a veces no expresamos los problemas que tenemos, y eso hace que nos sintamos peor. Caminamos con la carga y el paso es más lento. Al participar del Teatro Espontáneo las cargas se vuelven ligeras y nuestro paso más firme. Experiencias traumáticas o duelos guardados en el corazón, encuentran un espacio donde ser liberados, dejando su lugar a nuevas formas de ver la vida. En el Teatro Espontáneo el cuerpo y el alma se liberan.

Cabe señalar que “El mayor poder y efecto de las historias del teatro espontáneo se halla en la multiplicación de significados relacionados, que resuenan en el narrador, en los actores y en el resto del público presente.” (Salas, 2012) Dado que en el teatro espontáneo las historias representadas se perciben de forma distinta, y causan en cada persona sentimientos y respuestas variadas; nos ayuda a comprender que todas las personas hemos vivido diferentes experiencias y éstas nos han ido moldeando, y a partir de esto concebimos la vida. De esto depende que algunos temas o historias nos choquen o nos sintamos identificadas.

García (2014) expresa que “El teatro espontáneo tiene efectos terapéuticos asimilables a los surgidos de la participación en cualquier otra actividad artística, derivados de una actividad liberadora, lejos de la normativización” Al expresar de forma libre las ideas y emociones, sin discriminación ni prejuicios, se fortalece la auto-aceptación y el auto-respeto y la persona se siente mejor.

El Teatro Espontáneo es la búsqueda de nuevas formas de expresión lo cual nos da la posibilidad de crear juntos nuevos pensamientos, nuevas emociones y sensaciones, solo hay que estar abiertos a recibir nuevas experiencias y a viajar a nuevos mundos. Es interesante como el Teatro Espontáneo hace sentir mejores a las personas, y es que da la sensación de bienestar como cuando el pintor pinta en su lienzo, o el artesano realiza sus artesanías, permite recordar que podemos reinventar nuestros caminos y lo que queremos construir en nuestra vida.

### **8.1.3.2. Salud Mental**

“La salud mental se define como un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad.” (OMS, 2014) Por lo tanto cuando una persona está sana mentalmente, puede reconocer y potenciar sus capacidades y destrezas; es capaz de construirse un proyecto de vida y de trabajar constantemente en lograr sus objetivos.

Vemos que en el Teatro Espontáneo, al trabajar colectivamente se logra compartir ideas, sentimientos y emociones, lo que permite que nos veamos reflejados en distintas historias que nos sirven de espejo para identificar aquellas áreas de nuestra vida que requieren desarrollarse más, o bien aquellos objetivos que podemos reformularnos.

Cuando las personas ven en otras historias sus propias historias les permite reflexionar al ver desde otra perspectiva las experiencias. El Teatro Espontáneo no solamente nos

permite sanar aquello que aún duele, como planteábamos en el apartado anterior, sino también, nos permite ver aquello que está bien, pero que se puede mejorar.

### **8.1.3.3. Reflexión**

El Teatro Espontáneo da lugar a la reflexión, según Cabral (2014) la reflexión “Es la actividad consciente que intenta relacionar de nuevas maneras cada vez, conceptos, para llegar a nuevas conclusiones, o para actuar de determinada manera.” La reflexión se da a partir de un tema o una circunstancia vivida, en la que de una u otra forma nos vemos reflejados y nos permite pensar en diferentes formas de construir un desenlace diferente.

Sin duda alguna el Teatro Espontáneo da lugar a la reflexión de todos; protagonistas, actores y público presente. Cada historia representada se observa e interioriza, y genera cambios en la forma de pensar, lo que por ende transforma la perspectiva que se tenía sobre un hecho o una experiencia. Que las personas participantes reflexionen es uno de los objetivos del Teatro Espontáneo, se pretende que haya un análisis de lo puesto en escena y que no se vea sólo como una simple recreación.

Sin importar si lo que se representa en la escena es una emoción o si es una experiencia concreta, quienes observan reflexionan todas las posibilidades, descubriendo otras maneras de gestionar o compartir las vivencias.

### **8.1.3.4. Socialización**

“Las actividades lúdicas realizadas de forma grupal posibilitan recrearse socialmente, construyendo y consolidando vínculos interpersonales, facilitando el autoconocimiento, el conocimiento de los otros y de las pautas socioculturales. Así, el encuentro cálido, humano y de cuidado, facilita la creación de vínculos como lugar de apoyo social.” (Berteau, 2014)

Aún cuando los asistentes a una sesión de Teatro Espontáneo no se hubieran visto nunca antes, se encontrarán rápidamente identificados con algún aspecto de las historias de los demás, creándose así una red empática que permite el intercambio de

ideas, emociones u opiniones sobre la vivencia misma. Esto favorece la creación de lazos de cooperación y de ayuda mutua que facilitan el aprendizaje, puesto que es mediante la socialización que se aprende.

#### **8.1.3.5. Creatividad**

La creatividad es “un proceso que empieza con la imaginación y termina con la creación de un objeto novedoso producido por personas originales e imaginativas, dicho objeto puede ser creado para suplir una necesidad o bien brotar espontáneamente de la mente del creador.” (Acevedo, 2014) Todos y todas tenemos un enorme potencial creativo, que lamentablemente casi siempre se adormece bajo el efecto de los procesos formales de educación.

A través del desarrollo de la propia creatividad, las actrices y actores de Teatro Espontáneo promueven también la revitalización de la creatividad de los grupos; induciéndoles a establecer relaciones inimaginables entre elementos que quizá nunca antes habíamos considerado. Si nos diéramos el tiempo y el espacio para permitirnos explorar todas las posibilidades de expresión que tenemos, seríamos conscientes de que no existen límites al respecto.

“La creatividad es una experiencia viva, una función por medio de la cual las personas descubren nuevas relaciones entre elementos ya existentes”. (Lozina, 2009) Cuando hablamos de creatividad, no solo nos referimos a crear lo que no existe, sino también descubrir nuevas formas de realizar una actividad. Primero se tiene que reconocer que somos capaces de hacer algo, porque sabemos que el cerebro acepta todo lo que digamos, entonces el “NO PUEDO” debe evitarse si se quiere ser creativo.

Hay que reconocer que en Teatro Espontáneo es esencial que las actrices desarrollen su potencial creativo, para poder transmitir de muchas distintas maneras, las emociones que los protagonistas sintieron en su momento. Este es un gran trabajo, que requiere una práctica constante a nivel corporal-gestual, pero también mental y emocional.

#### **8.1.3.6. La espontaneidad**

“La espontaneidad en Teatro espontáneo está dada tanto por la capacidad física de expresar en acciones, sonidos, movimientos; como por la libertad mental de hacerlo. En este sentido, el espacio y la libertad creativas se manifiestan de distintas maneras, no siendo establecido una forma única de expresión, sino las múltiples posibles dentro de la expresión teatral donde cuerpo, texto y gesto son las manifestaciones principales.” (Moreno, 2011) De aquí que en el Teatro espontáneo nada puede ser mecánico, lo que surge debe hacerlo desde la libertad y la autenticidad, iniciando en la mente, para que luego se exprese en los diferentes movimientos, gestos, colores, sonidos, etc. Se tiene la libertad para expresar de mil maneras la historia, nada está pre-definido.

“Entendemos por espontaneidad la capacidad de dar respuestas nuevas a situaciones conocidas y respuestas adecuadas a situaciones nuevas, es el modo creativo y libre de actuar.” (García R. , 2005) La espontaneidad, aunque pudiera no parecerlo, tiene que ver con la preparación física y emocional que tengan las actrices para actuar de forma creativa y natural ante las historias que el público propone. Los movimientos y gestos tienen que ser naturales y no mecánicos, auténticos, nacidos de la fusión entre la práctica y el autoconocimiento, por lo que el desarrollo personal y teatral juegan un papel determinante para la actuación espontánea.

#### **8.1.3.7. Escucha activa**

“Este equipo artístico y multidisciplinar nace además con el objetivo de usar el teatro espontáneo como herramienta para generar espacios de aprendizaje, transformación, reflexión, comunicación, integración grupal y escucha activa y creativa en diferentes ámbitos de la sociedad”. (Barballeri, 2012) Escuchar activamente significa tener la habilidad y disponibilidad de escuchar no solamente las historias, sino también los sentimientos, ideas o pensamientos que sobresalen en cada historia narrada. El Teatro Espontáneo contribuye a desarrollar la escucha activa en todos los participantes, para lograr conectarse con las emociones de los protagonistas hay que prestar atención a las historias tanto en su contenido, como en la forma en que se relatan.

“El teatro como punto de encuentro es una oportunidad para desarrollar la empatía, comunicación sincera, equipo, liderazgo, escucha activa, respeto, la inteligencia emocional y relacional”. (Melchor, 2014)

El Teatro Espontáneo nos brinda la oportunidad de ser parte de un grupo donde lo primordial es trabajar para cada persona, para lo cual se precisa “escuchar” a los cuerpos, las emociones, las ideas detrás de cada relato. Cuando se escucha activamente las historias, se demuestra además el respeto hacia la persona que comparte su vivencia, ya que valoramos a los demás y reconocemos que son importantes. Todo esto es parte de la comunicación, no se basa solamente en hablar y contar, sino que se debe escuchar desde distintas dimensiones ese fragmento de vida que nos es compartido.

#### **8.1.3.8. Resolución de problemas y conflictos**

“La capacidad de resolver problemas es la eficacia y agilidad para dar soluciones a problemas detectados, emprendiendo las acciones correctoras necesarias con sentido común, sentido del coste e iniciativa. Esta cualidad supone tomar acción de manera proactiva, ante las dificultades sin pérdida de tiempo y atendiendo a las soluciones que marca el sentido común, pensando en las repercusiones que pueden tener en un plazo más amplio.” (UCA, 2014) Lo cierto es que los problemas son parte de la vida, pero a partir de éstos nos fortalecemos y aprendemos cada día. No importa que tan grande sean los problemas, lo importante es actuar de manera correcta y dar solución inmediata, para evitar las consecuencias en un largo plazo.

A diario tenemos que tomar decisiones ya sean buenas o malas, lo importante es asumir con responsabilidad y tomar lo bueno de cada problema o conflicto para fortalecer nuestro espíritu y continuar nuestro desarrollo como seres humanos.

El Teatro Espontáneo aporta la posibilidad de ver los problemas o conflictos desde otra perspectiva. Esto nos ejercita en la exploración de las diversas soluciones que

podemos generar, de manera que cuando nos vemos inmersos en una situación similar, estamos mejor preparados para afrontarla de manera creativa.

A través del Teatro Espontáneo, nos será más fácil considerar las implicaciones de nuestras decisiones, porque evocamos distintas situaciones vistas en escena y podemos elegir aquellas que sean más efectivas y más respetuosas con nosotros mismos y con los demás.

#### **8.1.3.9. Expresión y recreación de la subjetividad**

“Las actividades lúdicas pueden facilitar la expresión de experiencias, sentimientos e ideas personales e íntimas que, en un espacio cuidado, nos posibiliten hacerlas, darnos cuenta y recrearlas – elaborarlas, siendo así una práctica saludable.” (Berteau, 2014) El Teatro Espontáneo incorpora ejercicios y actividades lúdicas, justamente porque las mismas facilitan el contacto con aquellos elementos más humanos que se pretenden rescatar y fortalecer.

Como hemos señalado anteriormente, nuestras experiencias moldean la manera en que concebimos el mundo y nos relacionarnos con él. Cada ser humano, desde su propia vivencia configura una visión del mundo que puede ser muy diferente de otras, pero igualmente válida.

El Teatro Espontáneo nos permite expresar nuestra subjetividad y reclama el valor que tiene la misma. Una experiencia de vida, compartida por una población, generará distintas percepciones en la población, pero cada una de esas percepciones tiene valor y merece respeto.

Se diría, pues que “La posibilidad de expresión de la subjetividad y de enriquecimiento de sus experiencias lúdico – vitales configuran al juego como un lugar de construcción de las subjetividades. Así, se facilita formas específicas y diversas de experimentarse a sí mismo, a los otros y al mundo, buscando promoverse determinados capitales culturales e ideologías (socioculturales, políticas, espirituales... vitales).” (Larrosa, 1995) En el Teatro Espontáneo, podemos “jugar” a ser otra persona, podemos “jugar” a que enfrentamos nuevamente un hecho de nuestra vida, pero esta vez, de forma

diferente. Por lo tanto se facilita la recreación de diversas formas de ser y estar en el mundo, nuestras subjetividades. Ante las diferentes circunstancias que se presentan, tenemos la opción de elegir y es a partir de esas decisiones que cada día aprendemos y fortalecemos nuestro ser. A través del Teatro Espontáneo, como de otras distintas formas de arte, se nos da la oportunidad de expresar nuestra perspectiva de la vida y al compartirlas con otras personas hay un enriquecimiento, porque se aprende en la colectividad mediante las experiencias y visiones de cada quien.

#### **8.1.3.10. Descubrimiento y construcción de los deseos propios**

“El juego en el Teatro espontáneo puede ser una instancia donde, además de divertirnos, podamos reconocer y construir nuestros deseos por medio de experimentar una diversidad de actividades lúdicas-dramáticas desde nuestras sentir y resonar. De este modo, los encuentros de Teatro espontáneo acontecerían en un devenir grupal donde las actividades que el grupo realiza emergen y devienen, de acuerdo a lo que el grupo (y sus integrantes) pueden, quieren y “elijen”; siempre y cuando el lugar de la coordinación facilitase esta modalidad de encuentro.” (Berteá, 2014)

Lo interesante del Teatro Espontáneo es que los participantes son los protagonistas principales de sus propias historias y son ellos quienes construyen el guion de cada escena, y cada escena puede tocar la historia no sólo de quién la cuenta, sino de otra persona. A eso es lo que se le llama resonancia, cuando una persona del público ha experimentado o ha vivido algo igual o parecido a lo que la protagonista cuenta, y puede verse reflejada en la representación. Por eso el Teatro Espontáneo actúa como un espejo que nos muestra las virtudes y los defectos que tenemos.

En ese reflejarnos en las historias de los demás, reflexionamos sobre nuestro sentido y visión de la vida y vamos descubriendo y construyendo nuevos deseos, nuevas metas, nuevas formas de concebir nuestro entorno, nuevas formas de relacionarnos.



#### **8.1.4. Importancia del Teatro Espontáneo**

“Este teatro tiene como base estimular la espontaneidad y la creatividad que es inherente a todo ser humano como fuente de salud psíquica y física, ofreciendo un importante dispositivo para el trabajo con comunidades con problemáticas sociales y tiene efectos terapéuticos ya que devuelve el protagonismo a las personas a través de validar sus historias y de liberar sus emociones. Es un medio de intercambio social en lugares donde las personas necesitan escucharse unas a otras, capaz de ofrecer a las comunidades actuales algunas de las funciones sociales integradoras de los narradores orales y de los rituales estéticos de los tiempos remotos.” (Vázquez, 2014)

Para nosotras como Trabajadoras Sociales, representa un gran reto sintetizar la importancia del Teatro Espontáneo en este apartado. Quienes estamos inmersos en procesos de transformación, somos conscientes de la profundidad de los mismos. El Teatro Espontáneo es igual de profundo e importante.

En los apartados anteriores hemos descrito todos los efectos individuales y colectivos del Teatro Espontáneo, cada uno de esos efectos es importante y está ligado a todos los demás.

La salud mental y emocional que se puede generar en una persona, a través del Teatro Espontáneo, va a reflejarse inevitablemente en los grupos a los que pertenezca. Las transformaciones individuales transformarán a su vez los colectivos. Desde la esfera individual, vemos pues que el Teatro Espontáneo es importante porque permite a la persona ponerse en perspectiva, reflexionar sobre sí mismo y tomar decisiones respecto a su visión de la vida y las construcciones que desea hacer en las mismas.

En el terreno colectivo, vemos la importancia del Teatro Espontáneo como generador de solidaridad, en un momento en el que en nuestra sociedad se valora más las actitudes individualistas y competitivas, se crean redes de apoyo, se fortalecen las capacidades personales, se aporta a la solución de problemáticas tanto individuales como colectivas.

Estamos inmersos en un sistema empeñado en “uniformar” el pensamiento y la actuación de toda la gente. En contraposición, el Teatro Espontáneo da valor a las

historias de cada persona, valora, respeta y destaca la subjetividad; le da la oportunidad a la gente para que libere sus emociones. No trata de buscar la perfección, es como el ser humano, imperfecto, su fin no es una obra bonita y sin errores. Es un espacio de encuentro y de creación individual y colectiva. No se empieza igual que como se termina, cada narración contiene infinitas historias ocultas. Una historia o experiencia contiene mil historias más y a la vez es única, un relato revela la voz del que cuenta y en la que se reflejan otros narradores que en silencio reconocen en ese relato su propia historia. Cada encuentro es único, con su propia trama singular, cubierto de encanto y misterio, ya que no se sabe lo que pasará en una sesión.

El Teatro Espontáneo es importante porque pone bajo el foco nuestra esencia, nuestra humanidad, con todo lo que ello implica, permitiéndonos reflexionar y decidir sobre lo que queremos transformar de nosotros mismos y de nuestro entorno.

## **8.2. Teatro Espontáneo Comunitario.**

### **8.2.1. Caracterización del Teatro Espontáneo Comunitario**

“Teatro Espontáneo Comunitario (TEC) es un recurso metodológico sustentado en el juego, la escenificación improvisada, la creación colectiva y la expresión corporal. Una propuesta para compartir sensaciones, sentimientos, ideas, sueños, imágenes: mundos internos que transitan con nosotros la vida cotidiana. Una excusa para generar el encuentro entre las personas. Una alternativa para desarrollar la creatividad como factor de salud social. Una vía para posibilitar la participación comunitaria activa y potenciar su empoderamiento”. (Jaime, 2011)

TEC es un espacio donde un grupo de personas se reúnen con el fin de participar y abrirse a nuevas sensaciones, es un facilitador de procesos grupales. El TEC es una herramienta para trabajar conflictos comunitarios dado que las personas pueden expresarse y aportar diferentes puntos de vistas. Es social, pero sobre todo, es comunitario ya que pretende que sea DE la comunidad y no sólo PARA la comunidad.

Es necesario que los grupos se sientan parte del TEC para lograr que surjan transformaciones tanto internas como externas.

La misión del Teatro Espontáneo Comunitario es propiciar el encuentro entre las personas, potenciar el diálogo social respetando la diversidad, posibilitar la creación colectiva y estimular la participación social activa.

### **8.2.2. Aportes del Teatro Espontáneo Comunitario**

Vale la pena señalar que los aportes que presentamos a continuación, son resultado de las entrevistas realizadas a las actrices del grupo EmocionArte, ya que no se cuenta con una fundamentación teórica que nos facilite encontrar los aportes conceptuales y estructurales del Teatro Espontáneo Comunitario.

“El Teatro Espontáneo comunitario permite la creación de vínculos entre mujeres, gestionar conflictos comunitarios, habilidades comunicativas, expresivas. Romper el silencio, aislamiento. Da poder. Se han podido solucionar conflictos comunitarios porque vos decís tu versión y vos decís la tuya sin tener la necesidad de ponernos de acuerdo, promover la coexistencia de relatos contrarios, porque muchas veces pasa cuando tenemos un conflicto quieren ayudar, y no, vos podés contar y así poder ayudar, habilidades comunicativa y expresivas, romper el silencio, es decir poder hablar, contar, y también el T.E da poder a las mujeres o a las personas, yo soy Importante, me siento poderosa, no soy una nadie”. (Huber B. , 2015) Lo cierto es que el Teatro Espontáneo comunitario ayuda a hacer una mirada colectiva de las diferentes situaciones o problemáticas que surgen en la vida cotidiana de la comunidad, facilita la resolución de problemas permitiendo ver que no es necesario ponerse de acuerdo para describir una situación donde se generó conflicto, porque contaremos la historia como la vivimos y el respeto a la visión y subjetividad de los demás juega el papel primordial.

El Teatro Espontáneo “Da palabra, revaloriza las historias “Mi historia es importante”. Amplia la visión sobre un conflicto en un marco de respeto. Cambia los vínculos entre el grupo. Trabajar duelos colectivos. Por ejemplo en una comunidad había fallecido una mujer y había sido la semana ante-pasada, entonces permitió poder hacer el duelo

## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

colectivo; o en un año había habido unas grandes lluvias que había destruidos techos y la gente pasó mucho miedo, entonces permitió que al pasar este momento de miedo y los recuerdos del Mitch en un duelo colectivo”. (Ara, 2015) Muchas veces pensamos que mostrar nuestras emociones, sobre todo cuando son de tristeza o miedo, nos vuelve frágiles y por eso silenciamos mucho de nuestro mundo emocional; el Teatro Espontáneo da la oportunidad de sacar fuera todas estas emociones reprimidas que ahogan y asfixian. Poder hablar de esas situaciones que nos causaron daño, alivia de cierto modo el alma.

Según Vado, (2015) el Teatro Espontáneo comunitario da “Más confianza, te permite ver los problemas de la realidad desde otra mirada más justa para cada quién”. Coincidimos con Vado en que la confianza es primordial, puesto que si no confiamos en las personas con las que compartimos los espacios de nuestra comunidad, no podremos construir con ellos mejores condiciones para desarrollarnos. La desconfianza generalmente está en la raíz de los conflictos, de la competencia y de las relaciones nocivas, es por esto que el Teatro Espontáneo, al generar confianza en la comunidad, deja una huella que facilita los procesos de transformación en la misma.

“Ha permitido a las mujeres ser protagonistas de su propia vida. Reconocerse entre ellas y apoyarse cuando se eligen, acercarse, emocionarse, llorar y reír juntas”. (Argüello, 2015) En un contexto histórico y cultural en el que el rol de las mujeres siempre ha estado por debajo del poder machista, el Teatro Espontáneo permite a las mujeres de las comunidades rurales, poner voz a las vivencias –tanto positivas como negativas- que han tenido que callar, por miedo o por vergüenza. El Teatro Espontáneo Comunitario recuerda a las personas que son los únicos y verdaderos protagonistas de su propio desarrollo, son ellos quienes toman decisiones para mejorar su bienestar, y esta forma de teatro les brinda pautas o acompañamiento desde una expresión, desde un abrazo, desde una lágrima, dejando que sea la persona misma quien genere su propia transformación.

Las mujeres no son el único sector de la comunidad que recibe el beneficio del Teatro Espontáneo, como señala Huber (2015) “El Teatro Espontáneo Comunitario les permite a los jóvenes expresar las emociones y dicen: “Solo aquí lo puedo hacer” y siento que

eso pasa con las mujeres porque no hay un espacio donde expresan emociones, bueno cuando se muere alguien se llora, pero no hay esa parte que estoy enojada, estoy triste, no hay esa cercanía emocional, no estamos educadas a compartir nuestras emociones y cuando esta pasa, cuando decimos que hay otro vinculo cambia algo en la percepción de mi misma, en la percepción de la otra persona, por lo tanto también en las relaciones de las personas y también cambia algo en el espacio”. Hoy en día no hay muchos espacios en los que podamos expresarnos libremente, en las comunidades rurales esta realidad es aún más evidente, por eso en las sesiones de Teatro Espontáneo los jóvenes de las comunidades encuentran un espacio donde pueden sentirse libres de compartir sus inquietudes, sueños, problemas, emociones y sensaciones.

Expresar las emociones es una parte significativa para la salud, tanto emocional como mental, obligar al cuerpo a resistir de estas emociones puede traer consecuencias graves. Hoy en día gran parte de las personas tienen miedo o no les enseñaron a hablar de sus emociones por temor a ser rechazado, por temor a la burla, o al qué dirán. En el Teatro Espontáneo no es obligado ni exigido pasar a contar una historia, se hace por deseo y voluntad propia. Claramente cuando se está contando surgen muchas emociones que quizás no sabías o nunca habías sentido, esas emociones descongeladas hacen parte de una transformación.

### **8.2.3. Diferencias entre Teatro Espontáneo y Teatro Espontáneo Comunitario**

Cabe señalar que teóricamente no se encontró información adecuada que reflejara las diferencias del Teatro Espontáneo y Teatro Espontáneo Comunitario, por lo cual todos los aportes son de las actrices del grupo EmocionArte.

“En el Teatro Espontáneo comunitario cambia el rol y el encuadre, las participantes actúan y son elegidas para representar un rol en la historia. A diferencia del Teatro Espontáneo, con las actrices no hay cambio de rol, nosotras somos las actrices y estamos para eso, sin embargo en el comunitario vos estas aquí escuchando la historia pero puede ser que ella que la ha contado te elija a ti para que la representes o representes a tu mamá y ahí haces un cambio de rol, haz estado como grupo o

## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

comenzamos escuchando y de repente te elijen como actrices, por eso hay que estar escuchando atento porque en cualquier momento te pueden elegir de protagonista”. (Ara, 2015) En el Teatro Espontáneo quienes representan las historias que se cuentan son las actrices, a diferencia el Teatro Espontáneo Comunitario trabaja con las personas de la misma comunidad, porque son ellas las que actúan y representan un papel de la historia que se narró.

“Las mujeres que son elegidas tienen derecho de decir que no, pero es rarísimo que digan que no; yo creo que en una ocasión fue que una compañera dijo que no, se respeta y entonces se dice: hoy no está disponible para poder hacer este papel, elige a otra”. (Ara, 2015) El respeto es una de las características del Teatro Espontáneo, si no estás en la capacidad de representar una historia es mejor decir que no estás en la capacidad de representar dicha historia a que vayas a fingir sentir emociones y sentimientos ajenos a ti. La sinceridad se apodera de cada sesión de Teatro Espontáneo, claramente siempre se respeta las opiniones y decisiones de cada uno de los presentes.

“Cuando empezamos a hacer Teatro Espontáneo comunitario (ahora ha venido cambiando) al inicio eran muchas historias de trabajo doméstico, entonces contaban: huy, me levanté muy temprano y molí el maíz, después eché las tortillas, huy rápido fui a lavar porque quería venir para acá, y vos decís huy otra vez la historia de moler el maíz y otra vez la historia de moler el maíz, pero si vos ves lo que hay detrás de esa historia que está diciendo, todos los esfuerzos que hace para participar, está contando una cotidianidad que se ha desvalorizado totalmente y sin embargo si esa mujer no lava, no hace el maíz nadie come en su familia, el aporte que hace en la economía, y si eso se pone en escena no vas a decir: “LAS MUJERES APORTAMOS A LA ECONOMÍA” no, vas a representar su narración, esa sencillez, esa poesía de la narración, pero la mujer al ver dice: no sabía que lo que hacía era importante y hay una valoración diferente de esa cotidianidad desvalorizada y eso cambia algo en la persona, la percepción de quien es y qué posición tiene en la sociedad y por lo tanto el poder que tenemos; poder no en el sentido de ejercicio de poder, abuso de poder, sino de poder hacer, de poder ser”. (Huber B. , 2015)

### **8.3. Transformación Social**

#### **8.3.1. Participación ciudadana**

“El Teatro Espontáneo puede favorecer la conciencia colectiva y la participación ciudadana incorporando procesos vivenciales internos.” (Huber, 2013) Al permitir la visión colectiva sobre una problemática, sin emitir juicios, el Teatro Espontáneo permite un ambiente de libertad para la participación. Ayuda a perder el temor, a decir lo que se piensa y siente, porque cada historia es escuchada desde el respeto a la subjetividad.

Al mismo tiempo “Se considera la espontaneidad, creatividad y el compartir colectivo como base de la salud social grupal y personal y proporciona un espacio de creación colectiva a través de la cual las personas pueden expresar sus vivencias en conexión con la grupalidad permitiendo una mayor participación y reflexión en los procesos sociales.” (Fernández, 2011) Esto favorece a que dentro de los grupos se ejercite la generación de diálogos y la búsqueda conjunta de soluciones a las problemáticas comunes, teniendo la posibilidad de ser creativos, de jugar a buscar ideas, propuestas, respuestas a sus dificultades. De este modo, los pedacitos de la historia de cada uno, de los grupos y las redes a los que pertenecemos, retoman su importancia y pueden aportar a la construcción de visiones colectivas.

Según Flores, (2010) El Teatro Espontáneo posibilita que:

- Las personas vivencien la posibilidad de ser sujetos activos en el proceso creador.
- Se expliciten experiencias compartidas por los grupos.
- Se rescaten elementos de la memoria olvidada.
- Se integren diversos lenguajes posibilitando la articulación de lo racional y de lo emocional.
- Las personas se integren a su grupo social y comunitario a través de las experiencias compartidas y del encuentro como bases en la generación de redes.

El Teatro Espontáneo pone énfasis en la generación de espacios de encuentro, de reflexión y de crecimiento, logrando que la comunidad sea socialmente sana, fortaleciendo la participación ciudadana, el respeto a la diversidad de opinión, el diálogo, la tolerancia, la construcción de los tejidos sociales y el ejercicio de la memoria.

### **8.3.2. Libertad de Expresión**

“Una sociedad donde lo diferente asusta, porque lo desconocido interpela, y entonces lo alejamos, lo encerramos o simplemente hacemos de cuenta que no lo vemos. Y así obtenemos personas cada vez más aisladas entre ellas, preocupadas, apuradas, desconfiadas, enojadas. Y creo que es fogueando aquellos espacios que proponen un vínculo real con el otro, que respetan la libertad de expresión y la pluralidad de las voces donde podemos darnos cuenta de lo común que nos atraviesa y las verdaderas posibilidades que tenemos para generar cosas nuevas con otros.” (Grenada, 2012)

Nuestra sociedad lleva muchos años viviendo la polarización de ideas, la intolerancia para las posturas políticas y religiosas opuestas ha hecho que con mucha frecuencia callemos lo que pensamos. El temor a la intolerancia, a la censura, a las represalias nos lleva a renunciar al derecho de expresarnos libremente. El Teatro Espontáneo permite un espacio de respeto que nos ayuda a ejercitar nuevamente ese derecho adormecido, ese derecho a decir abiertamente aquello que apoyamos o lo que no. El clima tolerante y respetuoso que se genera, pone en evidencia que podemos ser capaces de expresar nuestras opiniones y no ser atacados por ello, sin importar lo que pensemos, ni si los demás están de acuerdo, cada palabra tiene un espacio para la expresión y la escucha.



### **8.3.3. Visión de Colectividad**

“El enfoque del Teatro Espontáneo es trabajar la identidad de grupo, porque permite el cambio individual y colectivo” (Huber, 2013). Podemos observar que el Teatro Espontáneo trabaja de forma individual y grupal, ya que con las vivencias de las personas provoca transformaciones a nivel de la persona, pero también en el grupo. No cabe duda que el grupo juega un papel fundamental ya que actúa como un soporte que brinda un espacio de seguridad y confianza donde la persona puede expresar todo lo que siente y piensa. Notemos entonces que “El Teatro Espontáneo es un espacio donde a través de la búsqueda de lo saludable, de lo estético, de lo espontáneo y lo creativo se promueve una creación colectiva que resulta única, irrepetible y cambiante. Y son justamente esta espontaneidad y creatividad las que promueven la co-creación, y que tienen efectos transformadores tanto en el público presente como en los mismos actores.” (Grenada, 2012) De esta manera en el Teatro Espontáneo las vivencias de las personas hacen que todo el grupo entre en una etapa de reflexión, que puede desembocar en búsquedas y construcciones conjuntas.

Debe quedar bastante claro que “... es el sentirse sostenido por la experiencia grupal, la importancia de formar parte de un colectivo que persigue el mismo fin y que brinda la sensación de contención necesaria para dejarse llevar por lo inmediato, para soltarse a lo inesperado y poder llegar a cumplir con los objetivos de la intervención.” (Grenada, 2012). Concluyamos entonces que el Teatro Espontáneo de una u otra forma brinda pautas para que las personas sean protagonista de su propia transformación y para motivar al grupo a actuar de manera diferente ante las diferentes situaciones que se presentan. En cada obra que se realiza se aprende algo nuevo e innovador; yo aprendo del grupo y el grupo aprende de mí, es un aprender constante ya que cada día son nuevas situaciones y nuevos aprendizajes que se presentan, ya sea a nivel individual o grupal.

#### **8.3.4. Empoderamiento**

“El Teatro Espontáneo aspira a posibilitar el empoderamiento de acciones expresivas, gestualidades y palabras, que fortalezcan los diálogos sociales, pero considera que antes de ser acción debe ser actitud”. (Lara, 2008) Es decir, que el empoderamiento antes de ser forma, es disposición; disponerme a enfrentar situaciones que provoca o provocó daño a la salud emocional o física. Disponerme a decir lo que siento o lo que me pasa, disponerme a sacar emociones reprimidas o que están afectando mi salud. Empoderarse es enfrentar retos que así se convierten en una posibilidad para la transformación. El empoderamiento conlleva a asumir a las personas ser autores de sus propias vidas, con la posibilidad de actuar basados en sus intereses y en el reconocimiento de sus propias capacidades.

“El Teatro Espontáneo incorpora la diversidad, la comunicación y el empoderamiento del patrimonio emocional y social de personas y grupos, basando tal experiencia en la aplicación de una metodología que promueve la resignificación, dignidad y solidaridad, representadas en un escenario de la improvisación, vehículo de la experiencia; evocando una dinámica psicológica, donde los sentidos y la reflexión son encaminados al encuentro real y sincero entre personas, apaciguando la angustia de la cotidianidad al romper con la estructura personal y colectiva de la distancia y el silencio”. (Silva, 2009) En el Teatro Espontáneo el empoderamiento significa una intervención en positivo, se trata de hacer ver a la persona que tenemos todas las fortalezas necesarias para enfrentar situaciones difíciles, por lo tanto ayuda a las personas a facilitar el acceso a su poder, no a darle el poder. Poder en el sentido de poder ser, poder hacer, poder actuar, poder tomar decisiones, poder participar.

Por lo tanto “El Teatro Espontáneo nace de la necesidad del autor de dar lugar a la acción en la vida de las personas, los grupos, las comunidades. Otorgarle al ciudadano y al individuo la posibilidad de ser protagonista de su propia realidad y, de esa forma, de empoderamiento para generar la transformación de ésta”. (Martínez, 2013) Es decir que cada persona forja su propia realidad, lo que hace el Teatro Espontáneo es darle herramientas o pautas, pero es la persona que decide qué decisión va a tomar. El empoderamiento cobra fuerza en la medida que me disponga a

## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

darme cuenta de las decisiones que tengo que tomar para recobrar el control de mi vida. Por lo que el empoderamiento es saber que tenemos el poder de cambiar las cosas, accionarlas y decidir sobre nuestras vidas, y valorar el hecho que todos pueden y deben hacer lo mismo.

“El Teatro Espontáneo comunitario es una vía para posibilitar la participación comunitaria activa y potenciar su empoderamiento”. (Lara, 2008) Es decir la participación y empoderamiento van de la mano. Permitirse la oportunidad de participar en los diferentes espacios de su interés crea una nueva visión y diferentes puntos de vistas, que por medio de la participación vamos fortaleciendo y apropiándonos de los aportes que tienen resonancia en nuestras vidas, al mismo tiempo que vamos reconociendo y abrazando nuestro poder personal.

## **IX. Preguntas directrices**

- ✓ ¿Cuáles son los efectos que ha generado el Teatro Espontáneo en las miembros del grupo?
- ✓ ¿Cómo el Teatro Espontáneo contribuye a mejorar la sociedad?
- ✓ ¿Cuáles son las diferencias que existen entre el Teatro Espontáneo y el Teatro Espontáneo Comunitario?

## **X. Diseño metodológico**

### **10.1. Paradigma**

**Interpretativo**, según Ruiz (2014) “El paradigma interpretativo no pretende hacer generalizaciones a partir de los resultados obtenidos. La investigación que se apoya en él termina en la elaboración de una descripción ideográfica, en profundidad, es decir, en forma tal que el objeto estudiado queda claramente individualizado”.

El Paradigma Interpretativo busca interpretar una realidad, en éste caso cómo el Teatro Espontáneo puede ser una herramienta de transformación social.

### **10.2. Enfoque**

**Cualitativo**, según Blasco (2007) “La investigación cualitativa estudia la realidad en su contexto natural y cómo sucede, sacando e interpretando fenómenos de acuerdo con las personas implicadas”. La investigación cualitativa nos permite profundizar y descubrir diferentes cualidades como sea posible, por esta razón la investigación se realizó bajo un enfoque cualitativo para ver cómo el Teatro Espontáneo ha aportado a la transformación de las actrices y del público que asiste a las sesiones de Teatro Espontáneo.

### **10.3. Tipo de Estudio**

“La investigación descriptiva tiene como objetivo principal la descripción de algo, generalmente las características o funciones del problema en cuestión” (Sampieri, 2013) Por lo tanto este tipo de estudio nos facilitó cumplir con los objetivos propuestos en la temática, ya que pretendíamos analizar cómo el Teatro Espontáneo aporta a la transformación social. Hay que señalar que dicha investigación es también exploratoria, según explica Ibarra (2011) “Este tipo de investigación se realiza especialmente cuando el tema elegido ha sido poco explorado y reconocido, y cuando más aún, sobre él, es difícil formular hipótesis precisas o de cierta generalidad” Anteriormente explicábamos

que en el contexto no se han realizado investigaciones sobre Teatro Espontáneo, podríamos decir que ésta es una de las primeras, por lo tanto esta investigación es exploratoria ya que no contamos con investigaciones que faciliten y enriquezcan la problemática de estudio, dicho documento se construyó durante todo el proceso de la investigación.

#### **10.4. Corte de la investigación**

La investigación es de corte transversal, se realizó en el II Semestre del año 2014 y 2015. Según Hernández (2012) “El corte transversal consiste en estudiar en un momento determinado a distintos grupos de sujetos de edades diferentes”. Al inicio del proceso, elaboramos, en conjunto con el grupo EmocionArte, un cronograma de las actividades contempladas para el período mencionado. Este cronograma puede verse en el **Anexo 5**.

#### **10.5. Población**

Mujeres actrices del Teatro Espontáneo que en su totalidad son siete, y las participantes del público del Teatro Espontáneo y Teatro Espontáneo Comunitario, donde se logró entrevistara cuatro personas que asistieron a ambos teatros. El criterio que utilizamos para seleccionar a las personas entrevistadas fue que pasaran a contar una historia vivida y se convirtieran en protagonistas.

<b>Actrices</b>	<b>Participantes</b>
<b>Leonila Argüello</b>	<b>María López</b>
<b>Ana Ara</b>	<b>Meydiluz Pérez</b>
<b>Beatriz Huber</b>	<b>Alba Nubia Vargas</b>
<b>Eunice Lacayo</b>	<b>Lorena de los Ángeles Gómez Montenegro</b>
<b>Fanny Vado</b>	
<b>Magdalena Salgado</b>	
<b>Meyling Cruz</b>	

## **10.6. Técnicas de recolección de Información**

**10.6.1. Observación:** Según Hernández (2010) la observación “No es mera contemplación (sentarse a ver al mundo y tomar notas); implica adentrarnos a la realidad en situaciones sociales y mantener un papel activo, así como una reflexión permanente. Estar atentos a los detalles, sucesos, eventos e interacciones.” Se aplicó ésta técnica porque por medio de ésta adquirimos datos fiables, donde se analizan los detalles, que son muy importantes para la investigación. En una sesión de Teatro Espontáneo observamos el trabajo que realizan las actrices, así como también al público presente, para esto se redactó una guía de observación donde se encuentra lo que se desea observar. Existe mucha información valiosa que es posible adquirirla por medio de la observación. **Véase Anexo 1.**

**10.6.2. Entrevistas:** “Es una conversación o un intercambio verbal cara a cara, que tiene como propósito conocer en detalle lo que piensa o siente una persona con respecto a un tema o una situación en particular.” (Castro, 2010) Para profundizar en la investigación se aplicaron entrevistas, éstas dirigidas al público, con el objetivo de conocer su opinión sobre las sesiones de Teatro Espontáneo. Las realizamos al final de las sesiones de Teatro Espontáneo. **Véase Anexo 3.**

**10.6.3. Grupos focales:** “Es una técnica de evaluación que ofrece información cualitativa. Un moderador guía grupos de entre 8 y 10 personas, es una tertulia que tiene por objeto revelar experiencias, sentimientos, percepciones y preferencias.” (Revuelta, 2010) Realizamos grupos focales con las actrices para conocer más sobre el Teatro Espontáneo y la experiencia de las actrices contribuye a ampliar nuestros conocimientos. Al interactuar con ellas aclaramos dudas y tuvimos la oportunidad de aprender más sobre este importante recurso para la transformación social, el Teatro Espontáneo. **Véase Anexo 2.**

#### **10.6.4. Instrumentos de recolección de información**

Se hizo uso de una guía de observación que cuenta con 12 ítems, también utilizamos una guía para un grupo focal dirigido a las actrices que cuenta con 8 ítems, además nos apoyamos en una guía para aplicar la entrevista dirigida al público, ésta cuenta con 6 ítems. Todas las guías se sometieron a prueba de jueces con especialistas relacionados al ámbito de nuestro estudio.

#### **10.6.5. Plan de análisis de la información**

Para el análisis de la información utilizamos el método de la triangulación de datos, que según (Benavides, 2015) “Esta triangulación consiste en la verificación y comparación de la información obtenida en diferentes momentos mediante los diferentes métodos” La triangulación ofrece la alternativa de poder visualizar un tema desde diferentes ángulos y de esta manera aumentar la validez y consistencia de los hallazgos. Toda la información recolectada mediante las entrevistas, las guías de observación y el grupo focal las analizamos e interpretamos haciendo comparaciones de las diversas opiniones.



### **10.7. Sistema categorial**

Las principales categorías abordadas en ésta investigación son, Teatro Espontáneo, Teatro Espontáneo Comunitario y transformación social. Las cuales se encuentran en **Anexo N° 4** debido a su extensión.

## **XI. Análisis y discusión de los resultados**



**Imagen 1: Grupo de actrices del Teatro Espontáneo**

Octubre del 2014. Fuente: Norvia Roa.

Forman parte de una presentación de Teatro Espontáneo las siguientes personas: Un grupo de actrices, entre las que hay un “puente” o “directora” quien hace el papel de conectar al público con las demás actrices y una encargada de “la música” ella se encarga de complementar con sonidos las

imágenes que se representan.

El o la “Protagonista” es la persona del público que comparte su historia para ser representada. Analizaremos a continuación cómo el Teatro Espontáneo ha aportado a la transformación de las actrices del grupo EmocionArte.

El escenario es muy sencillo, hay un telón blanco y elementos diversos, que además de crear un ambiente estéticamente muy especial, sirven para apoyar la creación de las imágenes o escenas que las actrices construyen. Encontramos aquí pañuelos de colores, sombreros, cuerdas, algunos accesorios, espejos, etc. Las actrices se apoyan en la experiencia y en la intuición para elegir los elementos que estarán a su disposición en cada presentación.

Cuando dan inicio a una sesión, la actriz que en ese momento asume el rol de dirección, pregunta cuántas personas llegan por primera vez, luego explica de qué se trata el Teatro Espontáneo, a continuación invita a romper cualquier barrera entre los participantes y las actrices, llamándoles a encontrarse todo el grupo, de esta manera todos los asistentes se saludan, se abrazan y conversan un poco. Después, cuando todos regresan a sus asientos, la persona que actúa como puente le pregunta al público qué emociones sienten para que luego las actrices le den cuerpo. Los

participantes tienen la oportunidad de contar cualquier experiencia, siempre y cuando ellos la hayan vivido. Cuando se finalizan las historias, la directora llama que pasen al frente los protagonistas, y se les aplaude, ya que sin ellos no es posible hacer Teatro Espontáneo. El público también pasa al frente para cerrar la sesión entre aplausos de agradecimiento.

### **11.1. Transformación de las miembros del grupo EmocionArte**

El Teatro Espontáneo como otras formas de arte produce beneficios en la salud mental, aporta en los procesos de reflexión y de socialización, enriqueciendo el desarrollo personal y colectivo.

La espontaneidad y la creatividad que caracterizan a éste Teatro permite que las actrices que representan las historias, exploren y transformen distintas dimensiones de su propio ser.

Leonila Argüello, fundadora del grupo EmocionArte, reconoce que el Teatro Espontáneo le ha aportado muchos beneficios “En la parte de la



**Imagen 2: Las actrices representando una historia**

Octubre del 2014. Fuente: Jossel Laguna.

salud mental me ha ayudado desahogando y hablando historias que me han pasado, que he vivido, hablando rabias, dolores, tristezas, viéndolo en el cuerpo de las compañeras, pero también trabajando los dolores y las rabias de otras compañeras de otras historias me permite mover la mía y cuestionar la mía y tranquilizar mi historia o tranquilizar mi mente. Pienso que a través de la palabra, del cuerpo, del grito, de la emoción, del mover, puede sanar, sana y da tranquilidad”. (Argüello, 2015) Las actrices ponen su esencia al servicio de las historias que representan en el escenario, para ello se preparan con diversos ejercicios que les permiten explorar sus propias historias y emociones, han aprendido a trabajar sus miedos, su dolores y enojos, expresándolos,

## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

reconociéndolos y aceptándolos para poder así representar las historias. Ellas han asumido el reto de responsabilizarse de su salud tanto física como emocional, porque el teatro no es sólo moverse y representar un papel, es un trabajo integral donde todo su ser está en función del público.

Ana Ara, quien tiene muchos años de experiencia en Teatro y también es fundadora del grupo EmocionArte nos expresó: “Solo el hecho de vaciarse y estar dispuesto a escuchar, a llenarse de otras historias, de tu propia historia, permitirte contar y que las otras cuenten, como es un proceso grupal, es terapéutico y apoya, ayuda a la salud emocional y a la salud mental” (Ara, 2015) Es justo decir que el Teatro Espontáneo es una herramienta que hace la función de terapia tanto para las actrices como para el público, es como bien señala Ana, una oportunidad para escucharse a sí misma, repasar la propia historia y de esta manera estar mejor preparada para escuchar a los demás. Este proceso transforma, pues al permitirnos conocernos mejor a nosotros mismos, nos posiciona mejor frente a lo que queremos construir y compartir en la vida.

De igual modo Beatriz Huber B. (2015) nos comparte: “En el Teatro Espontáneo cada sesión sirve para compartir las historias, conectar, vencer el miedo y te das la oportunidad de desnudarte al público”. No estamos acostumbrados a contar nuestras historias, ya sean alegres o tristes, porque no nos han educado así, tampoco sabemos escuchar, sólo oímos para contestar. Raras veces conectamos con alguien y confiamos nuestras alegrías y temores, el Teatro Espontáneo da esa oportunidad, donde un grupo de personas están dispuestas a escuchar y son libres de expresar o no sus emociones. Todo esto aporta a la salud, refuerza nuestra autoestima, nos hace atrevernos a mostrar nuestra esencia. En este espacio confraternizamos y abrimos nuestro corazón para compartir nuestras vivencias, generándose una conexión, porque cuando alguien decide contar una historia, a otra persona se le transmiten las ganas de compartir también su experiencia, y esto pasa porque el público observa que siempre hay algo común en todas las historias, todos y todas compartimos las mismas emociones y al formar parte de un mismo contexto se comparten muchas vivencias también, además existe un clima de respeto y esto conduce a la confianza de contar tus vivencias a personas que no conoces.

## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

Otra de las huellas positivas que deja el Teatro Espontáneo es la posibilidad de denunciar, posicionarnos, compartir aquellos momentos o situaciones en las que los derechos humanos, han sido atropellados, veamos lo que expresa Fanny Vado (2015) al respecto “El Teatro Espontáneo te permite ser parte de un espacio creativo que permita a través de la creatividad nuestro derecho a hablar, denunciar, rescatar la memoria histórica.” En muchas ocasiones, los patrones culturales o mandatos familiares nos han hecho guardar en silencio situaciones en las que hemos sentido que se pisotean nuestros derechos, en las que hemos sido víctimas de distintos tipos de violencia. El Teatro Espontáneo facilita un espacio para expresar sus historias de vida sin límites y sin que nadie les juzgue. En la actualidad no existen muchos espacios así, tampoco nos interesamos en crearlos, estamos ocupados en otras cosas, vivimos apurados y no le damos importancia a escuchar al otro y a expresar las cotidianidades. El Teatro Espontáneo brinda ese espacio para construir aprendizajes, nos da la oportunidad para que se revelen o denuncien casos de todo tipo de abuso.

Para las actrices de Teatro Espontáneo, el trabajo en pro del desarrollo personal es tan importante como el requerido para desarrollar la creatividad, puesto que al momento de



**Imagen 3: Las actrices personificando una experiencia.**

Agosto del 2015. Fuente: Jossel Laguna.

representar una historia, jamás se sabe lo que se va a escuchar y se debe estar preparado para cualquier cosa. Las actrices trabajan individualmente y en grupo sus emociones y sentimientos, para luego poner su cuerpo, su mente y alma al servicio del público. Existen muchas ideas de cómo actuar una vivencia, cada actriz se imagina diversas formas de moverse, es un arte que

todas puedan conectarse y que devuelvan algo lindo y algo que cale en el corazón del público.

## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

Observemos lo que piensa Ana Ara (2015) actriz del Teatro Espontáneo, “La creatividad como todo en la vida se tiene que ejercitar, porque vos podés tener muy buenas intenciones pero; si yo nunca pinto, nunca voy a ir explorando qué posibilidades me da la pintura, lo mismo pasa con el quehacer del teatro y con el quehacer del cuerpo. Cuanto más yo me ejercite en poner, en escuchar, en tener que buscar formas diferentes, estar abierta a probar, más creativa me voy a ir convirtiendo”. Esto es

absolutamente cierto, con la práctica se aprende y se mejora cualquier actividad, la creatividad no es la excepción. Ser creativo tiene que ver con la imaginación que tengamos, pero ésta se alimenta del quehacer diario y de salir de la rutina y de las costumbres. Porque a veces

hacemos las cosas de la misma forma y no damos lugar a la innovación, se debe de dar la



**Imagen 4: Grupo EmocionArte actuando una vivencia.**

Septiembre de 2015. Fuente: Norvia Roa

oportunidad de intentar nuevas formas de hacer algo para ejercitar la creatividad. En el Teatro Espontáneo prevalece la creatividad ya que no existe guión escrito, y por ende se debe de estar preparado y dispuesto a probar diversas maneras de actuar. Las emociones que se expresen en una sesión pueden ser las mismas, pero las formas de representación serán diferentes.

Leonila Argüello, quién lleva 16 años realizando Teatro espontáneo comparte lo que expresa Fanny, “Permite un espacio para la narración oral, para recuperar la memoria y la propia historia mía y de otras, crecer como humana y profesionalmente.” (Argüello, 2015) Entonces, cuando estamos abiertos a escuchar sin juzgar, a respetar lo que las personas piensan y sienten, podemos aprender de sus experiencias y esto nos ayuda a crecer como personas. Así como también crecemos cuando hablamos, expresamos y compartimos nuestro sentir, porque en nuestra mente se deshacen nudos y se tejen nuevos mundos. Como podemos ver no sólo el público es beneficiado con el Teatro

## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

Espontáneo, las actrices también descongelan sus emociones al escuchar las historias y se sienten identificadas con algunas de ellas, además de desarrollarse como personas ellas van adquiriendo más práctica en la parte profesional.

El Teatro Espontáneo da lugar a la reflexión, tanto en el público como en las actrices, Beatriz Huber considera, “El ver tus propias historias o representar la historia de otra persona evidentemente permite descubrir y te permite comprender cosas diferentes a que si solo lo tienes en tu cabeza dando vueltas, me ha ayudado muchísimo a comprenderme mejor a mí misma y comprender mejor a las personas y comprender situaciones y eso el Teatro Espontáneo te lleva a reflexionar desde las emociones”. (Huber B. , 2015) De esta manera el participar del Teatro Espontáneo, transforma nuestra visión, nos da la seguridad, el apoyo y la confianza, todo esto aporta a nuestra salud emocional. Al trabajar en grupo se crean lazos sociales donde se transmite aceptación, respeto, apoyo y confianza. Cuando nos relacionamos, aprendemos y crecemos, se amplía nuestra visión de la vida y nos hacemos más solidarios y justos, porque como dice Beatriz, estamos mejor preparados para comprender.

Leonila, actriz de Teatro Espontáneo, en una de las entrevistas nos expresó “He aprendido a conocerme mejor, a trabajar mis miedos e historias que me pesan trabajar dentro del grupo.” (Argüello, 2015) El grupo de actrices se reúnen para ver su crecimiento tanto en lo personal como en lo emocional, hablan de historias muy personales que las mueve y les afectan, buscan herramientas para trabajar esas historias, ellas recrean sus historias, y comparten sus historias logrando que la carga sea más liviana. Trabajar en un grupo y abrirse a ese grupo no es nada fácil, hay que ser muy valiente para permitirle a un grupo de personas, que quizás estás viendo por primera vez, que sean parte de tu historia.

## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

A lo largo de los 16 años que Ana Ara ha trabajado con el Teatro Espontáneo ha visto los efectos positivos que ha causado en su vida, “El Teatro Espontáneo me ha ayudado a conocerme mejor, aumentar empatía. Compartir profundamente con mucha gente, ser mejor persona, crear vínculos y amistades, aumentar la capacidad de escucha.” (Ara, 2015) Como se ve el relacionarse con diferentes personas hace que nos conozcamos más y que descubramos nuevas cualidades que poseemos, como el hecho de escuchar y de ser solidarios. El hecho de compartir con diferentes personas y de escuchar sus diversas vivencias y emociones genera en las actrices un proceso de reflexión y múltiples aprendizajes. A través de las historias de otros pueden conocerse y reconocerse, mejorando como humanas.

Beatriz Huber (2015), por su parte, opina , “El Teatro Espontáneo me ha permitido que tienes que tener la apertura de escuchar personas muy diferentes y que te permite a la vez conectar con personas que no conoces para nada en un nivel muy profundo, eso evidentemente crea una conexión bien especial entre las personas”. Esto nos permite ver que las actrices no sólo representan un papel en las historias, ellas se tienen que



Imagen 5: Participante del Teatro Espontáneo Comunitario compartiendo su historia. Noviembre del 2015. Fuente: Jossel Laguna

conectar con las emociones de las personas para sentir sus vivencias y representar la esencia. El lugar de la protagonista es un espacio donde puedes desahogar las tristezas, compartir las alegrías, o denunciar una situación de injusticia o de violencia, y en cualquiera de los casos la protagonista podrá sentir el apoyo de la directora, de las actrices y del público. El Teatro Espontáneo

es más que un teatro donde se actúa, es un espacio donde las almas se vacían y se llenan, donde te reconfortas con el grupo, encuentras calor humano, atención y palabras de ánimo.



## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

En el Teatro Espontáneo es esencial la creatividad a la hora de representar una historia, pero también nos sirve en la vida diaria, veamos lo que expresa Beatriz Huber, “A mí el Teatro Espontáneo me ha dado sobre todo confianza en ese proceso creativo, como uno nunca sabe lo que va a salir, simplemente tienes que estar frente al vacío, y el vacío es donde surge la creatividad, y eso me ha ayudado para ciertas situaciones en la vida. Me ha aportado como más tranquilidad y como más sabiduría para la vida y después poder descubrir otras cosas que se pueden hacer, otra manera de reaccionar frente a una situación”. (Huber B. , 2015) Las actrices para representar las historias tienen que tener creatividad para no repetir los gestos o movimientos, pero principalmente deben estar dispuestas para abrazar la incertidumbre, recibir lo que el público desee compartir y devolver imágenes, emociones, mensajes desde su autenticidad. Las actrices trabajan individualmente y en grupo sus emociones y sentimientos, para luego poner su cuerpo, su mente y alma al servicio del Teatro Espontáneo. Existen muchas ideas de cómo actuar una vivencia, cada actriz se imagina diversas formas de moverse, es un arte que todas puedan conectarse y que devuelvan algo lindo y algo que cale en el corazón del público.

Leonila Argüello reconoce que el Teatro Espontáneo le ha ayudado en la creatividad; “Para mí el Teatro Espontáneo me ha permitido a ver un poquito más allá de la lógica de, por ejemplo, un niño lo tengo que hacer con una tela para abrazarlo, o sea, de qué otra forma puedo simbólicamente, estéticamente, poéticamente representar la ternura, representar el abrazo. Para mí es más fácil buscar en la emoción, antes de ir a lo creativo, qué me conecta con la emoción y qué imagen se me viene a mí, pero partiendo de mi propia emoción y pienso que ahí puede soltarse algo creativo, algo imaginativo, no tanto ir a lo imaginativo antes sin buscar en lo que yo siento”. (Argüello, 2015) Como se ve, cada actriz tiene un método para personificar una vivencia, emoción o historia, ellas eligen si parten de su imaginación o se conectan con la historia y sus emociones. Después sigue el cómo usar los instrumentos de apoyo, tienen que relacionar los objetos con los sentimientos que salgan en la experiencia contada y dejar fluir el cuerpo. El Teatro Espontáneo no se trata de razonar sino de adherirnos a los sentimientos de las personas que se atreven a desnudar su alma y compartir gotas de su vida.

## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

Ahora bien, la creatividad va de la mano con la espontaneidad, Fanny Vado, actriz del Teatro Espontáneo opina que, “La espontaneidad es la reacción que uno puede tener después de que escucha una historia, y creo que la espontaneidad se da en el momento de que uno pueda digerir muy bien la historia y poder actuar. El Teatro Espontáneo ayuda a poder actuar y a darse un impulso para poder hacer una propuesta, lanzarse. A mí me ha ayudado a poder reaccionar o poder disfrutar de lo que no me sale”. (Vado, 2015) Basándonos en eso podemos decir que las personas tenemos nuestra identidad, la que nos define como únicos y diferentes, pero por la influencia de los sistemas a los que pertenecemos, vamos cubriéndonos de máscaras que nos permiten ser aceptados en diferentes espacios; para poder actuar de forma espontánea, debemos de quitarnos primero esas máscaras y contactar nuestra identidad personal. Esto quiere decir que las actrices tienen que trabajar primero sus emociones para poder asimilar la historia y representarla. Porque todo esto empieza en la mente, donde atesoramos recuerdos y con ellos los sentimientos. Puede haber historias en las que las actrices no quieran participar, y tienen derecho y la responsabilidad de no hacerlo, ya que ellas al actuar comprometen su cuerpo, su mente y su alma.

Continuando con la espontaneidad, Leonila Argüello acepta que todo este tiempo que ha trabajado con Teatro Espontáneo ha aprendido muchas cosas, las cuales ha puesto en práctica en su vida diaria, “A mí me ha ayudado a poder en la vida misma cotidiana, adaptarme o cambiar de una situación a otra por el entrenamiento del espontáneo de poder soltar, dejás ahora esto y tenés que recibir otra cosa, soltá, dejá y recibí. Yo siento que me ha ayudado en eso en mi vida privada y personal y en el día a día en todo”. (Argüello, 2015) Cabe señalar que en nuestra vida tenemos que aprender a ser espontáneos, no para actuar en un escenario, sino para responder ante situaciones nuevas. A veces nos dejamos paralizar por el miedo ante lo desconocido y nos perdemos de muchas cosas, debemos de aprender a ser creativos para que el día a día sea más fácil y placentero. No hay que olvidar que en el camino del aprendizaje a ser espontáneos se puede errar, pero esto contribuye al aprendizaje, la persona que no corre riesgos, no aprende y no avanza.

## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

Para ser espontáneo se necesita recuperar la confianza en nosotras mismas, es un proceso en el cual se requiere enfrentar temores, pero ayuda tanto en el actuar como en el vivir. Podemos decir que al poner en práctica la creatividad y la espontaneidad en el Teatro Espontáneo se genera confianza en la persona, porque se está preparado para cualquier circunstancia que se presente Y la creatividad surge cuando nos encontramos en situaciones desconocidas, sólo hay que arriesgarse a experimentar. Participar en el Teatro Espontáneo aporta confianza y seguridad, el que no haya guión, ni reglas a seguir, ni autores establecidos, nos infunde cierta libertad para participar y atrevernos a explorar.



Imagen 6: Protagonista contando su historia.  
Mayo de 2015. Fuente: Norvia Roa

Leonila Argüello nos dice cómo el participar como actriz le ha ayudado a desarrollar una escucha activa, “El Teatro Espontáneo me ha ayudado a escuchar con otros sentidos, con el oír, con el sentir y con el escuchar desde el cuerpo; la escucha activa es el oído encendido, cuerpo encendido permanentemente” (Argüello, 2015). Como ya hemos

dicho antes, el representar una historia no sólo se trata de mover el cuerpo, todo empieza en la escucha activa de las experiencias, se escuchan las palabras y los gestos corporales para devolver algo genuino. Escuchar es un arte, se tiene que tener consideración por la persona que está abriendo su corazón, al escuchar demostramos respeto y le hacemos ver a la persona que nos importa lo que expresa. Al escuchar aprendemos mucho, y más si lo que escuchamos son experiencias de vida.

Las actrices tienen que estar atentas a las historias, para poder devolver la esencia de ésta. Ana Ara nos dice, “Una escucha activa me tiene que permitir poder confirmar si lo que he escuchado es realmente lo que la persona quería decir, cuanto más historias escuchas más te das cuenta que tienes esta escucha activa”. De ésta manera las actrices tienen que estar en constante escucha, al momento de representar ven si la

## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

persona está a gusto con lo que está viendo. Porque sería una falta de respeto representar algo que la persona protagonista no contó. Como toda actividad, con la práctica la escucha activa se vuelve más fácil de aplicar.

Otra de las actrices, Huber B. (2015) expresa, “Para mí la parte de la escucha activa también es saber escuchar a la otra persona y escucharse así misma a la vez, y el Teatro Espontáneo es un permanente ejercicio en este sentido y evidentemente en la vida cotidiana también lo aplico y me ha ayudado a evitar conflictos y a comprender mejor las cosas”. Observemos como en el Teatro Espontáneo se ejercita la escucha activa, en el momento en que la persona cuenta su historia el narrador, las actrices, y el público escuchan atentamente, también da lugar a que cada quién escuche a su yo interno, y reflexione. El Teatro Espontáneo nos recuerda que somos similares, que a todos nos gusta que nos escuchen y que nos presten atención. Saber escuchar es una actitud difícil, ya que exige dominio de uno mismo e implica atención, comprensión y esfuerzo por captar el mensaje del otro, pero con el ejercicio se hace menos difícil.

Las actrices del Teatro Espontáneo se reúnen para prepararse física y emocionalmente para las sesiones. Veamos lo que expresa Leonila Argüello, “Una cosa que hacemos dependiendo de la función a la que vamos y del tema, de trabajar primero a lo interno del grupo, nuestros miedos sobre ese tema, por ejemplo los duelos o por ejemplo el tema del cáncer, como esos temas a mí en lo personal me tocan, cómo me puede tocar el tema de un duelo, de una enfermedad terminal y cómo esto me puede conectar también con nuestro interior, con nuestros miedos, inseguridad, de poderlas plantear dentro del grupo, trabajarla con ellos, ponerle cuerpo, ponerle escucha, ponerle atención para poder estar más tranquila.” (Argüello, 2015) Como se ve las actrices toman acción ante los obstáculos que ellas miran son necesarios trabajar para hacer una mejor representación de las historias. En el Teatro Espontáneo se tocan temas que son motivo de alegría, así como temas fuertes, dolorosos, que son difíciles de expresar. Por ésta razón las actrices se reúnen para compartir sus historias y poder sanar heridas que el pasado ha dejado. Ellas tienen que estar sanas físicamente y mentalmente para que ningún tema les bloquee.

## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

Una de las actrices de Teatro Espontáneo afirma que participar en el Teatro Espontáneo permite “Tener más seguridad, conocerme mejor, expresar mis emociones.” (Salgado, 2015) Y es que es increíble el poder y la seguridad que provoca el ser parte de las sesiones del Teatro Espontáneo, ser parte de un grupo y sentir el respaldo de tus compañeras. El Teatro Espontáneo permite que te expreses de la manera que tú quieras, desde una palabra, una lágrima, una música, una historia, las actrices no ponen límites a la forma en la que te quieres expresar.

En el Teatro Espontáneo creamos un sinnúmero de actividades que ayudan a fortalecer nuestro interior y a dar mayor seguridad. Eunice, una de las actrices de Teatro Espontáneo expresa que “La identificación con las historias permite descargar las diferentes situaciones de la vida, lo cual da mayor seguridad personal.” (Lacayo, 2015) Por ello muchas



Imagen 7: Una de las actrices compartiendo una historia. Noviembre de 2016. Fuente: Norvia Roa

veces hay similitudes en las historias que las protagonistas cuentan, por lo que las actrices juegan un papel sumamente importante de no confundir la historia que se narró con una historia personal. Es importante que cada historia narrada se viva, se sienta, que las emociones que salgan sean naturales y no fingidas, jugar sanamente y divertirse.

En el Teatro Espontáneo toda persona que desee puede participar, Leonila expresa que “La participación puede ser desde la quietud, desde guardar silencio, desde una palabra, desde una lágrima, desde diferentes emociones; el Teatro Espontáneo te prepara para poder participar de diferentes maneras”. (Argüello, 2015) El Teatro Espontáneo no impone la forma en la que vas a participar, es como la persona se sienta a gusto, todas estas formas que se explicaban anteriormente también son formas de participación, todas son importantes, todas tienen valor, todas tienen un gran significado.

## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

Fanny, actriz de Teatro Espontáneo, describe que “El Teatro Espontáneo tiene este criterio de poder hablar desde mi propia historia, entonces esto ayuda a que en otros espacios me pueda expresar libremente a partir de mi propia historia”. (Vado, 2015) Hablar de mi propia historia hace que las heridas sanen, hablar de lo que pasa o de lo que pasó nos hace más fuertes, expresar nuestros temores en los diferentes espacios donde se respete la libertad de expresión nos hace personas valientes que sabe lo que quiere, porque cuando expresamos lo que sentimos no importa si estamos equivocados o muy acertados, lo que importa es sacar a fuera nuestra manera de pensar y sentir.

Meyling, actriz de Teatro Espontáneo destaca que “El Teatro Espontáneo te da la oportunidad de hablar, desahogarme, verme desde fuera, es decir es verme en historias de otras personas.” (Cruz, 2015) No importa la forma en la que te liberes, lo que importa es que tu cuerpo no ponga resistencia a las emociones, porque causaría daño a tu salud.

Ver un pedacito de tu historia puesta en escena sin que tú la hayas contando, es sorprendente la cantidad de nuevas sensaciones y nuevos pensamientos que surgen, porque estoy viéndome desde otro ángulo que anteriormente no lo habías visto. Cuando sales de la sesión de Teatro Espontáneo te llevas otra visión de la realidad y surgen nuevas formas de actuar.

Leonila comparte: “Me ha permitido crecimiento personal a nivel emocional, crecimiento como grupo a nivel de conexión emocional y de historias”. (Argüello, 2015) Sin duda alguna el grupo juega un papel fundamental en este proceso, porque la transformación no solo ocurre en ti, sino también en el grupo. Las historias transforman tanto a la protagonista como a las actrices y al público.

La transformación ocurre en todo el espacio, todos se quedan con un pedacito de cada historia, la unión del grupo se hace sentir, el acompañamiento ante las diferentes historias y la solidaridad impregna el espacio. Según Beatriz, “Yo empiezo a sentirme parte, porque sólo se puede hacer en grupo. Me ha permitido comprender, comprenderme a mí, comprender a otras personas, he aprendido muchísimo. Uno aprende muchísimo sobre la vida, solo el hecho de escuchar tantas historias diferentes,

## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

de contextos totalmente diferentes.” (Huber B. , 2015) Sentirte parte de un grupo y trabajar por y para ese grupo no es fácil, al Teatro Espontáneo cada día llegan personas nuevas, no es necesario llenar ningún formato porque es un espacio para las personas, donde se aprende de la vida con cada historia, donde el grupo está respaldándote y se siente la confianza para hablar libremente.

Por lo que Ana, expresa que “En el Teatro Espontáneo solo el hecho de hablar, solo el hecho de recordar, de poder verte, de poder nombrarte, es un acto de fuerza, es un acto de valentía, es un acto de esta palabra que se llama empoderamiento, es decir, el poderme ver, el poderme nombrar, el poderme decir y el poderme sentir que mi relato, mi historia, mi vida es importante, es escuchada y es retomada por otras y otros y además tiene una resonancia en ellas y en ellos”. (Ara, 2015) Retomar un poquito de cada historia nos hace entender mejor a las personas, tomar la actitud de “yo puedo”, que mi historia es importante y que yo me sienta segura y confiada, me hace una persona más segura que sabe lo que quiere. Sentirse importante y considerar que todo



Imagen 8: Actriz escenificando una experiencia.  
Febrero de 2016. Fuente: Jossel Laguna

lo que hago y todo lo que digo trae bienestar para mí y para mi entorno es lo primero para lograr empoderarnos de nosotras mismas.

Estar en el Teatro Espontáneo genera un ambiente de seguridad, donde soy parte de un grupo y donde mi palabra es tomada en cuenta, así lo expresa Huber B. , (2015) “Hacer Teatro Espontáneo da más seguridad, porque te tienes que lanzar, tienes que proponer, también tienes

derecho a equivocarte, y eso da más seguridad a una persona. Una persona que hace Teatro Espontáneo es más segura que una persona que no hace Teatro Espontáneo. Te permite conocerte mejor, reelaborarte tus historias y eso es parte fundamental para el empoderamiento subjetivo, después para el empoderamiento colectivo, con el Teatro Espontáneo aprendí mucho a trabajar en grupo, no lo podés hacer sola, solo podés

hacer una parte del todo, y eso también es muy importante porque a veces confundimos el empoderamiento con ser súper mujeres y el Teatro Espontáneo me enseñó a no ser súper mujer si no a simplemente a hacer lo mejor de la parte que me va a tocar hacer”. Es decir el Teatro Espontáneo no es perfección, somos personas seguras pero no perfectas, todos estamos propensos a equivocarnos, y eso está muy bien, porque eso nos hace crecer más como personas. Cada día se aprende cosas nuevas, es un aprender constante.

## **11.2. Aportes del Teatro Espontáneo a la Transformación Social**

Los procesos de transformación social, parten del análisis de la realidad y de reconocer en ella lo que no nos satisface y deseamos cambiar. Beatriz Huber, una de las fundadoras del grupo EmocionArte expresa que “El Teatro Espontáneo es la búsqueda de la forma artística que te permite ver y descubrir algo más sobre la realidad, sobre tu historia y ese es un proceso de cambio, porque si yo veo algo diferente que no me he dado cuenta hasta el momento o me surge una emoción que a lo mejor hasta momento la tenía congelada, la tenía reprimida eso es un cambio”. (Huber B. , 2015) Sin duda alguna el Teatro Espontáneo trasciende las fronteras, permite ver tu historia desde otro ángulo donde la vista es mucho más amplia y podés ver mejor. Las transformaciones muchas veces inician con la decisión y el acopio de valor para compartir nuestra historia y continúan cuando podemos ver esa historia desde otras perspectivas.

Además, Beatriz nos compartió que estar en Teatro Espontáneo le permitió “Visualizar recuerdos para poder comprender, elaborar una situación, conectar y descongelar emociones. Recuperar la memoria histórica.” (Huber B. , 2015) El Teatro Espontáneo permite a los participantes visualizar recuerdos muy remotos, ya sea desde la propia historia o desde la historia de otra(s) persona(s), porque se puede haber olvidado una experiencia vivida, pero por medio de la historia de alguien más se logra recuperar ese recuerdo, eso permite el fluir de emociones y sensaciones nuevas que se amplían si se toma la decisión de ser protagonista.



## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

En una de las presentaciones en las que participamos, surgió, por ejemplo los recuerdos de la guerra y a raíz del relato de una protagonista, otras personas del público evocaron sus propias vivencias. Este tema en particular, pero también muchos otros, son parte de la memoria histórica que debemos recuperar y sanar para poder construir nuevas realidades.

Las personas que participan en el Teatro Espontáneo en la zona urbana tienen una experiencia diferente a las que participan en el Teatro Espontáneo Comunitario, Meydiluz Pérez, quien fue parte del público de la comunidad Nuestra Tierra en la presentación realizada el 17 de noviembre del 2015, nos habla sobre la importancia de escuchar atentamente todas las experiencias que se comparten en el Teatro Espontáneo, “Algo que he aprendido es a estar pendiente de las historias que cuenta cada mujer, estar atentos escuchando porque te pueden elegir a vos como protagonista de esa historia que se está contando, claramente si no estás escuchando la historia y te eligen, no vas a saber que vas hacer. Es muy importante siempre escuchar a las personas que están al frente de nosotros y si la persona que está a tu lado está inquieta pues decirle que pongamos atención porque mi compañera se merece que la escuchemos”. (Pérez, 2015) La acción de escuchar es importante en la comunicación, se demuestra si tenemos o no inteligencia emocional, cuando valoramos al otro y dejamos que se exprese y le prestamos toda nuestra atención, no sólo para contestar, sino porque todos merecemos respeto. Esto se aplica en el Teatro Espontáneo y en la vida diaria. En este caso, Meydiluz nos deja ver también, la responsabilidad que asume el público en las presentaciones, todos y todas sabemos que tenemos la responsabilidad de escuchar y apoyar a las protagonistas y al grupo en general, esto sin duda alguna nos da esperanza, pues a partir de esa responsabilidad asumida es que se fortalece el sentido de comunidad y de solidaridad que pueden dar pie a profundas transformaciones sociales.

Alba Nubia, participante de una de las sesiones urbanas, expresa “...y dar ese apoyo a otras personas desde una palabra, dar compañía”. (Vargas, 2015) Dar acompañamiento en cada una de las historias significa estar escuchando activamente lo que se está narrando, escuchar desde el corazón a lo que está puesto en escena,

## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

acompañar desde mi propia historia, que resonancia tiene en mí la historia que se está contando. El acompañamiento sucede durante toda la sesión de Teatro Espontáneo, es decir que es un acto de solidaridad y de compromiso hacia los demás.



Imagen 9: La directora junto a un niño protagonista.  
Agosto del 2015. Fuente: Norvia Roa.

Magdalena Salgado, tiene 2 años de actuar en el Teatro Espontáneo, ella nos comparte uno de los objetivos del Teatro Espontáneo, “Brindar un espacio de confianza donde las personas nos podamos expresar y eliminar cualquier barrera que nos impida una comunicación fluida”. (Salgado, 2015) El Teatro

Espontáneo invita a desplegar historias, a reactivar la memoria y que las personas se sientan aceptadas y valiosas, se recuperan las relaciones cara a cara y se rompen barreras sociales dejando atrás el prejuicio. Al ser protagonista de la historia, la participante puede ver desde afuera la historia y esto permite que pueda reflexionar desde otra perspectiva la situación y tanto las actrices como el público en general recibe como un regalo el reflejo de la historia que se representa.

Lorena, participante del Teatro Espontáneo Comunitario, expresa, “Reflexiono de las demás compañeras. Me conmueven las historias. A veces escucho vivencias parecidas a las que yo he pasado y aprendo de ellas. Porque no es lo mismo ver la historia desde afuera, así todo se ve con más claridad”. (Montenegro, 2015) Cuando se escuchan activamente las historias se da un proceso de reflexión, sin importar cuál sea el contenido de la historia, y se aprende de las tomas de decisiones de otros. Cuando ocurre la resonancia también existe una transformación en nuestro interior, podemos preguntarnos qué haríamos nosotras en esas circunstancias y podemos ver otros aspectos de la historia de los cuales aprendemos, nuestra visión se amplía y nos enriquecemos con nuevas ideas y emociones.

## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

Pérez (2015) quien asistió como público a una de las presentaciones en las comunidades rurales nos dijo: “Las historias me emocionan y me han servido para reflexionar, para meditar, por ejemplo si yo hubiera actuado igual que actuó mi compañera ante una situación similar que estábamos viviendo me hubiera podido liberar muy rápido de esa situación” Esto quiere decir que junto con la reflexión viene el aprendizaje, si expandimos nuestra mente y nos damos la oportunidad de reflexionar, de aceptar que existen muchas respuestas para un mismo problema, podemos ganar mucho. Podemos aprender de los demás, de sus experiencias y también podemos compartir nuestras experiencias para que otros escuchen y reflexionen.

Podemos decir que la resonancia de las historias va de la mano con la reflexión, el Teatro Espontáneo da lugar a que la persona cuestione las decisiones que ha hecho en su vida, que analice los puntos de vista de otras personas. A veces creemos que sólo nosotros hemos pasado por una situación, y nos sentimos mal, pero al ver que existen muchos casos similares nos damos cuenta que no somos los únicos y sentimos apoyo.

Vemos que los efectos positivos de participar en el Teatro Espontáneo los sienten todos, tanto el público como las actrices se emocionan y reflexionan, al igual que la persona protagonista.

El Teatro Espontáneo es un espacio donde te permite potenciar tus capacidades intelectuales, así nos comenta la actriz del grupo EmocionArte, Ana Ara “El Teatro Espontáneo permite potenciar y garantizar espacios grupales para actuar, comprender y transformar.” (Ara, 2015) Vemos que el Teatro Espontáneo es integral, porque puede divertir y a la vez se aprende y puede llegar a transformar. Cuando trabajas en grupo se aprende más, porque existen muchos puntos de vista, según las experiencias de vidas de las personas, y al compartir con ellas intercambias ideas, expresas tus experiencias y escuchas las de otras personas.

Durante la entrevista, la actriz Fanny Vado quien lleva 8 años haciendo Teatro Espontáneo en el grupo EmocionArte expresó: “Es una nueva experiencia de aplicar un nuevo método artístico y en función de la salud, búsqueda de mejor comunicación,

## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

estado emocional, seguridad en emociones. El Teatro Espontáneo implica contar, poder hablar, poder sacar alguna situación difícil, o puede ser una situación que la hayas disfrutado, una situación de placer también te da gusto poderla sacar, y eso alivia, hace respirar, hace poder ver cosas diferentes en tu historia y creo que eso también te puede dar caminos, el poder contar una historia, el poder desahogarse y eso libera el alma". (Vado, 2015) Como se ve, el hecho de contar lo que te pasó en el día, o lo que ha sucedido a lo largo de nuestra historia de vida, hace que nos sintamos bien, el hecho de que alguien nos escuche y nos preste atención nos hace sentir importante. Fanny nos recuerda que también es importante compartir los momentos de alegría y de placer, puesto que también podemos aprender a vivir mejor estas situaciones, en contextos como el nuestro muchas veces no tenemos el permiso social para compartir ni lo bueno, ni lo malo. El Teatro Espontáneo al ser una forma de arte, hace sentir a los que participan una especie de satisfacción y actúa como terapia, tanto individual como colectivamente.

Como es sabido una persona que está triste o enojada no labora o estudia de forma productiva, mientras que cuando estamos felices somos capaces de realizar nuestras labores con más agilidad y mayor placer. A veces nos frustramos porque andamos pensando en un problema y no nos sentiremos mejor hasta que lo compartamos con alguien. Es preciso hablar, compartir, expresar cómo nos sentimos, y el Teatro Espontáneo nos brinda ese espacio. Donde además de contar nuestra historia, podemos verla representada y de ésta forma reflexionamos y re-decidimos.

Una de las protagonistas de Teatro Espontáneo plantea que "El Teatro Espontáneo toca sentimientos, emociones y brinda herramientas para trabajar tus historias." (López, 2015) Por lo tanto participar del Teatro Espontáneo mueve un sinnúmero de emociones que solo siendo parte de él se puede experimentar, es como viajar a través de la memoria y que surjan nuevas sensaciones y nuevos sentimientos que anteriormente no habían surgido.

En el Teatro Espontáneo no importa si cuentas un sueño, si compartes una imagen, si hablas de tu música favorita, si consideras importante contar, para nosotras como

## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

trabajadoras sociales, desde este espacio es muy importante escucharte. Todas las historias que salen a flote son interesantes e importantes.

El Teatro Espontáneo promueve muchos beneficios para la salud tanto emocional, como física; por otra parte ayuda a encontrarse así misma a las personas, como lo explica una de las asistentes a las sesiones de teatro espontaneo que tuvo la oportunidad de ser protagonista, contando su historia, “El Teatro Espontáneo es importante porque me ha ayudado a encontrarme a mí misma a través de las historias de otros y he aprendido que hay diversas formas de expresar tus historias y poder escenificar cada momento”. (López, 2015) Es por ello que el Teatro Espontáneo es único, cada historia refleja un pedacito de las vidas de las protagonistas, lo emocionante es verte reflejada en otra persona, y de qué forma las actrices van a representar tu narración, porque hay un sinnúmero de formas para poner en escena una historia. El solo hecho de contar, de cierto modo ayuda a sanar el interior, proporcionando un bienestar emocional y físico. En el Teatro Espontáneo cada historia es importante, solo el hecho de asistir a una sesión puede cambiar mundos, transformar ideas y pensamientos, combinar sensaciones y emociones; todo lo que sucede dentro del Teatro Espontáneo es arte, es creatividad, en otras palabras es Mágico.

El Teatro Espontáneo de cierto modo nos ayuda a descubrirnos a nosotros mismos, así nos explica Meydiluz: “Estar aquí me ha ayudado a descubrirme a mí misma, hacer cosas que nunca imaginé hacer, mi imaginación vuela cada vez que se cuenta una historia, y lo mejor es que a esa historia se le da forma” (Pérez, 2015) Se diría pues que el participar del Teatro Espontáneo nos ayuda en gran manera a desarrollar la creatividad. En las comunidades donde son los pobladores los que representan las historias, personas que nunca han actuado se dan la oportunidad de desenvolverse. Descubren diversas formas de plasmar las emociones mediante van participando como actrices, así como también cuando son parte del público, porque se imaginan qué puede pasar y cómo ellas actuarían si estuviesen enfrente.



Imagen 10: Pobladores de una comunidad participando en el Teatro Espontáneo Comunitario. Noviembre del 2015. Fuente: Norvia Roa

Según Ana Ara, (2015) “El Teatro Espontáneo en sí se tiene que hacer con la gente y con el grupo, es una apertura enorme a poder compartir con diferentes grupos, con diferentes edades, con diferentes situaciones y es una gran oportunidad de socialización, porque es un teatro que es súper interactivo, se basa en los relatos de las personas, y para mi vida esto me permite compartir con

todos estos espacios y con todas estas historias”. No cabe duda de que el Teatro Espontáneo aporta muchos beneficios en la persona, desde niños hasta los ancianos, porque cualquier persona puede participar. Eso es lo interesante del Teatro Espontáneo, se socializa con personas de diferentes edades, podemos aprender de los niños, que tienen tanto que enseñarnos más que nosotros a ellos. En cada sesión de teatro se construyen relaciones y se tejen nuevas historias que dejan huellas en las personas que participan.

El Teatro Espontáneo es una herramienta para trabajarlo en grupos que tienen conflictos, ya que se da el compartir las experiencias y con esto se comprenden actitudes. Al final los sujetos serán protagonistas de su propia transformación.

Lorena, participante del Teatro Espontáneo Comunitario expresa, “A veces cuentan historias que uno ha pasado, en su niñez o en la edad adulta, situaciones difíciles que uno pasa, que logra superar. No es fácil verse en otra historia, saber que muchas pasamos por lo mismo”. (Montenegro, 2015) A través de otras historias se logra reflexionar nuestra propia historia y nos damos cuenta que compartimos con otras personas experiencias similares. Al observar la historia representada se pueden percibir otras emociones y hasta puedes reírte de situaciones difíciles que hayas pasado.



Imagen 11: Participante del Teatro Espontáneo Comunitario. Noviembre del 2015. Fuente: Norvia Roa

El Teatro Espontáneo ha incidido de muchas formas tanto en las actrices, como en las protagonistas y el público que participa.

Alba Nubia, una asistente a las sesiones del Teatro Espontáneo expresa lo bien que se siente al participar y en qué aspectos le ha ayudado, “Estar en las sesiones me ha servido a salir del caracol de no

creer solo que solo a mí me pasan problemas, porque muchas veces nos ahogamos nosotros solos pensando en que nada tiene solución, cuando en realidad hay personas que viven cosas peores que nosotros y esas personas saben salir adelante, muchas veces solos porque nadie les brinda apoyo”. (Vargas, 2015) Es así como el Teatro Espontáneo actúa en sus participantes, al escuchar las historias de otros reflexionan y se dan cuenta que nos parecemos en el sentido de que todos pasamos por dificultades en la vida. Participar en las sesiones les amplía la visión de la vida y encuentran apoyo para solucionar sus problemas o superar una pérdida.

Talvez los problemas no desaparezcan al expresarlos, a como opina Beatriz Huber, “Al hacer constantes ejercicios de contar tus situaciones los problemas los minimizamos, el Teatro Espontáneo es entrenarte en contar y permitirte vaciarte constantemente y hablar, y eso es fundamental para resolver un problema”. (Huber B. , 2015) A veces sólo necesitamos hablar con alguien para sentirnos mejor, que alguien nos escuche puede cambiar nuestro panorama, sólo hay que darse la oportunidad, dejar el miedo atrás y levantarse de la silla para convertirte en protagonista de tu propia historia.

Así mismo, Leonila Argüello nos dice; “Siento que resolver, resolver a lo mejor no es tanta en esa magnitud, pero el contar tú historia hace menos pesado el conflicto”. (Argüello, 2015) Porque talvez el contar la experiencia no se resuelva el problema, porque el Teatro Espontáneo no es arte de magia, pero sí se siente mejor luego de participar, se siente seguro y eso es mucho. Sabemos que las penas cuando se

comparten disminuyen y eso pasa al hablar, y luego cuando puedes ver la experiencia que has compartido representada, observas desde afuera y eso hace reflexionar desde otra perspectiva la situación.

Al hablar de nuestros temores internos nos hace personas valientes, levantarnos de la silla y participar desde mi historia nos hace personas seguras que sabe y que está dispuesta a nuevos cambios.

Una de las protagonistas de Teatro Espontáneo expresa que “Estar en las sesiones me ha permitido potenciar la participación, ahora no me guardo nada, todo lo que tengo que decir lo digo sin ningún temor, y me siento bien, siento que mi palabra cuenta”. (López, 2015) El Teatro Espontáneo da voz y valoriza la historia de cada persona, es un espacio donde las personas pueden hablar sin temor a ser juzgadas porque son escuchadas desde el respeto. Hablar de lo que sentimos, de cómo estamos, es importante ya que hoy en día se está desvalorizando las emociones que surgen en cada persona.

Por otra parte una de las actrices de teatro destaca que el Teatro Espontáneo “Da voz y participación a personas sin voz”. (Huber B. , 2015) Es decir que el teatro espontáneo es un espacio a través del cual las personas pueden compartir experiencias personales dando lugar a vencer el temor a hablar, ya que uno de los objetivos del Teatro Espontáneo es que las personas participen, que den su punto de vista, que digan lo que sienten, que el mundo escuche lo que tienen por decir, pero eso tiene que ver con el tomar la decisión como explica Ana, actriz de Teatro Espontáneo “La participación en el Teatro Espontáneo tiene que ver con una parte propia que es el tomar decisiones, y el Teatro Espontáneo te permite tomar decisiones, cómo salgo, qué salgo, qué hago, qué digo en relación a lo que se ha escuchado quiero participar en un grupo, quiero estar en los ensayos y poder aportar, estas también son formas de participación de un nivel de decisión”. (Ara, 2015) El tomar la decisión de participar promueve una transformación en la vida de las personas y en su entorno, porque muchas personas se van a motivar y van a



## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

querer promover una transformación radical en sus vidas. La toma de decisiones depende de cada persona, pero la transformación no solo será para esa persona.

Lorena, quien ha sido protagonista en el Teatro Espontáneo Comunitario, nos comenta, “Antes yo pensaba que sólo los jóvenes preparados podían participar y no es así, todos podemos participar. Ahora me expreso más. Siento que el Teatro Espontáneo me ha ayudado a desenvolverme delante de otras personas, ahora sé que expresarse es un derecho que todos tenemos”. (Montenegro, 2015) El Teatro Espontáneo da valor a las experiencias cotidianas de las personas, por eso las personas se sienten aceptadas. Les recuerda a las personas que todos tenemos derecho de expresarnos con libertad, sin importar el qué dirán. La palabra nos ayuda a que nos sintamos mejores, pero también sirve como medio para denunciar casos que van en contra de la dignidad humana.

En una de las entrevistas que realizamos a las protagonistas de Teatro Espontáneo Vargas, (2015) señala “Me siento tomada en cuenta, y dependiendo de la historia, salgo con risa, muchas veces he llorado y eso me hace más consiente y humana”. Muchas veces una lágrima, una sonrisa, o las emociones que surgen a la hora que se está narrando una historia o cuando la puesta en escena dicen más que mil palabras. Vale la pena expresar lo que sentimos y en un espacio donde se retome la importancia de cada historia vivida. El Teatro Espontáneo es un espacio donde cada día se busca comprender un poco más de la vida y de las diferentes situaciones que a diario se viven, esto nos lleva a reflexionar y por ende produce un cambio en nuestra manera de pensar.

Lorena, participante del Teatro Espontáneo Comunitario explica: “Tienes cómo desahogarte, es muy bueno para expresar lo que uno siente. Como cuando uno tiene una espina y se la saca. Uno no cuenta las historias que vive en su casa. Éste es un espacio para expresarse”. (Montenegro, 2015) A veces en nuestros hogares no nos educan para expresar nuestros sentimientos y formas de pensar, y como seres humanos necesitamos compartir lo que sentimos o las situaciones por las que estamos pasando. Existen pocos espacios para compartir sanamente con otras personas y el

## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

Teatro Espontáneo es un excelente lugar donde puedes encontrar personas interesadas en escuchar y a la misma vez compartir sus vivencias.

La confianza en sí mismo es primordial para lograr un empoderamiento en mi entorno, como lo explica la actriz de Teatro Espontáneo, Argüello (2015) “Siento que el empoderamiento viene también de confiar en lo que es mi palabra, lo que yo digo, lo que es mi emoción, y esa es mi versión y puede haber otra versión sobre un mismo hecho del que yo estoy contando, pero es lo que yo sentí, es lo que yo viví. Y siento que el hecho de que sé que voy a ser escuchada, no voy a ser juzgada y que encima lo voy a poder ver y me va a poder devolver otras cosas, eso me permite también empoderarme de mí misma y de mi propia historia, descubrir otras cosas de mi propia emocionalidad, reelaborar, repensar, resentir también, volver a sentir emociones, cosas, personas, momentos vividos y sentidos, descubrir, y eso me empodera como ser humano, como persona a crecer y a seguir andando y a seguir reelaborando”. Sin duda, depositar confianza en uno mismo nos hace personas emocionalmente estables, sin temores, sin reproches, y eso viene a generar que nos empoderemos de nosotros mismos, lograr un empoderamiento desde el interior, para luego reflejarlo en el exterior.



Imagen 12: Grupo EmocionArte poniéndole cuerpo a una historia.

Febrero de 2016. Fuente: Jossel Launa

El Teatro Espontáneo da la confianza de hablar de algo que sucedió o que está sucediendo, ahí se respira otro ambiente, se habla con sinceridad, el respeto siempre está presente, la generosidad fluye de manera significativa, puesto que hay que depositar la confianza tanto en las personas que te van a escuchar, como en las actrices que van a representar tu historia. El

Teatro Espontáneo inspira confianza para desnudar el alma y contar un pedacito de vida, no a cualquiera ni en cualquier espacio se siente la libertad de hablar de historias muy íntimas, porque no en todos los espacios van a aceptar mi historia como yo la viví

## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

o como yo la narré, a diferencia, en el Teatro Espontáneo yo puede contar mi historia como mejor me parezca o como la viví.

El Teatro Espontáneo no hay límites para expresar tus emociones y sentimientos. La solidaridad que emerge dentro del grupo es sorprendente, desde un abrazo que significa y dice mucho, hasta decir YO ESTOY CONTIGO. Expresar lo que sientes en ese momento es importante porque las emociones hablan y dicen lo que siente el alma.

Una de las protagonistas de Teatro Espontáneo comunitario, Pérez (2015) “En las sesiones de teatro se abordan muchos temas, es algo que nos ha venido dando empoderamiento, en las comunidades hay mujeres tímidas que no participamos en nada, que nos quedamos calladas y debemos de romper el silencio, debemos de saber que nos gusta y que cosa no nos gusta y no permitir que nadie decida por nosotras, debemos de tener nuestra autoestima muy en alto, hay que empoderarnos de nuestros derechos que como mujeres nos corresponden”. Cuando hablamos de empoderamiento implica asumir nuevos comportamientos, nuevos sentimientos, nuevas emociones y sensaciones todo aquello que signifique oportunidades, nuevos aprendizajes para el desarrollo de mis capacidades, tomar fuerza del sufrimiento y avanzar hacia una nueva visión, porque si deseo ver un cambio en mi entorno, primero tiene que ocurrir una transformación interna.

No podemos hablar de empoderamiento sin hablar de la participación y de la toma de decisiones como lo explica Lara (2008): “El Teatro Espontáneo comunitario es una vía para posibilitar la participación comunitaria activa y potenciar su empoderamiento”. (Lara, 2008) Fanny coincide de esta manera “El empoderamiento está cuando uno toma decisiones, en el Teatro Espontáneo puedes tomar una decisión, de a través de una historia denunciar un hecho que te ha pasado, poder hacer ese paso de poder hablar, de denunciar y también aprender de las historias de otras mujeres que han tenido todo ese proceso de empoderamiento, de tomar decisiones, de defender sus derechos”. (Vado, 2015) Definitivamente la toma de decisiones, la participación y el empoderamiento trabajan en conjunto, ya que fortalece las capacidades individuales y colectivas, es decir, favorece a la persona a defender sus deberes y derechos.

Apropiándonos de estos tres aspectos podemos lograr una transformación tanto individual, como colectiva.

### **11.3. Diferencias entre sesiones Urbanas y Sesiones Rurales de Teatro Espontaneo**



Imagen 13: Grupo EmocionArte escenificando una experiencia.  
Febrero de 2016. Fuente: Jossel Laguna

“En el Teatro Espontáneo Comunitario cambia el rol y el encuadre, las participantes actúan y son elegidas para representar un rol en la historia. A diferencia del Teatro Espontáneo con las actrices, no hay cambio de rol, nosotras somos las actrices y estamos para eso, sin embargo en el comunitario vos estas aquí escuchando la historia pero

puede ser que ella que la ha contado te elija a ti para que la representes y ahí haces un cambio de rol, haz estado como grupo o comenzamos escuchando y de repente te elijen como actrices, por eso hay que estar escuchando atento porque en cualquier momento te pueden elegir de protagonista”. (Ara, 2015)

En el Teatro Espontáneo quienes representan las historias que se cuentan, son las actrices, a diferencia, el Teatro Espontáneo Comunitario trabaja con las personas de la misma comunidad, porque son ellas las que actúan y representan un papel de la historia que se narró. Estar pendientes de lo que se cuenta es primordial, de lo contrario es mejor no salir a escena, porque la historia no va a poder fluir. Todo se hace espontáneamente desde el vestuario que utilizan, hasta las emociones que puedan surgir.

Continua explicándonos Ana: “Las mujeres que son elegidas tienen derecho de decir que no, pero es rarísimo que digan que no; yo creo que en una ocasión fue que una compañera dijo que no, se respeta y entonces se dice: hoy no está disponible para poder hacer este papel, elige a otra”. (Ara, 2015) El respeto es una de las características del Teatro Espontáneo, si no se



Imagen 14: Pobladores de “Mi Tierra” representando una historia.  
Noviembre del 2015. Fuente: Norvia Roa

siente el deseo o la energía de representar una historia está bien decir que NO. Es preferible eso a que vayas a fingir sentir emociones y sentimientos ajenos a ti. La sinceridad se apodera de cada sesión de Teatro Espontáneo, claramente siempre se respeta las opiniones y decisiones de cada uno de los presentes.

“Cuando empezamos a hacer Teatro Espontáneo comunitario (ahora ha venido cambiando) al inicio eran muchas historias de trabajo doméstico, entonces contaban: huy, me levanté muy temprano y molí el maíz, después eché las tortillas, huy rápido fui a lavar porque quería venir para acá, y vos decís uy! otra vez la historia de moler el maíz y otra vez la historia de moler el maíz, pero si vos ves lo que hay detrás de esa historia que está diciendo, todos los esfuerzos que hace para participar, está contando una cotidianidad que se ha desvalorizado totalmente y sin embargo si esa mujer no lava, no hace el maíz, nadie come en su familia, el aporte que hace en la economía, y si eso se pone en escena no vas a decir: “LAS MUJERES APORTAMOS A LA ECONOMÍA” no, vas a representar su narración, esa sencillez, esa poesía de la narración, pero la mujer al ver dice: no sabía que lo que hacía era importante y hay una valoración diferente de esa cotidianidad desvalorizada y eso cambia algo en la persona, la percepción de quien es y qué posición tiene en la sociedad y por lo tanto el poder que tenemos; poder no en el sentido de ejercicio de poder, abuso de poder, sino

## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

de poder hacer, de poder ser”. (Huber B. , 2015) Sin duda alguna el Teatro Espontáneo da valor e importancia a cada una de las historias, si yo pienso que lo que hago no tiene ningún valor, al participar del Teatro Espontáneo transforma y mueve cantidades de pensamientos y emociones que gritan desde el interior, porque al verme puesta en escena la historia da un giro de 180 grados, todo cambia, se ve las cosas diferentes y desde otro ángulo, se empieza a valorar lo que hacemos, y es ahí donde comienza la transformación en las personas.

Una participante del Teatro Espontáneo comunitario, Meydiluz Pérez señala; “Cada gesto, cada movimiento cuenta, tenemos que estar preparadas para representar las historias, la escena fluye, no tenemos un libreto que diga lo que tenemos que hacer, todo lo hacemos espontáneamente”. (Pérez, 2015) Notemos entonces la importancia de estar preparadas para poder representar las historias, tanto física como mentalmente,



Imagen 15: Pobladores de “Mi Tierra” en una escena. Noviembre de 2016. Fuente: Norvia Roa

porque la espontaneidad tiene que ver desde la libertad que tengamos en nuestra mente para abordar diferentes temas. Porque en las sesiones de Teatro Espontáneo salen historias fuertes como la violencia, y se necesita estar ejercitada para no quedarse estancada.

Participar del Teatro Espontáneo Comunitario permite potenciar el encuentro entre las personas y generar empoderamiento en las personas que son parte de él. En una de las entrevistas que se realizó, Bea una de las actrices de Teatro Espontáneo expresa que “El Teatro Espontáneo en la comunidad se acerca más al psicodrama , también lo digo desde la experiencia como ser elegido en el grupo no desde la actuación profesional, en el psicodrama hay una cosa que se llama “selección del inconsciente” donde sin percibirlo conscientemente elegís a una persona que comparte esta historia y esto permite otro tipo de proceso en la comunidad, por ejemplo; cuento una historia de

## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

mi hija que se me fue y elijo a una mujer en la comunidad que ¡PUM! eso le está pasando, entonces claro ahí hay un trabajo emocional”. (Huber B. , 2015) Como señala Bea, nada sucede al azar, las historias muchas veces pueden coincidir, a veces la protagonista elige a otra persona que está pasando por la misma situación y es eso lo que abre el paso al trabajo emocional. En las comunidades muchas veces las mujeres tienen niveles de escolaridad muy bajos, sin embargo su experiencia de vida es inmensa y es eso lo que permite la empatía y la conexión para representar una escena. La historia puede llegar a tener de una a más protagonistas, dependiendo del grupo de personas que se sientan identificadas o hasta que magnitud ha resonado cada historia que se narró. El TEC lo hacemos todos, es una nueva forma creativa de llegar al público, es un nuevo método de abrir espacios sociales vinculados a las transformaciones sociales.

La actriz de Teatro Espontáneo Argüello, (2015) señala que “En las comunidades la protagonista elige también mujeres de la misma comunidad. Les permite ser protagonistas de diferentes formas en el sentido de que la protagonista es la que cuenta, pero a la vez elige mujeres de la misma comunidad entonces también terminan siendo protagonistas porque pasan al escenario a compartir, salen del papel de solo mirar y emocionarse o activarse con su propia historia. Siempre hay una directora; pero sólo vamos una o dos de nosotras que acompañamos y apoyamos a las mujeres.” Es decir que el rol que se desempeña en las comunidades es totalmente diferente como lo explicaba Leonila, en las comunidades la que cuenta la historia puede elegir a mujeres de la misma comunidad para que represente su historia. No se necesita haber participado anteriormente en alguna obra de teatro, solo se necesita haber escuchado la historia, tener el deseo y la voluntad de participar. La escena fluye sola, las emociones salen a luz y las protagonistas se relejan y disfrutan cada momento.

## **XII. Conclusiones**

- A lo largo del proceso de investigación descubrimos que los aportes que hace el Teatro Espontáneo en las miembros del grupo son muchos, destacándose: aporta mayor seguridad, les ayuda a descubrir nuevas emociones, y que haya empoderamiento. El Teatro Espontáneo les ha ayudado a resolver conflictos internos y a tener una visión más amplia para solucionar problemas de la vida diaria.
- Identificamos que el Teatro Espontáneo aporta a la transformación social en varios aspectos, en la salud emocional y física, facilita la participación individual y colectiva, permite potenciar el empoderamiento y la libertad de expresión. El teatro es un excelente recurso para crear conciencia social sobre diferentes situaciones que afectan nuestra calidad de vida.
- Con relación al tercer objetivo se concluyó que el Teatro Espontáneo Comunitario es una derivación del Teatro Espontáneo, en el Teatro Espontáneo existe un narrador, las actrices, el protagonista y el público. En el Teatro Espontáneo Comunitario la protagonista elige dentro del público a las personas que representarán su historia. Los espectadores se convierten en actores de su propio drama colectivo.

A través del cumplimiento de los objetivos específicos dimos respuesta a nuestro objetivo general, analizando el Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social.



### **XIII. Recomendaciones**

- Al Colectivo de Mujeres, que den a conocer el Programa de Teatro Espontáneo en las universidades y en todos aquellos espacios que promueven la transformación social, que promocionen talleres para aprender a hacer teatro sin limitar el número de participantes.
  
- A las personas que participan en el Teatro Espontáneo, les invitamos que compartan que el Teatro Espontáneo es una herramienta para procesos de transformación individual y colectiva, para que las personas no lo vean como simple recreación.
  
- A la Universidad, le sugerimos que incorpore el Teatro Espontáneo en el plan de estudio de las carreras que pertenecen al departamento de Ciencias y Humanidades, porque consideramos que es de gran importancia para los estudiantes el conocer nuevas metodologías que contribuyan a la transformación de la sociedad.

#### **XIV. Bibliografía**

- Acevedo, G. A. (2014). *La creatividad desde la perspectiva de estudiantes universitarios*. Recuperado el 2 de Octubre de 2014, de Dialnet: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4119815>
- Ara, A. (08 de Septiembre de 2015). Teatro espontáneo. (N. Roa, Entrevistador)
- Argüello, L. (08 de Septiembre de 2015). Teatro espontáneo. (J. Laguna, Entrevistador)
- Argurete. (2009). *ECreativa*. Recuperado el 18 de Agosto de 2015, de <https://ecreativa.wordpress.com/2010/07/22/teatro-espontaneo/>
- Barballeri, A. (2012). *impronta teatro espontáneo*. Recuperado el 20 de Octubre de 2015, de Bienvenido a impronta teatro espontáneo: <http://www.improntateatro.com/compania-impronta-teatro-espontaneo/>
- Benavides, M. O. (2015). *Scielo*. Recuperado el Febrero de 2016, de Métodos en investigación cualitativa: triangulación: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-74502005000100008](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74502005000100008)
- Bertea, F. (2014). *Experiencias en teatro espontáneo: Devenir*. Recuperado el 15 de Octubre de 2014, de Entrefugas: [http://entrefugas.com/index.php?option=com\\_content&view=article&id=26:qexperiencias-en-teatro-espontaneo-devenirq&catid=6:textos&Itemid=7](http://entrefugas.com/index.php?option=com_content&view=article&id=26:qexperiencias-en-teatro-espontaneo-devenirq&catid=6:textos&Itemid=7)
- Blasco. (2007). *Enfoque cualitativo*. Recuperado el 24 de Octubre de 2014, de eumed.net: [http://www.eumed.net/tesis-doctorales/2012/mirm/enfoque\\_cualitativo.html](http://www.eumed.net/tesis-doctorales/2012/mirm/enfoque_cualitativo.html)
- Cabral, L. R. (2014). *Qué es la reflexión*. Recuperado el 2 de Octubre de 2014, de Blogia: <http://joseenrique.blogia.com/2006/032203-que-es-la-reflexion-definiciones.php>
- Castro. (2010). *La entrevista cualitativa*. Recuperado el 24 de Octubre de 2014, de slideshare: <http://es.slideshare.net/marthaliliana/la-entrevista-cualitativa>
- Cruz, M. (08 de Septiembre de 2015). Teatro espontáneo. (N. Roa, Entrevistador)
- Davis, P. (2015). *La barca*. Recuperado el 20 de Octubre de 2015, de [http://www.labarcaotroteatro.com/index.php?option=com\\_content&view=category&layout=blog&id=26&Itemid=127](http://www.labarcaotroteatro.com/index.php?option=com_content&view=category&layout=blog&id=26&Itemid=127)

## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

- Fernández, A. M. (2011). *Formación en teatro espontáneo*. Recuperado el 15 de Octubre de 2014, de El Colectivo: <http://elcolectivo.cl/taller-de-teatro-espontaneo/>
- Flores, D. (2010). *El Colectivo*. Recuperado el 19 de Agosto de 2015, de <https://elcolectivo.wordpress.com/acerca-de/>
- Garavelli, M. E. (2003). *El teatro espontáneo y el cambio de actitud*. Recuperado el 15 de Octubre de 2014, de Entrefugas: <http://www.entrefugas.com/textos/26-qexperiencias-en-teatro-espontaneo-devenirq.html>
- García, A. (2014). *Teatro espontáneo: actores itinerantes en busca de historias*. Recuperado el 2 de Octubre de 2014, de margen: [http://www.margen.org/docs/curso40-2/unid1/apunte04\\_01.pdf](http://www.margen.org/docs/curso40-2/unid1/apunte04_01.pdf)
- García, R. (2005). *Experiencias en teatro espontáneo: devenir*. Recuperado el 15 de Octubre de 2014, de Entrefugas: [http://www.entrefugas.com/index.php?option=com\\_content&view=article&id=26:qexperiencias-en-teatro-espontaneo-devenirq&catid=6:textos&Itemid=7](http://www.entrefugas.com/index.php?option=com_content&view=article&id=26:qexperiencias-en-teatro-espontaneo-devenirq&catid=6:textos&Itemid=7)
- Grenada, F. (4 de Diciembre de 2012). *Conexiones entre Teatro Espontáneo y payamédico*. Recuperado el 15 de Octubre de 2014, de Entrefugas: <http://www.entrefugas.com/textos/36-lic-florenia-grenada.html>
- Hernández. (2010). *Técnicas de investigación*. Recuperado el 24 de Octubre de 2014, de slideshare: [http://es.slideshare.net/jcarangoq72/tema-91-tcnicas-de-investigacin-entrevista-encuesta-y-observacin?qid=ec718b16-64ed-4cd4-9958-18ff3a7315aa&v=default&b=&from\\_search=1](http://es.slideshare.net/jcarangoq72/tema-91-tcnicas-de-investigacin-entrevista-encuesta-y-observacin?qid=ec718b16-64ed-4cd4-9958-18ff3a7315aa&v=default&b=&from_search=1)
- Hernández, R. (2012). *Diseños de investigación*. Recuperado el 24 de Octubre de 2014, de Slideshare: <http://es.slideshare.net/Spaceeeboy/diseo-de-investigacion-transversal-y-longitudinal>
- Huber. (2013). *Teatro espontáneo intercambia con comunidades*. Recuperado el 15 de Octubre de 2014, de Inter Press Service En Cuba: [http://www.ipscuba.net/index.php?option=com\\_k2&view=item&id=7752:teatro-espont%C3%A1neo-intercambia-con-comunidades&Itemid=5](http://www.ipscuba.net/index.php?option=com_k2&view=item&id=7752:teatro-espont%C3%A1neo-intercambia-con-comunidades&Itemid=5)
- Huber, B. (08 de Septiembre de 2015). Teatro espontáneo. (N. Roa, Entrevistador)
- Ibarra, C. (26 de Octubre de 2011). *Metodología de la investigación*. Recuperado el 20 de Enero de 2016, de <http://metodologadelainvestigacinsiis.blogspot.com/2011/10/tipos-de-investigacion-exploratoria.html>

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

- Jaime, J. (12 de Mayo de 2011). *Teatro espontáneo Comunitario*. Recuperado el 5 de Noviembre de 2015, de [https://groups.google.com/forum/#!topic/uscosalud1-correo-cultural/D\\_jycp-arBI](https://groups.google.com/forum/#!topic/uscosalud1-correo-cultural/D_jycp-arBI)
- Lacayo, E. (08 de Septiembre de 2015). Teatro espontáneo. (J. Laguna, Entrevistador)
- Laguna, López, Roa. (2013). Indagar las repercusiones que tiene el abandono físico de los adultos mayores en su estado emocional. Matagalpa.
- Laguna, López, Roa. (2014). Conocer sobre las actividades recreativas que realizan los ancianos y las repercusiones que éstas traen a su estado emocional. Matagalpa.
- Lara, M. F. (20 de Diciembre de 2008). *SOCIEDAD CUBANA DE PSICOLOGÍA*. Recuperado el 20 de Octubre de 2015, de Teatro Espontáneo Comunitario, un método para el desarrollo de las personas, grupos y comunidades: <http://cubapsi.blogia.com/2008/122001-teatro-espontaneo-comunitario-un-metodo-para-el-desarrollo-de-las-personas-gru.php>
- Lara, M. F. (2010). Recuperado el 20 de octubre de 2015, de TEATRO ESPONTÁNEO COMUNITARIO UN RECURSO METODOLÓGICO PARA EL DESARROLLO: <http://moutonnoir.org/francesmedico/wp-content/uploads/2014/05/SINTESIS-TEC.pdf>
- Lara, M. F. (2010). *Teatro espontáneo comunitario como metodología emancipadora en el desafío medioambiental latinoamericano*. Recuperado el 13 de Octubre de 2014, de [http://200.16.30.67/~valeria/xxseminario/datos/3/3coMarquezHerrera\\_stamp.pdf](http://200.16.30.67/~valeria/xxseminario/datos/3/3coMarquezHerrera_stamp.pdf)
- Larrosa. (1995). *Experiencias en teatro espontáneo: devenir*. Recuperado el 15 de Octubre de 2014, de Entrefugas: [http://www.entrefugas.com/index.php?option=com\\_content&view=article&id=26:q-experiencias-en-teatro-espontaneo-devenirq&catid=6:textos&Itemid=7](http://www.entrefugas.com/index.php?option=com_content&view=article&id=26:q-experiencias-en-teatro-espontaneo-devenirq&catid=6:textos&Itemid=7)
- López, M. (17 de Septiembre de 2015). Teatro espontáneo. (N. Roa, Entrevistador)
- Lozina. (2009). *Experiencias en teatro espontáneo: devenir*. Recuperado el 15 de Octubre de 2014, de Entrefugas: [http://www.entrefugas.com/index.php?option=com\\_content&view=article&id=26:q-experiencias-en-teatro-espontaneo-devenirq&catid=6:textos&Itemid=7](http://www.entrefugas.com/index.php?option=com_content&view=article&id=26:q-experiencias-en-teatro-espontaneo-devenirq&catid=6:textos&Itemid=7)
- Martínez, F. A. (Noviembre de 2013). *Universidad de Chile*. Recuperado el 20 de Octubre de 2015, de Teatro espontáneo como una posibilidad de reparación comunitaria en contextos de catástrofe:

## *El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/130558/Tesis\_Fabiola%20Besoain\_Final.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Melchor, Á. C. (2014). *Comunica acción*. Recuperado el 5 de Noviembre de 2015, de Teatro espontáneo comunitario: <https://pagoa.wordpress.com/encuentros/teatro-espontaneo/>
- Méndez, M. (22 de Julio de 2010). *ECreativa*. Recuperado el 18 de Agosto de 2015, de ECreativa: <https://ecreativa.wordpress.com/2010/07/22/teatro-espontaneo/>
- Montenegro, L. d. (Noviembre de 2015). Teatro Espontáneo. (N. Roa, Entrevistador)
- Moreno, J. L. (2011). *Formación en teatro espontáneo*. Recuperado el 15 de Octubre de 2014, de El Colectivo: <http://elcolectivo.cl/taller-de-teatro-espontaneo/>
- OMS. (2014). *¿Qué es la salud mental?* Recuperado el 2 de Octubre de 2014, de Organización Mundial de la Salud: <http://www.who.int/features/qa/62/es/>
- Ortiz, V. R. (2014). *Teatro espontáneo como facilitador de nuevas emociones*. Recuperado el 23 de Octubre de 2014, de el catalejo.com: <http://elcatalejo.com/teatro-espontaneo-como-facilitador-de-nuevas-emociones-articulo.html>
- Pérez, M. (19 de Noviembre de 2015). Teatro Espontáneo. (J. Laguna, Entrevistador)
- Revuelta, F. (2010). *Los grupos focales o grupos de discusión*. Recuperado el 24 de Octubre de 2014, de slideshare: [http://es.slideshare.net/fird/los-grupos-focalesogruposdediscusion?qid=b0efd637-977d-4300-9c6b-a491f5b357de&v=default&b=&from\\_search=2](http://es.slideshare.net/fird/los-grupos-focalesogruposdediscusion?qid=b0efd637-977d-4300-9c6b-a491f5b357de&v=default&b=&from_search=2)
- Ruiz, E. M. (2014). *Paradigma interpretativo en investigación*. Recuperado el 12 de Noviembre de 2014, de monografias.com: <http://www.monografias.com/trabajos97/paradigma-interpretativo/paradigma-interpretativo.shtml>
- Sabino. (2013). *Metodología de la investigación*. Recuperado el 24 de Octubre de 2014, de WordPress.com: <http://bianneygiraldo77.wordpress.com/category/capitulo-iii/>
- Salas. (4 de Diciembre de 2012). *Conexiones entre teatro espontáneo y payamédico*. Recuperado el 15 de Octubre de 2014, de Entrefugas: [http://www.entrefugas.com/index.php?option=com\\_content&view=article&id=36:li-c-floren-cia-grenada&catid=6:textos&Itemid=7](http://www.entrefugas.com/index.php?option=com_content&view=article&id=36:li-c-floren-cia-grenada&catid=6:textos&Itemid=7)
- Salgado, M. (08 de Septiembre de 2015). Teatro espontáneo. (N. Roa, Entrevistador)

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

- Sampieri, R. H. (2013). *Metodología de la investigación*. Recuperado el 20 de Octubre de 2015, de [http://catarina.udlap.mx/u\\_dl\\_a/tales/documentos/lad/arenas\\_m\\_a/capitulo3.pdf](http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lad/arenas_m_a/capitulo3.pdf)
- Sampieri, R. H. (2014). *Metodología de la Investigación*. Recuperado el 20 de Octubre de 2015, de [https://www.esup.edu.pe/descargas/dep\\_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%20ta%20Edici%C3%B3n.pdf](https://www.esup.edu.pe/descargas/dep_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%20ta%20Edici%C3%B3n.pdf)
- Silva, R. P. (2009). *Teatro espontáneo e intervención social*. Recuperado el 5 de Noviembre de 2015, de [http://aep.fidp.net/sites/aep.fidp.net/files/teatro\\_espontaneo\\_e\\_intervencion\\_psicosocial.pdf](http://aep.fidp.net/sites/aep.fidp.net/files/teatro_espontaneo_e_intervencion_psicosocial.pdf)
- UCA. (2014). *Resolución de problemas*. Recuperado el 2 de Octubre de 2014, de UCA Universidad de Cadiz: [http://www.csintranet.org/competenciaslaborales/index.php?option=com\\_content&view=article&id=172:resolucion-de-problemas&catid=55:competencias](http://www.csintranet.org/competenciaslaborales/index.php?option=com_content&view=article&id=172:resolucion-de-problemas&catid=55:competencias)
- Vado, F. (08 de Septiembre de 2015). Teatro espontáneo. (J. Laguna, Entrevistador)
- Vargas, A. N. (17 de Septiembre de 2015). Teatro espontáneo. (J. Laguna, Entrevistador)
- Vázquez, C. D. (2014). *Taller teatro espontáneo/Playback*. Recuperado el 2 de Octubre de 2014, de TRANSCREA: <http://transformacreando.blogspot.com/p/taller-teatro-espontaneo.html>
- Winkler, J. (2013). *Curso de teatro espontáneo y cinedrama para educadores*. Recuperado el 15 de Octubre de 2014, de Escuela Mexicana de Psicodrama y Sociometría: <http://www.psicodrama.com/index.php/psicodrama-en-la-educacion/teatro-espontaneo-y-cinedrama>

# **Anexos**



**Anexo 1**

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA - MANAGUA  
FACULTAD REGIONAL MULTIDISCIPLINARIA DE MATAGALPA  
FAREM-MATAGALPA**

**Guía de observación**

La presente guía de observación tiene como objetivo analizar las acciones y las reacciones que se dan en una sesión de Teatro Espontáneo.

<b>INDICADORES</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
El/la protagonista participa libremente			
El/la protagonista cuenta libremente su historia			
El público muestra emociones ante lo que se presenta			
El público muestra entusiasmo			
El público muestra aceptación ante lo puesto en escena			
El público muestra rechazo ante lo puesto en escena			
El público muestra respeto ante lo que se presenta			
Los movimientos del cuerpo expresan espontaneidad			
El grupo de actores muestra conexión entre sí			
Las representaciones tienen que ver con las emociones			
El grupo de actrices usa su cuerpo ante las historias			
El grupo representa emociones de manera creativa			





**Anexo 2**

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA - MANAGUA  
FACULTAD REGIONAL MULTIDISCIPLINARIA DE MATAGALPA  
FAREM-MATAGALPA**

**Guía para grupo focal**

La presente guía para el grupo focal está dirigida a las actrices que conforman el Teatro Espontáneo, ésta se realiza con el objetivo de conocer a fondo el trabajo que realizan las actrices, desde su preparación hasta su puesta en escena.

1. ¿Cuánto tiempo lleva usted realizando Teatro Espontáneo?
2. ¿Cuál es el objetivo que se propone al realizar Teatro Espontáneo?
3. ¿Por qué ha sido importante para usted el Teatro Espontáneo?
4. ¿Ustedes, cómo se preparan para realizar Teatro Espontáneo?
5. ¿De qué forma el Teatro Espontáneo les ha ayudado a ustedes en su vida personal?
6. ¿De qué forma ha aportado el Teatro Espontáneo a las comunidades?
7. ¿Existe alguna diferencia entre el Teatro Espontáneo que se realiza en Matagalpa, del Teatro Espontáneo que se realiza en las comunidades?
8. ¿Cómo se sienten ustedes con el trabajo que han realizado con el Teatro Espontáneo?



**Anexo 3**

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA - MANAGUA  
FACULTAD REGIONAL MULTIDISCIPLINARIA DE MATAGALPA  
FAREM-MATAGALPA**

**Guía de entrevista dirigida al público**

La presente guía de entrevista está dirigida al público que participa en el Teatro Espontáneo, con el objetivo de conocer la opinión de los participantes sobre el Teatro Espontáneo y de qué forma ha aportado en sus vidas.

1. ¿Qué lo motiva a usted asistir al Teatro Espontáneo?
2. ¿Qué le ha enseñado a usted el Teatro Espontáneo?
3. ¿Cómo valora usted el trabajo realizado por las actrices?
4. ¿Cómo se siente usted al ver su historia en escena?
5. ¿Alguna de las historias representadas ha resonado en su vida?
6. ¿De qué forma le ha ayudado a usted el Teatro Espontáneo en su vida personal?

**Anexo 4**

**Sistema Categorical**

<b>Categorías</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Subdimensiones</b>	<b>Aporte teórico</b>	<b>Experiencias</b>
Teatro Espontáneo	Caracterización del Teatro Espontáneo		“El Teatro Espontáneo es un proceso de creación colectiva, originado en Viena en la década de los 20, de la mano de J. L. Moreno, con el propósito de revitalizar la creatividad y fortalecer las relaciones y roles sociales. Consiste en la escenificación de situaciones que surgen espontáneamente, sin preparación previa; no hay dramaturgo ni actores en el sentido tradicional; todos los participantes cumplen con estos roles siendo a la vez dramaturgos, intérpretes escénicos y narradores”. (Méndez, 2010)	“El Teatro Espontáneo te permite ser parte de un espacio creativo que permita a través de la creatividad nuestro derecho a hablar, denunciar, rescatar la memoria histórica.” (Vado, 2015) “Permite un espacio para la narración oral, para recuperar la memoria y la propia historia mía y de otras, crecer como humana y profesionalmente.” (Argüello, 2015)

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

Categorías	Dimensiones	Subdimensiones	Aporte teórico	Experiencias
Teatro Espontáneo	Caracterización del Teatro Espontáneo		<p>“El Teatro Espontáneo es <i>arte</i>, una creación estética colectiva, libre, que se sustenta en la grupalidad y presenta efectos <i>terapéuticos</i>, dado que “no se sale de esa experiencia del mismo modo en que se entró en ella” (Garavelli, 2003)</p> <p><b>“El Teatro Espontáneo</b> implica un encuentro lúdico, de juego inter e intrapersonal, auténtico, sincero, genuino y fraterno; como tal, es una actividad promotora de salud” (Berteza, 2014)</p>	<p>“El Teatro Espontáneo permite potenciar y garantizar espacios grupales para actuar, comprender y transformar.” (Ara, 2015)</p> <p>“En el Teatro Espontáneo cada sesión sirve para compartir las historias, conectar, vencer el miedo y te das la oportunidad de desnudarte al público”. (Huber B. , 2015)</p>

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

<b>Categorías</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Subdimensiones</b>	<b>Aporte teórico</b>	<b>Experiencias</b>
Teatro Espontáneo	Caracterización del Teatro Espontáneo		“El Teatro Espontáneo constituye el psicodrama de los orígenes y es una forma original de teatro de improvisación dirigido a la creación colectiva, en que las personas cuentan acontecimientos reales de sus vidas y luego las ven representadas ante sus ojos. No hay un guión escrito, hay un espacio abierto para construir. Cualquier experiencia de la vida se puede contar y representar en el Teatro Espontáneo, desde lo mundano a lo trascendente – lo cómico y lo trágico- y algunas historias pueden tener todos estos elementos.” (Winkler, 2013)	

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

<b>Categorías</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Subdimensiones</b>	<b>Aporte teórico</b>	<b>Experiencias</b>
Teatro Espontáneo	Objetivos del Teatro Espontáneo		<p>“Contactar con nuestras sensaciones, emociones y nuestras historias de vida y recrearlas colectivamente en un ambiente de cuidado y lúdico. Explorar nuestro cuerpo físico, psíquico y emocional, su expresión creativa espontánea y ponerla al servicio de la improvisación. Desarrollar nuestra capacidad de juego y una escucha sensible tanto individual como colectiva como base para la creación colectiva espontánea. Realización de talleres participativos y funciones abiertas a nuestra comunidad, generando espacios de encuentros en el ámbito social y educativo.” (Vázquez, 2014)</p>	<p>“Permitir un espacio para la narración oral, para recuperar la memoria y la propia historia mía y de otras, crecer como humana y profesionalmente.” (Argüello, 2015)</p> <p>“Visualizar recuerdos para poder comprender, elaborar una situación, conectar y descongelar emociones. Recuperar la memoria histórica.” (Huber B. , 2015)</p>

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

Categorías	Dimensiones	Subdimensiones	Aporte teórico	Experiencias
Teatro Espontáneo	Objetivos del Teatro Espontáneo		<p><i>“Su objetivo es el de recuperar al sujeto protagonista de su historia, crear un posicionamiento crítico frente a modelos impuestos, recuperar el lazo social perdido, crear un espacio de resistencia cultural mediante la pertenencia a un conjunto creativo”.</i> (Argurete, 2009)</p> <p>“El teatro espontáneo es un proceso de creación colectiva, originado en Viena en la década de los 20, de la mano de J. L. Moreno, con el propósito de revitalizar la creatividad y fortalecer las relaciones y roles sociales”. (Méndez, 2010)</p>	<p>“Brindar un espacio de confianza donde las personas se puedan expresar.” (Salgado, 2015)</p>

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

<b>Categorías</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Subdimensiones</b>	<b>Aporte teórico</b>	<b>Experiencias</b>
Teatro Espontáneo	Efectos del Teatro Espontáneo	Efectos terapéuticos	<p>“El Teatro Espontáneo tiene efectos terapéuticos asimilables a los surgidos de la participación en cualquier otra actividad artística, derivados de una actividad liberadora, lejos de la normativización” (García A. , 2014)</p> <p>“El mayor poder y efecto de las historias del Teatro Espontáneo se halla en la multiplicación de significados relacionados, que resuenan en el narrador, en los actores y en el resto del público presente.” (Salas, 2012)</p>	<p>“Una nueva experiencia de aplicar un nuevo método artístico y en función de la salud, búsqueda de mejor comunicación, estado emocional, seguridad en emociones. El Teatro Espontáneo implica contar, poder hablar, poder sacar alguna situación difícil, o puede ser una situación que la hayas disfrutado, una situación de placer también te da gusto poderla sacar, y eso alivia, hace respirar, hace poder ver cosas diferentes en tu historia y creo que eso también te puede dar caminos, el poder contar una historia, el poder desahogarse y eso libera el alma”. (Vado, 2015)</p>



*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

Categorías	Dimensiones	Subdimensiones	Aporte teórico	Experiencias
Teatro Espontáneo	Efectos del Teatro Espontáneo	Efectos terapéuticos		<p>“Después de cada sesión de Teatro Espontáneo me voy liviana, tranquila, muchas veces pensativa, pero siempre con menos carga”. (Vargas, 2015)</p> <p>“Mi salud mental me ha ayudado desahogando y hablando historias que me han pasado, que he vivido, hablando rabias, dolores, tristezas, viéndolo en el cuerpo de las compañeras, pero también trabajando los dolores y las rabias de otras compañeras de otras historias me permite mover la mía y cuestionar la mía y tranquilizar mi historia o tranquilizar mi mente. Pienso que a través de la palabra, del cuerpo, del grito, de la emoción, del mover, puede sanar, sana y da tranquilidad”. (Argüello, 2015)</p> <p>“Solo el hecho de vaciarse y estar dispuesto a escuchar, a llenarse de otras historias, de tu propia historia, permitirte contar y que las otras cuenten, como es un proceso grupal, es terapéutico y apoya, ayuda a la salud emocional y a la salud mental”. (Ara, 2015)</p>

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

<b>Categorías</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Subdimensiones</b>	<b>Aporte teórico</b>	<b>Experiencias</b>
Teatro Espontáneo	Efectos del Teatro Espontáneo	Salud mental	<p>“La salud mental se define como un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad.” (OMS, 2014)</p>	<p>“Una nueva experiencia de aplicar un nuevo método artístico y en función de la salud, búsqueda de mejor comunicación, estado emocional, seguridad en emociones.” (Vado, 2015)</p> <p>“El Teatro Espontáneo implica contar, poder hablar, poder sacar alguna situación difícil, o puede ser una situación que la hayas disfrutado, y eso alivia, hace respirar, hace poder ver cosas diferentes en tu historia y creo que eso también te puede dar caminos, el poder contar una historia, el poder desahogarse y eso libera el alma”. (Vado, 2015)</p>

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

<b>Categorías</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Subdimensiones</b>	<b>Aporte teórico</b>	<b>Experiencias</b>
Teatro Espontáneo	Efectos del Teatro Espontáneo	Salud mental		“En la parte de la salud mental me ha ayudado desahogando y hablando historias que me han pasado, que he vivido, hablando rabias, dolores, tristezas, viéndolo en el cuerpo de las compañeras, pero también trabajando los dolores y las rabias de otras compañeras de otras historias me permite mover la mía y cuestionar la mía y tranquilizar mi historia o tranquilizar mi mente. Pienso que a través de la palabra, del cuerpo, del grito, de la emoción, del mover, puede sanar, sana y da tranquilidad”. (Argüello, 2015)

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

<b>Categorías</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Subdimensiones</b>	<b>Aporte teórico</b>	<b>Experiencias</b>
Teatro Espontáneo	Efectos del Teatro Espontáneo	Reflexión	“Es la actividad consciente que intenta relacionar de nuevas maneras cada vez, conceptos, para llegar a nuevas conclusiones, o para actuar de determinada manera.” (Cabral, 2014)	<p>“Las historias me emocionan y me han servido para reflexionar, para meditar, por ejemplo si yo hubiera actuado igual que actuó mi compañera ante una situación similar que estábamos viviendo me hubiera podido liberar muy rápido de esa situación” (Pérez, 2015)</p> <p>“El ver tus propias historias o representar la historia de otras persona evidentemente permite descubrir y te permite comprender cosas diferentes a qué sí solo lo tienes en tu cabeza dando vueltas, me ha ayudado muchísimo a comprenderme mejor a mí misma y comprender mejor a las personas y comprender situaciones y eso el Teatro Espontáneo te lleva a reflexionar desde las emociones”. (Huber B. , 2015)</p>

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

<b>Categorías</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Subdimensiones</b>	<b>Aporte teórico</b>	<b>Experiencias</b>
Teatro Espontáneo	Efectos del Teatro Espontáneo	Socialización	<p>“Las actividades lúdicas realizadas de forma grupal posibilitan recrearse socialmente, construyendo y consolidando vínculos interpersonales, facilitando el autoconocimiento, el conocimiento de los otros y de las pautas socioculturales. Así, el encuentro cálido, humano y cuidado, facilita la creación de vínculos como lugar de apoyo social.” (Berteá, 2014)</p>	<p>“El Teatro Espontáneo me ha ayudado a conocerme mejor, aumentar empatía. Compartir profundamente con mucha gente, ser mejor persona, crear vínculos y amistades, aumentar la capacidad de escucha.” (Ara, 2015)</p> <p>“El Teatro Espontáneo me ha permitido que tienes que tener la apertura de escuchar personas muy diferentes y que te permite a la vez conectar con personas que no conoces para nada en un nivel muy profundo, eso evidentemente crea una conexión bien especial entre las personas”. (Huber B. , 2015)</p>

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

<b>Categorías</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Subdimensiones</b>	<b>Aporte teórico</b>	<b>Experiencias</b>
Teatro Espontáneo	Efectos del Teatro Espontáneo	Socialización		“El Teatro Espontáneo en sí se tiene que hacer con la gente y con el grupo, es una apertura enorme a poder compartir con diferentes grupos, con diferentes edades, con diferentes situaciones y es una gran oportunidad de socialización, porque es un teatro que es súper interactivo, se basa en los relatos de las personas, y para mi vida esto me permite compartir con todos estos espacios y con todas estas historias”. (Ara, 2015)

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

Categorías	Dimensiones	Subdimensiones	Aporte teórico	Experiencias
Teatro Espontáneo	Efectos del Teatro Espontáneo	Creatividad	<p>“La creatividad es un proceso que empieza con la imaginación y termina con la creación de un objeto novedoso producido por personas originales e imaginativas, dicho objeto puede ser creado para suplir una necesidad o bien brotar espontáneamente de la mente del creador.” (Acevedo, 2014)</p> <p>“La creatividad es una experiencia viva, una función por medio de la cual las personas descubren nuevas relaciones entre elementos ya existentes” (Lozina, 2009)</p>	<p>“Estar aquí me ha ayudado a descubrirme a mí misma, hacer cosas que nunca imaginé hacer, mi imaginación vuela cada vez que se cuenta una historia, y lo mejor es que a esa historia se le da forma” (Pérez, 2015)</p> <p>“La creatividad como todo en la vida se tiene que ejercitar, porque vos podés tener muy buenas intenciones pero; si yo nunca pinto, nunca voy a ir explorando qué posibilidades me da la pintura, lo mismo pasa con el quehacer del teatro y con el quehacer del cuerpo. Cuanto más yo me ejercite en poner, en escuchar, en tener que buscar formas diferentes, estar abierta a probar, más creativa me voy a ir convirtiendo”. (Ara, 2015)</p>

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

<b>Categorías</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Subdimensiones</b>	<b>Aporte teórico</b>	<b>Experiencias</b>
Teatro Espontáneo	Efectos del Teatro Espontáneo	Creatividad		“Para mí el Teatro Espontáneo me ha permitido a ver un poquito más allá de la lógica de, por ejemplo, un niño lo tengo que hacer con una tela para abrazarlo, o sea, de qué otra forma puedo simbólicamente, estéticamente, poéticamente representar la ternura, representar el abrazo. Para mí es más fácil buscar en la emoción, antes de ir a lo creativo, qué me conecta con la emoción y qué imagen se me viene a mí, pero partiendo de mi propia emoción y pienso que ahí puede soltarse algo creativo, algo imaginativo, no tanto ir a lo imaginativo antes sin buscar en lo que yo siento”. (Argüello, 2015)



*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

<b>Categorías</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Subdimensiones</b>	<b>Aporte teórico</b>	<b>Experiencias</b>
Teatro Espontáneo	Efectos del Teatro Espontáneo	Creatividad		“A mí el Teatro Espontáneo me ha dado sobre todo confianza en ese proceso creativo, como uno nunca sabe lo que va a salir, simplemente tienes que estar frente al vacío, y el vacío es donde surge la creatividad, y eso me ha ayudado para ciertas situaciones en la vida. Me ha aportado como más tranquilidad y como más sabiduría para la vida y después poder descubrir otras cosas que se pueden hacer, otra manera de reaccionar frente a una situación”. (Huber B. , 2015)

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

<b>Categorías</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Subdimensiones</b>	<b>Aporte teórico</b>	<b>Experiencias</b>
Teatro Espontáneo	Efectos del Teatro Espontáneo	Espontaneidad	<p>“La espontaneidad en Teatro Espontáneo está dada tanto por la capacidad física de expresar en acciones, sonidos, movimientos; como por la libertad mental de hacerlo. En este sentido, el espacio y la libertad creativas se manifiestan de distintas maneras, no siendo establecido una forma única de expresión, sino las múltiples posibles dentro de la expresión teatral donde cuerpo, texto y gesto son las manifestaciones principales.” (Moreno, 2011)</p>	<p>“Cada gesto, cada movimiento cuenta, tenemos que estar preparadas para representar las historias, la escena fluye, no tenemos un libreto que diga lo que tenemos que hacer, todo lo hacemos espontáneamente”. (Pérez, 2015)</p>

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

Categorías	Dimensiones	Subdimensiones	Aporte teórico	Experiencias
Teatro Espontáneo	Efectos del Teatro Espontáneo	Espontaneidad	"En el Teatro Espontáneo trabajamos con la espontaneidad del cuerpo, porque este sustenta las emociones y muchas veces puede decir lo que las palabras ocultan" (Huber, 2013)	<p>"La espontaneidad es la reacción que uno puede tener después de que escucha una historia, y creo que la espontaneidad se da en el momento de que uno pueda digerir muy bien la historia y poder actuar. El Teatro Espontáneo ayuda a poder actuar y a darse un impulso para poder hacer una propuesta, lanzarse. A mí me ha ayudado a poder reaccionar o poder disfrutar de lo que no me sale". (Vado, 2015)</p> <p>"A mí me ha ayudado a poder en la vida misma cotidiana, adaptarme o cambiar de una situación a otra por el entrenamiento del espontáneo de poder soltar, dejás ahora esto y tenés que recibir otra cosa, soltá, dejá y recibí. Yo siento que me ha ayudado en eso en mi vida privada y personal y en el día a día en todo". (Argüello, 2015)</p>

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

<b>Categorías</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Subdimensiones</b>	<b>Aporte teórico</b>	<b>Experiencias</b>
Teatro Espontáneo	Efectos del Teatro Espontáneo	Espontaneidad		“A mí el Teatro Espontáneo me ha dado sobre todo confianza en ese proceso creativo, como uno nunca sabe lo que va a salir, simplemente tienes que estar frente al vacío, y el vacío es donde surge la creatividad, y eso me ha ayudado para ciertas situaciones en la vida. Me ha aportado como más tranquilidad y como más sabiduría para la vida y después poder descubrir otras cosas que se pueden hacer, otra manera de reaccionar frente a una situación”. (Huber B. , 2015)

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

<b>Categorías</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Subdimensiones</b>	<b>Aporte teórico</b>	<b>Experiencias</b>
Teatro Espontáneo	Efectos del Teatro Espontáneo	Escucha activa	<p>“Este equipo artístico y multidisciplinar nace además con el objetivo de usar el Teatro Espontáneo como herramienta para generar espacios de aprendizaje, transformación, reflexión, comunicación, integración grupal y escucha activa y creativa en diferentes ámbitos de la sociedad”. (Barballeri, 2012)</p>	<p>“El Teatro Espontáneo me ha ayudado a escuchar con otros sentidos, con el oír, con el sentir y con el escuchar desde el cuerpo; la escucha activa es el oído encendido, cuerpo encendido permanentemente”. (Argüello, 2015)</p> <p>“Una escucha activa me tiene que permitir poder confirmar si lo que he escuchado es realmente lo que la persona quería decir, cuanto más historias escuchas más te das cuenta que tienes esta escucha activa”. (Ara, 2015)</p>

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

<b>Categorías</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Subdimensiones</b>	<b>Aporte teórico</b>	<b>Experiencias</b>
Teatro Espontáneo	Efectos del Teatro Espontáneo	Escucha Activa	“El teatro como punto de encuentro es una oportunidad para desarrollar la empatía, comunicación sincera, equipo, liderazgo, escucha activa, respeto, la inteligencia emocional y relacional”. (Melchor, 2014)	“Para mí la parte de la escucha activa también es saber escuchar a la otra persona y escucharse así misma a la vez, y el Teatro Espontáneo es un permanente ejercicio en este sentido y evidentemente en la vida cotidiana también lo aplico y me ha ayudado a evitar conflictos y a comprender mejor las cosas”. (Huber B. , 2015)  “Algo que he aprendido es a estar pendiente de las historias que cuenta cada mujer, estar atentos escuchando porque te pueden elegir a vos como protagonista de esa historia que se está contando, claramente si no estás escuchando la historia y te eligen no vas a saber que vas hacer. Es muy importante siempre escuchar a las personas que están al frente de nosotros y si la persona que está a tu lado está inquieta pues decirle que pongamos atención porque mi compañera se merece que la escuchemos”. (Pérez, 2015)

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

<b>Categorías</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Subdimensiones</b>	<b>Aporte teórico</b>	<b>Experiencias</b>
Teatro Espontáneo	Efectos del Teatro Espontáneo	Resolución de problemas y conflictos	<p>“La capacidad de resolver problemas es la eficacia y agilidad para dar soluciones a problemas detectados, emprendiendo las acciones correctoras necesarias con sentido común, sentido del coste e iniciativa. Esta cualidad supone tomar acción de manera proactiva, ante las dificultades sin pérdida de tiempo y atendiendo a las soluciones que marca el sentido común, pensando en las repercusiones que pueden tener en un plazo más amplio.” (UCA, 2014)</p>	<p>“Una cosa que hacemos dependiendo de la función a la que vamos y del tema, de trabajar primero a lo interno del grupo, nuestros miedos sobre ese tema, por ejemplo los duelos o por ejemplo el tema del cáncer, como esos temas a mí en lo personal me tocan, cómo me puede tocar el tema de un duelo, de una enfermedad terminal y cómo esto me puede conectar también con nuestro interior, con nuestros miedos, inseguridad, de poderlas plantear dentro del grupo, trabajarla con ellos, ponerle cuerpo, ponerle escucha, ponerle atención para poder estar más tranquila.” (Argüello, 2015)</p>

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

<b>Categorías</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Subdimensiones</b>	<b>Aporte teórico</b>	<b>Experiencias</b>
Teatro Espontáneo	Efectos del Teatro Espontáneo	Resolución de problemas y conflictos		“Estar en las sesiones me ha servido a salir del caracol de no creer solo que solo a mí me pasan problemas, porque muchas veces nos ahogamos nosotros solos pensando en que nada tiene solución, cuando en realidad hay personas que viven cosas peores que nosotros y esas personas saben salir adelante, muchas veces solos porque nadie les brinda apoyo”. (Vargas, 2015)



*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

<b>Categorías</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Subdimensiones</b>	<b>Aporte teórico</b>	<b>Experiencias</b>
Teatro Espontáneo	Efectos del Teatro Espontáneo	Resolución de problemas y conflictos		<p>“Al hacer contante ejercicios de contar tus situaciones los problemas los minimizamos, el Teatro Espontáneo es entrenarte en contar y permitirte vaciarte constantemente y hablar, y eso es fundamental para resolver un problema”. (Huber B. , 2015)</p> <p>“Siento que resolver, resolver a lo mejor no es tanta en esa magnitud, pero el contar tú historia hace menos pesado el conflicto”. (Argüello, 2015)</p>

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

Categorías	Dimensiones	Subdimensiones	Aporte teórico	Experiencias
Teatro Espontáneo	Efectos del Teatro Espontáneo	Expresión y recreación de la subjetividad	<p>“Las actividades lúdicas pueden facilitar la expresión de experiencias, sentimientos e ideas personales e íntimas que, en un espacio cuidado, nos posibiliten hacerlas darnos cuenta y recrearlas – elaborarlas, siendo así una práctica saludable.” (Berthea, 2014)</p> <p>“La posibilidad de expresión de la subjetividad y de enriquecimiento de sus experiencias lúdico – vitales configuran al juego como un lugar de construcción de las subjetividades. Así, se facilita formas específicas y diversas de experimentarse a sí mismo, a los otros y al mundo, buscando promoverse determinados capitales culturales e ideologías (socioculturales, políticas, espirituales... vitales)” (Larrosa, 1995)</p>	<p>“El Teatro Espontáneo toca sentimientos, emociones y brinda herramientas para trabajar tus historias.” (López, 2015)</p> <p>“Tener más seguridad, conocerme mejor, expresar mis emociones.” (Salgado, 2015)</p>

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

Categorías	Dimensiones	Subdimensiones	Aporte teórico	Experiencias
Teatro Espontáneo	Efectos del Teatro Espontáneo	Descubrimiento y construcción de los deseos propios	<p>“El juego en el Teatro Espontáneo puede ser una instancia donde, además de divertirnos, podamos reconocer y construir nuestros deseos por medio de experimentar una diversidad de actividades lúdicas-dramáticas desde nuestras sentir y resonar. De este modo, los encuentros de Teatro Espontáneo acontecerían en un devenir grupal donde las actividades que el grupo realiza emergen y devienen, de acuerdo a lo que el grupo (y sus integrantes) pueden, quieren y “elijen”; siempre y cuando el lugar de la coordinación facilitase esta modalidad de encuentro.” (Berteza, 2014)</p>	<p>“La identificación con las historias permite descargar las diferentes situaciones de la vida, lo cual da mayor seguridad personal.” (Lacayo, 2015)</p> <p>“Hay una cosa clave que hemos acordado dentro del grupo, sí hay un tema o una historia que me toca demasiado en lo personal y me descoloca a la que hace dirección puedo pedirle tiempo y salirme, y eso es ser responsable y no involucrarme o moverme en mi historia personal y no saber devolver la de la protagonista”. (Argüello, 2015)</p> <p>“He aprendido a conocerme mejor, a trabajar mis miedos e historias que me pesan trabajar dentro del grupo.” (Argüello, 2015)</p>

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

<b>Categorías</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Subdimensiones</b>	<b>Aporte teórico</b>	<b>Experiencias</b>
Teatro Espontáneo	Importancia del Teatro Espontáneo		“Este teatro tiene como base estimular la espontaneidad y la creatividad que es inherente a todo ser humano como fuente de salud psíquica y física, ofreciendo un importante dispositivo para el trabajo con comunidades con problemáticas sociales y tiene efectos terapéuticos ya que devuelve el protagonismo a las personas a través de validar sus historias y de liberar sus emociones. Es un medio de intercambio social en lugares donde las personas necesitan escucharse unas otras, capaz de ofrecer a las comunidades actuales algunas de las funciones sociales integradoras de los narradores orales y de los rituales estéticos de los tiempos remotos.” (Vázquez, 2014)	“El Teatro Espontáneo es importante ya que he aprendido que hay diversas formas de expresar tus historias y poder escenificar cada momento”. (López, 2015)

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

Categorías	Dimensiones	Subdimensiones	Aporte teórico	Experiencias
Teatro Espontáneo Comunitario	Caracterización del Teatro Espontáneo Comunitario		<p>“Teatro Espontáneo Comunitario (TEC) es un recurso metodológico sustentado en el juego, la escenificación improvisada, la creación colectiva y la expresión corporal. Una propuesta para compartir sensaciones, sentimientos, ideas, sueños, imágenes: mundos internos que transitan con nosotros la vida cotidiana. Una excusa para generar el encuentro entre las personas. Una alternativa para desarrollar la creatividad como factor de salud social. Una vía para posibilitar la participación comunitaria activa y potenciar su empoderamiento”.</p> <p>(Jaime, 2011)</p>	<p>“En las comunidades la protagonista elige también mujeres de la misma comunidad. Les permite ser protagonistas de diferentes formas en el sentido de que la protagonista es la que cuenta, pero a la vez elige mujeres de la misma comunidad entonces también terminan siendo protagonistas porque pasan al escenario a compartir, salen del papel solo de mirar y emocionarse o activarse con su propia historia. Siempre hay una directora; pero sólo vamos una o dos de nosotras que acompañamos y apoyamos a las mujeres.”</p> <p>(Argüello, 2015)</p>

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

<b>Categorías</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Subdimensiones</b>	<b>Aporte teórico</b>	<b>Experiencias</b>
Teatro Espontáneo Comunitario	Caracterización del Teatro Espontáneo Comunitario			“El Teatro Espontáneo en la comunidad se acerca más al psicodrama , también lo digo desde la experiencia como ser elegido en el grupo no desde la actuación profesional, en el psicodrama hay una cosa que se llama “selección del inconsciente” donde sin percibirlo conscientemente elegís a una persona que comparte esta historia y esto permite otro tipo de proceso en la comunidad, por ejemplo; cuento una historia de mi hija que se me fue y elijo a una mujer en la comunidad que ¡PUM! eso le está pasando, entonces claro ahí hay un trabajo emocional”. (Huber B. , 2015)

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

Categorías	Dimensiones	Subdimensiones	Aporte teórico	Experiencias
Teatro Espontáneo Comunitario	Aportes del Teatro Espontáneo Comunitario			<p>“El Teatro Espontáneo Comunitario permite la creación de vínculos entre mujeres, gestionar conflictos comunitarios, habilidades comunicativas, expresivas. Romper el silencio, aislamiento. Da poder. Se han podido solucionar conflictos comunitarios porque vos decís tu versión y vos decís la tuya sin tener la necesidad de ponernos de acuerdo, promover la coexistencia de relatos contrarios, porque muchas veces pasa cuando tenemos un conflicto quieren ayudar, y no, vos podés contar y así poder ayudar, habilidades comunicativa y expresivas, romper el silencio, es decir poder hablar, contar, y también el T.E da poder a las mujeres o a las personas, “yo soy Importante, me siento poderosa, no soy una nadie”. (Huber B. , 2015)</p>

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

<b>Categorías</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Subdimensiones</b>	<b>Aporte teórico</b>	<b>Experiencias</b>
Teatro Espontáneo Comunitario	Aportes del Teatro Espontáneo Comunitario			<p>“Da palabra, revaloriza las historias “Mi historia es importante”. Amplia la visión sobre un conflicto en un marco de respeto. Cambia los vínculos entre el grupo. Trabajar duelos colectivos. Por ejemplo en una comunidad había fallecido una mujer y había sido la semana ante-pasada, entonces permitió poder hacer el duelo colectivo; o en un año había habido unas grandes lluvias que había destruidos techos y la gente pasó mucho miedo, entonces permitió que al pasar este momento de miedo y los recuerdos del MITCHS en un duelo colectivo”. (Ara, 2015)</p> <p>“Ha permitido a las mujeres ser protagonistas de su propia vida. Reconocerse entre ellas y apoyarse cuando se eligen, acercarse, emocionarse, llorar y reír juntas”. (Argüello, 2015)</p>



*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

<b>Categorías</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Subdimensiones</b>	<b>Aporte teórico</b>	<b>Experiencias</b>
Teatro Espontáneo Comunitario	Aportes del Teatro Espontáneo Comunitario			<p>“Más confianza, ver los problemas de la realidad desde otra mirada más justa para cada quién”. (Vado, 2015)</p> <p>“El Teatro Espontáneo Comunitario les permite a los jóvenes expresar las emociones y dicen: “Solo aquí lo puedo hacer” y siento que eso pasa con las mujeres porque no hay un espacio donde expresan emociones, bueno cuando se muere alguien se llora, pero no hay esa parte que estoy enojada, estoy triste, no hay esa cercanía emocional, no estamos educadas a compartir nuestras emociones y cuando esta pasa, cuando decimos que hay otro vinculo cambia algo en la percepción de mi misma, en la percepción de la otra persona, por lo tanto también en las relaciones de las personas y también cambia algo en el espacio”. (Huber B. , 2015)</p>

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

<b>Categorías</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Subdimensiones</b>	<b>Aporte teórico</b>	<b>Experiencias</b>
Teatro Espontáneo Comunitario	Diferencias entre Teatro Espontáneo y Teatro Espontáneo Comunitario			“En el Teatro Espontáneo Comunitario cambia el rol y el encuadre, las participantes actúan y son elegidas para representar un rol en la historia. A diferencia del Teatro Espontáneo, con las actrices no hay cambio de rol, nosotras somos las actrices y estamos para eso, sin embargo en el comunitario vos estas aquí escuchando la historia pero puede ser que ella que la ha contado te elija a ti para que la representes o representes a tu mamá y ahí haces un cambio de rol, haz estado como grupo o comenzamos escuchando y de repente te elijen como actrices, por eso hay que estar escuchando atento porque en cualquier momento te pueden elegir de protagonista o de mamá”. (Ara, 2015)

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

Categorías	Dimensiones	Subdimensiones	Aporte teórico	Experiencias
Teatro Espontáneo Comunitario	Diferencias entre Teatro Espontáneo y Teatro Espontáneo Comunitario			<p>“Cuando empezamos a hacer Teatro Espontáneo Comunitario (ahora ha venido cambiando) al inicio eran muchas historias de trabajo doméstico, entonces contaban: huy, me levanté muy temprano y molí el maíz, después eché las tortillas, huy rápido fui a lavar porque quería venir para acá, y vos decís huy otra vez la historia de moler el maíz y otra vez la historia de moler el maíz, pero si vos ves lo que hay detrás de esa historia que está diciendo, todos los esfuerzos que hace para participar, está contando una cotidianidad que se ha desvalorizado totalmente y sin embargo si esa mujer no lava, no hace el maíz nadie come en su familia, el aporte que hace en la economía, y si eso se pone en escena no vas a decir: “LAS MUJERES APORTAMOS A LA ECONOMÍA” no, vas a representar su narración, esa sencillez, esa poesía de la narración, pero la mujer al ver dice: no sabía que lo que hacía era importante y hay una valoración diferente de esa cotidianidad desvalorizada y eso cambia algo en la persona, la percepción de quien es y qué posición tiene en la sociedad y por lo tanto el poder que tenemos; poder no en el sentido de ejercicio de poder, abuso de poder, sino de poder hacer, de poder ser”. (Huber B. , 2015)</p>

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

<b>Categorías</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Subdimensiones</b>	<b>Aporte teórico</b>	<b>Experiencias</b>
Teatro Espontáneo Comunitario	Diferencias entre Teatro Espontáneo y Teatro Espontáneo Comunitario			“Las mujeres que son elegidas tienen derecho de decir que no, pero es rarísimo que digan que no; yo creo que en una ocasión fue que una compañera dijo que no, se respeta y entonces se dice: mira hoy no está disponible para poder hacer este papel, elige a otra”. (Ara, 2015)
Transformación social				“El Teatro Espontáneo es la búsqueda de la forma artística que te permite ver y descubrir algo más sobre la realidad, sobre tu historia y ese es un proceso de cambio, porque si yo veo algo diferente que no me he dado cuenta hasta el momento o me surge una emoción que a lo mejor hasta momento la tenía congelada, la tenía reprimida eso es un cambio”. (Huber B. , 2015)

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

Categorías	Dimensiones	Subdimensiones	Aporte teórico	Experiencias
Transformación Social	Participación Ciudadana		<p>“El Teatro Espontáneo puede favorecer la conciencia colectiva y la participación ciudadana incorporando procesos vivenciales internos.” (Huber, 2013)</p> <p>“Se considera la espontaneidad, creatividad y el compartir colectivo como base de la salud social grupal y personal y proporciona un espacio de creación colectiva a través de la cual las personas pueden expresar sus vivencias en conexión con la grupalidad permitiendo una mayor participación y reflexión en los procesos sociales.” (Fernández, 2011)</p>	<p>“El Teatro Espontáneo da voz y participación a personas sin voz”. (Huber B. , 2015)</p> <p>“Estar en las sesiones me ha permitido potenciar la participación, ahora no me guardo nada, todo lo que tengo que decir lo digo sin ningún temor, y me siento bien, me siento que mi palabra cuenta”. (López, 2015)</p>

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

Categorías	Dimensiones	Subdimensiones	Aporte teórico	Experiencias
Transformación Social	Participación ciudadana		<p>“El Teatro Espontáneo posibilita que:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Las personas vivencien la posibilidad de ser sujetos activos en el proceso creador.</li> <li>➤ Se expliciten experiencias compartidas por los grupos.</li> <li>➤ Se rescaten elementos de la memoria olvidada.</li> <li>➤ Se integren diversos lenguajes posibilitando la articulación de lo racional y de lo emocional.</li> <li>➤ Las personas se integren a su grupo social y comunitario a través de las experiencias compartidas y del encuentro como bases en la generación de redes”. (Flores, 2010)</li> </ul>	<p>“La participación en el T.E. tiene que ver con una parte propia que es el tomar decisiones, y el T.E. te permite tomar decisiones, cómo salgo, qué salgo, qué hago, qué digo en relación a lo que se ha escuchado quiero participar en un grupo, quiero estar en los ensayos y poder aportar, estas también son formas de participación de un nivel de decisión”. (Ara, 2015)</p> <p>“La participación puede ser desde la quietud, desde guardar silencio, desde una palabra, desde una lágrima, desde diferentes emociones; el Teatro Espontáneo te prepara para poder participar de diferentes maneras”. (Argüello, 2015)</p>

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

Categorías	Dimensiones	Subdimensiones	Aporte teórico	Experiencias
Transformación social	Libertad de expresión		<p>“Una sociedad donde lo diferente asusta, porque lo desconocido interpela, y entonces lo alejamos, lo encerramos o simplemente hacemos de cuenta que no lo vemos. Y así obtenemos personas cada vez más aisladas entre ellas, preocupadas, apuradas, desconfiadas, enojadas. Y creo que es fogueando aquellos espacios que proponen un vínculo real con el otro, que respetan la libertad de expresión y la pluralidad de las voces donde podemos darnos cuenta de lo común que nos atraviesa y las verdaderas posibilidades que tenemos para generar cosas nuevas con otros.” (Grenada, 2012)</p>	<p>“Puedo hablar, desahogarme, verme desde fuera, es decir es verme en historias de otras personas.” (Cruz, 2015)</p> <p>“El Teatro Espontáneo tiene este criterio de poder hablar desde mi propia historia, entonces esto ayuda a que en otros espacios me pueda expresar libremente a partir de mi propia historia”. (Vado, 2015)</p>

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

Categorías	Dimensiones	Subdimensiones	Aporte teórico	Experiencias
Transformación Social	Visión de colectividad		<p>“El enfoque del Teatro Espontáneo es trabajar la identidad de grupo, porque permite el cambio individual y colectivo” (Huber, 2013)</p> <p>“El Teatro Espontáneo es un espacio donde a través de la búsqueda de lo saludable, de lo estético, de lo espontáneo y lo creativo se promueve una creación colectiva que resulta única, irrepetible y cambiante. Y son justamente esta espontaneidad y creatividad las que promueven la co-creación, y que tienen efectos transformadores tanto en el público presente como en los mismos actores.” (Grenada, 2012)</p>	<p>“Yo empiezo a sentirme parte, porque sólo se puede hacer en grupo. Me ha permitido comprender, comprenderme a mí, comprender a otras personas, he aprendido muchísimo. Uno aprende muchísimo sobre la vida, solo el hecho de escuchar tantas historias diferentes, de contextos totalmente diferentes.” (Huber B. , 2015)</p>



*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

Categorías	Dimensiones	Subdimensiones	Aporte teórico	Experiencias
Transformación social	Visión de colectividad		<p>“... es el sentirse sostenido por la experiencia grupal, la importancia de formar parte de un colectivo que persigue el mismo fin y que brinda la sensación de contención necesaria para dejarse llevar por lo inmediato, para soltarse a lo inesperado y poder llegar a cumplir con los objetivos de la intervención.” (Grenada, 2012)</p>	<p>“Me ha permitido crecimiento personal a nivel emocional, crecimiento como grupo a nivel de conexión emocional y de historias”. (Argüello, 2015)</p> <p>“El relato de otros me he transformado. Es una forma de trabajar tu historia a través de la historia de los otros”. (López, 2015)</p> <p>“He aprendido a conocerme mejor, a trabajar mis miedos e historias que me pesan trabajar dentro del grupo.” (Argüello, 2015)</p>

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

<b>Categorías</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Subdimensiones</b>	<b>Aporte teórico</b>	<b>Experiencias</b>
Transformación social	Empoderamiento		<p>“El Teatro Espontáneo aspira a posibilitar el empoderamiento de acciones expresivas, gestualidades y palabras, que fortalezcan los diálogos sociales, pero considera que antes de ser acción debe ser actitud”. (Lara, 2010)</p>	<p>“En las sesiones de teatro se abordan muchos temas, es algo que nos ha venido dando empoderamiento, en las comunidades hay mujeres tímidas que no participamos en nada, que nos quedamos calladas y debemos de romper el silencio, debemos de saber que nos gusta y que cosa no nos gusta y no permitir que nadie decida por nosotras, debemos de tener nuestra autoestima muy en alto, hay que empoderarnos de nuestros derechos que como mujeres nos corresponden”. (Pérez, 2015)</p>

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

Categorías	Dimensiones	Subdimensiones	Aporte teórico	Experiencias
Transformación social	Empoderamiento		<p>“El Teatro Espontáneo incorpora la diversidad, la comunicación y el empoderamiento del patrimonio emocional y social de personas y grupos, basando tal experiencia en la aplicación de una metodología que promueve la resignificación, dignidad y solidaridad, representadas en un escenario de la improvisación, vehículo de la experiencia; evocando una dinámica psicológica, donde los sentidos y la reflexión son encaminados al encuentro real y sincero entre personas, apaciguando la angustia de la cotidianidad al romper con la estructura personal y colectiva de la distancia y el silencio”. (Silva, 2012)</p>	<p>“En el Teatro Espontáneo solo el hecho de hablar, solo el hecho de recordar, de poder verte, de poder nombrarte, es un acto de fuerza, es un acto de valentía, es un acto de esta palabra que se llama empoderamiento, es decir, el poderme ver, el poderme nombrar, el poderme decir y el poderme sentir que mi relato, mi historia, mi vida es importante, es escuchada y es retomada por otras y otros y además tiene una resonancia en ellas y en ellos”. (Ara, 2015)</p>

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

Categorías	Dimensiones	Subdimensiones	Aporte teórico	Experiencias
Transformación social	Empoderamiento		<p>“El Teatro Espontáneo nace de la necesidad del autor de dar lugar a la acción en la vida de las personas, los grupos, las comunidades. Otorgarle al ciudadano y al individuo la posibilidad de ser protagonista de su propia realidad y, de esa forma, de empoderamiento para generar la transformación de ésta”. (Martínez, 2013)</p>	<p>“Siento que el empoderamiento viene también de confiar en lo que es mi palabra, lo que yo digo, lo que es mi emoción, y esa es mi versión y puede haber otra versión sobre un mismo hecho del que yo estoy contando, pero es lo que yo sentí, es lo que yo viví. Y siento que el hecho de que se que voy a ser escuchada, no voy a ser juzgada y que encima lo voy a poder ver y me va a poder devolver otras cosas, eso me permite también empoderarme de mí misma y de mi propia historia, descubrir otras cosas de mi propia emocionalidad, reelaborar, repensar, resentir también, volver a sentir emociones, cosas, personas, momentos vividos y sentidos, descubrir, y eso me empodera como ser humano, como persona a crecer y a seguir andando y a seguir reelaborando”. (Argüello, 2015)</p>

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

<b>Categorías</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Subdimensiones</b>	<b>Aporte teórico</b>	<b>Experiencias</b>
Transformación social	Empoderamiento			“Hacer Teatro Espontáneo da más seguridad, porque te tienes que lanzar, tienes que proponer, también tienes derecho a equivocarte, y eso da más seguridad a una persona. Una persona que hace Teatro Espontáneo es más segura que una persona que no hace Teatro Espontáneo. Te permite conocerte mejor, reelaborarte tus historias y eso es parte fundamental para el empoderamiento subjetivo, después para el empoderamiento colectivo, con el Teatro Espontáneo aprendí mucho a trabajar en grupo, no lo podés hacer sola, solo podés hacer una parte del todo, y eso también es muy importante porque a veces confundimos el empoderamiento con ser súper mujeres y el Teatro Espontáneo me enseñó a no ser súper mujer si no a simplemente a hacer lo mejor de la parte que me va a tocar hacer”. (Huber B. , 2015)

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

<b>Categorías</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Subdimensiones</b>	<b>Aporte teórico</b>	<b>Experiencias</b>
Transformación social	Empoderamiento			“El empoderamiento está cuando uno toma decisiones, en el Teatro Espontáneo puedes tomar una decisión, de a través de una historia denunciar un hecho que te ha pasado, poder hacer ese paso de poder hablar, de denunciar y también aprender de las historias de otras mujeres que han tenido todo ese proceso de empoderamiento, de tomar decisiones, de defender sus derechos”. (Vado, 2015)

**Anexo 5**

**Cronograma de actividades**

Año		2014											
Mes		Septiembre				Octubre				Noviembre			
Semana		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
<b>Actividades</b>	Elección del paradigma												
	Definición del problema y tema investigativo												
	Formulación de objetivos												
	Revisión Bibliográfica												
	Realización de antecedentes												
	Realización de justificación												
	Elaboración del sistema categorial												
	Elaboración del diseño metodológico												
	Elaboración del marco referencial												
	Elaboración de instrumentos												
	Validación de los instrumentos												
	Entrega del borrador												
	Entrega del protocolo												
	Participación en las sesiones de Teatro Espontáneo												
	Reunión con una de las actrices de Teatro Espontáneo												

*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

Año		2015																			
		I Semestre																			
Mes		Febrero				Marzo				Abril				Mayo				Junio			
Semana		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
<b>Actividades</b>	Participación en las sesiones de Teatro Espontáneo																				

Año		2015																			
		II Semestre																			
Mes		Julio				Agosto				Septiembre				Octubre				Noviembre			
Semana		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
<b>Actividades</b>	Participación en las sesiones de Teatro Espontáneo																				
	Revisión del protocolo con el tutor																				
	Revisión Bibliográfica																				
	Aplicación de los instrumentos																				
	Participación en el Teatro Espontáneo en las comunidades																				



*El Teatro Espontáneo como metodología para la transformación social*

Año		2016		
Mes		I Semestre		
Semana		1	2	3
Actividades	Revisión bibliográfica			
	Análisis de los resultados			
	Conclusiones y recomendaciones			