

Universidad Nacional
Centro de Investigación, Docencia y Extensión Artística
Escuela de Arte Escénico

Proyecto de Graduación para optar el grado de Licenciatura en Arte Escénico

**EL TEATRO ESPONTÁNEO COMO PROMOTOR DEL DESARROLLO HUMANO
PERSONAL -ESTUDIO DE CASO DE LA AGRUPACIÓN TRIQUI-TRAQUE UNA
COMPAÑÍA DE TEATRO ESPONTÁNEO DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL-**

Estudiante:

Arline Sobalbarro Sobalbarro, 841579-1

Tutor:

M.P.sc Diego León-Páez Brealey.

Lectores:

M.D. Rolando Salas Murillo

M.Sc. Silvia Arrieta Castro.

Heredia, diciembre 2022

DEDICATORIA

A mi amada Mamá Norma, que siempre ha sido un soporte y un apoyo incondicional

A mi compañero de viaje José Fabio por su apoyo amoroso en este proceso, por su solidaridad, pero, sobre todo, por creer siempre en mí.

A mi hijo Sebastián y a Valdez, que han sido los maestros con los que me ha tocado venir a aprender.

A mi querido hermano Edvin, que, a pesar de que crecimos con las ramas del árbol viendo en diferentes direcciones, compartimos las mismas raíces y eso es lo importante.

Y por último a Lelita, que no logró estar presente en este último paso, pero sé que desde donde está, me mira y es feliz con este logro.

AGRADECIMIENTO

En especial a mi querido tutor Diego León-Páez por empujarme y acompañarme en esta odisea.

A mis lectores Silvia Arrieta y Rolando Salas por brindarme sus orientaciones siempre atinentes.

A los integrantes de la Compañía de Teatro Espontáneo Triqui-Traque de la UNA por su apoyo y disposición para esta investigación, en especial a Diego, Fran, Mo, Fer, Aaron y María José.

A la Dra. Graciela Galindo (Maestra y especialista en el Enfoque Centrado en la Persona) por su conocimiento compartido.

A la Dra. Edsijual Mirabal y al Máster Francisco Rodríguez, dos asesores de tesis de lujo, que sin su apoyo este trabajo no hubiera salido a la luz.

A Carolina y a Yelena por hacerme ver que las limitaciones nos las ponemos nosotras y que siempre tenemos la opción de cocrear.

A todos ustedes muchas gracias.

Tabla de contenido

DEDICATORIA
AGRADECIMIENTO
I. INTRODUCCIÓN.....	3
1. Objetivos.....	6
1.1. Objetivo General.....	6
1.2. Objetivos específicos	6
1.3. Interrogantes de la investigación	6
2. Metas	6
3. Referentes teórico-metodológicos iniciales.....	7
4. Marco metodológico	7
4.1. Enfoque metodológico.....	7
4.2. Tipo de Investigación	9
4.3. Método: estudios de casos	10
4.4. Diseño de la investigación	10
4.5. Alcance de la investigación.....	14
4.6. Técnicas e instrumentos de registro y procesamiento de información	14
4.7. Recursos.....	15
5. Breve reseña biográfica de las personas entrevistadas	15
5.1. Diego León- Páez Brealey	16
5.2. Graciela Galindo Orozco	17
5.3. María José Gómez Sibaja	18
5.4. Francisco Javier Rodríguez Víquez	18
6. Breve reseña de las personas que participaron en el grupo focal	19
6.1. Fernando Montenegro Artavia	19
6.2. Aaron Ruiz Medina	19
6.3. Mónica Acosta Cabezas.....	20
II. DESARROLLO	21
<i>EL TEATRO ESPONTÁNEO COMO PROMOTOR DEL DESARROLLO HUMANO</i>	
<i>PERSONAL</i>	21
1. Desarrollo Humano Personal	21
2. Enfoque Centrado en la Persona: fundamentos	22
2.1. Desarrollo Humano Personal: adentrándose en algunos de sus constructos	24
2.1.1. Creatividad	25
2.1.2. Cuerpo	25
2.1.3. Comprensión empática	26
2.1.4. Aceptación.....	26

2.1.5. Funcionamiento pleno	27
3. El Teatro Espontáneo	28
3.1. Entre el <i>Playback Theatre</i> y el Teatro Espontáneo	28
3.2. Del Psicodrama al Teatro político-social	31
3.3. El Teatro Relacional y sus afinidades con el Teatro Espontáneo	34
3.4. El Teatro Espontáneo en América Latina	34
3.5. El Teatro Espontáneo en Costa Rica.....	36
3.5.1. De cómo el teatro espontáneo en Costa Rica ha impactado la vida de la autora	38
3.6. Teatro Espontáneo: definiciones, procesos, metodología	40
3.7. Momentos terapéuticos y pedagógicos del TE.....	43
3.8. Principios y estructura de una función de Teatro Espontáneo.....	45
3.9. La improvisación y la creatividad: una constante en el Teatro Espontáneo.....	46
4. Inicios y evolución del Grupo Triqui-Traque	47
4.1. Vínculo de Triqui-Traque con la Universidad Nacional	50
5. Potencialidades del Teatro Espontáneo en la Promoción del Desarrollo Humano Personal: cinco constructos de Carl Rogers.....	51
5.1. Creatividad.....	53
5.2. Comprensión empática	53
5.3. El cuerpo.....	54
5.4. Aceptación de sí mismo	55
5.5. Funcionamiento pleno	55
6. Dimensiones Ética, Socio-comunitaria y Política del Teatro Espontáneo	59
7. El Teatro Espontáneo en tiempos de pandemia	63
III. CONCLUSIONES	66
IV. LIMITACIONES, ALCANCES Y RECOMENDACIONES	73
V. REFERENCIAS	75
VI. ANEXOS	79
Anexo 1: instrumento para la entrevista a profundidad	79
Anexo 2: instrumento para la entrevista a profundidad	80
Anexo 3: instrumento para la aplicación en el grupo focal	81
Anexo 4: ejes temáticos emergentes	83
Anexo 5: Grupo Focal.....	93
Anexo 6: transcripción de la entrevista a Graciela Galindo	101
Anexo 7: transcripción de la entrevista al Grupo Focal	108

I. INTRODUCCIÓN

El Teatro Espontáneo (en adelante TE) ha ido ganando un terreno indiscutible en algunos países de Latinoamérica y, por ende, ha tenido incidencia en Costa Rica. Por esta razón, es preciso investigar sobre grupos ya desaparecidos como La Puerta, Reflejos y Munay. Además de otras agrupaciones activas como el actual grupo Triqui-Traque: UNA Compañía de Teatro Espontáneo de la Escuela de Psicología de la Universidad Nacional. Esto debido a que son consideradas ejemplos de agrupaciones que han contribuido al desarrollo cultural y que constituyen un dispositivo social para promocionar algunos temas como la salud, el desarrollo comunitario, el rescate de la memoria histórica, la identidad cultural, entre otros. A partir de lo anterior, se pretende dilucidar de qué manera el TE ha favorecido al fomento del desarrollo humano personal.

Para efectos de este estudio, el desarrollo humano personal está relacionado con la *Teoría del Enfoque Centrado en la Persona* (en adelante ECP), presentada por su principal exponente: Carl R. Rogers (Estados Unidos 1902 - 1987). De modo que se tomarán en cuenta algunos de los constructos planteados en dicha teoría.

Desde esta perspectiva, según apunta Méndez (2016), se considera a la persona como centro que se despliega en tres dimensiones: organismo o totalidad orgánica (cuerpo–mente), campo fenoménico (experiencias que surgen del intercambio entre el organismo y el ambiente) y concepto de sí mismo (valores y auto imágenes). (p. 5)

La Psicología Humanista se ha desarrollado también en el campo de la psicoterapia; no obstante, en esta investigación, se explorarán sus potencialidades artísticas. Esto es congruente con los planteamientos de Rogers (1985) quien plantea que: “Si se considera la teoría como lo que realmente es –un intento falible y dinámico de construir una red de hilos sutiles que servirán para contener los hechos reales-, toda teoría deberá servir de estímulo para el pensamiento creador” (p. 15). En este entramado, este trabajo se centrará en investigar el TE y su incidencia en la promoción del desarrollo humano personal a través de un estudio de caso con el grupo Triqui-Traque UNA.

El interés en abordar esta temática surge como una inquietud profesional de la autora, en el año 2010, durante una charla sobre Teatro Social y TE en uno de los cursos de la licenciatura en donde los invitados, Gina Sandí Díaz y Diego León-Páez Brealey (uno de los precursores del TE en Costa Rica, miembro cofundador del grupo La Puerta y fundador del grupo Triqui-Traque), docentes de la Escuela de Arte Escénico y Psicología respectivamente, de la Universidad Nacional, los escucharía por primera vez hablar sobre el TE y su desarrollo hasta el momento en nuestro país. Cabe destacar que, para ese año, solo funcionaba uno de los grupos fundadores del movimiento de esta modalidad teatral en Costa Rica: La Puerta. A partir de ese momento, empieza una revolución interna en la autora que la impulsa a adentrarse más a fondo en esta experiencia, que no era del todo teatro, ni tampoco psicodrama.

A partir de allí, se contacta al profesor León-Páez Brealey y comparte el interés de conocer más sobre esta modalidad y su trabajo, lo que termina por animar a la autora a realizar talleres de capacitación con profesionales internacionales como la argentina María Elena Garavelli, directora de la Compañía de Teatro Espontáneo El Pasaje; Carlos Chico Ramos, chileno, codirector de NarraTE; Miguel Ernesto Trabol Duarte, chileno y miembro de la agrupación TransHumantes; la argentina Adriana Piterbarg, directora de la Escuela de Arte y Psicodrama; y Román Mazzili, argentino, director de la *Revista Campo Grupal* e integrante de la Compañía de La Combinada.

La autora asiste a diversas funciones y, luego de conocer la metodología, dirige en 2012 el proyecto ganador de ProArtes con la Asociación Artística para Niños (ASART) y Teatro 50 al Sur “Resonancias: navegando con los anticuerpos de tu interior”, donde utiliza el TE como herramienta medular del proyecto en la provincia de Limón. Además, en el año 2019 es invitada como facilitadora a impartir un taller de Teatro Relacional y TE en el proyecto “Círculos de Luna Nueva”, ganador de ProArtes y de nuevo con ASART.

Toda esa experiencia acumulada la anima a realizar su Proyecto de Graduación de Licenciatura con el tema del TE como un proceso para el desarrollo humano personal.

Es importante destacar que, a pesar de los aportes teóricos sobre el TE en otros países, entre ellos los del chileno Flores Lara (2010), las argentinas García y Levin (2005) y Garavelli (2003) en Costa Rica, son pocas las fundamentaciones sobre el tema. Sin embargo, en el proceso de revisión bibliográfica se halló el trabajo de la tesis de Maestría en Estudios Latinoamericanos de Rodríguez (2021) que presenta una relación con el tema del TE con algunos conceptos decoloniales. Por tanto, este estudio de campo pretende arrojar nuevos resultados con respecto al TE debido a que las historias serán contadas por los integrantes de la agrupación en estudio, lo que hará altamente significativa esta investigación. En ese sentido, el estudio tendrá un valor académico, artístico y sociocultural.

En el aspecto académico, se utilizaron herramientas conceptuales para desarrollar una investigación que brindará más conocimiento sobre el TE y su aporte a la sociedad en el ámbito del desarrollo humano personal; además, favorecerá la formación académica de las personas estudiantes interesadas en lo transdisciplinario, donde se pueda integrar esta modalidad en estrecha relación con otras disciplinas en donde se promueva su utilización en diferentes temáticas: ambiental, de género, social, educativo.

Con respecto a lo artístico, este trabajo contribuirá a que los teatreros posean más información y acceso a conocimiento sobre el uso del teatro aplicado en otras disciplinas del saber. Mientras que en lo sociocultural la presencia del TE en nuestro país es un referente que abrirá nuevas posibilidades para el crecimiento y desarrollo de las personas, la cultura, la sociedad, los artistas y sus comunidades. Esto debido a que podrá ser presentado en universidades, calles, hospitales y centros comunales.

Cabe destacar que el diseño inicial de la investigación se realizó antes del año 2020 y debido a la pandemia de la COVID-19 se vio afectado e inaplicable para la realidad del momento. Por esta razón, se realizaron ajustes en la metodología, de modo que respondiese a las disposiciones del Ministerio de Salud en términos de distanciamiento social. En consecuencia, se optó en seguir investigando desde la virtualidad.

Una vez considerado todo lo anterior, a continuación, se desglosan los objetivos, metas y metodología de esta investigación.

1. Objetivos

1.1. Objetivo General

Valorar el Teatro Espontáneo como propuesta escénica que sustenta el desarrollo humano personal, mediante un estudio de caso con el grupo Triqui-Traque UNA, Compañía de TE de la Escuela de Psicología de la Universidad Nacional de Costa Rica.

1.2. Objetivos específicos

1.2.1. Analizar los aspectos teóricos, metodológicos y artísticos del Teatro Espontáneo.

1.2.2. Relacionar el Teatro Espontáneo con el desarrollo humano personal y con cinco constructos del Enfoque Centrado en la Persona, en un proceso de comprensión de las relaciones intra e interpersonales.

1.2.3. Identificar, por medio de un estudio de caso, cuáles aspectos del desarrollo humano personal se fomentan en la agrupación de Teatro Espontáneo Triqui-Traque.

1.3. Interrogantes de la investigación

1.3.1. ¿Es el teatro espontáneo un espacio que promueve el desarrollo humano personal?

1.3.2. ¿De qué manera el Teatro Espontáneo promueve el desarrollo humano personal?

1.3.3. ¿Qué elementos del desarrollo humano personal se promueven mediante la participación en el teatro espontáneo?

2. Metas

2.1. Identificar las potencialidades más importantes del desarrollo humano personal.

2.2. Realizar un estudio de caso con el grupo Triqui-Traque de la Universidad Nacional, a partir de la revisión detallada de sus presentaciones grabadas, sus portales digitales, relatos personales y otras fuentes escritas, gráficas y digitales.

2.3. Desarrollar un grupo focal *vía online* con miembros del grupo Triqui-Traque.

2.4. Presentar un video de Teatro Espontáneo que visibilice los aportes de la investigación.

Es relevante destacar que, en el proceso de investigación, emergieron nuevas temáticas y hallazgos que no se habían previsto ni entre los objetivos, ni entre las metas; sin embargo, debido a que representan aportes relevantes en relación con el presente estudio, se incorporan en el desarrollo del informe. Tales son los casos del TE en tiempos de pandemia y la dimensión ética, político y comunitaria del TE.

3. Referentes teórico-metodológicos iniciales

Se plantea un enfoque teórico-metodológico por cuanto cada teoría, como se verá más adelante, implica una práctica de la cual se retroalimenta. La presente investigación se sustenta, sobre todo, en dos referentes teórico-metodológicos: a) el Enfoque Centrado en la Persona de Carl Rogers en sus campos: personal, educacional, artístico, social y trascendental; y b) el TE y sus vínculos con el *Playback Theater*, el teatro social, el teatro relacional y la improvisación.

Estos referentes se pusieron en diálogo con los testimonios sobre el proceso vivido en el Grupo Triqui-Traque. Así, los hallazgos de la investigación se desprenden de una teoría hermanada con la práctica.

4. Marco metodológico

La metodología implica, entre otros factores, la toma de posición con respecto a paradigmas, enfoques, alcances y métodos de la investigación. Nada de esto es arbitrario, sino que responde sobre todo a la situación problemática, objetivos o propósitos; a las posturas y convicciones del investigador y a las factibilidades para el desarrollo de esta. Implica, además, una ruta, un camino y, finalmente, un diseño de investigación. Seguidamente se exponen estos constructos que, de manera coherente, orientaron —sin rigidez— el desarrollo de este trabajo.

4.1. Enfoque metodológico

La presente investigación se desarrolló por medio del enfoque cualitativo. Este, de acuerdo con Hernández et al. (2017), se desarrolla mediante procesos inductivos que

analizan múltiples realidades subjetivas y no posee secuencia lineal. Igualmente, los autores plantean que este enfoque se “selecciona cuando el propósito es examinar la forma en que los individuos perciben y experimentan los fenómenos que los rodean, profundizando en sus puntos de vista, interpretaciones y significados” (p. 358).

Partir de un enfoque implica situarse, según Muñiz (s.f.) “en un paradigma, lo que significa una postura general frente a la existencia misma y la forma de ubicarse con respecto al conocimiento” (p. 8). De modo que es importante que el investigador plantee claramente en cuál paradigma se ubica, lo que es crucial para “abordar el conocimiento, así como para plantear todos los demás aspectos de su investigación” (Muñiz, s.f. p. 3).

En relación con lo anterior, se connota que el paradigma en el que inserta esta investigación es el Hermenéutico. Este paradigma, según expresan Méndez et al. (2019), se construye de la siguiente forma:

El investigador, como sujeto de investigación, debe ser coadyuvado por los distintos actores sociales, reconocidos como el "otro" indispensable, por ser genuinos productores de un conocimiento que les concierne, y con quien deben establecerse alianzas para arribar a verdades "comunes". (p. 3)

Afirman Méndez et al. (2019) que la hermenéutica como camino interpretativo, no pretende que el investigador asuma posturas imparciales en la conquista de verdades para sí mismo o para la comunidad académica, sino que debe emprender la búsqueda de todo lo que puede ser inteligido, en el marco de la ética y de la dignidad (p.3).

Por su parte, el epistemólogo Miguel Martínez Miguélez (2002), anuncia que la hermenéutica es un proceso que es natural al ser humano en todo intento de conocer las realidades con que convive, ya sea utilizando textos orales o escritos, analizando sus conductas o estudiando los gestos de cualquier naturaleza que expresan su vida (p. 1). Esta perspectiva acerca al acto investigativo y de producción de conocimientos como algo natural y cotidiano. Proceso de producción de conocimientos que parte de interrogantes iniciales, avanza en la indagación tanto de textos escritos como de testimonios orales para, finalmente, aportar teórica y metodológicamente sobre el tema. Lo anterior a partir de la identificación e

interpretación de categorías temáticas que emergen del diálogo entre informantes y los autores consultados.

4.2 Tipo de Investigación

Para efectos del presente estudio se ha considerado trabajar con la investigación de tipo documental y de campo. Con respecto a la primera, esta comprende la recopilación de información en diversas fuentes e indaga sobre el tema en documentos. Para Arias (1997) se basa en la obtención y análisis de datos provenientes de materiales impresos u otros tipos de documentos (p. 47). La indagación en fuentes documentales se articula con el estudio de campo, lo cual remite directamente al desarrollo de entrevistas a profundidad y la utilización de la técnica de Grupo Focal.

El Grupo Focal es otra de las técnicas utilizadas en investigación cualitativa sobre la cual Buss Thofehm et al. (2013), aportan los siguientes elementos: requiere del investigador aporte teórico sobre su uso, para planificar y alcanzar los objetivos de una investigación (párr. 25). Asimismo, establecen la importancia de tomar en cuenta: composición de los grupos, el número de elementos, la homogeneidad o heterogeneidad de los participantes (párr. 4)

Por su parte, la entrevista a profundidad, también denominada entrevista abierta, es propia de la investigación cualitativa. Según un proyecto regional de cooperación para la integración de la cultura digital en los sistemas educativos, en este tipo de técnica para el estudio de la realidad, el entrevistador es el responsable de recopilar la información en forma veraz, fidedigna y oportuna. Es central su responsabilidad, buen desempeño y cooperación en cuanto a acompañar y desarrollar óptimamente el trabajo de campo, dado que no siempre se dispone de “una segunda oportunidad” para profundizar o aclarar la información obtenida durante el primer encuentro. (Iberty, s.f. p. 2).

Esta técnica se implementó con tres miembros del grupo Triqui-Traque y las pautas para su desarrollo estuvieron orientadas por los objetivos de la presente investigación; además, se recabaron datos biográficos sobre los sujetos participantes. Su realización permitió obtener resultados significativos que luego se colocaron el diálogo con los obtenidos en el desarrollo del grupo focal y de los recabados en los documentos consultados.

4.3. Método: estudios de casos

El presente estudio de caso se desarrolló en el ámbito del enfoque cualitativo. En este sentido, Denzin y Lincoln (2020) identifican a los estudios interpretativos de casos en la gama de relatos que se insertan en el paradigma hermenéutico (p. 23). Lo cual responde a la definición expuesta por Yin (2002): “un diseño empírico que investiga un fenómeno social contemporáneo dentro del contexto de una realidad social [...] en los cuales existen múltiples fuentes de evidencias que pueden usarse” (p. 23).

Al respecto, afirman Díaz de Sala et al. (2011) que el Estudio de Caso permite responder a ciertos tipos de interrogantes que ponen su énfasis en: ¿Qué? ¿Cómo? y ¿Por qué? Debido a que estas subrayan la finalidad descriptiva y explicativa del método. Estas incógnitas se amplían y contextualizan con las interrogantes relativas al TE como dispositivo para promover diversas dimensiones del desarrollo humano personal (p. 5).

Si se aplica la definición de Yin (2002) ya enunciada, el grupo Triqui-Traque es el fenómeno social contemporáneo sobre el cual se indaga. Lo allí encontrado se cotejó con otras fuentes documentales para, finalmente, analizar e interpretar los datos y testimonios.

Por otra parte, afirma Rodríguez (s.f.) que el diseño estándar de los estudios de caso considera cinco fases fundamentales. Estas son:

1. Selección del caso.
2. Creación de una serie de preguntas sobre el mismo.
3. Obtención de los datos.
4. Análisis de los datos recopilados.
5. Creación del informe. (p. 4)

Cada una de estas cinco fases está incorporada en el diseño de la investigación, como se evidenciará más adelante.

4.4. Diseño de la investigación

En el diseño cualitativo el proceso no es estrictamente secuencial, con frecuencia se debe regresar a etapas previas. De este modo, la revisión documental, la recogida de los datos, su análisis y categorización se realizan de manera simultánea y recursiva; tal y como

exponen Hernández et al (2010), en la mayoría de los estudios cualitativos no se prueban hipótesis, estas se generan durante el proceso y se refinan o moldean conforme se recaban más datos (pp. 9-13). En tal sentido, el diseño se estructuró en tres fases, a saber:

Fase I: Estudio documental

El estudio documental permitió un abordaje general sobre la praxis del TE: sus antecedentes, devenir y contextos, así como del Enfoque Centrado en la Persona. Para este fin, se buscó información en los acervos internacionales de desarrollo humano personal. Al respecto, se realizaron registros primarios a partir de la lectura de libros y tesis, así como visitas a bibliotecas físicas y virtuales.

Fase II: Trabajo de campo

Entrevistas individuales a miembros del Grupo Triqui-Traque y a expertos en el área. En este sentido, se llevaron registros por medio de anotaciones de campo, videos, fotografías, y crónicas. Además, se desarrolló una entrevista a profundidad con una especialista e investigadora en el ECP. Adicionalmente, se desarrolló un Grupo Focal donde participaron tres miembros de la agrupación Triqui-Traque.

Las orientaciones del investigador peruano-costarricense Oscar Jara (s.f.) permitieron guiar la búsqueda al plantear preguntas generadoras en la reconstrucción de los acontecimientos, procesos, vivencias y experiencias en y con el Grupo Triqui-Traque. Las directrices de Jara son importantes para focalizar la indagación, él recomienda poner atención en los aspectos que más nos interesan de cada experiencia (p. 3).

En este caso, la respuesta es el vínculo entre el TE y el Desarrollo Humano Personal. Al respecto Jara (s.f.) en *Orientaciones teórico-prácticas para la sistematización de experiencias*, recomienda poner atención en: “percepciones, interpretaciones, intuiciones y emociones de los hombres y las mujeres” (p. 3) que intervienen en el proceso. Por ello, y porque esta investigación se desarrolló en el marco de la investigación cualitativa, las entrevistas que se desarrollaron hicieron énfasis en estos aspectos.

Jara (s.f.) aporta luces en relación con que las experiencias son procesos vitales y únicos: expresan una enorme riqueza acumulada de elementos y, por tanto, son inéditos e irrepetibles (p.3).

Con esta premisa se desarrolló un trabajo de campo guiado por el método del estudio de casos para efectos de la presente investigación. Rodríguez (s.f.) en *Estudio de caso: características, metodología y ejemplo*, indica que estos serían los pasos para seguir para un trabajo de este tipo:

- Selección del caso: consistirá en la escogencia de un evento relevante capaz de ser investigado y con objetivos que se quieran cumplir y las fuentes de información a las que se acudirán (pp. 4-6).
- Creación de una serie de preguntas sobre el mismo: una vez escogido el caso se procederá a hacer una lista de preguntas concretas para comprobar lo que se quiere investigar (pp. 4-6).
- Obtención de los datos: en esta fase se desarrolló la recolección de datos mediante observación participante, entrevistas a profundidad y grupo focal, lo que arrojó información sobre la situación investigada de manera audiovisual. (pp. 4-6). Además, se hicieron exploraciones en el grupo Triqui-Traque de la UNA para familiarizarse con el método, su técnica, entrenamiento y presentaciones, a los fines de convertirse en cómplice de la acción, como anunciaba Brook (2002) al referirse a que la participación no es sólo subirse a un escenario, sino que va más allá (p. 38).
- Análisis e interpretación de la información: se procedió a la clasificación, análisis y reflexión crítica de la información documental y testimonial. En este sentido, se identificó ejes temáticos que permitieron dar cuerpo al informe de la investigación. Esta etapa permitió desarrollar los últimos dos pasos indicados por Rodríguez (s.f.) con respecto al Estudio de Casos. Permitió, además, dar respuestas a las preguntas iniciales y señalar posibles caminos de investigación para conocer más sobre el fenómeno estudiado: el TE.

Seguidamente, se relacionan los instrumentos de recolección de información que se mencionan a continuación:

- Anexo 1: Guion de entrevista a profundidad dirigida a miembros del grupo Triqui-Traque.
- Anexo 2: Guion de entrevista a profundidad dirigida a una experta en ECP.
- Anexo 3: Guion para el desarrollo de grupo focal dirigido a miembros del grupo Triqui-traque.

Una parte del instrumento que permitió clasificar y organizar la información recabada en las entrevistas y en el grupo focal puede apreciarse en el anexo N°4: Ejes temáticos emergentes y el anexo 5: Grupo Focal.

- Creación del Informe: una vez obtenidos y analizados los datos, se exponen en el mismo las situaciones y hallazgos más relevantes, tales como qué se aprendió, tanto en el estudio documental como en el de campo. Asimismo, se presentan las conclusiones o reflexiones finales y las recomendaciones del caso. Es de destacar que, en la creación del informe entraron en juego procesos interpretativos y reflexivos que surgieron a partir de la triangulación de datos de información proveniente de los documentos, de las entrevistas, así como de la información recabada en el grupo focal. De esta manera, se ponen en diálogo ambos procesos: la investigación documental y la investigación de campo.

Maturana y Nisis (1997) en la obra *Formación humana y capacitación*, proponen una visión novedosa en cuanto a la reflexión. Apuntan que no se trata de una reflexión puramente racional; al contrario, plantean procesos reflexivos hermanados con la emoción (p. 35). Por ello postulan que:

La reflexión es un acto en la emoción en el que se abandona una certidumbre y se admite que lo que se piensa, lo que se tiene, lo que se desea, lo que se opina, lo que se hace [...] puede ser mirado, analizado, y aceptado o rechazado como resultado de ese mirar reflexivo. (p.35)

En correspondencia con lo anterior, ya se ha descrito cómo la autora de este trabajo de investigación se ha venido incorporando al TE desde múltiples roles: docente, aprendiz, actriz y, en este momento como investigadora; hurgando dentro de sí misma, indagando en fuentes documentales, recopilando testimonios, ordenando información, interpretando, reflexionando desde la emoción, el compromiso y las ganas de aportar en este campo del arte teatral, de la psicología, de la educación y del desarrollo humano personal.

4.5. Alcance de la investigación

La investigación que se presenta es de tipo descriptiva, por cuanto considera el fenómeno estudiado y sus componentes, en este caso el grupo Triqui–Traque, como espacio que permite dilucidar la relación existente entre el TE y el desarrollo humano personal.

Por otro lado, en la labor de recopilar información sobre el caso se evidenció dimensiones del desarrollo humano personal que fueron potenciadas por la praxis teatral. Para ello, se tomaron en cuenta solo cinco constructos de los generados por la teoría de Carl Rogers sobre el Enfoque Centrado en la Persona.

4.6. Técnicas e instrumentos de registro y procesamiento de información

Tabla 1

Técnicas e instrumentos de registro y procesamiento de información

Técnicas	Instrumentos
Entrevistas a profundidad	<ul style="list-style-type: none"> • Registro audiovisual. • Instrumentos para entrevista a profundidad experta en ECP (Anexo 1). • Instrumentos para entrevista a profundidad a miembros del grupo Triqui-Traque (Anexo 2). • Cuadros para organizar la información (Anexo 4).
Observación participante	Diario de campo.
Análisis y procesamiento de fuentes documentales y electrónicas	<ul style="list-style-type: none"> • Fichas. • Cuadros resúmenes.

	<ul style="list-style-type: none"> • Documentos parciales de transcripción de las entrevistas.
Grupo Focal	<ul style="list-style-type: none"> • Registro audiovisual.
Criterios de selección de las personas:	<ul style="list-style-type: none"> • Instrumento para la aplicación en el grupo focal (Anexo 3).
<ul style="list-style-type: none"> – Miembros del grupo Triqui-Traque. – Con mínimo seis meses de experiencia en el grupo. – Equidad de género. 	

Nota. Fuente: elaboración propia, 2021.

4.7. Recursos

Para efectos de la elaboración de la presente investigación se contó con un computador personal (PC), Plataforma Web para entrevistas y grabaciones en línea en plataformas *Zoom*, *Google Meet* y mensajería telefónica a través de *WhatsApp*.

5. Breve reseña biográfica de las personas entrevistadas

En el desarrollo de este trabajo de investigación, como estudio de caso, fueron muy importantes las contribuciones de las personas entrevistadas. Por tal razón se quiere visibilizar los aportes de cada uno de los que, desde su hacer, saber y sentir, otorgan sus dones desde el TE.

Asimismo, además de invitarlos como coprotagonistas en este trabajo, los visibilizamos con nombres propios, ya que son los sujetos protagónicos, quienes con su praxis dan el cuerpo al TE en nuestro país y aportan una manera de hacer arte a contra cultura, de hacer intervención social, de aportar su grano de arena para construir una mejor humanidad, un ser humano creativo, ético y consciente.

Es importante destacar que, en la redacción del presente informe, se intentó ser lo más fiel posible al testimonio otorgado por las personas entrevistadas; sin embargo, se hicieron algunas modificaciones de forma para esclarecer las ideas.

Los aportes y contribuciones de estas personas se entretajan con lo planteado en las fuentes documentales, diálogo del cual emergieron distintos planteamientos que están atravesados por los dos referentes teóricos-metodológicos que ya fueron anunciados: el

desarrollo humano personal (ECP) y el Teatro Espontáneo. Seguidamente se ponen en diálogo estos fundamentos teóricos con algunos testimonios que emergieron en el trabajo de campo.

5.1. Diego León- Páez Brealey

Diego León-Páez Brealey es un costarricense nacido en San José, el 26 de febrero 1967. Comparte dos oficios y pasiones: la Psicología Social y el Teatro Espontáneo. Actualmente es miembro del grupo de Teatro Espontáneo Triqui-Traque de la Universidad Nacional. En la actualidad es académico en la Escuela de Psicología de la Universidad Nacional donde lleva 20 años ejerciendo como docente e investigador; tiempo que comparte con el ejercicio de la psicoterapia grupal e individual.

Aunque sus padres son de Costa Rica, sus abuelos vienen de lejos: su abuelo paterno de Inglaterra y su abuela materna de España, por lo que celebra el mestizaje que lo habita.

Diego evoca que de niño era muy inquieto y soñador. Pasaba horas muy felices al contar los vagones del tren que se deslizaban frente a la ventana del aula, mientras la clase seguía su propio ritmo. Desde muy temprano fue un aficionado al fútbol y amante del teatro. Cuenta que participaba en cuanta obra teatral había en la escuela.

A muy temprana edad quiso ingresar al Conservatorio Castella, colegio artístico, pero no se lo permitieron. Sin embargo, una vez que tuvo las riendas de su vida en sus manos, se incorporó al espacio teatral, esta vez a una de sus modalidades de teatro relacional: el Teatro Espontáneo.

Diego León-Páez Brealey entra en contacto por primera vez con esta forma teatral en el año 1998, cuando una pareja de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), traen a Costa Rica, específicamente al Colegio de Psicólogos, un taller de Psicodrama donde él logra incorporarse. Al respecto refiere: que desde entonces queda *“enganchado con el género psicodramático”*. Hito que marca el comienzo de su formación y su trayectoria como psicodramatista y, posteriormente, como teatrero espontáneo.

5.2. Graciela Galindo Orozco

Su nombre de batalla es Graciela Galindo Orozco, pero su acta de nacimiento dice Graciela del Carmen del Sagrado Corazón Galindo Orozco. Mexicana, de 73 años. Vive en la Ciudad de México. Es Licenciada en Psicología, del área educativa, tiene una Maestría en Desarrollo Humano de la Universidad Iberoamericana, Campus Santa Fe, y Doctorado en Ciencias de la Educación. Después de trabajar por 30 años en la administración pública en proyectos sociales y educativos prioritarios para el gobierno federal, se retiró y jubiló y ahora se dedica a la Academia, haciendo lo que ama: impartiendo clases, investigando, escribiendo y pasándola bien con su esposo.

Graciela, se considera una mujer plena, comprometida con los demás, con las cosas que hace y los vínculos con sus alumnos. Se ve a sí misma como una persona que cree y vive día a día los postulados y la perspectiva Rogeriana, en donde ha encontrado en el ECP una manera de ser feliz, de aceptar su condición de vida. Es decir, considera el ECP como una línea transversal en su vida, una vida de aceptación, de ayuda a los demás, de compromiso, de escucha. En relación con sus alumnos, le gusta mucho vincularse sujeto a sujeto con ellos, de persona a persona, no los ve como fuente de ingreso, como objetos de investigación, sino como personas con las que se vincula, aprende y comparte.

Con respecto a sus referentes, menciona el libro de Rogers *El proceso de convertirse en persona*, el biógrafo de Rogers con su libro *Vida y obra de Rogers*, su maestro y uno de los grandes estudiosos de Carl Rogers, Alberto Segrera, y el uruguayo Jorge Rivas.

Graciela entra al mundo del ECP luego de haberse dado cuenta que ya no quería, ni se sentía cómoda ejerciendo la psicología educativa desde la corriente conductista en la que trabajó durante veinte o veinticinco años en la administración pública realizando mucho trabajo de campo, diseñando programas educativos para niños de la calle y programas curriculares de primer y segundo año de primaria.

Fue en la Maestría en Desarrollo Humano donde revoluciona su vida y cambia radicalmente, encontrando un nuevo sentido a su práctica profesional y su vida personal. Un nuevo sentido que convoca a la reflexión, al diálogo, a darle la voz al otro, a comprender la

subjetividad del otro. Fue así entonces que llegó al enfoque y ya nunca se salió porque sigue profundizando toda la gran obra de Rogers promoviendo y desarrollando su teoría.

5.3. María José Gómez Sibaja

María José Gómez Sibaja nació en San José de Costa Rica. Sus padres son de Guanacaste, comunidad rural donde pasó parte de su infancia y a la que ahora ir a vivir algún día. En este momento está terminando su tesis de licenciatura en psicología en la Universidad Nacional. Ejerce como estudiante asistente del profesor Diego León-Páez Brealey, con quien participa en el área de investigación del Programa “Estrechando Vínculos”. Desde hace cinco años es participante activa del grupo Triqui-Traque, compañía de TE. Reconoce a Diego León-Páez Brealey y a Mario Flores Lara como sus maestros y fuentes de inspiración.

5.4. Francisco Javier Rodríguez Víquez

Francisco Javier Rodríguez Víquez es un costarricense, psicólogo, actor y actual coordinador de Triqui-Traque: UNA compañía de teatro espontáneo. En la Universidad Nacional es académico responsable de “Metodologías Sociométricas y Teatro Espontáneo de Triqui-Traque. Su tesis de Maestría fue titulada: *El teatro espontáneo en la extensión universitaria: una experiencia de trabajo desde la óptica decolonial. Análisis de caso de Triqui-Traque una compañía de teatro espontáneo*. Este trabajo de investigación consistió en la sistematización de cinco años del programa “Estrechando Vínculos”.

De niño vivió en San Joaquín de Flores, lugar en el que aún permanece. En su infancia participó en el teatro escolar, lo cual lo marcó, aunque en esa época nunca más hizo teatro, además siempre tuvo una afición muy especial por escribir historias.

Recuerda que de pequeño era muy inquieto, curioso y creativo. A su juicio, todas esas potencialidades quedaron castradas ya que la sociedad se empeña en formar un ser “políticamente correcto y patriótico”. Por eso y seguramente por otros factores afirma: “*Tanto las instituciones, como la sociedad y la familia castran la personalidad en algunas ocasiones*”.

Rodríguez ha representado a su país en distintos congresos y encuentros internacionales en el ámbito del TE, entre los países a los que ha asistido se encuentran: Cuba, Chile, México, Argentina. Sobre su participación en el Congreso Iberoamericano de

Teatro Espontáneo, destaca que ese viaje le permitió darse cuenta de quién era: así expresa: “darme cuenta de quién soy, saber quién soy; me permitió ser más convincente en mis puestas en escena”.

6. Breve reseña de las personas que participaron en el grupo focal

6.1. Fernando Montenegro Artavia

Estudiante de Psicología, III Año. Tiene 23 años. Miembro de Triqui-Traque desde 2022 hasta la fecha. Vive en Tibás. 1. Fernando se percibe como una persona que le gusta aprender y estar en distintos espacios para "probar" la experiencia y probarse a sí mismo en el espacio. Considera que tiene buena capacidad de escucha. Se imagina a Triqui-Traque en cinco años como una Compañía de Teatro Espontáneo con una amplia trayectoria de funciones en muchos rincones del país. Le gustaría ver a la agrupación presentándose en más “chivos” en distintas partes del país y acompañada desde otras disciplinas como las Artes Escénicas y la Danza.

6.2. Aaron Ruiz Medina

Estudiante de Psicología, III Año. Tiene 21 años. Miembro de Triqui-Traque desde el 2022. Vive en Desamparados, San José. Se define como una persona comprometida, dispuesta, disciplinada, perseverante y dedicada. Cree que es una persona con una buena capacidad de escucha, creativo, activo y dinámico, siempre le gusta estar haciendo algo. También se definió como una persona amable, respetuosa, abierta, afable, empática y alegre. Se imagina a Triqui-Traque en cinco años como un grupo más consolidado, más unido, conformado por personas comprometidas y con mayor experiencia. Realizando aún más giras y trabajando con diferentes poblaciones a lo largo del país, con un mayor protagonismo y relevancia dentro de la Escuela de Psicología de la UNA. Opina que para crecer Triqui-Traque, le gustaría llegar a exponer de manera clara y efectiva lo que se logra a través del teatro espontáneo y el psicodrama con las comunidades, así como su gran potencial para producción académica y realizar aportes importantes en la Escuela de Psicología de la UNA y a nivel interuniversitario. Recibir más apoyo económico como grupo. Y reclutar a personas con ciertas aptitudes necesarias para el teatro espontáneo.

6.3. Mónica Acosta Cabezas

Estudiante de Psicología, IV Año. Tiene 25 años. Miembro de Triqui-Traque desde el 2022. Originalmente de Puntarenas, pero desde hace unos cinco años vive en la GAM y tres de vivir en Heredia. Se considera una muchacha soñadora, amante de los animales, de comer rico y compasivamente pero no de cocinar, del sol, sobre todo en la playa; curiosa, interesada en acercarse a entender la psique humana y la capacidad de resistencia; amorosa, a veces no tanto consigo misma pero sí con los demás; corporal, su cuerpo es, y siempre ha sido, su mejor instrumento y se siente muy natural. En cinco años ve a un grupo más organizado, retomando los congresos internacionales, dejando huellas en las comunidades y en sus gentes, formando profesionales que conectan con las personas y sus realidades. Y para crecer Triqui-Traque como compañía, necesita más organización, iniciativa, disposición de quienes sostienen/sostenemos el espacio.

II. DESARROLLO

EL TEATRO ESPONTÁNEO COMO PROMOTOR DEL DESARROLLO HUMANO PERSONAL

El teatro espontáneo es un archipiélago con puentes y travesías

Un teatro de borramiento de fronteras.

Entre lo narrativo y lo teatral.

Entre lo privado y lo público

Entre lo artístico y lo terapéutico.

Entre lo particular y lo social.

Entre lo espontáneo y lo teatral.

—María Elena Garavelli (2005)

El presente capítulo comprende la descripción y análisis de la ejecución del proyecto, así como los procesos interpretativos y reflexivos propios de la investigación cualitativa. Inicia con el abordaje teórico y contextual tanto del Enfoque Centrado en la Persona — en el marco del desarrollo humano personal— como del TE, a fin de establecer los vínculos entre ambos.

1. Desarrollo Humano Personal

El eje central de la mayoría de las propuestas y teorías humanistas es el desarrollo humano, aunque sus distintas posturas o enfoques varían en algunos aspectos o hasta en su objeto de estudio: educación, psicología, medicina, filosofía, arte. Algunas hacen énfasis en lo individual, otras en lo colectivo; algunas en los procesos de la sociedad o comunidad, otras en la transformación de la persona o de la familia; unas en cómo se aprende o enseña, otras en las dinámicas terapéuticas más idóneas.

La presente investigación se centra en el desarrollo humano personal y, específicamente, en el Enfoque Centrado en la Persona, el cual considera, según Lafarga y Gómez (1978), lo desarrollado por Carl Rogers al plantear conceptos en torno al proceso de *llegar a ser* o el concepto de la *persona que funciona completamente*. Al respecto, puntualiza Galindo (Entrevistada 2022) que el desarrollo humano personal:

es una manera, un camino, de estudiar y de comprender los problemas de la existencia humana. Es una forma de trascender lo tangible, lo inmediato para centrarte en la esencia, lo importante. Permite ir hacia un trabajo de conexión con el todo, un trabajo de trascendencia, de espiritualidad (...) un trabajo intrapersonal primero para después hacer un trabajo interpersonal.

Es importante considerar, como advierte Castillo (1998), que cuando Rogers habla de orientación o psicoterapia: debe entenderse como la promoción del desarrollo humano, donde la relación interpersonal es el núcleo del desarrollo. Esta última precisión es importantísima ya que se establece como premisa la necesidad de un proceso relacional entre un “yo”, un “tú” y, por lo tanto, un “nosotros” (p.16).

De allí las múltiples aplicaciones de la propuesta de Rogers: en psicología, educación, comunicación, y por qué no, en el teatro

2. Enfoque Centrado en la Persona: fundamentos

El Enfoque Centrado en la Persona, en adelante ECP, propuesto por Carl Rogers (1900-1989), ha sido un aporte conceptual en cuanto al desarrollo del ser humano, desde mediados del siglo XX hasta nuestros días, al nutrir no solo a la psicología, sino, también, a otras disciplinas del conocimiento como la educación, las ciencias de la salud, el arte y las ciencias sociales en general. ¿Por qué entonces no nutrir con su aporte al TE? Un desarrollo humano personal orientado por los principios del enfoque existencial humanista, en el cual se enfatizan (González, 1991) los intereses y las preocupaciones filosóficas de lo que significa ser realmente humano, siendo uno de sus objetivos que la persona se responsabilice de su propia existencia, reconociendo que existe un grado de libertad de elección, haciéndose responsable de sí misma (pp. 36-37).

Afirma Castillo (1998), que el mismo Rogers advierte que el ECP se fundamenta, por una parte, en el existencialismo y, por otra, en la fenomenología. Dos visiones del mundo que se complementan, ya que la primera remite a los retos y a las preguntas fundamentales en torno al Ser Humano: cómo llegar a ser el que sé es; y la segunda, se aleja de la mismidad y confronta con la realidad biológica, ecológica y social.

A partir de lo anterior, Castillo (1998) señala que:

El enfoque centrado en la persona ofrece una perspectiva teórica adecuada para la relación con el mí-mismo y la totalidad organísmica, la relación con el otro y las posibilidades de desarrollo hacia un funcionamiento pleno, la relación con lo otro y con lo Otro, relaciones que requieren enmarcar, no sólo un punto de vista individual sino social, dado que no obedecen únicamente a “mi” estar bien, sino a estar bien con el otro, con los otros, con la humanidad, con lo otro y con lo Otro. (p. 15)

Con respecto al lugar que ocupa la persona en este enfoque, plantea Baltodano (1998) que, desde esta perspectiva, la persona es el centro y es considerada como “básicamente buena, positiva, moviéndose hacia adelante, constructiva, realista y digna de confianza” (p. 16). De este modo, la persona tiende a autorregularse en la tensión entre la dependencia y la independencia. En tal sentido manifiesta Baltodano (1998) que el ECP representa una propuesta alternativa que procura promover la transformación en pro de la congruencia entre el sujeto y su vida familiar, social y laboral.

En este mismo orden de ideas, Castillo (1998) afirma que: hablar de promoción del desarrollo humano implica considerar ampliamente a la persona, en su medio ambiente natural con el cual se relaciona, con su problemática, sus insatisfacciones, sus necesidades de desarrollo y la importancia de fortalecerse y transformarse en estos ambientes naturales, en donde la aplicación de los constructos del ECP en cada campo de la experiencia, acercan a la persona a una realización más plena y directa (pp. 16-17).

Lo anterior significa ubicar a la persona en su contexto natural y social, por tanto, comunitario, escolar y familiar, entre otros contextos. Además, situar a la persona en el tiempo y el espacio, que no es más que en un existir con todo lo que ello implica.

La existencia humana es el eje del existencialismo como corriente filosófica. Por ello, la condición humana y el significado de la vida son sus intereses fundamentales. Entre los tópicos en los que profundiza se encuentran: la libertad, la responsabilidad individual, el proyecto humano como autoconstrucción y la autotransformación.

Entre los principales representantes del existencialismo se puede destacar: Soren Kierkegaard (1813-1855), Friedrich Nietzsche (1844-1900), Jean-Paul Sartre (1905-1980), Simone de Beauvoir (1908-1986) y Albert Camus (1913-1960).

En relación con el existencialismo, afirma Fernández (1992) que la existencia se antepone a la esencia y el ser humano, se actualiza en sus posibilidades, en su propio existir (p. 98).

Por su parte, el escritor argelino Albert Camus, premio nobel de literatura, al cual muchos asocian al existencialismo, como se citó en por Baltodano (1998), afirma: que “hay que defender lo más humano de lo humano, a saber: la libertad, la justicia y la inocencia” (p. 11).

2.1. Desarrollo Humano Personal: adentrándose en algunos de sus constructos

A partir del ECP, Rogers desarrolla diversos constructos que permiten establecer una relación directa con el trabajo que se lleva a cabo en el TE, dado que se trabaja desde las emociones y los sentimientos en un vínculo directo hacia la expresión y la apertura de la experiencia.

Rogers (1997) postula al respecto que “esta capacidad de abrirse a la experiencia lo vuelve más realista en su actitud frente a la gente, situaciones y problemas nuevos” (p. 110). Asimismo, es importante considerar las diferentes relaciones del Desarrollo Humano Personal que se establecen con los ámbitos educativos, sociales, artísticos y trascendentales. Por ejemplo, constructos como la *creatividad* y *cuerpo* están en estrecha relación con el TE.

De los distintos constructos que emanan del ECP, formulada por Carl Rogers, citado por Baltodano (1998) resaltan los siguientes: 1) tendencia actualizante; 2) sabiduría orgánica; 3) autoconstructo; 4) cuerpo; 5) aceptación; 6) comprensión empática; 7) congruencia; 8) aprendizaje significativo; 9) creatividad; y 10) funcionamiento pleno. Cinco de estos interesan, especialmente, en este estudio, por vincularse directamente con el Teatro Espontáneo. Estos son: a) creatividad, b) cuerpo, c) comprensión empática, d) aceptación y e) funcionamiento pleno.

Ahora bien, de manera breve se puntualizará con respecto a estos constructos.

2.1.1. Creatividad

De acuerdo con Rogers (1972) “La creatividad es el proceso que supone la aparición de un producto original en una relación entre la unicidad (...) los materiales, acontecimientos, personas o circunstancias de su vida” (p. 303). En este proceso, se halla involucrado todo ser humano, ya que de este surge la individualidad y la originalidad que tiene presente en todo su organismo. Rogers (1972) vuelve a plantear que es la tendencia que posee todo ser humano a realizarse, a *llegar a ser* (p. 304). Castillo (1998) por su parte comenta que es ese impulso para expandirse, crecer, desarrollar y madurar y a la tendencia a expresarse y realizar todas las capacidades que como seres humanos tenemos (pp. 29-30).

En este sentido, como lo expresan Fernández y Montero (2012): “La creatividad es la capacidad de crear, de producir cosas nuevas. El impulso creador está en todos nosotros desde el comienzo. Es la clave en el desarrollo personal y en la progresión social” (p. 151).

Por lo tanto, es ese impulso para expandirse, crecer, y madurar, así como a expresarse y desarrollar todas las capacidades de cada ser humano. De este modo, la creatividad implica: flexibilidad, originalidad, adaptabilidad y fluidez. Procesos que se incorporan a la vida para elaborar ideas y soluciones. En consecuencia, el comportamiento creativo conlleva al desarrollo de una persona proactiva e innovadora.

2.1.2. Cuerpo

El constructo cuerpo, no lo menciona Rogers como tal porque en la época que le tocó vivir hablar de cuerpo era prohibido; sin embargo, lo expresa a través del constructo organismo, que focaliza en el contacto con la fuente u origen de los significados, porque como lo asegura Blanco (1980), es la instancia preconceptual, la referencia interna directa en su primera manifestación corporal, desde la cual cobra sentido la interacción humana (p. 54). En este sentido, Castillo (1998) descubre, analiza y propone un modelo concreto para propiciar el cambio, el desarrollo y la integración de la persona (p. 26).

Por lo tanto, el constructo cuerpo se relaciona con el constructo organismo, como señala Alemany (1988) como se citó en Castillo (1998) donde expresa la importancia de

conectarse con su Sabiduría Organísmica, descubriendo que somos un cuerpo que se puede vivir desde dentro, reconociendo cada una de sus partes y al mí-mismo (p. 35).

Por su parte, Fernández y Montero (2011) plantean que *“el cuerpo también es energía, emoción, pensamiento y símbolo, atravesado por la conciencia, la cultura, la historia, las vivencias”* (p. 141).

2.1.3. Comprensión empática

Rogers (1978a) citado en Castillo (1998) propone que la comprensión empática consiste en percibir y simbolizar los significados y componentes emocionales, cognitivos y conductuales, tanto de mí mismo como del otro, a partir del propio marco de referencia; en el caso de la comprensión empática del otro, consiste en adoptar el marco de referencia de éste, como si uno fuera la otra persona, sin perder nunca esa condición de como sí (p. 27).

En este sentido, el TE permite discriminar y mirar el mundo a través de la otra persona y, así, poder comunicar al otro las percepciones e interpretaciones de los actores y actrices. Gómez (2017) precisa que para Rogers la comprensión empática, supone ponerse en el lugar del otro, internándose sinceramente en su problema sin deformarlo, sin juzgarlo (p. 4).

2.1.4. Aceptación

Según expone Rogers 1978a, citado por Castillo (1998), la aceptación consiste en una apertura sin limitaciones al reconocimiento de los contenidos del mundo fenoménico. Este constructo, llamado originalmente consideración positiva incondicional (...) engloba sentimientos de afecto, cariño, respeto, simpatía, aceptación. La aceptación significa valorar a la otra persona como tal e independientemente de los distintos valores que pueden aplicarse a sus conductas específicas (pp 41 y 42).

Por su parte, Galindo (Entrevistada 2022) sostiene que la aceptación es “esa capacidad que se tiene para empatizar con el otro [...] donde aceptas sus ideas, sus maneras de ser, su manera de discernir, su manera de expresarse y no lo juzgas ni lo descalificas”.

Este constructo está directamente relacionado con la apertura a la experiencia, el contacto con uno mismo, con el otro y con el mundo. En el TE, se halla conexo a interpretar las historias de manera empática, sin distorsionarlas ni cambiarlas.

La interrelación de estos constructos es fundamental en el trabajo del TE, debido, entre otros aspectos, a la conexión de la persona con su propia vivencia, con sus experiencias, con sus sentimientos y emociones. Asimismo, estos procesos se trabajan de forma creativa en la expresión corpórea y orgánica, lo que genera un trabajo hacia sí mismo y con el público.

Si el TE, al igual que en el ECP, busca desplegar ese potencial humano y la creatividad centrada en la persona, entonces un ser humano que llegue a una función de TE podría convertirse, aunque sea por un solo día, en artífice de su propia existencia, al atreverse a ser protagonista, contando sus más íntimas historias en ese encuentro con los otros y verlas recreadas por un grupo de intérpretes. Un encuentro donde entrará en juego, no la explicación del otro, sino la comprensión del otro y que podría ser, esa comprensión del otro, la comprensión empática, una de las tantas razones que haría del TE un dispositivo para contribuir en el desarrollo humano personal.

2.1.5. Funcionamiento pleno

Afirma Castillo (1998) que el funcionamiento pleno “es la congruencia perfecta entre el mí-mismo (...) y la apertura perfecta a la consciencia” (p.29) En consecuencia, este constructo involucra la integración de sentimientos, pensamientos y cuerpo.

El funcionamiento pleno es la síntesis, recoge e integra todas las demás habilidades y capacidades de las cuales nos habla Rogers, integra, por tanto: la aceptación, tendencia actualizante, sabiduría orgánica, autoconstructo, la congruencia, el aprendizaje significativo y por supuesto todos los constructos anteriormente indicados.

Galindo (Entrevistada 2022) expresa que:

el funcionamiento pleno es un compromiso para toda la vida, es un trabajo que se debe hacer todos los días en el lugar donde se esté o sea en el escenario, tras

bambalinas, a la hora de escribir el guion, tú tienes que ejercitar el funcionamiento pleno para comunicar al otro, para ser parte del mundo, para darle la voz, para comprender la realidad del otro.

El funcionamiento pleno, es la meta, es ese lugar utópico al que se deben orientar los pasos de manera permanente. Por ello afirma Galindo (Entrevistada 2022) que el TE es: un espacio, un instrumento que contribuye al funcionamiento pleno porque es un espacio donde tú te muestras, donde tú te entregas, en donde tú te comunicas, donde tú comprendes al otro, donde se expresan a plenitud las emociones, los sentimientos, los conceptos, las ideas.

3. El Teatro Espontáneo

El TE, tal y como se le conoce en América Latina, ha recorrido una gran diversidad de caminos y fronteras. Sus antecedentes están directamente relacionados con el teatro de la espontaneidad creado por Jacob Levi Moreno. Rodríguez (2021) ubica su surgimiento en 1921 en la ciudad de Viena. Este afirma que:

El teatro de la espontaneidad es una creación de Jacob Levi Moreno, que surgió en 1921 y cuyas características que lo diferenciaban del teatro tradicional era la representación espontánea y sin guion de las escenas cotidianas de personas y comunidades. Esta metodología de trabajo es seguida por Jonathan Fox, quien, en 1975, retoma los planteamientos de Moreno para crear el teatro playback. Es esta la forma como este movimiento teatral llega a América. Luego, por el acercamiento que tuvo María Elena Garavelli en los años ochenta a la metodología, se terminó adaptando y conociendo como teatro espontáneo (TE) en Latinoamérica. (p. 3)

Seguidamente se presentan de manera sucinta, las vinculaciones con el Psicodrama, el *Playback Theatre*, el Teatro del Oprimido y el Sociodrama, así como su evolución hasta llegar a lo que conocemos en Latinoamérica como TE.

3.1. Entre el *Playback Theatre* y el Teatro Espontáneo

El Teatro Espontáneo está emparentado con el teatro *Playback*, creado en 1975 por Jonathan Fox, quien le aportó una base artística-social a partir de la creación colectiva. Según

expresa Pérez (2004): Jonathan Fox propone un teatro alternativo “que pueda llegar a la gente que haya en plazas públicas, en escuelas, en comunidades” (p. 1). En este las personas puedan hablar sobre sus problemas. Al respecto, precisa, que el teatro *Playback*:

Es un método que tiene toda una estructura que hace posible que se desarrolle esta experiencia colectiva, basándose en los argumentos de Augusto Boal (dramaturgo brasileño que desarrolló el Teatro del Oprimido) y en el Teatro Comunitario [...] El Teatro Playback es una experiencia colectiva que pretende ayudar a las personas a expresarse, a identificar aspectos de sus propias vivencias, que le puedan ser devueltas en la misma experiencia. Devuelta para que las personas que narran sus historias, puedan mirar las mismas de otra manera. Así se propicia la reflexión y la sensibilidad entre los asistentes y la persona que contó su relato. (p. 1)

En un artículo elaborado por Friedler (2010), a propósito del legado de Jonathan Fox, se expone que,

Jonathan Fox, practicada generalmente en lugares no convencionales, revaloriza las historias de la gente y a su vez la conecta entre sí de un modo emotivo y profundo. Es una forma particular de “Teatro espontáneo”, de creciente difusión en América Latina, en el cual sensaciones, afectos, experiencias e historias del público se “materializan” recrean y objetivan en el escenario”. (p.1)

Todo ello, tal y como lo expone Friedler (2010) favorece el desarrollo de la “empatía y amplía la capacidad de considerar puntos de vista diferentes y ajenos” (p. 6).

Esta corriente también se ha multiplicado en varios países. Para algunos, como se verá más adelante, no existirán muchas diferencias entre unos y otros y las agrupaciones bien podrían llamarse *playback theater*, teatro espontáneo o teatro de la multiplicación. En Latinoamérica, por ejemplo, se ha preferido el vocablo en español de teatro espontáneo que el anglosajón de *playback theater*. En el prólogo del libro de Jo Salas *Improvisando la vida real* (2005), Friedler dice al respecto que:

[...] muchos en Hispanoamérica y el Caribe, que tomamos contacto con esta modalidad artística bajo el nombre genérico de “Teatro Espontáneo”, denominación que abarca también otras formas de teatro improvisado de creación colectiva (Teatro Debate, Teatro de Creación, Teatro de la Multiplicación, Teatro de Transformación, etc.). (p. 11)

Además, como una gran mayoría de personas que practican el TE son psicodramatistas y algunos psicólogos, prefieren el término utilizado por Moreno, que también fue psiquiatra y creador del psicodrama. El homólogo del TE, el *Playback Theater* es practicado en la actualidad en unos cincuenta países alrededor del mundo. El *Playback Theater* al igual que el TE es un lugar seguro donde el público puede ser escuchado y ver escénicamente narradas sus historias de una manera creativa, sin juzgamientos.

Estas características han hecho que ambas modalidades sean apropiadas y de gran éxito para trabajar con comunidades, con grupos migrantes, estudiantes y hospitales entre otras. Ejemplo de esto, es el trabajo realizado por Besoain (2013) en la comunidad de Cobquecura en Chile donde se utilizó el TE como un ente reparador y de intervención socio comunitario después del terremoto del 2010 (p. 8).

En este punto es preciso indicar que existen diferencias, semejanzas y zonas de contacto entre el *Playback Theatre* y el TE, las mismas, a juicio de León-Páez Brealey (Entrevistado 2020), son las siguientes:

- Debido a que el *Playback Theatre* nace en 1974 en Nueva York, tiene un fundador, Jonathan Fox, quien viene del área de la literatura y la antropología, este género se desarrolló en procesos experimentales en comunidades que compartían sus historias y rituales que se iban contando de generación en generación.
- El *Playback Theatre* es un teatro sin guion, porque el guion lo aportan las personas que asisten a la función.
- Una vez que Jonathan Fox funda su grupo experimental y comienzan a presentarse en las escuelas y comunidades, se da cuenta que tiene un gran vacío en cuanto a las escuchas e interpretación de las escenas. Es entonces cuando él empieza a estudiar

y a incorporar el psicodrama. De hecho, se convierte en uno de los teóricos psicodramatistas más importantes en los Estados Unidos.

- El *Playback Theatre* nace en un contexto de repudio a la guerra de Vietnam y a favor de la paz.
- A finales de los años 70, la argentina Marielen Garavelli se encuentra con esta forma de teatro. Comienza a estudiar con Jonathan Fox, pero le agrega nuevos elementos, propios del contexto latinoamericano. Por ejemplo, el teatro de las personas oprimidas y le agrega una serie de aderezos latinoamericanos. Eso es lo que hace la diferencia entre el Playback y el Teatro Espontáneo, pero la base es exactamente la misma.

3.2. Del Psicodrama al Teatro político-social

El Teatro de la Espontaneidad, llamado así por su precursor Jacob Levi Moreno, nace en el seno de la psicología y la psiquiatría. Este autor, nacido en Rumania en 1890 y fallecido en 1974, a través del psicodrama genera un espacio dramático donde se incorpora como protagonista al público que asiste a las funciones. De esta forma, parte de la audiencia puede narrar sus historias personales y verlas recreadas por varios intérpretes.

Moreno creía que era más recomendable tratar a las personas en su ambiente natural que en un consultorio. Por esta razón empieza a presentar sus trabajos en las calles de Viena ante la vista y la participación de miles de espectadores buscando despertar la creatividad espontánea del público que, según su criterio, era inherente a todo ser humano. Las obras convencionales las consideraba una conserva cultural del poder hegemónico y por eso sus intervenciones estaban condimentadas con un toque de acidez.

León-Páez Brealey (Entrevistado 2020), aclara que cuando Moreno hablaba del existencialismo como fuente filosófica del TE, lo hacía en relación con el existencialismo heroico y no con el existencialismo teórico. Al respecto afirma que:

Para Moreno el existencialismo era existir, era ser: cualquier decisión que fuera. Entonces toda esta metodología tiene que ver con ese existir. De manera que las personas puedan seguir caminando, seguir existiendo, seguir viviendo. Estoy de acuerdo en que el TE pueda llevar a libertad, pueda llevar a cuestionar, a emancipar.

Emancipar en el entendido Franz Hinkelammert de que nos permite visualizar las cadenas que nos tienen atados a los dioses del cielo y de la tierra. En ese, el teatro que hace Triqui-Traque pretende visualizar las cadenas y ver qué se puede hacer con las cadenas. Eso va en pos de la libertad, en pos de la justicia [...] y del bien común. [...] entonces, esta visualización de las cadenas tiene que ver con la emancipación, con la visualización de las condiciones de vida. (Comunicación personal).

Al respecto León-Páez (Entrevistado 2020) precisa: “cada función de TE es una realidad en sí misma y tiene propósitos en sí mismos, que no solamente dependen del grupo de TE sino también de la interacción del público con el grupo de teatro y con lo que pasó allí en ese momento”.

En los inicios, el teatro de la espontaneidad, que era como así se llamaba, según Pundik (1981) dio como resultado el nacimiento de lo que hoy conocemos como psicodrama (párr. 11). Por otra parte, el tránsito del psicodrama a un teatro más político puede apreciarse en el estudio de Castillo (2013) en la que evidencia como,

Augusto Boal desarrolló un teatro en el que los espectadores son partícipes de una representación que los hace conscientes de sus circunstancias. Elaboró un grupo de técnicas abocadas al análisis, confrontación y disolución de sus opresiones, entendiendo éstas como parámetros sociales, mentales, culturales y políticos impuestos. Su teoría ha aportado un sinfín de herramientas para el abordaje y desenvolvimiento tanto del sociodrama como del psicodrama grupal. (p. 136)

En relación con esto, Castillo (2013) construye un cuadro comparativo que permite establecer las diferencias y las semejanzas entre: Teatro del Oprimido, Psicodrama y Sociodrama (pp. 135-136). Seguidamente, se presenta un extracto de este.

Tabla 2

Cuadro comparativo entre el Teatro del Oprimido, el Psicodrama y el Sociodrama

Teatro del Oprimido	Psicodrama	Sociodrama
-Teatro que busca la transformación y participación social.	-El teatro como medio de cambio.	-El teatro como práctica social.
-El teatro como proceso de creación colectiva.	-Educación de la espontaneidad.	-Teatro recíproco, integración social.
-La sociedad como protagonista.	-La terapia como medio de encuentro colectivo.	-Ruptura de las normas culturales impuestas.
-Teatro como arma Política.	-Teatro empleado como psicoterapia individual.	-El grupo como protagonista.
- Predominio del valor estético.	-El valor estético como ayuda para el desarrollo.	-La terapia social como creación colectiva.
-Abocado al estudio de las técnicas teatrales y su participación en la sociedad.	-La catarsis como el encuentro del individuo con sus semejantes.	-El grupo social como protagonista.
-Su principal medio es el teatro.	-Abocado a la terapia con individuos y pacientes.	-El teatro empleado como psicoterapia grupal.
-Puede trabajar con grandes masas.	-Trabaja con individuos en grupos pequeños.	- La resolución del conflicto como eje central.
		-La catarsis como integración social.
		-La discusión de roles puede darse en cualquier espacio: comunidades, casas particulares, etc.

Nota. Fuente: Castillo (2013, pp. 135- 136).

Bien sea la modalidad que se asuma con respecto al teatro, se comparte la premisa expuesta por Prieto y Muñoz (1992) con respecto a la recuperación de su sentido primigenio.

El teatro, pues, recupera su sentido original a medida que se acerca a las raíces del hombre, mientras más se convierta en agente de comunicación del hombre con su entorno al hacerlo partícipe de la representación, una representación que es un ritual para expresar vivamente a la colectividad un mensaje que, por otro medio, tal vez no sufriría un efecto tan profundo. (p. 137)

Ese sentido del teatro, el grupo Triqui-Traque es oferente al propiciar un encuentro humano, comunitario y de construcción colectiva de significados, brinda una perspectiva política al acercarse a los problemas individuales y colectivos.

3.3. El Teatro Relacional y sus afinidades con el Teatro Espontáneo

El Teatro Relacional, como modalidad, tiene importantes afinidades con TE, estas son: participación multidireccional, experiencia como fundamento de la trama, creación compartida entre el público y los miembros del grupo. Su objetivo según Enriles (2016) es “la construcción de un dispositivo participativo en el que los espectadores puedan experimentar un hecho histórico en su estructura de poder, y que tenga un valor social, político o económico que implique una realidad completa” (p. 50). Por ello, al igual que el TE, crea un vínculo entre la vida y el arte y se convierte en una propuesta de intervención de la realidad.

Una de las agrupaciones de teatro relacional: Colectivo *Flashmoon*, citado por Enriles (2016), declaran que el acontecimiento escénico se convierte en un acto colaborativo, capaz de recuperar “el carácter político del teatro. Por eso para nosotros una de las cosas que teníamos clara desde el principio es que lo verdaderamente importante de lo que ocurra hoy, aquí y ahora depende de la relación que entre todos nosotros surja” (p. 226).

3.4. El Teatro Espontáneo en América Latina

El mayor desarrollo del TE se ha dado en América del Sur, sobre todo en Argentina, Brasil, Chile y Colombia. De tal suerte, que ha sido utilizado como un dispositivo comunitario para trabajar temas como: rescate de la memoria histórica, prevención del VIH, educación ambiental, identidad cultural y otros temas que funcionan como resonadores.

Es importante señalar que María Elena Garavelli, junto con Moisés Aguiar serán referentes a nivel latinoamericano para muchos grupos de Teatro Espontáneo. El mismo Aguiar (2003), expresa en el prólogo del libro de Garavelli: *Odisea en la escena: teatro espontáneo*, que ella ha sido una fuente permanente de inspiración y aprendizaje (p. 9).

Sin embargo, al respecto, reflexiona Flores (2010):

En una suerte de ejercicio mayéutico, vamos a partir con dos imágenes que graficarán nuestras interrogantes sobre la genealogía del TE en América Latina: la primera, una

tarde de diciembre de 2008, en una conversación con Eduardo Pavlovsky, donde le preguntábamos por esta modalidad y su implementación en los años 70. La otra imagen es la degustación de una conversación entre Marilén Garavelli y Moisés Aguiar, en el marco del 3er Foro Latinoamericano de TE en octubre de 2009, que nos ilustra sobre los primeros encuentros de estos psicodramatistas y teatreros espontáneos. Ni en estas experiencias, ni en la búsqueda de la bibliográfica existente, ni en las muchísimas pláticas con amigos contagiados de la misma pasión, hemos logrado en este ‘rastreo genealógico’ configurarnos hitos, conceptos y formas, que den cuenta de los momentos fundacionales del TE en estas tierras al sur del río Bravo. (p. 18)

Los planteamientos anteriores llevan a Flores (2010) a proponer que los involucrados como actores y actrices de TE deben de seguir rastreando los orígenes de este movimiento en América Latina, de modo que afirma que “seríamos nosotros mismos que nos reconocemos en este movimiento socio-cultural, a los que nos sigue interpelando desde sus cuestionantes, a visibilizar más la necesidad y responsabilidad de rescatar, reconstruir y escribir la memoria colectiva” (p. 18).

Expone Flores (2010) que una primera referencia encontrada en un texto titulado *Psicodrama*, redactado por Losso, Martínez Bouquet, Moccio y Sadne, cuyo escrito forma parte del libro de Eduardo Pavlovsky: *Clinica grupal 1*, publicado en el año 1975, denota aspectos claros para entender al TE como fenómeno socio-cultural contemporáneo, ya que delinea sus rasgos identitarios, como son:

Tabla 3

Aspectos para entender el TE como fenómeno sociocultural

Forma expresiva	Creaciones espontáneas
Lugar de realización	En el seno de comunidades (barrios, pequeñas poblaciones, villas de emergencia).
Objetivos	Fines de concientización, organización y acción.
Contenidos	Los temas corresponden al acontecer actual del grupo; por ejemplo, problemas derivados de las tensiones políticas.

Funcionamiento	Intervienen, además del equipo promotor, las personas del público como actores y dramaturgos improvisados
Técnicos	Equipo promotor.

Nota. Fuente: Flores (2010, p. 19).

Afirma Flores (2010) que la coincidencia en la publicación de Eduardo Pavlovsky, en 1975, la misma época cuando Jonathan Fox, fundaba el *Playback Theatre* en Nueva York, hacen de éste último un referente ineludible del TE, en América Latina, “ambas expresiones de teatro de improvisación emparentados en calidad de ‘primos’, al decir del propio intelectual norteamericano” (p. 19).

Asimismo, Flores (2010), en su Tesis: *Teatro espontáneo comunitario un recurso metodológico para el desarrollo de las comunidades*, trabajo esclarecedor sobre el tema, expone que María Elena Garavelli, psicodramatista y teatrística espontánea argentina, define su visión cuando nos señala que:

el TE ‘reconoce sus raíces en el teatro de la espontaneidad, creado por Moreno a principios del siglo XX, y en el Playback Theatre, ideado por Jonathan Fox en 1975 [...] Se trata de un teatro de transmisión oral, sin libreto; un teatro de improvisación que se desarrolla a partir de los relatos narrados por la audiencia, en un proceso de creación colectiva’ 50, que en continuidad de la búsqueda moreniana persigue trascender las fronteras que separan en esa creación colectiva a audiencia, actores y autores, para así propiciar la participación de todos en cada función. (p. 19)

Con este señalamiento, explica Flores (2010), que Marilén Garavelli, explicita la incidencia de la propuesta de Jonathan Fox en el quehacer del TE en tierras latinoamericanas (p. 20).

3.5. El Teatro Espontáneo en Costa Rica

Es importante expresar que el desarrollo del TE en nuestro país no se puede separar del Psicodrama y sobre todo del Instituto Costarricense de Psicodrama (ICOPSI), el cual nace aproximadamente en el año 2000. En este tiempo, un grupo de psicólogos interesados en el psicodrama, con deseos de incursionar y experimentar con esta modalidad, se venía

presentando en el Parque La Merced ante un grupo de migrantes nicaragüenses en una actividad iberoamericana. Producto de esta experiencia nacerán grupos informales como “Des-a-nunando”, que luego se convertirá en el 2009 en el grupo “La Puerta”. León-Páez (Entrevistado 2020) como experto del TE en Costa Rica y miembro fundador de La Puerta, afirma que:

La propuesta del TE no sólo involucra la palabra, sino también el cuerpo y la acción. Uno de los principales objetivos del grupo La Puerta, además de desarrollar el TE en Costa Rica, es servir de canal para que el público que participa en una sesión logre movilizar su espontaneidad y creatividad, y además tengan la posibilidad de encontrar nuevas respuestas a situaciones pasadas.

En consecuencia, el grupo La Puerta será un referente importante en el desarrollo del TE en Costa Rica; se podría afirmar que es el precursor de dicha modalidad y, además, la inspiración del posteriormente formado grupo “Reflexjos”.

El grupo Reflexjos nace en el año 2010, realiza su primera presentación pública en octubre de ese año, en el Centro Cultural de México bajo la dirección en esta ocasión de María Elena Garavelli, experta en psicodrama y en TE, quien es además la directora de la Compañía de Teatro Espontáneo El Pasaje en Argentina. La autora de esta investigación participó como público en dicha función.

Lo expuesto anteriormente, sobre los orígenes del Teatro Espontáneo en Costa Rica, coincide con lo indicado por León-Páez (Entrevistado 2020), quien es el director del Grupo Triqui-Traque, aunque él remite sus orígenes a mediados de la década de los noventa, precisamente a 1995, cuando vivía en Costa Rica Úrsula Hauser (psicoanalista experta en psicodrama) quien, al día de hoy, atiende desde una ONG internacional refugiados Palestinos de Gaza utilizando psicodrama. En aquel tiempo, refiere León-Páez (Entrevistado 2020), que ella ofrecía una formación en psicodrama-psicoanalítico, espacio que abrió los horizontes del psicodrama en nuestro país. Sin embargo, no fue hasta 1999, en el Instituto Costarricense de Psicodrama Psicoanalítico (hoy en día Instituto Costarricense de Psicodrama) cuando él comienza a formarse sistemáticamente en este campo.

Entre los años 2001 y 2002 viene a Costa Rica María Elena Garavelli, psicóloga y psicoanalista argentina, experta en teatro espontáneo, quien ofrece el primer taller de TE, espacio al que se incorpora León-Páez (Entrevistado 2020), quien manifiesta que:

para ese entonces, comenzamos a probar con el Teatro Espontáneo con absoluto desconocimiento”. Formamos un grupo donde se incorpora Mafalda Flores, quien si tenía experiencia al respecto porque venía de México donde tenían un grupo Teatro Espontáneo. “Desde ese entonces, entre 2004 y 2005, comienza la historia del Teatro Espontáneo en Costa Rica.

Entre los impulsores del TE en Costa Rica se encuentran Diego León-Páez Brealey y los maestros y maestras internacionales como Mario Flores, María Elena Garavelli, Adriana Piterbarg y Carlos Chico. Al respecto, declara Gómez (Entrevistada 2020) que las enseñanzas de Mario Flores Lara las lleva siempre presente: “a la comunidad se entra descalza y en silencio” lo cual es parte de su permanente cuestionamiento personal y profesional.

3.5.1. De cómo el teatro espontáneo en Costa Rica ha impactado la vida de la autora

Es necesario, bosquejar algunos caminos andados aquí en Costa Rica y que hoy se visualizan como antecedentes de la presente investigación. Caminos que marcaron un rumbo para la autora del presente trabajo.

- En julio del 2010, se asiste a una función del grupo La Puerta en la ULACIT llamada “Entre espejos y por qué” donde participa como espectadora de una función de TE. De un momento a otro, sin forzar la experiencia, los asistentes pasan de ser espectadores pasivos a espectadores activos, al narrar y ver recreadas sus historias.
- En agosto del 2010 se entrevista al profesor León Páez Brealey y en septiembre del 2010 se realiza una reunión con el elenco.
- En octubre 2010 se vuelve a presenciar otra función llamada “El cuerpo de lata” realizada en el Auditorio Rodolfo Cisneros en la Universidad Nacional. Allí le llamó poderosamente la atención ya no sólo la reacción de los asistentes, sino las reacciones de los mismos intérpretes. Paralelamente, se tiene el conocimiento que

otro grupo de TE está próximo a darse a conocer oficialmente en Costa Rica y que contaría con la visita de María Elena Garavelli, quien vino a dirigirlos y a guiarlos en su función de estreno y a impartir un corto taller al público interesado. En octubre del 2010 se recibe este taller y se es partícipe como público del estreno oficial del grupo de Teatro Espontáneo Reflexjos.

- En los años posteriores del 2011 al 2015 se da seguimiento a la evolución del TE en Costa Rica. En este caso la autora de este trabajo es testigo y partícipe del surgimiento de varios grupos, tales como:
- Desiderata en el 2012, (hoy Teatro Espontáneo Munay), dirigido por la Psicóloga Verónica Morales Sacassa, grupo que inauguró, 21 de febrero del 2014, con la función “Abriendo y cerrando ciclos”, en el Centro Logos (hoy convertido en Psicología Munay)
- Participación en talleres con especialistas internacionales, por ejemplo, con la argentina Adriana Piterbarg y el chileno-cubano Mario Flores Lara.
- A finales del 2012 se trabaja en la elaboración y la codirección del proyecto Resonancias: navegando con los anticuerpos de tu interior junto con la agrupación Teatro 50 al Sur y la Asociación Artística para niños (ASART) con el que se ganó un ProArtes (Premio de Financiamiento para la puesta en ejecución de proyectos artísticos del MCJ). Resonancias fue un proyecto interdisciplinario donde se utilizó el TE como herramienta de intervención comunitaria y fue implementado en la provincia de Limón durante nueve meses en el 2013, cerrando con una función abierta al público en noviembre de ese año.
- En el año 2012 se tiene conocimiento también del surgimiento de otra agrupación, esta vez universitario, cuya iniciativa es del docente Diego León Páez Brealey. En el 2015, participa en charlas en el Congreso de Psicodrama de la Escuela de Psicología.
- En el año 2016 conoce la existencia de la Red Costarricense de Teatro Espontáneo, que según sus creadores es una red autogestionada. Realizan el taller vivencial “Teatro Espontáneo desde la mirada y los cuerpos de las mujeres”. Ofrecen una

función gratuita y abierta en el Centro Cultural Herediano Omar Dengo. Como parte del público se encuentran psicodramatistas, teatreros, teatreros espontáneos y personas interesadas en otras formas de teatro social.

Con todo este conocimiento y vivencia de los últimos doce años, se acrecienta el deseo de investigar a fondo sobre TE y su impacto en el desarrollo humano personal.

3.6. Teatro Espontáneo: definiciones, procesos, metodología

Hans-Georg Gadamer, uno de los filósofos que ha contribuido de manera importante en el campo del arte y de la estética en su obra *Actualidad de lo bello*, aporta tres pistas fundamentales para la comprensión del proceso creativo como son: el juego, el símbolo y la fiesta. Estos tres elementos están intrínsecamente ligados al TE.

A diferencia de otras manifestaciones artísticas, el TE hace evidente la autoconciencia crítica, no sólo para quien interpreta a partir de la improvisación, sino también para quien cuenta su historia, además de quienes asisten en calidad de espectadores. Para ello, se dará la palabra, sobre todo, a quienes han acompañado en esta investigación: los entrevistados, quienes en un ejercicio dialógico compartirán con los aportes suministrados por las fuentes documentales.

En la actualidad, en el TE las historias son contadas a la persona conductora o directora, por alguien de la audiencia. Este, a su vez, se la transmite a los intérpretes de la agrupación a través de imágenes, comandos o pautas. Posteriormente, los actores y actrices la recrean y la presentan al público.

Al finalizar, la persona conductora o directora le pregunta a la persona que narró la vivencia o la historia si está contento con lo que vio o si le gustaría que se cambiara algo. Si la persona quiere cambiar algo a la representación, el coordinador le consulta si le gustaría representarse a sí mismo o a uno de los personajes. Si este decide que sí, los intérpretes volverán a recrear la historia con los cambios sugeridos y con la presencia en escena del mismo narrador de la historia, si decide no participar directamente como intérprete, igual se vuelve a recrear la historia con sus sugerencias.

En ese sentido, como lo expresa Garavelli (2003), el TE “consiste, básicamente, en la narración de historias a cargo de las personas que asisten a la función. Las historias son representadas en el mismo momento por un grupo de actores entrenados, incorporando la improvisación, la música y la danza” (p. 22). Los distintos personajes pueden ser ocupados, posteriormente, por miembros de la audiencia que quieran participar como actores en las historias narradas. Es, por lo tanto, un acto colectivo entre director, intérpretes y público, donde todos se vuelven testigos de las historias personales o colectivas narradas y recreadas.

En este entamado, el TE, es una modalidad que rompe con el teatro convencional o de “*conserva cultural*”, como lo llamaba Moreno. Al respecto, afirma Friedler (2010) que:

Este género es parte de una búsqueda de nuevos lenguajes expresivos con poderes antimíticos, terapéuticos, contraculturales y liberadores. Representa un quiebre de la puesta escénica tradicional cuya tónica reside en la atenuación de la frontera entre el espacio escénico y la platea para intensificar el encuentro a través de la espontaneidad y la improvisación. (p. 6)

De este modo, el espectador se convierte en protagónico (espectador-protagonista), al narrar sus propias historias a una audiencia. Un director o coordinador se encargará de transmitirle ese mundo interno a un grupo de actores para que éstos recreen metafóricamente lo escuchado. 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.

De manera que, en esta transformación enriquecedora que el teatro espontáneo se convierte en un dispositivo para ser estudiado e investigado en la promoción del desarrollo humano personal.

Como se ha venido anunciando los integrantes del grupo Triqui-Traque tienen mucho que decir al respecto. Seguidamente sus aportes:

A juicio de León-Páez (Entrevistado 2020) director del grupo Triqui-Traque, el TE es *sobre todo encuentro*, lo cual comparte de igual manera con el *Playback* y sobre todo con el psicodrama. Al respecto afirma:

Una de las bases filosóficas del psicodrama es la filosofía del encuentro, la posibilidad de poder compartir. Es también la dimensión política: porque mi historia no es solamente mi historia, sino que puede ser compartida con otras personas. Esto va a contracultura, contracultura política, porque cada vez somos más individualistas y nos preocupamos solamente de lo que me pasa a mí. Ese es un lugar donde las personas se encuentran y donde los actores y las actrices son lienzos en blanco que están dispuestos y dispuestas para escuchar historias y hacerlas representar. Esas historias van a generar en las otras personas nuevas historia de algo semejante que le pasó [...] Eso es lo que se dice en Playback como el hilo rojo: es el hilo que tienen en común las historias que se cuentan en una función o presentación de Teatro Espontáneo. (Comunicación personal, 2020)

Al respecto continúa diciendo León Páez (Entrevistado 2020):

Lo estético teatral es secundario [...] el TE es un teatro de la improvisación donde lo que hacemos es tomar una historia que viene en verbo y traducirla a otras formas de significados, la significamos diferente. Entonces, es un espacio de construcción comunitaria de significados. Esa historia que es oral, se va a pasar al cuerpo, a los gestos, a la música, con el propósito que la persona que narra pueda verla desde otra dimensión, pero a la vez compartirla con una audiencia. Para mí es eso: un espacio de construcción social de significados.

En el TE, según expresa León-Páez (Entrevistado 2020), tiene mayor relevancia lo social, lo psicológico, lo comunitario y la construcción de significados, que lo artístico. De hecho, los actores y las actrices están siendo entrenadas y entrenados en la escucha. Con esto de que la historia tiene un texto, pero también tiene un texto entre líneas o subtextos y, para nosotros, (en el Grupo Triqui-Traque) es más importante este subtexto o el texto entre líneas, que es un poco lo que se le devuelve a la persona.

Esos elementos siempre van a estar presentes, porque todas las historias van a ser distintas. Pueden estar las mismas personas, pero siempre va a ser diferente.

León-Páez (Entrevistado 2020) puntualiza que tanto el sociodrama como el psicodrama son fundamentos teóricos-metodológicos del TE; sin embargo, él asocia “el teatro espontáneo más con el sociodrama que con el psicodrama”.

Con respecto al sociodrama, es importante precisar que este se enfoca más en aspectos sociales que psicológicos, aunque su dinámica es prácticamente la misma. Según el blog: QuestionPro: *Sociodrama: qué es, para qué sirve y cómo se realiza* (s.f.) entre las características de esta metodología se encuentran: utilización de elementos escénicos, resolución de conflictos, es breve e involucra tanto el cuerpo como la palabra (párr. 13-16). Seguidamente, se incorporan, de manera textual, tal como se enuncia en el blog antes mencionado.

- Utiliza de elementos escénicos: pueden utilizar algún tipo de vestuario que ayude a identificar o representar a un personaje Al igual que cualquier otro recurso o material a la mano con el fin de hacer más real la personificación (sombreros, una mesa, etc.). Busca resolver un conflicto. El sociodrama no es una obra teatral perfecta, sino que se trata de una actuación en la que se debe presentar o dar soluciones a un problema o una situación particular.
- Es breve: las representaciones deben tratar de ser breves y evitar interrupciones en diálogos que puedan desviar la atención del público. Involucra tanto movimiento como palabras. Además de las palabras o los diálogos, el sociodrama incluye movimientos y gestos que favorecen la comunicación. Para ello hay que procurar también hablar de manera clara y con el volumen apropiado.

3.7. Momentos terapéuticos y pedagógicos del TE

Una discusión relevante tiene que ver con el vínculo del TE y lo terapéutico. Sobre este tópico se expresa León-Páez (Entrevistado 2021):

Ciertamente yo creo que nosotros hacemos un trabajo terapéutico, que el TE logra hacer un trabajo terapéutico. En cuanto a poder visualizar situaciones de vida – íntimas- pero que en toda esta condición humana [...] lo que me pasa a mí tiene que ver con lo que le puede pasar a vos [...] Yo pienso que tiene momentos terapéuticos

muy importantes. También tiene momentos pedagógicos muy importantes: pedagógicos para la vida.

Una de las integrantes de Triqui-Traque, Acosta (Entrevistada 2022) también apunta que, a pesar que al ir a una función de TE no se está yendo a una terapia grupal sí podría considerarse la posibilidad de utilizar el TE como un proceso terapéutico “En el curso de psicodiagnóstico, nosotras vemos el teatro espontáneo como una metodología que se puede utilizar en la terapia, sí, yo creo que sí tiene un componente terapéutico”.

En esa misma línea, otro de los integrantes, Montenegro (Entrevistado 2022) considera que “el TE, sí es terapéutico porque es liberador”. En relación con los ensayos de TE, Ruiz (Entrevistado 2022) también ratifica que el TE es terapéutico:

todo lo que usted lleva en los hombros, cargando en la espalda, pues sí llega y ¡pum! lo suelta. Bueno... al menos yo me siento súper libre, ese es mi momento feliz, seguro, yo me desahogo totalmente cada vez que llego a los ensayos de Triqui-Traque, entonces al menos para mí, yo sí lo considero terapéutico definitivamente.

Sobre esta temática, sigue aclarando León-Páez (Entrevistado 2021):

Pichón Riviére, uno de los psicólogos grupalistas más importantes de Latinoamérica y mundiales, planteaba algo así como que todo lo terapéutico es pedagógico y lo pedagógico es terapéutico. Entonces en este lazo hay elementos terapéuticos, hay elementos que llevan a la emancipación a la libertad, hay elementos que llevan a la justicia y hay elementos que llevan a vivir una vida en forma más espontánea y creativa. Para el psicodrama, para el sociodrama, para la psicometría, para el TE la salud es un término más amplio, entonces sería terapéutico en ese sentido más amplio, más holístico de la salud.

En este sentido, el TE como propuesta constructivista, construccionista, podría utilizarse en la arteterapia, es un camino en el que se puede seguir explorando y profundizando. Sobre este aspecto, afirma Rodríguez (Entrevistado 2020) que “El teatro espontáneo tiene elementos terapéuticos, pero no es terapia”.

3.8. Principios y estructura de una función de Teatro Espontáneo

Según Catalina Guiloff, psicóloga, psicodramatista, académica y actriz del grupo Teatro Espontáneo El Colectivo, citada por Dorian (2010) en el blog *Sueño de Teatro*; en el TE, existen cuatro principios, los cuales se incorporan textualmente tal y como se presenta a continuación:

- Circulación del protagonismo. No existe un único protagonista. Se busca romper con las jerarquías comunes y aquí los roles se intercambian. Todos finalmente, son protagonistas, no sólo entre los roles del director o intérpretes sino también dentro del público que asiste a una sesión. Esta circulación del protagonismo disminuye la distancia entre intérpretes y el público. (párr. 1)
- Síntesis poética. Busca captar la esencia de lo narrado y representarlo. Se utiliza la metáfora como un intento de escapar de lo literal sin perder el lenguaje y lo concreto que nos otorga el narrador. (párr. 2)
- Creación colectiva. Es un teatro de todos y para todos. No necesita de escenario, solamente un espacio vacío para ser llenado con historias. Es un teatro sin guion, en donde éste es otorgado por el público y en el que cualquier historia es válida. (párr. 3)
- Articulación de texto, movimiento y música. Hay una composición entre tres lenguajes; el verbal, el musical y el gestual. Dándonos la posibilidad de mirarnos desde afuera, lo que en lenguaje psicodramático sería la técnica del espejo. (párr. 4)

En general, la estructura de una función de TE, según Besoain (2013), se divide en cuatro etapas: caldeamiento, desarrollo dramático, *sharing* o momento para compartir la experiencia y el rito de cierre (pp.77-79). Afirma León- Páez (Entrevistado 2020) que el TE, aunque ha ido evolucionando, mantiene una estructura básica como ritual que es compartido con el teatro *Playback*, conformado por cinco elementos que siempre están presentes. Estos son:

- Siempre va a haber una persona que introduce y conduce la sesión o función: el conductor o conductora, director o directora, facilitador o facilitadora.

- Un grupo de actores y actrices que pueden ser formados o no en el área del teatro, aunque sí son entrenados en la improvisación teatral, pero eso no se llama ensayo, se llama entrenamiento.
- Tiene una persona en la música que ayuda en la construcción social de significados. La música le aporta un tono imprescindible.
- Tiene una audiencia.
- Tiene personas que narran, que no necesariamente es toda la audiencia.
- Se desarrolla en distintos lugares: plazas, parques, teatros y escuelas, entre otros.

3.9. La improvisación y la creatividad: una constante en el Teatro Espontáneo.

Improvisar de forma semántica significa realizar algo sin haberlo preparado con anterioridad. Según Rodado (2015) improvisar “es la capacidad para reaccionar de forma espontánea y auténtica ante un acontecimiento” (p. 16). Este autor, al respecto afirma:

La improvisación teatral puede ser no solo una forma de teatro, sino también un medio de creación artística o un instrumento de aprendizaje para la técnica actoral; nace de la necesidad de contar historias sin la existencia de un texto preestablecido con anterioridad. (p. 16)

En el TE, la improvisación es y será siempre una constante porque como afirma Cañada (2015) “Improvisar es estar listo, preparado, atento y siempre ensayado” (p. 9). Además, Galván (2013) en el prólogo de su libro: *Del salto al vuelo. Manual de Impro*, declara que en la improvisación están implícitas “dinámicas relacionales como la atención, la escucha, la aceptación, la voluntad lúdica, y tantas otras, para convertirse en técnica”.

Por su parte para Gómez (Entrevistada 2020), la improvisación es una especie de juego, y lo describe de la siguiente manera:

En nuestro juego muy poco está establecido de antemano, salvo ciertas escenas que representan una metáfora, que debemos comunicar y esas escenas las practicamos. Pero generalmente hilamos a través de las personas que participan colectivamente, a través de las palabras que traen los participantes.

La improvisación vista como recurso no es exclusivo del teatro, se aplica igualmente a la danza, las artes plásticas, la literatura, entre otras. En la vida diaria permite hacer *magia* en la cocina, la albañilería, las relaciones personales.

4. Inicios y evolución del Grupo Triqui-Traque

En octubre del 2012 nace el Grupo Triqui-Traque a partir de una convocatoria a distintos estudiantes de las carreras de Arte Escénico, Psicología, Sociología y Música, a quienes se les propone la conformación del grupo, el cual se ha mantenido hasta el día de hoy, por lo que tiene una trayectoria de 10 años. Podría decirse que pretendió conformarse como una iniciativa que estuviese fuera de la institucionalidad o en este caso no vinculada directamente a la Universidad Nacional.

En una publicación en su portal de Facebook: *Triqui-Traque - UNA Compañía de Teatro Espontáneo. Un poco de lo que es Triqui-Traque.* (2021). Al respecto, expresan que su objetivo es:

Consolidar las metodologías del psicodrama y la propuesta de Teatro Espontáneo de Triqui-Traque como metodologías que faciliten espacios para el encuentro, el aprendizaje, la espontaneidad y procesos de transformación psicosociales con grupos, instituciones y comunidades.

Desde sus inicios, sus fundadores y fundadoras se plantearon salir de los muros de la universidad, ir a las comunidades, compartir con la gente, ya que no se quería hacer TE sólo para gente del ámbito universitario, teatral o del psicodrama. De esta manera, se amplía su ámbito de acción, formación y transformación, no solamente para la comunidad, sino también para quienes conforman el grupo.

Según manifiesta León-Páez (Entrevistado 2021), en el grupo Triqui-Traque se ha innovado en relación al psicodrama, el cual tiene tres fases: el caldeamiento, la dramatización y el compartir. “Aquí se ha creado una forma que se llama la escena provocadora. La cual consiste en una historia que se ha ensayado previamente con una temática específica para movilizar y generar nuevas situaciones”. Podría decirse, como generador de recuerdos,

emociones, sensaciones y pensamientos que, posteriormente, se incorporarían en las historias.

Por ello, afirma León -Páez (Entrevistado 2021) que “el psicodrama igual que el TE pasa por el cuerpo y sale del cuerpo contada en historia: una forma de arte como una vía, como un medio para llegar a un fin”.

Además, comenta que en el Grupo Triqui-Traque participan personas bien diversas, la mayoría no vienen del ámbito del teatro. El grupo ha estado conformado por personas provenientes del ámbito de la música, de la filosofía, los estudios de género, sociología, psicología, relaciones internacionales, aunque en su momento sí ha estado conformado por actores y actrices en formación.

Entre los años 2021 y 2022, algunos de sus integrantes han sido los siguientes:

- Diego León Páez Brealey
- Francisco Rodríguez Víquez
- María José Gómez Sibaja
- Algis Álvarez Moraga
- Mario Villalobos Marín
- Raquel Sáurez González
- Fernando Montenegro Artavia
- Aaron Ruiz Medina
- Mónica Acosta Cabezas

Por su parte, María José Gómez Sibaja (Entrevistada 2020), considera al grupo Triqui-Traque como un semillero y espacio de transformación y crecimiento personal. En torno a esto comenta que para muchos de sus miembros ha sido un espacio de aprendizaje multidimensional. Afirma que a ella le ha suministrado valiosas herramientas para trabajar en las comunidades desde la psicología. De allí, su potencial sanador. Al respecto afirma: “Hay sentimientos de dolor, celos, envidias. Y siempre existen los juegos de poder. Oprimidos, opresores. Es una posición política. No hacemos *shows*, hacemos intervenciones para sanar” (comunicación personal, 2020).

Como ya se mencionó, Francisco Rodríguez Viquez es otro miembro del grupo Triqui-Traque, quien ha compartido parte de su experiencia en el grupo. Según refiere Rodríguez (Entrevistado 2020) en el 2009, cuando aún era estudiante universitario asistió a una función de teatro espontáneo de la agrupación La Puerta. A partir de allí se puso en contacto con el psicodrama, lo cual significó un reto para él, ya que en la actuación no sólo está involucrada la palabra, sino también el cuerpo. Sobre su experiencia con el psicodrama, cuenta que empieza a acercarse al psicodrama, lo cual consideró una metodología transformadora; “me empiezo a interesar y a juntarme en el 2012 con otros compañeros con la misma metodología y se forma el grupo Triqui-Traque”. Organización que le brindó la posibilidad de participación en eventos internacionales y de aprender de las vivencias y experiencias en espacios académicos y comunitarios.

Rodríguez (Entrevistado 2020), al comentar sobre la participación de Triqui-Traque en Chile, destaca que fue un aprendizaje significativo en lo político y en lo ético, ya que cuando ellos llegan les dicen, en forma imperativa, que su actividad comunitaria la tenían que realizar dentro de la universidad. Por lo cual el grupo se queja, rotundamente, porque no querían dejarlos ir a la comunidad. Al final pudieron trabajar comunitariamente en un parque. Pudieron compartir con un grupo de estudiantes que estaban luchando por una educación pública, por una salud pública.

Sobre esa experiencia sigue contando Rodríguez (Entrevistado 2020) que: esa función coincidió con el día del trabajador en mayo, y en Chile significa movilización de jóvenes y trabajadores. Al respecto, destaca que: “todos esos aprendizajes y experiencias en Chile no se hubiesen logrado si se hubiesen quedado en el recinto universitario en vez de compartir con la comunidad”.

También, explica Rodríguez (Entrevistado 2020) que el TE no es de naturaleza extractivista, como esos programas o espectáculos que llegan a las comunidades: validan una hipótesis o presentan sus clases magistrales y después se van sin aportar nada a la comunidad. Aquí se construye junto con la comunidad.

Por otra parte, comenta Rodríguez (Entrevistado 2020) que antes no los aceptaban desde la psicología; sin embargo, destaca que:

después de 10 años tanto en el campo teatral como en el de psicología nos han venido aceptando. Porque el trabajo habla por sí mismo. Constantemente capacitando a la gente de la Escuela de Psicología. El TE ha venido ganando credibilidad.

A juicio de Rodríguez (Entrevistado 2020), Triqui-Traque sea ha fortalecido, entre otros factores, debido a un contingente de gente joven, con responsabilidad y dedicación. Se ha nutrido de distintas personas provenientes de diversas áreas: psicología, estudios de género, sociología, relaciones internacionales, entre otras. Ningún grupo en Costa Rica ha durado más de 8 años. Un grupo que se ha sostenido en el tiempo, con gente que ha querido mejorar y cambiar. Gente que reflexiona y aprende de sus errores.

4.1. Vínculo de Triqui-Traque con la Universidad Nacional

Afirma León-Páez (Entrevistado 2021) que desde un principio “La idea era formar un grupo de teatro espontáneo dentro de la UNA, que fuera como un brazo de extensión de la Escuela de Psicología para trabajar con grupos y comunidades” (comunicación personal, 2021). *Triqui-Traque - UNA Compañía de Teatro Espontáneo. Un poco de lo que es Triqui-Traque. ¡Y feliz noveno cumpleaños al grupo! (2021).*

El vínculo con la Universidad con el grupo Triqui-Traque se dará con mayor fuerza en el año 2015, cuando se inicia un programa integrado por diversas dimensiones: docencia, extensión universitaria e investigación, es allí donde aparece el programa *Estrechando Vínculos: Psicodrama y Teatro Espontáneo como metodologías para la transformación y el encuentro*, proyecto que permitió que distintos actores comenzaran a viajar a comunidades de diferentes partes del país. La docencia se conformó por dos cursos optativos: a) Introducción al Psicodrama y otras Técnicas Grupales de Acción, y b) Fundamentos del Teatro Espontáneo. Ambos son cursos teórico-prácticos que contemplan la posibilidad de trabajar directamente en las comunidades.

Sobre este aspecto comenta Rodríguez (Entrevistado 2020) que el grupo, aunque surgió en el 2013, es en el 2015 cuando pasa a ser parte de la Universidad Nacional, la cual

le ha dado un lugar físico donde ensayar, a su vez comenta que en este momento ninguno de sus miembros recibe becas por pertenecer al grupo.

5. Potencialidades del Teatro Espontáneo en la Promoción del Desarrollo

Humano Personal: los cinco constructos de Carl Rogers

Como se ha expuesto, el TE es una práctica que se ubica entre lo artístico y lo terapéutico, entre el teatro y el psicodrama (Garavelli, 2003, p. 129). Es por ello por lo que, esta sinergia, se convierte en un dispositivo para ser utilizado como una herramienta para el desarrollo humano personal. Al respecto, sostiene Garavelli (2003) que:

El Teatro Espontáneo ofrece un espacio para ir reparando alrededor de esos agujeros, para ir recuperando una textura lastimada por el odio, la corrupción, el abuso, la lucha despiadada por el poder. Un escenario vacío para ser ocupado por las historias que la gente tiene para contar sobre experiencias que necesitan ser transmitidas a la comunidad, un espacio en el que la confianza permita contarnos, unos a otros, esos relatos que den cuenta de otras verdades de lo que está pasando. El concepto de desarrollo humano personal se refiere al desarrollo del individuo en sí mismo como persona a partir de la comprensión de sus potencialidades, procesos y relaciones inter e interpersonales. (pp. 67-68)

En un mundo cada vez más inhumano e impersonal, mediado cada vez más por el avance tecnológico, el TE rescata y visibiliza las historias narradas por la transmisión oral de los pueblos, se convierte en una herramienta para la promoción del desarrollo humano personal.

Por su parte, la psicóloga costarricense Verónica Morales, cofundadora del grupo Reflexjos, en conversaciones con la autora sobre el TE, afirma que sí es una herramienta eficaz en la promoción del desarrollo humano personal. Al respecto comenta:

...no sólo lo creo, estoy completamente segura que el TE es una gran herramienta para promover el desarrollo humano personal , principalmente porque no se percibe a la persona como un “ente” individual sino que dentro de sus particularidades puede crecer y explorar-se en compañía de los otros, es donde el grupo hace que se generen

sensaciones colectivas que por una u otra razón, no sólo la persona que cuenta la historia está viviendo, sino que salen a relucir aspectos inconscientes del resto del grupo, se arma una cadena de historias en donde inconscientemente todas están unidas por alguna razón para encontrar la armonía del grupo. Son como eslabones de acontecimientos que sin querer están ligados, (Morales, 2010, comunicación personal)

Es, en ese crecer y *explorar-se* en compañía de los otros donde el TE puede promover el desarrollo humano personal.

La indagación realizada en las entrevistas que conforman parte importante de esta investigación, se analizan las distintas potencialidades del TE en la promoción del Desarrollo Humano Personal. Seguidamente, se exponen los hallazgos más relevantes en este sentido.

Como se ha venido exponiendo y como lo ratifica León Páez (Entrevistado 2020-2021):

Una presentación del teatro espontáneo lleva, a diferencia del teatro tradicional, al rompimiento de la cuarta pared [...] lo que hace que esta forma de hacer teatro sea una construcción entre las personas que llegan a una función [...] los actores y actrices, la persona de la música y la persona que conduce la función. La diferencia es que no hay texto escrito y el guion va a basarse en la vida de las personas. A partir de ello, hay una relación muy interesante entre la realización personal y la construcción grupal, porque el sólo hecho de compartir una historia y poder verla representada, ocasiona a nivel consciente o inconsciente que me permitan colocar la situación en otro lugar, lo que conlleva a una resignificación. (comunicación personal)

La experiencia de Diego León-Páez Brealey como conductor del Grupo Triqui-Traque revela una importancia vital en la resignificación de las vivencias y experiencias de quienes actúan y quienes asisten a una función de TE. En relación con ello, afirma León-Páez (Entrevistado 2021) que las personas que hacen este tipo de teatro apuntan a: “una resignificación de la experiencia que conlleva crecimiento y fortalecimiento de las personas que participan en la sesión. No sólo a partir de mi historia, sino a partir de la historia que

contaron otros”. Lo cual afianza la certidumbre de que la resignificación de los sentidos y de la experiencia, es significativa en relación con el desarrollo humano personal.

Seguidamente, se exponen los diferentes constructos planteados por Carl Rogers que apuntalan el Desarrollo Humano Personal en el TE.

Preliminarmente, es significativo destacar que León-Páez (Entrevistado 2020-2021), enfatiza: que el TE se potencia el desarrollo humano personal a partir del grupo, de allí que amplía la visión de Carl Rogers, por lo cual, evoca a Moreno (precursor del TE), quien tenía un planteamiento crítico con respecto a la visión individualista del ser humano. Destaca que para Moreno el grupo constituía el espacio de desarrollo de la persona. Por lo cual sus propuestas iban dirigidas al grupo y no a los individuos aislados. En este orden de ideas León Páez (Entrevistado 2021) afirma: la experiencia del TE es una experiencia grupal. Aunque seguidamente haga la salvedad: “la grupalidad lleva implícita a la individualidad”. Por lo que afirma que en el TE: “el grupo está en primer plano”.

5.1. Creatividad

Sostiene Galindo (Entrevistada 2022) que la creatividad como potencial, les permite a los miembros de TE poder expresarse abiertamente: “elaborar tus propuestas, lanzarte al mundo y proponer actividades, proyectos, organización alternativa, salirte de lo convencional, de lo normalizado y para eso necesitas tener confianza en sí mismo y trabajar en un ambiente de seguridad”. Lo cual, según su juicio, promueve, acelera y enriquece la tendencia actualizante planteada por Rogers.

5.2. Comprensión empática

Con respecto a la comprensión empática, señala León-Páez (Entrevistado 2021) que en TE los actores y actrices hacen un esfuerzo empático por meterse y sentir lo que pudo haber sentido quien narra la historia. Sobre ello afirma que no es solamente un ejercicio empático, sino que es ponerse en el lugar de la otra persona y los actores y actrices asumen el Yo de las historias “tanto en lo protagónico como en lo antagónico”, en sus voces, en sus dudas, en sus dicotomías. “Es meterse en la otra persona”.

Precisa, además, León-Páez (Entrevistado 2021) que al ser el TE un espacio de construcción colectiva, se fomenta la comprensión empática, la significación y la resignificación; en ello participan no solamente los actores y actrices, sino, además, el público.

Estos planteamientos son ratificados por Galindo (Entrevistada 2022) quien afirma al referirse al arte:

Yo creo que el arte, el escenario, es el lugar perfecto para mostrar y desarrollar empatía con el otro, o sea, si tú no brindas empatía por el otro, no puedes ser actor. Para ser actor no se debe juzgar al otro (el personaje) porque es necesario vivir y sentir al personaje.

5.3. El cuerpo

El cuerpo recoge la integración de lo que somos: cuerpo somático, mental, emocional, espiritual, histórico y contextual. Fuente de sentimientos, emociones, pensamientos y reflexiones. Vivir el cuerpo es tomar conciencia del movimiento, del reposo, de los ritmos, los silencios. De allí que el arte teatral y muy especialmente el TE, atiende y potencia la conciencia corporal. Galindo (Entrevistada 2022), refiere que Gendlin, quien es cercano a los planteamientos de Rogers, acuñó el término experiencial, refiriéndose a todo aquello que se anida en el cuerpo, la mente, las emociones y los afectos, porque es la conexión con todo tu cuerpo, con todo tu ser.

En el TE no sólo se usa lo racional y lo intelectual se pone en juego sobre todo al cuerpo como un horizonte para expresarse. Así comenta Gómez (Entrevistada 2020), quien manifiesta que, a partir de un momento, “no le estaba encontrando sentido a tanta palabrería. Y me di cuenta de que era la mejor manera de aprender, y el aprendizaje más significativo es mejor si funciona con el cuerpo”. En tal sentido, reconoce que ha sido trascendental *creer en la corporalidad*, lo cual significa traer el sentimiento a la escena y realmente vivirlo.

Por su parte León-Páez (Entrevistado 2020-2021) hace énfasis en la participación del cuerpo en el TE comunitario tal y como ha sido concebido por Mario Flores, como se aprecia en la siguiente cita:

En TE comunitario [...] implica mayor participación del cuerpo. El TE tradicional es más de sentarse y mirar, sin involucrar tanto el cuerpo [...] en el comunitario no hay actores y actrices entrenados, en el comunitario lo que hay es comunidad [...] esa es una propuesta más latinoamericana.

5.4 Aceptación de sí mismo

La aceptación de sí mismo implica también la capacidad para empatizar con el otro, lo cual no implica necesariamente estar de acuerdo con el otro, pero sí respetar sus ideas. Tal y como señala Galindo (Entrevistada 2022) “su manera de ser, su manera de discernir, su manera de expresarse y no juzgar, ni descalificar”. Sobre ello, aclara que primero: “debo aprender a respetarme a mí mismo para aprender a aceptar al otro”. Galindo (Entrevistada 2022) experta en Desarrollo Humano enfatiza sobre la relación de este constructo y el TE:

Yo le diría a los integrantes de grupos de teatro espontáneo, que son privilegiados por la vida, de ser aceptados por ese grupo y que no lo dejen, que se queden allí todo lo que puedan para desarrollarse, para ser mejores.

5.5 Funcionamiento pleno

De acuerdo con las consideraciones expuestas por León-Páez (Entrevistado 2020-2021), el funcionamiento pleno no se puede lograr en una sola función de TE, más bien puede ser “un pasito, una contribución al funcionamiento pleno”. Al respecto precisa que estas técnicas nacen del concepto de la catarsis de integración, lo que produce en las personas una integración de: “emoción, pensamiento, cuerpo, vivencia, experiencia. No podrá decirte que lleve a un funcionamiento pleno, lo que sí podrá decirse es que contribuye a un proceso de funcionamiento pleno”.

Para Gómez (Entrevistada 2020), el TE abre caminos al desarrollo humano personal a partir de la espontaneidad y el encuentro, dos elementos claves de su metodología. Para ella, es la metodología asociada al psicodrama que le permitió entender su rol como ser humano y como profesional. Al respecto, expresa:

Para mí fue como una mano de ayuda [...] yo no estaba comprendiendo el papel de una psicóloga, qué hacía una psicóloga, qué era facilitar un grupo [...] o en general qué es ser una persona o cómo somos las personas.

Gómez (Entrevistada 2020) comenta, además, que había perdido el rumbo en la psicología, vista desde una perspectiva tradicional. Situación que da un giro cuando se encuentra con el Psicodrama y el TE en una materia optativa facilitada por Diego León-Páez Brealey, lo cual representó el despertar a nuevas posibilidades.

Por su parte, Rodríguez (Entrevistado 2020) afirma que la metodología del TE fue transformadora para él, al respecto comenta:

Yo lo veía desde afuera, y me decía: esta metodología es potente [...] Metafóricamente es como materializar esa idea que se tiene en la cabeza y verlo desde afuera. Es transformador porque uno como espectador, cuando comparte una historia, la ve desde otro lugar, y cuando la ve desde otro lugar, uno ve otras cosas que no vio cuando la vivió.

Por su parte León-Páez (Entrevistado 2021), afirma que los cambios no sólo se dan entre los actores y actrices, sino, también, en el público, ya que, por ser un espacio de construcción colectiva, “se fomenta la comprensión empática, el involucramiento del cuerpo [...] obviamente todo lo que pasa dentro de las personas de significación y resignificación.”

El TE involucra procesos de transformación personal, y uno de ellos es el de asumir las cosas si quiere lograr algo. También potencia la creatividad. Rodríguez (2020) expone que la diferencia entre el teatro convencional y el TE, “es que la escena que se comparte desaparece, usted no la va a seguir trabajando. Esa escena no se va a volver a representar igual nuevamente”. En tal sentido, involucra procesos de transformación y sanación individual y social.

En general, Rodríguez (Entrevistado 2020) considera que en los y las integrantes de Triqui-Traque se han fomentado diversos aspectos a nivel de desarrollo humano. En tal sentido afirma:

Yo podría decir, para usar un concepto latinoamericanista, que se ha desarrollado el sentipensar [...] también el desarrollo de la conciencia porque te hace pensar en: ¿Cómo llego a una comunidad? ¿Cómo se entra a una comunidad? ¿Qué significa el cuerpo en la escena? [...] Es el sentipensar de validar que estoy sintiendo algo cuando estoy actuando [...] que soy humano y que la historia de esa persona me está atravesando, y en ¿Cómo atravieso yo a esa persona?

Sobre este caso particular, Rodríguez (Entrevistado 2020) recuerda también las enseñanzas de Mario Flores: "a las comunidades se entra descalzo y en silencio: teniendo en cuenta el respeto, poniendo en cuestión o problematizando las historias, pero sin juzgar [...] Lo cual representa principios éticos que quedan resonando en el grupo".

Otro aspecto en el que hace énfasis Rodríguez (Entrevistado 2020) es en la importancia de la escucha y en el respeto por la escena. Así comenta:

Carlos Chico, que es otro latinoamericano, dice que el TE busca como objetivo honrar las historias de las personas. Las personas que se han formado en el grupo Triqui-Traque han podido fortalecer su sensibilidad y el respeto de cómo entrar a una comunidad.

En tal sentido, afirma Rodríguez (Entrevistado 2020), que las personas que se formaron en el grupo Triqui-Traque han podido fortalecer, problematizar esos aspectos del desarrollo personal y humano, lo cual involucra lo ético y lo político. Al respecto reflexiona:

yo hablo del sentipensar porque a partir de allí se viene todo [...] yo creo que en cuanto al desarrollo personal y humano y en cuanto esa conciencia ética y política de lo que hacemos, ya no como actores de Teatro Espontáneo, sino como humanos [...] Hablo por mí que es una metodología donde yo he podido poner en tensión los mismos demonios que tiene uno.

Él refiere, que el TE, en su proceso de movilización interna ha sido profundo, porque no se trata sólo de ser actor, sino persona, profesional, familia, miembro de una comunidad, un país, un planeta.

Con respecto al TE como dispositivo para potenciar el desarrollo humano personal, expresa Gómez (Entrevistada 2020): Entre los psicólogos existe una resistencia al psicodrama. Pero cuando mis colegas iban al taller de Adriana Piterbarg, éste les ayudaba a permitir conectarse, sentirse, entenderse. Vivir con más consciencia. Igualmente, afirma que posibilita el desarrollo de una conciencia para facilitar, borrar la verticalidad, así como los antivalores de ostentación y de poder vertical, ya que al fin permite: “transformar los espacios desde la creación colectiva. No desde el adoctrinamiento”.

Por eso, para Gómez (Entrevistada 2020), el énfasis en el encuentro es una de las claves; encuentro consigo mismo y con los demás. De manera tal que se transforma la función en un espacio de construcción y creación colectiva. En relación con ello, afirma que: “el TE es la metodología de trabajo que filosófica y ontológicamente [...] más se acopla con mi manera de ver y pensar. Pienso que tiene que ver con lo ético del quehacer profesional psicológico [...] me ha regalado muchísimas herramientas para cuestionarme”. Al respecto afirma que la participación en experiencia de TE requiere de una toma de conciencia y un trabajo personal para entender que el actor o actriz y o el psicólogo deben bajarse de la tradicional situación de poder. Para poder entender y contribuir a transformar la función en un espacio donde se construye colectivamente.

Según advierte Rodríguez (Entrevistado 2020), el desarrollo humano personal se fomenta también en el público que asisten a las funciones. Sobre este tópico refiere: “el público también se transforma”. Comenta que él tuvo la oportunidad de recibir el testimonio de varias personas:

- “Fue importantísimo participar en la función del TE porque se sintió respetado para expresar lo que sentía”.
- “En la escena me di cuenta de eso y me lo voy a llevar, voy a intentarlo en la casa”.
- “Que interesante esas metáforas de ustedes usaron de las telas, ahora me voy a llevar telas para todas partes.

En líneas generales, los asistentes se sienten respetados y en libertad de expresar lo que sienten. Al mismo tiempo, las funciones de TE les brinda la posibilidad de aplicar los

aprendizajes de las funciones en la vida personal, aprendizajes que poco a poco, convirtiendo la vivencia en experiencia, se va tornando en sabiduría aplicada a la vida cotidiana.

6. Dimensiones Ética, Socio-comunitaria y Política del Teatro Espontáneo

Aun cuando ya se ha tratado esta temática, se cree pertinente puntualizar en ella, debido a su trascendencia en el desarrollo humano. En primer término, se despliega en relación con la dimensión ética en el TE: el quehacer profesional del psicólogo, del actor y la actriz, del educador y por supuesto las múltiples complejidades del ser humano. Pensar y actuar éticamente implica un compromiso con el mundo y la sociedad, además de ser ético consigo mismo. La ética es transversal a los distintos constructos desarrollados por Carl Rogers y específicamente sobre los que se han focalizado en nuestro estudio, tales como: creatividad, cuerpo, comprensión empática, funcionamiento pleno y aceptación. En cada una de estas dimensiones humanas está presente la ética.

El cuestionamiento del poder como manera de subyugar al prójimo, al paciente, al estudiante, la escucha empática, el respeto por las personas que cuentan sus historias, el tratar de comprender las historias sin juzgar, el desarrollo de la sensibilidad social, la necesidad de compartir las historias, el volverse menos individualista; son ejemplos de la dimensión ética del TE. También lo es la convicción con respecto a la necesidad de desplegar una actividad comunitaria para poner en tensión o problematizar las injusticias, los problemas sociales y la violencia; todo esto es ética en movimiento y acción.

Por su parte León-Páez (Entrevistado 2021), hace énfasis en los distintos valores que involucra el TE. Sobre este tópico declara: “yo hablaría de la problematización, del fortalecimiento psicosocial de las personas y los grupos, y que tiene que ver con libertad y con justicia”.

El respeto con que se trata al público que asiste a las funciones, afirma León-Páez (Entrevistado 2021) que el TE no insta a compartir lo que no se puede sostener, allí el papel del conductor es clave. “Hay un principio básico: no abrir más de lo que no se pueda contener, las historias de las personas se respetan y se manejan casi como con pinzas, con mucho cuidado, con mucho respeto, sabiendo que también puede tocar la historia de alguien más”.

Sobre este aspecto tan delicado, reflexiona que el conductor, no precisamente debe ser psicólogo, pero sí debe contar con herramientas para poder trabajar el alma humana.

En relación con lo anterior sostiene León-Páez (Entrevistado 2020-2021) que en TE es un espacio donde lo íntimo se vuelve colectivo. Al respecto plantea que por el solo hecho de socializar una experiencia individual ya es un avance en ese sentido.

“va a contrapelo o contracultura porque la cultura dominante promueve sobre todo el individualismo. Es un verdadero espacio de construcción de sentidos, que pasa también por una construcción personal. El solo hecho de hacer pública una situación personal, es un acto político, es un acto que lleva una resignificación por parte de la persona y por parte del grupo. Persona y grupo están allí en esta dinámica, en este dispositivo”.

Rodríguez (2021b), sostiene que el “TE retoma fundamentos teórico-metodológicos de autores como Fals Borda, Augusto Boal, Paulo Freire además de otros pensadores críticos” (p. 3). A este respecto afirma Rodríguez (2021b): “El pensamiento crítico viene a ser un concepto aliado que permite pensar desde nuestra América, como lugar y propósito, lo que significa analizar las desigualdades e injusticias que caracterizan a nuestras sociedades” (p. 38).

Uno de los procesos cardinales que ha desarrollado el grupo Triqui-Traque ha sido el trabajo directamente en comunidades rurales y urbanas, una actividad extramuros, en relación a que los encuentros se hacen, también, fuera del recinto universitario. En el plano socio comunitario, comparte con el Teatro del Oprimido: la búsqueda de la transformación y la participación social, además generar procesos de creación comunitaria y de toma de conciencia política. Con el Sociodrama, tiene en común su propuesta dialógica y de integración social. Con el Psicodrama, sus metas de concientización, organización y acción.

El grupo Triqui-Traque hace honor a los planteamientos Jonathan Fox al llegar a las comunidades en sus distintos ámbitos, como lo dice Pérez (2004) de modo que la gente se exprese y pueda identificar en el otro, elementos de su propia vida (p. 1).

Para explorar en la dimensión comunitaria de Triqui-Traque basta volver al objetivo señalado en el portal del *Facebook* (2021), que propone metodologías que posibiliten espacios “para el encuentro, el aprendizaje, la espontaneidad y procesos de transformación psicosociales con grupos, instituciones y comunidades dentro y fuera de la Universidad Nacional”.

Algunos testimonios de los participantes en sus entrevistas, sobre este tópico, se citan a continuación:

- Ha aportado a sus integrantes herramientas para el trabajo comunitario (Gómez, 2020).
- Aprendizaje significativo en lo político y en lo ético (Rodríguez, 2020).
- Naturaleza no extractivista, al construir junto con las comunidades (Rodríguez, 2020).
- Permite reparar y recuperar fracturas sociales y personales, ocasionadas entre otros factores por el odio, el abuso y la corrupción (Rodríguez, 2020).
- Espacio de confianza para contar otras verdades o verdades ocultas (Rodríguez, 2020).
- Involucra procesos de transformación y sanación individual y social (Rodríguez, 2020).
- El sentipensar como aspectos del desarrollo personal y humano, lo cual involucra lo ético y lo político (Rodríguez, 2020).

Lo político es histórico y viceversa, de allí las experiencias de Teatro de la Memoria, desarrollada en Argentina por Gustavo Arugete, citado por Markel y Méndez (2010):

La iniciativa del llamado Teatro de la Memoria, que sigue siendo una manifestación del teatro espontáneo, responde al aislamiento que vive el individuo en la ciudad contemporánea, con un debilitamiento evidente de los lazos sociales y de la solidaridad, dificultades para reconocerse en su coetáneo y mucho menos de afirmarse en una individualidad vinculante y dinámica. (párr.14)

El referente anterior es un argumento adicional en relación con como una praxis ética y dialógica del TE aporta en relación con la recuperación de la memoria de las

comunidades y por tanto incide en procesos de autovaloración, análisis crítico de la realidad, y en algunos casos en el impulso y consolidación de organización comunitaria.

Por otra parte, la perspectiva sentipensante mencionada anteriormente por uno de los integrantes Triqui-Traque, Rodríguez (Entrevistado 2020), cuyos orígenes son profundamente latinoamericanos y descolonizadores al oponerse, en primer término, a la dicotomía entre la razón y la emoción; fue planteada en primer término por Simón Rodríguez, quien publica en 1840: *Luces y virtudes sociales*, cuya obra analiza tanto paradigma como sinopsis vinculándolas con el sentir y el pensar. Así expone Rodríguez (2010):

SINÓPSIS es un compuesto de PARADIGMAS

El <i>Paradigma</i>	hace	SENTIR
La <i>Sinópsis</i>	hace	PENSAR
haciendo <i>Sentir</i>	se	PERSUADE
haciendo <i>Pensar</i>	se	CONVENCE

Fuente: Rodríguez (2010, p. 68).

¡Enhorabuena para las comunidades y pueblos donde el TE contribuye a sentipensar! En la obra *Sociedades americanas*, escrita en 1828 por Simón Rodríguez, explicaba: “De la combinación de sentimientos forma cada hombre su conciencia, y por ella regla su conducta. En sociedad cada individuo debe considerarse como un sentimiento, y han de combinarse los sentimientos para hacer una conciencia social”. (p. 34).

Por otra parte, resultan significativos los aportes del costarricense Rodríguez (2021,b) en su trabajo *El teatro espontáneo y sus elementos decoloniales en la extensión universitaria*, con respecto a los fundamentos y metodologías del TE, ya que su estudio vincula esta técnica con las propuestas decoloniales desarrolladas entre otros por “Mignolo, Castro-Gómez, Grofoguiel, Nelson Maldonado” representantes de las teorías críticas latinoamericanas. Este investigador, además, ahonda en los vínculos del TE con la praxis universitaria decolonial.

7. El Teatro Espontáneo en tiempos de pandemia

La pandemia ocasionada por la COVID-19, cuyos inicios se remiten a diciembre de 2019 y es declarada como tal por la Organización Mundial de la Salud el 11 de marzo de 2020, además de afectar al mundo en distintos ámbitos productivos, políticos, ambientales, financieros y sanitarios, entre otros, acelera procesos tecnológicos y abre puertas hacia la virtualidad. De esta crisis y los cambios que involucra no se escapa el TE. En relación a ello, el grupo Triqui-Traque asumió la virtualidad necesaria, dándose la oportunidad de explorar y experimentar, ya que a pesar de la pandemia se siguen encontrando de manera virtual, de modo que la pandemia no ha parado al TE.

En esta dinámica, la cámara toma especial relevancia, pues debido al distanciamiento social las personas no se pueden encontrar de manera presencial y se conectan virtualmente a través de ellas y de los micrófonos vía Internet.

Seguidamente el testimonio de algunos de los miembros del Grupo Triqui-Traque. Rodríguez (2020), reflexiona sobre esta temática: “Al principio el TE, en la virtualidad, me parecía raro”. También comenta que a través de este medio se realizan ensayos y hasta han experimentado para hacer un congreso de TE virtual. Desde su perspectiva, la pandemia no ha parado al TE. Sin embargo, reconoce que hay situaciones donde hay que estar con la gente.

En Pandemia Triqui-Traque le dijo sí al reto de la virtualidad, esta es la convicción de Gómez (2020), por ello afirma que en los actuales momentos la crisis ocasionada por la pandemia ha brindado verdaderos retos y oportunidades. Sobre ese respecto, reflexiona:

Hemos aprendido mucho y hemos evolucionado. Con la contingencia del Covid, hemos encontrado la oportunidad de explotar la creatividad. Puedo hacer muecas, puedo reírme, jugar piedra papel o tijera. Y poco a poco los compañeros empiezan a fluir como grupo [...] Desde que empezó la contingencia, lo bueno fue que no nos dejamos de reunir nunca. Empezamos a transmitirnos sentimientos y emociones, nos veíamos para conversar de la nueva realidad. Después, por necesidad, partimos a la

virtualidad. [...] Tuvimos que replantearnos toda la mecánica, de pronto la cámara cobraba especial relevancia, y pudimos empezar a observar una semejanza con los ojos de la otra persona. Y así fueron surgiendo algunas chispas de entendimiento de la situación, comenzamos a hacer equivalencias. Generalmente usamos 4 cámaras, más el músico. Cuatro actores en escena. Siempre buscamos que tenga coherencia grupal. [...] La cámara nos ha permitido replantearnos estrategias de comunicación. Se han modificado los roles a partir de esta virtualidad. En una de las presentaciones que hicimos, trabajamos el tema de la dimensión respecto a la cámara. El manejo del espacio replanteado. Cada uno depende de cada uno, porque no estamos físicamente “juntos”. A mí me ha resultado una excelente estrategia la corporalidad porque si todos los actores hablan, se corre el riesgo de que no se entienda debido al ruido que podría darse al estar muchos actores hablando.

A juicio de León-Páez (Entrevistado 2020-2021), en la virtualidad el cuerpo sigue teniendo una función importante en el TE. Con respecto a ello, reconoce:

Nosotros en Triqui-Traque lo que hacemos es hacer ejercicios de caldeamiento [...] aunque sea con cámara apagada lo ideal es que las personas puedan movilizarse. [...] Aún hay gente que tiene vergüenza o no quiere mostrar su espacio, o no tiene señal, entonces hacen el movimiento con cámara apagada [...] no es el movimiento por el movimiento, es el movimiento para despertar la espontaneidad, la creatividad y ver qué surge a partir de allí.

León Páez (Entrevistado 2020-2021), no descarta que el TE en la virtualidad tenga posibilidades, él plantea que sigue teniendo elementos estéticos que son interesantes, aunque manifiesta que tiene serias limitaciones al no poder involucrar al cuerpo en toda su plenitud. Sobre este tópico enfatiza: “yo no lo descartaría del todo, pero mi preferencia absoluta es la presencialidad”. Según su parecer, “la metodología que implica: caldeamiento, dramatización, compartir, la cual más o menos puede seguirse [...] todo esto va de la periferia al centro: cosas más superficiales a cosas más íntimas, personales y profundas”. A su juicio “lo que varían son las técnicas para llegar allí y el meter el cuerpo”, sobre ello enfatiza que en

la virtualidad surgen nuevos elementos “tuvimos un ensayo de TE en donde surgió una poesía que hizo una compañera, además surgió una nueva forma de presentar la historia de alguien”.

En definitiva, a pesar de que los grupos de TE, y en especial Triqui-Traque, se vieron forzados a la virtualidad, continuaron ensayando y ofreciendo funciones virtuales, que aunque diferentes en su metodología y abordaje con el público participante, lograron potencializar el abordaje del TE mediado por el uso de aparatos tecnológicos, dando la oportunidad a personas que no conocían esta modalidad, de acercarse y poder realizar un trabajo sobre sí mismos a partir de las historias narradas por los grupos de TE, donde la creatividad y el interés de realizar un abordaje profundo según las temáticas planteadas, fueron los elementos fundamentales para lograr un acercamiento virtual con las personas que participaban en una función virtual.

III. CONCLUSIONES

A manera de conclusiones se presenta un desenlace parcial de esta investigación que seguramente no es definitivo. Sobre todo, porque el TE sigue vivo, narrando, narrándose, contando historias e improvisando para construir nuevas historias, nuevos significados.

Después de este acontecimiento vivido, convivido, sentido, interpretado, nada queda igual. Cambian los miembros de los grupos de TE, en el caso que nos ocupa, cambian quienes forman parte del grupo Triqui-Traque, se transforman las personas y comunidades que otorgan sus historias. Se cierra el telón para volverse abrir. Sin embargo, la permanencia en el tiempo del grupo Triqui-Traque como compañía, el cual en este año 2022 cumple diez años de trabajo continuo, ofreciendo un espacio en la circulación de historias, le dan un gran valor en la suma de experiencias que fueron abordadas en esta investigación. Ya que, como afirma Besoain (2010):

El teatro espontáneo ofrece este canal alternativo para que circulen esas pequeñas historias anónimas que no tienen acceso a los medios masivos de comunicación. Se releva la función de la transmisión oral de los pueblos. Historias que transmiten la experiencia, que es mucho más que la simple información, en la voz y los relatos de los que han tenido la experiencia y pueden contarla (p.142).

En esta investigación se planteó como objetivo general: valorar el TE como propuesta escénica que sustenta el desarrollo humano personal, mediante un estudio de caso con el grupo Triqui-Traque UNA. Sus objetivos específicos: analizar los aspectos teóricos, metodológicos y artísticos del Teatro Espontáneo; relacionar el Teatro Espontáneo con el desarrollo humano personal y el Enfoque Centrado en la Persona, en un proceso de comprensión de las relaciones intra e interpersonales; para finalmente, identificar por medio de un estudio de caso, cuáles aspectos del desarrollo humano personal se fomentan en la agrupación de Triqui-Traque.

Los resultados no solo permitieron cumplir con los objetivos planteados en la investigación, sino que además posibilitaron redimensionar al TE, en consecuencia, explorar

su dimensión humanista al posicionar algunos constructos de Carl Rogers en el escenario. Tal y como refiere la experta en el ECP Galindo (Entrevistada 2022), al expresar que posibilita abrir una nueva dimensión del TE llevándolo “al mundo subjetivo, al mundo fenomenológico, al mundo del crecimiento y desarrollo del ser humano” y de esta manera, entablar diálogos profundos entre la propuesta de Rogers y esta corriente escénica “emancipadora, transgresora de lo normado y que invita a los otros a romper con las ataduras que nos impiden expresarnos”

Importante destacar que uno de los hallazgos concuerda con lo planteado por León-Páez (Entrevistado 2021) en relación a que el TE no solo logra el desarrollo humano personal, sino que es también a través del grupo donde se potencia ese desarrollo humano y que este hallazgo amplía la visión de Carl Rogers, al hacer un planteamiento crítico con respecto a la visión individualista del ser humano por encima de la colectividad.

Respecto del objetivo específico uno de esta investigación, se concluye que en este trabajo se ha profundizado ampliamente sobre las propuestas teóricas, metodológicas y artísticas, dejando claridad sobre el trabajo que realiza el TE, el desarrollo humano personal y el Enfoque Centrado en la Persona.

Por otra parte, cabe destacar los resultados obtenidos en el Objetivo Específico dos sobre la relación entre el TE, el desarrollo humano personal y el ECP en donde se puede señalar:

- El desarrollo humano personal apoyado desde el ECP es una herramienta valiosa para dilucidar lo que ocurre a lo interno de agrupaciones de teatro espontáneo, sus integrantes y el público participante, trabajo que pretende promover y desarrollar los constructos señalados en esta investigación.
- En la interacción que se desarrolla entre los actores y el público participante, se establecen vínculos que se expresan desde la comprensión empática y la aceptación por medio de un trabajo creativo e innovador que se expresa por medio del cuerpo para finalmente integrar el constructo del funcionamiento

pleno, todo lo anterior desde la sinergia que surge en las relaciones inter e intrapersonales.

- En la relación de comunicación que surge cuando una de las personas del público plantea trabajar con un tema en específico, la escucha consciente y activa es fundamental para poder captar lo que se está transmitiendo y de ahí surgen las diferentes posibilidades de expresión por parte del grupo de TE que se expresa integrando los 5 constructos, los cuales se manifiestan con un trabajo de creatividad, dado que se utilizan muchos elementos de utilería que tiene el grupo y que por medio de su cuerpo pretenden expresar el tema de esa historia.

En cuanto al objetivo específico tres y relacionado con el estudio de caso, podemos concluir que los aspectos del desarrollo humano personal que se fomentan en la agrupación de TE Triqui-Traque, además de propiciar, estimular y desarrollar los 5 constructos presentados en esta investigación, están muy presentes las relaciones inter e intrapersonales, las cuales se motivan y se estimulan entre los integrantes del grupo así como con la relación que se establece con el público que participa en las diferentes presentaciones. Algunos de los aspectos que se pueden destacar serían los siguientes: comunicación, interacción, relaciones personales, respeto, aprecio, consideración, actitud positiva y proactiva, todo enfocado a buscar un desarrollo pleno en libertad y en la confianza tanto entre los actores como con la relación que nace de la interacción con el público presente.

El recorrido a través de voces expertas en relación al TE, de los teóricos y metodólogos expertos en desarrollo humano personal y más específicamente del Enfoque Centrado en la Persona, ha permitido poner en diálogo ambos enfoques teóricos para que emerjan hallazgos, los cuales se sintetizan seguidamente, articulando los testimonios de los miembros del grupo Triqui-Traque con los constructos planteados en esta investigación: creatividad, cuerpo, comprensión empática, aceptación y funcionamiento pleno.

Creatividad. Según Fernández y Montero (2012), la creatividad “es la capacidad de crear, de producir cosas nuevas. El impulso creador está en todos nosotros desde el comienzo” (p.151). Asimismo, Rogers (1991) indica, al referirse a la creatividad como el “impulso a expandirse, crecer, desarrollarse y madurar que se manifiesta en toda la vida orgánica y humana, es decir, la tendencia a expresar y realizar todas las capacidades del organismo o del sí mismo” (p. 304).

Potencial que poseemos todos los seres humanos, a veces escondidos, a veces opacados, a veces desplegado. El constructo cuerpo en el TE se despliega en el tono de voz, en la construcción oral, en la conformación corporal escénica, en la música, la improvisación en la coordinación actoral.

La creatividad no siempre es arte, sin embargo, en el arte siempre hay creatividad. En el TE la creatividad se manifiesta en los ensayos y sobre todo en las funciones. Como expresa Acosta (Entrevistado 2022) " Yo creo que la creatividad está presente siempre. Además, esos cajones y esas telas se pueden convertir en realidad en lo que usted quiera, hasta donde su imaginación le permita". La creación más importante se desarrolla de manera colaborativa en el proceso de la puesta en escena, así como lo expresa Montenegro (Entrevistado 2022) “también en el momento de unir mi creatividad a la propuesta de otro compañero. A veces cuando uno sale a escena uno piensa como que uno está solo, entonces uno hace la propuesta individual, pero ahí en Triqui, apostamos mucho a la grupalidad”.

Cuerpo. Contacto primigenio de cada uno consigo mismo. En la primera infancia define, delimita e integra. Fernández y Montero (2012) señalan que “el cuerpo es plástico, móvil, sensible, potente, misterioso, flexible” (142). Posteriormente la casa, la escuela y la iglesia lo fragmentan, no solo al cuerpo sino a la mente, las emociones y la espiritualidad.

En nuestra tradición civilizatoria el cuerpo ha sido vedado; sin embargo, corrientes como el ECP propone revertir esta tendencia, apostando por la integración de la persona: volver a unir lo que nunca debió estar separado. Se restituye al cuerpo su instancia preconceptual, la referencia primera: manifestación corporal. Esto nos lleva a relacionarlo con

lo expresado por Carlos Alemany citado por Castillo (1998) que “es descubrir un día que además de tener cuerpo, de padecerlo, servirnos, utilizarlo o escaparnos de él, más allá de todo eso, descubrimos que somos un cuerpo, que yo soy mi cuerpo, que lo puedo empezar a vivir desde adentro” (p. 45).

En el cuerpo se expresa la conexión con la sabiduría organísmica, en donde, de acuerdo con Castillo (1998), el organismo “parte de una tendencia básica, que es la tendencia actualizante, la cual busca actualizar y desarrollar al organismo y a la persona en su integralidad” (p.34), descubriendo que somos un cuerpo que se puede vivir desde dentro, reconociendo cada una de sus partes y al mí-mismo, el cual está “conformado por las imágenes, pensamientos, sentimientos, expresiones, que forman parte de la experiencia de una persona y que están presentes en su consciencia” (p. 37).

Se podría afirmar que, para los participantes de este estudio, la agrupación Triqui-Traque, el constructo del cuerpo resultó siempre muy significativo ya que es a través de él que se logran transmitir las metáforas, las representaciones simbólicas de las historias narradas, o en otras palabras, el cuerpo es aquel que permite a los otros convertirse en poiesis, aquello que en palabras de Platón nos dio, de pasar de no ser a ser.

Comprensión empática. El TE, no sólo hace crecer como ser humano a quien asiste y cuenta su historia. Potencia a los actores, quienes al desarrollar la empatía se van convirtiendo en seres humanos más plenos, tal y como lo expresa González (1991) “la empatía consiste en poder sentir el mundo interno del cliente, su propio mundo privado, como si fuera propio, pero sin perder nunca de vista el “como si”; es decir, sentir los sentimientos de coraje, tristeza, confusión, injusticia, etc.” (p. 90), así como expresa también Egan, citado por González (1991) la empatía es poder discriminar o meterse en la otra persona, mirar en el mundo a través del marco de referencia de la otra persona (p.90).

Y esto es precisamente el trabajo que se realiza desde el TE, contando las historias, las vivencias, las experiencias, poniendo en práctica ese “como si” planteado por este constructo y que se aplica perfectamente en las diversas puestas escénicas del TE, tal y como lo señala Montenegro (Entrevistado 2022) “trabajamos con historias de personas, y los

guionistas, por decirlo así, son las mismas personas que nos prestan su historia para representarla, entonces, a veces incluso uno se sorprende, por lo que a uno le cuentan y nada más toca representarla desde el respeto porque salen muchos sentimientos”

Aceptación. El TE como posibilidad de aprender a expresarnos, también capacita ser uno mismo, para aceptarse y para aceptar a los demás o ser aceptado, emancipado y empoderado. Como expresa González (1991) es acoger a la persona como realmente es en ese preciso momento de su proceso, lo cual implica la aceptación de sus sentimientos positivos y negativos (p. 106).

Aceptación de los otros y otras y el respeto de cada ser humano para la construcción de comunidades y sociedades de paz. Lo opuesto es la intolerancia, es el racismo, la discriminación, la segregación, el rechazo.

La no aceptación del otro, del diferente, sobre todo del tradicionalmente oprimido ha sido vedado en nuestra tradición civilizatoria. En nuestra América se ha levantado desde hace más de 500 años una cultura a partir de sojuzgamiento de los vencidos. Por ello la aceptación respetuosa del otro trasciende lo psicológico y lo emocional para abrir las compuertas a lo sociológico, lo político y lo cultural, tal y como lo señala González (1991) “aceptar quiere decir apreciar, valorar, acoger, recibir, considerar al individuo sin condiciones, sin evaluaciones, sin prejuicios ni contaminaciones” (p. 106). Al respecto, es importante destacar lo anunciado por Galindo (Entrevistada 2022) “el ECP puede ser una transdisciplina, no nada más una teoría psicológica, sino que se puede abrir a otras disciplinas como la antropología, etnografía, a la propia fenomenología (...) quizá puede llegar a ser un método de investigación propio”.

Funcionamiento pleno. La plenitud como la felicidad: búsqueda constante, meta que alcanzar, funcionamiento pleno como lugar de encuentro de la creatividad, la aceptación de sí mismo y de los demás. Como lo plantea Rogers (1991),

la persona que goza de libertad psicológica tiende a convertirse en un individuo que funciona más plenamente, puede vivir en y con todos y cada uno de sus sentimientos y reacciones (...) se convierte en un organismo que funciona de modo más integral y,

gracias a la conciencia de sí mismo, que fluye libremente en su experiencia, se transforma en una persona de funcionamiento más pleno (pp. 172-173).

En este planteamiento convergen la comprensión empática, la aceptación positiva incondicional y sobre todo la integración de todas las dimensiones humanas: cuerpo, mente, emociones, historia, cultura, trascendencia.

Funcionamiento pleno, potencial que fomenta el TE tanto en los actores, actrices, músicos), conductor(ra), como en el público asistente. El ser humano funciona más plenamente cuando comprende y respeta, cuando de tanto conocerse comienza a amarse. Tal y como lo señala Rogers (1972) “la persona que goza de libertad psicológica tiende a convertirse en un individuo que funciona más plenamente; puede vivir en y con todos y cada uno de sus sentimientos y reacciones” (p. 171) y con ello fluir libremente a la experiencia y a la vivencia de cada una de las situaciones que se presentan en el TE, porque son realidades que surgen, tanto del público participante, como de los actores que trabajan a partir de esas historias contadas por el público.

El TE es una zona de síntesis en la que se encuentran el arte, la educación, la psicología, la psicoterapia, la sociología y la política; no solamente para conocer y expresar, sino sobre todo para transformar la realidad, otorgando una función efímera e iridiscente al narrar una y muchas historias.

En el caso del grupo Triqui-Traque cada actor y actriz comparte éticamente su interpretación-creación para plantar una semilla. Con cada historia reinterpretada co-creada, como lo expresa Ruiz (Entrevistado 2022) “pero he escuchado historias de mis compañeros donde dicen que Triqui los ayudó a desenvolverse, a mirar a la gente a los ojos, que el TE te ayude a buscar a la gente y ver que son las otras personas las que te quiten la mirada y no vos (...) crecés como persona en el espacio, incluso terapéutico”.

Una vez que la historia es echada a andar, seguirá nuevos cursos, cambiará conciencias de manera individual y colectiva. Tal vez alguien del público marche en silencio, aunque lleve encendida una llama secreta. Otros comentarán, algunos quizás querrán ser actores y actrices de TE.

A modo de síntesis se concluye que el TE brinda esa posibilidad para que las personas participantes de una función, tanto público como actores, puedan tener una vivencia plena que surge de la expresión de experiencias acompañadas de sentimientos que se expresan mediante una confianza plena que supone una expresión sincera y auténtica. Así, Acosta (Entrevistada 2022) expresa que “el simple hecho de estar ahí es sanador...creo que también está ese componente que le decía antes, sanador. Que incluso no es solamente para el público, sino para las personas que están en la compañía de teatro”, estableciéndose una relación de ayuda entre el público que trae los temas, los acontecimientos, las historias, y los actores que trabajan a partir de lo expresado.

IV. LIMITACIONES, ALCANCES Y RECOMENDACIONES

En cuanto a las limitaciones que se pueden señalar en este trabajo de investigación se pueden destacar las siguientes:

1.- La situación de pandemia en el mundo y en especial en Costa Rica imposibilitó que se observaran trabajos de forma presencial de los grupos de TE para poder establecer más relaciones entre el trabajo realizado por los actores y su interacción con el público, tanto en los ensayos como en las funciones con público participante.

2.- La ausencia de investigaciones previas en Costa Rica en el campo se presenta como una importante limitación, dado que únicamente existe un trabajo de tesis de Maestría en Psicología en el 2021 del autor Rodríguez que aborda esta temática y algunos artículos científicos sobre TE, realizados por la Escuela de Psicología de la UNA. Asimismo, no existe investigación de TE desde las artes escénicas, lo que imposibilitó tener otros criterios para el análisis de la información partiendo de la experiencia de este tipo investigación sobre este tema en Costa Rica.

3.- La situación de Pandemia y las diferentes medidas sanitarias establecidas por el Ministerio de Salud, llevaron a que los grupos de TE tuvieran que suspender ensayos y

presentaciones públicas presenciales lo que obligó a adaptar algunas metas propuestas en esta investigación enfocando el contacto y la comunicación desde la virtualidad.

4.- En el caso del grupo Triqui-Traque una de las limitaciones que tienen es la permanencia de sus integrantes porque al ser un grupo conformado en su mayoría por estudiantes de la carrera de Psicología, todos los ciclos académicos presentan cambios en su integración, lo cual conlleva que la experiencia acumulada se diluya en el trabajo como grupo.

5.- El cuerpo en la virtualidad, sobre todo del público participante, fue uno de los constructos más afectados y se convirtió en una limitante, esto debido a que no había seguridad de parte de los miembros de la agrupación de que los asistentes a las funciones virtuales estuvieran presentes en el aquí y ahora con sus cuerpos, algunos no les gustaba encender sus cámaras para no sentirse expuestos o tenían problemas de conexión, lo que dejaba a la agrupación con la incertidumbre de saber si el público participante se estaba permitiendo sentir y expresarse a través de su cuerpo.

6.- Los alcances están circunscritos al método de estudio de caso por lo que algunos de los hallazgos hacen referencia sólo al grupo Triqui-Traque. En tal sentido es importante seguir investigando en relación a esta línea temática y cuyo espacio de investigación incorpore a otros grupos de teatro tanto en Costa Rica como en América Latina.

7. Una de las recomendaciones que arroja este estudio sería la capacitación en técnicas teatrales para los integrantes de grupos de teatro espontáneo, tales como la expresión oral y corporal y la improvisación para que puedan tener más herramientas actorales al enfrentarse a presentaciones públicas ya sea en espacios abiertos o cerrados.

V. REFERENCIAS

- Arias, F. (1997). *El Proyecto de Investigación. Introducción a la metodología científica*. Editorial Episteme.
- Besoain, F. (2013). *Teatro espontáneo como una posibilidad de reparación comunitaria en contextos de catástrofe. Experiencia de habitantes de Cobquecura, localidad chilena afectada por el terremoto del 27 de febrero de 2010, que participan en una función de teatro espontáneo* [Tesis para optar al título de psicóloga y al grado académico de Licenciada en Psicología]. Universidad de Chile. <https://repositorio.uchile.cl/handle/2250/130558?show=full>
- Boal, A. (1985). *Teatro del oprimido* [traducida de la edición francesa de 1980]. Nueva Imagen.
- _____. (1975). *Técnicas latinoamericanas de teatro popular (Una revolución copernicana al revés)*. Ediciones Corregidor Saici y E.
- _____. (2004). *El Arcoiris del Deseo: del Teatro Experimental a la Terapia*. Alba Editorial.
- Brook, P. (2002). *La Puerta Abierta: Reflexiones sobre la interpretación y el teatro*, Barcelona: Alba.
- Cañada, B. (2015). *Improvisación. Proceso metodológico*. Fontamara.
- Castillo, B. (2013). *Psicodrama, Sociodrama y Teatro del Oprimido de Augusto Boal: analogías y diferencias*. Universidad Central de Venezuela. <https://core.ac.uk/download/pdf/46707297.pdf>
- Castillo, J. (1998). *La promoción del desarrollo humano por medio de la música: Un modelo centrado en la persona*. [Tesis para obtener el grado de Maestro en Desarrollo Humano]. Universidad Iberoamericana.
- Dorian, F. (2010). Cuatro principios fundamentales del teatro espontáneo. *Teatro Espontáneo*. <http://teatroespontaneoperu.blogspot.com/2010/09/cuatro-principios-fundamentales-del.html>
- Enrile, J. (2016). *Teatro Relacional. Una estética participativa de dimensión política*. Resad.

- Fernández, L., Montero, I. (2012). *El teatro como oportunidad*. Ridgen Institut Gestalt.
- Flores, M. (2010). *El teatro espontáneo comunitario: un recurso para el desarrollo de las comunidades* [Tesis para optar el grado de Maestría en Psicología]. Universidad de <http://www.catedralibremartinbaro.org/pdfs/tesis-maestria-teatro-espontaneo-comunitario.pdf>
- Freire, P. (1982). *Pedagogía del oprimido*. Siglo XXI Editores S.A.
- Friedler, R. (2005). En: Salas, Jo (2005). *Improvisando la vida real: historias personales en el teatro playback*. Editorial Nordan.
- Friedler, R. (2010). *El Teatro Playback: una pasión vislumbrada en Nepal. Un diálogo con Jonathan Fox*. Centre for Playback Theatre org. <http://www.playbacktheatre.org/wp-content/uploads/2010/04/Friedler-Un%E2%80%A6.pdf>
- Gadamer, H. (1974) *La actualidad de lo bello* [Traducción de Rafael Argullol]. Ediciones Paidós.
- Galván, O. (2013). *Del salto al vuelo. Manual de Impro*. 1mprotour.
- Garavelli, M. E. (2003). *Odisea en la Escena: Teatro Espontáneo*. Ed. Brujas.
- García, F. y Levin, F. (2005) *El teatro espontáneo una práctica de producción de nuevas subjetividades* [Trabajo final para la licenciatura en psicología]. Universidad Nacional de Córdoba.
- González, A. (1991). *El Enfoque Centrado en la Persona. Aplicaciones a la educación*. Trillas.
- Hernández, R., Fernández. M. y Baptista, M. (2017). *Metodología de la investigación*. McGRAW-HILL. <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- Iberty, M. (s.f.). Proyecto regional de cooperación para la integración de la cultura digital en los sistemas educativos. https://oei.org.ar/ibertic/evaluacion/pdfs/ibertic_guia_entrevistas.pdf
- Jara, O. (s. f.). *Orientaciones teórico-prácticas para la sistematización de experiencias*. http://centroderecursos.alboan.org/ebooks/0000/0788/6_JAR_ORI.pdf
- Markel, R. y Méndez, H. (2010). Apuntes sobre Teatro Espontáneo y Psicodrama (Blog en línea). <https://thekeycalling.org/2010/07/22/teatro-espontaneo/>

- Martínez, M. (2002). *Hermenéutica y análisis del discurso como método de investigación social*. Universidad Simón Bolívar. file:///C:/Users/Academico05/Downloads/3049-7054-1-PB.pdf
- Martínez, O. (2003). *Autoconocimiento y comunicación humana*. México: Universidad Iberoamericana.
- Maturana, H. y Nisis, S. (1997). *Formación humana y capacitación*. Dolmer Ediciones.
- Méndez, C., Marín, A., Cruz, A. y Rosero, C. (2019). El paradigma hermenéutico. Una propuesta para el reconocimiento del "otro" en las comunidades indígenas del Ecuador. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*. <https://dilemascontemporaneoseducacionpoliticayvalores.com/index.php/dilemas/article/view/1456>
- Méndez, M. (2016). *Enfoque centrado en la persona: teoría de la terapia y la personalidad*. Universidad Diego Portales. https://www.researchgate.net/publication/304086039_Enfoque_Centrado_en_la_Persona_Teoría_de_la_terapia_y_la_personalidad
- Moreno, J. (1993). *Psicodrama*. Lumen.
- Muñiz, M. (s.f.). *Estudios de caso en la investigación*: Universidad Autónoma de Nuevo León: https://psico.edu.uy/sites/default/files/cursos/1_estudios-de-caso-en-la-investigacion-cualitativa.pdf
- Pavlovsky, E. y Kesselman, H. (1997). *Espacios y creatividad*. Ed. Búsqueda Ayllu.
- Pérez, R. (2004). Sociatría y Teatro Playback son abordados por uno de sus impulsores en Latinoamérica. (Entrevistado por Igora Martínez). Facultad de Arte, Universidad de Chile. <http://www.artes.uchile.cl/noticias/101640/sociatria-y-teatro-playback-son-abordados-por-uno-de-sus-impulsores#>
- Prieto, A. y Muñoz, Y. (1992). *El teatro como vehículo de comunicación*. Trillas.
- Pundik, J. (1981). Moreno, un precursor del psicodrama, en el olvido. *El País*. https://elpais.com/diario/1981/05/21/sociedad/359244001_850215.html

- Question Pro. *Sociodrama: qué es, para qué sirve y cómo se realiza*. (s.f.). Blog en línea.
<https://www.questionpro.com/blog/es/sociodrama/>
- Rodríguez, A. (s.f.). *Estudio de caso: características, metodología y ejemplo*.
 file:///C:/Users/Academico05/Downloads/Estudio%20de%20Caso.pdf
- Rodríguez, S. (2010). *Luces y virtudes sociales*. Rectorado. UNESR.
- Rodríguez, S. (1990). *Sociedades americanas*. Biblioteca Ayacucho.
- Rodríguez, F. (2021) *El teatro espontáneo y sus elementos decoloniales en la extensión universitaria. La experiencia de trabajo de Triqui-Traque: una compañía de teatro espontáneo* [Trabajo presentado para optar al grado de Magíster Scientiae en Estudios Latinoamericanos]. Universidad Nacional.
- Rogers, C. (1978a). *Terapia, personalidad y relaciones interpersonales*. Nueva Visión.
- Rogers, C. (1991). *El proceso de convertirse en persona*. Paidós
- Rogers, C. (1978d). *La naturaleza del hombre*. En J. Lafarga & J. Gómez del Campo (Eds.), *Desarrollo del Potencial Humano: Aportaciones de una psicología humanista, 1*, 29-34. Trillas.
- Rojas, A. (2021). Sentipensante. (comunicación enviada por correo electrónico 24 de noviembre del 2021).
- Salas, J. (2005). *Improvisando la vida real. Historias personales en el teatro Playback.*: Ed. Nordam-Comunidad.
- Triqui-Traque: UNA Compañía de Teatro Espontáneo. (31 de octubre, 2021). *Un pequeñísimo resumen de Triqui-Traque en el 2021, aprovechando el aniversario del grupo*. [Actualización de estado]. Facebook.
<https://www.facebook.com/UnaCompaniaDeTeatroEspontaneo>

VI. ANEXOS

Anexo 1: instrumento para la entrevista a profundidad

I. Inicio o apertura

- a. Breve explicación sobre la investigación: objetivos y los cinco constructos de Rogers.
- b. Compromiso de usar sus respuestas sólo con fines académicos e investigativos.
- c. Reseña de sus datos personales: nombre, edad, país, profesión, grado académico.

II. Desarrollo de preguntas y respuestas para recabar información

En este aspecto se desarrolló una conversación abierta dando la posibilidad a que los entrevistados se expresaran libremente en relación al TE. Se tuvo presente hacer referencias a los cinco constructos sobre los cuales se investigaba.

Anexo 2: instrumento para la entrevista a profundidad

I. Inicio o apertura

- a. Breve explicación sobre la investigación: objetivos y los 5 constructos de Rogers y sobre la estructura de TE.
- b. Compromiso de usar sus respuestas sólo con fines académicos e investigativos.
- c. Reseña de sus datos personales: nombre, edad, país, profesión, grado académico, ¿Cómo entró usted al mundo del ECP?

II. Desarrollo de preguntas y respuestas para recabar información

1. ¿Qué es el desarrollo humano personal para usted?
2. ¿Qué ha aportado el ECP al desarrollo humano?
3. Si tomamos en cuenta que la creatividad es considerada como una tendencia a expresarse y que es innata al ser humano. ¿Qué recomendaría usted a los grupos de TE para generarla o potenciarla?
4. Si el cuerpo recoge la síntesis de lo que somos a nivel emocional, somático, mental, espiritual, histórico y cultural. ¿Podría usted ahondar en este tema según lo que plantea Carl Rogers?
5. ¿Qué elementos potencian la empatía en las Artes en general y el TE en particular?
6. ¿Qué es el funcionamiento pleno para usted y cómo podría contribuir al TE a su potenciación?
7. ¿Qué recomendaciones daría usted a los integrantes de un grupo de TE que en su mayoría no son actores, para fomentar la aceptación de sí mismos, entre ellos y con el público que asiste a una función?
8. ¿Hay algo más que quiera agregar sobre su experiencia en relación con el ECP y sobre el legado de Carl Rogers a la humanidad?

Anexo 3: instrumento para la aplicación en el grupo focal

I. Inicio o apertura

- a. Bienvenida
- b. Presentación de la investigadora.
- c. Título y breve explicación de los objetivos de la investigación.
- d. Breve explicación sobre la técnica aplicada, así como las pautas para su desarrollo. Precisión con respecto al tiempo equitativo para cada participante.
- e. Compromiso de usar sus respuestas sólo con fines académicos e investigativos.
- f. Invitación a que cada uno se presente: nombre, edad, carrera que estudia, profesión u oficio, tiempo de permanencia en la agrupación.

II. Desarrollo de preguntas y respuestas para recabar información

1. ¿Qué es lo que les gusta del teatro espontáneo (TE)?
2. ¿Cuáles son las razones de tu incorporación al grupo Triqui-Traque?
3. ¿Qué es el TE para ustedes? ¿Qué les parece si construimos un concepto de TE entre todas y todos?
4. ¿Qué les ha aportado el TE en lo personal y profesional?
5. ¿Qué aporta el TE a las comunidades donde se presentan?
6. Si tomamos en cuenta que la creatividad es considerada como una tendencia a expresarse y que es innata al ser humano. ¿Qué opinan sobre su generación en los ensayos y las funciones de TE?
7. Si el cuerpo recoge la síntesis de lo que somos a nivel emocional, somático, mental, espiritual, histórico y cultural. ¿Qué implicaciones tiene el cuerpo en el TE?
8. ¿Permite el TE mirar el mundo a través de los ojos de otras personas?
9. ¿Se podría afirmar que el TE contribuye al logro del funcionamiento pleno? Entendiendo por ello el alcance del potencial humano, la consciencia de lo que somos y lo que queremos ser.

10. Si entendemos la aceptación como una valoración que se hace hacia sí mismo, hacia el otro y con el mundo. ¿Cómo se da esa aceptación entre los miembros de Triqui-Traque y con el público que participa en una función de TE?
11. ¿Hay algo más que quieran agregar sobre su experiencia con el TE o con respecto al grupo Triqui-Traque?

III. Cierre

- a. Agradecimiento.
- b. Compromiso con presentar los resultados de su investigación en el seno del grupo Triqui-Traque, una vez que haya cumplido sus fines académicos.

Anexo 4: ejes temáticos emergentes

EJES TEMÁTICOS EMERGENTES

Ejes temáticos	Sujeto entrevistado	Elementos en los que enfatiza
Del <i>Playback Theatre</i> al Teatro Espontáneo	Diego León-Páez Brealey	<ul style="list-style-type: none"> ● Diferencias y semejanzas entre el Playback Theatre al Teatro Espontáneo. ● En Playback como en TE, el hilo rojo: es lo que tienen común las historias que se cuentan en una función.
Teatro Espontáneo: fundamentos y metodología.	Diego León-Páez Brealey	<ul style="list-style-type: none"> ● Bases filosóficas <ul style="list-style-type: none"> ○ Existencialismo heroico ● Ámbitos teórico metodológicos que siempre van a estar presentes. ● Énfasis en lo social. ● Construcción comunitaria de significados. ● Entrenamiento de los actores y actrices. ● Procesos claves del TE (elementos que siempre van a estar presentes). <ul style="list-style-type: none"> ○ Una persona que introduce y conduce la sesión. ○ Tiene personas que narran sus historias. ○ Un grupo de actores y actrices entrenados en improvisación, representan la historia. ○ Una persona a cargo de la música, aporta un tono imprescindible.

		<ul style="list-style-type: none"> ○ Una audiencia. ● Es un teatro de la improvisación, una historia que viene en verbo y traducirla a otras formas de significados: cuerpo, música, gestos, emociones, sentimientos. ● Cada historia tiene un texto, pero también tiene un texto entre líneas o subtextos, y para nosotros (en el Grupo Triqui-Traque) es más importante este subtexto o el texto entre líneas. ● Momentos terapéuticos y pedagógicos del TE.
	María José Gómez Sibaja	<ul style="list-style-type: none"> ● Importancia de la improvisación y la espontaneidad.
	Francisco Rodríguez	<ul style="list-style-type: none"> ● Una metodología transformadora. ● Metafóricamente es como materializar una idea que se tiene en la cabeza y verlo desde afuera. ● Como espectador, cuando comparte una historia, la ve desde otro lugar, y cuando la ve desde otro lugar, uno ve otras cosas que no vio cuando la vivió. ● El teatro Espontáneo tiene elementos terapéuticos, pero no es terapia". Involucra procesos de transformación y sanación individual y social.
La función en un espacio de	Diego León-Páez Brealey	<ul style="list-style-type: none"> ● El Teatro Espontáneo es sobre todo encuentro.

construcción y creación colectiva		<ul style="list-style-type: none"> ● Construcción colectiva de sentidos y significados. <ul style="list-style-type: none"> ○ Resignificación
	María José Gómez Sibaja	<ul style="list-style-type: none"> ● El TE como propuesta de construcción y creación colectiva.
El teatro Espontáneo en América Latina	Diego León-Páez Brealey	
El teatro Espontáneo en Costa Rica	Diego León-Páez Brealey	<ul style="list-style-type: none"> ● Origen del teatro Espontáneo en Costa Rica <ul style="list-style-type: none"> ○ Personas que lo impulsan. ● Grupos de Teatro Espontáneo más importantes.
	Francisco Javier Rodríguez	<ul style="list-style-type: none"> ● Los Maestros Costarricenses de Teatro Espontáneo: Diego León-Páez, Mario Flores, María Elena Garavelli, Ariana Peterberg y Carlos Chico.
El grupo Triqui-Traque	Diego León-Páez Brealey	<ul style="list-style-type: none"> ● Características de los participantes. ● Inicio y evolución del Grupo Triqui-Traque. ● Trabajo comunitario. ● Innovación metodológica del Grupo Triqui-Traque.
	María José Gómez Sibaja	<ul style="list-style-type: none"> ● Triqui-Traque como semillero y espacio de transformación y crecimiento personal <ul style="list-style-type: none"> ○ Suministra herramientas para trabajar con la comunidad. ○ Potencial sanador.
	Francisco Javier Rodríguez	<ul style="list-style-type: none"> ● El grupo nace en el 2013, pero en el 2015 se hace parte de la Universidad Nacional.

		<ul style="list-style-type: none"> ● Triqui-Traque en la actualidad está conformado por 9 integrantes. En algunos momentos ha tenido entre 15 o 16. ● Posibilidad de participación en eventos internacionales y de aprender de las vivencias y experiencias en espacios académicos y comunitarios. ● Triqui-Traque sea ha fortalecido, entre otros factores, debido a un contingente gente joven, con responsabilidad y dedicación. ● Ningún otro grupo de TE en Costa Rica ha durado más de 7 años. ● El grupo está conformado por personas cuya experiencia le ha llevado a mejorar y cambiar. Gente que reflexiona y aprende de sus errores.
Vínculo entre El grupo Triqui-Traque y la Universidad Nacional	Diego León-Páez Brealey	<ul style="list-style-type: none"> ● Dimensiones del trabajo teatral. ● Programa Estrechando Vínculos. ● Cursos optativos asociados al TE.
	Francisco Javier Rodríguez	<ul style="list-style-type: none"> ● La universidad le ha dado un colchón, un lugar físico donde ensayar. Sin embargo en este momento ninguno de sus miembros recibe becas por pertenecer al grupo.
	María José Gómez Sibaja	<ul style="list-style-type: none"> ●

Potencialidades del TE en la Promoción del DHP		
El cuerpo en el Teatro espontáneo	María José Gómez Sibaja	<ul style="list-style-type: none"> ● El aprendizaje es más significativo es mejor. ● Vivir la corporalidad, es “Traer el sentimiento a escena, realmente vivirlo.
	Francisco Rodríguez	<ul style="list-style-type: none"> ● exponer el cuerpo: es exponerse y todas las veces de manera diferente.
	Diego León-Páez Brealey	<ul style="list-style-type: none"> ● La participación del cuerpo en el TE comunitario.
	María José Gómez Sibaja	<ul style="list-style-type: none"> ● Importancia de la espontaneidad. ● Camino para la construcción de una visión crítica y autocrítica. ● Cambios personales y profesionales a partir de su participación en el Grupo Triqui-Traque. <ul style="list-style-type: none"> ○ Conectarse consigo mismo, sentirse, entenderse. Vivir con más consciencia y congruencia ○ Consciencia para facilitar, borrar la verticalidad.

		<ul style="list-style-type: none"> ○ Expresión creativa: bailar, cantar, reír.
	<p>Diego León- Páez Brealey</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● TE como dispositivo para potenciar el DHP ● Valores que involucra el TE <ul style="list-style-type: none"> ○ Libertad ○ Justicia ○ Emancipación ○ Creatividad ● Momentos terapéuticos y pedagógicos del TE ● El TE como espacio que potencia el Desarrollo humano personal a partir del grupo ● Constructos propuestos por Carl Rogers y vinculación con el TE <ul style="list-style-type: none"> ○ Comprensión empática ○ Funcionamiento pleno.
	<p>Francisco Javier Rodríguez</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Potencia la creatividad. ● Desarrollado el sentipensar (...) también el desarrollo de la conciencia social. Hace reflexionar en <ul style="list-style-type: none"> ○ ¿Cómo llego a una comunidad? ○ ¿Cómo se entra a una comunidad? ○ ¿Qué significa el

		<p>cuerpo en la escena?</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Validar que estoy sintiendo algo cuando estoy actuando (...) que soy humano y que la historia de sea persona me está atravesando. ○ ¿Cómo atravieso yo a esa persona? <ul style="list-style-type: none"> ● Del sentipensar viene todo (...) yo creo que en cuanto al desarrollo personal y a la conciencia ética y política de lo que hacemos, ya no como actores de Teatro Espontáneo, sino como humanos ● Aplicar las enseñanzas de Mario Flores: a las comunidades se entre descalzo y en silencio. ● Los procesos de movilización interna han sido profundos.
Aspectos del DHP que se han fomentado en el público		<ul style="list-style-type: none"> ● Los asistentes se sienten respetados y en libertad de expresar lo que sienten. ● Posibilidad de aplicar los aprendizajes de las

		<p>funciones en la vida personal.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Aplicar la sabiduría obtenida en las funciones cuando algo sale mal.
	Diego León- Páez Brealey	<ul style="list-style-type: none"> ● Potencialidades que se fomentan el TE en el público.
Dimensión ética y política del TE	María José Gómez Sibaja	<ul style="list-style-type: none"> ● Dimensión ética del quehacer profesional psicológico. ● Permite cuestionar la tradicional situación de poder del psicólogo.
	Diego León- Páez Brealey	<ul style="list-style-type: none"> ● En el TE mi historia no es solamente mi historia, sino que puede ser compartida con otras personas. ● Contracultura política: cada vez somos más individualistas y nos preocupamos solamente de lo que me pasa a nosotros. ● En el TE las personas se encuentran, los actores y las actrices son lienzos en blanco que están dispuestos y dispuestas para escuchar historias y hacerlas representar.
	Francisco Javier Rodríguez	<ul style="list-style-type: none"> ● Naturaleza no extractivista.

		<ul style="list-style-type: none"> ● Actividad comunitaria para poner en tensión o problematizar las injusticias, los problemas sociales y la violencia heredada del colonialismo. ● Las comunidades conformadas por los barrios más peligrosos de Costa Rica “tienen historia y uno aprende de ahí. ● Se hace énfasis es en la importancia de la escucha y en el respeto por la escena. ● Las personas que sean formado en el grupo Triqui-Traque han podido fortalecer la sensibilidad y el respeto de cómo entrar a una comunidad.
<p>El teatro Espontáneo en la virtualidad</p>	<p>María José Gómez Sibaja</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● La pandemia: como crisis y puerta a la virtualidad. ● El grupo Triqui-Traque asumió la virtualidad necesaria. ● Oportunidad para explorar la virtualidad ● A pesar de la pandemia el grupo se sigue

		<p>encontrando de manera virtual.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● La cámara toma especial relevancia.
	Diego León- Páez Brealey	<ul style="list-style-type: none"> ● El cuerpo en una función de TE en la virtualidad. ● En la virtualidad surgen nuevos elementos.
	Francisco Javier Rodríguez	<ul style="list-style-type: none"> ● La pandemia no ha parado al teatro Espontáneo. ● Hay situaciones donde hay que estar con la gente.

Anexo 5: Grupo Focal

INSTRUMENTO PARA LA ORGANIZACIÓN DE LA INFORMACIÓN DEL GRUPO FOCAL

(22 DE AGOSTO DE 2022)

	PARTICIPANTES DE TRIQUE-TRAQUE		
TESTIMONIOS Y APORTES	MONTENEGRO	RUIZ	ACOSTA
CUERPO	<p>Soltar el cuerpo y poner el cuerpo, como decimos en TE... dejarme permear por las emociones.</p> <p>Como una nueva forma de escuchar diferente a lo convencional y esta es una forma de utilizar y escuchar el cuerpo y al grupo,</p>		<p>Sin el cuerpo no se puede, o sea, el cuerpo es necesario, necesitás el cuerpo porque como es lo que se materializa en la escena, el cuerpo se convierte en una herramienta. Para poder representar o actuar, como lo quiera ver, en la historia que se está contando, al final una, lo pone ahí, literalmente pone su cuerpo ahí y lo puede transformar de muchas formas en sintonía, con lo que se haya contado.</p>
CREATIVIDAD	<p>Darme esta oportunidad de jugar, de ser un poco más suelto, digamos.</p> <p>uno que transformar las palabras en movimientos, en sonido porque en las presentaciones no se</p>	<p>Creo que en la libertad de poder expresarme de otra manera totalmente distinta a la que estaba tal vez acostumbrado</p>	<p>Porque realmente yo creo en algo que se llama, conectar, sincronidad. Y pienso que eso es algo muy mágico</p> <p>Entre aquí por una amistad que siempre me</p>

	<p>nos permite tanto hablar como diálogos extensos sino como repetir un sonido, repetir una frase entonces sí, uno está pensando en cómo y ahí está la creatividad en la espontaneidad. También en el momento de unir mi creatividad a la propuesta de otro compañero.</p> <p>A veces cuando uno sale a escena uno piensa como que uno está solo, entonces uno hace la propuesta individual, pero ahí en Triqui, apostamos mucho a la grupalidad</p>	<p>mantas de colores, así grandotas, máscaras, cajones de madera donde podemos como jugar con ciertos niveles para representar, por ejemplo, que se yo, una figura de poder, por así decirlo o una jerarquía. Entonces tenemos como esa libertad para jugar con ciertos elementos, entonces yo creo que la creatividad, desde ese aspecto para jugar con ciertos elementos, está presente.</p>	<p>decía que fuéramos a tricky,</p> <p>Yo creo que la creatividad está presente siempre. Además, esos cajones y esas telas se pueden convertir en realidad en lo que usted quiera, hasta donde su imaginación le permita. Puede ser hasta desde un carro, un baúl, o sea un agujero negro donde usted se mete y después no puede salir, en fin, muchas cosas. Entonces yo creo que sí está presente. Y más que presente, yo creo que es indispensable. Y también es algo que se puede entrenar y es algo que he aprendido en Triqui.</p>
ACEPTACIÓN	<p>Nos permite involucrarnos en las historias de las gentes y aportar desde nosotros y nosotras, nuestras perspectivas de cómo pudo haber sido la situación y cómo la mayoría de las veces sí acertamos porque nos permitimos todo eso</p>	<p>Quitarme un poco el pensamiento de ser juzgado por las demás personas y hasta por uno mismo. aceptación que todos los grupos bueno, todos los integrantes del grupo tenemos, entonces creo que eso ayuda mucho hasta aceptarse a</p>	<p>Normalmente en escena lo que pasa es que las personas pueden ver hasta cuatro perspectivas diferentes de cómo habría reaccionado una persona ante tal situación.</p> <p>La psicología nos permite empatía al desarrollar una escucha activa e identificar palabras,</p>

	<p>que la gente no se permite porque la sociedad no te deja ir más allá, no te deja explorar bien tus emociones porque estamos muy rígidos, muy medidos y así es como debemos reaccionar.</p> <p>Como que somos un grupo muy diverso, y no nos conocíamos tanto, pero con el tiempo es bonito como formar esta grupalidad a pesar de las diferencias</p>	<p>uno mismo, digamos, dentro de. Y eso es algo que uno aprende a aplicar cuando se trabaja con las personas</p>	<p>entonaciones, el lenguaje corporal que también permite desarrollar, diría mejor, como una empatía más atinada.</p> <p>Hemos comentado antes que alguien propone o una propone y la otra persona acepta tu propuesta y tiene una fracción de segundos para replantearse la propuesta, si es que tenía una y poder integrarla con la tuya, pero está igual este proceso de aceptación.</p>
EMPATÍA	<p>Dejar de juzgarse a sí mismo, de dejar pasar el error o aprender a jugar con el error</p> <p>simplemente lo dejo pasar porque igual el espacio es tan bonito que nadie lo juzga a uno que hasta uno juega con eso que los demás se equivocan también y aprende a vivir con eso.</p>	<p>Es impactante porque uno puede estar encerrado en su burbuja y uno dice pucha, esta es mi realidad, pero cuando uno se topa con otras realidades de otras personas es realmente importante saber que hay otras realidades</p>	

	<p>trabajamos con historias de personas, y los guionistas, por decirlo así, son las mismas personas que nos presten su historia para representarla, entonces, a veces incluso uno se sorprende, por lo que a uno le cuentan y nada más toca representarla desde el respeto porque salen muchos sentimientos</p>		
DESARROLLO PLENO	<p>Cuando una persona está contando su historia la está reviviendo en su memoria que fue lo que pasó y nos hace tomar consciencia de uno mismo al contar la historia, el peso y cómo te marca actualmente volver al contarlo. En una sesión de TE te hace ser consciente que eso pasó, te afectó de una u otra manera y volver a traer aquí la historia y expresarlo. Y como lo dije anteriormente, Triqui es un espacio seguro</p>	<p>Realidades de las personas, lo hace mucho a uno plantearse dónde está y preguntarse cuáles son sus valores y lo hace cuestionarse a si mismo, son muchas cosas a nivel personal que a través de esas experiencias las va exteriorizando y lo hace reflexionar a uno y realmente sí, es como que le da un tipo de brújula a uno mismo sobre dónde quiero llegar, qué quiero llegar a ser o pensar a través de</p>	<p>Pero he escuchado historias de mis compañeros donde dicen que Triqui los ayudó a desenvolverse, a mirar a la gente a los ojos, que el TE te ayude a buscar a la gente y ver que son las otras personas las que te quiten la mirada y no vos y crecés como persona en el espacio, incluso terapéutico porque ayer yo le decía a una amiga que yo llego a Triqui a descargar toda mi locura, entonces ya el resto de la semana me siento bien.</p>

	<p>y en donde en un semestre he desarrollado en el grupo el sentido de pertenencia a pesar de que a muchos no los conozco tan a profundidad pero sé que estamos ahí y sé que ahí yo puedo llevarme a otros lugares que tal vez en otros espacios no puedo, ya sea aquí en la casa o estudiando, entonces, esa oportunidad que uno tiene para desarrollarse, desarrollar la expresión y hacer feo es super bonito y sí es un espacio seguro.</p>	<p>todas estas experiencias que tengo.</p>	
<p>FUNCIÓN TERAPEUTICA DEL TE</p>		<p>Llegar a descargar todo lo que usted lleva en los hombros, cargando en la espalda, pues si llega y pum lo suelta, bueno, al menos yo me siento súper libre, ese es mi momento feliz, seguro, yo me desahogo totalmente cada vez que llego a los ensayos de triqui-</p>	<p>El simple hecho de estar ahí es sanador, verdad. creo que también está ese componente que le decía antes, sanador. Que incluso no es solamente para el público, sino para las personas que están en la compañía de teatro.</p>

		traque entonces al menos para mí, yo sí lo considero terapéutico definitivamente	
TRABAJO COMUNITARIO	<p>En lo profesional yo diría que aprender como a conectar con las comunidades y bueno ir a las comunidades en sí. Y muy bueno darme cuenta que el trabajo comunitario que más he hecho ha sido con Triqui y no tanto en los cursos de la carrera porque llevamos casi tres años de virtualidad entonces, ese contacto humano diría yo.</p> <p>Guanacaste fueron maravillosas, fueron los primeros dos acercamientos con comunidades y recuerdo algo que nos dijo un señor que él deseaba que hubiera más gente ahí, y que no sólo fueran ellos o sea, que él pudiera llamar a los vecinos y que también llegarán</p>	<p>Entonces no hay ese acompañamiento psicosocial para esas personas, entonces creo que el hecho de poder acompañar el proceso desde otra área, más allá de simplemente lo médico, lo biomédico, creo que les aporta mucho y el hecho de sentirse también como acompañados y escuchados con esa experiencia, que no tienen la oportunidad de contárselos muchas veces ni a los médicos. Es como una perspectiva diferente de la enfermedad más allá de lo médico</p>	<p>En lo profesional hemos trabajado mucho con niños y adolescentes y también con adultos mayores. Creo que como poder involucrarse con estas poblaciones, ya que es como un vistazo ya de lo que se puede realizar. A futuro, digamos como profesional en esta área, digamos ya el hecho de conectar con las personas, ver ya la aplicación de lo que nosotros estudiamos en la universidad ayuda mucho a tener otras perspectivas más allá de solo quedarnos con lo que ensayamos en la Universidad con el profe. Creo que es demasiado rico</p>

	al lugar donde estábamos para participar del grupo		
VIRTUALIDAD	Esto en pandemia afectó mucho porque veníamos de un contexto de virtualidad donde no interactuamos y no nos conocíamos tanto. Entonces siento que el semestre pasado, incluso fue todo un reto, poner el cuerpo y acercarnos unos a otros	Porque el hecho de pasar de la virtualidad a la presencialidad fue un cambio drástico, totalmente fue como un giro de 180° para ver ya como era el teatro espontáneo en sí.	
QUÉ ES EL TE		De dejar, tal vez como la vergüenza atrás, mandarse y perder el miedo. Me ayudó a quitarme el miedo a exponer porque yo sí era de los que daban mucho pánico escénico.	Un teatro de chismes de vecinos y vecinas, chismes en el buen sentido, porque a quién no les gusta el chisme, a ud le cuentan un chisme y ud lo escucha atentamente. (...) que la gente le cuenta historia a la gente que están muy atentas en escuchar y eso es muy bonito que te escuchen, incluso que muchas veces ni se conocen pero que conectaste con esa persona, le contaste tu historia, le contaste tu vida y esa persona le fue

			tan importante esta historia que te da una devolución con tu cuerpo, con su voz, con sus ideas desde la espontaneidad.
--	--	--	--

Anexo 6: transcripción de la entrevista a Graciela Galindo**ENTREVISTA GRACIELA GALINDO, 17 DE AGOSTO DEL 2022, 3:04 PM****Arline**

Me gustaría saber antes de iniciar que me dijeras unos datos tuyos personales como nombre, edad, país, grado académico y ¿qué podrías decir sobre quién es Graciela Galindo Orozco?

Graciela

Órale. Bueno mi nombre de batalla es Graciela Galindo Orozco, pero mi acta de nacimiento dice Graciela del Carmen del Sagrado Corazón Galindo Orozco. Dentro de 8 días voy a cumplir 73 años. Soy de origen Psicóloga, del área educativa, tengo una Maestría en Desarrollo Humano en el 94 en la Universidad Iberoamericana, Campus Santa Fe, Doctorado en Ciencias de la Educación, soy mexicana, vivo en la Ciudad de México. Después de trabajar por 30 años en la administración pública en proyectos sociales y educativos prioritarios para el gobierno federal, me retiré, me jubilé y ahora me dedico a la Academia. Me dedico a dar clases y a investigar, a escribir, a pasarla bien con mi marido y bueno pues, esa soy yo así en términos formales. Ahora, ¿quién soy yo? Pues, Soy una mujer digamos comprometida con los demás, con el desarrollo social de los demás, comprometida con trabajar para disminuir la equidad, aumentar la igualdad de oportunidades, una mujer que se siente ahorita a esta edad que tengo, plena, las cosas que hago, los vínculos con mis alumnos, me llena de orgullo el que a esta edad la universidad me considere y me siga contratando. Yo le decía a una compañera maestra que cumplió 80 años, no pues yo que ahora que cumplí 70 años yo creo que ya me voy a retirar y me dijo “quién te dijo que las personas de setenta ya se tienen que retirar y dejar de dar clases cuando más experiencia tienes y más seguridad en ti misma hay”. Entonces bueno, sigo dando clases, soy una persona que cree en que trabajar siguiendo los postulados y la perspectiva Rogeriana se puede funcionar mejor en el mundo y puedes aumentar tus niveles de conciencia, te puedes dar cuenta desde un trabajo muy personal qué es lo que ya no quieres cargar ni a quién ya no quieres cargar y seguir adelante, seguir compartiendo. Yo he encontrado en el ECP una manera de ser feliz, de aceptar mi condición mi vida, yo en realidad cuando digo que tengo un doctorado en educación, más bien digo que

tengo un doctorado en Desarrollo Humano, o sea, a mí, lo que me ha servido en mi vida es leer y profundizar y tratar de aplicar todos los principios de Carl Rogers, todos los principios del ECP. Es decir, el ECP es como una línea transversal en mi vida no, esta vida de aceptación, de ayuda a los demás, de compromiso, de escucha... Y bueno, esa soy yo que por encima de todo ama la docencia. Me gusta mucho vincularme sujeto a sujeto con mis alumnos, de persona a persona, no los veo como fuente de ingreso, como objetos de investigación sino como personas con las que me vinculo, aprendo, comparto, y bueno, esto es lo que diría que soy yo.

Arline

Muchísimas gracias, Graciela, la siguiente pregunta sería ¿Cómo entraste al mundo del ECP?

Graciela

Pues mira fue muy curioso porque yo estudié psicología en la Universidad Iberoamericana campus Campestre y siempre consideré que tuve una excelente formación como psicóloga y yo me formé además en toda la tradición conductista así de hueso colorado porque era la perspectiva que en los años 70's se estudiaba en las licenciaturas de psicología y bueno cuando terminé la licenciatura varias de mis compañeras, de mis amigos, de gente muy cercana, se fue a hacer un posgrado y entonces yo dije, no, yo voy a irme a trabajar al mundo real que, si me voy a hacer un posgrado pues qué voy a aportar, qué voy a discutir si yo no sé nada de la vida, del mundo. Entonces, me fui a trabajar, pues como 25, 20 años a la administración pública haciendo mucho trabajo de campo, mucho trabajo de diseño de programas educativos, trabajé en proyectos y programas de niños de la calle, trabajé mucho y participé en el nuevo programa curricular de primer y segundo año de primaria. En fin, yo siempre estaba metida en proyectos en proyectos prioritarios de la administración pública. Y un día yo me sentía que ya todo lo que había aprendido en la Ibero estaba viejo, caduco y que ya eso no me gustaba y que yo tenía que aprender otras cosas, incursionar y entonces yo me metí a la maestría de sociología. Y definitivamente, vi que eso no era lo mío. Pero ahí en ese tiempo, un día fui a una junta a la Ibero comisionada por mi trabajo y en esa junta estaba Alberto Segre, entonces él empezó a hablar de lo que era la maestría, jaja bueno

yo no sé por qué Alberto siempre está vendiendo la maestría aún hoy en día, y empezó a hablar del Enfoque Centrado en la Persona, de lo que se esperaba, de lo que era el perfil de egreso y yo me acerqué a Alberto y le dije: “yo quiero eso, estoy segura”. Y entonces él me dijo: Corre porque hoy se cierran las inscripciones. Entonces me fui y hablé con la coordinadora y se portó muy flexible y me hicieron los exámenes y total entré y ahí fue donde se revolucionó mi vida y cambió radicalmente, encontré un nuevo sentido a mi práctica profesional, como compañera y esposa y amiga de Federico, un nuevo sentido a mis lecturas, empecé a leer otras cosas, ya no leía cosas de la metodología positivista sino que leí y me chupé, absorbí y me comí toda la obra de Rogers y ahí entonces me empezó un furor no, por aprender cada vez más por el enfoque, era una transformación personal que fue lo que también a mi me pasó y así fue entonces como llegué al enfoque y ya nunca me salí. Yo siempre estuve, incluso, aplicando los principios del enfoque haciendo trabajo comunitario desde el enfoque, ya no desde la perspectiva más científicista sino convocando a la reflexión, al diálogo, a darle la voz al otro, a comprender la subjetividad del otro, cambié radicalmente de perspectiva, de lugar y desde entonces no me he movido de ahí y yo sigo profundizando toda la gran obra de Rogers, porque tú aunque leas algo y lo vuelves a leer encuentras algo que no viste en la primera lectura y que ahora te enriquece más. Entonces siempre es como estar revisando su obra, discutiéndola con los alumnos. Yo doy una materia que es Metodología y cuando los alumnos necesitan ir a hacer el trabajo de campo, les digo que deben ir con las actitudes de Rogers, con las actitudes de relaciones de ayuda, de la escucha del otro y no necesitas ir desde una postura de poder sino desde un lugar horizontal. Y entonces, yo me siento realizada con promover, desarrollar y escribir sobre todo con el enfoque y posicionar y decir que la epistemología del enfoque es distinta porque es algo muy propio, muy sui géneris y pues así fue como llegué y ya no me salí.

Arline

¿Qué es el desarrollo humano personal para Ud?

Graciela

Yo creo que el desarrollo humano es una manera, un camino, de estudiar y de comprender los problemas de la existencia humana. Es una forma de trascender lo tangible, lo inmediato para centrarte en la esencia, lo importante, te permite ir hacia un trabajo de conexión con el todo, un trabajo de trascendencia, de espiritualidad partiendo de eso trabajo intrapersonal primero para después hacer un trabajo interpersonal con los demás.

Arline

¿Qué le ha aportado el ECP al desarrollo humano?

Graciela

Mira, yo siempre discuto con mis alumnos, yo ahorita tengo dos grupos y una de mis alumnas dijo que quería hacer una tesis del desarrollo humano de los constructos de Rogers, entonces yo le dije: Mirá, el desarrollo humano es el concepto global, amplio y el ECP es la perspectiva de Rogers, es la teoría de Rogers. Entonces Rogers nunca habló de desarrollo humano porque no había ese concepto dentro de la jerga de Rogers. Desarrollo humano, en México fue un invento de Juan Lafarga cuando a finales de los años 60's la Ibero comenzó a diseñar ya en serio la maestría de Desarrollo Humano, que va a cumplir pronto 50 años, aquí en la Ibero de Santa Fe. Entonces cuando Juan Lafarga vino de Chicago, Estados Unidos, él organizó un grupo de Counseling o Counselor, que se llaman en USA y en Latinoamérica y se integraron una cantidad de jesuitas y de profesores que recetaban y validaban mucho a Juan Lafarga, el cual tenía un grupo grande por algún tiempo y que tuvo mucho éxito. A partir de ahí, la coordinación, el Departamento de Psicología, la Vicerrectoría empezaron a decir que si eso tenía tanto éxito por qué no diseñaban una Maestría en forma y se registra y se organiza por créditos y semestres, se le asignan profesores y entonces diseñaron la Maestría y ahí vino el asunto de cómo la iban a llamar y llamarlo Maestría en Counseling eso no iba a pegar porque era una cosa gringa y entonces Juan Lafarga propuso llamarla Maestría en Desarrollo Humano desde el Enfoque Centrado en la Persona. Eso fue a principios de los 70's. Pasa el tiempo y en 1995 aparece el Programa de Naciones Unidas con su propuesta de Desarrollo Humano, pero desde la perspectiva económica y social que establece que la

sociedad debe cumplir ciertos aspectos e índices de desarrollo humano en los diferentes países y luego a los estados, ciudades, municipios y se hace todo un trabajo de algoritmos para precisar el índice de desarrollo humano del mundo en términos principalmente económicos. Uno de sus criterios era Vida larga y saludable: tener derecho a una vivienda digna, derecho a la salud, derecho a la educación. Y la ONU dice que si uno quiere tener esa vida larga y saludable debe tener acceso a todos estos criterios, pero no te dice cómo, cómo acceder a todo eso, cómo lograr optimismo, confianza en sí mismo, cómo elevar tu autoestima, y entonces el ECP viene a decirte todo eso, o sea es como una ramita de todo lo que implica el desarrollo humano y cuando se le agrega el desarrollo humano personal tienes que combinar los criterios del PNUD con todo lo que es el ECP; nos centramos más en la parte cualitativa, en las actitudes y los valores o sea más del desarrollo de la persona y no solo de su desarrollo económico.

A continuación, se le preguntó a Galindo sobre los 5 constructos planteados en la investigación. Estas fueron sus respuestas.

Creatividad

En primera que ellos tuvieran confianza en sí mismos. La confianza es básica, es indispensable para poder sentir, bueno, la confianza y la seguridad en sí mismos para poder expresarte abiertamente de quién eres, elaborar tus propuestas, lanzarte al mundo y proponer actividades, proyectos, organización alternativa, salirte de lo convencional, de lo normalizado y para eso necesitas tener confianza en sí mismo y trabajar en un ambiente de seguridad. Y eso como consecuencia promueve y acelera, enriquece tu tendencia actualizante.

Cuerpo

Yo diría que aquí en vez de Rogers plantearía a Gendlin que acuña el término experiencial que es todo aquello que se anida en tu cuerpo, en tu mente, en tus emociones, en tus afectos, y que él le llamó experiencial porque es la conexión con todo tu cuerpo, con todo tu ser. Este autor era muy cercano a los planteamientos de Rogers y su teoría la llamó Focusing. Rogers no desarrolló tanto el concepto de cuerpo porque en los años 50's había temas tabúes como

el sexo y hablar de cuerpo estaba prohibido, estaba negado y apenas empezaban los hippies con la libertad sexual así que él habló de sabiduría organísmica.

Comprensión empática

Es ese trabajo de experimentar, digamos que es esa capacidad de conectarme con el otro en la medida que tú escuches al otro, en esa medida se potencializa la empatía. Yo creo que el arte, el escenario es el lugar perfecto para mostrar y desarrollar empatía con el otro, o sea, si tú no brindas empatía por el otro, no puedes ser actor. Para ser actor no se debe juzgar al otro (el personaje) porque es necesario vivir y sentir al personaje.

Funcionamiento pleno

El funcionamiento pleno es un compromiso para toda la vida, es un trabajo que tú debes hacer todos los días en el lugar donde tú estés o sea en el escenario, tras bambalinas, a la hora de escribir el guion, tú tienes que ejercitar el funcionamiento pleno para comunicar al otro, para ser parte del mundo, para darle la voz, para comprender la realidad del otro. Entonces el funcionamiento pleno es como un compromiso que uno hace consigo mismo para toda la vida como la tendencia actualizante que es un proceso de constante reflexión, revisión, empoderamiento de los seres humanos a lo largo de toda nuestra vida. Entonces el TE me imagino que sí es un espacio, un instrumento que contribuye al funcionamiento pleno porque ahí es un espacio donde tú te muestras, donde tú te entregas, en donde tú te comunicas, donde tú comprendes al otro, donde se expresan a plenitud las emociones, los sentimientos, los conceptos, las ideas. Es necesario un deseo, un compromiso permanente de mejora, de esa tendencia actualizante para lograr un funcionamiento pleno.

Aceptación de sí mismo

Es esa capacidad que se tiene para empatizar con el otro, que no necesariamente tienes que estar de acuerdo con el otro pero que aceptas sus ideas, sus maneras de ser, su manera de discernir, su manera de expresarse y no lo juzgas ni lo descalificas. Sin embargo, es una cualidad muy difícil de lograr como ser humano. Siempre tiendes a exigir, que el otro se comporte como tú o eres o como crees que debería de ser y que no se salga de la norma. Es una manera de explorarse a sí mismo, una manera de ser mejores, de desarrollarse como

personas, como grupo, como participantes de una organización. Yo le diría a los integrantes de grupos espontáneos que son privilegiados por la vida, de ser aceptados por ese grupo y que no lo dejen, que se queden allí todo lo que puedan para desarrollarse, para ser mejores. Pero primero debo aprender a respetarme a mí mismo para aprender a aceptar al otro.

Algo más para agregar sobre el aporte de Carl Rogers a la humanidad.

Que tu tesis va a ser una muy buena aportación al desarrollo del TE porque va a posicionar estos constructos de Rogers en el escenario, lo vas a sacar a lo mejor de ser solo una técnica y llevarlo al mundo subjetivo, al mundo fenomenológico, al mundo del crecimiento y desarrollo del ser humano, a acercar horizontes para entablar diálogos profundos como personas y creo que esta propuesta de Rogers es una propuesta fuerte, emancipadora, transgresora de lo normado y que invita a los otros a romper con las ataduras que nos impiden expresarnos, entonces este teatro espontáneo es como el primer peldaño para aprender a expresarnos como somos como personas y después más adelante no necesitar el teatro espontáneo para ser uno mismo porque de alguna manera el TE te forma y te amaciza para ser tú mismo y ser aceptado, emancipado y empoderado. Yo creo que TE es una fuente de empoderamiento.

En los últimos tiempos, en la actualidad otra colega y yo Marielena Figueroa hemos estado trabajando en proponer a Rogers con el ECP no solo como una teoría que se apoyaba en el método fenomenológico sino que el ECP puede ser una transdisciplina, no nada más una teoría psicológica sino que se puede abrir a otras disciplinas como la antropología, etnografía, a la propia fenomenología y quizá el ECP puede llegar a ser un método de investigación propio, un método de investigación con sus propios procedimientos, sus propias estrategias de acercamiento al entablar la relación sujeto a sujeto sin necesidad de decir yo hago fenomenología desde el enfoque sino yo hago ECP como un método independiente del área interpretativa que tiene toda la fuerza y todos los elementos epistemológicos para ser un método. Y esto le vendría muy bien al enfoque, incluso ya fue presentado en un congreso de sociología y fue bien recibido de que el ECP aporte como un método de investigación propio que no necesite de decir que se hace ECP con fenomenología, sino que se hace ECP y punto.

Anexo 7: transcripción de la entrevista al Grupo Focal

INSTRUMENTO DE PARA LA APLICACIÓN EN EL GRUPO FOCAL

I. Inicio o apertura

- a. Bienvenida
- b. Presentación de la investigadora.
- c. Título y breve explicación de los objetivos de la investigación.
- d. Breve explicación sobre la técnica aplicada, así como las pautas para su desarrollo. Precisión con respecto al tiempo equitativo para cada participante.
- e. Compromiso de usar sus respuestas sólo con fines académicos e investigativos.
- f. Invitación a que cada uno se presente: nombre, edad, carrera que estudia, profesión u oficio, tiempo de permanencia en la agrupación.

Fernando Montenegro Artavia

Estudiante de Psicología, III Año. Miembro de Triqui-Traque desde 2022. 23 años. Vive en Tibás.

Aaron Ruiz Medina

Estudiante de Psicología, III Año. Miembro de Triqui-Traque desde 2022. Vive en Desamparados, San José

Mónica Acosta Cabezas

Estudiante de Psicología, IV Año. Miembro de Triqui-Traque desde 2022. Originalmente de Puntarenas, pero desde hace unos 5 años vive en la GAM y 3 de vivir en Heredia. 25 años.

II. Desarrollo de preguntas y respuestas para recabar información

1. ¿Qué es lo que les gusta del teatro espontáneo?

Fernando Montenegro Artavia

En lo personal me ayudó mucho, a expresarme, como a soltar el cuerpo y poner el cuerpo, como decimos en TE. Y dejarme permear por las emociones. Y, por otro lado, me gusta que es como otra forma de escuchar a la gente y en las giras que hemos tenido se nota la calidez que ese encuentro genera. Saber que la gente tiene como ganas de participar y realmente conectar con las historias e incluso de romper con estos roles de actores y actrices, y también ser como parte del grupo. Digamos, entonces que sí, me ha gustado mucho por ese lado, como en aprender de esta metodología y también ver la oportunidad que uno se puede dar para desenvolverse más en ese espacio.

Aaron Ruiz Medina

Creo que en la libertad de poder expresarme de otra manera totalmente distinta a la que estaba tal vez acostumbrado. También esa otra forma que no fuera solo la académica.

Mónica Acosta Cabezas

El teatro espontáneo es como una forma de hacer psicología. Que permite, digamos, hacerlo de forma grupal. Entonces, aunque yo no esté contando la historia y no esté viendo mi historia representada, el simple hecho de estar ahí es sanador, verdad. Porque realmente yo creo en algo que se llama, conectar, sincronicidad. Y pienso que eso es algo muy mágico que pasa en el teatro espontáneo. Usted con el TE logra conectar con las historias, logra conectar con las personas, logran conectar con los actores y las actrices, entonces creo que eso es algo muy bonito. Y como lo hacemos desde la disciplina de la psicología mejor. Pues creo que también está ese componente que le decía antes, sanador. Que incluso no es solamente para el público, sino para las personas que están en la compañía de teatro.

2. ¿Cuáles son las razones de tu incorporación al grupo Triqui-Traque?

Fernando Montenegro Artavia

En mi caso también parte fue un poco de curiosidad y digamos, yo entré bueno, Aaron y yo creo que entramos en el 2020 a la UNA y apenas nos cayó la pandemia, sólo estuvimos como un mes presencial. Empezamos los dos años en virtualidad y hasta ahora presencial. Y sí, habían ciertas funciones de teatro espontáneo que nos pasaban los links y para la Semana de Psicología, por ejemplo, me dio curiosidad y entré y desde esa primera sesión, creo que fue en octubre del 2020, hice clic con el espacio aunque Yo estaba como un espectador, y a pesar de que era a través de pantallas, pero la forma en que uno se sentía parte de ese grupo era tan chiva, luego quise formar parte después de llevar este curso optativo que daba Diego. Entonces, yo quería cómo buscar esta oportunidad, igual como de desenvolverme más y como darme esta oportunidad de jugar, de ser un poco más suelto, digamos.

Aaron Ruiz Medina

Me enteré por un curso optativo que impartía Diego León que creo se llamaba Fundamentos y aplicaciones del teatro espontáneo. Me gustó mucho toda la metodología y entonces decidí entrar. Era como una manera diferente de hacer psicología desde ese enfoque y me generó mucha curiosidad. Me quedó la espinita porque nunca fui muy expresivo y pensé que el TE me podía ayudar para desenvolverme mejor.

Mónica Acosta Cabezas

Entre aquí por una amistad que siempre me decía que fuéramos a tricky, pero yo como que nunca me animaba, verdad. Porque también era mucho, desde lo abstracto porque nunca los había visto presentarse ni nada. Entonces nunca me animé, pero sabía que Diego iba a partir justamente este curso y fue ahí donde conocí a Fer y pues me gustó mucho, entonces igual

decidí el siguiente semestre, incorporarme, pero digamos como que ya tenemos más o menos como un año y medio de estar aventurados en el mundo del teatro espontáneo

3. ¿Qué es el TE para ustedes? ¿Qué les parece si construimos un concepto de TE entre todas y todos?

Fernando Montenegro Artavia

Como una nueva forma de escuchar diferente a lo convencional y esta es una forma de utilizar y escuchar el cuerpo y al grupo, también de cómo nos sentimos en este espacio y qué nuevas formas también de expresarnos podemos generar.

Aaron Ruiz Medina

Una manera de dar valor a las historias cotidianas de las personas

Mónica Acosta Cabezas

Esto no lo inventé yo, pero es como una frase que se me quedó mucho de esa plática que le estamos contando que es como un teatro de chismes de vecinos y vecinas, chismes en el buen sentido, porque a quién no les gusta el chisme, a ud le cuentan un chisme y ud lo escucha atentamente. Entonces es como así, que la gente le cuenta historia a la gente que están muy atentas en escuchar y eso es muy bonito que te escuchen, incluso que muchas veces ni se conocen pero que conectaste con esa persona, le contaste tu historia, le contaste tu vida y esa persona le fue tan importante esta historia que te da una devolución con tu cuerpo, con su voz, con sus ideas desde la espontaneidad.

4. ¿Qué les ha aportado el TE en lo personal y profesional?

Aaron Ruiz Medina

En lo personal yo creo que eso que estaba hablando Fer de, soltarse, de dejar, tal vez como la vergüenza atrás, mandarse y perder el miedo. A estar frente a las personas, por ejemplo, con un público que no sé a mí, por ejemplo, me ayudó a quitarme el miedo a exponer porque yo sí era de los que daban mucho pánico escénico. Tal vez entonces creo que a través de las presentaciones que tuvimos fui soltándome, perdiendo el miedo a estar frente a las personas. Quitarme un poco el pensamiento de ser juzgado por las demás personas y hasta por uno mismo. No sé, me siento como que ya uno a la hora de hacer teatro se centra en eso y usted no piensa en absolutamente otra cosa. Usted se centra en lo que está haciendo y en lo que usted quiere representar y se olvida de lo demás.

En lo profesional hemos trabajado mucho con niños y adolescentes y también con adultos mayores. Creo que como poder involucrarse con estas poblaciones, ya que es como un vistazo ya de lo que se puede realizar a futuro, digamos como profesional en esta área, digamos ya el hecho de conectar con las personas, ver ya la aplicación de lo que nosotros estudiamos en la universidad ayuda mucho a tener otras perspectivas más allá de solo

quedarnos con lo que ensayamos en la Universidad con el profe. Creo que es demasiado rico.

Fernando Montenegro Artavia

De mi parte en lo personal, creo que igual como lo dijeron, dejar de juzgarse a sí mismo, de dejar pasar el error o aprender a jugar con el error. Eso de que si uno sale a destiempo en una escena o si uno no sabe qué hacer o se tropieza, por ejemplo, yo era un mae que se decía Mae no qué patético eso de ser visto pero ahora no, simplemente lo dejo pasar porque igual el espacio es tan bonito que nadie lo juzga a uno que hasta uno juega con eso que los demás se equivocan también y aprende a vivir con eso.

En lo profesional yo diría que aprender como a conectar con las comunidades y bueno ir a las comunidades en sí. Y muy bueno darme cuenta que el trabajo comunitario que más he hecho ha sido con Triqui y no tanto en los cursos de la carrera porque llevamos casi tres años de virtualidad entonces, ese contacto humano diría yo.

Mónica Acosta Cabezas

Que es como un teatro de chismes de vecinos

5. ¿Qué aporta el TE a las comunidades donde se presentan?

Aaron Ruiz Medina

Bueno, les le puedo contar acerca de una experiencia en las giras que hacemos a un lugar específico en Guanacaste que de hecho es porque, una compañera del grupo está haciendo su tesis en relación con una población que tiene una enfermedad que se llama enfermedad renal crónica no tradicional y entonces esas personas reciben este tratamiento de diálisis y no reciben ningún tratamiento psicológico, el tratamiento médico en sí es exclusivamente médico. Entonces no hay ese acompañamiento psicosocial para esas personas, entonces creo que el hecho de poder acompañar el proceso desde otra área, más allá de simplemente lo médico, lo biomédico, creo que les aporta mucho y el hecho de sentirse también como acompañados y escuchados con esa experiencia, que no tienen la oportunidad de contárselos muchas veces ni a los médicos. Es como una perspectiva diferente de la enfermedad más allá de lo médico

Fernando Montenegro Artavia

Para mí esas giras que hicimos a Guanacaste fueron maravillosas, fueron los primeros dos acercamientos con comunidades y recuerdo algo que nos dijo un señor que él deseaba que hubiera más gente ahí, y que no sólo fueran ellos o sea, que él pudiera llamar a los vecinos y que también llegaran al lugar donde estábamos para participar del grupo. que ellos tal vez se tengan como esas ansias Y ese gusto por estar ahí y que sea les cambió completamente el rostro

Mónica Acosta Cabezas

He tenido muy pocas experiencias presenciales porque hasta el semestre pasado fue que volvimos a la presencialidad para poder hablar como comunidad como tal y solo tengo una experiencia que es esta misma gira que están hablando mis compañeros pero yo creo que le permite a las personas ver diferentes perspectivas de su situación porque, bueno, esto lo veía en un curso de psicología grupal que hablábamos que el TE permite a las personas como regresar a su reacción natural o sea, como que todas las situaciones que le vayan a pasar a usted en la vida van a estar mediadas por la respuesta que socialmente se espera que usted tenga como por ejemplo si usted enfrenta un duelo es esperable que esté triste, que llore y que se sienta mal, pero hasta cierto punto, porque la idea es que no se tenga que enloquecer como querer tirarse a la tumba y mucha gente se contiene de reaccionar así y de regresar a su reacción natural porque está dentro de la categoría de cómo se debe reaccionar ante ciertas situaciones. Y el TE permite si no sentirlo, verlo como el ejemplo del señor en Guanacaste que dijo que cuando le dieron el diagnóstico de la enfermedad ya estaba listo para irse al Chapuí (hospital psiquiátrico) y que no escuchaba y no veía y como que se volvió loco. Y al preguntarle Diego cuando contó su historia que quién quería que lo representara, me escogió a mi y cuando yo lo hice, yo hice literalmente lo que él dijo, no veía, no escuchaba y me volví loca, me permití en la escena volverme loca. Entonces él se conmovió mucho, bueno yo no lo vi, pero me contaron, porque literalmente tenía vendados los ojos, pero los chiquillos me dijeron que él lloró y entonces ahí pude ver esto como que él volvió a su reacción natural, lo que nos permite involucrarnos en las historias de las gentes y aportar desde nosotros y nosotras, nuestras perspectivas de cómo pudo haber sido la situación y cómo la mayoría de las veces sí acertamos porque nos permitimos todo eso que la gente no se permite porque la sociedad no te deja ir más allá, no te deja explorar bien tus emociones porque estamos muy rígidos, muy medidos y así es como debemos reaccionar. Entonces es un aporte muy importante a la comunidad. Y, además, les muestra otra mirada a las personas de lo que puede hacerse a través de la psicología y entonces hay un beneficio a ambas partes, hay un ganar-ganar.

6. Si tomamos en cuenta que la creatividad es considerada como una tendencia a expresarse y que es innata al ser humano. ¿Qué opinan sobre su generación en los ensayos y las funciones de TE?

Fernando Montenegro Artavia

Yo diría que sí, en la espontaneidad porque a veces uno cuando tiene que salir a escena se queda uno como en blanco y pues tiene uno que transformar las palabras en movimientos, en sonido porque en las presentaciones no se nos permite tanto hablar como diálogos extensos sino como repetir un sonido, repetir una frase entonces sí, uno está pensando en

cómo y ahí está la creatividad en la espontaneidad. También en el momento de unir mi creatividad a la propuesta de otro compañero.

Aaron Ruiz Medina

Ligado a lo que dice Fernando nosotros para para poder hacer algunas representaciones. Bueno en general cualquiera, tenemos ciertos elementos que se yo, por ejemplo, mantas de colores, así grandotas, máscaras, cajones de madera donde podemos como jugar con ciertos niveles para representar, por ejemplo, que se yo, una figura de poder, por así decirlo o una jerarquía. Entonces tenemos como esa libertad para jugar con ciertos elementos, entonces yo creo que la creatividad, desde ese aspecto para jugar con ciertos elementos, está presente.

Mónica Acosta Cabezas

Yo creo que la creatividad está presente siempre. Además, esos cajones y esas telas se pueden convertir en realidad en lo que usted quiera, hasta donde su imaginación le permita. Puede ser hasta desde un carro, un baúl, o sea un agujero negro donde usted se mete y después no puede salir, en fin, muchas cosas. Entonces yo creo que sí está presente. Y más que presente, yo creo que es indispensable. Y también es algo que se puede entrenar y es algo que he aprendido en Triqui.

7. Si el cuerpo recoge la síntesis de lo que somos a nivel emocional, somático, mental, espiritual, histórico y cultural. ¿Qué implicaciones tiene el cuerpo en el TE?

Mónica Acosta Cabezas

Sin el cuerpo no se puede, o sea, el cuerpo es necesario, necesitás el cuerpo porque como es lo que se materializa en la escena, el cuerpo se convierte en una herramienta. Para poder representar o actuar, como lo quiera ver, en la historia que se está contando, al final una, lo pone ahí, literalmente pone su cuerpo ahí y lo puede transformar de muchas formas en sintonía, con lo que se haya contado.

Fernando Montenegro Artavia

Y, en sintonía con los demás, diría yo también, porque creo que ayer lo hablamos en la sesión de Triqui, que a veces cuando uno sale a escena uno piensa como que uno está solo, entonces uno hace la propuesta individual, pero ahí en Triqui, apostamos mucho a la grupalidad, y algo que nos ha costado, siento yo, es que en el semestre pasado, que fue el primer semestre presencial, fue el miedo a tocarnos y que para hacer una propuesta en conjunto implica acercarnos y tocarnos, por ejemplo hombro con hombro, tocarnos los cabellos. No sólo está nuestro cuerpo, sino los cuerpos de los demás y esto en pandemia afectó mucho porque veníamos de un contexto de virtualidad donde no interactuamos y no nos conocíamos tanto. Entonces siento que el semestre pasado, incluso fue todo un reto, poner el cuerpo y acercarnos unos a otros.

Aaron Ruiz Medina

Sí, yo yo creo igual eso que dice Fer, porque el hecho de pasar de la virtualidad a la presencialidad fue un cambio drástico, totalmente fue como un giro de 180° para ver ya como era el teatro espontáneo en sí. Y creo que como lo decíamos, el cuerpo es la herramienta fundamental que uno utiliza en el teatro espontáneo y es la manera en que usted manifiesta la creatividad. Siente la historia de la otra persona, la expresa y en general es como la herramienta que usted tiene para poder realizar el teatro espontáneo.

8. ¿Permite el TE mirar el mundo a través de los ojos de otras personas?

Mónica Acosta Cabezas

Yo diría que sí. Y por un momento pensé, ¿será que también para nosotros que estamos en el lado de la actuación? pero sí, o sea si yo creo como que también una aprende mucho. Como esa historia que yo les contaba de ese señor que yo no pude conocer con los ojos y la forma en la que yo le conocí fue super diferente y fue gracias el teatro espontáneo. Entonces yo diría que sí y normalmente en escena lo que pasa es que las personas pueden ver hasta cuatro perspectivas diferentes de cómo habría reaccionado una persona ante tal situación. Además, no es lo mismo leer teoría en un libro o verlo en clase a que una persona te esté contando su historia. La psicología nos permite empatía al desarrollar una escucha activa e identificar palabras, entonaciones, el lenguaje corporal que también permite desarrollar, diría mejor, como una empatía más atinada.

Fernando Montenegro Artavia

Sí, igual diría que sí, porque trabajamos con historias de personas, y los guionistas, por decirlo así, son las mismas personas que nos presten su historia para representarla, entonces, a veces incluso uno se sorprende, por lo que a uno le cuentan y nada más toca representarla desde el respeto porque salen muchos sentimientos

Aaron Ruiz Medina

Realmente sí. Es impactante porque uno puede estar encerrado en su burbuja y uno dice pucha, esta es mi realidad, pero cuando uno se topa con otras realidades de otras personas es realmente importante saber que hay otras realidades, que uno tal vez se imagina, pero que uno en su momento no le dio tanta importancia, pero al poder conocer esta realidad es muy importante y le mueve a uno cosas.

9. ¿Se podría afirmar que el TE contribuye al logro del funcionamiento pleno? Entendiendo por ello el alcance del potencial humano, la consciencia de lo que somos y lo que queremos ser.

Fernando Montenegro Artavia

Yo creo que sí porque cuando una persona está contando su historia la está reviviendo en su memoria que fue lo que pasó y nos hace tomar consciencia de uno mismo al contar la historia, el peso y cómo te marca actualmente volver al contarlo. En una sesión de TE te hace ser consciente que eso pasó, te afectó de una u otra manera y volver a traer aquí la historia y expresarlo. Y como lo dije anteriormente, Triqui es un espacio seguro y en donde en un semestre he desarrollado en el grupo el sentido de pertenencia a pesar que a muchos no los conozco tan a profundidad pero sé que estamos ahí y sé que ahí yo puedo llevarme a otros lugares que tal vez en otros espacios no puedo, ya sea aquí en la casa o estudiando, entonces, esa oportunidad que uno tiene para desarrollarse, desarrollar la expresión y hacer feo es super bonito y sí es un espacio seguro.

Mónica Acosta Cabezas

Esto que usted dice me recuerda mucho lo de la expresión natural, como volver a su reacción de origen. Estas personas con las que estábamos trabajando en Guanacaste ellos tienen enfermedad renal crónica, yo creo que, aunque no fue algo que trabajamos directamente, me parece que sí, o sea, que la enfermedad no los define, que ellos tienen esa enfermedad pero como seres humanos tienen esa capacidad de sobrellevar la situación por la que están pasando, a pesar de sus condiciones, no solamente por su contexto: del lugar donde viven, de las condiciones de trabajo o situación económica sino que, a pesar en todo eso que están inmersos, la condición de enfermedad no los define y creo que ellos se dieron cuenta de ello y como que no hubo necesidad de reflexionar con ellos sino que ellos mismos reflexionaron y a la pregunta de cómo se sintieron, de cómo se sienten con el grupo, ellos agradecieron mucho de poder contar qué me está pasando, cómo me sentí y poder, digamos como, no sé exactamente la palabra, pero es como asumir ese cómo me siento yo verdaderamente y poder sentirme humano, o sea, también siento miedo, también siento miedo qué me va a pasar corporalmente con la enfermedad, deteriorarme físicamente, la muerte, porque no todos son mayores, había gente joven, qué va a pasar con mi familia, o sea hablar de todo esto y aún así salir diciendo ok estoy pasando todo esto pero sigo aquí, sigo trabajando, luchando por mi vida, por mi familia y dando lo mejor de mis capacidades. También es un reto para una misma, al menos yo no siento que sea una persona tímida o que me cueste expresarme, pero he escuchado historias de mis compañeros donde dicen que Triqui los ayudó a desenvolverse, a mirar a la gente a los ojos, que el TE te ayude a buscar a la gente y ver que son las otras personas las que te quiten la mirada y no vos y crecés como persona en el espacio, incluso terapéutico porque ayer yo le decía a una amiga que yo llego a Triqui a descargar toda mi locura, entonces ya el resto de la semana me siento bien

Aaron Ruiz Medina

En lo personal, el hecho de permearse conscientemente de las otras realidades de las personas, lo hace mucho a uno plantearse dónde está y preguntarse cuáles son sus valores

y lo hace cuestionarse a sí mismo, son muchas cosas a nivel personal que a través de esas experiencias las va exteriorizando y lo hace reflexionar a uno y realmente sí, es como que le da un tipo de brújula a uno mismo sobre dónde quiero llegar, qué quiero llegar a ser o pensar a través de todas estas experiencias que tengo.

10. Si entendemos la aceptación como una valoración que se hace hacia sí mismo, hacia el otro y con el mundo. ¿Cómo se da esa aceptación entre los miembros de Triqui-Traque y con el público que participa en una función de TE?

Mónica Acosta Cabezas

Yo creo que es algo con lo que siempre jugamos en los ensayos. Porque mucho es lo que hemos comentado antes que alguien propone o una propone y la otra persona acepta tu propuesta y tiene una fracción de segundos para replantearse la propuesta, si es que tenía una y poder integrarla con la tuya, pero está igual este proceso de aceptación. Pienso que sería también cuando la persona cuenta la historia y yo digamos como que acepto esa historia, Y acepto, digamos que me pase por el cuerpo y ponerla en escena, porque también una puede escuchar la historia, o sea, hacer parte de las personas a las que el director o la directora haya elegido para esa escena y no querer hacerlo porque, o sea, está más allá de tus posibilidades emocionales, físicas, lo que sea. Entonces una podría no aceptar esa propuesta, pero porque no estás preparada emocionalmente para realizarla.

Fernando Montenegro Artavia

Yo lo interpreté más por el lado, como tal vez las diferencias de cada integrante del grupo, porque creo que la primera sesión recuerdo que habíamos hablado de eso, como que somos un grupo muy diverso, y no nos conocíamos tanto, pero con el tiempo es bonito como formar esta grupalidad a pesar de las diferencias, entonces no sé si a eso se refería como con aceptación

Aaron Ruiz Medina

Yo podría decir sobre todo a nivel grupal creo que ayuda mucho el hecho de que tal vez ese principio de aceptación que todos los grupos bueno, todos los integrantes del grupo tenemos, entonces creo que eso ayuda mucho hasta aceptarse a uno mismo, digamos, dentro de. Y eso es algo que uno aprende a aplicar cuando se trabaja con las personas, entonces creo que sí, sí está muy presente la aceptación.

11. ¿Es o no terapéutico el TE?

Mónica Acosta Cabezas

En el curso de psicodiagnóstico, nosotras vemos el teatro espontáneo como una metodología que se puede utilizar en la terapia, sí, yo creo que sí tiene un componente terapéutico. No es en sí una terapia como que usted está en un grupo de TE y está en terapia, pero se siente

como porque tiene ese factor terapéutico. Si usted está trabajando con un grupo puede utilizar el TE para trabajar ciertos temas. Yo diría entonces que sí puede utilizarse en un proceso psicoterapéutico

Aaron Ruiz Medina

Para mí la verdad sí es terapéutico, porque si me identifico mucho con lo que decía Mónica de llegar a descargar todo lo que usted lleva en los hombros, cargando en la espalda, pues si llega y pum lo suelta, bueno, al menos yo me siento súper libre, ese es mi momento feliz, seguro, yo me desahogo totalmente cada vez que llego a los ensayos de triqui-traque entonces al menos para mí, yo sí lo considero terapéutico definitivamente.

Fernando Montenegro Artavia

Para mí también es terapéutico e incluso saber que esta práctica es un proceso porque aún, al menos yo, he descubierto como que me falta mucho como trabajar en aspectos estéticos, igual por autoexigencias uno quiere cómo “ser mejor”. Pero también a veces me cuesta como desligarme de eso. Pero no importa, o sea, aquí no estamos para ser mejores, digamos, si no para trabajar con lo que podemos. Entonces creo que es terapéutico también porque por eso mismo porque es un proceso. Porque a veces, se trabaja en uno mismo y porque descubre cosas como eso, de que yo no sabía que podía hacer esto. Yo no sabía que podía gritar así. Yo no sabía que podía moverme así, entonces. Es como muy liberador.

12. Formas en una función de TE

Mónica Acosta Cabezas

El director o coordinador le puede poner un nombre a la escena a representar, como por ejemplo “Frustración ansiosa” entonces eso le da una guía para los actores en el qué pero no en el cómo actuar y luego nos da indicaciones utilizando varias formas como la estructura fluida, diapositiva, diamante, pares, miniescenas o la máquina y la escogencia de alguna depende de la historia y así se sale a escena los actores.

13. ¿Hay algo más que quieran agregar sobre su experiencia con el TE o con respecto al grupo Triqui-Traque?

No hubo más comentarios

III. Cierre

- a. Agradecimiento.
- b. Compromiso con presentar los resultados de su investigación en el seno del grupo Triqui-Traque, una vez que haya cumplido sus fines académicos.