

## Introducción

*“El teatro... el más divino pasatiempo del que los hombres cultos y las mujeres virtuosas pueden disfrutar cuando más de dos de ellos se reúnen”*. Voltaire<sup>1</sup>

¡Tercera llamada, tercera...! Es el marco del festival de pastorelas de Miguel Sabido, a principios de los años noventa. Yo tengo, más o menos, unos 16. *Adolescencia propiamente dicha*. Me encuentro frente a un público en el teatro de La Casa del Lago de Chapultepec en la Ciudad de México. Primera escena. Después de un villancico navideño (Gloria in excelsis Deo), quedo en el proscenio. Una hidra de doscientas cabezas me mira, me examina de pies a cabeza y está hambrienta de entretenimiento; espera a que de mi boca salga el primer diálogo de la puesta en escena. Algo que sea digno de su atención. Blanco total en mi mente. Escalofrío. He olvidado el texto por completo (no será la última vez que me ocurrirá). Es demasiada responsabilidad para mí, pienso. Me desconecto de la experiencia interrumpiendo ese contacto. Durante ese lapso de unos segundos, que arriba de un escenario se viven como una eternidad, desfila ante a mí toda clase de introyectos. Emergen recordatorios de mi timidez e inseguridad, de mi inadecuación, de que apenas hace unos días no encontraba nada por lo cual valiera la pena vivir. Me miro con ese vestuario de diablo punk y me pregunto qué demonios estoy haciendo ahí... ¡Soy ridículo! Pausa. De pronto, devuelvo la mirada a ese monstruo con cientos de ojos. Siento un ligero temblor en las manos, las rodillas, en los labios, y al mismo tiempo que un espasmo recorre mi cuerpo, creo que el corazón se me va a escapar por la garganta. Percibo también la presencia de mis compañeros actores atrás de mí. Por allá, entre las butacas, veo o imagino algunos rostros conocidos; amigos, familiares, mi maestra de teatro y directora de la compañía. Respiro. Arraigo mis pies a las tablas sagradas del

---

<sup>1</sup> Tomado de: Clurman, H. (1977) *El divino pasatiempo. Ensayos sobre teatro*. Buenos Aires: EDISAR, p.7.

escenario. De pronto me siento absolutamente presente con todos mis sentidos. No estoy solo. Aún con el eco de los villancicos en mis oídos vuelvo a echar un ojo a mi atuendo y reparo en lo absurdo de la situación. Sonrío y me doy cuenta de que nunca antes en mi vida me había sentido tan fuerte, tan libre y tan feliz. No sé qué tontería dije, lo que sí recuerdo es que me vi obligado a improvisar una frase y el público se rio conmigo. En seguida, todas las líneas del texto reaparecieron en mi memoria de teflón.

La experiencia teatral es un fenómeno del campo. Cuando alguien me pregunta cómo y por qué comencé a trabajar terapéuticamente a través del teatro, la respuesta nunca ha sido concreta. Tampoco la misma, pero siempre recuerdo la anécdota que acabo de compartir. Lo que me han contado otras personas que vivieron algo parecido y los elementos que en todos los casos contribuyeron para que haya surgido una experiencia resiliente con ayuda del teatro. Por un lado sería sencillo afirmar que las bellas artes desde hace muchos años han sido objeto de estudio e interés por parte de la psicología y además han fungido como vía y técnica alterna de expresión, comunicación y trabajo psicoterapéutico para diferentes enfoques. Por otra parte está el hecho innegable de que, quienes solemos abordar maridajes entre un proceso terapéutico y disciplinas como el teatro, la danza, la pintura, la poesía, la música o las artes plásticas, lo hacemos, entre muchos otros motivos, desde nuestra propia historia y reparación, en donde en alguno o varios momentos de la vida fuimos tocados profundamente por el contacto con estas disciplinas.

En la infancia solemos representar personajes y situaciones de manera espontánea y lúdica. Actuar es un juego en el que se va asimilando la vida cotidiana y en el que se ensayan las diferentes identidades que apenas comienzan a forjarse. Tal fue mi caso, aunado a que mis padres me llevaron frecuentemente a ver obras de teatro infantil. Sin embargo, no fue sino hasta mi adolescencia cuando un grupo de teatro escolar y mis primeras vivencias en él, me ayudaron a atravesar por una

etapa de crisis y a enfrentar mi vergüenza ante los otros. Me di cuenta de que no era el único. El grupo nos brindaba contención y la libertad de expresar lo más inconfesable para esa edad. Mis primeros dos maestros de teatro, sin ninguna formación terapéutica pero verdaderos facilitadores de aprendizaje de vida, estuvieron comprometidos a su manera con el proceso y crecimiento grupal y personal. También influyeron en gran medida al habilitar espacios seguros para poder llevar a cabo la transformación, y hoy siguen siendo un referente en mi ejercicio profesional cuando estoy frente a un grupo.

Aquellas compañías teatrales actuaron como campo y fondo para que surgiera un sentimiento de actualización de experiencias obsoletas en la mayoría de los integrantes. No fueron pocos los estudiantes de esos grupos que, habiendo atravesado por momentos de trauma o crisis, se convirtieron en psicoterapeutas, actores, directores de teatro o dramaturgos. Lo que para Melanie Klein (en Wender 1965) se trata de una reparación del yo a través de la vocación y el proceso de búsqueda y formación de la identidad laboral, y que supone al mismo tiempo, la primacía de las pulsiones de vida sobre las pulsiones de muerte, para los gestaltistas ocurre gracias a un sistema de ajustes creativos que surgen en el contacto y en relación con el entorno a partir el despliegue del self.<sup>2</sup>

Numerosos autores han escrito acerca de los beneficios que brinda el teatro al crecimiento y desarrollo de las personas de todas las edades, tal es el caso de Isabel Tejerina<sup>3</sup>, quien ha aportado lineamientos muy valiosos para aplicar en grupos de niños; o nuestro dramaturgo mexicano Emilio

---

<sup>2</sup>El cual, Carmen Vázquez (en Robine, 2016) describe como una serie de contactos que ocurren en el campo, y que se sitúa en la frontera del organismo y el entorno, y por lo tanto, pertenece a ambos, al organismo y también al entorno.

<sup>3</sup> Autora de una propuesta de trabajo muy completa en su libro: *Dramatización y teatro infantil. Dimensiones psicopedagógicas*, México, Siglo XXI.

Carballido<sup>4</sup>, ocupado siempre en el desarrollo cultural y artístico de la juventud de este país. Mi propia Tesis de licenciatura en psicología: *El teatro como técnica alternativa para promover el desarrollo de la identidad en la adolescencia*, fue un intento por comenzar a integrar la psicoterapia y el teatro, en aquél entonces desde una teoría psicoanalítica. Por ahora no es mi objetivo enumerar todas las bondades que nos regala dicho arte. Mi propósito aquí se centra en describir el trabajo de aproximación entre el enfoque Gestalt y diversas técnicas y juegos de expresión teatral cuando acompañan y apoyan a la resiliencia, vistos principalmente a través de una mirada de campo.

## **Teatro gestáltico o Gestalt teatral**

*“El encuentro no se produce en una situación artificial...Cuando dos seres coinciden en un encuentro, alcanzan la mayor verdad de sus vidas”*. Jacob Levy Moreno<sup>5</sup>

Para hablar de la raíz teatral en la terapia Gestalt, me referiré principalmente a lo escrito por Francisco Peñarrubia<sup>6</sup> (2006), quien ha descrito puntualmente cómo el teatro llegó a impactar la vida de Fritz Perls y la forma en que sus experiencias como espectador, actor aficionado y más adelante profesional, llegaron a permearse en su práctica como terapeuta, sobre todo cuando logró integrar sus habilidades de director de teatro con la terapia en grupos de jóvenes y estudiantes en sus presentaciones en público a finales de los años sesenta y principios de los setenta.

Perls recibió una importante estimulación cultural y artística por parte de su madre, quien lo llevó desde temprana edad a presenciar obras de teatro. Eran los inicios del siglo veinte y en Berlín se

---

<sup>4</sup> Escribió numerosas de obras para ser montadas en el contexto escolar en compilaciones como: *Teatro para adolescentes. Un repertorio para estudiantes*, o *DF 52 obras en un acto*.

<sup>5</sup> Moreno, J.L. y Moreno, Z.T, *El Psicodrama. Terapia de acción y principios de su práctica*. Argentina, Lumen-Hormé.

<sup>6</sup> Peñarrubia Francisco, “Otras fuentes de la terapia Gestalt”, en *Terapia Gestalt. La vía del vacío fértil*, México, Alianza Editorial, pp.49-64.

gestaban diversos movimientos culturales y artísticos como el expresionismo, que detonó cambios importantes en las diferentes disciplinas artísticas como la pintura, el cine, y el teatro no fue la excepción. Max Reinhardt, fue uno de los más destacados precursores de este movimiento en el teatro. Fernández y Montero (2011) hablan de ese movimiento como una tendencia hacia un hiper-realismo, búsqueda de la creatividad más allá de la palabra hablada o escrita y la experimentación actoral como eslabón clave dentro del proceso de montaje de una obra teatral. Fritz no era un buen estudiante, se había cambiado a una nueva escuela, el *Askanischer Gymnasium*, con un profesorado más humanista y donde Reinhardt impartía clases. De este maestro, Fritz quedó impactado por la manera en que daba lugar a la realidad al mismo tiempo que a la fantasía en la escena, fomentaba la libertad de expresión, la autenticidad en lo humano y con él aprendió las herramientas básicas en el oficio de los actores y directores.

Dos guerras mundiales, su trabajo con la Cruz Roja, la necesidad de emigrar de Alemania, la continuación de su formación como médico y psicoanalista, la fundación de sus institutos: psicoanalítico en Sudáfrica y Gestalt en Nueva York, respectivamente, así como numerosos viajes por el mundo, pusieron una pausa a la vida teatral de Perls. Peñarrubia<sup>7</sup> revela que fue justamente en Nueva York donde volvió a contactar con el universo teatral gracias a Paul Goodman, quien lo presentó con la crema y nata del movimiento contracultural e intelectual de izquierda de esa ciudad. Entre esos artistas se encontraban los fundadores de *The Living Theatre*<sup>8</sup>, Julian Beck y Judith Malina, quienes en sus representaciones intentaban involucrar a espectadores y actores a partir de un nuevo diálogo. Durante los ensayos de esta compañía, Perls ya ponía en práctica, al dirigir a los

---

<sup>7</sup> *Idém.*

<sup>8</sup> Grupo de teatro experimental y contracultural, fundado en Nueva York en 1947. Su concepto resultaba revolucionario y anárquico, contrario al capitalismo. Intentaban confrontar y sacudir al espectador, volviéndolo más participativo y siendo generadores de experiencias nuevas en él. Daba lugar a la improvisación y a una mayor responsabilidad de creación en los actores. Extendieron su movimiento al invitar a obreros y otros grupos excluidos de la sociedad para lograr un teatro más comunitario e incluyente.

actores, ciertos experimentos en un encuentro que terminaba por tener mucho de terapéutico, ya que daba énfasis a la honestidad y a la relación yo-tú entre las personas.

Otro punto de encuentro entre teatro y terapia Gestalt es el psicodrama, enfoque terapéutico creado por Jacob Levy Moreno, médico, psiquiatra, sociólogo, filósofo y educador, quien realizó grandes aportaciones a la sociometría y el trabajo terapéutico grupal. El psicodrama como enfoque terapéutico consiste en representar los acontecimientos importantes de la vida en lugar de simplemente sentarse a hablar de ellos. Uno de sus objetivos es extender a la acción lo que podría limitarse sólo a las palabras y a la reflexión. En este tipo de psicoterapia, el protagonista actúa una vivencia, una fantasía, un sueño, incluso un diálogo interno entre diferentes partes, a veces opuestas de su misma personalidad como en el trabajo con polaridades. Hay un “director-terapeuta” y otros “actores-pacientes” que funcionan como *yo o egos auxiliares*, cuya función es interpretar los otros personajes o roles que intervienen en esa situación.

Según J. Kriz<sup>9</sup>, Perls tomó de Moreno las técnicas del *cambio de roles*, *la silla vacía* y *el monodrama* (es un monólogo con acción), realizando con ellas sus propias adaptaciones. Perls consideraba la técnica de Moreno como una de las más vitales, probablemente por su compromiso con el diálogo, la relación, la toma de conciencia, la búsqueda de la verdad, la confrontación a través de la honestidad, la espontaneidad, la integración de las diferentes partes de la personalidad y la expresión creativa. Cabe resaltar que a diferencia de Perls, a Moreno no le interesaba tanto el teatro, de hecho, estuvo en contra de esa manifestación artística. Afirmaba que el psicodrama, contrariamente a lo que se piensa, no tuvo un origen teatral en sus inicios y que cuando se dejó influir por éste, el impacto fue más bien negativo. Moreno pensaba que el teatro era una pobre

---

<sup>9</sup> Peñarrubia; *Op.cit.*

imitación de la realidad, y que por tanto, carecía de verdad. Para él, un encuentro teatral era una situación artificial donde las personas, en este caso los actores, actúan lo que no son, un personaje impuesto o una máscara que oculta el verdadero ser. “Mi confrontación con el hombre escondido detrás de la máscara teatral estaba destinada a ser el comienzo de una nueva forma de comunicación, el encuentro” (Moreno, 1995, p.37).

En ocasiones me he cuestionado: si Moreno estaba en desacuerdo con la práctica teatral, ¿Por qué hacer uso del psicodrama dentro de un marco terapéutico-teatral, menos aún, cuando no somos psicodramatistas formados en ese enfoque? También se lo he preguntado a otros facilitadores y terapeutas y hemos coincidido en la respuesta: de igual forma en que Perls halló en la propuesta de Moreno todos los atributos ya enumerados anteriormente, hemos comprobado que ciertas técnicas provenientes del psicodrama, aplicadas a la educación, a la formación actoral, terapéutica y a la misma psicoterapia, poseen un poder expresivo único, sobre todo si son conducidas con ética, responsabilidad y bajo un marco de contención, respeto y acompañamiento, tal y como lo hacemos al trabajar con cualquier otro experimento desde el enfoque Gestalt, donde al mismo tiempo contemplamos como base la fenomenología, los criterios estéticos, la actitud dialogal y lo que ocurre en la frontera-de-contacto de la relación terapéutica. Y sin olvidarnos tampoco de que, así trabajemos con técnicas teatrales o psicodramáticas, siempre tendrá que ser a partir de alguno de nuestros marcos teóricos como fondo.

Para adentrarse más en la historia del psicodrama de Moreno y su uso psicoterapéutico como propone Perls, recomiendo el texto de Peñarrubia<sup>10</sup>; pero para saber más acerca del psicodrama sólo como enfoque psicoterapéutico sugiero que el lector se acerque a las fuentes de los siguientes

---

<sup>10</sup> Peñarrubia; *op.cit.*

autores: Moreno (1995)<sup>11</sup>; Celedonio Castanedo (2008)<sup>12</sup>; Laura Fernández e Isabel Montero (2011)<sup>13</sup>; autoras, gestaltistas y pedagogas teatrales, quienes nos ofrecen una perspectiva sumamente amplia de sus investigaciones sobre teatro y enfoque Gestalt, así como propuestas para abordar el trabajo terapéutico desde ambas corrientes; ya sea que se trate de gente de teatro no familiarizada con nuestro enfoque o bien, para terapeutas que apenas comienzan a aproximarse al teatro.

A propósito de psicoterapia y teatro, resulta sorprendente la enorme cantidad de actores y directores que desconoce el enfoque Gestalt, así como su estrecha relación con el teatro, en cambio, no es de extrañarse que un asunto inconcluso recurrente en ellos, es convertirse en psicoanalistas, principalmente en directores de escena, docentes y algunos dramaturgos. Al mismo tiempo resulta común que una gran cantidad de psicoterapeutas se muestran interesados en la actuación y el teatro. He aquí un tema más a investigar.

## **Teatro y resiliencia como fenómenos del campo**

*“...rechazar las limitaciones habituales del hombre y de los poderes del hombre y extender infinitamente las fronteras de la llamada realidad.”*

Antonin Artaud<sup>14</sup>

Existen hoy en día propuestas de investigaciones muy interesantes acerca del uso de técnicas teatrales y psicodramáticas en comunidades resilientes. Tal es el caso de la tesis de Fabiola A. Besoain (2013), de la Universidad de Chile, quien intervino junto con un equipo de facilitadores

---

<sup>11</sup> Moreno; *op.cit*

<sup>12</sup> Celedonio Castanedo, “Psicodrama” en *Seis enfoques psicoterapéuticos*, México: Manual Moderno, pp.187-251.

<sup>13</sup> Fernández, M. Laura y Montero, Isabel, “El teatro y la terapia Gestalt” en *El teatro como oportunidad. Un enfoque terapéutico desde la Gestalt y otras corrientes humanistas*, España: Rigden Institut Gestalt, pp. 101-122.

<sup>14</sup> Tomado de: Artaud, A. (2001) *El teatro y su doble*. España: Edhasa, p.15.



en la comunidad chilena de Cobquecura después del terremoto de febrero del 2010 que sacudió a ese país sudamericano. Besoain llevó a cabo un proceso de montaje y presentación de una escena de Teatro espontáneo, técnica derivada del psicodrama, donde el grupo recrea y representa su experiencia, en este caso traumática, seguida de su procesamiento, acompañamiento y cierre. Como resultado de tal intervención, se apoyó la elaboración del evento catastrófico y se dio una mayor cohesión en la comunidad al compartir lo que cada quien vivió, generándose empatía y sentido de pertenencia. Todo eso facilitó la sensación de haber sido sobrevivientes y de apoyarse en ese campo, que en este caso fue la misma comunidad y la ayuda externa que recibieron. Cabría la posibilidad de tomar como referente este gran trabajo para ajustarlo a nuestro contexto mexicano y aplicarlo en las comunidades y personas afectadas por los recientes sismos de septiembre del 2017.

Existe otro tipo de intervención teatral que resulta terapéutica al abordar el trauma y la resiliencia, cuyos componentes le permiten ser mirada bajo la teoría de campo. Augusto Boal (1985), dramaturgo brasileño y director de teatro, desarrolló una metodología pedagógica a partir del *Teatro del oprimido*, el cual invita a vivir un proceso en el que las comunidades reasumen su función protagónica en la sociedad. El pueblo se adueña del teatro y va recobrando el poder sobre su propia vida. En su práctica, elimina la línea divisoria entre espectadores y actores, haciendo a todos partícipes. Aproxima y facilita el lenguaje del teatro para que sea utilizado por cualquier persona sin importar si posee aptitudes artísticas o no. Se trata de un teatro del pueblo para el pueblo, donde se promueve la recuperación del diálogo entre oprimido y opresor, aunque en muchas ocasiones esa polaridad se encuentre dentro de nosotros mismos. Boal apunta hacia la responsabilidad social y su impacto, donde lo que más importa no es el resultado final, sino todo el proceso de creación de escenas donde se actúan los conflictos de la vida cotidiana. *En el teatro*

*foro*, técnica derivada del Teatro del oprimido, el público participa y opina, pues no es un observador pasivo. Todos pueden ser actores y espectadores por turnos; entran y salen de la misma escena que se va repitiendo para poner en evidencia las diversas posibilidades al tomar decisiones en un evento determinado. Una vez más, no es importante llegar a un consenso acerca de la mejor decisión, ni lograr que ésta se resuelva. Se trata de mirar las posibilidades, ensayarlas y sostener la excitación ante el conflicto, no sin antes haber co-construido un clima de seguridad, contención y pertenencia, tal y como lo hacemos en la co-creación de un *ground* terapéutico para la intervención en crisis o duelo.

Podríamos continuar nombrando a tantos autores que han contribuido a que la pedagogía teatral alcance a otras disciplinas que hoy se enriquecen y embellecen con esta alternativa que puede aplicarse a los grupos. Tal es caso de Jersey Grotowsky con su *teatro pobre*, donde todo el trabajo creador recae en el propio actor como instrumento expresivo, prescindiendo de cualquier artilugio o escenografía; Constantin Stanislavski, creador del método que renovó al teatro y la forma de actuar poniendo atención a la psicología del personaje y a la memoria emotiva; Antonin Artaud, quien con una mirada revolucionaria devolvió al teatro su carácter ritual; Peter Brook, director contemporáneo quien también innovó y revolucionó la forma de hacer teatro comunitario, o Jaques Lecoq, con su pedagogía y escuela corporal así como su laboratorio a partir de la *máscara neutra*, a quien he recurrido en mis talleres de teatro terapéutico y educativo y que tantas experiencias maravillosas me ha obsequiado. A cualquier terapeuta que esté enfocado al trabajo a partir del cuerpo, lo invito a que revise las aportaciones de este mimo, actor, director y pedagogo teatral, y a quienes se sientan motivados a conocer más acerca del teatro, a que busquen el material de estos autores.

## **La vida del drama o el drama de la vida**

“*El ser se vuelve humano cuando descubre al teatro*”. Augusto Boal<sup>15</sup>

La raíz de la palabra *drama*, proviene del griego *hacer* o *actuar*, y hace referencia a la acción, por lo tanto considero que el enfoque Gestalt en esencia es muy dramático, ya que suele invitarnos al movimiento. Incluso detrás de una pausa o un silencio, a veces yace una acción muy profunda. Bentley (1995) se refería al teatro como la vida del drama, o el drama de la vida, lo cual podríamos traducir como lo que hacemos o actuamos en la vida y la vida de lo que hacemos o actuamos. En ese sentido el teatro terapéutico tendrá la tarea de promover la toma de consciencia, de poner el foco en los conflictos y procesos tanto individuales como grupales y a través de la escenificación, asimilar los dramas personales y comunitarios.

Personalmente he sido testigo de procesos de cohesión social en comunidades que han atravesado por eventos traumáticos, relacionados a la violencia intrafamiliar, experiencias adictivas o represión social, al facilitar encuentros y talleres para niños, jóvenes y familias, siendo parte de diferentes equipos de facilitadores compuestos por docentes, actrices, actores, bailarinas, artistas plásticos y psicoterapeutas. Ahí vimos a padres, hijos y abuelos intercambiando roles entre ellos en representaciones muy divertidas y enriquecedoras. De igual manera, tuve la fortuna de haber dirigido montajes donde toda una comunidad educativa<sup>16</sup> participó de diversas maneras, y donde los docentes junto con sus alumnos de diferentes grados compartieron la escena.

---

<sup>15</sup> Tomado de: Carmen González-Vázquez, *El teatro en otros géneros y otros géneros en el teatro. II Estudios de Teatro Romano en honor del Profesor Benjamín García-Hernández Zaragoza, Libros Pórtico*, 2017, p.341. Recuperado de: <http://revistas.ucm.es/index.php/CFCL/article/viewFile/57810/52072>

<sup>16</sup> Especializada en recibir y apoyar a adolescentes, muchos de ellos resilientes, ya sea con necesidades educativas especiales, o bien a aquellos que son rechazados por instituciones educativas carentes de recursos psicopedagógicos y humanos necesarios para enfrentar la diversidad en los estilos de aprendizaje.

En el teatro, los niños y adolescentes encuentran un refugio apropiado para dar rienda suelta a la libertad emocional. La escena y el proceso colectivo de creación, les brinda la posibilidad de construir un puente entre la realidad y el mundo de la imaginación; descubren su responsabilidad e importancia social, desafían a la vergüenza blandiendo como espada y escudo al sentido de pertenencia y la auto-aprobación. El teatro, así como la música, la danza, el cine, las artes plásticas y la literatura, puede estremecer a niños y jóvenes con la intensidad de un relámpago al otorgarles la posibilidad de vislumbrar un propósito en su existencia.

Durante estos talleres, se intenta propiciar un encuentro significativo, como lo buscaban Perls y Moreno, en el que surgen procesos de interacción e influencia mutua entre todos los elementos que componen la experiencia teatral, ya sea que se trate de un ejercicio, un procesamiento o una presentación en público: los actores, el público como testigo y presencia, los aplausos, las relaciones, las sensaciones, emociones, los temas y escenas de la vida que se representan. Todo forma parte y danza en una coreografía flexible que se desarrolla en voz media; la experiencia teatral modifica a cada integrante y éste a su vez modifica a la experiencia en una especie de *Self teatral*, entretejido por todos los participantes. Esa experiencia pertenece y cambia a todos. Las interrupciones de esos procesos de contacto en el aquí y ahora se hacen evidentes en la escena o durante los procesamientos. Frecuentemente se apoya la proyección en el público participativo por todo lo que observa en los actores que reflejan la esencia más pura del ser humano, y cuando les toca ser actores, los participantes permean algún sentimiento, necesidad o aspecto del que no se habían dado cuenta. Otra interrupción recurrente es el egotismo, el cual se apoya al favorecer la reaparición de la espontaneidad en el juego, la asimilación de la experiencia con el procesamiento grupal, el aprendizaje con ayuda de un buen cierre en cada sesión, las tareas que se llevan a casa, y como lo describe Margherita Spagnuolo (2011), pasar a una situación perceptiva, en la que los

participantes estén al día con sus propias experiencias, y donde sean plenamente conscientes del lugar que ocupan en el mundo.

Todo lo anterior funciona como un gran apoyo disponible en ese entorno para arriesgarse a experimentar la novedad y favorecer los ajustes creativos del grupo y de cada integrante. A partir de la situación dada en un caldeamiento, antes de un ejercicio teatral, la *función ello*, posiblemente perturbada como resultado del trauma o la crisis, brinda la oportunidad de una nueva sensibilización a través de los sentidos y el trabajo corporal. Gracias a la representación de diversos roles y situaciones, se apoya a la *función personalidad*, pues se actualizan y asimilan experiencias difíciles, así como el re-descubrimiento de recursos personales. De tal suerte que también se apoya a la *función yo*, antes inhibida, y que debido al ensayo de opciones, el encarnar múltiples personajes y el juego de posibilidades que se ofrece en cada dramatización o reedición de las experiencias pasadas y de las que podrían ocurrir, recupera su capacidad en la toma de decisiones.

## **Conclusión**

El teatro implica presencia absoluta y la relación con todos los sentidos, de ahí que sea una gran técnica alternativa gestáltica para grupos de personas que han atravesado por situaciones de crisis o de trauma, ya que cuenta con criterios estéticos para valorar la calidad del contacto, tal y como lo propone Francesetti (2013), quien explica que cualidades como la fuerza, el ritmo, la gracia, la intensidad en el contacto y la belleza que de éste emana, pueden servirnos para valorar la salud. La experiencia teatral posee y detona todos estos atributos y apoya como un campo para transformar, como menciona este autor, el sufrimiento en dolor y el dolor en belleza. Delacroix (2006), al hablar de su aproximación con grupos en terapia, también hace mención de lo bello, el arte y la sensibilidad como propiedades estéticas dentro de la terapia Gestalt y que conducen hacia la

espontaneidad creadora y la belleza sensible, que al estar presente en la relación terapéutica promueve la transformación.

El teatro, bajo la lupa gestáltica, nos permite manifestarnos ante el otro o gracias al otro, como dice Robine (2006). Al representarnos a nosotros mismos o al encarnar papeles ajenos al propio, se nos revelan aspectos desconocidos o alienados de la personalidad. Encarnar diferentes posibilidades nos hace mirarnos a la distancia para después reconocernos y re-afirmarnos con más seguridad. El teatro nos regala la posibilidad de asimilar lo más doloroso de la vida a partir de la experiencia escénica en la relación con nuestro entorno, con lo que somos y con lo que no somos, con lo que nos identifica, así como con la otredad. Por eso, dicho encuentro fomenta el awareness y sirve como escenario para dejar emerger los ajustes creativos que pueden conducir el trauma y la crisis hacia el camino de la transformación, ya que ahí, sobre las tablas del teatro, el campo entero estará inmerso en una tarea de sanación: el proceso de creación colectiva.

## **REFERENCIAS**

Artaud, A. (2001) *El teatro y su doble*. España: Edhasa

Bentley, E. (1995). *La vida del drama*. México: Paidós.

Boal, Augusto. (1985). *Teatro del oprimido 1. Teoría y práctica*. México: Nueva Imagen.

Besoain, Fabiola A. (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). Recuperado de:

[http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/130558/Tesis\\_Fabiola%20Besoin\\_Final.pdf?sequence=1](http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/130558/Tesis_Fabiola%20Besoin_Final.pdf?sequence=1)

Carballido, Emilio. (1999). *Teatro para adolescentes. Un repertorio para estudiantes*. México: Editores Mexicanos Unidos.

Castanedo, Celedonio. (2008). *Seis enfoques psicoterapéuticos*. México: Manual Moderno.

Duran, Luis (2018). *Teatro Terapéutico y resiliencia: una alternativa gestáltica y creativa*. Gestalt México. Una publicación de la Asociación Mexicana de Psicoterapia Gestalt, V, (No.4), 61-69. Recuperado de: [https://drive.google.com/file/d/1YCFQXw7jJ7\\_wOiLOMmgYX-A07mard9tg/view](https://drive.google.com/file/d/1YCFQXw7jJ7_wOiLOMmgYX-A07mard9tg/view)

Fernández, M. Laura y Montero, Isabel (2012). *El teatro como oportunidad. Un enfoque terapéutico desde la Gestalt y otras corrientes humanistas*. España: Rigden Institut Gestalt.

Francesetti, G., (2013). *El dolor y la belleza*. Figura Fondo No 33. p. 35-65. Revista del Instituto Humanista de Psicoterapia Gestalt.

González-Vázquez, Carmen (2017) *El teatro en otros géneros y otros géneros en el teatro. II Estudios de Teatro Romano en honor del Profesor Benjamín García-Hernández*. Zaragoza, Libros Pórtico, p.341. Recuperado de:

<http://revistas.ucm.es/index.php/CFCL/article/viewFile/57810/52072> el 25 de junio del 2018.

Moreno, J.L. y Moreno, Z.T. (1995). *El Psicodrama. Terapia de acción y principios de su práctica*. Argentina: Lumen-Hormé.

Peñarrubia, Francisco. (2006). *Terapia Gestalt. La vía del vacío fértil*. México: Alianza Editorial.

Robine, J.M. (2006). *Manifestarse gracias al otro*. Madrid: Sociedad de Cultura Valle Inclán- Los libros del CTP.

Robine, J.M. (Ed). (2006). *La psychotérapie comme esthétique*. Bordeaux: l'exprimerie.

Robine, J.M. (Ed.) (2016). *El self. Una polifonía de terapeutas gestálticos contemporáneos*. Madrid: Sociedad de Cultura Valle Inclán-Los libros del CTP.

Spagnuolo, M. (2011) *El apoyo específico en las interrupciones de contacto*. Figura Fondo, Edición Especial 2. México: Instituto Humanista de Psicoterapia Gestalt pp. 9-23.

Tejerina, Isabel (2001) *Dramatización y teatro infantil. Dimensiones psicopedagógicas y expresivas*. México: Siglo XXI

Wender, L. (1965) *Psicoanálisis de la vocación*. Revista de Psicoanálisis. Buenos Aires. Tomo XXII- No 1-2 pp. 69-97.