

Mgt. Katerine Gudiño Bonilla

DRAMATERAPIA

Certificación Terapeuta Artístico



TRASCENDER
ARTES TERAPÉUTICAS

© Academia Trascender Artes Terapéuticas 2024

Quito- Ecuador

Contenido

¿QUÉ ES EL TEATRO?	3
TEATRO APLICADO	3
TEATRO Y PSICOLOGÍA.....	4
TEATRO TERAPÉUTICO.....	5
CORRIENTES TEATRO TERAPÉUTICAS	6
Teatro de la espontaneidad	6
Psicodrama.....	6
Teatro del oprimido	7
El arcoíris del deseo.....	7
Sociodrama	8
Teatro playback.....	8
Teatro terapéutico gestáltico (TTG).....	9
Esquizodrama	9
Psicoteatro.....	10
Escenoterapia	10
DRAMATERAPIA COMO ENFOQUE CENTRAL	11
Fundamentos teóricos.....	11
Enfoque humanista: recursos, creatividad y personajes....	11
El rol del terapeuta artístico en Dramaterapia	11
CONSTRUCCIÓN DE ESCENAS, PERSONAJES Y ATMÓSFERAS SIMBÓLICAS EN DRAMATERAPIA.....	12
EL ROL DEL TERAPEUTA ARTÍSTICO DESDE LA DRAMATERAPIA.....	13

Función, límites y presencia del terapeuta en escena	13
Acompañamiento creativo y ético	13
Sostener el espacio simbólico y emocional	14
APLICACIONES DE LA DRAMATERAPIA	14
Ámbitos educativos, comunitarios y de desarrollo personal	14
Posibilidades de adaptación para distintos públicos	15
RECURSOS ESCÉNICOS EN LA DRAMATERAPIA.....	15
La máscara como vehículo de expresión	15
La utilería como símbolo	16
El vestuario como transformación simbólica	16
Recursos expresivos complementarios	16
CONCLUSIONES	17
BIBLIOGRAFÍA	17

¿QUÉ ES EL TEATRO?

El teatro puede abordarse desde múltiples enfoques: etimológico, histórico, social o simbólico. En el contexto del teatro terapéutico, interesa destacar su dimensión expresiva y su estrecha relación con el bienestar emocional. Al conectar al ser humano con su cuerpo y el momento presente, el teatro se convierte en un camino de autoconocimiento.

Desde tiempos remotos, la humanidad ha recurrido a la representación como medio de expresión. En las primeras tribus, imitar al sol, la lluvia o los animales constituía una forma de comunicación simbólica. Este componente ritual pervive en el teatro actual, concebido en la antigua Grecia durante las celebraciones a Dionisio.

A lo largo de la historia, el arte teatral ha oscilado entre lo ritual y lo naturalista. Stanislavski promovió la actuación realista, sin eliminar del todo el carácter simbólico del teatro, que sigue siendo un fenómeno colectivo. La identificación del público con los personajes convierte al espectador en un agente activo del hecho escénico.

Etimológicamente, drama significa “acción”. Esta conexión con el movimiento y el cambio sitúa al teatro como un espejo de la existencia humana. Su riqueza reside en su capacidad para representar múltiples posibilidades, como lo señalaba Arthur Miller al comparar el teatro con los azares de la vida. En definitiva, el teatro es presencia, creación y transformación.

TEATRO APLICADO

A lo largo de la historia, el teatro ha adoptado diversas formas en relación con los contextos sociales y culturales de cada época. No existe una única manera de hacer teatro; múltiples corrientes han enriquecido el lenguaje escénico.

El enfoque que aquí nos convoca es el teatro aplicado, una modalidad que utiliza herramientas teatrales con fines pedagógicos, comunitarios y terapéuticos. Esta perspectiva prioriza el proceso por sobre el resultado estético, promoviendo el desarrollo personal y social. Aunque el término se popularizó en los años noventa, el uso del teatro con fines educativos y sociales tiene raíces más antiguas. Con el tiempo, este campo se ha ampliado y diversificado.

La clasificación más extendida del teatro aplicado se divide en tres grandes áreas:

- **Teatro educativo-social:** teatro del oprimido, foro, invisible, popular, documental, pedagógico, sociodrama, playback, entre otros.
- **Teatro terapéutico:** dramaterapia, psicodrama, arcoiris del deseo, teatro gestáltico, escenoterapia, narradrama, improterapia, teatro transpersonal, coaching teatral, etc.
- **Teatro en otros contextos comunitarios:** hospitales, escuelas, cárceles, empresas y otros entornos institucionales.

El teatro terapéutico, en particular, destaca por situar al individuo en el centro del escenario, promoviendo la expresión emocional a través del cuerpo, la dramatización y el símbolo. A diferencia de las terapias verbales, esta práctica utiliza la escena como espacio de exploración profunda.

TEATRO Y PSICOLOGÍA

El teatro, tal como se conoce hoy, tiene raíces en la antigua Grecia. Aristóteles, en su obra *Poética*, introduce el concepto de catarsis, entendido como una purificación emocional generada por la identificación del público con los personajes trágicos. Esta noción fue retomada más adelante por el psicoanálisis, particularmente por Freud, quien la define como la liberación de emociones reprimidas. Desde sus orígenes, el teatro ha operado como un medio de expresión emocional profunda, con una función terapéutica implícita.

A lo largo de la historia, diversos autores y corrientes han desarrollado propuestas teatrales con una fuerte carga psicológica, aunque no necesariamente concebidas como teatro terapéutico. Antonin Artaud, con su teatro de la crueldad, propone una experiencia intensa que busca mostrar lo reprimido, provocar al espectador y hacer visible la oscuridad humana. Su enfoque es esencialmente catártico.

Jerzy Grotowski, por su parte, plantea el teatro pobre, una forma escénica centrada en la autenticidad del actor y en el proceso de autoexploración. Su ideal del "actor total" o "actor santo" apunta a la integración cuerpo-mente en el presente, como medio de disolución de la máscara y búsqueda de lo esencial en el ser.

El teatro existencialista, representado por autores como Sartre y Camus, expone la angustia y el sinsentido de la condición humana. Esta corriente profundiza en el sufrimiento y la incertidumbre, generando un espacio catártico que confronta al espectador con su propia existencia.

Eduardo Pavlovsky, desde Argentina, integra sus conocimientos en psicología con el teatro para desarrollar el

teatro del estupor, una crítica social expresada desde el vínculo entre personaje y realidad interna. Propone que el actor se conecte con partes de sí mismo para representar cualquier rol, reconociendo que todos los personajes existen en potencia dentro de cada ser humano.

Estas y otras aproximaciones han puesto de manifiesto el potencial del teatro como espacio de transformación, conciencia y autoconocimiento. Lejos de limitarse a una función estética o lúdica, el teatro ha sido también una herramienta filosófica y terapéutica, revelando al individuo a sí mismo a través de la acción escénica.

TEATRO TERAPÉUTICO

El teatro terapéutico es una forma de intervención que utiliza recursos del arte escénico con fines de autoconocimiento, expresión emocional y transformación personal. A diferencia de la terapia verbal tradicional, este enfoque pone el cuerpo, la acción y la escena en el centro del proceso, permitiendo acceder a vivencias internas desde lo simbólico y lo experiencial.

Se apoya en corrientes como la gestalt, el psicoanálisis, el humanismo, la bioenergética y la psicología transpersonal. Integra herramientas como la improvisación, el uso de máscaras, dramatizaciones, movimiento expresivo, juegos escénicos y sonorización. Las sesiones suelen estructurarse en tres fases: caldeamiento, dramatización y cierre, favoreciendo así el tránsito entre lo corporal, lo emocional y lo reflexivo.

El trabajo se realiza en un espacio simbólico, donde elementos como objetos, luces, música o vestuario pueden acompañar la escena. Técnicas como el cambio de roles, el soliloquio, la silla vacía o el espejo permiten externalizar conflictos y ensayar nuevas formas de ser.

La metodología teatral aplicada a fines terapéuticos incluye recursos como la improvisación, la creación de personajes, el uso de máscaras, el trabajo con escenas simbólicas, la dramatización de situaciones personales o ficticias, y el juego de roles. Estas herramientas favorecen la expresión de lo no dicho, el acceso a contenidos inconscientes y la posibilidad de explorar alternativas de acción. Moreno (1972), creador del psicodrama, sostenía que “el acto teatral libera la espontaneidad creativa del individuo y lo conecta con su capacidad de transformación”.

La acción escénica, más allá de la palabra, permite representar, comprender y transformar. No se trata de construir personajes ficticios, sino de interpretar partes auténticas de uno mismo. El juego, como espacio de exploración sin juicio, facilita la emergencia de nuevas formas de expresión y comprensión.

Inspirado en la noción de arquetipos y en la metáfora teatral de la vida, el teatro terapéutico se convierte en un laboratorio simbólico donde cada persona puede reconocerse, crear, y dar forma a una versión más libre y consciente de sí misma.

Existen diversas corrientes dentro del teatro terapéutico que, si bien comparten el uso del lenguaje escénico como herramienta de transformación, se diferencian en sus fundamentos teóricos y metodológicos. Entre las más reconocidas se encuentran la dramaterapia, el psicodrama, el teatro terapéutico gestáltico, la escenoterapia, el teatro del oprimido, el narradrama, el teatro coaching, la improterapia, el teatro playback, el psicoteatro y la multiplicación dramática.

Cada una de estas propuestas aporta una mirada particular sobre el trabajo con el cuerpo, la emoción y la escena como caminos para el autoconocimiento. A continuación, se abordará con mayor profundidad la dramaterapia, corriente que constituye el enfoque central de la metodología como terapeuta artístico.

CORRIENTES TEATRO TERAPÉUTICAS

Teatro de la espontaneidad

El teatro de la espontaneidad fue desarrollado por Jacob Levy Moreno como una forma de llevar experiencias personales y colectivas al escenario mediante la improvisación. Parte del principio de que toda persona es protagonista de su propia vida y puede transformar su realidad a través de la acción escénica.

La espontaneidad es el eje central de esta metodología, entendida como la capacidad de responder con creatividad ante lo conocido y lo nuevo. En las sesiones, los relatos compartidos por los participantes son dramatizados por actores o miembros del grupo, generando escenas que invitan a la reflexión y a la resignificación simbólica.

Moreno propuso cuatro variantes: teatro de conflicto, inmediato, terapéutico y del creador. Estas formas han influido en otras corrientes como el teatro del oprimido, el playback y la multiplicación dramática. Su valor reside en generar espacios de transformación colectiva a través del juego grupal, la creatividad y el vínculo humano.

Psicodrama

El psicodrama es una de las corrientes más influyentes del teatro terapéutico. Fue creado por Jacob Levy Moreno en la década de 1920, quien lo definió como un método para explorar la verdad del alma a través de la acción. Su objetivo principal es fomentar la espontaneidad, clarificar conflictos internos y facilitar lo que Moreno llamó el saneamiento del rol.

Basado en la dramatización de experiencias pasadas, presentes o futuras, el psicodrama permite representar situaciones significativas que ayudan al individuo a reorganizar emociones, ampliar su comprensión y ensayar nuevas formas de respuesta. Su fundamento teórico se apoya en la sociometría, herramienta que estudia las relaciones interpersonales dentro del grupo.

Una sesión psicodramática se organiza en tres fases: caldeamiento, acción y sharing. En la primera se prepara al grupo o al protagonista; en la segunda se representa la situación a trabajar mediante técnicas como cambio de roles, soliloquio, espejo o doblaje; y en la tercera se comparten reflexiones del grupo, sin juicios ni consejos, fortaleciendo la resonancia emocional.

El equipo se compone de un director, el protagonista, los yo auxiliares y el público. El director guía el proceso, mientras los yo auxiliares representan figuras del entorno del protagonista. El espacio escénico incluye objetos simbólicos que facilitan la representación de emociones y vínculos relevantes.

Entre los conceptos centrales están la teoría de los roles (psicosomáticos, psicodramáticos y sociales), la tele (percepción afectiva auténtica entre personas) y la transferencia (proyecciones distorsionadas basadas en experiencias pasadas).

El psicodrama promueve la espontaneidad como capacidad de actuar de forma nueva o adecuada en diferentes situaciones. Moreno comparaba esta habilidad con un piano: muchas personas solo usan unas pocas teclas, mientras que el psicodrama ayuda a descubrir toda la gama de posibilidades emocionales.

Esta metodología ha sido aplicada en contextos clínicos, educativos y comunitarios. Su integración de cuerpo, emoción y acción la convierte en una herramienta poderosa para el crecimiento personal y grupal. El legado de Moreno sigue siendo una base fundamental en las prácticas contemporáneas de teatro terapéutico.

Teatro del oprimido

El teatro del oprimido es una metodología creada por Augusto Boal en los años 70 como herramienta de concientización y transformación social. Inspirado por Brecht, Moreno y Freire, propone un teatro participativo donde el espectador se convierte en protagonista de la escena y agente activo del cambio.

Su objetivo es visibilizar situaciones de opresión y generar espacios de reflexión y acción colectiva. El concepto de espectador rompe con la pasividad del público, permitiendo que este intervenga directamente en el desarrollo de la escena. El joker o curinga actúa como mediador entre actores, público y conflicto.

Entre sus modalidades se encuentran el teatro foro, el teatro legislativo, el teatro invisible, el teatro imagen y la estética del oprimido. Además, incorpora técnicas psicodramáticas como el soliloquio, el espejo y el cambio de roles.

Una de sus variantes, el arcoíris del deseo, trabaja sobre opresiones internas y conflictos personales desde lo simbólico, favoreciendo la toma de conciencia y la expresión emocional. En conjunto, el teatro del oprimido convierte el escenario en un espacio de ensayo para transformar la realidad, promoviendo participación, escucha y justicia social.

El arcoíris del deseo

El Arcoíris del Deseo es una metodología desarrollada por Augusto Boal dentro del marco del teatro del oprimido, orientada al trabajo con opresiones internas. A diferencia de otras técnicas centradas en conflictos sociales, esta propuesta se enfoca en los bloqueos psicológicos, deseos no expresados y tensiones internas del individuo. Boal la creó tras su experiencia en Europa, donde observó que muchas opresiones eran más subjetivas que externas.

La técnica introduce el concepto del “poli en la cabeza”, una metáfora del opresor interno que actúa como una voz crítica o limitante. A través de la representación simbólica de estas fuerzas, se promueve la toma de conciencia emocional y la posibilidad de transformación.

Boal estructura el método a partir de tres principios: ósmosis, que sitúa al individuo en constante relación con el grupo; metaxis, que reconoce la coexistencia entre la realidad externa y la interna; e inducción analógica, que permite la construcción de nuevas imágenes a partir de la percepción grupal.

Las herramientas del Arcoíris del Deseo se organizan en técnicas y modos. Las técnicas pueden ser:

- **Prospectivas**, como “imágenes de las imágenes” o “rashmon”, orientadas a la exploración inicial.
- **Introspectivas**, como “el poli en la cabeza” o “imagen telón”, que trabajan la dimensión emocional profunda.
- **De extraversión**, como “romper la opresión” o “somatización”, enfocadas en canalizar o liberar tensiones.

Los modos son intervenciones breves o complementarias como “para y piensa” o “foro relámpago”.

El Arcoíris del Deseo invita a explorar la complejidad interna de cada persona, permitiendo visualizar sus contradicciones, identificar condicionamientos y generar nuevos sentidos. Es una técnica introspectiva y profundamente expresiva, ideal para procesos de desarrollo personal desde lo escénico.

Sociodrama

El sociodrama es una metodología desarrollada por Jacob Levy Moreno que se enfoca en los conflictos grupales, a diferencia del psicodrama, que trabaja con un individuo como protagonista. Se trata de un método basado en la acción y en el análisis de los roles que las personas asumen dentro de un grupo social, con el objetivo de comprender y transformar dinámicas colectivas.

Se aplica en contextos como familias, equipos de trabajo, instituciones o comunidades, y permite representar situaciones reales que afectan al grupo. A través de la dramatización, los participantes asumen distintos papeles para explorar conflictos, generar empatía y buscar soluciones. El facilitador puede utilizar técnicas del psicodrama, como el cambio de roles, para favorecer la comprensión mutua.

El proceso incluye la elección de un tema significativo, la escenificación con recursos expresivos y materiales, y una etapa de reflexión colectiva. Aunque el foco está en lo grupal, también se valora la experiencia subjetiva de cada participante, especialmente durante el cierre.

El sociodrama se basa en la sociometría, que permite analizar las relaciones dentro del grupo, como los liderazgos, alianzas o tensiones. Su finalidad es favorecer la toma de conciencia colectiva, mejorar la comunicación y promover la construcción de nuevos roles

Teatro playback

El teatro playback es una forma de teatro espontáneo creada por Jonathan Fox y Jo Salas en los años 70. Inspirado por el psicodrama, el teatro del oprimido y las culturas tradicionales, surgió como una herramienta para representar experiencias personales a través de la improvisación escénica.

Durante una sesión, actores y músicos dramatizan historias narradas voluntariamente por el público. Estas pueden abordar recuerdos, emociones, deseos o conflictos, y su representación simbólica permite resignificar lo vivido en un entorno cuidado y colectivo. Cada función es única, ya que depende de los relatos surgidos en el momento.

Jo Salas identifica tres pilares de esta práctica: historia personal, ritual estético y contexto. La fidelidad al relato es esencial; los actores no deben distorsionar la historia con sus propias interpretaciones, sino reflejarla con sensibilidad y precisión. La estructura de la sesión incluye una bienvenida del director, ejercicios de conexión, narración del público y representación. Se utilizan recursos como esculturas corporales, viñetas, coros e imágenes colectivas. Al finalizar, el narrador puede sugerir ajustes o imaginar un nuevo desenlace, que se dramatiza en escena.

El teatro playback requiere formación actoral, escucha activa, improvisación y conciencia escénica. El uso de objetos, música o escenografía sencilla puede enriquecer la experiencia. Más allá de su dimensión artística, esta modalidad ofrece un espacio terapéutico y comunitario. Al compartir y ver reflejadas sus historias, las personas fortalecen el sentido de pertenencia, empatía y conexión humana. El teatro playback recuerda que, aunque cada historia es única, las emociones que nos atraviesan son universales.

Teatro terapéutico gestáltico (TTG)

El teatro terapéutico gestáltico es una disciplina que combina recursos del arte escénico con los principios de la terapia gestalt, creada por Fritz Perls. Parte de la premisa de que el teatro es una metáfora de la vida, y que el escenario puede convertirse en un espacio de conciencia, expresión y transformación personal.

El enfoque se basa en pilares como el aquí y ahora, la responsabilidad emocional y el contacto auténtico con uno mismo y con los demás. En escena se trabaja con tensiones corporales, emociones bloqueadas, roles repetitivos y repertorios de movimiento, favoreciendo la toma de conciencia y la integración.

El TTG utiliza herramientas como la creación de personajes, el uso de máscaras, el trabajo con polaridades internas y técnicas gestálticas como la silla vacía, la inversión de roles o el juego proyectivo. Estas prácticas permiten explorar aspectos no integrados de la personalidad y ensayar nuevas formas de estar en el mundo.

El espacio escénico se concibe como un lugar simbólico y ritual donde se fomenta la autenticidad, la espontaneidad y la expresión emocional. Algunos talleres incorporan elementos de clown, danzaterapia o eneagrama, promoviendo una visión holística del ser humano.

El objetivo del TTG es ampliar la conciencia y la libertad interna, reconociendo la responsabilidad sobre las propias elecciones, desarrollando la empatía y fortaleciendo el vínculo entre cuerpo, emoción y acción.

Esquizodrama

El esquizodrama es una propuesta creada en los años 70 por Gregorio Barenblitt en Argentina. Surge como una síntesis teórico-práctica inspirada en el esquizoanálisis de Deleuze y Guattari, el psicoanálisis, la estética teatral, la salud mental comunitaria y el contexto sociopolítico de la época. Su nombre alude al desvío creativo (*klinamen*) frente a las formas terapéuticas convencionales.

Se fundamenta en una diversidad de influencias, entre ellas: el psicodrama de Moreno, la bioenergética de Lowen, la ética de Spinoza, el teatro de Artaud, el pensamiento de Nietzsche y Bergson, la psicología sistémica, el psicoanálisis freudiano y rituales afrobrasileños como la umbanda.

El esquizodrama propone un enfoque integrador que puede aplicarse en contextos terapéuticos, pedagógicos, artísticos, filosóficos o políticos. Considera al grupo como una “máquina corporal” que atraviesa tres procesos: producción, registro-control y consumación. Su objetivo es liberar la corporalidad de automatismos y codificaciones, explorando resistencias, bloqueos, angustias y deseos no expresados.

Entre sus conceptos clave se encuentra el “caosmos”, una realidad en transformación constante que se opone a las estructuras fijas. Más que repetir roles o reforzar identidades, busca desestructurarlas, promoviendo la diferencia, el cambio y la expresión genuina del cuerpo.

Aunque retoma términos como roles, máscaras, monólogos, espontaneidad y representación, el esquizodrama no se centra en la interpretación tradicional, sino en la disolución de lo preestablecido. Su propuesta invita a pensar el trabajo grupal como una experiencia intensiva, corporal y creadora de realidades múltiples.

Psicoteatro

El psicoteatro es una práctica integradora que combina técnicas teatrales con principios de la psicología humanista. Su principal exponente actual es Ofelia Stavans. Esta metodología busca fomentar el autoconocimiento, la conciencia corporal, el desbloqueo emocional y el desarrollo de la espontaneidad como vía para ampliar la libertad expresiva del individuo.

Inspirado en el método de Konstantin Stanislavski, el psicoteatro retoma elementos como la respiración, la improvisación, la memoria emotiva, la imaginación activa y el "sí mágico". También incorpora influencias del psicodrama, la fenomenología, la comedia del arte y el teatro de la crueldad.

A diferencia de otras formas de teatro terapéutico, el psicoteatro no propone interpretar personajes ajenos, sino representar una versión ampliada del yo. La vivencia subjetiva de cada participante es la materia prima del trabajo escénico.

Conceptos como el encuentro (contacto genuino entre personas), la teatralización (puesta en escena de vivencias internas) y la autopercepción (escucha de emociones, sensaciones e ideas propias) son centrales en esta propuesta. El objetivo es facilitar procesos de transformación desde el cuerpo, la emoción y la acción simbólica.

La espontaneidad se cultiva a través del juego, la respiración y el movimiento, permitiendo explorar nuevas respuestas y romper patrones repetitivos. El facilitador no interpreta los contenidos del grupo, sino que guía el proceso escénico, acompaña emocionalmente y sostiene el espacio creativo con presencia y respeto.

Escenoterapia

La escenoterapia es una forma de psicoterapia grupal que combina técnicas teatrales con fundamentos del psicoanálisis. Surgió en 1972 en Barcelona, como una alternativa a la terapia verbal tradicional, especialmente dirigida a niños y adolescentes. Su objetivo es promover procesos terapéuticos y madurativos a través del juego escénico y la representación simbólica.

Este enfoque se basa en las ideas de Melanie Klein y Donald Winnicott, quienes destacaron el valor del juego como medio para la elaboración emocional. El teatro se convierte así en una herramienta para proyectar y trabajar contenidos internos sin enfrentarlos de forma directa. En cada sesión participan dos figuras clave: el escenoterapeuta, encargado de la observación clínica, y el escenodirector, responsable del desarrollo escénico. Las sesiones se organizan en tres fases: preparación, dramatización y comentarios. Primero se construye colectivamente una historia; luego se representa con una escenografía mínima, y finalmente se realiza una reflexión grupal guiada por el terapeuta.

A diferencia del psicodrama, la escenoterapia no dramatiza vivencias personales explícitas, sino que propone una narrativa simbólica que introduce una distancia emocional. Esta mediación facilita la proyección, el juego y el análisis sin generar resistencia.

Su uso se ha expandido a contextos como hospitales, centros educativos, psiquiátricos y programas para adultos mayores. La escenoterapia ofrece un espacio seguro para explorar el mundo interno mediante la acción creativa, reforzando el valor terapéutico del juego, el cuerpo y el grupo.

DRAMATERAPIA COMO ENFOQUE CENTRAL

Fundamentos teóricos

La dramaterapia es una disciplina terapéutica que utiliza el proceso teatral como vía para la transformación emocional, el autoconocimiento y la integración psíquica. Se inscribe dentro del campo de las artes terapéuticas y combina recursos escénicos con fundamentos de la psicología humanista, la psicología analítica, el psicoanálisis, la terapia gestalt y la pedagogía teatral.

Como señala Sue Jennings (1994), la dramaterapia es “el uso planificado e intencionado de los elementos curativos del drama en un contexto terapéutico”. Su enfoque parte del reconocimiento de que el ser humano construye y resignifica su identidad a través de narrativas, roles y representaciones simbólicas. A través del juego dramático, se facilita el acceso a lo inconsciente, se fomenta la expresión emocional y se promueve la reorganización interna del individuo.

La disciplina se ve influenciada por autores como Carl Jung, que aportó el trabajo con arquetipos; Carl Rogers, con la importancia del vínculo terapéutico y la aceptación incondicional; y Bertolt Brecht, cuya noción de “distanciamiento estético” (*Verfremdungseffekt*) favorece el desarrollo de una mirada reflexiva sobre la propia experiencia.

Enfoque humanista: recursos, creatividad y personajes

Desde una perspectiva humanista, la dramaterapia no se centra en el síntoma o en el déficit, sino en las capacidades, potencialidades y recursos expresivos del individuo. Esta

orientación valora la creatividad como una vía legítima de acceso a la verdad interna, y al personaje como un portal para explorar aspectos olvidados, reprimidos o latentes del self.

Phil Jones (2007) destaca que el proceso dramático permite la activación de múltiples roles, lo cual favorece la flexibilidad emocional y la ampliación de la identidad. Trabajar con personajes no es simplemente un ejercicio teatral, sino una experiencia profunda que permite habitar otras perspectivas, ensayar nuevas formas de ser y transformar los guiones internos.

El rol del terapeuta artístico en Dramaterapia

El terapeuta artístico, en este contexto, puede integrar los recursos de la dramaterapia dentro de una propuesta interdisciplinaria, combinando elementos teatrales con otras formas de arte como la música, la danza o las artes visuales. Su enfoque está orientado al desarrollo del potencial creativo, el fortalecimiento del vínculo entre cuerpo y emoción, y la facilitación de experiencias que generen sentido y bienestar. Desde esta perspectiva, el terapeuta artístico actúa como un puente entre el arte y la vida, sosteniendo el proceso simbólico y emocional desde una mirada humanista, integral y no patologizante. Su presencia en el proceso grupal es esencial para mantener la calidad ética, creativa y transformadora de la experiencia.

CONSTRUCCIÓN DE ESCENAS, PERSONAJES Y ATMÓSFERAS SIMBÓLICAS EN DRAMATERAPIA

En dramaterapia, la escena es el espacio donde se articula el mundo interno del participante mediante formas visibles, corporales y simbólicas. No se trata únicamente de representar una situación, sino de crear un entorno dramático que contenga una experiencia emocional profunda. Para ello, la construcción de la escena, los personajes y la atmósfera simbólica debe realizarse de forma cuidadosa, respetando los tiempos internos del grupo y propiciando un clima de confianza y libertad expresiva.

La escena puede surgir de una historia personal, un conflicto interno, un recuerdo, un sueño, un arquetipo o incluso de un estímulo externo como una imagen, un objeto o una frase evocadora. A partir de ese disparador, el grupo o el individuo comienza a estructurar una situación dramática que pueda contener aquello que necesita ser expresado. Este proceso no sigue una lógica teatral convencional, sino una lógica simbólica y emocional, donde lo importante no es la estética del montaje, sino la verdad emocional que se manifiesta en la escena.

La creación de personajes es un recurso central. Estos no deben pensarse como representaciones externas, sino como proyecciones de partes del self que necesitan ser exploradas, integradas o resignificadas. A través del cuerpo, la voz, el movimiento y la imaginación, los participantes pueden dar vida a figuras internas como el juez, el niño, el saboteador, la madre protectora, el héroe o el perseguidor. El personaje actúa como

un puente entre la experiencia subjetiva y su representación escénica, favoreciendo la expresión emocional, la toma de conciencia y el acceso a nuevas formas de identidad.

La atmósfera simbólica complementa la escena y permite sostener emocionalmente el proceso. Puede crearse a través de elementos como la música, la iluminación, el espacio, los objetos, el silencio o la disposición del grupo. Esta atmósfera no busca ser realista, sino resonante. Debe ayudar al participante a entrar en un estado de presencia creativa, donde lo interno y lo externo se encuentran, y donde el cuerpo puede habitar con autenticidad lo que la palabra no siempre logra expresar.

El terapeuta, en este proceso, tiene la función de acompañar sin dirigir, conteniendo lo que emerge sin forzarlo, y ofreciendo apoyos simbólicos cuando es necesario. Su rol es facilitar un terreno fértil donde lo interno pueda tomar forma, en una escena que no solo represente, sino que transforme.

EL ROL DEL TERAPEUTA ARTÍSTICO DESDE LA DRAMATERAPIA

El terapeuta artístico que trabaja desde la dramaterapia es una figura central en el sostenimiento del proceso simbólico, emocional y creativo del grupo o del individuo. Su función no consiste en dirigir una escena ni en imponer una narrativa, sino en generar un entorno donde la expresión surja de manera auténtica, acompañada y significativa. El teatro, en este contexto, no es una puesta en escena con fines estéticos, sino un laboratorio de exploración personal donde el terapeuta se convierte en un facilitador del tránsito entre lo interno y lo expresado.

Función, límites y presencia del terapeuta en escena

La función del terapeuta artístico consiste en mediar entre el mundo interno del participante y el lenguaje teatral, ofreciendo recursos que estimulen la expresión sin interferir en el contenido emocional de fondo. Como señala D. Dokter (1998), el rol del profesional en artes terapéuticas es sostener un equilibrio entre la estructura del proceso y la apertura a lo espontáneo, conteniendo sin limitar.

Su presencia debe ser constante, clara y empática, pero no invasiva. Puede intervenir activamente en la escena cuando es necesario, pero siempre desde una postura de acompañamiento, no de protagonismo. El terapeuta debe cuidar los límites del encuadre: respetar el proceso de cada persona, evitar proyecciones personales y no forzar resultados ni contenidos. Como sostiene Jennings (1994), "el terapeuta debe convertirse en testigo activo del proceso, no en su centro".

También es fundamental su capacidad de leer las necesidades grupales: cuándo avanzar, cuándo detenerse, cuándo proteger el silencio o facilitar una ruptura creativa. El terapeuta mantiene el equilibrio entre sostener el ritmo grupal y respetar la singularidad de cada voz que emerge.

Acompañamiento creativo y ético

Desde la dramaterapia, el terapeuta artístico acompaña no solo desde lo emocional sino también desde lo creativo. Su saber escénico es una herramienta que puede proponer caminos expresivos, desbloquear situaciones o ampliar las posibilidades simbólicas del grupo. El uso de objetos, luces, músicas, gestos o improvisaciones sugeridas no debe responder a un guion preestablecido, sino surgir como respuesta viva a lo que acontece en la sesión.

Este acompañamiento creativo se enmarca en un posicionamiento ético. La ética en dramaterapia implica respeto por los tiempos internos, reconocimiento de las resistencias, confidencialidad, no juicio y sensibilidad cultural. Jones (2007) señala que el terapeuta "debe actuar desde una ética relacional que no solo se basa en reglas, sino en la capacidad de establecer un contacto real y responsable con los otros, incluso desde lo escénico".

A nivel ético también es esencial reconocer los propios límites como terapeuta y saber cuándo es necesario consultar, detener una intervención o referir a otro profesional si el caso lo requiere.

Sostener el espacio simbólico y emocional

El espacio simbólico que se genera en una sesión de dramaterapia es el lugar donde lo imaginario, lo emocional y lo corporal se entrelazan. Es un territorio de exploración donde las imágenes internas pueden tomar forma, las emociones hacerse visibles y las historias resignificarse. Mantener este espacio requiere del terapeuta atención plena, regulación emocional y claridad de propósito.

El terapeuta es quien protege este campo expresivo, dándole contención, estructura y libertad. Según Emunah (1994), “el espacio dramático debe sentirse seguro, disponible y protegido, pero lo suficientemente amplio para que lo inesperado pueda emerger”. En este lugar intermedio entre lo real y lo simbólico, los participantes pueden experimentar transformaciones profundas sin sentirse expuestos ni invadidos.

Sostener también implica trabajar con lo grupal: acompañar las resonancias colectivas, facilitar la escucha empática y permitir que los vínculos se vuelvan parte del proceso terapéutico. El terapeuta no solo acompaña escenas individuales, sino que se convierte en un tejedor del entramado emocional del grupo.

En síntesis, el terapeuta artístico en dramaterapia cumple una función esencial en la contención, la estimulación creativa y el sostenimiento ético del proceso. Su rol es dinámico, atento, empático y respetuoso, siempre al servicio del proceso interno de quienes habitan la escena. Su presencia, silenciosa o activa, marca la diferencia entre una simple dramatización y un acto simbólicamente transformador.

APLICACIONES DE LA DRAMATERAPIA

La dramaterapia, como disciplina dentro de las artes terapéuticas, posee una amplia gama de aplicaciones en contextos no clínicos y clínicos, educativos, comunitarios y de desarrollo personal. Su versatilidad se basa en el carácter simbólico, corporal y narrativo del teatro, lo que permite adaptarse a diferentes poblaciones y objetivos, manteniendo siempre el principio de que la creatividad y el juego son vehículos legítimos de transformación.

Ámbitos educativos, comunitarios y de desarrollo personal

En el ámbito educativo, la dramaterapia se utiliza para favorecer la expresión emocional, fortalecer la autoestima y desarrollar habilidades sociales. A través del juego de roles, la creación de personajes y las improvisaciones grupales, los estudiantes exploran emociones y aprenden valores como el respeto o la cooperación. Como afirma Jones (2007), esta práctica promueve un desarrollo emocional integral y humaniza los espacios escolares.

En el contexto comunitario, la dramaterapia actúa como puente entre lo individual y lo colectivo, especialmente en poblaciones en situación de vulnerabilidad. Permite narrar historias, visibilizar problemáticas sociales y fortalecer vínculos grupales, favoreciendo la reconstrucción de identidad y el sentido de pertenencia. Según Emunah (1994), la escena se vuelve un lugar para explorar heridas, celebrar la cultura y ensayar otras formas de existir.

En el desarrollo personal, esta herramienta facilita la exploración simbólica del yo y la transformación de la narrativa

interna. Trabajar con metáforas, escenas y personajes permite identificar bloqueos, resignificar experiencias y ampliar la capacidad de respuesta vital, siendo especialmente útil para quienes prefieren procesos más vivenciales que verbales.

Posibilidades de adaptación para distintos públicos

La dramaterapia es adaptable a diversas poblaciones, siempre que se respeten sus necesidades y principios éticos. En la infancia, se vincula naturalmente con el juego, los títeres y las historias. En adolescentes, facilita el trabajo identitario mediante lo simbólico y corporal. En adultos, permite abordar vínculos, roles y conflictos; y en personas mayores, estimula la memoria emocional y los relatos biográficos desde una mirada creativa.

También es eficaz con personas con diversidad funcional o dificultades comunicativas, ya que accede a lenguajes no verbales y fomenta la expresión subjetiva sin requerir habilidades teatrales o verbales previas (Jennings, 1998). En entornos clínicos, puede complementar otras terapias, adaptando su profundidad y ritmo al estado emocional del participante.

En síntesis, la dramaterapia es una herramienta versátil y transformadora, capaz de generar espacios de expresión y sentido donde antes había silencio o bloqueo.

RECURSOS ESCÉNICOS EN LA DRAMATERAPIA

En dramaterapia, los elementos escénicos no cumplen una función estética o decorativa, sino que actúan como vehículos simbólicos al servicio del proceso terapéutico. El uso de máscaras, vestuario, objetos, telas y otros materiales expresivos permite al participante entrar en contacto con imágenes internas, canalizar emociones y construir escenas cargadas de sentido personal. Estos recursos no solo estimulan la creatividad, sino que posibilitan la emergencia de contenidos inconscientes de manera segura y transformadora.

La máscara como vehículo de expresión

La máscara, vinculada históricamente al rito y al teatro arcaico, permite al individuo distanciarse de su identidad cotidiana y dar forma a personajes internos. Esta herramienta protege y expone al mismo tiempo, permitiendo la emergencia de voces o emociones que tal vez no podrían expresarse sin ese velo simbólico. Jennings (1994) afirma que "la máscara ofrece contención a lo reprimido y una vía para que el inconsciente se manifieste sin juicio".

Trabajar con máscaras en dramaterapia ayuda a activar polaridades, roles internos o figuras arquetípicas. Su uso puede ser ritual, creativo o proyectivo, y puede incluir también su elaboración, lo que añade una dimensión plástica al proceso.

La utilería como símbolo

Los objetos escénicos funcionan como catalizadores simbólicos. Una silla vacía, una tela, una caja o una piedra pueden convertirse en madre, frontera, hogar o herida. Lo fundamental no es su forma material, sino la carga simbólica que el participante les otorga. En este sentido, la resignificación del objeto permite representar y transformar elementos internos desde una distancia creativa.

El terapeuta artístico puede sugerir materiales, pero es el participante quien otorga el significado. La selección, el uso y el abandono del objeto forman parte del tránsito dramático y deben ser observados con atención y sensibilidad.

El vestuario como transformación simbólica

El uso del vestuario permite al cuerpo entrar en otra forma, explorar otra postura, habitar otro tiempo o género. En dramaterapia, el vestuario no busca construir un personaje para el público, sino para el self: ayuda a activar una identidad interna, a encarnar un símbolo o a facilitar la transición emocional. Una capa, una túnica, un sombrero o un accesorio pueden transformar por completo la vivencia corporal y la conexión con el rol representado.

El cambio de vestuario también puede funcionar como ritual de paso entre escenas o momentos del proceso, marcando simbólicamente un antes y un después.

Recursos expresivos complementarios

Además de los recursos escénicos tradicionales, la dramaterapia puede integrar de forma flexible otros lenguajes artísticos que funcionen como extensiones del mundo simbólico. La escritura creativa, el dibujo, el collage, la pintura, el sonido o la música pueden emplearse como preparación para la escena, soporte del personaje o vía de integración posterior. Phil Jones (2007) señala que estos recursos funcionan como formas de entrada o salida del espacio dramático, manteniéndose dentro de un marco simbólico coherente.

Estas herramientas adicionales no sustituyen el teatro, sino que lo amplifican. Su integración permite a los participantes acceder al contenido emocional desde múltiples canales, según sus preferencias, capacidades o necesidades del momento. El terapeuta artístico tiene la responsabilidad de ofrecer estos materiales de forma sensible, sin imponerlos, y de sostener el proceso desde la creatividad, el cuidado y la escucha activa.

CONCLUSIONES

El teatro terapéutico, especialmente la dramaterapia, ofrece un camino simbólico y creativo para la expresión emocional, el autoconocimiento y la transformación personal. Este módulo ha abordado tanto sus fundamentos teóricos como sus aplicaciones prácticas, reconociendo al teatro como un canal legítimo para explorar la complejidad del ser humano.

La dramaterapia se basa en el juego, la narración, la improvisación y la representación simbólica. A través del cuerpo, la escena, los personajes y los objetos, permite resignificar experiencias personales desde una distancia estética que favorece la comprensión y el cambio.

El terapeuta artístico juega un rol esencial, sosteniendo el proceso desde una ética de cuidado, escucha y presencia. Este trabajo requiere sensibilidad y apertura para acompañar lo incierto y lo simbólico.

Por su lenguaje integrador y multimodal, la dramaterapia se adapta a diversos contextos y poblaciones, siendo útil tanto en lo individual como en lo grupal, desde lo educativo hasta lo comunitario. Más que formar actores, permite ensayar nuevas formas de habitar el mundo. La escena, lejos de ser un lugar de exhibición, se convierte en un espacio de revelación y posibilidad.

BIBLIOGRAFÍA

- Boal, A. (2002). *Juegos para actores y no actores* (2ª ed.). Alba Editorial.
- Dokter, D. (Ed.). (1998). *Arts therapists, refugees and migrants: Reaching across borders*. Jessica Kingsley Publishers.
- Emunah, R. (1994). *Acting for real: Drama therapy process, technique, and performance*. Brunner/Mazel.
- Emunah, R., & Johnson, D. R. (2009). *Current approaches in drama therapy* (2nd ed.). Charles C Thomas Publisher.
- Jennings, S. (1994). *Introduction to dramatherapy: Theory and practice*. Jessica Kingsley Publishers.
- Jennings, S. (1998). *Dramatherapy: Theory and practice* (Vol. 2). Routledge.
- Jones, P. (2007). *Drama as therapy: Theory, practice and research* (2nd ed.). Routledge.
- Mulero, A. (s.f.). *El teatro que sana: Una mirada transpersonal*. Materiales de formación no publicados, Institut Gestalt de Barcelona.
- Rodríguez, E. (s.f.). *Improterapia o el rompimiento con las estructuras convencionales*. Recuperado de <http://90grados.com/arte/erik-rodriguez-y-su-improterapia-o-el-rompimiento-con-las-estructuras-convencionales/>
- Slade, P. (1954). *Child drama*. University of London Press.
- Stavans, O. (2009). *Psicoteatro: Hacia el crecimiento personal*. Editorial Pax México.