


AULA DE PSICODRAMA


Navigate to...

Inicio > Artículo > [La educación emocional a través del lenguaje dramático](#)

La educación emocional a través del lenguaje dramático

 Autor: Auladepsicodrama

 Fecha: octubre 4, 2015

 Comentarios: 0

Compartir en



Luis Núñez Cubero[1]

Clara Romero Pérez [2]

Resumen: *La contribución que presentamos toma como referencia el paralelismo entre self, emociones y teatro. Esta addenda contextualiza en una experiencia de Educación Emocional, la efectividad de algunas de las estrategias que se utilizan en la formación teatral. Concluimos que el empleo del “lenguaje escénico” y, en particular, el lenguaje dramático-corporal resulta más efectivo para incidir en algunas áreas de intervención en Educación Emocional.*

Tradicionalmente la educación escolar se ha servido del lenguaje de la ciencia y el lenguaje oral como recursos para lograr un nutrido sistema de capacidades y competencias que incidan en el desarrollo integral de la personalidad. La racionalidad de la educación se ha apoyado en el principio de *objetivación*, lo que demuestra que las relaciones de la ciencia y la práctica de la educación son estrechas. Este principio prevalece en educación sobre el principio de subjetivación de la experiencia, que es, por otra parte, el principio desde el que se rige el lenguaje del arte. El lenguaje del arte, a diferencia del lenguaje de la ciencia, se apoya en el principio de *comunicabilidad* ⁽²⁾ de la experiencia y, por tanto, de lo ininteligible, al estar mediado por el principio de subjetivación. La educación, al igual que la ciencia, se ha interesado con mayor intensidad en hacer *inteligible* el mundo –externo e interno (Yo)– mediante el recurso al lenguaje representativo y demostrativo de la ciencia –simbólico-matemático y empírico– que en hacerlo *comunicable*. La *representación* prevalece a la *expresión*.

Esto explica que tradicionalmente los “otros lenguajes” (dramático-corporal, sonoro-musical, icónico-plástico) hayan ocupado un espacio reducido en la institución escolar. Aun cuando es cierto que en los currículos escolares estos lenguajes están presentes y que sus finalidades formativas se apoyan en este principio de comunicabilidad de toda expresión artística, el lenguaje del arte se utiliza como recurso para desarrollar otras capacidades genuinas y básicas de las personas como son la creatividad y la imaginación artísticas.

El arte siempre ha sido la vía más apropiada para acceder a la esfera emocional y vivencial. Mediante la ficción y el lenguaje evocativo, la creación a través del arte, en cualesquiera de sus plasmaciones (fotografía, cine, dibujo, drama, pintura, poesía, narración, danza, etc.) nos permite habitar otros mundos, experimentar placer, deleite, gozo y, también, por qué no, experimentar dolor y displacer aun siendo conscientes de que lo que allí se representa o escenifica es ficción. Si la ciencia, parafraseando a Einstein, no consiste en “dar sabor a la sopa”, el arte nos asegura un recurso inagotable para la expresión, evocación y exploración de sensaciones, emociones y sentimientos.

Es precisamente esta estrecha vinculación del lenguaje del arte con la esfera emocional y expresiva la que nos interesa destacar en esta contribución. El lenguaje del arte y, más concretamente, el lenguaje escénico, nos permite explorar nuevos lenguajes para la práctica de la educación en relación con la esfera del desarrollo de la personalidad emocional. El anhelado principio fundamental de la educación como acción orientada al desarrollo global de cada persona, reafirmado en tantos informes, recomendaciones y ensayos pedagógicos, comienza por trabajar la esfera del “aprender a ser”. Esto implica, entre otras actuaciones, intervenir en la esfera psíquico-afectiva y expresiva de los destinatarios de la educación y abrir el proceso educativo a una formación integral que potencie la autoestima y las habilidades sociales para la construcción de un self equilibrado.

Por las posibilidades que ofrece la función expresiva del lenguaje corporal-dramático, además de otros lenguajes, como el lenguaje sonoro-musical, entendemos que la educación emocional por la vía del lenguaje del arte, entre otras posibles metodologías de intervención, permite optimizar el desarrollo integral de la personalidad que redunde en la construcción de un Yo equilibrado y en la calidad de la vida psíquica y social de las personas.

La addenda que presentamos tiene su correlato en una experiencia concreta de Educación Emocional a través del empleo de “otros lenguajes”, destinada a un reducido grupo de estudiantes adolescentes de 16 a 18 años que cursan Bachillerato. Esta experiencia que será reanudada en su tercera edición en este nuevo curso, fue iniciada en el curso Académico 2001/2002 por uno de los autores de esta addenda, concretamente Luis Núñez Cubero, a petición expresa del Centro. Si bien el objetivo de esta addenda no tiene como finalidad describir esta experiencia, sí que nos sirve como referente para confirmar algunas de las hipótesis que se plantean en esta contribución.

La experiencia educativa a la que se alude, no persigue finalidades terapéuticas, sino educativas-expresivas e interactivo-comunicativas propiamente dichas, aun cuando se sirve de técnicas y recursos que se aplican indistintamente en el campo de las terapias clínicas, así como también de las artes escénicas, en particular, del mundo del teatro (técnicas de improvisación, de creación de personajes, paralelismo y diferencias entre ficción y realidad y su correspondencia con las estrategias de ocultación o aceptación del Yo (self), técnicas y recursos para la expresión del mundo emocional y afectivo de las personas/personajes, etc.).

En este artículo se alude al paralelismo entre self, emociones y teatro. Las emociones, afirman sus autores, son el vehículo privilegiado sobre el que se sustentan y construyen el drama y el teatro (p. 21), a lo que también añadiríamos, que éstas sirven asimismo de base para la construcción de la comedia. El humor y la risa, tan denostados en educación –y, al mismo tiempo, tan valorados por los estudiantes– constituyen uno de los indicadores que nos permiten evaluar la conciencia emocional y la valoración adecuada de sí mismo. Los estudios de psicología de las emociones y de los valores han demostrado la correlación que existe entre el sentido del humor, la competencia emocional y las competencias cognitivas y morales de los individuos. Incluso hay una línea terapéutica que apoya sus intervenciones en la risa: la risoterapia, destinada a mejorar la calidad de vida de las personas optimizando su capacidad de disfrute, afrontando la vida cotidiana con espontaneidad y promoviendo la flexibilidad de sus esquemas psicoafectivos y cognitivos.

Tomando como referencia este paralelismo entre self, emociones y teatro, pasaremos a continuación a ubicar algunas estrategias que se utilizan en la formación teatral y su aplicación en el campo específicamente educativo. Ubicación que nos permitirá inferir la importancia y efectividad –corroborada por la experiencia del proyecto “Escuela Emocional” al que hemos aludido– que posee el empleo de estas estrategias, mediante el recurso al lenguaje dramático-corporal en programas educativos que incidan en la dimensión emocional de los sujetos.

Self, emociones y lenguaje escénico: el empleo de técnicas de dramatización en educación emocional

Uno de los ámbitos de intervención en educación emocional es la autoestima, así como también la expresión y la autorregulación de las emociones y sentimientos (Bisquerra, 2001). Las técnicas dramáticas nos permiten trabajar de modo efectivo en esta área del self, especialmente cuando se trata de optimizar y flexibilizar la expresión de los sentimientos para un mayor dominio de sí mismo y una mejora de la interacción social.

El empleo de técnicas dramáticas y del arte en general proviene fundamentalmente de la Psicoterapia, inicialmente de corte psicoanalítico. Se aplican para el logro de diversos fines psicoterapéuticos (reeducativos) y educativos:

- (a) Generar procesos de cambio en el sistema cognitivo-afectivo del sujeto, mediante estrategias de invalidación de aquellos constructos personales negativos que el sujeto ha construido sobre sí mismo y que le impiden una valoración positiva de su identidad personal y/o social.
- (b) Liberar tensiones para promover la calidad de vida del sujeto.
- (c) Ayudar a superar dificultades y problemas emocionales y comportamentales, intensificando la función expresiva de los sentimientos ⁽¹⁾.
- (d) En Dinámica de Grupos, promover efectos catárticos ⁽²⁾ e identificatorios de los miembros del grupo.
- (e) Desde el punto de vista educativo, ampliar el registro expresivo-emocional de los sujetos y optimizar la conciencia emocional y la regulación de emociones y sentimientos por parte de éstos. Esta finalidad es la que concita el mayor interés del empleo de las técnicas dramáticas en el programa de Educación Emocional al que se refiere la addenda.
- (f) Desde el punto de vista educativo, las técnicas dramáticas nos permiten trabajar asimismo la *dimensión poética del cuerpo*, profundizando en el proceso creativo-expresivo, a través de los sentidos y el cuerpo, aspecto éste esencial en la formación del actor dramático.

Las aplicaciones al ámbito educativo de las técnicas dramáticas tienen su origen en Jacob L. Moreno (1889-1974) quien lo empleaba para la formación de grupos. Moreno creó el Psicodrama como estrategia psicoterapéutica aplicada a la resolución de conflictos interpersonales, por medio de la improvisación dramática. Los juegos interpretativos son empleados en el Psicodrama para la expresión y canalización de emociones y afectos reprimidos según la escuela psicoanalítica (Kaës, 1982). Las técnicas de improvisación dramática también se han aplicado en niños y adolescentes en las psicoterapias de grupo de orientación psicoanalítica (Anzieu, 1956).

La experiencia sobre Educación Emocional a la que nos referimos en esta addenda no parte del Psicoanálisis, sino del Constructivismo Sistémico. En el programa participan doce alumnos de entre dieciséis y dieciocho años. Estas sesiones se celebran dos tardes a la semana a lo largo del curso escolar (Octubre-Mayo). La constatación de un aumento en edades tempranas entre el alumnado de dicho Centro de casos de ansiedad, depresión, conflictividad en las interacciones familiares y entre iguales, aumento de la dificultad para la autorregulación de la respuesta emocional entre los jóvenes, etc, hizo que la Dirección del Centro decidiera intervenir desde dos frentes: (a) reeducativo-terapéutico y (b) preventivo-educativo.

El desarrollo de esta segunda línea de trabajo, específicamente educativa es la que fue encomendada a Luis Núñez Cubero. El objetivo de esta “Escuela Emocional” es la de dar respuesta, desde el propio centro, a esta problemática, abordándola desde el punto de vista de la prevención y la educación. El desarrollo de la autoestima, el autoconocimiento a través de las emociones y la autorregulación de la conducta emocional de los jóvenes constituyeron inicialmente los objetivos básicos del programa. Las sesiones grupales ofrecen la oportunidad a los alumnos de trabajar la dinámica de grupos, además de dramatizaciones y simulaciones de situaciones reales (*role playing*), técnicas de improvisación teatral, técnicas psicodramáticas, técnicas de dramatización familiar, autocaracterizaciones mediante la construcción de personajes ficticios-ideales y reales como técnica complementaria a las técnicas narrativas. Junto a las técnicas dramáticas en esta experiencia fueron empleadas además otras técnicas (discusión, narrativas, etc.) que complementaban y afianzaban los logros obtenidos mediante las técnicas de dramatización.

