

Laura Bautista Pardo | TEATRO SOCIAL



**TEATRO SOCIAL**  
**UBUNTU**

Almería, septiembre 2021



## UBUNTU T.S.

Comunidad / Psicología / Vida

Ubuntu es una palabra de origen africano y representa una regla ética basada en la lealtad de las personas y su relación entre ellas. Algunos significados son: “si todos ganan tú ganas” y “yo soy porque nosotros somos”.

El Ubuntu T.S. (Ubuntu Teatro Social) es un espacio de creación de proyectos educativos y sociales basados en el Teatro Social. Es un proyecto innovador que bebe de esta filosofía de vida, en la que las relaciones pasan a un primer plano y se enfatiza lo colectivo por encima de lo individual.

**Ubuntu T.S.** es un espacio de creación de proyectos artístico-educativos destinados a cualquier colectivo interesado (\*) en mejorar las relaciones entre sus integrantes, ya sea un contexto educativo, comunitario y/o social; que tiene el Teatro como eje principal y cuyo triple objetivo es:

- ✓ Facilitar la integración social
- ✓ Mejorar la convivencia
- ✓ Prevenir la violencia

(\*) Los participantes no tienen por qué tener conocimientos de Teatro.

Ubuntu T.S, nace de la necesidad de poner en práctica todas las herramientas adquiridas durante mi trayectoria profesional: Comunicación No Violenta (CNV), Psicología, Mindfulness y Teatro Social (TS); que aportan un enfoque integral de intervención en el trabajo con grupos.

En esta área del Teatro Social, el teatro se convierte en un medio para hablar de los que nos preocupa, de lo que nos oprime y nos separa. Es un espacio de indagación personal y colectiva. Pero a la vez, un lugar de encuentro y participación donde se visibilizan los conflictos y se da voz a los oprimidos, buscando soluciones conjuntas que mejoren la convivencia.

Así, hablar de teatro social *“supone una manera distinta de producir y consumir teatro, transformando su uso, la manera de crearlo, de representarlo y de vivirlo. Deseamos alejarnos de convencionalismos y trascender la simple función de representar la realidad. Queremos transformar la realidad”* (Gallego y Presa, s.f).

Necesitamos, más que nunca, hablar de lo sensible, de lo que nos aflige, en espacios seguros, libres de críticas y juicios de valor. Volver a escucharnos y redescubrir lo humano. Dejar atrás “lo mío y lo tuyo” encontrando un espacio para “el nosotros”. Solo así podremos prevenir la violencia que se da en los distintos estratos sociales mejorando nuestras relaciones sociales, nuestras vidas.

Al final del proceso, se elabora y representa una pieza teatral:

- creada por el grupo, representante de la comunidad
- sobre un problema que afecta a la comunidad
- ante el “gran público”, sus vecinos, el resto de la comunidad

El público deja de ser un mero observador y consumidor de teatro, pasa ocupar un papel protagónico en las representaciones y experiencia teatrales. De esta manera analiza, juzga y actúa para transformar su realidad, ayudando a la solución, aportando y generando alternativas creativas.

El proceso de elaboración de la pieza teatral, antes de llegar a la representación, se convierte en un espacio seguro de escucha y expresión emocional. Los ejercicios teatrales son en sí mismos terapéuticos, es decir, con ellos los participantes adquirirán, a través del juego, habilidades personales como la consciencia emocional, comunicación, la flexibilidad, la expresión corporal y emocional, la exposición a la vergüenza y opinión a los otros.

En definitiva, el **Teatro Social** es una herramienta de **Transformación Social** y de **Crecimiento personal**.

### ¿POR QUÉ USAR EL TEATRO SOCIAL COMO HERRAMIENTA DE TRANSFORMACIÓN Y CRECIMIENTO?

El Teatro Social, alejado de sus usos convencionales y mercantilista, tiene una larga tradición pedagógica en todo el mundo. El uso del teatro trasciende de la simple función de representar la realidad para “transformar la realidad”. Los actores y público se convierten en agentes activos que dan voz y visibilidad a los problemas de una comunidad con el fin de mejorar la vida y crear sinergias que fomentan las redes de apoyo mutuo.

El Teatro Social es transformador porque:

- Se basa en una metodología vivencial, lejos de las metodologías tradicionales de “pizarra y pupitre”, donde el participante aprende a través de la acción, de la experiencia y la emoción.
- El aprendizaje se produce de la unión entre acción y reflexión. Generando procesos de diálogo.
- La educación es inseparable de la comprensión y el análisis crítico e la realidad social, política y económica de los educandos. ¿De qué sirve enseñar palabras o conocimientos si no tienen una utilidad directa en la construcción del mundo del educando? El individuo aprende a través de situaciones de su vida cotidiana que le aportan experiencias útiles para generar situaciones de aprendizaje.
- El uso del juego genera un clima emocional que facilita el aprendizaje.
- Visibiliza las estructuras de poder y opresión. Se da voz a todas las voces, se señala las diferencias de poder, evidenciándolas, poniendo sobre la mesa los privilegios de cada parte. Una persona de una etnia minoritaria suele tener menos privilegios que otra de una mayoritaria, una persona con diversidad funcional menos que una aparentemente “normal”, una mujer menos que un hombre, una niño/a que una adulta/o, una persona sin estudios que una titulada, etc. Y en ocasiones estas

diferencias de privilegios son sostenidas por los sistemas de creencias sociales y por la cultura. Así que abordar un conflicto pasa también por visibilizar el daño y la discriminación que hay detrás de estas creencias.

- Es una poderosa herramienta de empatía, necesaria para poder comprender las necesidades y circunstancias del otro/a.

En definitiva, la utilización del Teatro para la intervención social y educativa es una herramienta útil y exitosa. En centros sociales como “La Tabacalera” del barrio Lavapiés, ofrecen talleres gratuitos (subvencionados por el ayuntamiento de Madrid) desde hace algunos años. Hoy en día, el barrio de Lavapiés es un ejemplo de integración racial, y el que los vecinos participan de manera activa para las mejoras del barrio.

### OBJETIVOS GENERALES DEL TEATRO SOCIAL

1. Crear espacios de participación ciudadana.
2. Promover la integración social.
3. Mejorar y fomentar la convivencia dentro de un colectivo, comunidad o barrio.
4. Dar visibilidad a los problemas o conflictos que se dan en una comunidad.
5. Fomentar la cohesión social, crear redes de apoyo y cuidado mutuo.
6. Prevención de la violencia en todos sus ámbitos.
7. Generar estrategias y toma de decisiones que mejoren el barrio y la comunidad

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS Y TRANSVERSALES DEL PROGRAMA UBUNTU T.S.

1. Identificar emociones y expresarlas.
2. Identificar necesidades propias y fomentar estrategias de autocuidado.
3. Ser consciente de los pensamientos, creencias y juicios que distorsionan la realidad.
4. Expresar emociones difíciles: enfado, tristeza, dolor.
5. Recibir emociones difíciles.
6. Fomentar la empatía
7. Buscar y generar estrategias para el cambio y resolución de problemas.
8. Fomentar la escucha activa.
9. Identificar formas de comunicación violenta que deteriora las relaciones y la convivencia.
10. Fomentar formas de comunicación compasiva que facilitan la conexión.



Ejercicio de caldeamiento

## METODOLOGÍA

- I. Técnicas del Teatro Imagen, Teatro Foro, Teatro Encuentro, Técnicas psicodramáticas: Arco Iris del deseo, policías en la cabeza.
- II. Ejercicios de Caldeamiento propio del teatro.
- III. Representaciones del problema o conflicto.
- IV. Reflexión del grupo.

## LA CLASE ESTÁNDAR

La clase será una a la semana de 2 horas de duración, contemplando:

30 minutos: bienvenida, presentación y consciencia de cómo venimos. ¿cuáles son las emociones y pensamientos en el aquí y ahora?

45 minutos: Ejercicio de caldeamiento. Juegos, ejercicios de improvisación y consciencia corporal.

45 minutos: Trabajo en grupo de los conflictos del otro. Reflexión en grupo.

10 minutos: Cierre y puesta en común.

Durante la facilitación del grupo, se tratará de evidenciar los pasos de la Comunicación No Violenta.

La programación de las clases y objetivos será elaborada teniendo en cuenta a la población a la que va dirigida, el tiempo disponible, y el número de participantes.



Pieza de Teatro Foro basado en la conciliación laboral y familiar

## LAS DISTINTAS TÉCNICAS DE TEATRO SOCIAL

**TEATRO FORO:** El Teatro Foro es, sin duda, la técnica más conocida y con mayor repercusión de todas las producidas por el Teatro del Oprimido. A nivel general, el Teatro Foro se basa en una representación de teatro que puede durar entre 1 y 30 minutos, y dónde se plantea un conflicto o una problemática sin resolver, tras el cual, el público puede subir al escenario a sustituir a los personajes para tratar de resolverlo (Gallego y Presa, s.f).

Link a ejemplo: [Teatro Foro de "La Rueda Teatro Social"](#)

**TEATRO ENCUENTRO:** El Teatro Encuentro es una técnica que se basa en la elaboración de un texto de manera individual sobre un tema de interés social y que veamos necesario abordar, para después, ser leído/representado a otra/s persona/s y dialogar en torno a esta problemática.

*“El encuentro entre las personas para hablar de temas que nos importan desde la simbología del teatro”* (Gallego y Presa, s.f: 58). Esta frase es una buena síntesis de la particularidad del teatro encuentro, que pone el acento en **la necesidad que tenemos las personas de encontrarnos en atmósferas amables y creativas donde podamos expresar las muchas cosas que tenemos que decir.**

En el teatro encuentro, **cualquier lugar puede ser nuestro escenario.** Se trata de elegir un lugar (la calle, un ambulatorio, un mercado, etc.) y pedir a las personas que pasean por allí si les apetece que actuemos para ellos/as.

Otra cuestión fundamental es que los textos dramáticos (los guiones) **están escritos por las mismas personas que lo van a interpretar.** No tomamos un texto que ya exista, lo creamos nosotras mismas/os. Esto es así, porque sea lo que sea que vayamos a compartir con quien quiera escucharnos, tiene que venirnos de las entrañas. De alguna manera se busca que el encuentro sea revelador, y que el espectador se identifique con la problemática de la narración, para luego compartir experiencias y crear un espacio de diálogo.

Estas son las principales cualidades del teatro encuentro:

Para quienes hayan escrito e interpretado el texto:

- Les da la posibilidad de analizar un problema social en profundidad (para crear el texto es necesario pensar en las causas, las consecuencias, los efectos sociales que tiene, los efectos que tiene para nosotras/os mismos, etc.).
- Pueden compartirlo con otras personas.
- Permite conocer lo que piensan otras personas sobre el mismo problema social.

Para quienes hayan querido participar de nuestro teatro:

- Permite visibilizar una problemática social (“esto le pasa a más gente” o directamente “esto está pasando”).
- Les da la oportunidad de establecer un diálogo sobre cuestiones de las que no se suele hablar.
- De lo anterior se puede además romper la sensación de soledad que se genera cuando no se habla de ciertas cosas.
- El simple, pero tan necesario hecho de sentirnos escuchados.

Link a ejemplo: [Proyecto Faro. Sillas vacías. Teatro encuentro sobre la soledad no deseada](#)

*Nota: Esta técnica se ha explicado en base a los aportes del Manual de Teatro Social de “La Dinamo” (Gallego y Presa, s.f).*

**TEATRO DE LO INVISIBLE**: El Teatro Invisible es una técnica de Teatro Social que propone llevar a cabo representaciones teatrales que aborden situaciones de injusticia y desigualdad a espacios públicos, sin que el público que observa la representación sepa que se está haciendo teatro, de manera que cree que lo que está viendo es una situación real.

Así, un ejemplo de Teatro Invisible sería la representación de un conflicto de corte racista en el patio de un instituto, existiendo una persona que claramente sea la persona que ejerce la opresión y otra la que la recibe. No obstante, no es necesario que haya una persona “racializada” en este contexto, sino que puede haber una o varias personas que estén descontentos con esta actitud opresiva y que se declaren en contra y, a partir de ahí, hagan un diálogo en torno a esta cuestión.

**TEATRO IMAGEN**: El Teatro Imagen es una de las técnicas más sencillas y rápidas con las que se trabaja en Teatro Social. Se basa en la utilización del cuerpo para la representación de “estatuas” o “imágenes” (individuales y grupales) que representen un estado personal de conflicto social o personal provocado por una situación de opresión, con la finalidad de buscar colectivamente alternativas a las imágenes representadas.

Links a ejemplos: [Teatro imagen. IES Jordi](#) y [Macara: Teatro Imagen IES Ciudad Escolar](#)



# Sobre mí

Me llamo Laura Bautista, soy psicóloga con acreditación sanitaria (podrás ver mi formación en mi página web [www.laurabautista.es](http://www.laurabautista.es)) y una apasionada del teatro. Este proyecto une todos mis conocimientos, para ponerlos en manos de cualquier grupo de personas interesadas en mejorar su convivencia y prevenir conflictos. Es un proyecto único e innovador en Almería, que cuenta con el respaldo de la escuela teatral “La Dinamo” ubicada en Madrid, de la que soy alumna en la actualidad, y seguramente durante mucho tiempo.



He participado en la Muestra de Teatro Encuentro, organizada en Julio del 2021 en el Barrio de Lavapiés. Dónde a través de mi monólogo “Vivir con Levedad”, invitaba a los participantes a reflexionar sobre la transitoriedad del tiempo, y como éste transforma las cuestiones de la vida que más nos pesan en simples recuerdos. ¿cómo sería ver a través de la consciencia de qué todo lo que nos rodea es efímero? ¿cómo sentiríamos nuestra primera ruptura sentimental, el primer fracaso laboral, lo que nos oprime o nos duele? ¿le damos mucho peso a las cosas que nos rodean o vivimos con levedad?



El público fue agente activo de reflexiones sobre cuestiones que nos preocupan en un espacio único (el Jardín comunitario “ESTA ES UNA PLAZA”), donde en cada rincón había un compañero o compañera representando su monólogo (precariedad laboral, la violencia laboral, el miedo, los juicios) y en el que a través del teatro personas desconocidas hablábamos de asuntos íntimos.

Mi propósito es trasladar todas mis vivencias a la ciudad dónde resido, Almería. Para eso, he empezado a dar pequeños pasos que han generado gran interés y que me inspiran a seguir desarrollando este proyecto.



En el taller Laboratorio de Teatro Social en la Asociación cultural la Resistencia (Almería), las participantes dialogaron a través del Teatro Imagen sobre cómo veían las escuelas y qué conflictos se viven en ellas. Posteriormente, el grupo generó un retrato de cómo sería una escuela ideal. Hablamos de los problemas de una comunidad, jugamos, nos reímos y creamos un espacio de seguridad y confianza para SER y hablar de lo que nos preocupa.

Por todo ello, me llena de ilusión este proyecto en el que poder aportar mis aprendizajes y experiencia a los distintos asociaciones y colectivos de mi ciudad, y contribuir así al bien común de una sociedad más integradora, inclusiva y con menos violencia.

Es mi aportación a esta, mi sociedad, como profesional, ciudadana, vecina y madre.

Almería, septiembre 2021.

