

# TEATRO VITAL: Crear para jugar



**Patricia Boixet  
Cortijo**

Licenciada en Psicología en Universidad Central de Barcelona. Formación Director de Psicodrama en Grupo de estudios de Psicodrama Madrid. Formación como Coach con PNL con Esperanza Martín del Instituto Gestalt de Barcelona. Directora de Centro de Psicoterapia y Psicodrama Sagrat Cor (Bcn). Directora de Cía Tribo teatro espontáneo Can Portabella de Barcelona

Psicóloga Sanitaria en IMSA Instituto Medico Sarriá (Barcelona). Directora de ESCAT Escola de Psicodrama i Psicodanza de Catalunya. Habilitada como Psicóloga Sanitaria. Psicoterapeuta titulación Europea EUROPSY

## RESUMEN

En este artículo se reflexionará sobre el desarrollo de la creatividad en el Teatro Vital. El Teatro Vital, a caballo entre el Psicodrama y el Arte Dramático, es una metodología con encuadre lúdico que favorece el desarrollo de roles y la espontaneidad. Encuadre donde los participantes integran de manera paulatina

### PALABRAS CLAVE:

Teatro vital, desarrollo de roles, creatividad, psicodrama

### KEY WORDS:

Vital Theater, role development, creativity, psychodrama.

## ABSTRACT

In this article we will reflect about the creativity dynamics inside of the Vital Theater. The Vital Theater, a current between psychodrama and dramatic art, it is a methodology with a playful character that favors the development of roles and spontaneity. Framing where the participants integrate in a gradual way new forms in its ego structure.



TEATRO VITAL: CREAR PARA JUGAR.  
Boixet Cortijo, P.

Fecha de recepción: 27/08/2019.

Fecha de aprobación: 12/09/2019.

LA HOJA DE PSICODRAMA N° 69 (30-37)

***“Lo más conocido parece lo más seguro pero lo más saludable es lo que todavía estamos por crear”***

Moreno



**D**espués de muchos años trabajando e investigando en este campo he acuñado el término Teatro Vital. “Es una metodología grupal que aplica técnicas de Psicodrama para el desarrollo actoral a partir de la personalidad del participante. De esta forma, se busca ir ampliando el repertorio de roles que la persona puede desempeñar, desde los que realiza de forma más natural, hasta los más contrapuestos a su manera de hacer” (Guerrero, 2019, p. 6).

En Teatro Vital, el encuadre es lúdico y no terapéutico. El fin es divertirse, lo terapéutico será la consecuencia. La diferencia mayor con el Psicodrama es que no se abordarán nunca en escena situaciones personales de presente o pasado. Las escenas siempre son simbólicas, relacionadas con el rol o situación a trabajar y a desarrollar. La observación del yo es, por tanto, indirecta. Dice Moreno: “Resulta imposible la observación directa del “Yo”, pero sí puede ser observado de forma indirecta por medio de los roles con que se manifiesta” (1954, citado en Boria, 2001).

**CREAR**

***“El individuo es creativo cuando no se limita a afirmar, repetir, imitar, cuando da algo de sí mismo”.***

*(Tatarkiewicz, 1990, p.295)*

En el Teatro Vital, como bien se profundizó en el artículo Jugar para Crear (Boixet, 2019), el juego es el núcleo de

acción para el desarrollo de roles en el escenario. Pero más allá del juego, más allá del escenario, nos espera la vida, aquí es donde nos vamos a centrar en este artículo. Qué repercusión tiene esa “creación teatral”, realizada en el espacio dramático, en los roles jugados en el contexto social.

La palabra creatividad se define como “facultad de crear” o “capacidad de creación”. Está emparentada con la voz latina “crescere”: crecer. La palabra no es recogida en el diccionario de la Real Academia (DRAE) hasta la edición de 1984. “La incorporación en la lengua española del término creatividad tiene, además, un referente inmediato con el anglosajón creativity, que empezó a ser utilizado en 1950 por el psicólogo Joy Paul Guilford para referirse al conjunto de mecanismos, cognitivos, aptitudes y habilidades, para resolver problemas. En la lengua inglesa, este término aparece ya recogido en 1961 por el Webster’s Third Dictionary como habilidad de crear”. (Contreras y San Nicolás, 2001, p.23).

Fue en el mismo estudio de 1950 donde Guilford clarificó las capacidades que potencian el pensamiento divergente. Estas son las operaciones mentales que se relacionan más directamente con la creatividad. Las apunto esquematizadas en el siguiente cuadro, siguiendo la traducción de Ricarte (Ricarte, 1999, p. 133) e incluyendo los niveles de creatividad de Taylor (1950).

Aspecto	Características
Fluidez	Capacidad de producir ideas asociadas sobre un objeto o situación. No se aferra al primer pensamiento. Busca en el fondo del problema, hasta llegar al meollo. Sus planteamientos se abordan desde un campo u otro con mayor rapidez y frecuencia, pasando por encima de las vinculaciones funcionales.  Nivel productivo de Taylor.
Flexibilidad	Capacidad de adaptarse rápidamente a las situaciones nuevas u obstáculos imprevistos, acudiendo a anteriores experiencias y adaptándolas al nuevo entorno. Nivel inventivo de Taylor.
Originalidad	Capacidad para entender ideas, conceptos u objetos de manera diferente a como se había hecho hasta el momento, aprovechándolos para fines completamente nuevos. Manteniéndose apartado de la moda y renunciando al aplauso de la mayoría. Nivel innovador de Taylor.
Elaboración	Capacidad que hace posible edificar una estructura de acuerdo con las informaciones obtenidas, extrayendo el máximo provecho de la información de que se dispone. Nivel emergente Taylor.
Redefinición	Capacidad excepcional de acomodar ideas, conceptos, personas y objetos, transponiendo sus funciones, y utilizarlos o interpretarlos de maneras nuevas.

Habría un último aspecto conceptualizado como **redefinición**, que he dejado como un punto aparte ya que propongo dividirlo en dos capacidades diferenciadas y a su vez complementarias.

**Abstracción vs Síntesis.** Esta diferenciación es para ponderar la capacidad de relacionar elementos ya sea desde el mecanismo de deducción como el de inducción.

Abstracción	Capacidad de analizar los componentes y de comprender las relaciones entre estos; es decir, extraer detalles de un todo ya elaborado. Pensamiento deductivo. Top-down
Síntesis	Capacidad de combinar esos componentes para llegar a un todo creativo. Simultaneidad visual. Esto es debido a que la síntesis origina la redefinición al establecer nuevas relaciones entre las partes de un sistema. Pensamiento inductivo. Bottom-up.

Estas capacidades son a la vez muchas veces antagonistas y comprometen hemisferios cerebrales distintos. Por tanto, añadiría la Tolerancia a la ambigüedad, ya que en el proceso creativo, lo más difícil es,

muchas veces, sostener ideas encontradas. Es en la complejidad, de tener una idea y justamente la contraria, donde intentaremos reajustar esta disonancia cognitiva con un pensamiento (o acción) nuevo y original.

Tolerancia a la ambigüedad	Capacidad de vivir en una situación problemática y trabajar intensamente por dominarla. Sostener el trapecio de lo desconocido. No se apresura a escoger soluciones, sostiene la tensión de seguir varios planteamientos, para no renunciar a otras soluciones ideas y más maduras.
----------------------------	---

La diferencia fundamental entre creación y creatividad estriba en que, mientras creación se refiere al acto de crear, al encuentro y al resultado obtenido, el término creatividad aporta el matiz del proceso necesario para llevar a cabo el

acto de creación. Para este proceso quería destacar la capacidad de ver al otro, que es donde radica, a mi parecer la fuerza del psicodrama, el poema de Moreno me resulta aquí más que pertinente:

*“Y cuando estés conmigo  
Yo sacaré los ojos de tus cuencas  
Y los pondré en el lugar de los míos.  
Y tú me arrancarás los míos  
Y los pondrás en el lugar de los tuyos,  
Para mirarte con tus ojos  
Y que tú me mires con los míos”  
J.L. Moreno (1910)*

Este ver al otro desde sus propios ojos tendría una dificultad aún mayor a la empatía, es necesario salir de uno mismo, de los constructos propios, para ello creo que el proceso creativo necesita de la sensibilidad.

<b>Sensibilidad</b>	Capacidad de captar los problemas, la apertura frente al entorno, la cualidad que enfoca el interés hacia personas, cosas o situaciones externas al individuo.
---------------------	--

Ahora que han quedado definidos los aspectos implicados en la creatividad, sería el momento de adentrarnos en las dinámicas que se entrenan en el Teatro Vital. Aquí se buscarán potenciar estos procesos de creación para el desarrollo de roles, -primero en la escena, luego en la vida-, facilitando dinámicas e improvisaciones. Favoreciendo nuevas asociaciones entre ideas y conceptos conocidos, para que se den soluciones originales.

En el Teatro Vital se generarán las dinámicas para que puedan surgir de una manera más controlada, gracias al espacio protegido que nos da el escenario. Este pensamiento divergente normalmente ocurre de forma espontánea, de modo fluido, muchas opciones son generadas en una pequeña cantidad de tiempo y estas conexiones inesperadas son dibujadas en nuestra mente, en el escenario pasarán a ser acción. Después de que los procesos de pensamiento divergente han sido

completados, las ideas e información son organizadas y estructuradas usando pensamiento convergente.

Un ejercicio de juego teatral que se utiliza en Teatro Vital que lo ejemplifica es el siguiente:

### ***El objeto loco***

*El grupo se dispone en una rueda, el yo auxiliar toma un objeto corriente (pelota, bufanda, cuerda...) y primero enumera un uso común, a medida que avanza el turno en los integrantes del grupo, se tendrán que ir aportando ideas nuevas, aunque sean muy lejanas a la utilización habitual. Ya que las ideas no se podrán repetir.*

*Por ejemplo: una pelota para simular que estás embarazada y poderte sentar en asientos reservados en el transporte público. Acto seguido lo actúa y pasa el objeto al siguiente.*

El ejercicio planteado del objeto loco, es una aplicación de la técnica de brainstorming, ideada por Osborn (1949), donde se busca añadir o mejorar ideas generando una cascada colectiva de propuestas. De acuerdo a Osborn la mente está dividida en dos: una parte razonadora que analiza, compara, y elige y otra creativa que visualiza, prevé y genera ideas. Claramente se relaciona de nuevo con las funciones de los hemisferios cerebrales. Esta técnica busca eliminar la autocensura que muchas veces la mente razonadora impone a la productividad de la mente creativa. Se basa fundamentalmente en separar la generación de ideas de la evaluación con cuatro reglas básicas :

- Toda crítica está prohibida. No se censura ninguna idea por absurda que puedaparecer.
- Toda idea es bienvenida. Da rienda suelta a la imaginación
- Tantas ideas como seaposible.
- La asociación de las ideas es deseable. Es necesario escuchar a los demás.

En Teatro Vital, al ser un encuadre lúdico, surgirá más fácilmente el humor y mediante la técnica psicodramática de la interpolación de resistencias, se buscará la provocación, que facilitará la aparición de ideas originales. Estas respuestas no se darían posiblemente fuera de una dinámica de juego, bajo la presión social del “que dirán”. El saber construido colectivamente constituye una posibilidad de transformación y reorganización. Cornejo (1999) apunta que lo grupal se crea sobre los significados compartidos, dando lugar a una visión conjunta. Esto condicionará la forma en la que los miembros de ese grupo interpreten la realidad y actúen sobre ella. Por tanto la aproximación al desarrollo vivencial del rol se hará en base a sus significados. “Un grupo es un sistema de individuos, que mantiene entre sí un conjunto de relaciones, en un espacio y un tiempo determinado, dando lugar

a estructuras sociales que tienen ciertas propiedades emergentes, en virtud de las acciones recíprocas que se producen entre sus miembros” (Cornejo, 1999, p.55).

Fuera de la escena, en la vida, la persona ha asumido determinados patrones y modelos de conducta, que le sirven de pauta para orientarse en su medio social y así satisfacer sus necesidades. Han sido muchos años de aprendizaje de estereotipos, para resolver sus necesidades biológicas y sociales. Normalmente, el individuo no debe buscar nada fuera de esos patrones y mucho menos crear otros nuevos, si no quiere ser rechazado. Así el individuo provisto de esas reglas, normas y modelos de interacción, construye una personalidad social que moldea sus relaciones con los otros.

“Ese conocimiento común compartido conlleva una interacción organizada, dentro de ciertas expectativas mutuas entre los individuos, en cuanto a la relación a desarrollar, a la manera de comportarse dentro del rol, y a la situación dada”. (Rojas, 1997, p 417)

En el Teatro Vital el juego es el acto creador, el grupo es el agente terapéutico y el escenario es el espacio seguro. Se brindará así la posibilidad de ampliar esos patrones e incluso investigar los roles poco desarrollados. Se podrán cuestionar ideas, creencias y sistemas de valores. Se favorecerá así, la transformación de realidades, dando forma a una nueva conserva cultural. “El acto creador, es un acto social. El estado espontáneo-creativo motiva, no sólo un proceso interno, sino también una relación social, externa, esto, es “una correlación con el “estado” de otra persona creadora”. (Moreno, 1993, p.70). Ya en el Axiodrama, de la primera etapa de Moreno, aparecían esas nuevas formas de expresión, criticando valores consagrados y buscando una forma más espontánea delser.

“En el Teatro Vital(...), se posibilita una exploración amplia, pues los participantes se permiten probar conductas que en

otro contexto carecerían de sentido. Deja operativos la mayor parte de roles de la persona, incluso los poco desarrollados, ya que el juego reduce la percepción de amenaza, relajando el sí mismo psicológico. Mediante él, el grupo se convierte en un laboratorio vivencial de diferentes formas de hacer, donde uno se descubre así mismo y puede tomar también nuevas formas de los demás” (Guerrero, 2019, p113).

Anteriormente, se detalló el juego del objeto loco, para ejemplificar cómo desde el Teatro Vital, se pueden potencian las ideas creativas de los participantes del grupo. Seguidamente se planteará cómo podría continuar la sesión. Tras el objeto loco, vendría la escena cuerda.

### **Escena cuerda**

*Imaginad que el grupo selecciona, sociométricamente, para seguir trabajando: la escena de la pelota (que simula un embarazo). Se pediría un voluntario para representar la “embarazada” y alguien que cede el sitio en el autobús. Nuestro yo auxiliar (espontáneo o no), sería el punto de palanca representando a otro viajero de dicho autobús. Bajo las indicaciones del director, irá a favor o a la contra; descubrirá el engaño de la pelota (desenmascarando al impostor), o bien irá a favor ( preguntándole de cuantos meses está, si conoce el sexo del bebé, etc...). Dependiendo de la actitud del yo auxiliar, la escena tendrá diversos finales. Con los que también podremos jugar.*

La escena es el espacio de la imaginación, donde todo es posible. Como diría Gustav Bally (1958) “el juego es la expresión de libertad”, en el escenario podemos cambiar el sentido lógico de los acontecimientos a nuestro antojo. Imaginad que finalmente han desenmascarado a nuestra “embarazada ficticia”, y acto seguido (bajo indicación del director), da

a luz un hijo de verdad. Sería una forma de aplicación de la técnica creativa de **Biosociacion** de Koestler (1973), donde se conectan diferentes niveles de experiencia no relacionados anteriormente. En las palabras de Kaufmann, en esencia, “el descubrimiento es una biosociación, es decir un acto por el que se unen en espíritu dos objetos o dos técnicas susceptibles de combinarse mutuamente a fin de dar origen a un objeto, o a una técnica totalmente nueva”. (Kaufmann, 1973, p.56-57).

Pero incluso el escenario nos da espacio para las situaciones más oníricas y surrealistas. Pudiendo pedir a alguien del público que pueda darle voz a la pelota, adentrándonos en la técnica de la **Sinéctica** de Gordon (1944), potenciando los elementos subconscientes. “Convirtiendo en conocido lo extraño y lo extraño en conocido, se transforma lo extraño en conocido utilizando cuatro mecanismos basados en la analogía y la metáfora”. (Marín y De la Torre, 2000, p 318)

Al utilizar como laboratorio el escenario, todas las variaciones son posibles, la libertad nos la da el juego (en este caso teatral) y el encuadre nos lo da el psicodrama. A medida que vamos tirando del hilo, la lectura de formas se hace más evidente. “El juego del rol, se convierte en una vía de acceso a la actividad de un individuo (yo, núcleo del yo), y en buena manera de evaluar el proceso de los cambios terapéuticos (...)”. (Rojas,1987, p 445) Es en ese juego, donde empezarán a aparecer analogías, cada vez más relacionadas con la estructura profunda del individuo, que ahora si podemos observar de forma indirecta. Durante la sesión se irá avanzando en las propuestas que cada vez estén más relacionadas con sus dificultades en su contexto social. Normalmente los cambios se dan sutilmente.

En la siguiente sesión, simplemente un miembro del grupo comenta que curiosamente ahora se sienta en el autobús cuando antes siempre iba de pie. Tal vez,

conociendo mi talante humorístico, le devolvería un: “Vigila no estés embarazado”.

El desarrollo de roles se hace de forma indirecta en las improvisaciones o de manera directa cuando se trabaja un personaje que tiene características específicas, similares al rol que queremos desarrollar. No se dramatizará la escena profunda, si se abordarán temas personales. Recordemos que el encuadre es lúdico.

“En el Teatro Vital, tiene especial importancia la experimentación sobre la realidad, se entra en diálogo con aspectos desconocidos de sí mismos, reacciona de forma diferente a una situación de su realidad ya conocida, adapta respuestas ante nuevas circunstancias. (...) practica un rol distinto, rompe con las cristalizaciones presentes, se sumerge en su experiencia subjetiva a través de esa acción dramática y emerge de ella con una nueva perspectiva. Se posibilita lo creativo en su actuación”. (Boixet, 2018 p. 16)

### *Conclusiones*

En este artículo se ha buscado ahondar en las características de la creatividad y los procesos que favorecen su desarrollo. Se ha ejemplificado cómo se puede trabajar la flexibilidad, la fluidez y la originalidad que la caracterizan. Evitando el juicio y posibilitando así nuevas formas de hacer, sentir para más adelante ser. Sabiendo

la dificultad, muchas veces, de sostener diferentes puntos de vista. Siendo muchas veces necesaria la redefinición y mecanismos contrapuestos de abstracción y síntesis. Es un camino largo que requiere esfuerzo y sensibilidad para verse a uno mismo y a los demás. Pero no es un camino imposible. Citando a Matusek (1977) “Ser creador no es una característica de pocos grandes hombre o espíritus, sino una cualidad común de muchos hombres y, en última instancia, de todos los individuos” (Matusek, 1977, p.7).

En el Teatro Vital esta creatividad está a merced del desarrollo de roles. Siendo muy conscientes de los bloqueos que obstaculizan su desarrollo, ya sean perceptivos, culturales o emocionales. Aprovechamos esta categorización de Alvin Simberg (1972) para acompañar nuevas formas en escena de mirar, sentir y hacer. Sabiendo que, actualmente, debido a la globalización, es tendencia habitual sustituir cada vez más la espontaneidad por respuestas fijas y regladas. Por tanto, desarrollar la creatividad, capacita al individuo en su vida cotidiana, dando un modelo de adaptación sin imposiciones que cercenen su personalidad, promoviendo en los demás el mismo de respuesta. La creatividad no sólo es maravillosa, si no que además es contagiosa. “En todas las épocas la creatividad ha sido el motor del desarrollo de los individuos, las organizaciones y las sociedades” (Rodríguez, 1985,p.11).

## BIBLIOGRAFIA

- Bally, G.(1958). *El juego como expresión de libertad*. Ed FCE Méjico
- Boixet, P. (2019). *Teatro Vital: jugar para crear*. *La hoja de psicodrama*, 26 (68), 60-67.
- Boixet, P. (2018). *TeatroVital. Un centauro mitad Psicodrama, mitad Teatro*. *La hoja de psicodrama*, 25 (67),13-19.
- Boixet, P. (2005). *Psicodrama y Juego*. En L. E. Fonseca (Comp.), *Más allá del Monigote. Lecciones de Psicodrama* (pp. 188-195). Las Palmas de Gran Canaria:Hamalgama.
- Boria, G. (2001). *El psicodrama Clásico: metodología de acción para una existencia creadora*. México: Itaca.
- Contreras, F.; San Nicolás, C. (2001). *Diseño gráfico, creatividad y comunicación*. Madrid: Blur Ed
- Cornejo, J. M. (1999). *Metodología de la investigación grupal*. En P. González (Coord.), *Psicología de los Grupos. Teoría y Aplicación* (pp. 45-102). Madrid: Editorial Síntesis.
- Davis, G. A.; Scott, J. A. (1975). *Estrategias para la creatividad*. Buenos Aires: Paidós.
- Guerrero, A. (2019). *Roles para la Vida. Hacia una intervención grupal para el crecimiento personal basada en el desarrollo de roles*. Barcelona. Universitat de Barcelona.
- Guilford, J. P. (2003). *Creatividad y educación*. Barcelona: Ediciones Paidós. Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Goleman, D.; Kaufman, P.; Ray, M. (2009). *El espíritu creativo*. Barcelona: Zeta. Landau, E. (1987). *El vivir creativo*. Barcelona:Herder.
- Matusek, P. (1977). *La creatividad*. Barcelona: Herder Editorial. Moreno J.L. (1993) *Psicodrama, Hormè*, Buenos Aires
- Osborn, A.F. (1979). *Applied Imagination*. New York: Editorial Scribner
- Ricarte, M. (1999). *Creatividad y comunicación persuasiva*. Barcelona: Universitat Autònoma de Barcelona, Universitat Jaume I, Universitat Pompeu Fabra, Universitat deValència.
- Rodríguez, M. (1997). *Pensamiento creativo integral*. México, D. F.:McGraw-Hill.
- Rojas Bermúdez, J.G. (1997). *Teoría y Técnica Psicodramáticas*. Barcelona: Paidós.
- Tatarkiewicz, W. (1990). *Historia de seis ideas. Arte, belleza, forma, creatividad, mimesis, experiencia estética*. Madrid: Tecnos.