

UNIVERSIDAD SAN ISIDRO LABRADOR

ESCUELA DE EDUCACIÓN

SEDE HEREDIA

Artículo Especializado para obtener el grado de Maestría Profesional en

Ciencias de la Educación con Mención en Docencia

**Pedagogía teatral como mediadora en la obtención de habilidades para la vida
en el taller de teatro Telón Belemita en la Asociación Cultural el Guapinol**

I semestre 2021

Proponente: Carolina Zumbado Cambroneró

Belén, Marzo, 2021

Pedagogía teatral como mediadora en la obtención de habilidades para la vida en el taller de teatro Telón Belemita Asociación en la Cultural el Guapinol

Carolina Zumbado Cambronero ⁽¹⁾

Resumen

El artículo presenta los resultados de la investigación sobre las posibilidades de que la pedagogía teatral medie en la adquisición de las 10 habilidades para la vida en el grupo de teatro Telón Belemita de la Asociación Cultural el Guapinol. Se parte de las habilidades para la vida estipuladas en 1993 por la Organización Mundial de la Salud, recolectando información mediante distintos instrumentos de datos aplicados a un grupo focal de ocho personas. La pedagogía teatral tiene una fuerza docente en el abordaje de espacios no formales para el beneficio de los participantes y de las comunidades.

Palabras claves: Pedagogía teatral, Habilidades para la vida, Telón Belemita, Mediación, Posibilidades

Abstract

The article presents the results of the research on the possibilities that theater pedagogy mediates in the acquisition of the 10 life skills in the Telón Belemita theater group of the Asociación Cultural el Guapinol. It starts from the life skills stipulated in 1993 by the World Health Organization, collecting information through different data instruments applied to a focus group of eight people. Theater pedagogy has a teaching force in addressing non-formal spaces for the benefit of the participants and the communities.

Key words: Theater pedagogy, life skills, Telón Belemita, mediation, possibilities

(1) Carolina Zumbado Cambronero. Artista escénica y pedagoga teatral desde el año 2012. Instructora en la Asociación Cultural el Guapinol. E-mail: caro.zum2@gmail.com

PEDAGOGÍA TEATRAL COMO MEDIADORA EN LA OBTENCIÓN DE HABILIDADES PARA LA VIDA

Esta investigación busca indagar sobre el papel de la pedagogía teatral en el proceso de adquisición de habilidades para la vida en las personas que conforman un taller de teatro. Surgen las siguientes preguntas generadoras ¿Puede la pedagogía teatral aportar habilidades para la vida a los participantes del Taller de teatro Telón Belemita? ¿De cuáles habilidades para la vida se estaría hablando? ¿Qué es la pedagogía teatral y cuál es su relación con la docencia? ¿Qué es el taller de teatro Telón Belemita y como está conformado?

Estas preguntas motivaron a la investigadora a enfocar su investigación en la docencia, haciendo énfasis en la pedagogía teatral y su relación con la educación, en aras de favorecer el desarrollo integral de las personas que participan en el taller de teatro. En el desempeño como pedagoga teatral se han hecho visibles los beneficios que las personas reciben de los procesos de enseñanza con énfasis artístico, por lo tanto, se vuelve necesario hacer una investigación que tenga este enfoque; sistematizar los beneficios que la pedagogía teatral aporta en la vida de las personas.

Planteamiento del problema

¿Cuáles son las posibilidades de que la pedagogía teatral medie en un proceso de adquisición de las 10 habilidades y competencias para la vida señaladas por la OMS en un grupo de personas que conforman el taller de teatro Telón Belemita? Este planteamiento tiene como ejes principales la pedagogía teatral, las 10 habilidades y competencias para la vida y un grupo de personas determinado.

El taller de Teatro Telón Belemita se cataloga como un espacio de teatro comunitario, entiéndase como un espacio donde se pone el énfasis en la creación y representación de espectáculos realizados por los miembros de una comunidad, lo que conduce a una indagación ideológica y ética con vistas a reflexionar sobre la identidad comunitaria, enraizado en un entorno muy particular y dentro del contexto los participantes y los asuntos tratados son locales. (Motos y Ferrandis, 2015)

PEDAGOGÍA TEATRAL COMO MEDIADORA EN LA OBTENCIÓN DE HABILIDADES PARA LA VIDA

Estos espacios de teatro comunitario son importantes para las personas participantes pues el lenguaje artístico tiene la capacidad de ser un medio específico de conocimiento de cualquier área, ya que permite conocer, analizar e interpretar las creaciones artísticas que se comunican mediante los diferentes lenguajes (Ros, 2004), aportando beneficios a las personas en muchos aspectos de su vida que genera cambios positivos la sociedad.

Estos beneficios se medirán por medio de las 10 habilidades y competencias para la vida que ha marcado la OMS en el año de 1993 y que se postulan como una visión que integra la perspectiva individual y social, se destaca la necesidad de aplicarlas en el ámbito personal, como la de proyectarlas socialmente. “Esto implicaba que la persona pudiera cuestionar el orden de las cosas y asumir posiciones críticas y transformadoras. Las habilidades y competencias para la vida son tan importantes en el cambio que cada persona hace en su propia vida, como en la transformación que puede promover en su sociedad.” (Murillo-Chaves, 2019)

Por lo tanto, hacer a las personas consientes de estas 10 habilidades y de su puesta en práctica en los distintos espacios personales y sociales puede generar cambios en sus vidas y en una sociedad que vive momentos difíciles por la pandemia que aún no vislumbra un fin claro. Esta pandemia está dejando estragos en la salud mental de las personas debido a factores tales como la depresión, calidad de vida profesional, adherencia a las medidas de protección, reacciones emocionales, manifestaciones físicas, miedo al contagio, ansiedad, resiliencia y estrés.

La pedagogía teatral aunado a las 10 habilidades para la vida pueden ser herramientas que contribuyan a volver más llevadera esta situación. Las prácticas artísticas pueden generar cambios que mejoren las condiciones de vida de las personas y las comunidades.

También es importante que la investigación tenga un enfoque sobre las 10 habilidades y competencias para la vida en los procesos de educación y la pedagogía teatral, entendiendo que el enlace entre educación y pedagogía teatral puede ser favorable desde ambos puntos de vista.

Objetivos

Objetivo general:

Determinar el aporte de la pedagogía teatral como mediadora en la adquisición de herramientas para la vida en las personas participantes del taller de teatro Telón Belemita, durante el primer ciclo del año 2021 sobrellevando una situación de pandemia COVID-19.

Objetivos específicos:

1. Identificar cuáles son las herramientas para la vida que los estudiantes reconocen y ponen en práctica durante el proceso práctico del taller de teatro Telón Belemita.
2. Revisar la contribución de la pedagogía teatral en el desarrollo de habilidades para la vida de los participantes en su vida personal y profesional, considerando la situación de la pandemia COVID-19.

Antecedentes

La Asociación Cultural el Guapinol es una organización cultural sin fines de lucro fundada en el año 1993 y con sede en el cantón de Belén, Heredia. Algunos de sus fines son contribuir al desarrollo de las diversas manifestaciones del arte y de otras prácticas de la cultura nacional. (Murillo-Sánchez, 2019)

Según el blog de la Asociación Cultural el Guapinol su misión se debe a contribuir al mejoramiento de la calidad de vida y el desarrollo artístico cultural de las y las belemitas, su gestión se da en alianza estratégica con la Municipalidad de Belén para el desarrollo cultural por medio de la gestión de nueve programas artístico-culturales. En el año 2018 la Asociación Cultural el Guapinol recibió el Premio Nacional de Gestión y Promoción Cultural del Ministerio de Cultura y Juventud “por su labor en favor del derecho de las personas, grupos y comunidades a acceder, contribuir y participar de manera activa en la vida cultural”. (Murillo-Sánchez, 2019)

PEDAGOGÍA TEATRAL COMO MEDIADORA EN LA OBTENCIÓN DE HABILIDADES PARA LA VIDA

Las oficinas centrales de la Asociación Cultural el Guapinol se ubican en la segunda planta del Edificio Parroquial Ángel San Casimiro, costado norte de la plaza de San Antonio de Belén Heredia, Costa Rica, teléfono 22939546, email elguapinol@gmail.com y canal de YouTube elguapinol93.

El taller de Teatro Telón Belemita se ejecuta desde el año 2018, con el fin de captar a la comunidad joven-adulta del cantón, su énfasis es la creación escénica desde las posibilidades expresivas, corporales y vocales de cada participante, este taller se imparte en la casa de la cultura de Belén, ubicada en San Antonio de Belén, Heredia.

Álvarez y Domínguez reivindican la búsqueda de espacios que fortalezcan el tejido social y promuevan el desarrollo integral, a través de la expresión artística como metodología de expresión de sentires y construcción de las identidades tanto culturales y sociales como individuales. Por lo tanto, vista la educación artística desde una función social, permite sensibilizar a la persona, estimulando la intuición y la creatividad, promoviendo la seguridad y la autoconfianza por medio de la expresión artística. (2012)

Para efectos del proyecto estas capacidades que la persona adquiere en los procesos artísticos se llaman habilidades para la vida, y desde el año 1993 han sido reconocidas por la Organización Mundial de la Salud, pues persigue mejorar la capacidad de vivir una vida más sana y feliz, intervenir sobre los determinantes de la salud y el bienestar, y participar de manera activa en la construcción de sociedades más justas, solidarias y equitativas. (Fundación EDEX, 2021)

La educación artística como herramienta posibilita el desarrollo social y la afectividad pues promueve la inclusión, permite plantear acciones de transformación personal y social que contribuyen con el desarrollo del tejido social y la convivencia armoniosa. La inserción del arte en el desarrollo global tiene gran importancia, pues despliega en las personas destrezas y habilidades físicas, mentales y espirituales, les abre horizontes de valoración propia y del entorno. (Álvarez Castro & Domínguez Lacayo, 2012)

PEDAGOGÍA TEATRAL COMO MEDIADORA EN LA OBTENCIÓN DE HABILIDADES PARA LA VIDA

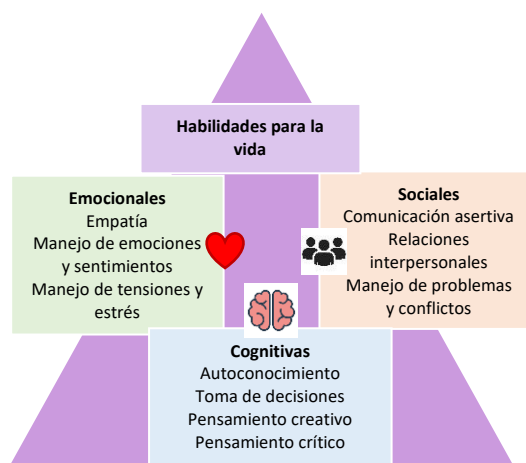
En el caso específico de la investigación estos beneficios mencionados harán eco positivo en las habilidades para la vida que las personas puedan adquirir después de vivir procesos de pedagogía artística. Para el abordaje de esta investigación se hará uso del término pedagogía teatral en procesos de teatro aplicado, entendido como una variedad de proyectos teatrales aplicados a asuntos y contextos no comunes al teatro convencional. Se comparte la convicción de que el teatro puede ir más allá de su mera forma estética, es por lo tanto un término paraguas enfocado en promover espacios sociales positivos dentro de una comunidad local. (Motos y Ferrandis, 2015)

Para la autora Verónica García, la pedagogía teatral se ha caracterizado por buscar en el teatro un nuevo recurso de aprendizaje, motivador de la enseñanza, facilitador de la capacidad expresiva, contenedor de la diferencia, ente de sanación afectiva de proveer de la experiencia creativa. El teatro se convierte en una estructura que permite enseñar el territorio de los afectos, volcando su aporte artístico en el campo educacional, con el objetivo de volver más creativo el proceso de aprendizaje. (1996)

En el sitio web de la Fundación EDEX se brinda una explicación específica del concepto habilidades para la vida; "es, por lo tanto, un enfoque educativo centrado en la formación en diez destrezas útiles para afrontar las exigencias y desafíos de la vida diaria. Son competencias de naturaleza psicosocial que pueden aplicarse en diversas áreas: estilos de vida personales, relaciones sociales, acciones para transformar el entorno". (2021)

Las diez habilidades de las que hacen mención son; Autoconocimiento, Manejo de problemas y conflictos, Empatía, Pensamiento creativo, Comunicación asertiva, Pensamiento crítico, Relaciones interpersonales, Manejo de emociones y sentimientos, Toma de decisiones y Manejo de tensiones y estrés. (Ver Anexo 8 para más detalles sobre las 10 habilidades para la vida)

Según la fundación EDEX (2021) las habilidades para la vida se clasifican de la siguiente manera:

Figura 1*Clasificación de las habilidades para la vida*

Nota: Elaboración propia a partir de la información brindada por Fundación EDEX 2021

Metodología**Tipo y enfoque**

Para abordar la investigación se hará un enfoque mixto; cualitativo y cuantitativo. Cualitativo pues está basado en comprender y profundizar los fenómenos, explorándolos desde la perspectiva de los participantes en un ambiente natural y en relación con el contexto, en este caso en particular el contexto a analizar será el espacio del taller de teatro Telón Belemita y cuantitativo pues se hace una integración sistémica para lograr un mayor entendimiento del fenómeno bajo estudio, usando datos probalísticos, fundamentado en la medición (se miden las variables o conceptos contenidos en las hipótesis) y busca medir los fenómenos que se estudian reflejados en “mundo real”. (Hernández, Fernández y Baptista, 2010) Con el uso de los dos métodos se tendrá una “fotografía” más completa del fenómeno.

Así como el enfoque de investigación será mixto, su tipo se basará en el método de investigación fenomenológico, que es comprendido como el estudio de un fenómeno tal y como es percibido, experimentado y vivido por una persona. (Aguirre y Jaramillo, 2012)

PEDAGOGÍA TEATRAL COMO MEDIADORA EN LA OBTENCIÓN DE HABILIDADES PARA LA VIDA

Un estudio de investigación fenomenológica trata de comprender las percepciones de las personas, sus perspectivas e interpretaciones de una situación particular (o fenómeno). Además, un estudio de investigación fenomenológica intenta responder a la pregunta ¿Cómo es la experiencia con respecto a un fenómeno?, y a este proyecto en particular le corresponderá analizar ¿Cómo vivencian los participantes del taller de teatro Telón Belemita la pedagogía teatral como mediadora en la adquisición de habilidades para la vida? Se puede generar conocimiento a través de las vivencias y experiencias de las personas, por lo tanto, es importante que las personas que conforman el Taller de Teatro Telón Belemita aporten y compartan la experiencia teatral de la que son partícipes.

Participantes

El fenómeno de investigación será abordado y analizado a través de un grupo focal, conformado por las personas participantes del taller de teatro, un grupo de ocho personas que poseen las características idóneas para el proyecto y pueden aportar desde su experiencia. Algunas características de estas personas son (ver fotografías en Anexo 6):

Conforman un grupo que viene trabajando desde hace tiempo, por lo tanto poseen una experiencia previa y valiosa para el proyecto. Tienen un promedio de edad entre 13 y 61 años. Son personas con distintas profesiones (ver Figura 2) por lo tanto está variedad aporta riqueza al proyecto. El año pasado debido al tema COVID-19, pandemia, el grupo continuó trabajando desde la virtualidad, logro mantener la motivación y sacar un producto creativo, lo cual habla del compromiso de las personas que conforman el taller de teatro. Para este año se trabajará una modalidad virtual y presencial.

Instrumentos/materiales

Esta investigación mixta con un énfasis de método fenomenológico implica la recolección y análisis de la información que se dará por medio de los siguientes instrumentos: observación participativa, encuesta basada en la escala Likert y entrevista semi estructurada al grupo focal.

PEDAGOGÍA TEATRAL COMO MEDIADORA EN LA OBTENCIÓN DE HABILIDADES PARA LA VIDA

Para la observación participativa al grupo focal la recolección de datos se dará por medio de notas de campo (ver Anexo 2) que la estudiante-instructora llevará durante las actividades teatrales. Este tipo de observación no es mera contemplación, implica adentrarnos en profundidad a situaciones sociales y mantener un papel activo, así como una reflexión permanente. Estar atento a los detalles, sucesos, eventos e interacciones.

Los grupos focales constituyen una técnica cualitativa de recolección de información basada en entrevistas colectivas y semiestructuradas realizadas a grupos homogéneos, también se considera como un grupo de discusión, guiado por un conjunto de preguntas diseñadas cuidadosamente con un objetivo particular. (Aigner, 2006)

La encuesta que se aplicarán a las personas del grupo focal (ver Anexo 5) se hará bajo el formato de escala Likert que son instrumentos psicométricos donde el encuestado debe indicar su acuerdo o desacuerdo sobre una afirmación, ítem o reactivo, lo que se realiza a través de una escala ordenada y unidimensional (Bertram, 2008). Y a la hora de analizar los datos obtenidos se sacará un promedio según las respuestas.

Descripción

En este caso la investigadora será la moderadora como instructora del Taller de teatro Telón Belemita y expondrá al grupo focal al fenómeno mediante encuentros de desarrollo práctico que incluyen sesiones de ejercicios teatrales, que se irán conteniendo en una Bitácora de trabajo (Ver Anexo 3). Se utilizarán distintos recursos tales como; proyección de imágenes, estímulos informativos, representaciones escenificadas, ejercicios dramáticos y lúdicos, o relatos motivadores.

En este caso se hará una observación participativa-activa donde la instructora estará presente, sin embargo, no se mezcla completamente con los participantes y sigue siendo ante todo un espectador. Esta observación se hará a partir de las habilidades para la vida que se buscan reconocer en desarrollo del taller de teatro y como las personas participantes las ponen en práctica.

PEDAGOGÍA TEATRAL COMO MEDIADORA EN LA OBTENCIÓN DE HABILIDADES PARA LA VIDA

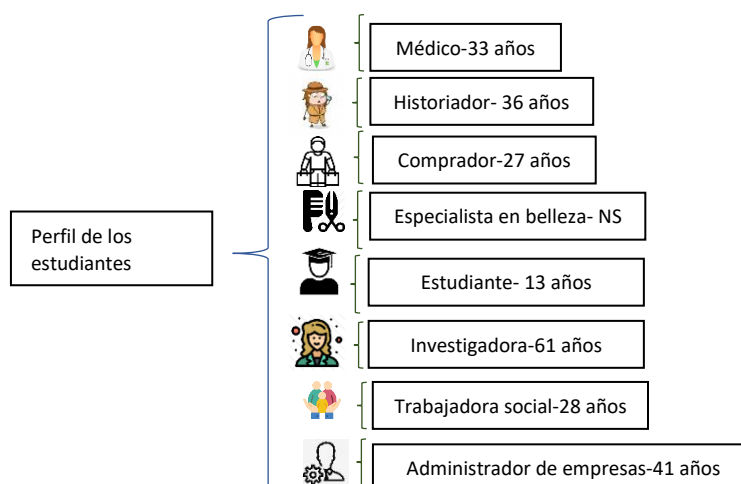
Posteriormente se procederá a hacer un análisis y sistematización de los datos y la información recopilada durante el proceso del taller de teatro Telón Belemita, ya sea en las clases o mediante los instrumentos de recolección que se elaboren y se apliquen.

Análisis de resultados

A continuación, la información más relevante que se obtuvo por medio de los instrumentos de recolección de datos con respecto a la aplicación de las 10 habilidades para la vida en la clase de teatro y en su cotidianidad. Compréndase que todas las habilidades están conectadas entre sí, dependiendo una de la otra en la práctica efectiva, por lo tanto, se hará un esfuerzo por segmentar sus resultados:

Figura 2

Perfil ocupacional de las personas que conforman el Telón Belemita



Nota: Información obtenida por la investigadora de la Encuesta aplicada 2021

Autoconocimiento

Con respecto a la habilidad de Autoconocimiento la mayoría de los participantes señala que durante el taller de teatro y en sus ejercicios media esta habilidad *Siempre o casi siempre* (ver Tabla 3).

Una estudiante señala que este espacio le permitió aprender de ella misma y darse cuenta de que no era tan tímida como creía, expresando lo que es, piensa y siente desde su corporalidad. Otra comenta que es un espacio de aprendizaje de teatro, de los compañeros y de sí misma.

PEDAGOGÍA TEATRAL COMO MEDIADORA EN LA OBTENCIÓN DE HABILIDADES PARA LA VIDA

También se menciona el ejercicio de creación de personaje como una oportunidad para cuestionarse su propio ser, en este ejercicio se formulan una serie de preguntas claves para conocer a fondo al ser ficticio que se interpretará. Aun así los estudiantes creen que estas preguntas también hicieron eco en su propio ser.

Empatía

La habilidad empatía se señalaba que media en las sesiones *Siempre*, y dos estudiantes mencionan que *A veces* (ver Tabla 1). Los estudiantes señalan el espacio de “compartir” (al inicio de la clase los participantes pueden contar u compartir experiencias) como un lugar donde se validaban emociones y sentimientos propios y de las otras personas.

También la investigadora observó que durante pandemia muchas veces se compartían retos o situaciones duras que estaban viviendo las personas que conforman el taller, y entre los participantes se daba una contención emocional. Hubo un momento en particular donde había un cansancio y deterioro colectivo, y entre todas las personas se dieron soporte, señalando el taller de teatro como un lugar de salud mental y emocional.

Comunicación asertiva

Para esta habilidad la mayoría de los participantes señalan que esto sucede en el taller de teatro *Siempre* (ver Tabla 2), comparten que durante las sesiones la comunicación es efectiva dentro del marco del respeto y las personas se relacionan de manera positiva. El taller de teatro Telón Belemita señala que cuando se ha presentado un conflicto se ha abordado de una manera empática, apelando al respeto y a la solución asertiva del problema, por medio de la comunicación. Se pudo observar que los participantes ante una situación complicada o de conflicto cuidaban y elegían muy bien las palabras que iban a utilizar, con el fin de no herir susceptibilidades y hacer entender a los otros de una manera asertiva o comunicar su punto de vista sobre lo que estaba sucediendo.

PEDAGOGÍA TEATRAL COMO MEDIADORA EN LA OBTENCIÓN DE HABILIDADES PARA LA VIDA

Tabla 1*Habilidades para la vida divididas en habilidades emocionales*

ITEM	E1	E2	E3	E4	E5	E6	E7	E8	Estándar
Empatía	S	S	S	S	AV	S	AV	S	Casi siempre
Manejo de emociones y sentimientos	S	CS	S	S	S	S	S	CS	Siempre
Manejo de tensiones y estrés	CS	S	S	CS	S	S	S	CS	Casi Siempre

Nota: E: Estudiante/ S: siempre/ CS: Casi siempre/ AV: A veces

Creación propia de la investigadora a partir de la información recopilada 2021

Relaciones interpersonales

Con respecto a esta habilidad al consultarle a los participantes si el taller de teatro promueve la habilidad para relacionarse con las demás personas de una manera constructiva y sana, la mayoría contesta *Siempre y Casi siempre* (ver Tabla 2). Ante la consulta si el taller de teatro le ha permitido estrechar vínculos duraderos de amistad, poner límites y no ceder ante la presión social para recibir aceptación, predominaron las respuestas *Siempre, Casi siempre y A veces*.

Los estudiantes comentan que a pesar de los diferentes retos y conflictos que se presentan en el taller han logrado mantener un grupo unificado y sensible entre sus participantes, el taller de teatro se ha convertido en “un espacio amistoso” donde han encontrado personas valiosas que a no ser por el taller nunca hubieran conocido ni se hubieran relacionado entre sí. La instructora observa durante las clases las siguientes cualidades; camaradería, amistad, compañerismo y cariño entre los participantes.

Toma de decisiones

Ante la consulta predominaron las respuestas *Siempre y un Casi Siempre* (ver Tabla 3), lo que deja en evidencia que el taller promueve la toma activa de decisiones en los participantes.

Los estudiantes señalan que la mayoría de las decisiones que se toman en el taller se dan de manera colectiva, respetando los tiempos, la individualidad y cualidades de las personas que lo conforman. La investigadora observo que en los ejercicios “presi-presi” “Hia-haia-handom” que consisten en reaccionar de manera rápida, se busca la toma de decisiones bajo presión y se estimula el

PEDAGOGÍA TEATRAL COMO MEDIADORA EN LA OBTENCIÓN DE HABILIDADES PARA LA VIDA cerebro de manera activa y en conjunto, pues todas las personas están involucradas en el mismo ejercicio y con el mismo objetivo en común.

Tabla 2

Habilidades para la vida divididas en habilidades sociales

ITEM	E1	E2	E3	E4	E5	E6	E7	E8	Estándar
Comunicación asertiva	S	S	S	S	S	S	AV	S	Siempre
Relaciones interpersonales	S	CS	S	S	CS	S	S	S	Siempre- Casi siempre
Manejo de problemas y conflictos	S	S	S	S	S	S	S	CS	Siempre

Nota: E: Estudiante/ S: siempre/ CS: Casi siempre/ AV: A veces
Creación propia de la investigadora a partir de la información recopilada

Manejo de problemas y conflictos

Ante la consulta sobre manejo de problemas y conflictos la mayoría respondió *Siempre* (ver Tabla 3). Los estudiantes señalan una situación en particular en la que se presentó un conflicto, cuando se estaba en creación de personajes, algunos iban más rezagados con respecto a las tareas que se iban solicitando, por lo tanto, el grupo se reunió para llegar a acuerdos.

La instructora se ha colocado en una posición de mediadora y facilitadora de esta habilidad, e interviene cuando lo amerita, y ha observado que el grupo es capaz de tomar sus decisiones y soluciones de manera colectiva respetando la individualidad de cada persona. Además, ha observado que surgen líderes innatos que de manera asertiva colaboran con la resolución de conflictos, de ocho personas que conforman el grupo, dos integrantes sobresalen por su capacidad de liderar y contribuir en la habilidad mencionada.

Pensamiento creativo

Ante esta habilidad los estudiantes señalan que está presente *Siempre o Casi siempre* (ver Tabla 3). Las personas participantes creen que la mayoría de los ejercicios que se desarrollan en el taller de teatro están mediados por esta habilidad, y que les estimula a “pensar diferente y obtener un punto de vista diferente o desde otro ángulo”. La investigadora precisa que el factor creativo es muy importante

PEDAGOGÍA TEATRAL COMO MEDIADORA EN LA OBTENCIÓN DE HABILIDADES PARA LA VIDA para el desarrollo del Arte y la pedagogía teatral, desde la concepción de las clases, objetivos y planificación está presente. En el ejercicio de “Me muevo como” la instructora observa que, al estimular el área de pensamiento creativo de las personas participantes, podían ampliar sus posibilidades y rango de expresión.

Pensamiento crítico

Al consultar a los y las participantes predomina la respuesta *Siempre* con un *Casi siempre* (ver Tabla 3). Los estudiantes señalan al taller de teatro como un espacio de criticidad y cuestionamiento no solo individual, también grupal. Mencionan que hay sesiones en las que se plantean temas apoyados con videos, dispositivas, lecturas donde se estimula esta habilidad y se abre el espacio a la discusión entre los participantes.

La investigadora ha observado y catalogado al grupo que conforma el Taller de teatro Telón Belemita, como un grupo retador, con una sed de conocimiento y necesidad de aprendizaje constante. Cuando se plantea un tema al grupo, las personas son capaces de proponer temas nuevos, generar preguntas y retar a la instructora que se ve en la obligación de investigar para responder a las necesidades del grupo.

Manejo de emociones y sentimientos

Ante la consulta en la escala Likert predomina las respuestas *Siempre* y un *Casi siempre* (ver Tabla 1). Los estudiantes consideran que los ejercicios que se desarrollan en el taller les da la oportunidad de manifestar sus emociones y sentimientos dándoles herramientas para la expresión de estos, además señalan que esta capacidad no se queda solo en el taller pues también les facilita la manifestación de sus emociones y sentimientos en su vida cotidiana. Una estudiante menciona que el espacio de teatro se ha convertido en una red de seguridad, apoyo y acompañamiento para procesar emociones, sentimientos y tensiones. La instructora ha desarrollado ejercicios que desarrollen emociones y sentimientos como punto de partida para la actuación teatral, mediante la pedagogía se

PEDAGOGÍA TEATRAL COMO MEDIADORA EN LA OBTENCIÓN DE HABILIDADES PARA LA VIDA dan herramientas a las personas para ampliar su repertorio expresivo, que desde luego incluye emociones y sentimientos.

Tabla 3

Habilidades para la vida divididas en habilidades cognitivas

ITEM	E1	E2	E3	E4	E5	E6	E7	E8	Estándar
Autoconocimiento	S	CS	S	CS	S	CS	S	CS	Siempre-Casi siempre
Toma de decisiones	S	CS	S	S	S	S	S	CS	Siempre
Pensamiento creativo	S	CS	S	CS	S	S	S	CS	Siempre
Pensamiento crítico	S	S	S	S	CS	S	S	S	Siempre

Nota: E: Estudiante/ S: siempre/ CS: Casi siempre/ AV: A veces
Creación propia de la investigadora a partir de la información recopilada

Manejo de tensiones y estrés

Al preguntar a los estudiantes por la presencia de esta habilidad la mayoría manifiesta que *Siempre* y *Casi siempre* (ver Tabla 1). Los estudiantes reconocen los ejercicios de expresión corporal como el mayor medio de liberación de tensión y estrés, y señalan que mediante su ser corporal (cuerpo-voz) puede eliminar las tensiones acumuladas por las labores de su vida cotidiana. También comentan que los ejercicios de carácter lúdico, les ayuda a relajarse, sacar tensiones y estrés por medio de la risa, y que logran una dinámica grupal de entretenimiento y diversión que resulta muy relajante para su salud mental y desahogo.

Una estudiante menciona que para ella el taller de teatro es un espacio para liberar estrés y tensión. En la observación participante se puede ver como las personas disfrutaban los ejercicios físicos por ejemplo en el caso de la actividad “imito a” consiste en que una persona del taller desarrollar con el cuerpo y la voz una historia y los demás participantes le imitan. Al final de cada actividad se procura un espacio de dialogo donde se comenta la riqueza del ejercicio, y es un denominador común que se mencione, el alivio de cargas y tensiones como un plus del ejercicio.

PEDAGOGÍA TEATRAL COMO MEDIADORA EN LA OBTENCIÓN DE HABILIDADES PARA LA VIDA

Aplicación en su vida y en pandemia

Ante esta consulta en la Escala Likert, sobre la aplicación de las 10 habilidades para la vida mencionadas en el taller en su vida cotidiana los participantes refieren que sucede *Casi Siempre* y al consultarles si durante el tiempo experimentado en pandemia ha aplicado algún aprendizaje adquirido en la clase de teatro en su vida personal u profesional, el promedio es *Casi siempre* (ver figura 3)

Figura 3

Aplicación de las 10 habilidades en la vida cotidiana de las personas el Telón Belemita



Nota: Creación propia de la investigadora a partir de la información recopilada 2021

Ver Anexo 9 para ver a mayor profundidad las impresiones de los estudiantes con respecto a la aplicación de las 10 habilidades adquiridas en el taller de teatro en su vida, sus profesiones y en medio de la pandemia.

Elementos más valorados sobre el Taller de Teatro por los participantes que aplican en sus ámbitos personales, profesionales y en medio de la pandemia:

Compartir con otras personas	Aprender de mí misma	Aprender de teatro	Diversión
Aprender de los compañeros	Salir de la rutina diaria	Espacio personal	Compartir
Compañeros también son amigos	Desestrés	Aprendizaje colectivo	Libertad

Discusión

A partir del análisis que se hizo en el apartado anterior se puede interpretar que predomina lo positivo, pues sobresalen los ítems en la escala de Linkert; A veces, Casi siempre y Siempre. (ver tablas 1, 2 y 3) Se puede notar como la experiencia del taller de teatro tanto en las sesiones grupales, como la aplicación en su vida y la situación pandémica se da en un panorama favorable para los estudiantes.

Se interpreta según los datos recopilados que las posibilidades de que la pedagogía teatral medie en la adquisición de habilidades para la vida van a depender de varios factores; 1. La persona que media los procesos pedagógicos, 2. Las personas que conforman el grupo focal o el taller de teatro, así como sus intereses y necesidades, y 3. La situación o contexto particular en la que se desarrolle el taller.

Se puede deducir que las posibilidades de mediación van a depender de la conjugación de estos tres factores claves, para facilitar los objetivos de la investigación, en el caso particular del Taller de teatro los factores se dieron de la siguiente manera; 1. La instructora se dio a la tarea de planificar y estructurar sesiones en las que mediaran las habilidades en una situación pandémica. 2. Con respecto a las personas que conforman el taller sobresale su sed de aprendizaje y motivación, lo que facilita los procesos y reta a la instructora. A pesar de las diferentes edades y cualidades los datos dilucidan que lograron compenetrarse como grupo. 3. La situación actual pandémica en la que se desarrolló y se desarrolla el taller pareciera que se ha prestado para que se vuelva de carácter urgente la mediación de habilidades para la vida en las sesiones virtuales y presenciales del taller de teatro. Pareciera que los tres factores lograron conjugarse para que las posibilidades de mediación de las 10 habilidades para la vida en el taller de teatro fueran altas, y de perfil favorable.

Al hacer el análisis de datos se puede ver que durante el tiempo de pandemia se obtuvieron muchos beneficios como lo fueron las 10 habilidades para la vida, pero también hubo un grado de dificultad y cansancio con el factor virtual.

PEDAGOGÍA TEATRAL COMO MEDIADORA EN LA OBTENCIÓN DE HABILIDADES PARA LA VIDA

Se puede deducir que los estudiantes son capaces de reconocer los beneficios del taller de teatro, pero que no tienen un conocimiento consciente de las 10 habilidades de la vida que propone la OMS. Por lo tanto, ante el objetivo de investigación planteado queda claro al hacer la entrevista al grupo focal que la mayoría de los participantes abducen conocerlas de manera superficial, pero no agrupadas de esta manera. Se puede interpretar que las habilidades para la vida se daban de una manera fluida y natural en el taller de teatro, y que no fue hasta que la instructora las hizo conscientes, que los estudiantes lograron visualizarla su importancia, lo cual responde el objetivo de investigación sobre la aplicación de las habilidades en las sesiones del Taller.

Al revisar la contribución de la pedagogía teatral en el desarrollo de habilidades para la vida de los participantes en su vida personal y profesional, los datos arrojan que el taller de teatro pareciera un espacio que incentiva estas cualidades y que los estudiantes logran trascender y permear su vida cotidiana y profesional de los beneficios recibidos, aun así, los estudiantes afirman que desearían poner aún más en práctica esto en su vida.

Ante la pregunta, si la pedagogía teatral podría aportar habilidades para la vida a los participantes del taller de teatro, existe la posibilidad de que suceda si se conjugan los tres factores determinantes mencionados y teniendo en cuenta que los estudiantes no eran conscientes de la existencia de estas habilidades y que es necesario un proceso de concientización.

En un proceso de educación no formal mediado por la pedagogía teatral, como lo es el taller de teatro, puede influir la docencia y según los datos arrojados favorecer y beneficiar de manera positiva a las personas que participan.

Conclusiones

1.

Los participantes del taller de teatro Telón Belemita relacionan el taller con un espacio de esparcimiento, diversión, relajación, y salud mental, lo que les otorga habilidades para la vida y

PEDAGOGÍA TEATRAL COMO MEDIADORA EN LA OBTENCIÓN DE HABILIDADES PARA LA VIDA

conocimientos que no solo quedan plasmados en el taller de teatro, sino que trascienden las fronteras y llegan a influenciar ámbitos más personales como sus vidas, su profesión, su trabajo y sus relaciones con otras personas.

Además, es fundamental para que la pedagogía teatral pueda mediar en la adquisición de habilidades para la vida que se de en un espacio libre de violencia, como ha caracterizado el taller de Teatro Telón Belemita, donde sus participantes han reconocido su nulidad.

Durante el tiempo de pandemia transcurrido una de las habilidades más resonadas y necesarias ha sido la resiliencia, entendida como la capacidad para resistir al sufrimiento y salir fortalecido de dichas experiencias de sufrimiento. El taller de teatro se vislumbra como un espacio resiliente, pues a pesar de las adversidades y retos a los que se vio enfrentado, logro sortearlos y volverlos oportunidades, para que sus participantes se sintieran cómodos y acompañados en momentos tan complicados e históricos como lo ha sido la pandemia COVID-19.

La instructora observo que uno de los mayores retos en pandemia fue lidiar con los diferentes estados de ánimo de las personas que conforman el grupo, y durante los momentos más críticos se usaba la habilidad de la empatía, para validar las emociones y sentimientos generados por las diferentes situaciones que se pudieran presentar a raíz de esta circunstancia. Sin dejar de lado que la persona que media los procesos también es un ser humano que se encuentra bajo la misma situación pandémica de los participantes, por lo tanto, en ocasiones también le era difícil el proceso.

Este reto también se refleja en los comentarios de los estudiantes que consideran que “fue difícil” pero reconocen que les ayudó mucho a aliviar tensiones y ansiedad generada por el aislamiento, y les motivo a continuar en el taller. Pareciera que a pesar de los conflictos y retos que se presentaban propios de la situación COVID-19, la unión grupal y el compañerismo motivo a las personas a seguir siendo parte del proceso. La describen como una “experiencia cansada” debido a la virtualidad, pero aun

PEDAGOGÍA TEATRAL COMO MEDIADORA EN LA OBTENCIÓN DE HABILIDADES PARA LA VIDA

así lograron reconocer una manera para aprender a sobrellevar la situación, mediada por la pedagogía teatral.

Por lo tanto, la pedagogía teatral ha mediado en la adquisición de las 10 habilidades para la vida en las personas que conforman el taller y también ha sido un ejemplo de espacio resiliente para sobrellevar la situación pandémica que afecta a todas las personas en el mundo, donde Costa Rica no es la excepción.

2.

El taller de teatro gracias a su naturaleza, flexibilidad y permeabilidad permite que las 10 habilidades para la vida de las que parte esta investigación se den de manera espontánea y natural, pues en sus conceptos se encuentra fundamentado el teatro, como un espacio de intercambio, compartir colectivo, pendiente de la humanidad, de sus problemas, frustraciones y necesidades para plasmarlo en el escenario con el fin de alcanzar y ser más escuchado por más personas.

Visibilizar y volver tangible la aplicación de las 10 habilidades para la vida en los espacios docentes y en este caso específico de pedagogía teatral es importante, pues permite darle más valor y apreciar los beneficios que el arte teatral puede dar a las personas, para favorecer e impactar sus las vidas.

Pareciera que estos beneficios muchas veces se dan por sentado y que las instituciones, organismos y demás instancias encargadas de favorecer estos intercambios, se olvidan de la necesidad de promover estos espacios que favorecen a las personas desde su individualidad, hasta la proyección de una sociedad más justa, donde medien las 10 habilidades para la vida mencionadas.

Teniendo en cuenta el impacto que el proceso de pedagogía teatral para la mediación de las 10 habilidades para la vida, tuvo sobre las ocho personas que participan en el Telón Belemita parece necesario inyectar presupuestariamente estos procesos, para que más personas salgan beneficiadas, y colocarlo como una prioridad social, que pueda impactar niños, jóvenes, adultos y personas mayores.

3.

PEDAGOGÍA TEATRAL COMO MEDIADORA EN LA OBTENCIÓN DE HABILIDADES PARA LA VIDA

Como una necesidad de las personas encuestadas y que forman parte del taller de teatro Telón Belemita se repite la urgencia de volver a lo presencial. Esto pareciera ser una necesidad no solo del taller de teatro, sino de las Artes y la Educación en general, que se basan en la interacción humana y por lo tanto se requiere de este contacto.

Debido al COVID-19 estos han sido los espacios más perjudicados, con una pandemia que pareciera dibujar aún más las desigualdades sociales y prioridades de una sociedad, que coloca muy por encima del bienestar de quienes la conforman, estereotipos y superficialidades, véase el ejemplo de los influencers en redes sociales, donde predomina la extravagancia y la opulencia, donde sus vidas están construidas a partir del imaginario de una ficción social de “éxito”.

Durante la pandemia los espacios de hacer colectivo se han cerrado de forma indefinida e intermitente; teatros, salones comunales, escuelas, colegios, parques y lugares de convivencia participativa de las comunidades.

Por lo tanto, la pedagogía teatral es una herramienta docente para darle a las personas alternativas de expresión, y que puede ayudar a reconquistar los espacios que se han perdido con la pandemia, ayudando a que quienes participen se sientan cómodos, mostrando quienes son realmente sin necesidad de aprobación, y desde luego las 10 habilidades para la vida es un medio para que las personas sean más conscientes de su individualidad y por ende de la colectividad que les rodea.

Además, la presencialidad pareciera ser un grito de auxilio a nivel mundial de los espacios que el Arte, la Cultura y la Educación favorecen, por lo tanto, las personas que conforman el Taller de Teatro telón belemita no son la excepción. Sin duda, supeditado a los lineamientos que las instituciones de salud marquen, pronto podremos volver a las aulas y a la presencialidad.

Referencias bibliográficas

- Aignerren, M. (2006). La técnica de recolección de información mediante los grupos focales. Disponible en http://ccp.ucr.ac.cr/bvp/texto/14/grupos_focales.htm.
- Aguirre, J; Jaramillo, L. (2012) Aportes del Método fenomenológico a la investigación educativa. Revista Latinoamericana de Estudios Educativos (Colombia), vol. 8, núm. 2, julio-diciembre, 2012, pp.51-74. Universidad de Caldas, Manizales, Colombia. Disponible en <https://www.redalyc.org/pdf/1341/134129257004.pdf>.
- Bertram, D. (2008). Likert Scales are the meaning of life. Topic report: Disponible en <http://poincare.matf.bg.ac.rs/~kristina/topic-dane-likert.pdf>.
- Fundación EDEX. (2021) Habilidades para la vida. Disponible en <https://www.habilidadesparalavida.net/>.
- García, V. (1996) Manuel de pedagogía teatral Editorial Los Andes, Chile.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2010). Metodología de la investigación. 5th ed. México: McGraw-Hill.
- Motos, T y Ferrandis, D. (2015) Teatro Aplicado. Teatro del oprimido, teatro playback, dramaterapia. Colección recursos N 148. Ediciones Octaedro, Barcelona, España.
- Murillo-Sánchez, J. (2019) Premio Nacional de Gestión y promoción Cultural 2018. (Entrada en blog) Asociación Cultural el Guapinol. Recuperado de <http://elguapinol.blogspot.com/>.
- Murillo-Chaves, H. (2019) Habilidades para la vida: un aporte desde el ámbito educativo. Material de apoyo para personas docentes. Dirección Regional Educación Alajuela. Ministerio de Educación Pública Costa Rica. Disponible en <https://www.drea.co.cr/etir/habilidades-para-la-vida-un-aporte-desde-el-%C3%A1mbito-educativo>.
- Ros, N. (2004). El lenguaje artístico, la educación y la creación. Revista Iberoamericana De Educación, 35(1), 1-8. <https://doi.org/10.35362/rie3512901>.

Anexos

Anexo 1. Instrumento de Diagnostico

Estimada o estimado estudiante:

Esta entrevista tiene por objetivo identificar algunos de los elementos que a usted lo motivan a formar parte del Taller Telón Belemita. Por favor, responda de manera amplia a cada una de las preguntas que se le formulan, pues esto ayudará a la investigadora a tener un mejor conocimiento sobre el tema que investiga como parte de un curso de Maestría. La información que usted suministre aquí se empleará de forma confidencial y únicamente con el fin de cumplir los requerimientos académicos de la Maestría.

1. ¿Qué le motivo a unirse al taller de teatro Telón Belemita?
2. ¿Cuánto tiempo lleva formando parte del taller?
3. Describa su experiencia
4. En general ¿Qué es lo que más le gusta del Taller de teatro?
5. ¿Qué elementos u aspectos vistos en clase puede poner en práctica en su vida?
6. Podría referirse a una experiencia en particular en la que uso elementos u aspectos vistos en clase en su vida cotidiana.
7. ¿Considera que el taller de teatro favorece al crecimiento personal o profesional? ¿Por qué?
8. ¿Ha notado cambios significativos de mejora en las personas que integran el taller? Describa cuales han sido.

¡Muchas gracias!

Anexo 2- Instrumento de notas de campo

Taller de teatro Telón Belemita	
Fecha:	
Modalidad: Virtual <input type="checkbox"/>	Presencial <input type="checkbox"/>
Participantes:	
Situaciones en las que las habilidades que se ponen en práctica: (estudiantes-situación-habilidad o habilidades que se usan)	
Observaciones:	

Anexo 3- Bitácora de trabajo

Fecha:	Sesión Número:	Modalidad:
Objetivo de la clase:		
Actividades programadas:		
Actividades ejecutadas:		
Observaciones de la clase:		

Anexo 4-Entrevista a grupo focal semi estructurada

1. ¿Cómo se han sentido en el taller de teatro durante su tiempo de participación?
2. ¿Conocen las 10 habilidades para la vida?
3. Comentarles sobre las 10 habilidades para la vida
4. Definición auto conocimiento y consulta si ¿En algún momento han vivido alguna experiencia en el taller de teatro que ponga en práctica esta habilidad?
5. Definición empatía y consulta si ¿En algún momento han vivido alguna experiencia en el taller de teatro que ponga en práctica esta habilidad?
6. Definición comunicación asertiva y consulta si ¿En algún momento han vivido alguna experiencia en el taller de teatro que ponga en práctica esta habilidad?
7. Definición relaciones personales y consulta si ¿En algún momento han vivido alguna experiencia en el taller de teatro que ponga en práctica esta habilidad?
8. Definición toma de decisiones y consulta si ¿En algún momento han vivido alguna experiencia en el taller de teatro que ponga en práctica esta habilidad?
9. Definición manejo de problemas y conflictos y consulta si ¿En algún momento han vivido alguna experiencia en el taller de teatro que ponga en práctica esta habilidad?
10. Definición pensamiento creativo y consulta si ¿En algún momento han vivido alguna experiencia en el taller de teatro que ponga en práctica esta habilidad?
11. Definición pensamiento crítico y consulta si ¿En algún momento han vivido alguna experiencia en el taller de teatro que ponga en práctica esta habilidad?
12. Definición manejo de emociones y sentimientos, y consulta si ¿En algún momento han vivido alguna experiencia en el taller de teatro que ponga en práctica esta habilidad?
13. Definición manejo de tensiones y estrés, y consulta si ¿En algún momento han vivido alguna experiencia en el taller de teatro que ponga en práctica esta habilidad?

14. ¿Consideran que el conocimiento y manejo de estas habilidades puede impactar de manera positiva sus vidas?
15. Y en el caso específico de la situación pandémica ¿reconocen aspectos positivos de aporte de estas 10 habilidades para la vida ante la COVID-19?
16. Tiene alguna recomendación para poner aún más en práctica estas habilidades en el taller de teatro y en sus vidas.

Anexo 5-Encuesta a las personas que conforman el grupo focal

Estimada o estimado estudiante:						
Esta encuesta tiene por objetivo recopilar información como parte de un curso de Maestría en Docencia. La información que usted suministre aquí se empleará de forma confidencial y únicamente con el fin de cumplir requerimientos académicos. Lo que se describe a continuación se refieren a situaciones que se han presentado en las clases de teatro donde median las 10 habilidades para la vida.						
Nombre:						
Edad:						
Profesión/ocupación:						
S: Siempre; CS: Casi siempre; AV: Algunas veces; CN: Casi nunca; N: Nunca						
N	ITEM	S	CS	AV	CN	N
1	Los ejercicios que se desarrollan en el taller le ayudan a entender quién es y analizar aspectos de su propia vida, tales como sentimientos, emociones, defectos, virtudes y capacidades (autoconocimiento)					
2	El taller de teatro es un espacio de respeto que permite comprender la vida emocional de las otras personas					
3	El taller de teatro facilita la comunicación, la convivencia y la construcción de ambientes pacíficos entre las personas que participan					
4	Durante el taller la comunicación es efectiva dentro del marco del respeto y las personas se relacionan de manera positiva					
5	En el taller de teatro se promueve la violencia y el irrespeto					
6	El taller de teatro promueve la habilidad para relacionarse con las demás personas de una manera constructiva y sana					
7	El taller de teatro le ha permitido estrechar vínculos duraderos de amistad, poner límites y no ceder ante la presión social para recibir aceptación					
8	El taller de teatro le incentiva y promueve la toma de decisiones activa, durante los ejercicios y durante el trabajo en equipo					
9	Cuando se presenta un conflicto o problema en el taller se resuelve de una manera pacífica y respetuosa dirigiendo los esfuerzos a desarrollar estrategias y herramientas que permitan manejarlos de forma creativa y flexible					
10	Durante el taller se hace referencia a la capacidad para idear algo nuevo, relacionar algo conocido de forma innovadora o apartarse de esquemas de pensamiento o conducta habituales.					

11	El espacio del taller permite que las persona hagan preguntas, se cuestionen rutinas, investiguen, analizando con objetividad experiencias e información, sin asumir pasivamente criterios ajenos.					
12	En el taller se incentiva a navegar en el mundo de las emociones y sentimientos, logrando mayor sintonía con el propio mundo afectivo y el de las demás personas.					
13	Se hace reconocimiento de las posibles fuentes de tensión personal y se incentiva a actuar positivamente para su control, encontrando vías para eliminarlas o contrarrestarlas de manera saludable					
14	¿Aplica las 10 habilidades para la vida mencionadas en el taller en su vida cotidiana?					
15	¿Durante el tiempo experimentado en pandemia ha aplicado algún aprendizaje adquirido en la clase de teatro en su vida personal u profesional?					

Anexo 6-Fotos de sesiones del Taller del teatro Telón Belemita 2021



Anexo 7-Definiciones de habilidades para la vida según la OMS

Habilidad	Definición
Autoconocimiento	Permite a la persona saber quién es y analizar aspectos de su propia vida, tales como sentimientos, emociones, defectos, virtudes y capacidades. Es la base de autoestima, indispensable para tomar consciencia del propio ser y a la vez para poder relacionarse con las demás personas constructivamente.
Empatía	Habilidad de comprender la vida emocional de las otras personas implica tener la capacidad suficiente para diferenciar entre los estados afectivos de los demás. Facilita la comunicación, la convivencia y la construcción de ambientes pacíficos. El valor del respeto es fundamental para esta habilidad.
Comunicación asertiva	Implica que la comunicación es efectiva, que está en el marco del respeto, que permite un crecimiento personal y social. Es importante para que la persona se desarrolle plenamente y se relacione de manera positiva en la sociedad. Lo contrario implicaría violencia, irrespeto, adoctrinamiento e imposición.
Relaciones interpersonales	La habilidad para relacionarse con las demás personas de una manera constructiva y sana, requiere de algunas condiciones, tales como la empatía y la comunicación asertiva. Se necesita el desarrollo de destrezas para establecer límites (con el fin de no permitir por parte de los demás, situaciones tales como el control o la violencia), estrechar vínculos duraderos de amistad y no ceder ante la presión social para recibir aceptación.
Toma de decisiones	Parte de otras destrezas, tales como el autoconocimiento, la criticidad y por supuesto la capacidad de analizar las posibilidades que brinda el entorno. El poder de decisión depende tanto de las habilidades personales, como de las circunstancias familiares, económicas, políticas e históricas. Entendimiento de que algunas de las decisiones que se tomen podrían tener consecuencias positivas o negativas a pesar del paso del tiempo.

Habilidad	Definición
Manejo de problemas y conflictos	Comprensión de que existen formas pacíficas y respetuosas de resolver problemas y conflictos, que inevitablemente surgen en la sociedad. Aceptación de los conflictos como motor de la existencia humana, dirigiendo nuestros esfuerzos a desarrollar estrategias y herramientas que permitan manejarlos de forma creativa y flexible, identificando en ellos oportunidades de cambio y crecimiento personal y social.
Pensamiento creativo	Relacionado en gran parte con el aspecto cognitivo y las habilidades de cada persona, a nivel académico y permite dar respuesta a necesidades de la vida diaria, tanto personales como sociales. Hace referencia a la capacidad para idear algo nuevo, relacionar algo conocido de forma innovadora o apartarse de esquemas de pensamiento o conducta habituales. Permite cuestionar hábitos, abandonar inercias y abordar la realidad de formas novedosas.
Pensamiento crítico	Permite a las personas tomar criterio propio sobre diferentes temas, facilita la toma de decisiones y brinda herramientas indispensables para desenvolverse positivamente en la sociedad. Se debe incentivar el desarrollo de criticidad ante las diferentes situaciones de la vida y ante la información que se recibe. Expresar opiniones en un ambiente en el que se practique el respeto y la tolerancia. La persona crítica no acepta la realidad de manera pasiva “porque siempre ha sido así”, hace preguntas, se cuestiona rutinas, investiga.
Manejo de emociones y sentimientos	Necesaria para fomentar el autocuidado y la adecuada comunicación con las demás personas. Aprender a navegar en el mundo de las emociones y sentimientos, logrando mayor sintonía con el propio mundo afectivo y el de las demás personas. Las emociones y sentimientos nos envían señales que no siempre escuchamos Comprender lo que se siente implica tanto escuchar lo que pasa por dentro, como atender al contexto en el que sucede.
Manejo de tensiones y estrés	Las tensiones son inevitables en la vida de todas las personas. El reto que representan no consiste en evadir las tensiones, sino en aprender a afrontarlas de manera constructiva, sin instalarse en un estado crónico de

Habilidad	Definición
	estrés. Esta habilidad permite identificar las fuentes de tensión y estrés en la vida cotidiana, saber reconocer sus distintas manifestaciones y encontrar vías para eliminarlas o contrarrestarlas de manera saludable

Nota: Elaboración propia de la investigadora a partir de Murillo-Chaves, 2019

Anexo 8- Impresiones de los estudiantes con respecto a la aplicación de las 10 habilidades adquiridas en sus vidas, profesiones y en la situación pandémica

Estas son algunas de las impresiones de los estudiantes con respecto a la aplicación de las habilidades adquiridas en el taller de teatro en su vida y sus profesiones:

-Lo ha aplicado en otros espacios de su vida cotidiana, le ha ayudado a facilitar procesos con los compañeros de trabajo que están a su cargo, mejoro su expresión y salir de sus zonas de confort, una ganancia que trasciende lo personal y puede permear otros espacios de su vida.

-Aplica los juegos que aprende en las clases con amigos, familiares y otros espacios más personales y cotidianos que trascienden las sesiones de teatro.

-Lo ha aplicado en el trabajo y en casa para poder sobrellevar el estrés y la tensión diaria.

-Lo ve como una manera de invertir tiempo en sí mismo, pues lo saca de la cotidianidad y monotonía del día.

-Lo pone en práctica en su vida profesional pues utiliza la expresión corporal aprendida en las sesiones de teatro para acompañar sus acciones en una reunión, en este caso específico es una persona que trabaja en recursos humanos.

-Aplica mucho en su vida, por ejemplo los ejercicios de respiración y estiramiento para bajar sus niveles de estrés o ansiedad, y para ser más comprensiva con sí misma y con el entorno.

-Aprecia la posibilidad de tener un espacio diferente, hacer una actividad distinta que implique una forma de expresión distinta que también lo lleva a su espacio laboral.

- Lo aplica en su vida cuando está intentando explicar algo o en su trabajo cuando convive con sus compañeros utiliza insumos aprendidos en clase como vocalización, hablar claro e incluso la confianza de expresión que ha ganado durante las clases.

- Lo aplica en su labor profesional pues en su caso específico es doctora y ha puesto en práctica actividades y dinámicas del taller con sus pacientes.

Con respecto a la pandemia en específico se señala que:

- Ayudo a tener una actividad diferente, convivir con personas sin riesgo, romper la monotonía que trajo la pandemia durante los meses de encierro.

- Fue una experiencia extraña, pues nunca había ido a clases de teatro, y tenía una expectativa de clases de teatro con contacto físico humano presencial y tuvo que adaptarse a la virtualidad.

- El espacio de compartir trasciende la pantalla a pesar de la situación pandémica sentía a sus compañeros cerca, le ayudo a sentirse acompañada, a salir de la rutina primeros meses de la pandemia donde todo era muy inseguro.

- El taller de teatro se volvió un espacio red de apoyo y seguridad, de acompañamiento para procesar lo que estaba pasando debido a la pandemia.

- Se volvió un espacio de aprendizaje, que la hizo sentir que en medio de la pandemia estaba aprendiendo y siendo útil, lo que le ayudo a procesar lo que estaba sucediendo.

- Experiencia cansada debido a la virtualidad, pero interesante como una manera para aprender a sobrellevar la pandemia.

- Le costó adaptarse a la virtualidad, pero le ayudo a salir de la ansiedad de estar en la casa encerrada.

- El taller de teatro le ayudo para su salud mental y para sobrellevar la pandemia.

-El espacio del taller durante pandemia fue terapéutico, y le ayudo a dejar de lado lo que se estaba viviendo. Se sintió acompañado con el grupo.

Anexo 9 - Declaración Jurada

Declaración Jurada

Yo, Carolina Zumbado Cambroner, cédula de identidad 113920417, alumna de la Universidad Internacional San Isidro Labrador, declaro bajo fe de juramento y consciente de las responsabilidades penales de este acto, que soy la autora intelectual del Artículo Especializado para obtener el grado de Maestría Profesional en Ciencias de la Educación con mención en Docencia, titulado: Pedagogía teatral como mediadora en la obtención de habilidades para la vida en el taller de teatro Telón Belemita Asociación Cultural el Guapinol.

Por lo que libro a la Universidad de cualquier responsabilidad en caso de que mi declaración sea falsa.

Provincia Heredia, Cantón Belén, Distrito La Asunción, a los 19 días del mes de marzo del año 2021.



Carolina Zumbado Cambroner

Cédula 113920417