

Universidad de Lima
Facultad de Comunicación
Carrera de Comunicación



Taller “Impro verano positivo”: la filosofía de la improvisación en el desarrollo de habilidades comunicativas en la infancia

Trabajo de Suficiencia Profesional para optar el Título Profesional de Licenciado en Comunicación

Jose Carlos Klauer D’Acunha

Código 20001115

Asesor

Carlos Gerardo Delgado Morris

Lima – Perú
Mayo de 2022





Taller “*Impro* verano positivo”: la filosofía de la improvisación en el desarrollo de habilidades comunicativas en la infancia.

TABLA DE CONTENIDO

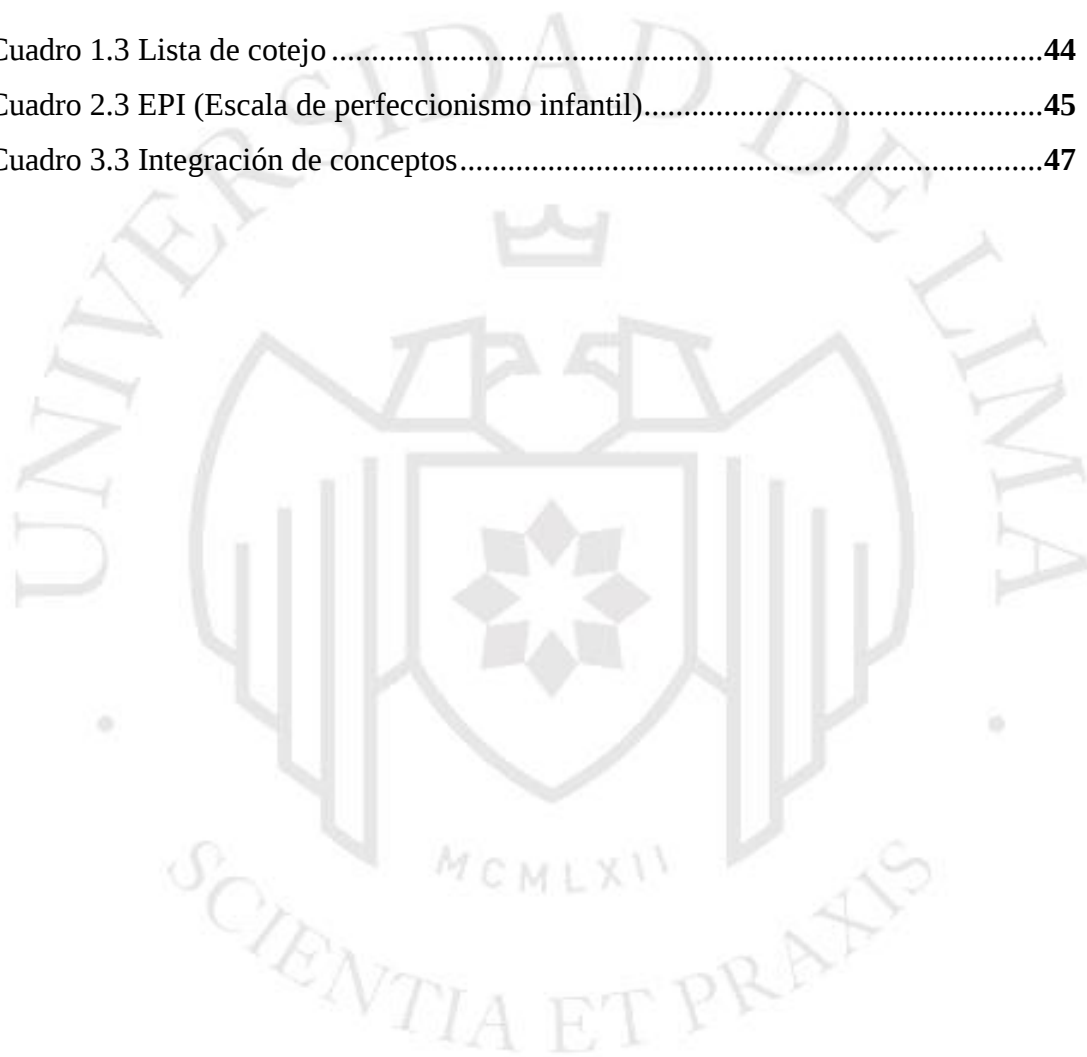
RESUMEN	1
ABSTRACT.....	2
1. PRESENTACIÓN.....	4
1.1 Evidencias de la realización del taller “Impro Verano Positivo”	5
1.2 Realización del proyecto	6
1.2.1 Rol desempeñado	6
1.2.2 Equipo de facilitadores	8
1.2.3 Público objetivo	8
1.2.4. Objetivos del taller.....	8
1.2.5 Metodología	9
1.2.6. Producción, promoción e inversión del taller	14
2. ANTECEDENTES.....	16
2.1 Fundamentación conceptual	16
2.1.1 Improvisación Teatral	16
2.1.2 Comunicación	22
2.1.3 Psicología Positiva.....	25
2.1.4 Antecedentes de la experiencia.....	29
3. FUNDAMENTACIÓN PROFESIONAL	33
3.1 Sobre los contenidos del taller	33
3.2 Sobre la metodología del taller	37
3.3 Sobre las estrategias didácticas utilizadas en el taller	38
3.4 Sobre los valores trabajados en el taller	40
3.5 Sobre la evaluación del taller.....	42
3.6 Integración de improvisación teatral, comunicación y psicol positiva....	47
4. LECCIONES APRENDIDAS.....	49
4.1. Logros y resultados.....	49
4.2. Lecciones aprendidas.....	50
REFERENCIAS	56
ANEXOS	57

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1: Entrevistas padres y madres de familia.....	57
Anexo 2: Entrevistas a niños y niñas	60

ÍNDICE DE CUADROS Y GRÁFICOS

Cuadro 1.3 Lista de cotejo	44
Cuadro 2.3 EPI (Escala de perfeccionismo infantil).....	45
Cuadro 3.3 Integración de conceptos.....	47



RESUMEN

El presente trabajo tiene como objetivo analizar el proceso de creación e implementación del taller “*Impro* Verano Positivo”, dirigido a niñas y niños de 7 a 11 años de edad. Este espacio busca brindar a los participantes algunas herramientas que les ayuden a tener una relación sana con el error, así como fortalecer la tolerancia al fracaso y mejorar su comunicación. A través de la teoría de la comunicación, la improvisación teatral y la psicología positiva, este trabajo busca ser un referente para profesionales de la comunicación que deseen desarrollar habilidades comunicativas por medio de la improvisación teatral con niños y niñas en edad escolar.

Palabras clave: improvisación, comunicación, educación, autoconocimiento, manejo del error, dinámicas de juego para niños, psicología positiva

ABSTRACT

The objective of this work is to analyze the process of creation and implementation of the workshop "*Impro* Verano Positivo", aimed at girls and boys from 7 to 11 years of age. This space seeks to provide participants with some tools that help them to improve their relationship with error, to strengthen their tolerance for failure and to have better communication. Through the theory of communication, theatrical improvisation and the positive psychology, this work seeks to be a reference for communication professionals who wish to develop communication skills through theatrical improvisation with school-age children.

Key words: improvisation, communication, education, self-knowledge, error handling, games for children, positive psychology



Este trabajo está dedicado a Paulina Peña por tanta inspiración y complicidad; a mis padres por la educación que recibí en casa y fuera de ella; a mis hermanos por su apoyo y ejemplo; a Sergio Paris por brindarme la oportunidad de conocer y explorar la improvisación teatral; a Carlos Delgado por su guía y perseverancia; y, finalmente, a mis sobrinos y alumnos quienes me recordaron como jugar como niño.

1. PRESENTACIÓN

El sistema educativo peruano, al igual que muchos otros en Latinoamérica, pone énfasis en la búsqueda de resultados académicos por encima del crecimiento personal del individuo; siendo así como se observa la priorización de la acumulación de información, la competencia por sobre la colaboración y la búsqueda desesperada por ser el mejor.

La sociedad actual, caracterizada por una inmediatez donde las redes sociales y los avances tecnológicos facilitan nuestro acceso a la información y la resolución de tareas, nos ha llevado a querer tener todo en el momento y a considerar el error como un inútil signo de fracaso que más vale evitar. Frente a estas condiciones, y cuando la mayoría de las personas solo piensan en sí mismas, en su búsqueda de éxito y la huida del error, los canales de comunicación entre individuos se ven afectados, se pierde la capacidad de escuchar y de ver en el desacierto una posibilidad de aprendizaje y crecimiento personal.

La situación descrita está propiciando una niñez perfeccionista y con baja tolerancia a la frustración, lo que con el tiempo se traduce en adultos que no saben ver el mundo más que a través de la lente de la competencia y el individualismo. Si queremos lograr un cambio en nuestra sociedad, el lugar para empezar es con los niños y niñas, individuos capaces de convertirse en agentes de transformación al liberarse de los paradigmas y las limitaciones de los adultos cercanos.

Al identificar claramente la necesidad de una sociedad conformada por individuos con una mayor empatía y capacidad de expresarse con claridad y asertividad, Paulina Peña (co-creadora de la propuesta) y yo dimos origen a “*Impro* Verano Positivo”, un taller que aplica la filosofía y la técnica de la Improvisación Teatral (conocida popularmente como “*impro*”), algunos conceptos de la Psicología Positiva y de la teoría de la comunicación inter e intrapersonal para ayudar a los participantes a tener una mejor relación con el error, a minimizar el estado de ansiedad generado por el perfeccionismo,

a incrementar la capacidad de auto observación y a adquirir herramientas en pro de la comunicación con los demás y consigo mismos. De esta manera, buscamos generar un impacto positivo en la población infantil para que las generaciones más jóvenes aborden su vida de una forma saludable. Cabe señalar que la improvisación y la psicología positiva pueden abordar otras temáticas según la necesidad que se observe en el grupo de participantes.

El presente trabajo contempla un análisis de la creación e implementación del taller “*Impro* Verano Positivo”, realizado entre los años 2016 y 2020. En primer lugar, se presentará el proceso de concepción y desarrollo del taller; posteriormente, se realizará un análisis de las principales experiencias vividas durante la implementación de este; para concluir, se presentarán aprendizajes y recomendaciones para su futura aplicación.

1.1 Evidencias de la realización del taller “*Impro* Verano Positivo”

A continuación, se presenta un acceso a una carpeta donde se pueden encontrar las siguientes evidencias:

- Diseño de cada sesión de del taller “*Impro* Verano Positivo”
- Fotografías de la experiencia
- Videos de la experiencia
- Videos de los testimonios de los padres de familia
- Videos con testimonios de los niños

<https://drive.google.com/drive/folders/14V0f81nuO7MwXfXi6pylRHSP1KFhaAV0?usp=sharing>

1.2 Realización del proyecto

1.2.1 Rol desempeñado

En el proyecto desempeño los siguientes roles:

- **Co-creador:**

La base de este proyecto, como ya se ha mencionado, surge gracias al intercambio de ideas con la Psicóloga e Improvisadora Teatral Paulina Peña Aragón en el 2013, quien ya contaba con experiencia trabajando con niños. Posteriormente, en el 2016, se recibió una propuesta del grupo de improvisación Ketó, dirigido por Sergio Paris, para realizar un taller para ese mismo público. La experiencia de Jose Klauer como facilitador y docente de improvisación se vio tremendamente reforzada por la de Paulina Peña Aragón y su conexión con los pequeños.

- **Facilitador principal:**

En la facultad de Comunicación se aprende a observar y a escuchar de forma activa en el ejercicio teórico y práctico. Estas herramientas proporcionan la posibilidad de poder adaptarse a los cambios de humor y comportamiento que se suscitan a lo largo de las sesiones, poniendo también especial énfasis en las habilidades comunicativas como el hablar (emisión), escuchar (recepción) y las habilidades no verbales que ayudan a entender lo que se transmite sin el uso de palabras. De esta manera, los participantes pueden comunicar, de forma clara, lo que les ocurre, así como entender lo que les pasa a los demás generando una serie de posibilidades para enriquecer la comunicación intrapersonal a partir de la toma de conciencia. A los pequeños no se les exige hacer lo que no quieren hacer, pero sí se busca el canal adecuado para conectar con ellos y lograr

una participación más activa en la medida de las posibilidades. Finalmente, el reforzar cualquier progreso que se vaya dando (por más mínimo que este sea) genera, muchas veces, mayor confianza al participar.

Como facilitador principal cumplí las siguientes funciones:

- Diseño y conducción de las dinámicas de juego en cada sesión. Esto implica planificar el tema por adelantado y ordenar una secuencia de juegos, desde los “rompehielos” (juegos para abrir las sesiones y traer a los participantes al momento presente) hasta las dinámicas de fondo, que permitan cumplir con el tema u objetivo principal de la sesión. Cada semana se proponen distintos temas relacionados con la forma de lidiar con el error, mejorar la comunicación interpersonal y al manejo del perfeccionismo. También hay conceptos o temas que son transversales, es decir, que se repiten sesión tras sesión por más que no sea el tema específico tratado. Estos conceptos constantemente refuerzan el trabajo realizado por los participantes, ya que permiten el afianzamiento de estos. Naturalmente, durante las sesiones aparecen otras temáticas que también son incorporadas como parte de la reflexión y el aprendizaje.
- Como facilitadores se tiene un conocimiento amplio de diferentes tipos de dinámicas que pueden ser empleadas para la exploración escénica y para la auto-mirada. Estas son parte de la experiencia del mismo facilitador como docente de improvisación y facilitador. Ambos roles enriquecen las posibilidades de las dinámicas de juego.
- Abrir el diálogo durante la ronda de reflexión (momento en el que se aterriza lo ocurrido en las dinámicas y se conecta con el día a día para extraer aprendizajes). Esta tarea es profundizada por las dos psicólogas que son parte del equipo gracias a su experiencia con niños.

1.2.2 Equipo de facilitadores

- Paulina Peña Aragón, psicóloga de la UNAM (Universidad Nacional Autónoma de México) con especialidad en Psicología Positiva encargada de conducir las reflexiones grupales.
- Vivian Solano Paredes, psicóloga de la Pontificia Universidad Católica del Perú con mención en Psicología Social, quien nos brinda apoyo en el cuidado de los niños y en la realización de las dinámicas programadas.
- Jose Carlos Klauer D'Acunha, Bachiller en Comunicación de la Universidad de Lima. Actor e improvisador profesional formado, inicialmente, en Ketó Escuela.

1.2.3 Público objetivo

Los niños y niñas que forman parte de esta intervención tienen de 7 a 11 años de edad. La razón de la selección de esta población está relacionada con nuestra concepción de este intervalo como una época en la que se encuentran previos a los retos de la adolescencia y donde aún están terminando de conformar su identidad.

Los padres y tutores de los participantes inscritos en el taller son los tomadores de decisiones.

1.2.4. Objetivos del taller

El objetivo principal es proponer un espacio de exploración de la comunicación y otros conceptos a partir de la improvisación, donde los niños pueden aprender a lidiar con el perfeccionismo, expresarse mejor y entablar un diálogo interno con ellos mismos frente a la realidad tan exigente que vivimos.

Los objetivos secundarios fueron los siguientes:

- Generar un espacio de exploración que busca ofrecer a los participantes la posibilidad de tener un lugar seguro y libre de juicio donde pueden ser ellos mismos y conocerse un poco mejor por medio del ejercicio de la auto-mirada.
- Utilizar dinámicas de la improvisación teatral y su filosofía de generosidad y cooperación para ayudar a crear situaciones de crecimiento y aprendizaje.
- Disminuir el perfeccionismo como forma de aliviar la autoexigencia desmesurada que una sociedad como la nuestra cultiva en los pequeños, quienes deben saber que tienen permiso para cometer errores y aprender de los mismos.
- Buscar que los pequeños sean conscientes de lo que les ocurre y que puedan decidir qué camino desean recorrer en el futuro inmediato como seres humanos parte de una sociedad.
- Proveer a los participantes de herramientas para comunicar de manera clara, a sus padres e interlocutores en general, lo que sienten y experimentan.

1.2.5 Metodología

Estas 16 sesiones de intervención lúdica de 3 horas cada una, dos veces a la semana, están encaminadas a generar conductas observables que permitan abrir temas de discusión que lleven a los participantes (niños y niñas de 7 a 11 años de edad) a reflexionar sobre lo hecho, adquiriendo así herramientas y aprendizajes para comunicarse mejor y lidiar de una forma más sana con el perfeccionismo. Además, todo lo realizado es observado y reforzado por la intervención de dos psicólogas que son parte integral del equipo de facilitadores.

El taller sigue la siguiente estructura metodológica que contempla diversos momentos que se alternan según las circunstancias. Los rompehielos y dinámicas de fondo se van alternando según la necesidad del grupo.

a. Bienvenida

En una sesión promedio se recibe a los 12 participantes entre las 10:00 y las 10:10 am en el espacio de 8 x 5 metros. Mientras se espera el inicio de la sesión, se habla con ellos sobre lo que han hecho y se les facilita una bolsa con diferentes juguetes típicos mexicanos (Baleros, Yoyos, Atrapa Dedos, Tablitas y Mini trompos) para que, en caso de querer jugar mientras esperan, no lo hagan con el celular. Como parte de nuestra campaña “libre de pantallas”, los aparatos electrónicos no se pueden usar durante las 3 horas que dura el taller. Esto ha traído resultados positivos en términos de comunicación e integración, ya que hay mucha más interacción. Se notó que los pequeños sufren cuando se les dice que no se pueden usar celulares, pero después de unos minutos se olvidan de sus dispositivos y empiezan a jugar.

b. Ronda Inicial

Al iniciar la intervención todos se sientan en círculo en el suelo y se habla brevemente sobre el día anterior y la mañana previa, es decir, se les escucha; si es pertinente y posible, los temas abordados en esta fase se incluyen durante el taller, ya que hay un plan de trabajo definido por sesión. Por ejemplo, una mañana una pequeña comentó sobre el fallecimiento de un familiar cercano y esto detonó una serie de preguntas y cuestionamientos sobre la muerte; obviamente, las psicólogas y el facilitador abrieron un espacio de reflexión que fue de ayuda para los participantes. En esta ronda inicial también se observan las reacciones de los pequeños para detectar quienes son más extrovertidos y quiénes no. La idea es jamás empujar a un niño o niña a hablar cuando tiene miedo de hacerlo, pero se crea un ambiente libre de juicio para que la participación fluya mejor.

c. Rompehielos

Este tipo de dinámica busca generar movimiento de energía en el grupo o que despierte, de ser el caso. Este tipo de dinámica puede aparecer en diversos momentos de la sesión según sea requerido, considerando que la atención de los niños es limitada, y estos rompehielos pueden refrescar el compromiso y la energía de los participantes.

d. Dinámicas de fondo

Tras activar al grupo se pasa a explorar los temas centrales de la sesión mediante alguna dinámica pensada para generar reflexión sobre los mismos. Estas dinámicas requieren más concentración y comunicación que los rompehielos debido a su grado de elaboración. Las dinámicas de fondo se apoyan en el clima generado por los rompehielos. Por ejemplo, para poder abordar una dinámica de fondo que trate el tema de “la confianza” previamente se han empleado rompehielos que ayuden a construirla.

Dinámicas de presentación que ayuden a que los participantes se conozcan son un primer paso necesario para, posteriormente, sentir la comodidad de compartir algo más. Para entender ciertos conceptos de mayor complejidad se requiere una base previa. Los temas elegidos suman sesión a sesión una parte más del rompecabezas que se va develando de forma gradual. Las reflexiones con las que se comienzan son algo como: ¿por qué juegas?, ¿para qué juegas? Y, sobre el entendimiento de ello, se pasa a un siguiente paso que plantea: ¿en qué entorno se sienten más cómodos jugando? El siguiente paso es entrar en un acuerdo sobre ese espacio seguro y libre de juicio que se busca para poder jugar y expresar con libertad y confianza.

e. Reflexiones durante las dinámicas

Si se da algún comportamiento observable o relevante los facilitadores intervienen junto a las psicólogas, abriendo un espacio de comunicación para entender lo vivido y cómo se conecta con nuestra experiencia fuera del taller. Los comportamientos observables mencionados son, principalmente, aquellos que ponen en evidencia la pérdida de la comunicación y la búsqueda del perfeccionismo por parte de los participantes.

f. Descanso

Tras la primera hora y media de sesión se pasa al refrigerio que dura 20 minutos. Cada participante lleva consigo una lonchera sencilla que muchas veces terminan compartiendo con sus compañeros. En este espacio se observa la interacción libre entre los niños y niñas mientras ellos comen, se comunican y juegan. Acabado el descanso se continúa con el taller con otro rompehielo que trae la atención al momento presente. También ha ocurrido que, cuando alguien olvida su lonchera para el refrigerio, casi todos los demás comparten lo suyo. Los facilitadores tienen a la mano algunas galletas y agua para invitar, pero en “*Impro Verano Positivo*” los niños son muy generosos ante la necesidad del otro. Adicionalmente, durante el descanso se canta “Feliz cumpleaños” a quienes estuvieran de celebración con un pastelito pequeño y una velita.

g. Reflexión final

Finalmente, facilitadores y participantes se sientan en círculo en el suelo para la reflexión de cierre, donde cada niño comenta qué se lleva de la experiencia, qué le llamó la atención del taller y si piensa que algo de lo vivido sirve para aplicarlo en casa o en la escuela. Una vez que todos concluyen, los facilitadores dan cierre definitivo a la sesión recopilando lo mencionado sobre lo vivido.

h. Ritual de cierre

Para concluir la sesión se hace un pequeño ritual personalizado según la naturaleza de cada grupo. Dicho ritual consiste en unir las manos de todos los participantes (incluyendo a los facilitadores) en el centro del espacio y luego gritar juntos esa frase que identifica al grupo y que apareció naturalmente durante los juegos, todo esto mientras se levantan las manos hacia el cielo dejando salir toda la energía que queda de reserva. Así han salido frases como: “¡a jugar en equipo!”, “¡disfruto el error!” o “¡vamos a equivocarnos!”.

i. Muestra y cierre del taller

Todo el proceso consta de 16 sesiones y una muestra para las madres, padres, tutores y familiares que deseen asistir al final del taller. Dicha sesión consiste en una clase abierta donde se muestran las dinámicas que más les gustaron a los participantes y otras que presentan los temas abordados durante el taller como: el trabajo en equipo, la mejora de la comunicación interpersonal y la tolerancia a la frustración. Todo el proceso culmina con la entrega de diplomas y un refrigerio grupal, donde aprovechamos para darle una devolución personalizada sobre cada niño o niña a los padres de familia que lo requieran. Esto último se debe a que hay quienes no pueden asistir a la muestra final y hay quienes (la minoría) no abren la posibilidad para tener dicha conversación. Lo ideal es que las devoluciones sean presenciales para evitar malentendidos y abrir la posibilidad a los padres de preguntar lo que deseen sobre el proceso de sus hijas e hijos.

A continuación, se plantean los objetivos de las dinámicas seleccionadas para la primera sesión del taller descrita en los anexos.

1. Bienvenida: Aquí se busca generar un acercamiento inicial al participante que le permita sentirse cómodo y tranquilo con lo que viene.
2. Círculo de Nombres: Esta dinámica busca que el grupo se integre al personalizar la relación con el compañero de juego.

3. Acuerdos generales: En este momento se explica cómo funcionará el espacio y consignas básicas.
4. 123 reloj: Aquí se busca traer la atención del grupo al presente.
5. Simón dice: Esta dinámica combina la capacidad habitar el presente y manejo del error que es vital para el desarrollo de las dinámicas.
6. Breve reflexión: Los facilitadores ayudan a los niños a reflexionar sobre los conceptos planteados en las dinámicas previas y en su aplicación práctica.
7. Infiltrados: Esta dinámica contiene un pequeño elemento de competencia que permite abrir la conversación sobre la “necesidad” de ganar que a veces nos ciega frente a todas las posibilidades del juego.
8. Reflexión final: Aquí se recapitula lo vivido para detectar las impresiones de los participantes y saber si los objetivos de la sesión se cumplieron.

1.2.6. Producción, promoción e inversión del taller

a. Producción y Promoción

Para la primera convocatoria se recibió mucho apoyo del grupo Ketó y sus redes sociales. De esta forma se logró el número necesario de participantes para poder iniciar esta experiencia.

Para la promoción, la convocatoria actualmente consta de envío de correos o *mailing* dirigido a los padres que ya apostaron por el proyecto y en tener presencia en redes sociales claves como Facebook. El proyecto ha crecido, en buena medida, debido a la difusión que hacen los mismos padres de familia. El “boca a boca” ha probado ser la mejor manera de seguir convocando y de llegar a nuevas personas. La estrategia fue apuntar a madres y padres de familia interesados en que sus pequeños tomaran un taller de verano distinto que hiciera énfasis en la socialización y el desarrollo personal. Esta parte de “*Impro Verano Positivo*” está en manos de Paulina Peña Aragón, co-creadora de este proyecto y productora general del mismo.

b. Inversión

El costo por alumno fue de 450 soles por mes (2016-2017), S/. 500 soles por mes (2018-2019) y S/. 550 soles por mes (2020). La razón del aumento de precio se debe a la necesidad de seguirle el paso a la inflación, pero sin golpear la economía familiar. También se empezó con un costo menor para dar a conocer el proyecto y que la gente apostara por esta nueva opción.



2. ANTECEDENTES

2.1 Fundamentación conceptual

2.1.1 Improvisación Teatral

a. Definición de improvisación teatral o “impro”

La improvisación teatral es una técnica escénica empleada por actores a nivel mundial para crear escenas en el momento sin ponerse de acuerdo previamente. Esta técnica encuentra un precedente histórico en la comedia del arte que surge en Italia a mediados del siglo XVI. En ella se representan historias no escritas, de forma libre o improvisada partiendo del conocimiento general de las mismas. En este género teatral lo más representativo son las máscaras que se emplean para la representación de un tipo de personaje específico como “El Arlequín”, “Pantaleón” y “El Doctor”, que son reflejo de algún agente social como los acaudalados, el pueblo o los militares.

Hay muchas personas que colaboraron al desarrollo de la técnica de la improvisación teatral. Viola Spolin, educadora y pionera de la técnica, es una de las más importantes. Es considerada, en Estados Unidos, como la madre del teatro improvisado. Ella recopila su experiencia en su libro “Improvisation for the theater” (1963) donde sienta muchas de las bases de la improvisación moderna además de su experiencia trabajando con niños para los cuales crea diversos juegos y dinámicas utilizadas hasta el día de hoy por improvisadores alrededor del mundo. Entre sus ideas para el trabajo con niños ella plantea la necesidad de capturar la atención de los niños por medio de dinámicas desafiantes e interesantes y no a través de la imposición. Los planteamientos de Viola Spolin son los cimientos sobre los cuales otros grandes maestros han construido posteriormente.

También en la primera mitad del siglo XX, surge la figura de Keith Johnstone: educador, guionista y actor inglés, conocido por ser uno de los principales aportadores del sistema moderno de improvisación teatral. Sus se fueron gestando no solo en escena,

sino también en las aulas donde Johnstone (1990) dictó clase durante sus primeros años de labor y se dio cuenta del impacto negativo de la educación tradicional sobre nuestra capacidad de expresión. De esta manera, y convencido de que el dispositivo educativo no está diseñado para promover la espontaneidad, decidió diseñar un sistema para incentivar a sus alumnos a utilizar su creatividad dejándola fluir y encausándola al aprendizaje de diversos temas.

Estas ideas primigenias se combinarían con su experiencia escénica para dar como resultado el sistema de improvisación teatral canadiense que llegó, posteriormente, a Latinoamérica, el cual se basa en habitar el presente, construir con los demás por medio de la comunicación, inspirar al compañero y mantener una escucha entrenada. El desarrollo de la técnica de la improvisación a nivel mundial se vio enriquecido por grandes maestros y maestras, antes y después de él, entre los que destacan la ya mencionada Viola Spolin, quién empezó como trabajadora social en Chicago y desarrolló las bases de la improvisación en Estados Unidos partiendo de la necesidad de tender puentes comunicativos entre los niños con los que trabajaba ya que hablaban idiomas diferentes. Esto lo consiguió a través del juego.

Otros maestros importantes son: Del Close, Charna Halpern, Yvon Leduc, Omar Galván y Patricia Ryan Madson.

b. Principios de la improvisación teatral

Patricia Ryan Madson (2005) propone una serie de principios o máximas de la improvisación teatral que no solo son útiles para quien se sube a un escenario, sino para cualquier persona que practique la técnica. Las dinámicas de juego de la improvisación llevan a entrenar constantemente la capacidad de habitar el presente, de no juzgar ni juzgarse a uno mismo, de trabajar en equipo, de comunicar con claridad, de escuchar con todo el cuerpo y de ejercitar la creatividad sin miedo. A continuación, se describen los principios:

- **Decir Sí:** Esta máxima trata sobre la aceptación de una propuesta como la base para poder construir en equipo una historia. Se empieza por decir: “sí”. Al aceptar,

no se juzga la propuesta del compañero ni se demora la interacción con él. Esto implica empezar a construir una historia en común sobre un acuerdo inmediato. Por ejemplo:

A: ¿Quieres ir al parque?

B: Sí, y llevaré una cesta y un mantel para hacer un picnic.

A: ¡Qué delicia! ¡Vamos entonces! Yo conozco el lugar perfecto en el parque.

Esta historia podría continuar, ya que ambos participantes aceptan las propuestas del otro. Si ante la pregunta “¿Quieres ir al parque?” la respuesta es “no”, entonces la historia habrá acabado sin siquiera empezar. Cuando se bloquea el flujo de mensajes o cuando no se acepta lo que está ocurriendo, entonces se interrumpe el proceso de comunicación por tratar de imponer una forma de ver el mundo sobre otra. El conflicto no deja de ser parte de las historias improvisadas (ni de la vida), pero en el ejercicio de esta técnica escénica se le ubica como una de todas las opciones posibles y no la única.

- **No prepares:** Estar “metido en la cabeza” o “perdido en los pensamientos” entorpece la capacidad de vivir el momento. En la *impro* callamos temporalmente el juicio interno, “salimos de nuestras cabezas” para poder escuchar genuinamente. Al no preparar nada, el improvisador puede escuchar mejor y responder a cualquier propuesta sin ataduras.
- **Sólo preséntate:** Hacerse presente tiene que ver con el “aquí y ahora”. Los jugadores se presentan en escena con la mente y con el cuerpo. La improvisación invita a vivir el momento presente y a callar las voces internas para poder escuchar mejor a los compañeros.
- **Empieza donde sea:** El improvisador no trata de controlar el momento, sino de fluir en él. No existe un momento ni una forma perfecta para empezar, solo hay que hacerlo. Y punto. El lugar y momento que se elija para empezar una historia estará bien.

- **Sé ordinario:** Esta máxima plantea que no es necesario ser la persona más creativa, divertida y ocurrente del mundo para improvisar. Lo obvio, lo inmediato, lo simple, funciona mejor cuando se aborda una escena o una interacción. Cuando se trata de ser original y divertido, muchas veces se pierde tiempo buscando esa perfección en lugar de reaccionar con lo obvio y continuar la historia. Así es como se descubre y se entrena la creatividad.
- **Pon atención:** La escucha total es indispensable para construir con los demás. Si no hay atención, es como conversar con alguien sin saber qué se dijo previamente.
- **Enfrenta los hechos:** Esta máxima se deriva de la primera: “decir sí” y se refiere a encontrar acuerdos con los compañeros en escena. Al generar acuerdos se establecen relaciones claras y entendimiento entre los intérpretes para poder contar una historia.
- **Mantener el curso:** Consiste en poder identificar el propósito de los personajes en escena, pues ello guiará la acción.
- **Despierta a los regalos:** Esto significa aceptar las propuestas que dan los otros improvisadores concibiéndolas como regalos que nos ayudan a seguir construyendo. Conocerse a nivel personal enriquece notablemente el desarrollo de una escena, ya que permite saber qué temas son del dominio y del agrado del interlocutor para luego utilizarlos a manera de inspiración para la construcción escénica grupal.
- **Comete errores, por favor:** Equivocarse y aceptar la naturalidad del error, permite que éste sea visto como un aliado y maestro, no como algo de lo que se deba escapar. Esto es aplicable al escenario y a la vida, debido a que se puede aprender de interacciones previas para enriquecer la capacidad de comunicar.
- **Actúa ahora:** La acción es vital para el descubrimiento y dinámica de la historia. Pensar demasiado antes de actuar no ayuda al desarrollo narrativo. Al accionar,

el improvisador trata de conectar con la verdad del juego para poder vivir una situación con mayor disfrute y compromiso.

- **Cuídense los unos a los otros:** Los improvisadores se cuidan en escena mutuamente. La *impro* recuerda lo importante que es el no dejar solos a los compañeros. Pensar en los demás es una norma y una necesidad. La empatía es vital en escena, ya que fortalece vínculos y permite que las historias fluyan mejor.
- **Disfruta el viaje:** Cuando el aprendizaje va de la mano de la diversión, el proceso se vuelve placentero. La *impro* genera un espacio para el crecimiento personal en un entorno divertido y cómodo que permite una expresión sincera. Finalmente, los procesos que van de la mano de la diversión muchas veces cautivan la atención y el compromiso de quienes los viven, ya que bajan sus defensas y se encuentran prestos para establecer una conexión con alguien.

c. *Aplicación de la impro en la educación*

Los practicantes de la técnica de la improvisación teatral tienden a desarrollar una mirada más flexible y adaptativa frente al mundo y ponen en acción habilidades que la sociedad y el sistema educativo se han dedicado a censurar. Keith Johnstone (1990) en su libro *Impro* nos comparte que: “En la educación normal, todo está diseñado para suprimir la espontaneidad” (PÁG. 3). A partir de este punto la *impro* busca replantear el modelo educativo tradicional.

Este autor habla de su experiencia trabajando con niños considerados “casos difíciles” o incluso “casos perdidos”. Durante esta experiencia, el autor (1990) comparte lo siguiente: “Comencé a pensar que los niños no eran adultos inmaduros, sino que los adultos eran niños atrofiados” (PÁG. 13). Keith Johnstone empieza a escuchar y a generar vínculo con estos niños considerados complicados, generando técnicas que incorporan los intereses personales del aula logrando un cambio realmente tangible en la misma. La improvisación puede ser una herramienta importante de aprendizaje para determinados temas debido al cómo se estructura esta técnica desde sus orígenes. El establecer comunicación sin juicio es el punto de partida.

Patricia Ryan Madson (2005), autora de *La Sabiduría de la Improvisación*, plantea que: “La improvisación es una metáfora, un camino y un sistema; es un modus operandi que cualquiera puede aprender” (PÁG. 23). Esto se entiende como un proceso que es reproducible y replicable con resultados observables. También dice que: “Los improvisadores son ‘positivistas’. Es fácil juntarse con esta gente. Son personas con excelente disposición. Han aprendido una manera de trabajar juntos en el escenario y eso lo llevan a la vida diaria. Existe un espíritu de cooperación” (PÁG. 23).

En la improvisación se aprende por medio de sesiones de trabajo comúnmente denominadas: talleres. Cada taller requiere de un clima de confianza y comunicación efectiva, tiene una duración aproximada de 2-3 horas y cuenta con un objetivo que nos prepara para dar el siguiente paso. Con la guía y ayuda de un “facilitador”, el grupo participante puede entender lo vivido sin señalar qué está “bien” o “mal”, generando espacios de reflexión que ayuda a los participantes a mejorar la comunicación intra, interpersonal y grupal, de tal forma que sean capaces de ver a los demás y verse así mismos con mayor claridad.

Además, la *impro* propone herramientas para los maestros como el manejo del estatus, el cual es utilizado por los improvisadores para generar y establecer relaciones en escena. Este recurso también es utilizado por los maestros para poder interactuar con sus grupos de manera más eficiente. Keith Johnstone menciona 3 tipos de uso del estatus que describen a diferentes tipos de profesores:

- **Maestro jugador de estatus bajo:** el que al querer agradar no concentra la atención de su grupo y se deja aplastar por la energía de este.
- **Maestro jugador de estatus alto:** el que quiere mantener el orden por medio de su apariencia severa y represión.
- **Maestro experto en estatus:** es el que maneja su estatus según sea necesario. Menciona Johnstone (1990) sobre este último tipo de maestro que: “Un (...) profesor, que era muy querido, nunca castigaba, pero mantenía una excelente disciplina, sin dejar de ser muy humano. Bromeaba con nosotros y luego imponía una calma misteriosa” (PÁG.) En este sentido, el facilitador o profesor de *impro* no se ubica todo el tiempo en un estatus alto, siendo así capaz de seguir la evolución de los participantes con mayor cercanía y confianza.

Como se puede apreciar, la *impro* propone herramientas que pueden ayudar a los docentes a generar conexión con sus alumnos. La técnica de la improvisación se muestra como un reflejo del actuar diario del individuo, evidenciando por medio del juego aquellos aspectos en lo que se podría trabajar a nivel personal para crecer como improvisador y como ser humano. La improvisación teatral también es un camino ya que nos dota de una serie de habilidades prácticas y de un conjunto de pautas que se construyen en pro de la interacción comunicativa y del desarrollo de la creatividad grupal. Habilidades como escuchar, comunicarse con asertividad, trabajar en equipo, no juzgar ni juzgarse, tomar al error como un maestro, resolver y desarrollar nuestra creatividad, son hábitos entrenados por los improvisadores teatrales.

2.1.2 Comunicación

a. Definición

Verderber (2009) sostiene que, por medio de la comunicación, se comparte significado en entornos informales y grupales. Esta definición resulta importante y conecta con el espíritu de la *impro* al establecer que en el acto de compartir un mensaje está implicado también un significado, sea de manera consciente o inconsciente. Durante la técnica de improvisación, el improvisador se vale de todo lo que ve y escucha de su compañero, pues cada gesto aporta significado para enriquecer la escena.

Por otro lado, Watzlawik (2011) define a la comunicación como un proceso donde se intercambian diferentes puntos de vista, lo cual precisa de conocerse a uno mismo para ser capaz de saber qué queremos, qué nos gusta y comunicarnos con claridad.

La improvisación nos invita a ponernos en contacto con nosotros mismos y a utilizar lo que nuestros saberes y vivencias como experiencia en favor de la creación grupal que depende de un intercambio comunicativo claro.

b. Principios

Para el presente trabajo, las características de la comunicación fueron establecidas a partir del planteamiento de Paul Watzlawick, en el que se contemplan la enseñanza y aprendizaje de la comunicación en interconexión con los principios de la *impro*. Esta relación se explica a través de los siguientes cinco axiomas propuestos por Watzlawick:

- **Primer axioma:** No es posible no comunicar. Todo el tiempo estamos expresando incluso con nuestro silencio. Todo lo que hacemos en una interacción conlleva significado. En escena esto es ley. Todo lo que el compañero improvisador hace acarrea significado para la escena
- **Segundo axioma:** Plantea que la interpretación del mensaje depende de la relación entre emisor y receptor, la cual brinda contexto y antecedentes que definirán el desarrollo del intercambio informativo. Esta idea es vital para la *impro*, ya que las relaciones entre los intérpretes escénicos influyen en la escena. Mientras más conocemos a nuestros compañeros, más podemos crear juntos.
- **Tercer axioma:** Los agentes en la comunicación generan un efecto el uno sobre el otro. Esto se refiere a que la comunicación responde a nuestra interpretación de lo que el otro transmite durante la comunicación más allá de las palabras. Por ejemplo, cuando una pareja de casados discute, esa molestia que se va generando altera o afecta el significado de los mensajes en este intercambio comunicacional. En la improvisación pasa algo muy similar ya que, muchas veces, el cómo nos sentimos respecto a alguien altera el resultado de la creación grupal.
- **Cuarto axioma:** las personas se comunican de forma analógica y digital. Las palabras emitidas hacen alusión a lo digital y lo analógico alude al lenguaje no verbal, como los gestos. Este axioma resulta importante al indicar que la comunicación está dividida en forma y fondo, por lo que es posible cambiar la forma para potenciar el fondo; lo que llevaría a un posible aprendizaje. Un ejemplo claro se da cuando se dice una cosa y se acentúa con una acción que agrega significado. El simple hecho de decir: “¡buenos días!”, puede ir acompañado de un movimiento de cabeza que señala desaprobación o sarcasmo, cambiando el significado del saludo matutino. Los improvisadores hablan del

“estado de juego” que los lleva a volcar su expresividad en términos similares a este axioma. Es decir, los personajes que se crean, idealmente, poseen fondo y forma que permiten darles más dimensión.

- **Quinto axioma:** Las interacciones comunicacionales pueden ser complementarias o simétricas. Las interacciones complementarias tienden a tener dos posiciones: la inferior y la superior; en las comunicaciones simétricas generalmente están implicadas personas de iguales condiciones en deberes y derechos. Como ejemplo podríamos ver a dos socios comerciales que emprenden un negocio juntos y de quienes se esperaría tengan una interacción simétrica debido a la igualdad de los roles en la sociedad; en contraste, un maestro respondiendo las dudas de su alumno estaría participando en una interacción complementaria. Una vez más, la *impro* refleja este axioma en la variedad de formas de interacción posibles entre los intérpretes escénicos. Keith Johnstone habla del estatus como una herramienta escénica según la cual uno cambia su forma de aproximarse a diversos momentos durante la escena. Esta herramienta ayuda a los improvisadores a dejarse afectar, a cambiar y a resolver según sea necesario

c. Tipos de comunicación

En este proyecto se abordaron tres tipos de comunicación, los cuales se describen a continuación:

- **Intrapersonal**

La comunicación intrapersonal es la que se sostiene con uno mismo de forma interna, de tal manera que ayuda a que el ser humano inicie un proceso de autoconocimiento. Para establecer este proceso o comunicación con uno mismo es necesario identificar aquellas características propias que nos gustan y queremos mantener, así como las que deseamos cambiar. Carmen Sebastián (2001) sostiene que el primer paso para iniciar este camino es “identificar qué quiero cambiar, identificar lo que no funciona, y cómo quiero cambiar, de qué modo lo quiero hacer evolucionar” (PÁG. 29). La improvisación nos invita a vernos a nosotros mismos y a crecer como

individuos, pues cuando nos relacionamos con el juego y todo lo que ello implica como medio de expresión y de auto-observación, somos capaces de percibirnos y actuar de manera auténtica.

- **Interpersonal**

La comunicación interpersonal ocurre cuando se genera un intercambio de información tanto a nivel verbal como no verbal con otras personas, quienes pueden comunicar de manera intencional o inconsciente incluso sin hablar; tal como lo menciona Villareal (2011) al citar a Goffman (PÁG. 10). En la *impro*, al crear escenas e interactuar con otras personas, se cumple con este tipo de comunicación tan indispensable para el desarrollo de una historia; sin el intercambio de ideas, no tenemos escenas construidas de forma grupal, sino monólogos o soliloquios. Comunicar interpersonalmente en la *impro* es escucharnos y construir, ladrillo a ladrillo, algo que ninguno de los intérpretes imaginó al inicio de la escena.

Uno de los pilares principales de la comunicación interpersonal es la escucha ya que sin ella no se puede realmente entender a nuestro interlocutor. En este sentido, la habilidad que más trabaja la técnica de la improvisación es la capacidad de comunicar adecuadamente y de forma concreta. Sin buena comunicación no hay escena, sin buena comunicación no hay historia ni conexión.

- **Grupal**

La filosofía de la improvisación contempla habilidades fundamentales para el éxito de la comunicación grupal ya que, al ser asertivo y empático, se crea un ambiente de cuidado y respeto por el otro donde los participantes se sienten más cómodos para compartir y expresar; así es como Lértora (2016) indica que la comunicación debe ser abierta, directa y clara; además de evidenciar habilidades como la escucha activa, el contacto visual, la asertividad y la empatía.

2.1.3 Psicología Positiva

En “*Impro* Verano Positivo” se utilizan también herramientas de la Psicología Positiva, ya que muchos de sus conceptos mantienen una relación estrecha con la filosofía de la *impro*.

La Psicología Positiva consiste en el estudio científico de las experiencias positivas para mejorar la calidad de vida de las personas. Según Martin Seligman (2011): “ha llegado el momento de contar con una ciencia cuyo objetivo sea entender la emoción positiva, aumentar las fortalezas y las virtudes y ofrecer pautas para encontrar lo que Aristóteles denominó la - buena vida -” (PÁG. 11).

En el mundo de la educación, la Psicología Positiva permite detectar y reforzar las fortalezas más poderosas que, de forma natural, manifestamos durante nuestra etapa formativa; por esta razón representa una herramienta importante para la mejora de grupos de trabajo. Un contexto permeado por esta disciplina permite un ambiente de menor presión y ambigüedad que facilita el aprendizaje y propicia el desarrollo de las habilidades necesarias para la vida.

Expresiones artísticas, como la improvisación teatral, tienen una conexión a nivel filosófico con esta rama de la Psicología, coincidiendo en la búsqueda de la conexión e identificación individual con las fortalezas propias para potenciarlas en un ambiente donde los defectos propios y ajenos también son visibles, pero se perciben de una manera comprensiva y alejada del juicio negativo.

Para Seligman (2011), la Psicología Positiva propone la existencia de **24 Fortalezas** que son el camino para alcanzar **6 Virtudes** humanas, valoradas a nivel mundial por diversas culturas al ser consideradas como el camino a la verdadera felicidad (PÁG. 196)

A continuación, se enlistan las virtudes y las fortalezas que las componen:

I. Sabiduría y Conocimiento

- Curiosidad / Interés por el Mundo
- Amor por el Conocimiento
- Juicio / Pensamiento Crítico / Mentalidad abierta
- Ingenio / Originalidad / Inteligencia Práctica / Perspicacia
- Inteligencia Social / Inteligencia Personal / Inteligencia Emocional
- Perspectiva

II. Valor

- Valor y Valentía
- Perseverancia / Laboriosidad / Diligencia
- Integridad / Autenticidad / Honestidad

III. Humanidad y Amor

- Bondad y Generosidad
- Amar y Dejarse Amar

IV. Justicia

- Civismo / Deber / Trabajo en Equipo / Lealtad
- Imparcialidad y Equidad
- Liderazgo

V. Templanza

- Autocontrol
- Prudencia / Discreción / Cautela
- Humildad y Modestia

VI. Trascendencia

- Disfrute de la Belleza y la Excelencia
- Gratitud
- Esperanza / Optimismo / Previsión
- Espiritualidad / Propósito / Fe / Religiosidad
- Perdón y Clemencia
- Picardía y Sentido del Humor
- Brío / Pasión / Entusiasmo

En este listado podemos encontrar fortalezas propias de la sabiduría, autoconocimiento y valor que mantienen una conexión directa con la comunicación, por lo que se describen con detalle a continuación:

- **Juicio / Pensamiento Crítico / Mentalidad abierta.** Enlistada en el 3er lugar, esta fortaleza nos plantea la necesidad de tener una mente abierta al mundo, una mente que está dispuesta a crecer y relacionarse. Alguien que se comunica con una mente abierta se ve enriquecido.
- **Ingenio / Originalidad / Inteligencia Práctica / Perspicacia.** Se trata de la cuarta fortaleza de la lista, la cual nos invita a explorar nuestra creatividad para enriquecer el intercambio comunicativo de forma significativa al incrementar las posibilidades expresivas.
- **Inteligencia Social / Inteligencia Personal / Inteligencia Emocional.** Ocupando el 5º lugar de la lista, esta fortaleza habla del desarrollo de nuestra inteligencia social, personal y emocional; una capacidad vital para poder entablar un mejor proceso comunicativo al permitirnos leer mejor a nuestros interlocutores y expresarnos de una forma más adecuada con el contexto.
- **Valor y Valentía.** Como séptima fortaleza, alude a la virtud del valor, requerido para poder mostrarnos como somos a los demás y poder aceptar que no somos perfectos. Esta fortaleza nos ayuda a trabajar la tolerancia a la frustración y la aceptación del error.
- **Perseverancia / Laboriosidad / Diligencia.** Ocupa el 8º lugar en la lista y nos menciona la necesidad de perseverar y no rendirnos frente a los problemas
- **Integridad, autenticidad y honestidad.** Siendo la novena fortaleza, implica características que generan una percepción más completa de quiénes somos y cómo nos comunicamos. Ser dignos de confianza nos acerca a los receptores de nuestro mensaje.

En adición a lo anterior, en el listado propuesto por Seligman (2011) pueden reconocerse también fortalezas estrechamente conectadas con la filosofía y los principios de la improvisación teatral. En particular se reconocen las siguientes:

- **Perseverancia / Laboriosidad / Diligencia.** La octava fortaleza de la lista no solo se encuentra relacionada con la comunicación, sino también con la *impro* al implicar que “la persona realmente laboriosa es flexible, realista y no perfeccionista” (Seligman, 2011, PÁG. 221). De esta manera hace referencia a personas que asumen retos y los cumplen con buen humor, lo cual es vital en la *impro* al permitirnos seguir construyendo y no detenernos para evidenciar alguna problemática.
- **Bondad y Generosidad.** Ocupando el 10° lugar en la lista, esta fortaleza alude a personas que piensan en los demás y realizan obras que les benefician. Además, contiene elementos fundamentales como la compasión y la empatía que resuenan con el mundo de la improvisación y la comunicación por igual.
- **Civismo / Deber / Trabajo en Equipo / Lealtad.** En el duodécimo lugar, esta fortaleza destaca el compromiso completo y el trabajo realizado para alcanzar el éxito de manera colectiva.

Tras caracterizar las fortalezas expuestas por Seligman y comprender la importante conexión que mantienen con la comunicación y la improvisación teatral, se considera de gran importancia su abordaje y trabajo desde la niñez ya que, de esta forma, el futuro adulto tendrá mejores herramientas para expresar lo que le ocurre y para desarrollar la capacidad de comunicarse consigo mismo.

2.1.4 Antecedentes de la experiencia

Tras egresar en el 2005-2 se presenta la oportunidad de ser parte del CAE (Círculo de Artes Escénicas de la Universidad de Lima). Durante el 2006, desempeñando la función de productor del círculo, se entra en contacto con diversas expresiones artísticas que van de la mano de la comunicación, como lo son la improvisación teatral y el teatro.

En febrero del 2007 se dio la oportunidad de empezar a laborar en Ketó, un grupo de improvisación teatral conocido en Lima, inicialmente como productor y luego como actor en diversos shows, festivales y espectáculos. Esta experiencia abrió las puertas al universo de la improvisación teatral (*impro*) y a su filosofía caracterizada por invitar al individuo a ser genuino consigo mismo, aceptando al error como un maestro, como parte del camino de la vida. Posteriormente se inicia la capacitación como aprendiz de profesor y facilitador de improvisación teatral. De igual forma, en dicha compañía se dio la posibilidad de ser parte del equipo a cargo de diversos talleres de capacitación para empresas con el objetivo de desarrollar habilidades blandas en sus trabajadores haciendo uso de la improvisación como herramienta fundamental.

Del 2012 al 2017 se laboró como facilitador para la facultad de Psicología de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC) en dos materias: “Taller de Equipos” (para segundo ciclo) y “Taller de Facilitadores y Comunicadores” (para octavo ciclo donde, al finalizar el taller, el participante podría diseñar, conducir y reflexionar sobre lo ocurrido en una sesión de intervención.). Durante esta experiencia se entra en contacto con psicólogos de especialidades diversas que enriquecen el panorama profesional y que ayudan a observar con mayor claridad las conexiones entre la *impro* y la Psicología. Al compartir con especialistas en Psicología positiva y en Psicología de la Gestalt, entre otros, se pudo observar la importancia de la comunicación y el juego como un vehículo para mejorar la misma. Además, durante el dictado de los talleres previamente mencionados, los alumnos pasaban por la experiencia de la auto observación que provee la improvisación aplicada en sesiones de dinámicas de juego, logrando una mejora en su capacidad de expresión e introspección.

En el 2013, en Ciudad de México, se entra en contacto con la psicóloga e improvisadora teatral, máster y psicóloga Paulina Peña Aragón de la UNAM. Este encuentro permitió el intercambio de ideas sobre la percepción de la improvisación y de la cercanía que esta tiene con la Psicología positiva y la comunicación interpersonal,

grupal e intrapersonal. La filosofía de la improvisación y las bases de la Psicología positiva valoran la creatividad, la comunicación, la necesidad de expresar sin afán de ser perfeccionista y el pensar en los demás, entre otras ideas.

Unos años después (2016) Sergio Paris (director y fundador de Ketó), extiende una invitación (a Paulina Peña y a mi persona) para realizar talleres dirigidos a niños y niñas en el “Centro Cultural Túpac” en Barranco. En este espacio se pusieron en práctica ideas que combinan la *impro* y la Psicología positiva. Dichas ideas se tornaron en un vehículo comunicativo para no solo aprender una serie de técnicas escénicas, sino también para brindar la oportunidad de establecer comunicación intrapersonal por medio de la autoobservación. Se determinó el rango de edad de los participantes de 7 a 11 años de edad ya que la diferencia de edades no representaba un problema para la socialización y, además, se consideró que los años previos a la adolescencia son una ventana abierta aún a nuevas propuestas que pueden generar un cambio en los participantes.

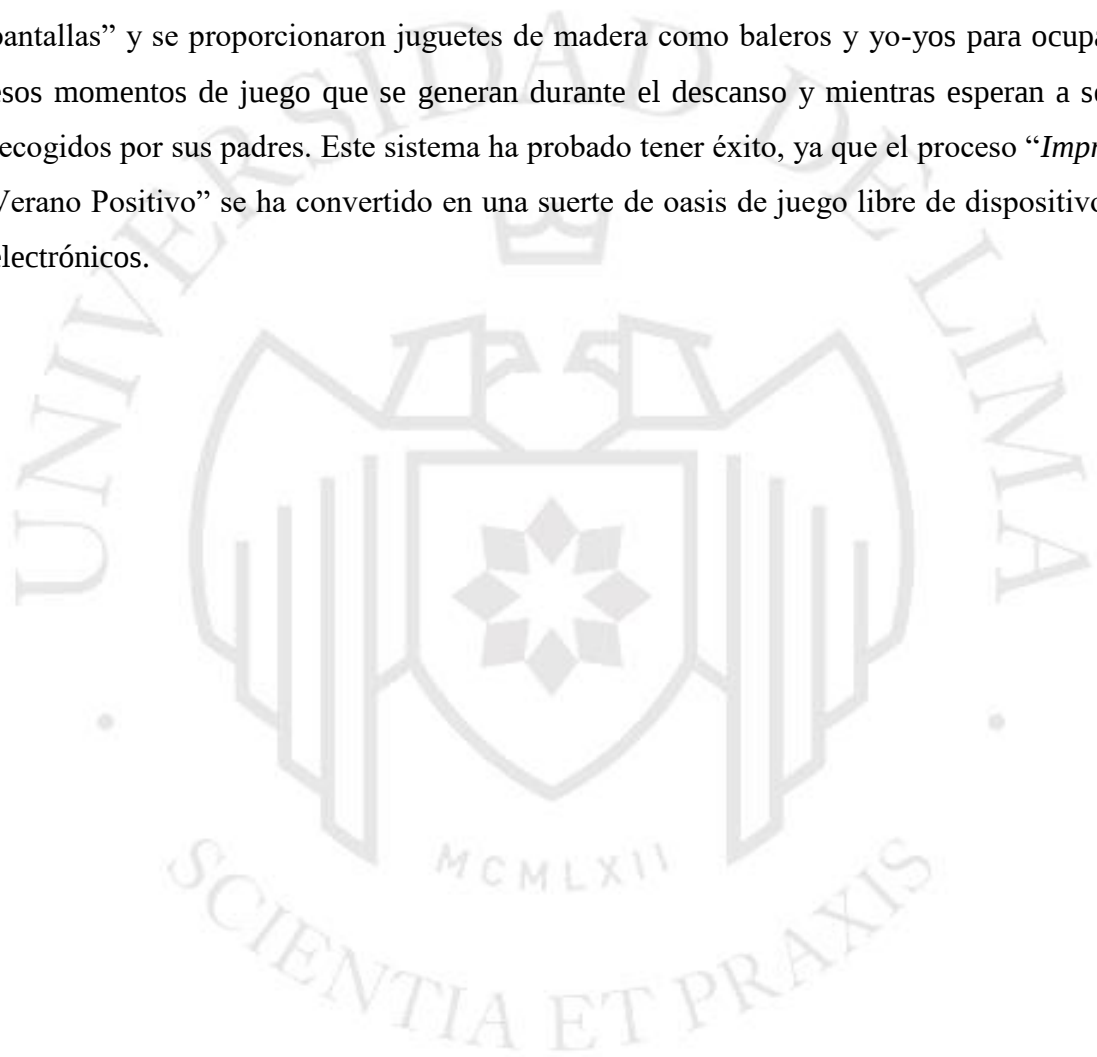
El primer año se tuvo alrededor de 12 alumnos y el proceso fue bastante amable con ellos, propiciando la expresión de mucho de lo que pasa por sus mentes en formación. Inmediatamente se notó la poderosa necesidad que los niños tienen por ser escuchados sin juicios.

Otro detalle importante fue la baja tolerancia a la frustración que exhibieron la mayoría de los jóvenes participantes. Tras esta experiencia inicial se notó que había muchos puntos en los que se podía incidir, tales como el mejor manejo del error y el perfeccionismo paralizante. Al año siguiente, el taller fue solicitado por los padres de varios de los niños que participaron la primera vez; en esta oportunidad se cambió de espacio. En Av. Roca y Boloña 611, empleamos una sala para ensayos teatrales que reunía las características necesarias como: área (5m x 12m aprox.), limpieza, seguridad y buena ubicación; en este espacio se pudieron incorporar los aprendizajes del año previo y generar un proceso más ordenado y claro.

En el 2018, la convocatoria fue iniciada por muchos de los mismos padres y tutores. El proyecto empezó a tener vida propia por medio del “boca a boca”. En esta etapa se juntó un grupo de 14 participantes. Algo similar a lo experimentado en el 2019 por lo que, en 2018 y 2019, se recurrió a Vivian Solano, una tercera colaboradora; también psicóloga e improvisadora.

En el verano de 2020, los papás y mamás se volvieron a hacer presentes, pero en esta oportunidad se multiplicó el número de postulantes de tal forma que se tuvo que abrir un nuevo horario para poder satisfacer la demanda presente. Hasta el año anterior los procesos habían durado solo 4 semanas y, a partir de este, la duración también se duplicó. Se amplió de 4 a 8 semanas y de 14 a 24 alumnos repartidos en dos grupos: lunes y miércoles de 10am a 1pm y martes y jueves en el mismo horario.

Aquel 2020, a diferencia de otros años, se implementó una política “libre de pantallas” y se proporcionaron juguetes de madera como baleros y yo-yos para ocupar esos momentos de juego que se generan durante el descanso y mientras esperan a ser recogidos por sus padres. Este sistema ha probado tener éxito, ya que el proceso “*Impro* Verano Positivo” se ha convertido en una suerte de oasis de juego libre de dispositivos electrónicos.



3. FUNDAMENTACIÓN PROFESIONAL

A continuación, se procederá a hacer un análisis de la experiencia profesional que contiene el presente trabajo, para el cual se ha empleado la técnica de la improvisación teatral o *impro* con el objetivo de generar en los niños aprendizajes que les permitan mejorar su forma de comunicarse consigo mismos y con otros, además de aprender a lidiar mejor con el error y la frustración.

La experiencia didáctica de este proyecto consiste en un taller de juego que no busca formar improvisadores, sino niños que aprendan las habilidades que propone la filosofía de la improvisación teatral para mejorar sus habilidades comunicativas y sociales, para lo cual se han utilizado diferentes herramientas propias de la formación recibida como improvisador y comunicador en la universidad.

Es particularmente importante la revisión del contenido, metodología y formas de evaluación que se han empleado con anterioridad en este trabajo para poder mejorar el proceso de futuras intervenciones, además de crecer profesionalmente. Esta revisión permite observar las estrategias empleadas durante el desarrollo del taller y cómo estas ayudaron o no a lograr los aprendizajes esperados en los participantes.

Finalmente, las dinámicas de juego respaldadas por la filosofía de la improvisación son una buena base metodológica para este tipo de procesos por todo lo antes descrito y por los resultados tan claros, los cuales hablan de una realidad que necesita miradas y acercamientos distintos a los tradicionales.

3.1 Sobre los contenidos del taller

En esta sección se nombrarán, de forma general, los aspectos que constituyen la filosofía o forma de enfrentar la vida trabajados en el taller:

- a. La escucha activa

Se trata de una herramienta indispensable para la comunicación. Esta ayuda a vivir el momento presente y a prestar genuinamente atención a lo que ocurre alrededor. En el taller, cuando alguien habla los demás participantes escuchan; propiciando así el respeto a lo que los otros tienen para decir. Durante las dinámicas, por ejemplo, cuando se necesita toda la atención de los participantes se hace algo denominado como “oreja señal” que implica que en cuanto alguno de los facilitadores coloca su mano sobre su oreja todos replican esta acción lo más pronto posible mientras guardan silencio y ponen atención al mensaje urgente que generalmente busca cuidarlos. Durante el taller se pudo observar la gran utilidad de estas señas pre-establecidas en un marco de juego y escucha total que permite explorar y reforzar la escucha activa de los participantes.

b. El trabajo en equipo

Es una puerta a construcciones escénicas más complejas e interesantes. Este permite notar que no todo en la vida se puede o se debe hacer sin apoyo. El trabajo en equipo abre posibilidades hacia construcciones más elaboradas que dan resultados difícilmente alcanzables de otra forma. En “*Impro Verano Positivo*” se busca que la mayoría de las dinámicas se apoyen en la colaboración más que en la individualidad, ya que la sociedad muchas veces lleva a los individuos a pensar constantemente en escenarios individualistas. Esto demostró ser un acierto al fomentar en los participantes la necesidad de colaborar en lugar de competir. La mayoría de las veces, los niños juegan para ganar; en este espacio logramos reflexionar sobre las alternativas que existen al respecto. Pensar en los demás y aprender de los retos en equipo fue muy productivo para el grupo. Al final, los participantes entendieron que no solo se juega para ganar, sino para pasarla bien con otros.

c. Manejo del error

Desarrollar un mejor manejo del error permite verlo como un maestro y no como algo de lo cual escapar. Este concepto ayuda a lidiar con el perfeccionismo, ya que la

propuesta perfecta es la que se hace, sea cual sea. Además, el improvisador favorece la resolución por sobre la responsabilidad al enfocarse la búsqueda de soluciones a los problemas y no en encontrar a los responsables de estos. Cuando alguien se equivoca durante el taller nunca se le llama la atención o se le expone frente al resto del grupo, en su lugar, se genera un espacio de reflexión sobre lo que se podría mejorar sin que se sienta como un problema, sino como una posibilidad de crecimiento. Esto fue muy refrescante para muchos, ya que no están acostumbrados a habitar espacios donde el error no los vuelve menos, sino que les da alas para crecer y entender que somos falibles y eso está bien.

d. El juego

Es un vehículo para pasarla bien y conocer mejor a los demás. Cuando las personas juegan suelen comportarse con verdad y, de esa manera, se generan espacios de aprendizaje divertidos y de confianza grupal al estar todos involucrados; razón por la que el taller se apoya fundamentalmente en esta dinámica. Como estaba previsto, después de la primera sesión los participantes empezaron a jugar y a ser ellos mismos, dándole a los facilitadores una idea clara del estado en que se encuentran.

e. Aquí y ahora

Habitar el presente permite reaccionar a lo que te da el compañero y a tener una mejor comunicación, como se menciona en el punto de la escucha activa. En la práctica de la improvisación, los intérpretes se concentran en vivir el presente para poder construir desde lo que realmente ocurre. Esta práctica se extiende al día a día de los improvisadores. Durante las indicaciones para los juegos y los acuerdos iniciales, se les recuerda la necesidad de habitar el presente resaltando las ventajas que esto acarrea para la vida. Los resultados fueron bastante favorables, ya que los participantes empezaron a utilizar esta idea como una herramienta constante para poder resolver los desafíos de las dinámicas; ellos mismos daban ejemplos concretos de cómo el vivir el presente les era de mucha utilidad en múltiples escenarios. La comunicación interpersonal empezó a mejorar

gracias a que los participantes trataban genuinamente de estar presentes en mente y cuerpo.

f. Empatía y generosidad

Pensar en los demás es vital en escena para poder construir con los compañeros. Una de las preguntas que se hace un improvisador es: ¿qué inspira al compañero de escena? Reflexionando al respecto, toman consciencia de que lo que ocurre ahí es producto de escuchar y pensar en el otro. La empatía en este espacio genera una visión más completa de la persona que se tiene al frente. Uno no está jugando solo, la sociedad no se conforma de una sola persona y lo que se hace o deja de hacer afecta a los demás. Durante el taller, el refuerzo verbal de estos conceptos llevó a los participantes a cuidarse y a cuidar a otros; también fue un elemento que ayudó a los participantes a comprender y aceptar las diferencias, sabiendo que no todos tienen que pensar igual y, para generar puentes comunicativos más sólidos, se necesita la capacidad de ponerse en el lugar del otro a través de la comprensión y respeto, no del juicio.

g. La creatividad

Esta se cultiva por medio de la confianza y el respeto que permiten su exploración con libertad y seguridad. En un espacio libre de juicio, los improvisadores dan rienda suelta su capacidad creativa. En el taller una vez que los participantes saben que pueden expresarse sin miedo y equivocarse libremente se abren a la experiencia y al grupo con el que se relacionan expresando sus ideas, potencial creativo y comunicativo con libertad. El vehículo de la creatividad es la comunicación en la *impro* y en la vida misma.

h. La comunicación

Esta agrupa y complementa todos los aspectos que la *impro* busca fomentar en quienes la practican. Recordando que para el intercambio de información el puente comunicativo es vital y se conecta con cada aspecto de la filosofía de la *impro* puede surgir la capacidad de ver al interlocutor y a uno mismo a través de un intercambio informativo más libre y sin juicios; esto nos invita a vivir el presente para fortalecer el mensaje, que es la esencia del trabajo en equipo y de la aceptación del error. Todos estos ingredientes, combinados, permiten y fomentan la utilización y exploración del potencial de la comunicación en los participantes.

Los contenidos previamente descritos resultaron bastante útiles al propiciar una mejor comunicación con los participantes, ayudando a transmitir los mensajes pensados para este espacio de forma clara y lúdica. La improvisación resulta un vehículo comunicativo bastante útil que ayuda a quitarle peso al “¿qué dirán?” al poder explorar y explotar la creatividad reprimida. Gracias a esta técnica y su filosofía, los participantes pudieron expresar y dejarse ver por los demás no como la sociedad espera, sino como ellos quieren ser vistos.

3.2 Sobre la metodología del taller

Las técnicas teatrales y la filosofía de la *impro* generan vínculos y ayudan a mejorarlos. La improvisación provee herramientas compatibles con el mundo de la comunicación y la Psicología porque ayuda a la generación de vínculos a partir de la escucha y el entendimiento de la persona con la que nos interrelacionamos.

3.3 Sobre las estrategias didácticas utilizadas en el taller

A continuación, se analizarán algunas estrategias empleadas durante las sesiones:

- a. Refuerzo de la autoestima de los participantes: Hacerle ver al participante cuando tiene aciertos en lugar de señalar constantemente sus equivocaciones, genera posibilidades para establecer un vínculo de confianza que favorece una mejor expresión en el futuro. Carmen Sebastián (2001) menciona que “la autoestima es una fuente de motivación que la persona necesita para mejorar sus hábitos inadecuados, para sentirse capaz...” (PÁG. 48). Por lo tanto, en el taller se buscó reforzar a los participantes en cada paso que dieran hacia adelante, cada vez que se atrevieron a salir de su zona de confort o que mostraron alguna mejora, incluso si parecía ser muy pequeña. La referencia de crecimiento o punto de comparación no son los compañeros, sino el avance personal de cada uno de los participantes.
- b. El manejo de la energía propia: La energía requerida para trabajar con niños va empapada de una emoción que permite establecer una mejor conexión que enriquece el proceso comunicativo. “Sonreír a nuestro auditorio es entrar en buen contacto con él. Además, las emociones son contagiosas” (Carmen Sebastián, 2001, PÁG. 100). Por esta razón, en “*Impro Verano Positivo*” la energía de los facilitadores se coloca de tal forma que conecte con la energía del grupo contagiándolo de ganas de participar. En Calgary (Canadá) residencia del “Loose Moose”, sede de la escuela de Keith Johnstone, se busca encontrar aquello que inspira al compañero escénico. La energía empleada en escena busca inspirar y contagiar a los participantes, ubicándolos en un entorno que se siente distinto al tradicional y esto, aplicado al taller, resuena muy bien con los niños.
- c. Plan de trabajo: En la improvisación todo se improvisa menos la estructura. La estructura que guía una sesión o espectáculo de teatro improvisado está trazada, pero no elaborada al detalle. En *La Comunicación emocional* se menciona lo siguiente respecto a la preparación del discurso: “Se dice que no hay mejor improvisación que la que está preparada (...) Es necesario dedicar un tiempo adecuado a la preparación de nuestra charla o comunicación.” (Carmen Sebastián,

2001, PÁG. 67). Esto se debe a que los diversos objetivos que se buscan no se pueden alcanzar si no hay un plan claro o un diseño previo que sea flexible frente a las eventualidades de cada sesión. Como ejemplo, se podría considerar el plan de una sesión que está orientado a explorar la creatividad; no obstante, si en el camino los participantes abren otros temas como la empatía, el duelo, etc., no se les obliga a seguir el plan de trabajo pues existe la suficiente flexibilidad para incluir esta nueva arista sin perder la dirección.

- d. Tipo de lenguaje: Es importante utilizar un lenguaje sencillo, emocional y positivo. La **sincronización** consiste en tratar de asemejarse al modo de comunicar del otro, a su lenguaje, a su postura y movimiento, así como a la forma en la que utiliza su voz. Una vez que esto se vuelve consciente, se puede usar para conectar con una persona o grupo y sintonizar más rápidamente con ellos. (Sebastián, 2001). En todo momento, durante el taller, se utiliza un tono juguetón y lleno de energía para explicar las dinámicas y para motivar a la participación; además, se emplean palabras sencillas para explicar las dinámicas y para aterrizar los aprendizajes de las mismas. Un ejemplo es el día que abordamos el concepto de “aquí y ahora”. Muchos de los participantes intuían su significado, pero no tenían claro en su totalidad. Este concepto se tradujo como “la capacidad de estar atentos a lo que ocurre a nuestro alrededor para beneficio personal y grupal”. Posteriormente, se les preguntaba en qué situaciones creían que esto les sería útil y mencionaron cosas como: al cruzar la pista, al conversar con su familia y amigos, a la hora de manipular objetos frágiles, etc.
- e. Manejo del espacio: Para tener control sobre el espacio ocupado en las intervenciones, el desplazamiento es vital. El manejo del espacio enriquece la comunicación entre facilitadores y participantes. Carmen Sebastián asegura que: “hacer uso del espacio dota de más poder a quien lo ejerce.” (Sebastián, 2001, PÁG. 103). Esta habilidad se utiliza en beneficio de los participantes para poder dirigir las sesiones de juego de forma clara y segura. En “*Impro Verano Positivo*” el contacto entre facilitadores y facilitados es determinante para el éxito de la sesión. Un ejemplo de ello es que cada dinámica requiere una distribución espacial específica, muchas veces única, para poderse realizar de forma óptima. Además, durante las reflexiones entre dinámicas, el grupo se ubica sentado en

círculo en el suelo y los facilitadores ocupan un lugar en el mismo; de esta forma no se emplea el “estatus alto”, sino que se equipara el mismo con el de los participantes. Si los participantes no respetan los acuerdos de seguridad planteados a inicio de taller, en aras de cuidarlos, el estatus del facilitador sube para captar su atención y hacer la modificación necesaria. La voz y la postura se ajustan para lograr dicho objetivo.

- f. Comunicación con uno mismo: Carmen Sebastián (2001) plantea que: “El monólogo interno, el pensamiento, tiene un efecto poderoso sobre nosotros. Es nuestra forma de programarnos, de convencernos, de escucharnos y pensarnos (...) Preste atención a su monólogo interno y prográmelo positivamente” (PÁG. 77). A lo largo de las intervenciones, los facilitadores generan espacios para que los participantes reflexionen y se pongan en contacto con su interior conectando lo vivido con su experiencia personal. La capacidad de observar a uno mismo es vital para no andar por la vida sin poder modificar aquello que se quiere modificar para crecer.
- g. El uso de metáforas: Explicar utilizando metáforas ayuda mucho a este público en particular ya que, según Carmen Sebastián (2001): “La metáfora: elemento clave de la comunicación indirecta, transmite a través de su relato los recursos necesarios, sugiere el camino que hemos de tomar para resolver una situación. La metáfora condensa multitud de conocimientos, experiencias; es como un gran chip de información. Se dirige al inconsciente y al hemisferio derecho” (PÁG. 86). De esta forma se facilita la comprensión de los mensajes que se buscan transmitir, poniéndolos en figuras e imágenes más cercanas a los participantes.

3.4 Sobre los valores trabajados en el taller

Por otro lado, en este proceso se contó con el apoyo de dos psicólogas para el mejor seguimiento de la evolución de los participantes. La Psicología Positiva propone diversas ideas que combinan muy bien con las propuestas de la filosofía de la improvisación teatral y la comunicación.

Esta rama de la Psicología propone la existencia de 6 virtudes y 24 fortalezas que las conforman:

- a.** Sabiduría y conocimiento: Esta virtud contiene a la creatividad y la mente abierta como algunas de sus fortalezas, las cuales son un puente hacia la filosofía de la improvisación. La mente abierta ayuda mucho en nuestra capacidad de entablar comunicación, ya que así los individuos se predisponen a escuchar mejor. En el taller se propicia el interés por conocer y valorar realidades distintas a la propia por medio del juego y las reflexiones al final de las sesiones. El saber más del mundo y de quienes nos rodean enriquece a las personas, ya que les permite entender con mayor claridad a sus interlocutores.
- b.** Valor: Esta virtud valora la persistencia. El no abandonar la tarea permite fortalecer a los participantes frente a la frustración. En este proyecto se emplearon dinámicas que requieren algo de persistencia para poder darles solución, de tal forma es que se combatió la tendencia a lo inmediato generada por la tecnología que nos rodea. Los participantes entienden que no todo saldrá al primer intento y eso está bien.
- c.** Humanidad: La generosidad e inteligencia social son dos de las fortalezas pertenecientes a esta virtud, las cuales conectan muy bien con el espíritu de la improvisación teatral. La inteligencia social se desprende del interactuar y escuchar constantemente a otros, ayudando así a mejorar la calidad de la comunicación. Por otro lado, la inteligencia social es una gran herramienta en los procesos de comunicación ya que permite decodificar mejor a los interlocutores. En el taller se generaron reflexiones al final de las dinámicas para estimular dicha capacidad.
- d.** Justicia: El civismo es una demostración de esta virtud. Pensar en los demás, en este caso, es directamente pensar en nuestra sociedad para su beneficio. Durante el taller se propiciaron espacios de reflexión que permitieron conectar las vivencias con cuestiones específicas de la sociedad, como el cuidado de los espacios comunes y el mejor trato a las personas que la conforman.

- e. **Templanza:** El perdón y la compasión refuerzan la comprensión del otro y nos permiten conectar con nuestra empatía y capacidad de reconocer nuestros errores. En “*Impro Verano Positivo*” se busca que los participantes entiendan el contexto de sus interacciones antes de juzgar u opinar. Al entender al compañero se hace más fácil establecer una relación con el mismo, ya que se comprende de dónde provienen muchas de sus conductas.
- f. **Trascendencia:** Habla del humor y la gratitud, ingredientes vitales del trabajo escénico y de “*Impro Verano Positivo*”. Reírse con los demás y no de ellos es un mantra del taller. El sentido del humor enriquece muchos espacios de trabajo reforzando la confianza y la comprensión. Como facilitador, el sentido del humor es una genial herramienta para romper el hielo y empezar a relacionarnos. En un espacio divertido, los participantes tienden a bajar sus defensas frente a lo desconocido y se permiten tener una relación más cercana y abierta con los demás.

3.5 Sobre la evaluación del taller

Al finalizar el taller se realizaron algunas entrevistas a padres de familia para tener una idea de su percepción del proceso de sus pequeños. Además, todos los participantes comentaron durante su muestra final qué es lo que se llevaban como aprendizaje del taller. La razón por la cual se decidió recabar esta información por la vía previamente descrita se debe a la búsqueda constante por mejorar el proyecto y la necesidad de detectar si las intervenciones tuvieron algún efecto visible más allá del espacio en el que fueron realizadas. Las entrevistas fueron entonces un vehículo para cotejar si lo que se veía en clase tuvo alguna repercusión positiva en los participantes fuera del espacio del taller. De esta manera se entrevistó a 5 padres de familia y se les pidió a todos los niños que vivieron el proceso que, en sus propias palabras, dijeran qué aprendieron y de qué forma esto les ayudó a mejorar sus relaciones, su forma de ver el mundo y a sí mismos. Las entrevistas fueron la herramienta ideal para sondear la realidad interna en casa y descubrir si esta correspondía con lo visto en las intervenciones.

A continuación, se describen los resultados de la evaluación:

- Los padres han notado una mejora en la actitud de sus pequeños frente al error. El equivocarse no es un problema, es un aprendizaje en palabras de algunos participantes. Esto conecta con lo expresado por Keith Johnstone respecto al error y la exploración de la verdadera originalidad que descubren los improvisadores al permitirse equivocarse y así encontrar, por error, una serie de posibilidades antes no contempladas.
- De igual manera, los padres observaron que todos aquellos pequeños que llegaron con mucha timidez lograron mejorar su capacidad de socializar, ya que al saberse seguros y libres de juicio empezaron a comunicarse con mayor confianza, lo cual es vital para construir con los demás en escena.
- Un detalle mencionado por algunos participantes tiene que ver con la capacidad de escuchar a los demás. Cuando se vive el presente y se presta genuina atención a lo que ocurre se puede entablar un proceso comunicativo más claro, pues el equipo en la *impro* busca cuidar a sus compañeros poniendo en práctica la empatía y un nivel de escucha que permite mejorar las relaciones tanto en el escenario como en casa.
- Cuando se les pidió que dijeran en una palabra qué es lo que se llevan de la experiencia, sus respuestas fueron: “aprender”, “amistad”, “jugar”, “equivocarse y aprender de ello”, “escuchar mejor”, “divertirnos jugando con personajes”, “hacer más amigos”, “trabajar juntos”, “respetar a los compañeros”, “entender a otros”, “no molestarme con facilidad”, “prestar atención a los demás”, “aprendí a calmarme un poco”, “a jugar solo por pasarla bien” y “no es necesario competir siempre”.
- Por otro lado, para próximas ediciones de IVP, se diseñó una lista de cotejo para monitorear de forma más precisa la evolución de los participantes del taller:

Cuadro 1.3 Lista de cotejo

Elaboración propia

Objetivos Específicos	Habilidades	Logrado	En proceso	Comentarios
Generar un espacio que permita a los participantes ser ellos mismos y conocerse mejor por medio de la auto-mirada.	Los participantes son capaces de emplear técnicas de relajación cuando se sienten sobrepasados.			
	Los participantes aprenden a mantener un espacio libre de juicio para poder expresarse con libertad.			
Utilizar dinámicas de la improvisación teatral y su filosofía de generosidad y cooperación para ayudar a crear situaciones de crecimiento y aprendizaje.	Los participantes aprenden a disciplinarse así mismos en pro de la dinámica y el equipo.			
	Los participantes demuestran preocupación por el compañero.			
Disminuir el perfeccionismo como forma de aliviar la autoexigencia desmesurada que una sociedad como la nuestra cultiva en los pequeños, quienes deben saber que tienen permiso para cometer errores y aprender de los mismos.	Los participantes aprenden a ver el error como un maestro y no algo a temer.			
	Los participantes se equivocan con mayor libertad y sin miedo.			
Buscar que los pequeños sean conscientes de lo que les ocurre y que puedan decidir qué camino desean recorrer en el futuro inmediato como seres humanos parte de una sociedad.	Los participantes aprenden a reconocer sus emociones.			
	Los participantes hacen conexiones entre lo vivido en el taller y lo que ocurre fuera del mismo.			
Proveer a los participantes de herramientas para comunicar de manera clara, a sus padres e interlocutores en general, lo que sienten y experimentan.	Los participantes aprenden a reconocer ciertos estados emocionales como la frustración.			
	Los participantes mejoran su capacidad de escuchar.			

- Evidencia de las fortalezas provenientes de la psicología positiva: La facilitadora secundaria es una especialista en psicología infantil que observa a los participantes y su desarrollo tomando nota de su evolución de los mismos en distintos aspectos relacionados a las fortalezas planteadas. Al final del taller, como parte del cierre, se le otorga un reconocimiento personalizado a cada participante resaltando las 2 principales fortalezas demostradas a lo largo del taller. Además, para futuras ediciones, incorporaremos el test psicológico EPI (validado para Perú) que mide el grado de perfeccionismo de los niños al empezar y terminar el taller. Esto permitirá conocer con mayor detalle la evolución de cada niño.

Cuadro 2.3 EPI (Escala de Perfeccionismo Infantil)

EPI

Las frases de este cuestionario muestran algunos pensamientos que pueden tener los chicos de tu edad.

- Si muchas veces se te ocurre lo que dice la frase, pon una cruz donde dice “lo pienso”
- Si lo piensa a veces, pon una cruz donde dice “lo pienso a veces”
- Si nunca piensa lo que dice la frase, pon una cruz donde dice “no lo pienso”

	LO PIENSO	LO PIENSO A VECES	NO LO PIENSO
1. Necesito ser el mejor	3	2	1
2. Tengo que ser el mejor alumno	3	2	1
3. Debo ganar siempre	3	2	1
4. No puedo cometer errores	3	2	1
5. Mis trabajos deben ser mejores que los demás	3	2	1
6. No debo perder cuando juego con mis amigos	3	2	1
7. Debo ser el mejor de la clase	3	2	1
8. Debo ser el primero en terminar las tareas	3	2	1

A continuación, encontrarás algunas reacciones que suelen tener los niños de tu edad **cuando las cosas les salen mal.**

- Si te pasa siempre lo que dice la frase, pon una cruz donde dice “sí”
- Si te pasa a veces, pon una cruz donde dice “la veces”
- Si nunca te pasa lo que dice la frase, pon una cruz donde dice “no”

	SÍ	A VECES	NO
9. Cuando pierdo me siento mal	3	2	1
10. Pienso mucho en las equivocaciones que tuve	3	2	1
11. Me siento muy mal cada vez que pierdo en algún juego o deporte	3	2	1
12. Me cuesta perdonarme cuando me equivoco	3	2	1
13. Me enojo cuando no logro lo que quiero	3	2	1
14. Me critico mucho a mi mismo	3	2	1
15. Me siento culpable cuando cometo algún error	3	2	1
16. Me insulto cada vez que cometo un error	3	2	1

Fuente: Tesis sobre Niveles de perfeccionismo en estudiantes de educación primaria de la institución educativa San Agustín del distrito de Puente Piedra, 2018 para la Universidad Inca Garcilaso De La Vega / Facultad: Psicología.

Elaboración: Oros, Laura Beatriz (2003) / Adaptación para Perú: Ventura, Jara, García y Ortiz (2018)

3.6 Integración de improvisación teatral, comunicación y psicología positiva

En el siguiente cuadro comparativo se encuentran alineados los objetivos de IVP, los contenidos del taller, las habilidades desarrolladas por la improvisación teatral y las fortalezas relacionadas de la psicología positiva.

Cuadro 3.3 Integración de conceptos

Objetivos Específicos	Contenidos	Habilidades IMPRO	Fortalezas Psicología Positiva	Competencia Específica
Generar un espacio que permita a los participantes ser ellos mismos y conocerse mejor por medio de la auto-mirada.	Decir sí Disfrutar el viaje	Aquí y Ahora	Amor por el Conocimiento Juicio / Pensamiento Crítico / Mentalidad abierta Picardía y Sentido del Humor Ingenio / Originalidad / Inteligencia Práctica / Perspicacia	Los niños estimulan su auto-mirada por medio de situaciones que reflejan el día a día.
Crear situaciones de crecimiento y aprendizaje por medio de la utilización de dinámicas de la improvisación teatral y su filosofía de generosidad y cooperación.	Despertar a los regalos No preparar Solo preséntate Empieza donde quieras Actúa ahora	Empatía y Generosidad Creatividad	Curiosidad / Interés por el Mundo Valor y Valentía Bondad y Generosidad Perdón y Clemencia Brío / Pasión / Entusiasmo Esperanza / Optimismo / Previsión	Los niños aprenden jugando en un entorno distinto al cotidiano.
Promover en los pequeños el permiso para cometer errores y aprender de los mismos de manera que puedan disminuir el perfeccionismo y aliviar la autoexigencia. Promover en los pequeños el permiso para cometer errores y aprender de	Comete errores por favor	Manejo del error	Inteligencia Social / Inteligencia Personal / Inteligencia Emocional Perspectiva Amar y Dejarse Amar	Los niños reconocen que todos se equivocan y que eso no es un problema.

los mismos de manera que puedan disminuir el perfeccionismo y aliviar la autoexigencia.				
Provocar en los pequeños consciencia de su entorno, de lo que les ocurre a ellos y en relación con los demás, para que puedan decidir como seres humanos parte de una sociedad.	Cuidarse los unos a los otros Poner atención	Trabajo en equipo	Integridad / Autenticidad / Honestidad Civismo / Deber / Trabajo en Equipo / Lealtad Gratitud Imparcialidad y Equidad Perseverancia / Laboriosidad / Diligencia	Los niños se reconocen a sí mismos y exponen cuestiones que se podrían mejorar en su trato con otros.
Proveer a los participantes de herramientas para comunicar de manera clara, a sus padres e interlocutores en general, lo que sienten y experimentan.	Poner atención Enfrenta los hechos	Juego como vehículo Escucha Activa Comunicación	Autocontrol Humildad y Modestia Prudencia / Discreción / Cautela	Los niños comunican con mayor claridad lo que les ocurre cuando tienen un problema.

Elaboración propia

4. LECCIONES APRENDIDAS

4.1. Logros y resultados

- **Cambios positivos en los niños y niñas como respuesta al taller:** Los padres de familia describieron el taller como un espacio que disfrutaban los participantes (sus hijos) y en el que aprenden consolidando aspectos de su personalidad y expandiendo sus habilidades socioemocionales. El abordaje de temas como el manejo del error y el trabajo en equipo, tiene un valor especial para ellos, ya que fomenta el desarrollo saludable de los jóvenes participantes. Esto significa que no solo los facilitadores somos testigos de los cambios experimentados por los niños, sino que esta realidad se generaliza también al contexto familiar en el hogar. En las entrevistas también se puede apreciar un aumento y mejora en la capacidad de comunicar sus experiencias.
- **Mejora de la relación entre el participante y el error:** Con el pasar de las sesiones, al intentar juegos nuevos, el miedo a equivocarse disminuyó gracias al constante reforzamiento de la concepción de la equivocación como un acto sin consecuencias negativas como castigos y facilitador de aprendizajes y diversión. De la misma manera, algunos padres mencionan que los mismos pequeños repetían esta idea fuera de clase a sus primos y amigos cuando jugaban.
- **Aumento de la cantidad de alumnos en cada edición del taller:** Cada año en el que se ha dado el taller ha coincidido con un incremento en la cantidad de participantes. Este aumento se debe, en buena medida, a la publicidad “boca a boca” realizada por los padres que apostaron por el taller desde el comienzo. Esto demuestra el interés por la propuesta por parte de los tomadores de decisiones.

- **Mejora de las habilidades de socialización de los participantes y la capacidad de expresarse con claridad:** Uno de los logros percibidos fue el descubrimiento de nuevas formas de expresión para los niños que inicialmente se identificaron como inhibidos, lo cual sucedió gracias al trato distinto que recibieron en este espacio. Las entrevistas a los padres revelan parte de esta verdad, ya que valoran el desenvolvimiento experimentado por los pequeños más reservados comentando que en este espacio desarrollan y conocen sus propias habilidades. De la misma manera, los testimonios de los participantes durante la muestra final frente a sus familiares y amigos son muestra de ese desenvolvimiento. En la muestra todos los niños tuvieron algo que compartir con el público sin que el miedo o la vergüenza los frenara.
- **Mejora en la capacidad comunicativa de los participantes:** En cuanto al aspecto comunicativo hay quienes expresan que sus pequeños llegaban a casa después de clase con algún tipo de comentario relativo al taller. Para los padres de familia, “*Impro Verano Positivo*” es un espacio donde sus hijos aprenden “desaprendiendo” mitos de su desarrollo temprano. Hemos observado mejoras respecto al deseo, voluntad y valor para salir de la zona de confort para experimentar y crecer en un ambiente de tolerancia que les ayuda a lidiar con la frustración. Esto mismo permitió que los participantes adquirieran herramientas de reflexión para razonar por sí mismos además de entender y comunicar lo que les está pasando.

4.2. Lecciones aprendidas

- I. La filosofía de cooperación de la *impro*, las fortalezas de la Psicología positiva para reflexionar sobre lo vivido y el entendimiento de la comunicación son un vehículo para potenciar las relaciones humanas. “*Impro Verano Positivo*” es un espacio de diversión y crecimiento personal donde los participantes son libres de expresarse en un ambiente seguro y libre de juicio para aprender de una forma

más armónica una serie de habilidades que les serán de gran utilidad en los años por venir.

- II. Cada niño es un universo y su capacidad de procesar ideas es asombrosa. Los facilitadores nos hemos visto sorprendidos por comentarios sobre la vida y reflexiones realmente maravillosas como la idea de que “perder también significa ganar”; es decir, obtienes aprendizaje y experiencia para poder enfrentar esos y otros desafíos en el futuro. La niña que compartió esta idea con nosotros logró poner en sus propias palabras lo que ella sentía que se llevaba como enseñanza para la vida. Semanas más tarde, la mamá de esta pequeña nos contactó para contarnos que ella estaba utilizando los aprendizajes del taller fuera del mismo cuando jugaba con sus primos en casa. Nos dijo que cuando uno de sus primos perdía y se lamentaba, ella le recordaba que el perder de alguna manera también es ganar. La *impro* construye puentes, abre temas de conversación y las puertas a una mejor forma de comunicar y enfrentar la vida. Como sociedad necesitamos decir lo que pensamos y sentimos de forma respetuosa y empática.
- III. En este proceso se reforzó la idea de que la interacción e interacción con los niños debe ser directa y franca, llena de mensajes claros libres de tonos juiciosos. Asimismo, a los niños se les enseña con el ejemplo, por lo que se tuvo que cuidar la congruencia entre las palabras y los actos.
- IV. Además, el dejar el día fuera de la sesión para no influenciar accidentalmente y de forma negativa a los pequeños fue un gran aprendizaje. Los niños tienen mucho que decir y necesitan ser escuchados por alguien que valide sus ideas y que no los haga sentir como incapaces o tontos. Por eso, antes de empezar, como facilitador se procura buscar un espacio para respirar y visualizar la sesión mientras se deja afuera lo que debe quedarse afuera. Este es un momento de comunicación intrapersonal que sirve para conectar con uno mismo y facilita una mejor relación con los participantes.
- V. Estoy convencido de que la improvisación teatral y su filosofía deberían ser incluidas en los procesos educativos, ya que plantean competencias que serían de

mucha utilidad en el entorno y ayudarían a generar cambios desde temprano y en paralelo a todo el proceso educativo. Indudablemente, esta acción tendría un impacto en la formación de una sociedad más abierta, cooperativa y comunicativa.

- VI.** Es vital no generar confusión en los mensajes, más aún cuando se trata de procesos comunicativos con niños. Durante las primeras sesiones de “*Impro Verano Positivo*” se cuidó el tipo de palabras que se debían usar con los pequeños y se decidió que forma de comunicarse con ellos no podía ser vertical. A los participantes no les gusta que los subestimen incluso en la forma de hablar. Al entablar comunicación con los participantes hay que dirigirse a ellos como si fueran adultos (sin perder energía en cuerpo y voz) y cuidando que las palabras empleadas sean comprendidas por todos. Cada vez que algún pequeño no entiende las instrucciones de una dinámica el facilitador las vuelve a explicar de forma clara y sin depositar juicio sobre el participante.
- VII.** Como ya se ha mencionado en líneas previas, si alguien no comprende una dinámica nunca se señala a esa persona como distraída o poco atenta, se hace referencia a que la dinámica no fue bien explicada por el facilitador y se vuelve a explicar. Así ven que el error es una posibilidad de crecimiento tanto para grandes como para pequeños.
- VIII.** Es importante preparar el espacio físico de trabajo de tal forma que se minimice la posibilidad de tener accidentes. Cubrir superficies puntiagudas o bordes peligrosos con espuma han sido algunas de las estrategias empleadas. Este cuidado se refuerza en los acuerdos verbales iniciales con la finalidad de evitar que los participantes se lastimen durante el juego. Esta consideración por el espacio se refleja en un mejor ambiente de trabajo en el que los pequeños son capaces de cuidar de ellos mismos y del espacio que les rodea.

- IX.** Hay días en los que se abren temas sin que estos estén planeados, es así como se aprendió a contener e incorporar dichos sucesos a los aprendizajes de cada sesión. Una vez apareció el tema de la muerte debido a que uno de los participantes había perdido recientemente a un familiar cercano, uno de los compañeros contó su experiencia y se generó una serie de preguntas por parte del resto del grupo; ante esta situación, las psicólogas del equipo y los facilitadores abrieron un espacio para reflexionar sobre dicha experiencia conectándola con lo vivido en el taller.
- X.** Un malentendido, o la valoración de una acción realizada por otro participante que se pueda interpretar como trampa, ha llevado al equipo de facilitación a generar espacios particulares donde se resuelve el conflicto haciéndoles ver todos los puntos de vista del incidente y generando un momento privado para las disculpas en caso de ser necesario. De esta manera, se descubrió que evitar la exposición de los pequeños frente a sus compañeros, tiene mejores resultados al minimizar el factor “vergüenza”. En una sesión de “*Impro Verano Positivo*” dos pequeños discutieron por una diferencia que tuvieron durante la realización de un juego, el participante menor se puso a llorar en el salón y señalaba a su compañero mayor como tramposo. Ante esta situación, se llevó la conversación fuera del espacio de juego para entender qué había pasado y para que ambos se comunicaran sin ser observados por el resto del grupo ya que así les sería más fácil recibir comentarios por parte de la psicóloga y el facilitador, los cuales siempre iban acompañados de calma y se encaminaron a encontrar terreno común para propiciar una reconciliación por medio de la disculpa y el perdón.
- XI.** Para los pequeños es importante que se les observe y reconozca. Al final del taller, en el diploma de participación entregado, se les felicita y agradece por ser como son y se mencionan dos características positivas y resaltantes de la personalidad de cada uno de ellos. Así, los participantes se sienten reconocidos y presentes. Cuando se implementó esto en “*Impro Verano Positivo*” se tuvieron respuestas bastante positivas por parte de los participantes y sus padres. Por medio de esta estrategia se ayuda a los pequeños a que se vean con mayor claridad a sí mismos, lo cual tiene un efecto positivo en su comunicación intrapersonal.

- XII.** Tenemos una política de “no papás en clase”. Les solicitamos a los padres y tutores que no estén presentes durante las sesiones para así darles más libertad de expresión e independencia a los participantes. En la primera edición de “*Impro Verano Positivo*” se hizo una excepción en este tema y los resultados no fueron los ideales hasta que le pedimos a ese papá que mejor le diera el espacio a su pequeña. Ya que los facilitadores se ponen en el lugar de autoridad tradicional, más bien se busca generar una relación horizontal basada en la comprensión y la empatía. La muestra final es un espacio donde los participantes pueden compartir lo vivido y aprendido con sus padres a modo de demostración y de forma segura. Para este momento el grupo ya se encuentra preparado para la mirada externa.
- XIII.** Para fomentar una posible evolución de IVP se ha pensado en presentar el proyecto al Ministerio de Educación o alguna ONG cuyos objetivos estén enfocados al trabajo con niños y adolescentes en pro de su desarrollo.
- XIV.** Las lecciones aprendidas se relacionan a los objetivos planteados en el taller. Por ejemplo:
- El Objetivo #3 de IVP es generar un espacio de exploración que busca ofrecer a los participantes la posibilidad de tener un lugar seguro y libre de juicio donde pueden ser ellos mismos y conocerse un poco mejor por medio del ejercicio de la auto-mirada. Este objetivo se encuentra alineado con las lecciones aprendidas III y IV descritas líneas arriba en las cuales se plantea el tipo ideal de interacción entre facilitadores y participantes.
- XV.** A continuación, se señala, de forma muy breve, algunos de los obstáculos presentados por los niños al inicio del taller.
- La socialización entre participantes puede ser algo complicada y habría que buscar mecanismos para empezar al romper el hielo desde la llegada misma del participante al espacio de juego.

- La mayoría de niños presenta miedo al fracaso y a la llamada de atención típica de la educación tradicional.
- Muchos participantes llegan con ganas de vencer por sobre todas las cosas a los demás participantes en la dinámica que sea.
- Por último, puede no haber mucha empatía inicialmente ya que muchos de los pequeños han sido acostumbrados a pensar en sí mismos primero.

XVI. Finalmente, se plantean algunas consideraciones para los docentes que deseen emprender un proyecto similar:

- No subestimar a los participantes.
- La autoridad no puede ser vertical. El respeto y atención hay que ganarlos-
- Ser improvisador es muy importante para los facilitadores.
- Como parte del equipo se requiere un comunicador con experiencia en manejo de grupos y dinámicas de juego.
- El facilitador secundario debe ser un psicólogo con experiencia en psicología positiva.

REFERENCIAS

- Johnstone, K. (1990). *Impro: improvisación y el teatro*. Santiago de Chile: Editorial Cuatro Vientos.
- Lertora, J. (2016). *¡Habla!* Lima Perú: Editorial Aguilar.
- Ryan, P. (2005). *La sabiduría de la improvisación*. México: Editorial Teatrika.
- Sebastián, C. (2001). *La comunicación emocional*. España: Esic Editorial.
- Seligman, M. (2011). *La auténtica felicidad*. Barcelona: Ediciones B S.A.
- Spolin, V. (1963). *Improvisation for the theater* [Improvisación para el teatro]. Estados Unidos: Martino Fine Books
- Verderber, R. (2009). *¡Comunícate!* España: Cengage Learning Editores.
- Villarreal, A. (2011). El nuevo humanismo y la comunicación. *Revista Humanidades*(1) <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4920536>
- Watzlawick, P. (1984). *El arte de amargarse la vida*. Barcelona: Herder Editorial.
- Watzlawick, P. (2011). *No es posible no comunicar*. Barcelona: Herder Editorial.
- Curahua Guillén, K. (2018). Tesis: *Niveles de perfeccionismo en estudiantes de educación primaria de la institución educativa San Agustín del distrito de Puente Piedra*. Universidad Inca Garcilaso De La Vega.

ANEXOS

Anexo 1: Entrevistas padres y madres de familia.

1. Entrevista a Mamá y Papá de dos hermanos que tomaron el taller juntos:

¿Qué les ha parecido la experiencia de “Impro Verano Positivo”?

Papá: Bueno, en general, me ha parecido linda. Por algo hemos repetido... ¿cuántas veces?

Mamá: 4 veces con mi hijo mayor y 3 con el menor.

Papá: Ya, bueno...entonces definitivamente sí lo hemos repetido tantas veces es porque hemos visto cambios en los chicos y, aparte, que lo disfrutaran mucho. Bueno, eso.

Mamá: Personalmente he visto cómo cada verano, a pesar de que han vuelto a venir y han vuelto a venir, cada verano he visto cómo se han ido consolidando aspectos súper saludables de su personalidad en ellos como el manejo del error, la naturalización del error, el tomarlo como un maestro, como una oportunidad de aprendizaje y crecimiento, el trabajar en equipo...o sea, yo he podido observar cómo a lo largo del proceso de varios años en los que ellos vienen a “IVP” han ido expandiendo, por decirlo así, sus habilidades socioemocionales y para mí eso tiene un valor... es un valor que no se puede calcular. Estamos muy agradecidos.

¿Recomendarían “Impro Verano Positivo”?

Mamá: Absolutamente.

Papá: ¡Sí! Definitivamente.

Mamá: Absolutamente y la verdad que yo siempre lo recomiendo.

Papá: De hecho, lo hemos recomendado, ¿no?

Mamá: Sí y siempre lo recomendamos porque creemos que es una experiencia que realmente aporta de manera muy positiva al desarrollo saludable de niños, niñas y adolescentes.

2. Entrevista a Papá de otros dos hermanos que tomaron el taller:

¿Qué te ha parecido la experiencia de “Impro Verano Positivo”?

Papá: Bueno, la experiencia, sobre todo por cómo empezaron y ahora están acabando (es una experiencia de un año anterior en que también han estado) realmente el crecimiento que han tenido al nivel de su personalidad, de su temperamento, el desenvolvimiento que están teniendo y han tenido es muy bueno. Eh... mis 2 hijos eran bastante reservados, digámoslo así, donde la evolución propiamente dicha del desarrollo del taller, de las cosas nuevas, del incentivo que han tenido en el propio taller para desarrollar sus habilidades, conocer sus habilidades, realmente lo evidenciamos en todo el año pasado que tomaron el primer taller y lo que va de este segundo taller, ¿no? Es muy bueno, lo recomiendo bastante y los ayuda mucho a ellos.

3. Entrevista a Mamá y Papá de niño H:

¿Qué les ha parecido la experiencia de “Impro Verano Positivo”?

Papá: Bueno, creemos que es un proceso que ha impactado positivamente en Habib. Él llegaba a la casa muy feliz, contento, con ganas de ir. Se ponía triste cuando no había *impro* entre semana a diferencia de otros tipos de talleres más rígidos, más como que cuadriculado... acá se sentía con mucha libertad y, más que todo, se notaba un cambio positivo en él. Reflexionaba mucho sobre las cosas, ¿no?

Mamá: Sí, súper bien porque al final lo que vimos de cambio durante todo el proceso es que después de cada clase llegaba con algún comentario, ¿no? Nos comentaba: “sabes que hoy hice en *impro*, no sé, este juego” ... yo no entendía mucho qué era como hablar cosas medio “sin sentido” que le hacían reflexionar al mismo tiempo. Esto para mí fue como un aprender desaprendiendo algunas

cosas que uno tiene en la cabeza que son más estructuradas. Entonces, ¡eso fue lindo! Este...y un día me salió con el tema de: “Mami: aprendí que es salirse de la zona de confort”. Entonces veníamos trabajando con Habib el tema de tolerancia, de que no tiene que enojarse o ponerse tan mal...

Papá: Con eso de frustraciones... ¿no?

Mamá: Que no se frustre tanto, ¿no? Entonces lo que hemos visto después de todas estas semanas es que él lo está manejando mejor y a respuesta de eso, o sea, él nos dice: “no, es algo sin importancia” ...entonces, sí, digamos... está entrando en esa zona medio conflictiva e inmediatamente razona y se acuerda y es como que regresa a ese estado de tranquilidad ¿no? y reflexiona. Creo que eso es un valor, pero, o sea, no te puedo explicar todo lo que nos sentimos de agradecidos y de bendecidos de haber encontrado este espacio donde él pueda sentirse también libre de expresarse y acogido de cierta manera para aprender de una forma más armónica.

Papá: Más lúdica también.

Mamá: Sí.

Papá: Importante también la edad en que lo hacen... 10 años que ya está entrando en la pre-adolescencia y eso que tu decías del tema de la tolerancia es muy importante a esta edad. Él se encuentra con amigos que son totalmente disímiles entre sí, muy diferentes y el saber manejar eso aporta a su vida. Agradecerles a Jose, a Pali y a Vivi por todo el compromiso que le han puesto ya que son gente profesional que tiene mucha pasión por lo que hacen y ahí se marca la diferencia.

Mamá: Sí, muchas gracias.

¿Recomendarían “Impro Verano Positivo”?

Papá y Mamá: Claro que sí.

¿Algo que agregar?

Mamá: Mi hijo entró en su (taller) vacacional y él decía: “no quiero nada porque estoy cansado de los talleres”. La verdad que después, al verlo que está tan contento y feliz y que me hablaba de la zona de confort como un reto para él y ver su comportamiento como ha ido evolucionando en este poco tiempo en verdad

que, para mí, también ha sido una buena experiencia el aprender por medio de mi hijo y junto con ustedes. En verdad muchas gracias. Yo estoy muy apenada porque quisiera que continúe todo el año, pero estamos pendientes de cuando abran un nuevo taller. Por supuesto, ahí estaremos. Así que, gracias por todo.

Anexo 2: Entrevistas a niños y niñas

Niño A: No siempre voy a conseguir lo que quiero, debo trabajar en mi paciencia y tolerancia.

Niño B: He aprendido a respetar, a ceder y a colaborar con los compañeros si necesitan ayuda. Si ganas, ganas y si pierdes, ganas experiencia.

Niño C: En este taller aprendí a tratar con diferentes tipos de personas, juegos nuevos y ahora tengo más amigos.

Niña D: Yo aprendí a respetar a los demás, a no enojarme cuando pierdo y disfrutar. Si tus amigos se alegran por ganar, también se deben alegrar por perder porque si ganas ¿qué ganas ganando? y si pierdes ¿qué pierdes perdiendo? Y nunca debes enojarte cuando pierdes ya que solo es una experiencia.

Niño E: En este taller he aprendido muchos juegos, a respetar a todos y también aprender que cuando pierdes no es necesario ponerse triste. No es que vaya a pasar nada, solo es que pierdes y no pasa nada. Al final te divertiste y estás feliz.

Niña F: He aprendido a no estar todo el tiempo queriendo ganar; porque si ganas, aprendes. No es que pierdas. También aprendí a ceder.

Niño G: He aprendido a ceder y a darle oportunidad a otros. Perder no es malo, ni ganar. Ganando, ganas experiencia en el juego.

Niño H: He hecho muchos más amigos de los que tengo. También he aprendido a no enojarme por todo. A veces me estreso, como todo el mundo, porque no gané. Al final todos ganan en el juego. Como dijo una compañera: tú ganas experiencia. Si tú ganas una copa o una medalla, ¿es bueno para ti? Sí, pero eso es una cosa material que solo te sirve para exhibir. Lo importante no es perder o ganar, sino divertirse.

