

**PERFORMANCE Y EMOCIONES: UN VIAJE HACIA EL INTERIOR DEL CUERPO ACTORAL
DEL GRUPO DE TEATRO “LA PARLA”**

**PERFORMANCE AND EMOTIONS: A JOURNEY TOWARDS INNER EXPERIENCE ON
ACTORAL BODY OF LA PARLA THEATER FELLOWSHIP**

Lizbeth Evelin Bedoya Zapata¹

Cristina Restrepo Duque²

Diana Carolina Rivera Ferro³

María Elena Suárez Orozco⁴

Daniel Esteban Cardona Lema⁵

Universidad Católica Luis Amigó

¹ Psicóloga en formación. Universidad Católica Luis Amigó. lizbeth.bedoyaza@amigo.edu.co

² Psicóloga en formación. Universidad Católica Luis Amigó. cristina.restrepo@amigo.edu.co

³ Psicóloga en formación. Universidad Católica Luis Amigó. diana.riverafe@amigo.edu.co

⁴ Psicóloga en formación. Universidad Católica Luis Amigó. maria.suarezor@amigo.edu.co

⁵ Docente investigador. Universidad Católica Luis Amigó. daniel.cardonale@amigo.edu.co

RESUMEN

Este estudio explora la intersección entre el performance y las emociones dentro del grupo de teatro “La Parla” en Medellín, Colombia. A través del análisis de las experiencias vividas por los actores del grupo de teatro, la investigación busca comprender cómo los procesos emocionales durante la representación teatral contribuyen a transformaciones significativas en el ámbito personal y social. Utilizando un diseño cualitativo basado en la fenomenología hermenéutica, el estudio indaga en las emociones encarnadas por los actores de La Parla, quienes desarrollan un modelo de teatro participativo centrado en temas contemporáneos alusivos a la violencia vivida en el país y su resignificación. Así, el teatro se configura como un espacio terapéutico comunitario, que promueve el empoderamiento personal y la reconstrucción de lazos sociales. Esta investigación subraya el potencial del teatro como una herramienta terapéutica no hegemónica para mejorar el bienestar emocional y fomentar la transformación social en comunidades marginadas.

Palabras clave: teatro comunitario, arte performativo, restauración social, terapia expresiva.

ABSTRACT

This study explores the intersection between performance and emotions within the theater group “La Parla” in Medellín, Colombia. Through the analysis of the experiences lived by the actors of the theater group, the research seeks to understand how the emotional processes during the theatrical performance contribute to significant transformations in the personal and social sphere. Using a qualitative design based on hermeneutic phenomenology, the study investigates the emotions embodied by the actors of La Parla, who develop a participatory theater model focused on contemporary themes alluding to the violence experienced in the country and its resignification. Thus, the theater is configured as a community therapeutic space, which promotes personal empowerment and the reconstruction of social ties. This research highlights the potential of theater as a non-hegemonic therapeutic tool to improve emotional well-being and foster social transformation in marginalized communities.

Keywords: community theater, performative art, social restoration, expressive therapy.

INTRODUCCIÓN

La exploración emocional del ser humano como un ser integral, inmerso en un entramado experiencial que influye tanto en su desarrollo personal como en su interacción con el contexto social, constituye un tema de interés en diversos ámbitos, incluidos el arte escénico y la psicología. La investigación propuesta busca comprender cómo se integran y se experimentan estas emociones y cómo a estas experiencias les es atribuido un significado por participantes del grupo de teatro La Parla.

El cuerpo actoral del grupo de teatro la Parla (Corporación La Parlacha: despertando conciencia social para el desarrollo comunitario), inicialmente se estableció en el año 2019 en el barrio 20 de Julio comuna 13 de Medellín, por un grupo de amigos. Este Grupo se caracteriza por que su forma de ejercer el teatro está cimentada fuertemente sobre un propósito creativo que se anuda a las realidades sociales de zonas vulnerables de Medellín. Inicialmente se estableció como un colectivo, en el año 2019 en el barrio 20 de Julio comuna 13 de Medellín, por un grupo de amigos, hasta constituir la actual Corporación. La Parla basa sus puestas en escena sobre temáticas sociales vigentes como la justicia restaurativa, la memoria y la paz, haciendo uso de diferentes métodos dramáticos y performativos. Construye su práctica alrededor de los hechos dolorosos vividos en los barrios de la ciudad, lugares vulnerables que han sido permeados por la violencia y los conflictos armados del contexto sociopolítico del país. El grupo adopta como eslogan “Despertando conciencia social para el desarrollo comunitario”.

En lo que respecta a su relación con las comunidades donde existe conflicto, La Parla se acerca a aquellos ya involucrados en bandas delictivas o grupos armados, ofreciendo programas de teatro que no solo incluyen actuación, sino también diversas expresiones artísticas, con el fin de redirigir las habilidades de los jóvenes hacia actividades no violentas. También ofrecen formación de escuela (dirección estudiantil). Su metodología se basa en una educación popular gratuita y horizontal, llevada a cabo no sólo en su espacio o teatros de la ciudad sino también en espacios de comunidades vulneradas. Este proceso transforma a aquellos directamente involucrados en la guerra y también a quienes deciden dar voz y cuerpo a estas historias.

A raíz de esto, surge la pregunta ¿Cómo el performance y las emociones se vinculan para construir experiencias significativas en el cuerpo de actores del grupo de teatro “La

Parla"? Esta pregunta se canaliza a partir de la exploración de las experiencias profundas y transformadoras que se viven en la actividad del Grupo.

Esta investigación busca conocer cómo las emociones se vinculan a través del proceso performativo para construir experiencias significativas en el cuerpo actoral del grupo de teatro "La Parla"; quienes, por medio del teatro y las artes escénicas, han logrado llevar estas experiencias a un reconocimiento y resignificación, permitiéndole a los participantes comprender estos hechos de una manera distinta. Tal como lo afirma Blair (2004), "el teatro ritual tiene como destinatario al hombre vivo, y como función fundamental curar, prevenir y aminorar la incertidumbre tanto individual como colectiva de los seres humanos optimizando una mejor relación con sus semejantes y con la sociedad en la que viven"

Considerando la historia y propósitos de La Parla, este objetivo de investigación en torno al performance y emociones requiere la aclaración de tres terminologías clave que son transversales para este estudio.

En primer lugar, el *performance*. Esta es una expresión artística que surge en la década de 1970 que buscó transgredir los conceptos y materiales tradicionales a través del trabajo de los artistas con sus propios cuerpos. El performance, como forma de expresión artística, representa un espacio fundamental para la autoexploración y manifestación de emociones, así como para la construcción de experiencias que trascienden lo estético, puesto que reconectan a quien lo practica con las zonas "prohibidas" de su psique y su cuerpo y canaliza una búsqueda de equilibrio emocional (Couto y Castro Fernández, 2022). Comúnmente conocida como *arte acción*, aparece entrelazada a la práctica del teatro, aunque se diferencia de él en la des-jerarquización de sus elementos clásicos y el reordenamiento perceptivo de las obras (Villalobos Herrera, 2018). En el contexto teatral, el performance no solo implica la representación de un texto, sino que también abarca la expresión de emociones que conectan al actor con su personaje y con el público.

En segundo lugar, las emociones. Aunque las emociones son un concepto con una divergencia teórica importante en psicología y ciencias sociales, hay un consenso según el cual estas tienen una conexión profunda con la cognición, funcionando como marcos interpretativos que dependen de las circunstancias culturales y biográficas de las personas y colectividades (Feldman Barret, 2017). Las emociones ocupan un lugar central en el performance, puesto que este surge como una actividad profundamente introspectiva y emocional.

La emoción como un comportamiento es en este sentido pura expresividad, visibilidad, de la cual puedo dar testimonio por los gestos corporales habitados por la emoción. Así, el acceso al comportamiento emotivo no está mediado por una operación intelectual, ni implica un razonamiento por analogía o tampoco una deducción, si no, más bien, la captación de “una manera de tratar al mundo” (Battán Horenstein, 2021, p.224).

En tercer lugar, cuando se habla de *experiencias significativas* desde la perspectiva de la psicología se refiere a eventos o situaciones que tienen un impacto profundo y duradero en la vida de una persona, contribuyendo al desarrollo personal, el bienestar emocional y el sentido de significado y propósito. La psicología humanista ha investigado ampliamente el concepto de experiencias significativas y su papel en la felicidad y el florecimiento humano. Se centra en el potencial humano y la capacidad de los individuos para crecer y desarrollarse, resaltando la importancia del individuo, la capacidad de crecimiento y autorrealización, y el papel fundamental de las emociones en la experiencia humana (Riveros Aedo, 2014).

Ahora bien, considerando lo anterior, el presente estudio se cimenta sobre el estado del conocimiento en torno al teatro, los correlatos subjetivos de participar en él, y la forma como éste participa en la construcción de la salud mental. Hasta cierto punto, en este estudio se entiende la salud mental desde una perspectiva abierta que no parte del modelo salud-enfermedad, sino que comprende una perspectiva *psicosocial* en la que se comprenden los modos endógenos en que las comunidades construyen experiencias de salud mental, simbolizando y resignificando los acontecimientos dolorosos (Hernández-Holguín, 2020). La pertinencia de estos supuestos teóricos radica en que permiten comprender la relación entre práctica escénica y salud mental, puesto que entiende a los seres humanos como constructores activos de su bienestar, y visibiliza los aspectos simbólicos y relacionales sobre los que el teatro actúa.

En general, se ha descubierto que los profesionales de artes escénicas tienen una comprensión sobre salud mental y sufrimiento psíquico alejado de las teorías psicológicas pero que participa de una cultura en torno a la psicología, es decir, una adopción de los conceptos psicológicos que hacen suyo en términos de su práctica artística. Esto se clarifica desde los hallazgos cualitativos de Troya Báez (2019), encontrando que los trabajadores del teatro conciben el sufrimiento psíquico como una imposibilidad de adaptación al entorno, que puede

aliviarse a través de las técnicas narrativas, sumado a que puede fortalecer las dinámicas grupales, la espontaneidad y la creatividad.

Así, se pueden encontrar intervenciones que utilizan el teatro como una técnica, o como un componente fundamental para la producción activa de la salud mental. La investigación realizada por Hernández-Holguín et al. (2023a) muestra la manera en que actividades de *teatro-pedagogía* pueden ser útiles para movilizar significados de sanación, cuerpo, juego, movimiento y simbolización en relación con salud mental. Esto también se encuentra en Couto y Castro Fernández (2022) que muestran que el uso del performance para incrementar el bienestar psicosocial apoya la liberación emocional de las personas, que lo tornan un proceso a la vez creador y catártico. La investigación documental de Recasens et al (2022) también muestra la efectividad de los programas basados en teatro para el desarrollo de habilidades sociales y favorecer la inclusión educativa.

El caso más afín a esta investigación se puede encontrar en el abordaje de la resignificación de ser víctima de violencia y desplazamiento en el estudio de Díaz Alzate y Yepes Bustamante (2020) en que se examina la experiencia de participantes de funciones del grupo de teatro Las Peregrinas, muy similar al caso de La Parla. En esta investigación, el cuerpo juega un papel fundamental puesto que es la fuente de sufrimiento expresado en dolor, humillación, vergüenza, puesto que alberga las cicatrices de la violencia sexual, pero a la vez es significado como un cuerpo que se cura y se repone, se regenera y fortalece, y se constituye en territorio de lo opuesto, de paz. Esto es visibilizado a través del arte, dado que éste permite la expresión de sentimientos, emociones y vivencias, su comunicación a otros, y la transformación de la relación con el cuerpo, como se presenta en esta afirmación: “Por medio del arte los cuerpos se muestran, hablan y en aquello que dicen acontece una acción política, porque la mujer se otorga a través de su cuerpo, un lugar en lo público” (Díaz Alzate y Yepes Bustamante, 2020 p. 144).

Por tal motivo, es importante la investigación acerca de las experiencias dramatúrgicas y las emociones que allí se generan, ya que esta interrelación permite una comprensión más integral de la influencia emocional en la creación artística; además, el potencial de enriquecer la práctica terapéutica, permitiendo la utilización de técnicas teatrales para facilitar la expresión emocional y el desarrollo personal en diversos contextos clínicos y educativos.

METODOLOGÍA

Tipo de investigación y enfoque

Como se expuso anteriormente, la pregunta de investigación apunta por la construcción de un conocimiento descriptivo. Esto se encuentra dentro de las *descripciones cualitativas*, las cuales son preguntas por la naturaleza de los fenómenos y los significados y prácticas que ocurren en las experiencias vividas (Crabtree y Miller, 2023). Esto ubica operativamente esta investigación dentro de la investigación cualitativa, desde el cual se utilizan procedimientos que facilitan y sistematizan un análisis profundo de las experiencias subjetivas de los actores durante el proceso de actuación y una interpretación intersubjetiva de su significado (Galeano, 2018).

La corriente de investigación cualitativa escogida fue la fenomenología hermenéutica, la cual tiene como unidad de análisis el proceso mediante el cual las vivencias, intrínsecamente sensoriales, se transforman y racionalizan en experiencias en el marco de un *estar ahí* y *ser ahí*, que solidifican el modo en el cual los acontecimientos aparecen ante los participantes que actúan activamente en ellos, formando prácticas, memorias, identidades, explicaciones y representaciones (Van Manen, 2016). Este enfoque se escoge debido al énfasis que tiene sobre las emociones y sobre la sensorialidad, que es uno de los focos del análisis fenomenológico desde la línea de la fenomenología de la percepción de Merleau Ponty (1957). Igualmente, tiene una gran afinidad hacia una interpretación humanista de las experiencias aquí descritas desde las perspectivas de los mismos participantes por encima de constreñimientos teóricos hegemónicos (Riveros Aedo, 2014).

Inmersión, recolección de datos y análisis

El proceso de inmersión a la realidad del Grupo La Parla se realizó mediante contacto directo, invitándoles a participar en la investigación en torno a efectos terapéuticos del teatro (que fue la propuesta inicial de esta investigación). En cuanto a la recolección de datos, esta buscó explorar el mundo experiencial de los actores, donde se les invitó a compartir sus vivencias emocionales durante las distintas etapas del performance. Esto se realizó a través de entrevistas semiestructuradas y observación no participante durante los ensayos y presentaciones.

El modo de análisis se realizó a partir de la tradición de la fenomenología hermenéutica, esto es, una primera etapa de reconocimiento y descripción de la experiencia vivida de los participantes buscando aquellos aspectos esenciales en los que racionalizan y sienten su práctica (momento fenomenológico), y un segundo momento en el que se escogen interpretaciones teóricas que permitan expandir y contextualizar mejor estos significados (momento hermenéutico) (Van Manen, 2016). Se promueve un diálogo interpretativo entre los investigadores y los propios actores, permitiendo una comprensión más profunda y contextualizada de las experiencias emocionales en el contexto del performance teatral. Este enfoque cualitativo y fenomenológico permite capturar la riqueza y la complejidad de las vivencias emocionales de los actores, así como su impacto en la calidad y autenticidad de su trabajo artístico.

En el procedimiento de análisis se realizó de manera tradicional apoyado con matrices de análisis. Se empleó un primer sistema categorial que radicaba en una categoría principal: Salud Mental, que a su vez contenía las subcategorías de análisis Emociones, Experiencias significativas y Transformación social. Estas serán las subcategorías que se analizarán en el presente artículo.

ANÁLISIS DE RESULTADOS

Salud mental y emociones que emergen en el cuerpo actoral

La primera categoría, que hace referencia a la experiencia de las *emociones*, y que, desde un punto de vista analítico, se puede considerar la base de las dos categorías siguientes. Tanto el teatro como los procesos relacionados con la salud mental involucran el objetivar las emociones, es decir, llevarlas a entidades que se observan, que se intervienen, que buscan comprenderse, hacer que éstas pasen de mera vivencia a una experiencia. Se significa el trabajo como una actividad que trabaja *sobre* las emociones, dado que estas tienen un carácter epistémico, es decir, son comprendidas como formas para conocer el mundo priorizando sobre la búsqueda interna:

Aquí no se hace teatro para apreciar. El teatro de La Parla es para sentir, y desde ahí se gesta la posibilidad de que ese sentir sea desde una búsqueda interna (V2 26:22)

Aquí, el contexto de lo que ha expresado el participante responde a las preguntas que se realizaron con respecto a la relación entre el teatro y la salud mental. Esto suele estar acompañado de la idea de “estudiar teatro para no enloquecerse” (MT- 40:12), que aunque el “enloquecerse” es visto como una palabra genérica, tiene como significado que el teatro aporta un relacionamiento con las emociones que los participantes consideran una permanente búsqueda interna, un proceso de autoconocimiento.

Las emociones no sólo son parte del significado, sino que también hacia ellas se elaboran significados, y esta elaboración forma parte de la performatividad de las obras teatrales de La Parla. El subtexto que está de fondo en la forma en que los actores ven las emociones es que la actividad teatral incita una mayor conciencia de las emociones experimentadas e intensifica el aporte de éstas a la construcción de una visión de mundo que otros oficios, siendo algo característico del rol de actor de teatro, generando permanentemente un impulso para su exploración y espacios para su expresión. Los actores vuelcan su propia historia con sus emociones en la composición y puesta en escena de las obras: .

En los distintos montajes, números, eh si empiezo a trabajar cosas complejas, por ejemplo, en yo en esta específica, la tristeza creería que la la tristeza, pero no una tristeza como una tristeza pesada, sino como un duelo, sí como una, una melancolía, pero una melancolía como de saber que algo está finalizando. Me ha acompañado mucho, mucho, mucho, mucho en esta obra (G1-39:45).

En sí, las actividades artísticas pueden incluirse dentro de los trabajos emocionales. Trabajo emocional es un término que se usa para denotar el proceso autorregulatorio sobre las propias experiencias emocionales en función de una norma social sobre ellas y de un tercero (llámese audiencia, cliente, seguidores, etc.), en la medida en que el sujeto percibe y acepta unas directrices atribuidas hacia su rol que incluyen aquellas que deben ser expresadas o sentidas por quien lo ejerce, para poder surtir un efecto sobre las emociones este tercero (Gracia et al., 2014). Dentro este concepto, se pueden diferenciar dos tipos de trabajo emocional: usar las expresiones corporales y faciales para simular sentir aquello que su rol social requiere (actuación superficial), o inducirse una experiencia emocional auténtica consonante con ese rol (actuación profunda) (Grandey, 2000; Hochschild, 1979).

Así, el *tercero* como un destino del trabajo emocional y que cataliza y justifica esta objetivación de las propias emociones se produce dentro de una relación siempre presente con una audiencia, con *el otro*. Esta representación de complementariedad entre la vida interior del

actor y la construcción imaginada que se realiza sobre el espectador lo ubica dentro de los procesos de actuación profunda en el trabajo emocional. El encarnar unas emociones no obedece sólo a la expectativa puesta sobre el actor, sino que también es una objetivación de las emociones que actúa como una ventana para la propia expresión:

Cuando alimentas un performance con tus emociones, genera espejo, genera la capacidad de que otros y otras se encuentren en lo que tú estás ahí en el performance presentando. Entonces en nuestros integrantes, particularmente, ellos han encontrado en el performance. Es un territorio seguro para sus emociones, una voz para sus emociones y para mantenerse vivos ahí, o sea, como para no morir en el intento, sino para proteger la vida (Mt 1:10).

El testimonio sugiere que la idea del espejo se encuentra muy presente en los testimonios de Mt. Mt desarrolla más tarde en la entrevista esta idea del espejo como un modo de comprender la relación complementaria que existe entre las emociones del actor y las emociones de la audiencia[1]. El actor lo convierte en un verbo, el verbo “espejar” que muestra que esa complementariedad está anudada a un proceso de identificación, de que el actor previamente ha realizado un trabajo interior de explorarse, de expresarse y de articular unas experiencias, de manera que los espectadores se conectan por medio de verse aludidos en sus historias personales y memorias emociones:

Hay un verbo muy bello que se llama espejar. No sé si lo habían escuchado. El verbo espejar, que es que yo me veo en vos ¿cierto? Mis ojos no son ojos sin tus ojos. O sea, para yo verme te necesito a vos. Entonces uno cree que lo que le está pasando es muy duro para uno solo. Pero cuando se arma de valor y lo pone en escena, todo un auditorio comienza a espejar su vida con lo que tú estás presentando y en ese espejo convivial entre el espectador y los actores es que se le permite al espectador conectarse con lo que está pasando y decir “es que yo también, es que yo viví, es que yo sentí, es que...y le rebota. Mi proyecto en el otro (Mt - 50:03).

En sí, la relación entre la salud mental y las emociones es entendida por los actores desde el punto de vista de un trabajo activo sobre sus propias experiencias emocionales, del cual depende el poder intervenir sobre las de otras personas, tanto los espectadores como otras modalidades. Aquí se produce una clase de trabajo emocional marcado por una actuación profunda, en la cual se entiende que la transformación interior que el actor experimenta tiene que ver con la transformación social que se produce en la comunidad, a partir de los modos en que las experiencias emocionales nuevas reorganizan la experiencia y contribuyen a modificar formas de ver y de pensar.

Experiencias significativas a través del teatro

La categoría de *experiencias significativas* permite describir lo que los participantes relatan como una experiencia de transformación personal, considerando el lugar que el teatro tiene dentro de la articulación y elaboración constante de la propia biografía. Lo que sucede aquí se fundamenta sobre la categoría anterior, sobre los significados encontrados alrededor de la experiencia de las emociones.

Esto significa que el trabajo con las emociones no implica únicamente una forma de presentarse frente al otro, sino que funciona como una construcción de predisposiciones para la relación entre el mismo actor y sus propias experiencias emocionales. Es decir, una reconstrucción de sus formas de responder emocionalmente ante los acontecimientos que también es interpretada en el marco de una continuidad biográfica:

El aquí y el ahora, el teatro es mucho de eso. Esas herramientas que se usan en escena me sirvieron luego para, por ejemplo, en el metro, sentir un ataque de ansiedad horrible y recordar respirar. Pensar que estoy en escena, entonces ¿qué tengo que hacer?, tengo una presencia corporal, tengo que mirar qué hay a mi alrededor. Lo que veo, nombrarlo. U todas esas herramientas que el teatro finalmente y la posibilidad de hacer arte permite. Afrontar la vida de una manera distinta (V2 13:43)

El teatro es eso, cómo resignificar la vida, plantear otra posibilidad desde lo que uno siente (V2 17:49).

Así, dentro de los significados elaborados por los actores de La Parla, una de las razones por las cuales el teatro “funciona” para las comunidades es justamente porque funciona para el mismo actor, considerando la relación profunda que tienen las emociones con la perspectiva de la realidad y la vida propia, y considerando que la actividad teatral incita un relacionamiento profundo con las propias emociones.

Esto también está relacionado con la construcción de la salud mental, puesto que, si bien no se trata de un proceso auditado o supervisado desde la práctica psicológica, se encuentran elementos que se ven relacionados con varias metas terapéuticas que se atribuyen a la psicoterapia como el cambio cognitivo, la mejora del bienestar emocional percibido, o el empleo funcional de mecanismos de afrontamiento o el aumento de la flexibilidad psicológica, entre otros indicadores de avance (Krause et al., 2006).

Transformación social

En el marco de esta investigación, la subcategoría transformación social constituyó el principal emergente, cimentado también sobre las dos subcategorías anteriores. Desde un punto de vista general, el teatro permite la conexión entre las personas, facilitando un proceso de transformación personal y comunitaria, donde el arte es visto como una herramienta poderosa para reparar y sanar.

El elemento que nos lleva a conectar los significados de transformación social con las experiencias significativas es el modo en que los impactos observados por los actores, los cuales son diversos y referidos siempre a la conexión entre unos efectos sobre las personas, y una interpretación de esta actividad en la biografía personal de los actores. Esto, señala una relación no sólo diádica entre performance y emociones o emociones y biografía personal, sino una relación entre sí mismo, los demás y el territorio:

La Parla te hace las preguntas necesarias para tu encontrar respuestas [...] esas preguntas me llevaron a generar acciones desde el teatro, claro, y desde ahí encontrar respuestas a muchas cosas, por ejemplo, como quiero hacer mi trabajo comunitario, como me quiero proyectar a los territorios, para que soy buena también, mejora la relación con uno, con los demás y con el territorio (V2 7:13).

Esta transformación social es, primeramente, una transformación individual que se desarrolla sobre las personas específicas sobre las cuales la compañía teatral tiene influencia directa, en especial por medio de la enseñanza del teatro. El grupo de teatro La Parla no sólo realiza funciones para las comunidades, sino que la participación de los espectadores pasa a un nivel distinto, dado que también ofrecen una escuela gratuita para diversas disciplinas teatrales entre las que se encuentra el performance. Esto es ofrecido a personas de todas las edades, pero lo que aparece en los relatos es, principalmente, el trabajo con adolescentes. Pero también trabajo con aquellos casos de depresión, ansiedad o de uso o dependencia de sustancias, o incluso quienes han sido habitantes de calle:

El caso fue que entró, él es como uno de los últimos que ha entrado al elenco, entró hace como dos meses. Y bueno, hemos ido conociendo, no sé qué. Y en estos días nos quedamos hasta tarde conversando. Se acabó el ensayo y nos quedamos hablando, y él llega y me dice “es que yo me estaba muriendo en una depresión, yo me estaba muriendo y me sentía como tan abrumado, que un día me metí como muchas sustancias al mismo tiempo, casi una sobredosis pues, y entré

como en una alucinación, me dio taquicardia, y en esa alucinación yo me veía a mí mismo acostado, con el pecho abierto, y como una voz que me decía -Busque a La Parla, que en la parla le van a remendar el corazón—“ y él se levantó de esa alucinación con esas palabras (Mt 16:53).

Así, considerando la forma en que este fragmento logra sintetizar la forma en que se relaciona la actividad teatral con la salud mental comunitaria. El eje en que los actores perciben con mayor claridad las transformaciones del teatro es justamente sobre la capacidad de los participantes de relacionarse con sus propias emociones, y esto a su vez lleva a cambios ostensibles y sostenibles en el modo en que se relacionan con otras personas. Del mismo modo en que los participantes han expresado que hay un proceso de espejamiento en la forma en que se relaciona la comunidad con las experiencias puestas en el performance, también aparece la expresión del abrazo a los territorios. Esta metáfora, expresada en el siguiente testimonio señala que La Parla representa un espacio que en muchos sentidos cobija a los jóvenes que desean un cambio, que aunque tiene un carácter transitorio, constituye un acto de transformación propia de estos jóvenes y a la vez la transformación de los actores:

También abrazamos a los territorios, abrazamos a los jóvenes, abrazamos la posibilidad de cambio y transformación. Porque el abrazo posibilita. Como la acción de abrazar. Es con lo que nos quedamos. Abrazamos, dejamos de abrazarlo. Pero algo se queda en nosotros (V2 24:32)

Las manifestaciones más visibles percibidas por los actores se expresan en el modo en que las formas de relacionamiento social dentro de las comunidades y familias cambian a través de los cambios que perciben los jóvenes en sus modos posibles de relacionarse y expresarse.

Cada año nos damos cuenta que esa brecha cada vez se cierra. Más cuando los padres asisten a ver los resultados. Les cambia la perspectiva completamente. Cuando el hijo que tienen en la casa cambia, entonces con ese cambio viene el cambio de perspectiva, porque este chico no hablaba, pero ya saludar, ya pone conversa. Este muchacho era súper violento, pero ya se sienta a la mesa. Lava los trastes. Por ejemplo, Jason vivió en la calle, pues él entró a La Parla con una situación de calle. Entonces él vivió en el centro muchos años. Y cuando él volvió a La Parla lo primero que se restauró fue su relación familiar, porque él volvió a la casa y volvió a quedarse y a restaurar sus relaciones familiares (Mt 27:09).

Esto se complementa con el hecho de que, a través del teatro, los actores y el público pueden participar en procesos de reparación emocional y social, abordando traumas colectivos y personales. Esto colinda con una idea de salud mental desde el punto de vista colectivo, que

se focaliza sobre el trabajo sobre comunidades por medio de las prácticas autónomas que estas tienen más allá del modelo biomédico sobre el proceso salud-enfermedad, en la medida en que se focaliza sobre la problematización y reconstitución del “lazo social” (Hernández Holguín et al., 2023b) o el tejido social (Beristain, 1999). A su vez, esto también está profundamente anudado a las experiencias significativas, puesto la forma como los integrantes de La Parla articulan su historia en torno a sí mismos como colectivo se basa en los efectos que el teatro tiene sobre los territorios y comunidades en los que interviene.

DISCUSIÓN

Esta investigación permitió alcanzar un conocimiento de orden descriptivo sobre la relación entre el performance y las emociones desde la perspectiva de actores del grupo de teatro La Parla. Al indagar sobre las emociones, se puede encontrar que hay una relación de complementariedad entre la propia vivencia de las emociones y el performance, las emociones propias son entendidas como una base para articular el performance. Esto permite explicar de primera mano el carácter performativo de las emociones, ampliando con evidencia empírica lo propuesto teóricamente por Battán Horenstein (2021). Pero también, algo que expande este planteamiento es que hay una relación de complementariedad entre la audiencia y las emociones puestas en el performance, que los participantes explican con la metáfora del espejo, rompiendo la cuarta pared que ha caracterizado al teatro clásico.

Al indagar sobre las experiencias significativas, los hallazgos se centran en que el performance, de por sí, canaliza una conexión profunda entre la propia historia personal y la actividad, puesto que, por los modos intensivos y conscientes en que los actores objetivan sus propias emociones y encuentran constantemente modos de expresarlas, esto da pie a procesos de desarrollo de competencias autorregulatorias. Esto se ha intentado explicar con el concepto sociológico de trabajo emocional concretamente el de actuación profunda (Grandey, 2000; Hochschild, 1979), que hace que los actores, más allá de representar emociones con el performance, intervengan activamente sobre su propia experiencia, ganando competencia para desempeñar autorregulación emocional incluso en situaciones que no tienen que ver con el teatro. Es decir, lo que se aprende en el performance trasciende a la vida de los participantes y se puede convertir en un recurso.

Al indagar sobre la transformación social, se percibe que los participantes de la investigación articulan su identidad social en torno a un objetivo que es promover la resignificación de lo doloroso y de lo violento en las comunidades a las que llega su puesta en escena y formación estética. Esto es explicado y reforzado por las evidencias que ellos encuentran y observan con respecto a los cambios en las personas. Los que acuden al teatro La Parla, como espectadores o como parte de la comunidad en formación para el performance relatan una transformación en su relato vital.

La forma como estos tres elementos colindan entre sí con respecto a la salud mental, está de la mano de una concepción no hegemónica de la salud. Es claro que en los participantes suele primar no una concepción científica de lo psicológico, sino lo que en Ian Parker (2020) se llama cultura psicológica, es decir, conceptos que fuera del ámbito de la psicología trascienden a la cultura popular y se convierten en términos usados para las personas relacionarse con su propia interioridad, su bienestar y salud. Esto a su vez se ha encontrado en estudios recientes como el de Couto y Castro Fernández (2022), en que conceptos como catarsis y bienestar son problematizados y esgrimidos en las explicaciones que los actores dan a su relación con el teatro.

Sin embargo, también el performance y la forma como La Parla lo utiliza también hace parte de los modos endógenos y no hegemónicos de construcción de la salud mental. El esquema occidental generalmente tiende a adoptar de manera predominante una visión funcionalista de salud-enfermedad que tiende a privilegiar aquellas intervenciones con evidencia cuantitativa y desarrolladas por profesionales o el sistema de salud (Parker, 2020; Hernández Holguín, 2020), pero que dejan de lado aquellos modos comunitarios y no institucionalizados de construir salud mental.

De este modo, el teatro, y más específicamente la práctica y enseñanza del performance, aparece como uno de esos modos endógenos que soportan no una perspectiva funcionalista sino una intercultural de salud mental. Es decir, que admite que fuera de las disciplinas psi (psiquiat(r)ía, psicología y psicoanálisis), las comunidades tienen una relación con el sufrimiento psicológico, pero también formas en las cuales actúan a favor de él, lo jerarquizan, lo intervienen y lo expresan, y que generalmente produce prácticas individuales que terminan siendo comunitarias. Son modos otros de construir salud mental que se retroalimentan constantemente y que tienen un efecto transformador sobre los lazos familiares y comunitarios (Hernández Holguín, 2020), en lo que se puede entender como tejido social (Beristain, 1999)

Otra de las interpretaciones teóricas que caracteriza esta visión particular de la conexión existente entre emociones, performance y transformación social se puede encontrar en la propuesta de emociones políticas en Martha Nussbaum (2014). Desde la autora, las emociones se articulan como predisposiciones hacia un objeto específico que es deseado para el propio bienestar, y en el que se articulan tanto los sustratos biológicos como las especificidades culturales y la historia personal que determinan cómo se responde emocionalmente ante estos objetos (Nussbaum, 2008).

Las emociones políticas se basan en aquellas predisposiciones que determinan los comportamientos morales y políticos, de manera que promover la comprensión, la compasión y el amor pueden convertirse en formas de construir tejido social y asumir participación política (Nussbaum, 2014). Así, las emociones inciden en la vida política de una sociedad, de manera que transformar el modo de relacionamiento con las propias emociones equivale en muchos casos a transformar cómo se desempeñan las personas como sujetos políticos. Aquí el performance es utilizado para potencializar una participación de las comunidades, primero, en la transformación de su propio sentir, del duelo, de la violencia, y, segundo, en la transformación de los modos de relacionamiento con el resto de las personas y consigo mismos, y desarrollar una capacidad de agencia con respecto a su propio destino.

Finalmente, considerando lo anterior, este estudio contribuye a mejorar el estado del conocimiento con respecto a las intervenciones que incluyen artes escénicas o que se gestan desde actores sociales que transforman la realidad con el teatro y sus derivados. Esto, dado que la mayor parte de la evidencia parece preocuparse por quienes participan como beneficiarios en las intervenciones, mientras quienes hacen intervención suelen ser una población menos abordada pero no por ello menos relevante. La particularidad de las intervenciones basadas en el teatro y performance, a la luz de los presentes resultados, muestra que no sólo aquellos que observan y presencian pasan por un proceso de resignificación, sino que los actores de La Parla también se transforman a sí mismos durante el proceso, también pasan por procesos de curación y reconfiguran constantemente su experiencia constitutiva de salud mental.

CONCLUSIONES

Las intervenciones relacionadas con el teatro (en este caso, el performance) son un área de conocimiento en psicología clínica y de la salud sumamente específica pero que enmarca una potencialidad importante para pensar su vinculación con tratamiento psicológico, intervenciones psicosociales y otras formas de constituir bienestar desde la psicología. La presente investigación, que buscó partir de una descripción e interpretación de la vinculación entre performance y emociones en los actores del grupo La Parla.

Las conclusiones se estructuran en torno a tres ejes principales: el rol de las emociones en el proceso actoral, la construcción de experiencias significativas a través del teatro, y el impacto del performance en la transformación social y la salud mental colectiva.

Con respecto al primer eje, el performance no solo permite a los actores expresar emociones, sino que también actúa como un catalizador de autoconocimiento y transformación personal. Los actores de La Parla experimentan el teatro como un espacio seguro que fomenta una introspección profunda y facilita la exploración de sus propios procesos emocionales. Esto sugiere que el acto performativo va más allá de la representación de emociones, convirtiéndose en un ejercicio de autorregulación y autodescubrimiento. La práctica teatral emerge entonces como un medio terapéutico, a su vez mediado por una cultura psicológica, en el que los actores internalizan y resignifican sus propias vivencias, generando así un cambio interno que va más allá del mero trabajo, más allá de la escena.

En el segundo eje, las experiencias significativas generadas a través del teatro se relacionan con la capacidad del performance para conectar las historias personales de los actores con su rol en la obra, permitiendo una especie de "espejo" entre el actor y el espectador. Este proceso de espejamiento no solo crea un vínculo emocional entre el público y los actores, sino que también les brinda a estos últimos una plataforma para reelaborar y confrontar sus emociones y experiencias vitales. Las herramientas aprendidas en el escenario también han demostrado tener aplicaciones en la vida cotidiana de los actores, apoyándolos en la gestión de situaciones emocionales complejas fuera del teatro y ubicándose como un elemento importante en la constitución de sus identidades y de su memoria.

El tercer eje, el de la transformación social se articula alrededor de lo que los actores atribuyen como significado para esta actividad teatral, especialmente en contextos de

vulnerabilidad. Lo que han percibido como impactos en las personas refuerzan para los participantes la idea de que el teatro puede ser una herramienta poderosa para la transformación social. Los actores de La Parla han observado que el performance facilita un proceso de reconciliación emocional y social en sus comunidades, contribuyendo a la reconstrucción del tejido social y promoviendo el bienestar colectivo. La experiencia de los participantes y espectadores muestra que el teatro funciona como un medio no hegemónico de construcción de salud mental, en el que se genera una red de apoyo emocional comunitaria que, aunque no institucionalizada, aporta a la resiliencia y la sanación de sus integrantes.

En definitiva, si se comparan estos hallazgos con el estado del conocimiento al respecto, todo indica que la investigación psicológica debe seguir avanzando hacia aquellos modos de construcción activa de salud mental que están por fuera de las prácticas *psi* hegemónicas (como la psicoterapia), puesto que el ser humano como ser integral juega un rol activo en constituir la experiencia de su bienestar individual y colectivo. Ello también contribuye a la necesidad de añadir al proceso de formación en psicología formas críticas de abordar la salud mental, que permitan el reconocimiento de los modos no hegemónicos en que esto sucede.

REFERENCIAS

- Battán Horenstein, A. (2021). El cuerpo como teatro: fenomenología y emociones. *Eidos*, (35), 207-235.
- Beristain, C.M. (1999) *Reconstruir el tejido social: un enfoque crítico de la ayuda humanitaria*. Icaria Editorial.
- Couto, R. F. y Castro Fernández, X. A. (2022). Exploración del arte de la performance como herramienta terapéutica emocional. *International Multidisciplinary Journal CREA*, 2(1), 9-9.
- Crabtree, B. F., & Miller, W. L. (2023). *Doing qualitative research*. Sage publications.
- Díaz Alzate, M.V., Yepes Bustamante, M. (2020) El cuerpo como primer territorio político. El teatro en la resignificación de la historia de mujeres violentadas. En: X. Lozano (coord.) *Psicología y Praxis Transformadoras*. (pp. 135 – 148). Cátedra Libre <https://catedralibremartinbaro.org/wp-content/uploads/2024/07/Psicologia-praxis.pdf>
- Feldman Barrett, L. (2017). *La vida secreta del cerebro: como se construyen las emociones*. Paidós
- Galeano, M. E. (2018). *Estrategias de investigación social cualitativa: el giro en la mirada*. Fondo Editorial FCSH.
- Gracia, E., Ramos, J., & Moliner, C. (2014). El trabajo emocional desde una perspectiva clarificadora tras treinta años de investigación. *Universitas Psychologica*, 13(4), 1517-1529.
- Grandey, A. A. (2000). Emotional regulation in the workplace: A new way to conceptualize emotional labor. *Journal of occupational health psychology*, 5(1), 95.
- Hernández-Holguín, D. M. (2020). Perspectivas conceptuales en salud mental y sus implicaciones en el contexto de construcción de paz en Colombia. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25(3), 929-942.
- Hernández-Holguín, D. M., Urrea-Arroyave, R. D., & Vaca-Martínez, N. A. (2023a). Teatro-pedagogía, una experiencia de construcción de paz en Antioquia, Colombia. Sus aportes a la salud mental. *Interface-Comunicação, Saúde, Educação*, 27, e220463.
- Henández-Holguín., D. M., Arias López, B.E. y Martínez Hernández, A. (2023b) Salud Mental Colectiva: una revisión del concepto en la literatura académica de Brasil, Colombia y España. *Saúde Soc, Sao Paulo*, 32 (3). <https://scielosp.org/pdf/sausoc/2023.v32n3/e210693es/es>

- Herrera, Á. V. (2017). Teatro y performance:(Des) encuentros. *Investigación Teatral. Revista de artes escénicas y performatividad*, 7(10-11).
- Hochschild, A. R. (1979). Emotion work, feeling rules, and social structure. *American journal of sociology*, 85(3), 551-575.
- Krause, M., de la Parra, G., Arístegui, R., Dagnino, P., Tomicic, A., Valdés, N., Vilches, O., Echávarri, O., Ben-Dov, P., Reyes, L., Altimir, A., y Ramírez, I. (2006) Indicadores genéricos de cambio en el proceso psicoterapéutico. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 38 (2). 299 - 325
- Merleau-Ponty, M. (1957). *Fenomenología de la percepción*. Fondo de Cultura Económica.
- Nussbaum, M. (2008) *Paisajes del pensamiento: la inteligencia de las emociones*. Paidós.
- Nussbaum, M. (2014) *Emociones políticas: ¿por qué el amor es importante para la justicia?* Paidós.
- Parker, I. (2020). La psicología crítica como psicología histórica-cultural: Las dimensiones políticas y las limitaciones del conocimiento psicológico. *Tesis psicológica: Revista de la Facultad de Psicología*, 15(2), 1.
- Recasens, L. R., Marín Suelves, D., & Gabarda Méndez, V. (2022). El teatro como herramienta para el desarrollo de las habilidades sociales y la inclusión educativa. *REOP-Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 33(1), 128-147.
- Riveros Aedo, E., (2014). La psicología humanista: sus orígenes y su significado en el mundo de la psicoterapia a medio siglo de existencia. *Ajayu. Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología de la Universidad Católica Boliviana "San Pablo"*, 12 (2), 135-186.
- Troya Báez, D. (2019) El teatro como herramienta para la promoción de la salud mental. Una aproximación a las concepciones de profesionales y participantes de procesos teatrales a partir de producciones narrativas realizadas entre enero y abril del 2018. [Tesis de grado]. *Universidad Politécnica Salesiana Sede Quito*.
- Van Manen, M. (2016). *Fenomenología de la práctica: Métodos de donación de sentido en la investigación y la escritura fenomenológica*. Universidad de Cauca.
- Varela, A. J., & Melvin, A. (2023). The theatre of depression: a role for physical therapy. *Physiotherapy Theory and Practice*, 39(7), 1325-1341.