

Escenaula



ISOLATED (AISLADA)



Cabildo de
Lanzarote
Área de Educación



**CUERPO
TEATRO**



Escenaula

Escenaula es un proyecto de la Compañía Cuerpo Teatro que cuenta con el apoyo del Área de Educación del Cabildo de Lanzarote y nace con la intención de acercar el teatro al aula como una experiencia viva que enriquece el aprendizaje. A través de este material didáctico, pensado para acompañar antes, durante y después de la función, el alumnado de Primaria, Secundaria y Bachillerato, puede conectar con las historias compartidas desde la reflexión y la creación. De esta manera, la asistencia al teatro deja de ser un momento aislado para convertirse en una experiencia completa que comienza y finaliza en el aula.

Esta propuesta está diseñada para que cualquier docente pueda hacerla suya, sin necesidad de experiencia teatral previa, e integrar en los diferentes niveles educativos. Escenaula abre el telón a esta herramienta pedagógica que se ofrece con el deseo de que cada clase se llene de esa energía que impulsa a aprender, compartir y descubrir el valor del teatro en el proceso de enseñanza-aprendizaje.



La palabra “teatro”...

La palabra “teatro” puede llevar nuestros pensamientos hacia grandes producciones, donde a través de la palabra hablada, trasladan al público a otros lugares y vivencias. También puede evocarnos a grandes dramaturgos clásicos como William Shakespeare o Federico García Lorca.

Sin embargo, en estas páginas se propone ampliar este concepto de “teatro” hacia una mirada diferente: una práctica donde el proceso es tan importante como el resultado escénico; donde verbos como escuchar, respetar o proponer adquieren un papel protagonista; donde el cuerpo habita la escena incluso en ausencia de escenografía.

Entonces, ¿qué es la creación teatral en colectivo?

Es el proceso de crear una pieza escénica a través del trabajo en grupo, sin depender exclusivamente de un texto dramático previo. Constituye una experiencia compartida en la que las personas participantes —el alumnado, en este caso— tienen la oportunidad de explorar temáticas que les inquietan o interesan y expresarlas a través del cuerpo, los objetos, la luz y todos los lenguajes que su imaginación permita.

Se trata de un proceso de construcción conjunta, basado en la colaboración, la toma de decisiones compartidas y el acompañamiento de la persona docente como guía que se materializa en una pieza de arte viva.

Las aulas, un gran escenario

El aula, como el teatro, es un lugar donde transcurren historias y donde las personas se relacionan consigo mismas y con las demás. Puede entenderse como un espacio de encuentro en el que el aprendizaje trasciende lo académico para convertirse en una experiencia compartida.

En este contexto, el teatro se presenta como una herramienta educativa de especial valor, al integrar el juego, la emoción, la expresión y la creación en equipo como vehículos de un aprendizaje experiencial, donde el alumnado se convierte en protagonista activo de su propio proceso.

En este escenario cotidiano, el error se transforma en oportunidad, la escucha en vínculo y la imaginación en motor de conocimiento, haciendo del aula un espacio donde crecer no solo en lo académico, sino también en lo humano.

A través de la dramatización y la creación colectiva, el alumnado no solo adquiere conocimientos, sino que desarrolla habilidades fundamentales como la comunicación, la empatía y la colaboración. Al mismo tiempo, el teatro abre un espacio donde cada estudiante puede explorar su identidad, expresar su mirada y relacionarse con la de los demás, contribuyendo a construir un entorno de aprendizaje más participativo, significativo y humano.





Desde el ámbito educativo, diversos estudios destacan que el teatro como herramienta educativa:

- Favorece el aprendizaje significativo
- Desarrolla habilidades sociales y emocionales
- Estimula la creatividad y el pensamiento crítico

Además, como práctica social, el teatro permite trabajar valores a distintos niveles:

- Individual, a través de la expresión personal y la superación de retos
- Grupal, mediante la colaboración y el trabajo en equipo
- Comunitario, fomentando procesos de transformación social desde lo cultural y artístico

El teatro también tiene la capacidad de transformar los espacios, convirtiéndolos en entornos más seguros donde expresar opiniones, compartir vivencias y comprender realidades diversas, favoreciendo la empatía tanto individual como colectiva.

Después de leer esto, ¿no te parece la creación en colectivo una pequeña revolución frente a un mundo cada vez más individual, desconectado y acelerado?

Gracias por sumar tu centro educativo a una iniciativa donde el teatro se convierte en una herramienta para transformar los pequeños —y a la vez inmensos— universos que nos rodean.

Isolated (Aislada)

“La soledad es uno de los mayores miedos del ser humano y un estigma cada vez más presente en nuestra sociedad. A veces no es una elección, sino un intento de supervivencia en un entorno hostil.

En un mundo cada vez más conectado digitalmente, el aislamiento físico quizás sea el único camino para no enloquecer.”

El alumnado del IES Las Salinas, a través de una dinámica grupal, identifica el miedo a la soledad como uno de los más compartidos. A partir de ahí, comienza un proceso de exploración escénica que da forma a esta pieza, donde la fragilidad, el aislamiento y la necesidad de vínculo se convierten en el centro de la pieza.

Cuando las redes aislan

En la actualidad, las tecnologías digitales han transformado profundamente la forma en la que nos relacionamos. Sin embargo, este aumento de la conectividad no siempre se traduce en vínculos más profundos o significativos.

Diversos estudios recientes en España señalan que la soledad no deseada se ha convertido en un fenómeno creciente, especialmente entre la población joven. Según el Barómetro de la soledad no deseada en España 2024, una de cada cinco personas experimenta soledad no deseada, y casi la mitad afirma haberla sentido en algún momento de su vida. Los datos actuales resultan abrumadores, pues según dicho estudio, aproximadamente un 25,5% de las personas entre 16 y 29 años se sienten solas actualmente.

Difícil de sentir y de gestionar

La soledad no deseada está estrechamente vinculada al bienestar emocional, pudiendo influir en la aparición de ansiedad, estrés o dificultades en la autoestima. Además, este miedo puede influir directamente en la forma en la que el alumnado se relaciona:

- dificultando la expresión emocional
- favoreciendo la necesidad de pertenencia a cualquier grupo
- o llevando a aceptar situaciones que no siempre son saludables

Reconocer este miedo permite comenzar a comprenderlo y abrir espacios para su transformación.

Sustituir las redes, por la red

Frente a la soledad no deseada, el grupo se presenta como un espacio fundamental de apoyo. La escuela, como entorno de convivencia, tiene un papel clave en la construcción de relaciones basadas en la empatía, la escucha y el respeto.

Los estudios actuales insisten en que el bienestar emocional de la juventud no puede abordarse de manera aislada, sino desde un enfoque integral que combine lo educativo, lo social y lo comunitario, creando así una red de apoyo firme y cuidado.

A través de la práctica escénica, el alumnado puede no solo representar la soledad, sino también ensayar nuevas formas de relación, generando espacios para sentirse visto, escuchado, acompañado, facilitando así que la empatía ocupe el espacio que le pertenece.





Los objetivos se plantean desde una perspectiva integral, atendiendo a las dimensiones cognitiva, emocional y social.

Cognitivos

- Identificar situaciones de soledad en la vida cotidiana.
- Comprender cómo se manifiesta el aislamiento.

Emocionales

- Reconocer emociones relacionadas con la soledad.
- Tomar conciencia de su impacto en uno mismo y en los demás.
- Favorecer el autocuidado.

Sociales

- Desarrollar la empatía.
- Fomentar el cuidado del grupo.
- Promover relaciones basadas en el respeto.

Antes y después, actividades para llevar el teatro al aula

Las siguientes actividades están pensadas para acompañar al alumnado antes y después de la experiencia teatral, favoreciendo un acercamiento activo, reflexivo y creativo a la obra. Se propone explorar la soledad desde una mirada consciente, atendiendo tanto a su dimensión emocional como a su relación con el entorno social.

Se propone que cada actividad comience y finalice con un pequeño ritual que permita al alumnado conectar con el momento presente y reconocer la valentía de compartir emociones y el propio cuerpo en el proceso creativo.





Ritual de inicio: Estar presentes (5')

El alumnado forma un círculo. En silencio, se invita a tomar conciencia del propio cuerpo y de la presencia del grupo.

Se propone:

- Comenzar a tocar el propio cuerpo como si nos estuviéramos duchando.
- Darse palmadas suaves en el propio cuerpo como si quisiéramos despertar cada parte poco a poco.

A la señal y al unísono decimos: “Estoy aquí” para finalizar.

Ritual de cierre: No estamos solos/as (5')

El alumnado forma un círculo. Se invita a pensar en algo agradable que se lleva de la actividad: una emoción, una idea, una sensación

Cuando cada persona lo haya reconocido extiende una mano hacia la espalda de la persona que tiene al lado y en silencio, le regala esa emoción al compañero/a a través del contacto.

Se finaliza con tres respiraciones profundas.

Antes de asistir
al teatro



Actividad 1: Cerca y lejos (20')

Actividad de exploración espacial en la que el alumnado experimenta la distancia y la cercanía en el grupo, sin necesidad de exponerse de forma individual.

DESARROLLO

1. El alumnado camina libremente por el espacio en silencio. (5')

2. Se propone una primera consigna: caminar manteniendo siempre una distancia amplia con las demás personas, evitando coincidir en el espacio. (5')

3. Poco a poco, se introducen variaciones: reducir la distancia, coincidir en trayectorias, caminar cerca de otras personas sin interactuar.

4. Se introduce una dinámica grupal progresiva: (10')

A la señal, el alumnado se agrupa en parejas y continúa caminando, posteriormente, en grupos de 3 y luego en grupos más grandes (5-6 personas). Finalmente, se propone que todo el grupo se mueva conjuntamente por el espacio, como si fuera un solo cuerpo, adaptando el ritmo y la dirección de forma colectiva.

5. A la señal, el grupo se detiene y en un papel cada persona apunta una canción que le acompañe en los momentos de soledad. Estos papeles son recuperados por la persona docente. (5')

MATERIALES Y RECURSOS

- Espacio amplio
- Música instrumental de acompañamiento
- Papel y lápiz

ADAPTACIÓN A EDUCACIÓN PRIMARIA

Se recomienda integrar las adaptaciones en los siguientes pasos de la actividad:

3. Se incorporan señales que aporten una visión más lúdica, como “chicle” para que el grupo se junte lo máximo posible, a la señal de “masa” que se estiren sin llegar a separarse o la señal “soledad” para indicar que se separen.

5. A través de la pregunta: ¿Qué canciones les alegra y les hace sentir menos solos? La persona docente va recogiendo propuestas de canciones

Actividad 2: La playlist que me acompaña (30')

Actividad de exploración a través de la música en la que el alumnado conecta con la experiencia de la soledad desde un lugar seguro, utilizando el movimiento y la escucha compartida.

DESARROLLO

1. Se reparte un folio en blanco a cada participante. Se invita a escuchar una primera, del listado de la sesión anterior, en silencio, sosteniendo el papel para jugar con él en los siguientes pasos: (5')

2. Se da vida y movimiento al papel a través del ritmo y del cuerpo, acompañado por temas musicales que apoyen nuestra soledad. (15')
En una segunda escucha, dar vida y danzar el papel desde el sitio, al ritmo de la música.

En una siguiente canción, se propone dejar que el movimiento del papel también contagie al resto del cuerpo, como un baile compartido con ese papel. Sin moverse del sitio.

Continuar con esa danza del papel, ahora desplazándose por el espacio.

Se invita a interactuar con el espacio compartido y buscar otros papeles para que bailen entre sí, jugar a hacer coincidir en movimientos...

3. Para finalizar, el alumnado vuelve a detener el movimiento, sosteniendo el objeto, generando un momento de calma y respiración. (5')

DESARROLLO

4. Se pueden lanzar preguntas abiertas (sin necesidad de compartir en voz alta): ¿Qué ha representado el papel para ti? ¿Ha cambiado algo al compartir el espacio con los demás? (5')

MATERIALES Y RECURSOS

- Papel (Opcionalmente, puede funcionar otros elementos como telas, pelotas, etc.)
- Espacio amplio
- Altavoz
- Playlist elaborada a partir del resultado del paso 5 de la actividad 1 (Opcional)

ADAPTACIÓN A EDUCACIÓN PRIMARIA

Se recomienda integrar las adaptaciones en los siguientes pasos de la actividad:

4. El alumnado se coloca en círculo y en el interior, cada uno coloca su papel de la manera que desee.

Se realiza una observación de los papeles y la guía pregunta: "¿Qué podría ser ese papel con esa forma?", "¿Por qué podría sentirse solo?", "¿Qué se podría hacer para que se sienta de otro modo?"



Después de asistir
al teatro

Actividad 3: Rebobina la historia (45')

Actividad de creación escénica en la que el alumnado explora cómo una misma situación puede transformarse a partir de pequeñas acciones, modificando el desarrollo y el impacto emocional.

DESARROLLO

1. Se propone recordar la obra ISOLATED: La llegada de la persona nueva, y las dos versiones de la historia presenciada. (5')

Se propone el intercambio de opiniones sobre la historia presenciada, para posteriormente lanzar la pregunta al grupo: "¿En qué momentos de la vida cotidiana pueden darse situaciones parecidas?"

2. En pequeños grupos (4-5 personas), el alumnado crea una escena breve (1,5') en la que aparezca una situación de aislamiento o desconexión. (10')

Se anima a que las escenas puedan inspirarse en contextos cercanos: el aula, el hogar, el grupo de amigos, etc. Sin necesidad de usar texto.

3. A la señal de "¡acción!", cada grupo representa su escena a la vez (5')

4. En un momento dado, la persona docente dice: "rebobinar". El grupo repite la escena hacia atrás, deshaciendo las acciones realizadas. (5')

5. A continuación, se propone volver a comenzar la escena, introduciendo pequeños cambios que transformen la situación: (10'). 6. Como por ejemplo: una mirada, una acción de cuidado, etc.

DESARROLLO

MATERIALES Y RECURSOS

6. Se representan las nuevas versiones de las escenas para el gran grupo. (10').

7. Como reflexión final, se propone identificar un pequeño gesto común en cada escena que hizo que todo cambiase. (5')

- Espacio amplio

ADAPTACIÓN A EDUCACIÓN PRIMARIA

Se recomienda integrar las adaptaciones en los siguientes pasos de la actividad:

2. Proponer la actividad a partir de tarjetas previamente elaboradas con situaciones:

Por ejemplo: "Un niño o niña quiere jugar y nadie le deja" o "Un compañero/a se queda solo en el recreo"

El grupo lee la carta y crea una escena breve que represente la situación.

5. Para transformar la escena, se puede añadir una segunda consigna en la misma carta o de forma oral:

- "¿Qué podríais hacer para cambiar esta situación?"

6. Preguntas más directas:

- ¿Qué ha cambiado?
- ¿Cómo podemos ayudar a alguien que está solo?

Actividad 4: Acompañar (40')

A través del uso de prendas de vestir, la música y el movimiento, el alumnado explora gestos de cuidado y acompañamiento.

DESARROLLO

1.El alumnado se mueve libremente por el espacio con una canción de la playlist de la Actividad 2 y sosteniendo una prenda de ropa propia (5')

2. Se propone explorar diferentes acciones/relaciones de la prenda con el cuerpo: sostenerla, colocarla, arrastrarla, anudarla, envolver una parte del cuerpo, etc. (5')

3. En pequeños grupos (3-4), haciendo uso de las prendas, se propone la creación de personajes en una situación de exclusión y realizar con ella una composición. (10')

Se muestran las composiciones, como si fuesen cuadros, para tratar de identificar la situación de exclusión.

4. Posteriormente, se realizan un máximo de tres cambios en la relación de los personajes (prendas de ropa) para revertir la exclusión en inclusión. (10').

Se observan las composiciones de todos los grupos.

5. Para finalizar hacen un gran composición con todas las prendas bajo el título "Cuenta conmigo" y se da espacio a la observación del resultado. (10')

Se invita a compartir impresiones y sensaciones sobre la composición resultante.

Se propone hacer esta actividad con música de fondo como acompañamiento del proceso.

MATERIALES Y RECURSOS

- Altavoz
- Playlist creada a partir de la actividad 2 (Op.)
- Prendas de vestir (guantes, bufandas, camisetas, sudaderas...) que se solicita traer al alumnado previamente
- Espacio amplio

ADAPTACIÓN A EDUCACIÓN PRIMARIA

Se recomienda integrar las adaptaciones en los siguientes pasos de la actividad:

1.Definir la palabra "exclusión" e "inclusión" a través de ejemplos y/o imágenes/dibujos

2. Se presenta el material a usar: plastilina o arcilla. Y se invita a explorar libremente: aplastar, estirar, moldear.

3. Se propone crear pequeñas figuras con la plastilina: personajes, formas, elementos.

4. En pequeños grupos, se realizan composiciones de exclusión usando dichos elementos.

5. Se transforman las composiciones en inclusión.

6. Los grupos observan las creaciones de los demás, ¿qué puede estar pasando en cada una? ¿qué tienen en común las composiciones?

7. Todas las figuras se colocan juntas formando una composición común bajo la idea: "Cuenta conmigo"

Cerrando el telón, abriendo experiencias

El teatro en colectivo ha permitido, a lo largo de esta propuesta, convertir el aula en un espacio donde explorar la soledad desde la experiencia compartida. ISOLATED (AISLADA) acerca una realidad cercana y, en ocasiones, invisible, mostrando cómo el aislamiento puede transformarse a partir de pequeños gestos dentro del grupo.

Las actividades han buscado visibilizar desde la toma de conciencia hasta la acción, recordando que la forma en la que nos relacionamos tiene un impacto real en los demás. Porque, a veces, son los gestos más sencillos —mirar, escuchar, acercarse— los que pueden cambiar una historia y hacer que nadie tenga que sentirse completamente solo.





Referencias:

- Confederación Salud Mental España (2023). Informe sobre salud mental y bienestar emocional en la adolescencia (Proyecto PROEMO).
- Fundación ONCE y Fundación AXA (2024). Barómetro de la soledad no deseada en España 2024.
- Observatorio Estatal de la Soledad No Deseada (Soledades) (2023). La soledad no deseada en la juventud en España.
- Paidós. Muñoz-Bellerín, M. (2017). La creación colectiva teatral.
- Ruz, S. (2023): La creación escénica en el contexto educativo. Área de Cultura del Cabildo de Lanzarote y Compañía Cuerpo Teatro.
- Vieites, M. (2016). Pedagogía teatral.

Editora: Marila S. Mederos

Diseño: MINN Design Studio